



Seit 1692



# Eichhofener

*Bierspezialitäten aus dem  
schönen Labertal*



Liebe Mitglieder,

nach über vier Jahrzehnten ehrenamtlichen Einsatzes für den SWC ist im vergangenen April unser Geschäftsführer Helmut Sandner verstorben. Bis zum Ende verwaltete er unermüdlich und kompetent, vor allem aber immer freundlich und auf eine selbstverständliche Art die Angelegenheiten des Vereins.

Nun stehen wir vor der Herausforderung, einige Aufgaben im SWC neu zu verteilen. Bevor hierzu über längerfristige Lösungen entschieden wird, möchten wir Euch, die Mitglieder des SWC, in unsere Überlegungen mit einbeziehen. Daher findet Ihr Ausschreibungen für die zu vergebenden Aufgaben auf den Seiten 10 und 11.

Dass es hierbei um Schaltstellen in einem äußerst bunten und lebendigen Verein geht, stellt das vorliegende Heft unter Beweis, in dem Ihr Berichte zum Saisonabschluss der Skifahrer und dem mit großen sportlichen Erfolgen geschmückten Start

in die Freiluftsaison der Leichtathleten findet.

Auch bei den Keglern, Wanderern, Turnern und Schwimmern regt sich einiges, und auch im Sommer gibt es vom Eishockey zu berichten – lest dazu ab Seite 71.

Für alle Sparten gab es den Tanz in den Mai, über den ab Seite 90 berichtet wird. Dann gibt es für alle die Fuchsjagd, die heuer von den Skifahrern ausgerichtet wird und für die Ihr Euch schon mal den Sonntag, 11. Oktober 2015 ab 14.00 Uhr freihalten könnt.

Bis dahin wünsche ich Euch einen sonnigen und bewegungsreichen Sommer,

Eure Ursula

*1. Vorsitzende*

# PLATZ FREI?



Bereichern Sie Ihr Familienleben durch ein internationales Mitglied auf Zeit! Als Gastfamilie für einen von 600 Austauschschülern aus aller Welt erleben Sie eine neue Kultur in den eigenen vier Wänden. Vorbereitet und begleitet werden Sie von der erfahrenen Austauschorganisation Youth For Understanding. Ihr Gastkind freut sich schon auf Sie!

Mehr Informationen unter [www.yfu.de/gastfamilien](http://www.yfu.de/gastfamilien) • E-Mail: [gastfamilien@yfu.de](mailto:gastfamilien@yfu.de) • Tel.: 040 227002-0



Internationaler Jugendaustausch seit 1957 • Gemeinnützige Organisation



## IN DIESEM HEFT

---

Kontakt, Impressum	Seite 6	Wanderungen Juli–Oktober	Seite 76
Sportprogramm	Seite 7	Jugendwochenende	Seite 77
Aufgabenmarkt im SWC	Seite 10	<b>Eishockey</b>	
<b>Ski Alpin</b>		Bericht	Seite 80
Berichte	Seite 13	<b>Schwimmen</b>	
<b>Leichtathletik</b>		Bericht	Seite 82
Berichte	Seite 25	Trainervorstellung	Seite 83
Terminvorschau Juli–September	Seite 64	<b>Clubfamilie</b>	
Herztod–Prävention	Seite 69	Aufnahmeantrag	Seite 84
Ferienaktion Olympia Kids	Seite 70	Unsere neuen Mitglieder	Seite 85
<b>Kegeln</b>		Nachruf Helmut Sandner	Seite 86
Berichte	Seite 71	Aus der Geschäftsstelle	Seite 87
<b>Wandern</b>		Tanz in den Mai	Seite 90
Berichte	Seite 72		
Fuchsjagd	Seite 75		



Hurra im August: SWC-Ferienaktion Olympia Kids - siehe dazu Seite 70

# 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	Caro Schönleber	0941/37802026
Eishockey	Dr. Michael Zellner	0941/ 3810489
Jugendwart	Andreas Rötzer	0176/ 3298 2345
Kegeln	Ursula Eigenstetter	0941/71474
Leichtathletik	Josef Koller	0941/28063898
	Michael Duchardt	0160/7043839
Schwimmen	Christine Obermeier	0941/37720
Ski alpin	Andreas Gebert andreas.gebert@swc-regensburg.de	0179/4880832 089/46 22 89 98
Skilehrwesen	Susanne Ziereis	0176/20 59 55 99
Ski nordisch	Dominik Schmeer	0941/7501044
Turnen	Wolfgang Straube	turnen@swc-regensburg.de
Wandern	Stefan Dettenhofer	0941/38396266
2. Kassier	Michael Duchardt	0160/7043839
Beisitzer	Sabine Garatva	0941/270014
Vertretung Bad Abbach	Franz Sedlmeier	09405/7154

