



SKI - UND WANDERCLUB
1946 e.V. Regensburg

CLUBNACHRICHTEN



LAUF^{UND}BERG
KÖNIG



... direkt am Arnulfplatz

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

www.laufundberg-koenig.de

LEX
Laufexperte

IHR LAUF- UND BERGSPO RT SPEZIALIST IN REGENSBURG

LAUFKURSE_LAUF TREFF_KLETTERKURSE_BERGTOUREN/FÜHRUNGEN_VORTRÄGE_EVENTS_LEIHAUSRÜSTUNG

**outdoor
profis**

MAMMUTSTORE
REGENSBURG

Ludwigstrasse 3 | 93047 Regensburg | Deutschland
09 41 - 64 66 36-20 | regensburg@mammutstore.de
www.mammut.ch



Liebe Mitglieder,

ein heißkalter Winter liegt hinter uns: Erst ging es mit Schnee satt los, dann hat es rechtzeitig zu den Skikursen im Januar heftig getaut. Aber für Skikursleiter Severin Kornprobst und das Übungsleiterteam gab es heuer noch weitere heiße Bewährungsproben – wie sie das bravurös gemeistert haben, könnt ihr auf den Seiten 15ff. nachlesen.

Unsere Renngruppe hat sich nach einer guten Vorbereitung im Herbst und in den Weihnachtsferien durch Andi Gebert heuer verstärkt ins Wettkampfgeschehen im Bayerwald eingeschaltet, auch hierüber wird im vorliegenden Heft berichtet.

Für alle Wintersportbegeisterten gab es auch heuer wieder eine Reihe von vergnüglichen Ausfahrten, allen voran die drei SWC-Hs: Hinterstoder, Hochfügen, Hochficht. Und unsere Übungsleiter haben sich im Synchronfahren geübt...

Nun warten wir auf den Frühling, auf erste Training draußen am Weinweg, auf die Leichtathletik- und Wandersaison. Ganz kurzentschlossene Leichtathleten können sich noch für das Trainingslager in Misano anmelden. Wettkampfauftakt ist dann am 16. April 2011 der Werfertag des SWC, gefolgt von eigen weiteren Leichtathletikveranstaltungen im Mai, siehe Seite 35.

Das Wandern ist im Verein `ne Lust, dazu Näheres auf den Wanderseiten 47.

Eine sonnige und sportliche Frühlingszeit wünscht euch

Eure Ursula

1. Vorsitzende

Titelbild: Unsere Freerider in Hochfügen

Umschlagrückseite: Wer kommt in welchen Skikurs??

VORSTANDSCHAFT UND AUSSCHUSS

VORSTANDSCHAFT

1. Vorsitzende	Dr. Ursula Breitkopf	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	0941/28005275 oder Büro: 0941/297180
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

Mo: 16.30 – 18.30 Uhr	Schülertraining für Wettkampfteilnehmer, 8 bis 11 Jahre, Trainer: Josef Koller	Sportanlage Weinweg
Di: 17.30 – 20.00 Uhr	Aktive, Jugendliche, Trainer: Heike Scholz, Sven Engelmann, Sabine Schindler Schüler 10 und 11 Jahre, Trainer: Josef Koller Schüler 12 und 13 Jahre, Trainer: Stefan Kreis Schüler 14 und 15 Jahre, Trainer: Sven Engelmann, Andreas Mokroß Seniorinnen, Trainer: Andrea Holzapfel	Sportanlage Weinweg
Mi: 17.30 – 20.00 Uhr	Jedermann/-frau, Leichtathletik für Wiedereinsteiger, Neustarter und Hobbysportler, Trainer: Michael Duchardt, Markus Eigenstetter, Jan Ropohl Kinder bis 6 Jahre, Schüler 8 – 15 Jahre in Altersgruppen	Sportanlage Weinweg
Do: 17.30 – 20.00 Uhr	Aktive, Jugendliche, Trainer: Heike Scholz, Sven Engelmann, Sabine Schindler Schüler 10 und 11 Jahre, Trainer: Josef Koller Schüler 12 und 13 Jahre, Trainer: Stefan Kreis Schüler 14 und 15 Jahre, Trainer: Sven Engelmann, Andreas Mokroß	Sportanlage Weinweg
Fr: 17.30 – 20.00 Uhr	Aktive, Jugendliche, Trainer: Heike Scholz, Sven Engelmann Schüler 10 und 11 Jahre, Trainer: Josef Koller Schüler 12 und 13 Jahre, Trainer: Stefan Kreis Schüler 14 und 15 Jahre, Trainer: Sven Engelmann	Sportanlage Weinweg
Sa: 10.00 Uhr	Training spezifische Disziplinen	nach Absprache

Leichtathletik Kinder

Mi: 17.30 – 19.00 Uhr	6 – 12 Jahre, Trainer: Andrea Holzapfel (Tel: 0160/93 98 60 19), Johanna Weichselgartner, N.N.	Sportanlage Weinweg
-----------------------	---	---------------------

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 Schwimmeranfänger:

Barbara Blank, Lili Gerlach, Theresa Göser, Katrin Holzapfel, Rebecca Kleinert, Lisa Kohler, Bärbl und Dorle Mokross, Christine Obermeier, Juliane und Daniel Schwabenbauer, Lukas Torscht

Trainer für Fortgeschrittene und Technikschiung:

Susi und Andi Gebert, Lili Gerlach, Rebecca Kleinert, Lukas Torscht



Ruhe vor dem Sturm

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 – 12 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 Kleineidamm	Kreuzschule oben
Mo: 20.00 – 21.00 Uhr	Hallenhockey, Trainer: Gerhard Herrmann	Kreuzschule oben
Di: 18.00 Uhr	Jogging/Nordic Walking, Trainer: Bettina Henkel	Parkplatz Westbad
Mi: 18.00 – 19.30 Uhr	Wellness-Step (3/4 Takt)/Bodystyling, Trainer: Christina Träger, vorr. bis Pfingsten (nach Absprache/Internet)	Kreuzschule oben
Do: 18.00 – 19.00 Uhr	Fit durch den Winter – Gymnastik mit Musik	Pestalozzi-Schule bis 14.04.2011
Do: 17.30 – 19.00 Uhr	Fitnessgymnastik unter freiem Himmel (bitte Gymnastikmatten mit bringen) Trainer: Christine Obermeier	Sportanlage Am Weinweg ab 05.05.2011
Fr: 19.30 – 21.00 Uhr	Volleyball, Trainer: Andreas Gebert	Schule Am Napoleonstein
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.
------------------	--	------------------------------------

Skigymnastik

Do: 17.30 – 19.00 Uhr	Skigymnastik, im Sommer mit Leichtathletik-Elementen Trainer: Andi Gebert	Sportanlage Weinweg
-----------------------	--	---------------------

Sportprogramm Bad Abbach - Leichtathletik

Fr: 17.00 – 18.30 Uhr	Schüler, Trainer: Franz Sedlmeier	Schulsportanlage
-----------------------	-----------------------------------	------------------



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

Boettcher **energie**

DIESEL · HEIZÖL · SCHMIERSTOFFE

 **Heizöl EL**

 **Premium Heizöl**

 **Premium Heizöl schwefelarm**

 **Super Diesel**

 **Campa-Biodiesel**

 **Pflanzenöle**

 **Schmierstoffe**

 **Nerta Reinigungsmittel**

 **Ad Blue**

 **Holzpellets**



92421 Schwandorf
0 94 31 / 5 14 83

93055 Regensburg
09 41 / 56 03 33 o. 34

ESSO

Vertriebspartner für Schmierstoffe

Mobil

www.boettcher-energie.de

info@boettcher-energie.de

Vereinsmeisterschaften 2010

Alles fing an einem schulfreien Freitag Nachmittag, am 10.12.2010, am Weinweg in Regensburg an. Die geplante Abfahrt wurde überraschenderweise nur unwesentlich durch das Schneechaos verzögert. Als es endlich losging, waren alle bester Laune und Vorfreude auf das bevorstehende Wochenende. Die Fahrt klappte bis auf einen Stau und 3 kurzen Stopps wunderbar, mit der Einschränkung, dass ein Bus auf Schnee nicht sehr schnell vorankommt. Wichtig anzubringen ist, dass wir dieses Jahr nicht stecken blieben!! Als wir nach einer fünfeinhalbstündigen Fahrt in unserem Quartier ankamen, wurden wir schnell mit Essen versorgt. Danach ging kurz auf die Zimmer und für einige wieder zurück in den Gemeinschafts-Essens-Raum zu einem lustigen Abend.

Am nächsten Morgen wartete ein klasse Frühstücksbüfett auf uns, bei dem jedoch zu Ungunsten einiger Weiblichkeiten das Nutella fehlte! Nach einigen Schwierigkeiten beim Finden des Skigebiets rief uns jedoch schnell die Piste. Mittags trafen sich alle (oder auch nicht) beim Essen und genossen die Ruhe vor dem Sturm. Als es weiterging, freuten sich Einige bereits auf die Clubmeisterschaften, Andere waren jedoch noch sehr skeptisch und hofften ohne Sturz durchzukommen. Das Rennen wurde Dank super Rennleitung und deren Hilfe zügig durchgezogen. Jetzt sammelten wir auf dem Weg zum Quartier verschollene, skitragende Wanderer auf. Ein

weiterer interessanter Abend wartete auf uns.

Nach einer kurzen Nacht ging es dann auch am Sonntag wieder mit einem sehr gutem Frühstück los. Nachdem die teilweise recht hohen Rechnungen beglichen wurden und alles gepackt war, ging es mit einiger Verspätung wieder ins Skigebiet. Auch an diesem Tag wurde sportliches Fahren geübt und Übungen ausprobiert, die für kleinere Kinder genutzt werden können. Nach diesem zweiten anstrengenden Skitag, fuhren wir wieder nach Regensburg oder für eine Kleinstgruppe nach München. Wesentlich schneller angekommen wie bei der Hinfahrt standen schon die Eltern und/oder Autos um 20 Uhr bereit uns alle sicher nach Hause zu bringen.

Im Großen und Ganzen ein gelungenes Wochenende mit seinen überwiegenden Höhen und kaum Tiefen, wieder mal einfach klasse! Ein großes Dankeschön von allen an Severin, Markus, Andi und Schnappi für das Wochenende mit Clubmeisterschaft im Schnee.

von Christian Mokroß



Mit Schwung in das Rennen!



Ergebnisliste Vereinsmeisterschaften 2010

Platz	Klasse	Kinder (w/m)	Jg. bis 2000	Zeit	
1.		Schillinger Anna		1,01,93	
2.		Herrmann Hans		1,08,26	
3.		Zellner Hannah		1,13,12	
Klasse		Schülerinnen	Jg. '99-'95		
1.		Koller Franziska		59,07	Clubmeisterin
2.		Aue Tanja		59,87	
3.		Schindler Lena		1,01,70	
4.		Eigenstetter Katharina		1,05,75	
5.		Sauerer Lena		1,06,96	
6.		Baisenherz Pauline		1,08,09	
7.		Pfister Sanja		1,08,86	
8.		Bredhorn Lena		1,11,40	
9.		Rebele Steffi		1,16,08	
Klasse		Schüler	Jg. '99 - '95		
1.		Aumüller Josef		57,1	
2.		Schott Maximilian		59,68	
3.		Obermeier Sebastian		1,01,60	
4.		Bredhorn Moritz		1,02,86	
5.		Zellner Ferdinand		1,10,83	
Klasse		Jugend (w)	Jg. '94- '91		
1.		Lohr Kati		1,05,68	
2.		Lenz Viola		1,08,32	
3.		Lenz Marlene		1,09,63	
4.		Mokroß Bärbel		1,09,75	
5.		Koller Theresa		1,11,65	
6.		Röhl Andrea		1,12,35	
7.		Rebele Julia		1,13,06	
Klasse		Jugend (m)	Jg. '94- '91		
1.		Kehrer Simon		56,52	
2.		Bredhorn Michi		58,66	
3.		Mokroß Christian		1,00,97	
4.		Reisinger Moritz		1,01,24	
5.		Aumüller Jakob		1,06,47	
6.		Roß Jan		1,08,36	
Klasse		Damen	Jg. '90- '70		
1.		Kehrer Sophie		1,00,69	
2.		Zellner Annabell		1,09,61	
Klasse		Herren	Jg. '90- 70		
1.		Böttcher Flo		54,64	
2.		Pensl Felix		54,89	
3.		Gebert Andi		55,4	
4.		Kornprobst Severin		56,68	
5.		Schnappauf Christian		56,73	
6.		Kehrer Basti		59,25	
7.		Ziereis Michi		59,92	
8.		Seidl Max		1,02,15	
9.		Roß Philipp		1,05,22	

Klasse Damen ü. 40		
1.	Beisenherz Freiderike	1,10,35
2.	Aumüller Kathrin	1,24,18
Klasse Herren ü. 40		
1.	Böttcher Richard	53,73 Clubmeister
2.	Schillinger Peter	54,08
3.	Herrmann Hans	57,44
4.	Augustin Helmut	58,67
5.	Eigenstetter Markus	58,76
6.	Zellner Michael	1,01,45
7.	Eckl Wolfgang	1,06,11
8.	Aumüller Stefan	1,08,76
9.	Eckl Max	1,39,20



Konzentration vor dem Start



Jetzt geht's los



Windischgarsten 02.01. - 06.01.2001

Am 2.1.2011 brachen wir wieder einmal im dunklen Morgengrauen Richtung Hinterstoder auf, um dort 4 Tage Ski zu fahren und im Sperlhof in Windischgarsten verwöhnt zu werden. Ein ganzer Bus hatte sich gefüllt und einige Privatautos waren unterwegs. Diesmal brauchten wir nicht um den Schnee zu bangen, denn bereits in Regensburg ging uns der Pulverschnee bis zu den Knöcheln. So gönnten wir uns keine lange Kaffeepause (oder gönnte sie uns Michele nicht?) und saßen um 10 Uhr in den neuen Gondeln des Skigebiets Hutterer Höss. Der Ski-Spaß konnte beginnen. Rosi, Michele, Katharina, Pauline und Marlene lotsten jeweils eine Kinder- bzw. Jugendgruppe über die Pisten. Diesen ersten und auch den zweiten Tag bekamen wir die Kälte ordentlich zu spüren. Umso mehr freute man sich über Palatschinken oder „Moor

im Hemd“ in der Edbauernalm, auch als „Tschechen-Hütte“ beim SWC bekannt. Am 3. und 4. Tag hatten wir Sonne und gute Aussicht, die weitere Heerscharen von Skifahrern anlockten.

Jeden Abend war das Schwimmbad des Sperlhofs von den jüngeren SWC-Lern eingenommen, während die Eltern in der Sauna ihre Muskelkater zu kurieren versuchten. Es gab diesmal keine größeren Sportverletzungen aber einige Grippeleiden. Am letzten Abend vergnügten wir uns mit Spielen für Groß und Klein. Die Musiker Hubert, Edi, Michel und Rupp sowie Peter und Simon sorgten für Stimmung und dass keiner freiwillig zu früh ins Bett ging. Am 6.1.2011 genossen wir noch einmal ein Sperlhof-Frühstück, ehe wir die Heimreise antraten.

von Lisa Sturm



Renntaining in Hinterstoder

Stangentraining in Oberösterreich vom 3. bis 8. Januar 2011

Unter der Leitung von Andreas Gebert gab's für die Rennkinder in den Weihnachtstferien fünf Tage Stangentraining. Unterstützt von Christian Morawietz, Michael Bredehorn und Jakob Aumüller wurden Slalom- und Riesenslalomfahren geübt; dabei konnten zwei Tage bei Eiskälte lang harte Pisten gefahren werden, gegen Ende der Woche wurde es warm und es galt, auch mit weichem Schnee

zurechtzukommen. Abends gab es Videoanalysen für jeden einzelnen, und zwei Geburtstage (Eva und Michi) durften wir auch zusammen feiern. Zum Anschluss gab es für die Eltern noch einen Workshop zum Thema Rennbegleitung. Jetzt sind wir gespannt auf die Rennen im Bayerwald.

von Ursula Breitkopf





Sparkassen-Kindercup 9.1.2011

Nach einer sehr guten und umfangreichen Vorbereitung im Herbst und in den Weihnachtsferien fand am Sonntag der erste Sparkassen-Kindercup in Langfurth am Steinberg statt. Bei Sonnenschein und milden Temperaturen waren richtete der SC Langfurth einen Vielseitigkeitslauf mit kurzen Radien aus. 105 Teilnehmer der Jahrgänge 2000 bis 2003 folgten der Ausschreibung. Neben Riesenslalomtoren waren von den Rennläufern Kurzkipper und auch eine Sprungschanze zu bewältigen. Gewertet wurde der beste der zwei Durchgänge. Vom SWC waren die Jougster Anna Schillinger und Johannes Koller am Start.

Johannes Koller konnte in dieser Saison noch kein Stangentraining absolvieren, für ihn galt es daher Sicherheit und Erfah-

rung zu sammeln. Das tat er auch und belegte in der teilnehmerstärksten Klasse den 17 Rang.

Anna Schillinger kam gut vorbereitet vom Training der Renngruppe mit Andi Gebert aus Hinterstoder und fuhr mit einem sehr guten Lauf auf Anhieb aufs Podest. Mit der viertbesten Gesamtzeit aller Mädchen und dem dritten Platz in ihrer Altersgruppe sammelte sie wertvolle Punkte für die Sparkassencup-Gesamtwertung.