## GESCHÄFTSSTELLE

Leitung	N.N. geschaeftsstelle@swc-regensburg.de	0941/379849
---------	--	-------------

## Impressum

Ski- und Wanderclub 1946 e.V. Regensburg  
www.swc-regensburg.de info@swc-regensburg.de  
Geschäftsanschrift: Serpiliusweg 7, 93049 Regensburg  
Konten:  
Volksbank Regensburg, IBAN DE22750900000000013749, BIC GENODEF1R01  
Sparkasse Regensburg, IBAN DE54750500000000015131, BIC BYLADEM1R3G  
Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.  
Verleger: Ski- und Wanderclub  
Druck: Aumüller Druck Regensburg; Auflage 1.350, erscheint vierteljährlich

# SPORTPROGRAMM

## Leichtathletik nach den Osterferien

Wechsel von der Halle auf den Platz nach Absprache mit den Trainern

Mo: 17.00 – 19.00 Uhr	Disziplintraining Sprung, Wurf, Hürden nach Absprache, Josef Koller	Weinweg
Di: 16.30– 18.00Uhr	Schüler-/innen U8 (2005 und jünger) Amelie Duchardt, Lena Sauerer	Sportanlage am Weinweg
Di: 16.30– 18.00 Uhr	Schüler-/innen U14/U12/U10 Josef Koller, Andrea Holzapfel (sportsprung@gmx.de, 2003–2005)	
Di: 17.00 – 18.30 Uhr	Marion Gergs (Mädchen U12, 2001–2003)	
Di: 18.00 – 20.00 Uhr	Julia Hainz (julia.hainz@gmx.de; Mädchen U16, 2000 und älter)	
Di: 18.00 – 20.00 Uhr	Schüler-/innen U16 und älter, Aktive; Sven Englmann (w U18/16), Michael Duchardt (m U18/16), Josef Koller (U16/14)	
Di: 18.00– 20.00 Uhr	Leichtathletik für Jugendliche, Eva Schwan	
Di: nach Absprache	Leistungsklasse, Steffi Pietsch, Jenny Lehmann, Stefan Wimmer, Günter Bösl	
Di: 17.15	Lauftraining Wettkampfgruppe, Hans Merkl, Udo Reichl	Sportanlage am Weinweg
Di: 18.00 – 20.00 Uhr	Senior/innen, Markus Eigenstetter, Andrea Holzapfel	
Mi: 17.25	Lockeres Lauftraining für Zehnkämpfer, Markus Eigenstetter	
Mi: 18.00 – 20.00 Uhr	Jedermannen/frauen, Markus Eigenstetter, Fabian Buslaps	
Mi: 18.00 – 20.00 Uhr	Disziplintraining nach Absprache	Sportanlage am Weinweg
Mi: 17.45 – 19.30 Uhr	Laufgruppe, Hans Merkl, Udo Reichl	
Do: 16.30– 18.00 Uhr	Schüler-/innen U14/U12/U10 Josef Koller,	Sportanlage am Weinweg
Do: 17.00 – 18.30 Uhr	Marion Gergs (Mädchen U12, 2001–2003)	
Do: 18.00 – 20.00 Uhr	Julia Hainz (julia.hainz@gmx.de; Mädchen U16, 2000 und älter)	
Do: 18.00 – 20.00 Uhr	Schüler-/innen U16 und älter, Aktive; Sven Englmann (w U18/16), Michael Duchardt (m U18/16), Josef Koller (U16/14)	
Do 18.00 – 20.00 Uhr	Leichtathletik für Jugendliche, Eva Schwan	
Do: nach Absprache	Leistungsklasse, Steffi Pietsch, Jenny Lehmann, Stefan Wimmer, Günter Bösl	Sportanlage am Weinweg
Do: 17.15	Lauftraining Wettkampfgruppe, Hans Merkl, Udo Reichl	
Fr: 17.00 – 19.00 Uhr	Disziplintraining Langsprint, Stab nach Absprache	Weinweg
Sa: 10.00 Uhr	Crosstraining der Läufer	Weinweg