Für die Schüler der Renngruppe beginnt die Saison am 15./16.1.2011 mit zwei Pokalrennen am Pröller.

von Peter Schillinger



Ein Skikurs mit Hindernissen

Das Warten auf den Skikurs 2011 hat sich auch dieses Jahr wieder gelohnt, denn nach großem Bangen, ob überhaupt genug Schnee liegt, ging es am 15. Januar auch endlich los nach Eck/Riedelstein.

Dank der perfekten Vorbereitung waren die 175 Kinder schnell auf siebzehn Skigruppen, drei Snowboardgruppen und eine Freestylegruppe aufgeteilt. Nachdem es am 1. Wochenende „sommerlich“ war, mussten wir uns am 2. Wochenende warm einpacken.

Auch dieses Jahr wurde ein Erwachsenenskikurs zum Verbessern des Fahrstils angeboten.

Am letzten Skikurstag fand nicht wie gewöhnlich ein Abschlussrennen statt, sondern ein Geschicklichkeitsparcours, bei dem alle Kinder ihr Können beweisen konnten.

Doch trotz guter Stimmung mussten wir

drei Buspannen verkraften. Am 2. Tag zum Beispiel fiel ein Bus ganz aus, so dass alle vierzig Übungsleiter aussteigen und ca. eine Stunde auf einen Ersatzbus aus Regensburg warten mussten. Zu allem Überfluss schaffte ein anderer Bus am nächsten Samstag den Berg zum Skigebiet nicht hoch.

Dennoch hatten wir auch dieses Jahr wieder viel Spaß mit unseren Zwergerln, zum Glück ohne nennenswerte Skiunfälle.

Als krönenden Abschluss eines erlebnisreichen Skikurses gingen wir, die Übungsleiter, noch zum PIZZAessen, wo man sich viel zu erzählen hatte.

Ein großer Dank geht vor allem an Severin Kornprobst, der wie immer alles im Griff hatte und den Skikurs super organisiert hat!

von Katharina Eigenstetter und Sanja Pfister



Gruppenfoto bei Buspanne



Hat alle Pannen im Griff: Severin Kornprobst



Impressionen vom Skikurs



Gruppe von Lisa und Jan



Gummibärchen müssen sein



Tauwetter: Auf dem Parkplatz in Eck bleibt ein Bus im Matsch stecken



Gruppe von Christiane und Friederike



Alle passen auf!



Neu im Programm: Freestyle!



Gruppe von Pauline und Sebastian



Spaß in der Gruppe von Simon und Jakob



Am Anfängerhang



Sonntags lacht die Sonne und Susis Gruppe auch



Einige unserer charmanten Übungsleiterinnen.....



.....Und die harten Übungsleiter



Alle sind neugierig aufs Skifahren



So sieht Snowboardfahren aus?! - eher Snowboardrobben



Aber dafür sind die Snowboardlehrer um so lässiger



Auch die „Großen“ müssen Skifahren lernen!

Rennauftakt für die Schüler

DSV-Schülerpunkterennen am Almberg

Beim Punkterennen am 23. 1. 2011 in Mitterfirmiansreuth traf unsere Schülermannschaft auf eine harte Konkurrenz. Katharina Rödl konnte sich bei ihrem allerersten Rennen überhaupt – und das auch noch im Slalom – auf dem 17. Platz behaupten, Tanja Aue fuhr auf den 20. Platz. Josef Aumüller legte einen guten Saisonstart hin und fuhr im starken Feld auf einen beachtlichen fünften Platz.



"In erster Linie bin ich Mensch"

Erwin Schoch,
Vorstandssprecher
der Volksbank Regensburg eG

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

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





Hochfügen

Am Montag um zwei
da kamen wir herbei.
Hochfügen ist ein absolutes MUSS,
Deswegen setzten wir uns schnell in unsren Bus.
Alle waren pünktlich da
bis auf die liebe Magdalena.
Doch sie war unsre Segnung,
denn sie hatte unsre Verpflegung.
`Ne halbe Stunde warteten wir bloß,
dann ging's mit Maggie und den Getränken los.
Nach ein paar Stunden lustiger Fahrt
waren wir dann in Hochfügen am Start.
Gleich mussten wir mit großem Schrecken
etwas sehr schlimmes entdecken.
Miele, unser Sonnenschein
sollte nicht mehr bei uns sein.
Der Abend nahm dann seinen Lauf,
und die Jungs machten richtig einen drauf.
Trotz Felix Alkoholkonfiszierung
verloren viele besoffen die Orientierung,
verliefen sich in fremden Schränken
ohne an die andren Hausbewohner zu denken.
Einige kreischten mit voller Power,
deswegen waren unsre Leiter ziemlich sauer.

In der früh wurden wir mit sanfter Musik geweckt
oder besser von Zimmer vier aus süßen Träumen geschreckt.
Dann ging's gleich los auf die Piste,
wobei man die durch ‚mysteriöse Umstände‘ verletzte Julia vermisste.
Felix hat sie dann ins Auto gepackt,
der Arzt ist total abgekackt:
„Geschah es beim erotischen Akt?“
Abends ging's dann zum Schlittenfahn
nur zwei Schlawiner warn schon vor uns auf der Bahn.
Sie hatten die Piste für uns präpariert,
damit sich auch jeder so richtig blamiert.
Felix und Mo haute's dann richtig um,
sie fanden die Klappspatenbattalion etwas dumm.
Doch die beiden hatten ihren Spaß
und machten und mit Schnee dazu noch nass

Am nächsten Tag sind wir in Gruppe über die Piste geraced
Und haben zusammen im Panorama gefrased.

Am Abend haben die meisten bei Glühwein gechillt,
doch ein paar Außenseiter haben ihren Alkoholpegel im Schirm gedriilt.

Der Heuschnaps hat den Giga vom Stuhl gerumst,
die andren sind nach einer kurzen Odyssee ins Bett geplumpst.

Im Vollrausch hielten sie sich für Usain Bolt
und dachten sie gewinnen beim Treppenlauf Gold.

Die andren gingen brav zum Kegeln
und hielten sich wie immer an alle Regeln.

Als wir heim kamen waren zwei der fünf wieder heiter
und tranken fröhlich ihr Weizen weiter.

Nach mehreren Runden Pokern begaben sich dann alle zur Ruh
und sogar die Hardcoretrinker machten ihre Äuglein zu.

Am nächsten morgen war jeder wieder wach,
drum cruisten wir nach Kaltenbach.

Nur das Anstehn am Lift war nicht gut,
es brachte noch manche Holländerin zur tobenden Wut.

Nach ordentlicher Wartezeit
war auch unser Essen in der Kristallbar bereit.
Bei schönem Wetter sind wir in der Sonne gesessen
und konnten all unsre Sorgen vergessen.

Am Abend ging Pokern in die heiße Phase,
auch andre Spiele spielte man in voller Extase.
Uns're Säufer entpuppten sich wieder als Trottel:
Sie saßen am Tisch mit `ner Flasche Zottel.

Die Stuttgarter brachten das Fass zum Überlaufen,
sie kamen herbei um gemeinsam zu saufen.





Da hat's der Felix dann nicht mehr gepackt
und ist mit Recht ein wenig abgespuckt.

Es kam zu heißen Diskussionen:
Würde sich das Heimschicken der Bösewichte lohnen?

Für Beteiligte war es ein schlimmes Debakel,
für Zuschauer ein spannendes Spektakel.
Doch wir bewiesen unsren Zusammenhalt
und fanden einen Kompromiss sehr bald.

Der sollte uns alle wieder ‚verein‘en
und keiner brauchte mehr zu weinen.

Giga trumpfte dann noch auf,
er holte eine Himmelslaterne rauf.
Da schrieben alle ihre Wünsche drauf.
Und unsre Coaches bewegte nicht mehr Wut,
sondern sie hofften: „Alles wird gut!“

Und heute gab's das Abschlussrennen,
doch leider mussten wir uns davor auf der Piste von Anna trennen.

Der Lauf war richtig gut gesteckt,
und hat noch in jedem den Rennfahrer geweckt.

Zwar musste mancher dreimal starten,
dann mussten die andren eben warten.

Heut Abend gab's Silvesterschmaus
Und nachher geht's auf die Piste raus.

Der bunte Abend wird und noch beglücken
Und Familien M-a/e/i/y/e-r mit ihren Shows entzücken.

Wir werden das Jahr alkoholfrei ausklingen lassen,
um im neuen Jahr neu Fuß zu fassen.

Auch wenn wir mussten manchen rügen,
Hatten wir doch sehr viel Spaß in Hochfügen!!!



von Janina Postpischil,
Anna Feldmeier,
Maxi Schott
und Adrian Augustin

Rennbericht S-Cup in Grainet am Sonntag, den 23.01.2011

Am Vorabend mussten wir noch zittern, ob das Rennen ob der schlechten Schnee- verhältnisse stattfinden konnte – die ersten Rennen am dritten Januarwochen- ende waren wegen des Januar-Tauwetters ausgefallen.

Dank dem starken Frost und den großen Bemühungen des SV Grainet und des Lift- betreibers konnte das Rennen bei guten Pistenbedingungen abgehalten werden.

Der Riesentorlauf wurde mit zwei Durchgängen und addierten Laufzeiten gewertet.

Am Renntag erwartete Anna Schillinger als einzige Vertreterin des SWC ein starkes Teilnehmerfeld in ihrer Altersgruppe.

Nach dem ersten Durchgang konnte sich Anna (33,71 sec) auf den 3. Platz fahren hinter der starken Tschechin Barbora Zikova (32,83 sec) und Katrin Aschen- brenner vom ASV Arrach (33,07 sec).

Beim 2. Durchgang wurde innerhalb der Startgruppen in umgekehrter Reihenfolge gefahren.

Zikova stürzte im 2. Lauf und so erhoffte sich Anna ein Vorrücken in der Platzie- rung, doch Sophie Rathsack vom TSV Haarbach legte eine gute 2. Laufzeit hin, mit der Anna nicht mithalten konnte.

So blieb es beim zufriedenstellenden 3. Stockerlplatz.

von Peter Schillinger



WEINLAND · STRAUBE
RECHTSANWÄLTE

Margaretenstr. 11, 93047 Regensburg, Tel: 0941-29718-0, Fax: 0941-25650
Email: info@rae-regensburg.de
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.

Sparkassencup am 28.01. und DSV-Punkterennen am 30.01.2011 in Oberried

Die SWC-Rennkids haben am vergangenen Wochenende wieder fleißig Punkte gesammelt. Beim Nachtrennen am Freitag schrammte Anna Schillinger mit Platz 4 bei den W10 knapp am Treppchen vorbei, während Johannes Koller sich als 14. im starken Feld der M10 behaupten konnte.

Am sonnigen jedoch sehr frostigen (-13°C) Sonntagmorgen durften dann die älteren

Schüler ihr Slalom-Können unter Beweis stellen. Bei den Schülerinnen S12/14 konnte sich Franziska Koller (15.) mit zwei gelungenen Läufen im Mittelfeld positionieren, während sich Tanja Aue (16.) und Katharina Rödl (18.) nach jeweils einem verpatztem Durchgang nicht ganz zufrieden zeigten. Bei den ebenso stark besetzten gleichaltrigen Jungs gelang Moritz Bredehorn ein guter 16. Platz.



Audi-Quattro-Cup am 06.02.2011

Am Sonntag, den 6. Februar startete Anna Schillinger beim Audi-Quattro-Cup des Skiverband Inngau am Sudelfeld. Auf der steilen FIS-Piste am Waldkopf hatte der SV Kolbermoor einen Slalom als Vielseitigkeitslauf ausgeschrieben. Von den Jahrgängen 2003 bis 2000 war der gesamte Inngau-Nachwuchs am Start. Bei sonnigem Frühlingswetter waren zwei Durchgänge mit Kurzkippern und langen Kippstangen

zu bewältigen. Eigentlich sollte es eine Standortbestimmung unter den „Berglern“ werden. Anna Schillinger erwischte aber einen guten Tag und fuhr mit einem soliden ersten und einem super zweiten Lauf auf den hervorragenden 3. Platz. Bei der Siegerehrung strahlte sie dann mit der Sonne um die Wette.

von Peter Schillinger



Das Rennteam auf der Arber-Weltcup-Strecke

Sparkassencup am 12. 2. 2011 und Max-Schierer-Pokalrennen am 13. 2. 2011

Am zweiten Februarwochenende waren die Rennkinder des SWC gleich zweimal am Arber. Am Samstag beim Sparkassenkindercup gelang Anna Schillinger allerdings kein fehlerfreier Lauf und sie landete auf dem 4. Platz.

Am Sonntag beim Max-Schierer-Pokalrennen war sie das Eis der Weltcup-Piste dann gewohnt und fuhr mit einem technisch sehr guten Lauf auf den 1. Platz. Bei schlechten Sichtverhältnissen behaupteten

sich auch die Schüler des Rennteams gut in der harten Bayerwald-Konkurrenz: Helena Wagner wurde 8., Kati Rödl 5., Moritz Bredehorn landete ebenfalls auf dem 5. Platz. Josef Aumüller fuhr auf den 5. Platz in seiner Klasse, zwei Plätze vor Maxi Schott. Lena Schindler konnte wegen einer Verletzung beim Einfahren leider nicht an den Start gehen.

von Peter Schillinger und Ursula Breitkopf



Ödenturmcup am Arber, 27. 02. 2011

Eva Schillinger und Josef Aumüller überzeugen im Slalom

Mit vier jungen Rennfahrern ist Peter Schillinger am letzten Februarsonntag zum Arber gefahren: Während Rennfloh Anna Schillinger und Kati Rödl ausschieden, konnte Eva Schillinger sich auf Platz vier bei den Schülerinnen 12 behaupten. Josef Aumüller

hat seine beiden ersten Slalomläufe heuer mit Köpfcchen und Konzentration durchgebracht und siegte in der Klasse der Schüler 14 gegen ein starkes Feld aus dem Bayerwald.

von Ursula Breitkopf und Susy Schillinger

||| DAS SPORTHÄUS

SPORT GOLDHACKER

Profi Ski und Board Service

- BELAG AUSBESSERN für besseren Fahrkomfort
- BELAG-TUNING für Kraft sparendes Schwingen 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



Lawinencamp am 30. 1. 2011 am Pröllner

Auch in diesem Jahr gab es für alle SWC Freerider und Tourengerher ein Lawinen-Camp. Acht Teilnehmer haben sich aus ihren zum Teil nicht so warmen Betten aufgemacht zum Pröllner. Der Vormittag ist gefüllt mit Theorie. Da rauchen die Köpfe bei Themen wie Risikomanagement, Schneebrett, Anriss, Hangneigung Nach dem Mittagessen kommt – Gott sei Dank – der praktische Teil.

Nachmittags geht es dann raus an die frische Luft. Die richtige Suchstrategie ist immer noch die komplexeste Aufgabe im Ernstfall. Also ran an die Geräte und schön vergraben. Leider lässt die geringe Schneefuße nicht viel Spielraum für gemeine Verstecke. Immerhin schaffen es Maxl und Josef eines der wertvollen LVS-Geräte im Sumpf zu versenken und dabei nicht einmal einzuschalten. Na sauber. Da können die Herren Ausbilder aber lange suchen. Immerhin haben sich die Beiden ihr Versteck gemerkt, sonst wäre es teuer geworden. Trotz der angesprochenen geringen Schneemächtigkeit, schaffen wir es, ein Profil und einen Rutschblock zu graben.

Und siehe da, sowohl die Schneedecke zeigt in den 50 cm verschiedene Schneekristalle, auch der Rutschblock gleitet sauber auf der zuvor schon entdeckten Eislamelle ab. Bei einer Hangneigung von geschätzten 5 Grad müssen wir uns aber nicht fürchten.

Das war das SWC-LawinenCamp 2011. Auf ein Neues im kommenden Winter!

von Dominik Schmeer



Sondieren



ECKL Wolfgang

SCHREINEREI
HOCHWERTIGER
INNENAUSBAU
MÖBELWERKSTÄTTE
MEISTERBETRIEB DER
SCHREINERINNUNG

Ihr Fachbetrieb für
Komfort Living

hölkering 5
93080 pentling

tel. 0941 . 4 16 39
fax. 0941 . 4 45 89

www.schreinerei-eckl.de
info@schreinerei-eckl.de

SWC Skitourentage am Lucknerhaus / Kals

Wie nennt man einen, der schon im Herbst des Vorjahres weiß, wo im schneearmen Februar die besten Skitourenbedingungen herrschen? Hellseher? Könner? Na ja, wohl eher Glückspilz. Als solche fühlen wir uns, als wir uns mit insgesamt 16 SWC-Skitourengehern in Richtung Großglockner aufmachen. Die Vorhersagen sind noch nicht so vielversprechend. Die Piktogramme zeigen Wolken mit leichtem Schneefall, dahinter lugt eine Sonne raus. Angekommen am Lucknerhaus ist noch nicht viel von der Sonne zu sehen, allerdings ist alles frisch verschneit, was uns auch nicht stört. Es steht auch nur eine Aufwärmtour mit LVS-Training auf dem Programm. Auf zum Berger Törl und der Glorerhütte! Im Nebel vertraue ich auf meine Nase und siehe da, plötzlich stehen wir vor der Hütte. Wie sich in den kommenden Tagen zeigen sollte, funktio-

niert das mit der Nase nicht immer so gut.

Die Abfahrt lässt uns, trotz Nebel, schon erahnen was die kommenden Tage bringen werden. Jetzt heißt es erst einmal ab in die Sauna.