## Sportprogramm Bad Abbach - Leichtathletik

Mi: 18.00 – 19.30 Uhr	Franz Sedlmeier	Schulsportanlage
Fr: 17.00 – 19.00 Uhr	Franz Sedlmeier, Franziska Sedlmeier, Christine Härtl	

## Kinderleichtathletik/Breitensport Kinder & Schüler

Mo: 16.00 – 16.45 Uhr	Kinder-Turnen ab 4 Jahren nach telefonischer Anmeldung bei Sven Engelmänn unter 0941/38 13 93 66	Grundschule Prüfung
Mi: 17.30 – 19.00 Uhr Mi: 17.30 – 19:00 Uhr	Alles was laufen kann bis 4 Jahre, Vroni Schwan, Dorle Mokoß Spiel, Spaß und Leichtathletik für alle ab 4 Jahren, Katharina Eigenstetter (katharina@eigenstetter.eu), Franziska Koller, Sophie und Maria Rauscher, Frederik Eigenstetter, Johanna Weichselgartner, Lena Prochnow, Kristin Rödl, Katharina Dendl	Weinweg
Do: 17.00 – 17.45 Uhr	Kinder-Turnen, ab 4 Jahren nach telefonischer Anmeldung bei Sven Engelmänn unter 0941/38 13 93 66	Grundschule Prüfung
Fr: 16.00 – 17.00 Uhr Fr: 17.00 – 18.00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen, Kinderturnen, beides nach Absprache mit Johanna Weichselgartner, Tel.: 0152/34119910	Kreuzschule

*Hier könnte eine Anzeige stehen  
Anzeigenwart im SWC - siehe Seite 10*

## Schwimmen

**Einlass jeweils ab 15 Minuten vor Kursbeginn**

Für alle Trainingseinheiten vorherige Anmeldung erforderlich bei Christine Obermeier,

E-Mail: schwimmen@swc-regensburg.de

Mo: 17.00 – 17.45 Uhr	Anfängertraining im Lehrschwimmbecken	Hallenbad Gabelsberger Str. 14
Mo: 18.00 – 18.40 Uhr	Training zur Vorbereitung zum „Seepferdchen“	Hallenbad Gabelsberger Str. 14
Mo: 18.50 – 19.30 Uhr	Training vom Abzeichen „Bronze“ bis „Silber“	Hallenbad Gabelsberger Str. 14
Mo: 19.35 – 20.20 Uhr	Training ab Abzeichen „Silber“ und Fortgeschrittene	Hallenbad Gabelsberger Str. 14
Mo: 19.45 – 21.15 Uhr	Freies Schwimmen	Hallenbad Gabelsberger Str. 14

Trainer für Nichtschwimmer und Schwimmanfänger:

Annemarie Blank, Lisa Gareis, Stefan Gruber, Rebecca und Yasmin Kleinert, Dorle Mokoß, Christine Obermeier, Sofia Seitz, Anna Siegmüller, Simon Wermisofsky

Trainer für Fortgeschrittene und Technikschiulung:

Jacob Beisenherz, Paul Faschingbauer, Lisa Gareis, Stefan Gruber, Rebecca und Yasmin Kleinert, Dorle Mokoß, Anna Siegmüller, Simon Wermisofsky, Susi Ziereis