Freitagmorgen hebe ich um halb sieben kurz den Kopf und was seh ich? Den Großglockner! Von Nebel und Wolken keine Spur. Das Figerhorn, unser heutiges Ziel ist ein Paradeskiberg. Nach 100Hm auf einem Forstweg geht es 900Hm hinauf in einen freien Hang mit idealer Neigung. Die Gipfelflanke steilt etwas auf, aber mit guter Technik kommen alle oben an. Die zweite Gruppe entscheidet sich Großteils für die Variante mit Skidepot und Fußmarsch.



Wolken auf dem Weg zur Glorerhütte



Anstieg zum Figerhorn



Gipfel Figerhorn



Eine traumhafte Abfahrt schließt sich der Gipfelrast an. Nur einer kann leider das Ganze nicht voll genießen. Hans hat sich eine fiese Blase am kleinen Zehen gelaufen. Der Zeh ist mittlerweile fast so groß wie der Große. Da macht die Abfahrt auch keinen Spaß.

Der Samstag bringt das Highlight der vier Tourentage. Am Freitagabend studieren wir noch Mal die Aufstiegsroute zum Bösen Weibel, Rosi schreibt sich noch einen kleinen Marschplan. Also bestens vorbereitet starten wir eine gute halbe Stunde nach der ersten Gruppe.



Anstieg Böses Weibel

Nach einer bewaldeten Steilstufe und einer längeren Querung gelangt man in den ersten kleineren Kessel an dessen Ende ein markanter Gipfel steht. Nun müssen wir rechts vorbei eine kleine Rampe hinauf. Unter dem Pulverschnee liegt eine harte und feste Altschneedecke, wir müssen zum ersten Mal zu Fuß die Skier tragen.



Skier tragen

Die sich daran anschließende Rinne ist auch beeindruckend, als wir wieder an die Oberfläche zurückkehren, kommen wir noch Mal auf die eingangs schon angesprochene Nase zurück. Mein Gefühl sagt mir, dass wir uns rechts halten müssen. Die Spur der Rennläufer, die uns morgens überholt hatten geht nach links. Karte und GPS raus! GPS sagt links. Rosi sagt nach dem Blick in die Karte auch links. Wie man sich täuschen kann. Wir laufen der Spur nach. Kommen von rechts Richtung Gipfel im Glauben nur den Weg von der anderen Seite gewählt zu haben. Als da aber nur ein dürrtiger Steinhaufen den höchsten Punkt markiert ist sofort klar, dass wir auf dem Falschen stehen. Macht nichts – immerhin auch ein 3.000er!



Blick zu den Gridenkarköpfen

Der Karte entnehmen wir den wahren Namen: Gridenkarköpfe. Michele tauft ihn zum "Falschen Weibel" nach dem das echte Böse herüberlacht. Der Großteil der Gruppe belässt es dabei, nur Susanne, Rosi, Pfiff und ich wollen noch hinüber. Leider wollen Rosis Felle nicht mehr so recht. Eher unmotiviert hängen sie am Ski. Auch die Kabelbinder helfen da nix mehr. Zu dritt stehen wir am richtigen Ziel unserer Unternehmung. Obwohl wir heute nicht ganz alleine waren, so wie in den vergangenen Tagen, bleibt noch genügend Pulverschnee für eine gigantische Abfahrt.

Bei diesen Bedingungen bekommt der Kniefall beim Telemarken noch eine ganz andere Bedeutung.



Abfahrtsgenuss

Mein Versuch noch eine Vollmondskitour zu organisieren, scheitert an einer gewissen Bierschwere und inneren Zufriedenheit der potentiellen Teilnehmer, ob des schon geleisteten Tagwerks.

Den Abschluss bildet am Sonntag noch

eine kleine Tour in Richtung Stüdlhütte. Mein Plan ist es, soweit zu gehen wie wir wollen, um dann nicht allzu spät die lange Heimreise anzutreten. Jürgens Gruppe zieht dann aber doch noch hinauf bis zu Hütte, meine Gruppe macht einen Schwenk nach Osten und lässt sich auf einem wunderbaren Brotzeitplatz mit Glocknerblick nieder. Auch hier befahren wir noch weitestgehend unverspurtes Gelände hinab



Blick zurück zum Glockner

zu unserem Basislager dem Lucknerhaus.

Besser geht es kaum. Aber das gehört bei den SWC Skitouren der letzten Jahre schon zum Programm: Beste Stimmung bei allen Beteiligten, keine Verletzungen, gute Schneeverhältnisse und Sonnenschein! Und schon gehen die Planungen für das kommende Jahr los. Ideen, Vorschläge und Wünsche sind jederzeit willkommen!



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

online-shop: www.teelust.de



Tee - Kaffee - Geschenke - Zubehör



Der jüngste flyeralarm aller Zeiten

SWC- Team bei der Synchro-Challenge in Mitterfirmiansreuth am 25. /26. 02.2011

Einfach cool!

Diese Worte beschreiben das „Meisterschaftswochenende“ in Mitterfirmiansreuth wohl am besten! Neben der wahnsinnigen Stimmung und dem immer gut gelaunten Teilnehmern, war uns das Wetter auch noch wohlgesonnen, und somit hatten wir bei perfekten Pistenverhältnissen auch noch optimales Wetter!

Da wir dieses Jahr als mit Abstand jüngstes Team an den Start gingen und nur eine Woche trainiert haben, waren wir dementsprechend nervös und vorfreudig! Aber für dieses wenige Training war die Vorstellung einfach Klasse, mit diversen „Wechseln“ und „Crashes“ versuchten wir der Konkurrenz Druck zu machen, jedoch reichte es am Ende nur für einen ehrenhaften letzten Platz, aber der Abstand zum Vorletzten war gering ;-). Das Team war einfach Spitze, wir

hatten echt riesig Spaß in den Trainings, und am Wettkampftag verflieg die Nervosität zu reiner Freude.

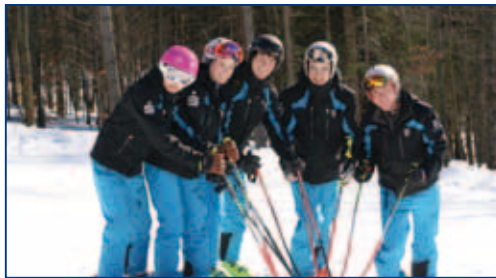
Herzlichen Dank an dieser Stelle an alle Teilnehmer : Josef Aumüller – Adrian Augustin – Lena Bredehorn – Sebastian Obermeier ! Ihr seid einfach Klasse!

Und mit genug Training stehen wir nächstes Jahr auch am „Stocker!“ ;-)

Aber was wäre eine solche Truppe ohne Helfer und Gönner:

Danke an beide Fahrer, die uns neben der Hinfahrt auch noch am Hang gefilmt und den abends doch „sehr“ kalten Temperaturen getrotzt haben, aber auch ein großes Dankeschön an den Verein , besonders an Ursula Breitkopf, der dies alles möglich gemacht hat!

Und ganz nebenbei sind wir „Jugend-Synchron Meister 2011“!



von Michael Bredehorn

Jung

dynamisch



und erfolgreich!!

Termine Termine Termine Termine Termine Termine

16.04.2011: Werfertag

06.05.2011: Stabhochsprung Frühjahrsspringen

14.05.2011: Kreismeisterschaften Jugend mit Rahmenwettkämpfe Schüler C/D

08.07.2011: Oberpfalzmeisterschaften Stabhochsprung

23./24.07.2011: Oberpfalzmeisterschaften Mehrkampf

27. Mai 2011 um 17.00 Uhr: Trainerfortbildung für die Leichtathletik-Übungsleiter zum Thema Wurf. Franz Sedlmeier wird uns zeigen, wie der große Wurf gelingen kann und auf was man – besonders im Kindertraining – achten sollte.

C-Trainer-Ausbildung in Regensburg am 30.01.2011

Jan Ropohl und Michael Duchardt frischgebackene C-Trainer

Erfolgreich schnitten unser beiden C Trainer Aspiranten bei der abschließenden Prüfung im Goethe Gymnasium ab: Beide waren unter den Lehrgangsbesten und schafften ohne Probleme die Prüfung.

An dieser Stelle nochmals vielen Dank an unsere Mädchengruppe die sich als „Schüler“ für die Lehrproben zur Verfügung gestellt haben. Dank ihrer aktiven Mitarbeit ist bei den Lehrproben niemand durchgefallen.



Konditorei -Café Orlando di Lasso

Unsere Öffnungszeiten:

**Montag – Samstag
7.30 -18.00**



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

Transparent. Übersichtlich. Leistungsstark.
In 49 Geschäftsstellen, mit 87 Geldautomaten
und mit 435 Beratern!



Sparkasse
Regensburg

Immer wieder Mittwochs.....

Immer Mittwochs 17.30 Uhr treffen sich die 5-11-jährigen zur Leichtathletik in der Kreuzschule. 25 Kinder erproben sich dabei in den leichtathletischen Grundformen des Werfens, Springens und Sprintens. Bei dem großen Altersunterschied der Kids müssen die Trainer viel Einfühlungsvermögen bei der Gestaltung des Trainings beweisen.

Alle sind mit großem Eifer dabei, wenn Sprünge über die Bananenkartons oder Bänke absolviert werden sollen. Auch

beim Sprintwettkampf strengen sich alle an, um Erster zu sein. Beim Werfen muss sich Johanna immer in Acht nehmen, um von den Wurfgeschossen nicht getroffen zu werden. Aber ich bin sicher, dass alle im Sommer für die Wettkämpfe bestens gerüstet sind.

Für alle, auch die Trainer, gibt es am Ende die obligatorischen SWC-Gummibärchen als Belohnung.

von Andrea Holzapfel



Immer wieder Mattenfahren - die armen Trainer



Auch Pausen müssen sein



„Die Löwen sind los“



Weihnachtsfeier der Leichtathleten mit Ehrung der „Besten“



Nordbayerische Hallenmeisterschaften, Fürth 06.02.2011

Gold und Silber für Stabhoch – Kids

Einen erfolgreichen Saisonauftakt feierten unsere Schüler bei den Nordbayerischen Hallenmeisterschaften in Fürth. So holte Steffi Rebele mit 2,00 m den Titel im Stabhochsprung der W 15. Ebenfalls auf dem Treppchen stand Vroni Plank als 13-jährige bei den W 14 und Platz 2 im Stabhochsprung mit sehr erfreulichen 2,30 m.

Knapp das Treppchen verpassten Fabian und Frederic Buslaps: Fabian sprang 2,20 im Stabhochsprung der M 15, was Platz 4 bedeutete. Im Hürdenlaufen verpasste er nur knapp den Endlauf und im Hochsprung stellte er mit 1,50 m seine pers.

Bestleistung ein. Frederic wurde 4. im 1000 m Lauf der M 13 mit pers. Bestleistung von 3:34,18 min.

Sehr erfreulich lief es auch bei Steffi Pegoretti: Im Hürdenlauf der W 15 erreichte sie den Endlauf und belegte dort mit 10.26 sec. Platz 6. Nur denkbar knapp verpasste sie als jeweils 9. den 60 m Endlauf (um 1/10el sec.) und mit guten 4,61 m den Endkampf im Weitsprung. Gute Mittelfeldplätze belegten Franziska Koller und Caro Pegoretti über 60 m und 60 m Hürden.

von Josef Koller

Senioren Hallensportfest in Fürth am 29.01.2011

4 Siege für SWC Damen

Viermal standen unsere Seniorinnen ganz oben auf dem Treppchen: Christine Koller gewann den Hürdenlauf der W 45 mit sehr guten 9,87 sec., zudem wurde sie jeweils Dritte im Weitsprung (4,36 m) und über 60 m (8,78 sec.). Sabine Garatva gewann den Hochsprung der W 45 mit 1,30 m,

belegte Platz 4 im Weitsprung 3,99 m und Platz 5 über 60 m 9,36 sec.

Zweimal Gold holte Diana Winkler in der W 35 mit 8,31 m im Kugelstoßen und 3,82 m im Weitsprung.

von Josef Koller



Trainingslager Misano Adriatico 2011

Abfahrt: Karfreitag, 22.04.2009 Sportanlage Weinweg

Ankunft: Freitag, 29.04.2009 gegen 24.00 Uhr

**Unterkunft/
Verpflegung:** Hotel / Pensione Casali
Viale della Repubblica 30
I – 47046 Misano Adriatico
Italia
Tel. +39 541615569
www.hotelcasali.com

Abendessen verbilligt in Pizzeria nebenan

Kosten: Euro 260.-
incl. Fahrt, Übernachtung, Frühstück, Mittagssnack
Stadionbenutzung und sämtlicher Gebühren
Für das Abendessen ist mit ca. 8€/Tag zu rechnen

Mitzubringen: gute Laune, Sportsachen, 2 Paar Turnschuhe,
Spikes, Badesachen, Regensachen, Inline Skates,
Spiele

Training: 2 x täglich in Misano, Cattolica oder San Giovanni
oder am Strand

Rahmenprogramm: Ausflüge, Inline Skating, Minigolf, Cart, Volleyball

Anmeldung: bis 05.04.2011 bei Michael Duchardt
Per Mail: micheleduchardt@aol.com
(bei Minderjährigen Mail durch Erziehungsberechtigte)

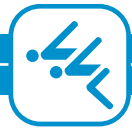
Schön hier.

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



Clubmeisterschaften 2011

Zu einem richtigen Training gehört auch der Wettkampf mit Gleichaltrigen. Auch der zeitliche Vergleich gibt uns Aufschluss über unseren persönlichen Trainingsstand. Aus diesem Grund laden wir Euch alle wieder zur Clubmeisterschaft im Schwimmen ein:

Wann: Montag, 11. April 2011 ab 17.15 Uhr

Wo: Städt. Hallenbad, Regensburg, Gabelbergerstraße 14

Es sind die Strecken 25 und 50 m Brust, sowie 100 m Freistil (ist die persönlich schnellste Art sich im Wasser fortzubewegen) zurückzulegen. Den Eltern unserer Kids/Schüler und Jugendlichen bieten wir mit der Einsteiger- bzw. Elterndisziplin über 50 m Freistil auch die Möglichkeit am Wettbewerb teilzunehmen. Diese Teilnehmer starten zwischendurch, nach der Klasse ihrer Kinder.

Bezeichnung	Beginn	Jahrgang	Disziplin
Kids	17.15 Uhr	2005 und jünger	25 m Brust
Schüler/in Klasse E	17.15 Uhr	2004	25 m Brust
Schüler/in Klasse D	17.15 Uhr	2002 - 2003	50 m Brust
Schüler/in Klasse C	18.15 Uhr	2000 - 2001	50 m Brust
Schüler/in Klasse B	18.15 Uhr	1998 - 1999	100 m Freistil
Schüler/in Klasse A	18.15 Uhr	1996 - 1997	100 m Freistil

Bezeichnung	Beginn	Jahrgang	Disziplin
Jugend B	19.00 Uhr	1994 - 1995	100 m Freistil
Jugend A	19.00 Uhr	1992 - 1993	100 m Freistil

Bezeichnung	Beginn	Jahrgang	Disziplin
Frauen/Männer 20	19.15 Uhr	1982 - 1991	100 m Freistil
Frauen/Männer 30	19.15 Uhr	1972 - 1981	100 m Freistil
Frauen/Männer 30	19.15 Uhr	1962 - 1971 usw	100 m Freistil
Eltern Einsteiger			50 m Freistil

Wer gewinnt wohl?



Wertung:

Voraussetzung für alle Teilnehmer ist das Abzeichen „Seepferdchen“.

Grundsätzlich erfolgt innerhalb der Klassen keine Trennung zwischen weiblich und männlich. Für die Kids und Schülerklassen E-C wird jeder Geburtsjahrgang einzeln bewertet.

Die Kids und Schüler/in Klasse E dürfen entweder vom Startblock, vom Beckenrand oder direkt vom Wasser aus beginnen.

Anmeldung:

An den Montagen, 28. März und 4. April 2011 im Hallenbad oder bis 4. April 2011 bei Christine Obermeier, Tel.: 0941 / 37720.

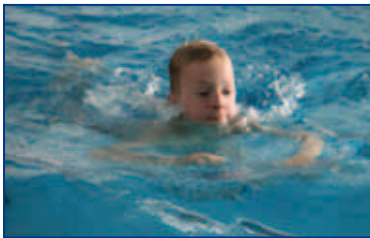
Siegerehrung:

Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde. Die Siegerehrung wird jeweils nach dem Wettkampf im Hallenbad durchgeführt. Für die Elterndistanz kann aus organisatorischen Gründen keine Siegerehrung durchgeführt werden. Sie erhalten die Urkunden nach den Osterferien. Diese bitte dann an der Kasse abholen.

Organisatorischer Hinweis:

Am 11. April entfallen sämtliche Trainingseinheiten im Schwimmerbecken sowie das Kleinkindertraining im Nichtschwimmerbeckern.

An den beiden folgenden Montagen, 18. und 25. April findet wegen der Osterferien kein Training statt.

**Info zu Eintrittskarten im Hallenbad**

Für die ganz Kleinen müssen wir leider auch Eintritt ins Hallenbad geltend machen – die Badebetriebe verlangen dies so von uns.

Ab sofort erhalten alle Kinder, auch Babys und Begleitkinder unter 1 m Körpergröße, eine Eintrittskarte zu unserem vergünstigten Vereins-Kinderpreis.



Werde Völker- verständiger!