## Breitensport Jugend & Erwachsene

siehe auch Seiten 69 -72 des Clubheftes 2015/2

Mo: 17.30 – 18.30 Uhr	Step-Aerobic, Bettina Henkel	Grundschule Prüfening
Mo: 18.30 – 19.15 Uhr	Die starke Mitte – Rückenfit mit Ruth Kleineidam	
Mo: 19.00 – 20.00 Uhr	Boxfit mit Ralf Scheuerer (nach Absprache: ralf_scheuerer@hotmail.com)	Kraftraum Weinweg
Di: 18.00 Uhr	Jogging/Nordic Walking, Bettina Henkel	Sportanlage Weinweg Parkplatz Westbad
Di: 17.15 – 18.30 Uhr	Body fit mit Caro Schönleber	Sportanlage Weinweg
Di: 18.30 – 19.15 Uhr	Neu: Kopf frei im Freien mit Ruth Kleineidam	Sportanlage Weinweg
Mi: 16.00 – 16.45 Uhr	Entspannen Lernen mit Ruth Kleineidam	Wolfgangschule, kleine Halle Wolfgangschule, kleine Halle Kreuzschule, ab 15.4.2015 Grundschule Prüfening
Mi: 16.45 – 17.30 Uhr	Bauch-Beine-Po mit Ruth Kleineidam	
Mi: 18.45 – 20.15 Uhr	Klassisches Hatha-Yoga mit Christine Rauscher	
Mi: 18.30 – 20.00 Uhr	Ab Pfingsten neu: Push up, Langhanteltraining mit Margit Fuchs-Landgraf	
Do: 18.00 – 19.30 Uhr	Open Air – Kraft und Ausdauer, Christine Obermeier und Martina Turner	Sportanlage Weinweg
Do: 19.30 – 21.00 Uhr	Hallenhockey, Gerhard Herrmann	Pestalozzi-Grundschule
Fr: 16.00 – 17.00 Uhr	Hallenfußball und andere Ballspiele, Johannes Lang	Posthalle bzw. Freigelände
Fr: 18.30 – 21.00 Uhr	Volleyball, Trainer: Andreas Rötzer, Tel.: 0176/ 3298 2345	Siemens-Einfachhalle

## Turnen

Mo: 20.00 – 22.00 Uhr	Männer/Frauen und Jugendliche ab 14 Jahre, Wolfgang Straube, Heidi Esser, Jens Mai	Werner-von-Siemens-Gymnasium
Di: 16.00 – 17.00 Uhr	Kinderturnen (Ende September bis Ostern), Uschi Langer	Grundschule Prüfening
Di: 17.30 – 19.30 Uhr	Kinderturnen für Buben und Mädchen ca. 7 – 12 Jahre, Barbara Drechsler, Daniela Fischer, Gerhard Hauler	
Fr: 15.00 – 16.45 Uhr	Schüler/Schülerinnen 10 – 14 Jahre, Heidi Esser	Siemensgymnasium
Fr: 16.45 – 18.30 Uhr	Ab 16 Jahren, Wolfgang Straube, Heidi Esser, Jens Mai	Werner-von-Siemens-Gymnasium

## Kegeln

Mi: ab 19.00 Uhr	Training; von September bis April Wettkämpfe	Leistungszentrum Dechbettener Str 50.
------------------	--	--

## Eishockey

So ab 9.00 Uhr vierzehntägig ab Mai	Inline-Hockey nach Absprache mit Trainer Rolf Weilert, r.weilert@gmx.de	Donau-Arena
--	--	-------------

## Skifahrer

Mi: 18.00 – 19.00 Uhr	Skitraining für Rennkinder, Kati Rödl, nach Absprache mit Josef Aumüller, Tel.: 0176/72 540 927	Weinweg/Oberer Wöhrd
-----------------------	--	----------------------

### 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)

## SWC-Aufgabenmarkt

### Anzeigenwart im SWC

*Die Clubheftredaktion braucht Verstärkung:*

Hast Du Lust Deinen Verein zu unterstützen indem Du

- eine Liste über die Anzeigen im Heft fortführst mit den vereinbarten Preisen
- einmal jährlich die Rechnungen an die Anzeigenkunden stellst und
- mittels einer Liste aus der Buchhaltung den Zahlungseingang überprüft
- die Anzeigenabonnenten auf den jeweiligen Redaktionsschluss hinweist, wenn das Motiv wechseln soll, damit die Vorlagen rechtzeitig an die Redaktion geschickt werden
- neue Anzeigenkunden wirbst

*Bewerbungen für diese gut überschaubare Aufgabe unter [ursula.breitkopf@swc-regensburg.de](mailto:ursula.breitkopf@swc-regensburg.de) oder ab 16. Juli 2015 nach 14.00 Uhr unter 0941/379849 bei Ursula Breitkopf melden*

### Wettkampfbüro im SWC

*Leichtathletik aus der Nähe erleben*

Du hast Spaß an der Leichtathletik und arbeitest gerne mit EDV? Dann wartet unser Wettkampfbüro-Team auf Dich!