Schüleraustausch in über 40 Länder weltweit

Als Austauschschüler mit YFU tauchst Du komplett in eine andere Kultur ein. Du bekommst eine zweite Familie, findest internationale Freunde und erlebst Völkerverständigung hautnah!

Wir haben über 40 Länder zur Auswahl und unsere Gastfamilien nehmen Dich unentgeltlich auf. Außerdem stehen Dir auf der ganzen Welt YFU-Mitarbeiter zur Seite. Wir freuen uns auf Dich!

www.yfu.de

YFU  Deutsches
Youth For Understanding
Komitee e.V.

In eigener Sache

Kinderturnen in Prüfening Dienstag 17.30 – 19.30!

Leider müssen wir zu Beginn des Schuljahres 2011/2012 die Teilnehmer reduzieren.

Das Kinderturnen in Prüfening erfreut sich so großer Beliebtheit, dass wir aus allen Nähten platzen.

Wir haben uns daher entschlossen die Teilnehmerzahl auf 30 Kinder herunterzuschrauben, wobei es als erstes unsere Kinder über 12 Jahre trifft. Für diese haben wir eine Ausweichmöglichkeit am Freitag 15.00 – 16.30 im Werner von Siemens Gymnasium.

Es ist nicht zu übersehen, dass sich die Mädchen ab 12 zunehmend unterfordert fühlen. Zum einen sind die Geräte für sie wenig geeignet. Es ist eben eine Grundschule.

Zum anderen ist der Altersunterschied zu groß als dass man für alle die passende Geräte aufbauen könnte.

Durch die hohe Teilnehmerzahl kommt es zu lange Wartezeiten an den Geräten.

Freilich steigt dadurch die Unruhe in der Halle. Die Kinder und die von mir engagierten Übungsleiter verlieren zunehmend die Freude an der Turnstunde.

Sollte sich durch den Neubau an der Schule die Situation ändern und wir mehr Hallenzeiten bekommen, werde ich natürlich mein Bestes tun, um für Jugendliche in Prüfening eine Turnstunde einzuführen.

von Wolfgang Straube



Alle wollen Turnen!!



In Vorbereitung auf das Bayerische Landesturnfest!

In diesem Jahr geht es zum Bayerischen Landesturnfest nach Landshut vom 23.06 bis 26.06.2011!

Inzwischen zur Tradition geworden nehmen wir auch dieses Jahr wieder an einem Turnfest teil. Geturnt wird von uns überwiegend der Deutsche Wahlvierkampf, eine Art Jedermannturnwettkampf, bei dem es nur dann richtig zur Sache geht, wenn intern diverse Wetten laufen. So ist es auch schon fast Tradition, dass unser Michael S... jährlich einen Kasten isotoni-schen Gerstensaft spendieren darf, weil er hinter den selbst gesteckten Zielen zurück bleibt.

Die Männer turnen Boden, Barren, Reck und Sprung.

Die Damen haben mit Boden, Stufenbarren,

Schwebebalken und ebenfalls Sprung das Vergnügen.

Am Freitag den 24.06 werden wir die Flying Superkid´s aus Dänemark besuchen, die wir schon in Mainz getroffen haben. Eine wahnsinns Show erwartet uns. Bei Interesse einfach googlen.

Interner Anmeldeschluss ist der 31.3.2011 bei mir!

Und nun ein paar Fotos von Michi, Anna, usw.

von Wolfgang Straube



Termine - Termine - Termine - Termine - Termine - Termine

Interessierte melden sich bitte für die jeweilige Wanderung bei Stefan Dettenhofer 0941/38396266 oder wandern@swc-regensburg.de an. Um etwas unabhängiger vom Wetter zu sein, möchten wir die Wandertermine flexibler gestalten. Bei schlechten Wetterverhältnissen gelten die genannten Ausweichtermine. Detaillierte Informationen kommunizieren wir dann zeitnah per Telefon und Mail.

Auftaktwanderung am Ostermontag 25.04.2011

Nach überwältigendem Erfolg der letztjährigen Herbstwanderung möchten wir eine ähnliche Thematik für den diesjährigen Auftakt aufgreifen. Wir beginnen mit einer gemütlichen Bierwanderung nach Oberndorf. Der Hinweg führt über die Jurafelsen, der Rückweg entlang der Donau.

Charakter: leicht (auch für Kinder und Oma geeignet)

Treffpunkt 9:30h in Matting am Parkplatz Fähre,

Gehzeit Hinweg ca. 1:40 Stunden, Rückweg ca. 1 Stunde, garantiert mit Einkehrmöglichkeit

Teilnehmerzahl unbegrenzt, wg. Tischreservierung bitte um frühzeitige Anmeldung

Mitte Mai: Höhen-Berg-Weg Freudenberg am 15.05.2011

Wanderung zwischen oberer Vils und Erlenbach

Diese Wanderung wird als Rucksackwanderung (Brotzeit bitte mitbringen) angeboten.

Am Ende der Wanderung Einkehrmöglichkeit im Landgasthof Dotzler.

Charakter: leicht, 17 km mit Dauer ca 5 Std

Treffpunkt: 9 Uhr Landgasthof Dotzler, Hauptstraße 16, 92272 Freudenberg (Anfahrt ca. 55 min)

Teilnehmerzahl 25, bitte um Anmeldung

Mitte Juli: Arber-Kaitersberg-Hochtour am 10.07.2011

Großer Arber - Eck „Auf geht's zu den 10tausendern im Bayerischen Wald“

Diese Wanderung wird als Rucksackwanderung (Brotzeit bitte mitbringen) angeboten. Am Ende der Wanderung Einkehrmöglichkeit und Übernachtungsmöglichkeit im Berggasthof Eck.

Charakter: mittelschwer, ca. 16 km - Gehzeit: 6 Stunden

Treffpunkt: 9 Uhr Arber Talstation (Anfahrt ca. 1h 45 min)

Teilnehmerzahl 20, bitte um Anmeldung



Wanderausfahrt nach Zell am See vom 09.- 11.09.2011

Zwei Übernachtungen, Anreise 09. September 2011 in Privatfahrzeugen

1. Tag: „Pinzgauer Spaziergang“

Der Pinzgauer Spaziergang verläuft parallel zum Salzachtal auf einem rund 2000 m hohen Gebirgskamm, der dieses hochalpine Längstal im Norden vom Glemmtal trennt. Den besonderen Reiz dieses Wanderweges macht die beständige Aussicht auf die höchsten Gipfel der Hohen Tauern und das dazwischen liegende Salzachtal aus. Im Westteil bietet der Höhenweg beeindruckende Blicke auf die Zillertaler Alpen. Der Höhenkamm selbst ist Teil der Kitzbüheler Alpen, die mit ihren sanften, nur selten felsigen Schiefergipfeln zur Grauwackenzone gehören.

Gehzeit 6 Std, 500 Hm

2. Tag: Abstieg über den „Alexander-Enzinger-Weg“ vom Alpincenter der Kitzsteinhornbahnen

Kaprun zur Maiskogelalmhütte. (Charakter anspruchsvoll Gehzeit 4 Std, 650Hm bergab, alternativ weitere 2 Std, 870 Hm bis Kaprun Zentrum).

Diese Wanderungen werden als Rucksackwanderung angeboten.

Teilnehmerzahl 14

Anmeldung bis 22. Juni 2011

Preis für zwei Übernachtungen HP inkl. Lift ca. 110 €, ohne Anreise und Transfer (Überweisung des Preises unter dem Stichwort „Zell am See 2011“ auf das Konto 15131 bei der Sparkasse Regensburg, BLZ 750 500 00, Inhaber: Ski- und Wanderclub)

Oktober 2011: Traditionelle Fuchsjagd

Weitere Infos zur Fuchsjagd gibt es im Clubheft 3. Quartal



Jahreshauptversammlung 2011

Hiermit ergeht satzungsgemäß und fristgerecht Einladung an alle Mitglieder zur diesjährigen Jahreshauptversammlung

Am 20.Mai 2011, 19:30 Uhr in den Antonius-Gaststätten (kleiner Saal 1. Stock)

- Tagesordnung:
1. Begrüßung und Eröffnung
 2. Ehrung langjähriger und verdienter Mitglieder
 3. Sportlerehrung
 4. Berichte der Spartenwarte
 5. Geschäfts- und Kassenbericht
 6. Bericht der Kassenprüfer
 7. Entlastung
 8. Verschiedenes und Anträge

Anträge zu dieser Versammlung sind spätestens 10 Tage vorher in der Geschäftsstelle einzureichen oder via Internet über info@swc-regensburg.de

Werden Sie für vier Wochen Gastfamilie!



Zehn junge **Englischsprachige** - alle **15- bis 18-Jahre alt** - suchen **Gastfamilien** in Regensburg und Umgebung. Die ausländischen Gäste nehmen in der Zeit vom **22.07. bis zum 20.08.2011** an einem **"Orientierungs- und Sprachkurs"** teil, der sie auf ihren einjährigen Aufenthalt als Austauschschüler in Deutschland vorbereitet.

Durchgeführt wird das Programm vom Deutschen **Youth For Understanding Komitee e.V.** In täglich sechs Stunden werden die Schüler/innen intensiv in der deutschen Sprache unterrichtet und mit den für sie oft unerwarteten Unterschieden in der Lebensweise vertraut gemacht, um ihnen die Anpassung an das Leben in unserem Land zu erleichtern.

Werden Sie im Rahmen des OSKs Gastfamilie

- vom 22.07. - 20.08.2011
- im Raum Regensburg
- für englischsprachige Schüler, hauptsächlich aus den USA

Kontakt: (Meldeschluss: 8. Mai)

E-Mail: stimon.kraus.yfu@gmail.com - Mobil: 0175 / 8773741





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



**TÜV-zertifizierte
Beratungsqualität**



TELIS FINANZ®
Aktiengesellschaft

Senioren-Hockey und Wanderclub, oder was?

Kreuzschule, montags 20:00 Uhr - 21:00 Uhr

Oder war da doch was anderes gemeint mit dem S bei SWC?

Lange, ganz lange ist es her, als ich zum ersten mal mit meinem Bruder zum SWC-Hallenhockey mitgehen durfte. Anfahrt war damals noch mit dem Mofa; und die meisten der damaligen Spieler sind lange schon aus dem Rennen. Das war so geschätzt vor gut 30 Jahren! Daher mutet es schon fast unglaublich an, dass es dieses Spiel ohne Unterbrechung immer noch gibt. Die ehemalige Skigymnastik vom Augustin Helmut oder Siegmüller Floyd sind dagegen schon etwas in Vergessenheit geraten. Wir SWC-Hockeyspieler haben jetzt zusätzlich durch das moderne Internet einen richtigen „Mentalpush“, bekommen. Eine Hallenhockey-Freizeitmannschaft aus Geiselhöring hat uns im letzten Jahr tatsächlich gegogelt und zu einem Freundschaftsspiel eingeladen. Vieles war hierbei anders als bei uns am Montag: andere Schläger, richtige Tore, ein Ball statt eines Pucks und ein richtiges Regelwerk. Trotz allem sind wir nicht untergegangen! Seitdem sind wir am Umstellen und das Motto lautet, sich an die neuen Geräte gewöhnen und taktische Neujustage. Macht richtig Spaß und Ende März

sind wir für ein weiteres, diesmal größeres Freizeitturnier gemeldet.

Unser Spiel, und ich vermeide hier ausdrücklich das Wort Training, findet immer Montag Abend ab 20.00 Uhr in der oberen Halle der Kreuzschule statt. Saison ist in der Regel Mitte September bis Pfingsten. Sonst auch nach individueller Vereinbarung. Am schönsten geht's, wenn wir acht Spieler sind, also drei pro Team mit je einem Auswechselspieler. Ein Spiel, welches ohne Pause läuft, dauert ca. 50 Minuten. Wir spielen im Augenblick mit Kufenschlägern aus Kunststoff und einem leichten Unihockeyball. Im Moment dient uns ein Turnbock als Tor, der SWC hat uns aber die Anschaffung von richtigen Hockeytoren genehmigt. Unser „Regelwerk“ ist im Vergleich zu dem der Geiselhöringer schon fast als rudimentär, also aufs Wesentliche beschränkt, zu bezeichnen. Kein Fuß für Feldspieler, kein Abseits, Torschüsse erst ab einer vereinbarten Linie. Der letzte Mann ist Verteidiger und Torwart gleichermaßen und darf auch mit dem Fuß abwehren. Hoher Stock, hohe Schüsse und Körperchecks sind so gut wie möglich zu vermeiden. Im Vordergrund steht der Spaß und nicht das Spielergebnis! Für Zartbesaitete ist's

Mitgliedsbestätigung

Wer eine Mitgliedskarte benötigt (zum Beispiel für SWC-Prozente bei unserem Inse-
renten von Blatt 2) kann sich diese entweder bei Ursula Breittkopf abholen oder mit ins
Training gebracht bekommen.

Mitgliedskarte anfordern: info@swc-regensburg.de oder Tel. 0941 / 379 849

aber trotzdem nix; es rumpelt schon hin und wieder. Blaue Flecken, ein massiver Muskelkater im Gesäß und gegebenenfalls in den Oberschenkeln sind nach dem ersten Spiel fast unvermeidlich. Juhu, wenn danach das Schlafzimmer in oberen Stockwerken liegt... Die meisten unserer Spieler sind schon etwas reifer, sprich 40 und älter, der jüngste ist knapp 18, deutlich spritziger und mit deutlich höherem und gewichtsmankobehaftetem Körperschwerpunkt (warum fällt der immer so leicht um?). Die Hockeysprache ist Gott sei Dank hauptsächlich bayrisch.

Mehr gibt's eigentlich nicht zu berichten.

Wir hoffen auf alle Fälle noch lange weiter Hockey zu spielen und im März den anderen Turnierrmannschaften ein wenig Wind aus der Stadt entgegenwehen zu lassen...

von Gerhard Herrmann



Spielbericht der Flyers gegen die Owayo Regensburg

Donauarena, 07.02.2011

Im ersten Saisonspiel gelang den SWC Flyers ein überzeugender 5:1 Sieg gegen das Team von Owayo, unserem Trikothersteller aus Regensburg. Nach stürmischem Beginn konnte der Gegner sofort mit 1:0 in Führung gehen. Danach aber war der erneut starke Goalie Tobi trotz mehrerer Chancen der Owayos nicht mehr zu überwinden. Auf der anderen Seite fielen dann Dank zum Teil schöner Kombinationen vor allem der ersten Sturmreihe die Tore durch Hellinger (2) Zellner (2) und Rösch Markus.

Aufstellung:

Torwart: Mühlbauer

Verteidigung: Flad, Schönleber, Duchardt, Bayerle

Sturm: Zellner, Hellinger, Rötzer Wolfgang, Rösch Tom, Rösch Markus, Kehrer Gebert Max, Weilert, Reisinger

von Michael Duchardt

Als Neumitglieder begrüßen wir

Adler Zeno, Amann Emily, Amann Erik, Behammer Kerstin, Beuerle Marius, Bittner Julian, Blazejewski Barbara, Bornber Felix, Breit Katja, Brüggemann Marc, Bucker Jonas, Bucker Michael, Dänzer Bircan, Dänzer Konstantin, Dänzer Yasmin, Diestler Valentin, Dinauer Anouschka, Doblinger Felix, Einhauser Lea, Eisenhuth Jonathan, Gantner Hannes-Leo, Gantner Theo-Florian, Gissibl, Viola, Glombitza Lena, Götz Barbara, Gruber Stefan, Halhuber Maike, Hartung Julian, Haslreiter Leonie, Henseh Julia, Hillenbrand Julia, Hitani Amira-Noura, Horlacher Marie, Iberl Veit, Iberl Wolfgang, Irouschek Paul, Knorr Konstantin, Kosina Karla, Koumpouri Pinelopi, Kreller Sam, Krogmann Moritz, Krockauer Hannah, Kunze Simon, Lammel Tim, Lehnert Adil-Nicolas, Leopold Florian, Leopold Marco, Lerch Anna, Lohmann Charlotte, Lohmann Justus, Marx Simon, Maurer Mia-Marlene, Michelson Nikolaus, Mihalovits Linda, Monczkova Donna, Moritz Valentin, Nickl David, Pietrus Gerard, Pindl Timo, Richter Wolfgang, Rödl Kristin, Rödl Pauline, Ross Jan, Ross Philipp, Rothfuß Moritz, Schedlbauer Luzie, Schindler Lena, Schmutterer Leo, Schmutterer Veronika, Stadler Moritz, Stammel Ludwig, Töns Annika, Töns Johanna, Trosbach Paula, Verdugo-Raab Ulla, von Eisenhart-Rothe Volland Jakob, Volland Jonas, Voss Andreas, Joris, Walk Antonia, Walk Elisabeth, Walk Elke, Walk Ferdinand Weber Sina, Wismath Anna, Zahner Noemi, Zahner Silas, Zimmermann David

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 – 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 7
 büro für werbung

tel. 09 41-280 2280
 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 31. Mai 2011

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 Rückportobetrages 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.

Sonntags in der Donauarena: Unsere Miniflyers

Kindereishockey im SWC



Mit dem Radl quer durch Asien

Hans Dyka erzählte von seiner Tour zur Olympiade in Tokio 1964



Einen eindrucksvollen Bildvortrag gabs am 23. Februar 2011 im Schalander: SWC-Urgestein Hans Dyka berichtete von seinen Abenteuern auf der Radltour durch den Balkan, Afghanistan, Indien, Thailand und Ostasien. Ziel waren die olympischen Spiele in Tokio, wo die Zeitmessung noch mit der Stoppuhr erfolgte.