*Informationen bei Sabine Garatva unter 0941/270 014 oder Christine Koller unter 0941/ 94 55 802*

## **Geschäftsführung im SWC**

*Wir suchen für folgende Aufgaben eine Nachfolgelösung:*

---

### Buchhaltung:

---

- Buchung der Geschäftsvorfälle nach dem Kontenrahmen für Vereine
- Erstellen des Jahresabschlusses  
inklusive Bilanz und Gewinn- und Verlustrechnung
- Abstimmung des Jahresabschlusses mit dem Steuerberater  
und Einreichung beim Finanzamt

### Mitgliederverwaltung:

---

- Bestandsverwaltung der Mitglieder
- Rechnungen und Mahnungen über Mitgliedsbeiträge erstellen und versenden
- Quartalsweisen Versand der Clubnachrichten vorbereiten (Etiketten aufkleben, sortieren) und an die Post weitergeben (Online-Formular ausfüllen)
- Liste der neuen Mitglieder für Clubnachrichten erstellen

### Jahreshauptversammlung vorbereiten:

---

- Ausschreibung in den Clubnachrichten veranlassen
- Langjährige Mitglieder für Ehrung anschreiben,  
Urkunden, Nadeln und Blumen besorgen
- Bei Wahlen Wahlunterlagen vorbereiten (Stimmzettel, Auszählliste)

### Teilnahme an den Sitzungen des Vereins (10 – 12 Termine pro Jahr)

---

## ***Vorschläge, Anregungen und Bewerbungen***

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

*oder ab 16. Juli 2015 nach 14.00 Uhr unter 0941/37 98 49*

*an Ursula Breitkopf*

# ||| 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](http://www.pflugfahrer.de)

## Anna Schillinger siegt beim DSV-Schülercup-Finale

*Vier Rennen in Seefeld und eine starke Bayerwald-Mannschaft*

Vom 13. – 15. März 2015 fand am Gschwandkopf in Seefeld das Finale des DSV-Schülercups U14 statt. An drei Tagen wurden insgesamt vier Wettkämpfe ausgetragen. Trotz der frühlingshaften Bedingungen gelang es dem ausrichtenden SC Starnberg perfekt präparierte Pisten für alle vier Rennen zu schaffen. Die Rennen waren gleichzeitig die Generalprobe für die Deutschen Meisterschaften am 28./29. März mit Fritz Dopfer und Co., die vom SC Starnberg am gleichen Hang veranstaltet werden.

60 Mädchen und 67 Buben der Jahrgänge 2001 und 2002 qualifizierten sich für das Finale der Rennserie, darunter neun

Athleten der Schülermannschaft des Skiverbandes Bayerwald.

Am Freitag beim ersten Riesenslalom gelang Anna ein Auftakt nach Maß. Mit zwei fehlerfreien Läufen fuhr sie mit einem Vorsprung von 1,16 Sekunden auf den ersten Platz und verwies die Favoritin und Teamkollegin Barbora Zikova (SC Zwiesel) auf Rang Drei.

Am Samstag setzte sich Barbora Zikova dann aber durch und gewann den Slalom. Anna erreichte den guten sechsten Platz. Nach fünf Ausfällen in sechs Slaloms der Saison war dieses Ergebnis die längst überfällige die Bestätigung ihrer guten Trainingsleistungen. >



Siegt im Riesenslalom: Anna Schillinger in Seefeld - Bild: Foto Paul



Endlich auch wieder ein erfolgreicher Slalom - Bild: Foto Paul

Am Nachmittag stand noch der Teamwettbewerb, ausgetragen als Parallelslalom, auf dem Programm. Die Mannschaft Bayerwald 1 mit Anna Schillinger, Barbora Zikova (SC Zwiesel), Jonas Bachl-Staudinger (TV Schierling) und Moritz Schalle (SC Wallersdorf) steigerte sich von Runde zu Runde und erreichte völlig unerwartet das Finale. Mit beeindruckendem Teamgeist gewann das Team Bayerwald zwei der vier Finalläufe gegen das Team Oberland und musste sich nur aufgrund der herangezogenen Zeiten knapp geschlagen geben.

Am Sonntag beim abschließenden Riesenslalom zeigte Barbora Zikova erneut ihr ganzes Können und siegte wiederum. Anna Schillinger lag nach dem ersten Durchgang aussichtsreich auf Platz Zwei,

nur 0,16 Sekunden hinter Barbora, schied dann aber leider durch einen Fahrfehler im zweiten Lauf aus.

In der Gesamtwertung des DSV Schülercups belegte Anna den siebten Platz, die vielen Ausfälle im Slalom verhinderten eine bessere Platzierung. Mit den Ergebnissen dieses Wochenendes hat sich Anna für die Deutschen Schülermeisterschaften am 28. bis 30. März am Sudelfeld qualifiziert. Zusätzlich wurde Anna wegen ihrer super Form für das Int. Schülerrennen in Abetone/Italien am kommenden Wochenende nominiert. Leider kann Anna wegen einer leichten Knieverletzung diese Chance nicht wahrnehmen.

*Peter Schillinger*

## Team Fräulein Holle macht den Stubaier unsicher

Trainingswochenende des Synchro-Teams vom 27. - 29. März 2015



Super Stimmung: Unser Synchro-Team im Stubai

Unpünktlich wie immer um 16:03 Uhr starteten wir mit einem Kofferraum voller Essen und noch komplett intakter Ausrüstung in Richtung Stubaier Gletscher. Um uns ernährungstechnisch am Freitagabend perfekt vorzubereiten, schnitten wir Äpfel her, worauf wir stolz sein konnten, weil es vollkommen ohne Zwischenfälle von statten ging.

Nach dem gemütlichen Abendessen der FCBs (Definition siehe Clubheft 2015/2, Seite 35) vertrieben wir uns die Zeit bis zur Nachtruhe mit dem obligatorischen Mäxchenspiel.

Von Musik und Kathrins Gepolter am nächsten Morgen geweckt, gondelten wir bei bestem Wetter und super Stimmung auf den Gletscher. Neben Selfies machen und Einkehren übten wir die verschiedenen Formationen für die German Snow Challenge, wobei Kampfegeist und Risikofreude den ein oder anderen Stock zur Umnutzung zwangen. Der SWC sucht jetzt nicht nur mehr Skikurs- sondern auch Skistocksponsoren für das Synchro-Team.

Die Besucher des Gletschers konnten sich an Aufwärmübungen von den am Vorabend erwürfelten Motivationscoaches

Kathrin und Ursula, an von Lea geklauten Nasen und an ihrem unprofessionellen Gondeleinstieg erfreuen.

Der Barista Benjamin hingegen wunderte sich über Vallis Bestellung eines Espressos mit zehn Löffeln, legte dann auf Wunsch jedoch noch eine Handvoll Kekse drauf.



Da schmilzt der Barista: Fräulein Holle mit Espresso



Stubaital, wobei sich dann auch die ein oder anderen Nachahmer fanden.

Wir danken dem tollen Trainerteam Kathrin und Peter für dieses gelungene Wochenende und freuen uns nun auf die Deutschen Meisterschaften.

Todmüde und völlig k.o. vom anstrengenden Skitag freuten wir uns über ein leckeres Abendessen vom 5-Sterne-Koch-Team. Für weitere Entspannung sorgte der Massagekreis. Wir verbrachten noch einen weiteren erfolgreichen Trainingstag im

*Katrin Kössler, Valentina Bauer, Lea Passian, Sophie und Maria Rauscher*



Der Stopp muss stauben!



## Erfolg bei der Deutschen Schülermeisterschaft

**Anna Schillinger Vierte in der DSV-Schülerrangliste - Sudelfeld, 28.-30. März 2015**

Regen, Wind und warme Temperaturen machten die Deutschen Schülermeisterschaften am Sudelfeld zu einer echten Prüfung für die Rennläufer und für die Veranstalter vom SV Inngau. Wetterbedingt wurde der geplante Super G abgesagt, die Disziplinen RS, SL und Teamwettbewerb konnten dagegen stattfinden. Für den SWC war Anna Schillinger als einziges Mädchen vom SV Bayerwald am Start.

Der Riesenslalom am Samstag war für Anna bereits nach wenigen Toren vorbei, ein Schlag in der gebrochenen Piste führte zum Sturz und sie schied aus. Am Sonntag beim Slalom lief es dagegen besser. Trotz einigen Problemen mit der sehr unruhigen Piste und der sehr direkten Kurssetzung im ersten Lauf kämpfte sich Anna durch die zwei Läufe. Bei einem großen Zeitrückstand auf die Mädchen der U16 erreichte

Anna in ihrer Altersklasse U14 den dritten Rang. Dieser Erfolg ist der Abschluß einer sehr erfolgreichen Saison, die Anna auf dem vierten Platz der DSV-Schülerrangliste U14 beendet.

Am Montag wurde dann noch der Teamwettbewerb als Parallelslalom ausgetragen. Hier kam das Team vom SV Bayerwald in dem 22 Mannschaften umfassenden Starterfeld über das Viertelfinale und damit Platz Fünf nicht hinaus. Bei Regen und Sturm hielt sich die Enttäuschung in Grenzen, die verfrühte warme Dusche war sehr willkommen. Die Deutschen Schülermeisterschaften bildeten den Saisonabschluß und wurden mit einer feierlichen Siegerehrung am Sonntagabend gebührend gefeiert.

*Peter Schillinger*



**ECKL**wolfgang

SCHREINEREI  
HOCHWERTIGER  
INNENAUSBAU  
MÖBELWERKSTÄTTE  
MEISTERBETRIEB DER  
SCHREINERINNING

Ihr Fachbetrieb für  
*Komfort Living*

hölkering 5

93080 pentling

tel. 0941 . 4 16 39


fax. 0941 . 4 45 89

[www.schreinerei-eckl.de](http://www.schreinerei-eckl.de)

[info@schreinerei-eckl.de](mailto:info@schreinerei-eckl.de)

# SPORT HERRMANN

Neuer Ausrüstungs Partner des SWC 1946 e.V.

 Schweizer Technologie.

## SCHWERES METALL FÜR DEN LEICHTESTEN LAUFSCHUH.

Der Cloud gewinnt den ISPO  
Gold Award 2015 als bester  
Performance-Laufschuh.



ISPO AWARD  
GOLD WINNER  
2015/2016

### EXPERTEN-TIPP

#### ON Runningschuhe »Cloud« Women & Men

„Dieser Performance-Laufschuh für Frauen und Männer ist Sieger auf der ganzen Linie: Er gewinnt nicht nur den ISPO Gold Award 2015/2016, er verbindet auch attraktives Design mit den sportlichen Anforderungen nach Leichtigkeit und Flexibilität:

- ▶ **Patentierter CloudTec®-Sohle** für überragende Dämpfung bei minimalem Gewicht
- ▶ **Kein lästiges SCHNÜREN** mehr: Schnürsenkel passen sich automatisch an
- ▶ **Flexibles BAND** für sicheren Halt der Ferse dank optimaler Bewegungsanpassung
- ▶ **SPEEDBOARD** statt Mittelsohle: Flexplatte mit cleveren Flexi-Schnitten für mehr Bewegungsfreiheit
- ▶ **CLOUD Elemente** an der Außensohle stellen sich auf den Fuß und die individuelle Laufbewegung ein!“



Run on clouds.

ON Runningschuhe  
»Cloud« Women  
»Cloud« Men

# nur 129,<sup>95</sup>

PURES MAXIMUM!

ERLEBEN SIE DEN WELTWEIT

LEICHTESTEN LAUFSCHUH!

# SPORT HERRMANN

Sport Herrmann GmbH  
Pommern Str. 4 im  Neutraubling

Aus Liebe zum Sport

 **INTERSPORT**  
GRUPPE

## Fünf Mädels im Flow des Kurvenfahrens

*Instructor-Ausbildung vom 4. - 11. April 2015 in Saalbach-Hinterglemm*

Im SWC gibt es fünf neue DSV-Instruktoren: Maria Aumüller, Kathrin Aumüller, Kathi Eigenstetter, Franziska Koller und Lena Sauerer absolvierten ihre Ausbildung Anfang April erfolgreich.



*Frischgebackene SWC-Instruktoren in der ersten Reihe: Maria und Kathrin Aumüller, Kathi Eigenstetter, Franzi Koller - Foto: Lena Sauerer*

Egal ob kurze oder mittlere Radien, geschnitten oder gedriftet, wir fünf Mädels können nun alles nahezu perfekt. Unter den Adлераugen der Bayerwälder-Ausbilder stellten wir vom 4. bis 11 April 2015 in Saalbach-Hinterglemm unser Können unter Beweis: Riesenslalom, Freeride und Freie Abfahrt (nichts für schwache Nerven).

Auch wenn der Lehrgang von ein paar unschönen Ereignissen (z.B. Verletzungen) überschattet wurde, ließen wir

uns unsere gute Laune nicht verderben und starteten motiviert in jeden neuen Tag, trotz brennender Oberschenkel. Da man aber bekanntlich für mädchenhaftes Verhalten in die Sturzkasse einzahlen muss, behielten wir dies lieber für uns. In den Lehrproben zeigten wir, was unsere jahrelange Erfahrung im Kinderskiunterricht ausmacht. Ob X-Beinstellung oder zu wenig Aufkantwinkel in der Kurvensteuerung, wir lösten jedes Problem.

Dass wir Regensburger Mädels auch gut feiern können, zeigte sich Donnerstagabends beim Karaoke-Abend im „Kitsch und Bitter“.

Neben Skandal im Sperrbezirk zählten auch die Backstreet Boys zu unserem Repertoire.

Zum Schluss lässt sich sagen: Wir sind infiziert vom Bayerwälder „Skivirus“ und freuen uns euch auf der Piste damit anzustecken.

Und an alle, die nach uns kommen: ZUSCHAUEN, ENTSPANNEN, NACHFAHREN!!!

*Lena Sauerer und Kathi Eigenstetter*

## Fräulein Holle rockt Samnaun

SWC-Synchro-Team bei der Deutschen Head2Head-Meisterschaft



In der Spitze der internationalen Synchro-Szene fahren wir zwar noch nicht mit, aber bei der Deutschen Head2Head-Meisterschaft, die am 25. April 2015 im Rahmen der European Snow Challenge im

schweizerischen Samnaun ausgetragen wurde, sind wir als einziges Jugendteam angetreten und haben uns damit den Titel des Deutschen Jugendmeisters nach Regensburg geholt.

Mobilitätssponsor des SWC 1946 e. V.: Das Autohaus Schrödl

# AUTOHAUS Schrödl GmbH

Ihr Servicehändler für:



Gebraucht-  
wagenCenter



**Nittendorf – Neutraubling – Sinzing**



In der Mitte Fräulein Holle: Sophie Rauscher, Katrin Kössler, Valentina Bauer, Maria Rauscher und Lea Passian

An den zwei Trainingstagen vor dem Wettbewerb übten wir die drei Formationen, die jeweils zwei Viererteams gegeneinander zu fahren haben. Dabei waren wir stets die Ersten und Letzten auf dem Wettkampfhang.



Häija-häija: Die Jungs aus Wengen - Foto: engadin.com

Von unseren Coaches Kathrin und Peter perfekt vorbereitet und nach einem meditativen Besuch in der Dorfkirche von Compatsch des Abends mit Peters leckerem Avocado-Salat und Ursulas Power-Pasta verpflegt, starteten wir am Samstag schwungvoll in die Chal-

lenge. Mit einer guten Qualifikationsfahrt konnten wir uns einen Startplatz im Achtelfinale sichern.

Auf dem sehr steilen Wettkampfhang ereilte uns jedoch wie etliche andere Teams das Sturzpech, was uns eine



bessere Platzierung in der Gesamtwertung verwehrte. Zwei fehlerfreie Fahrten stellten die Jury dennoch vor schwierige und langwierige Entscheidungen, die am Ende leider zugunsten der gegnerischen Mannschaft ausfielen.



*Der Maßstab: Die Formations-Europameister Schwungdesigner vom Arlberg - Foto: engadin.com*

Trotzdem feierten wir ausgelassen im Zielraum und präsentierten den SWC auch auf der anschließenden Team-Party einmal wieder als echten Party-Beschleuniger, wobei uns einige Kollegen aus dem Berner Oberland auf der Tanzfläche gerne zu Hilfe kamen.

Zum Abschluss konnten wir uns bei den atemberaubenden Fahrten der Schweizer und österreichischen Sechser-Formati-

onen, die bei der European Snow Challenge demonstriert wurden, noch Inspiration für unsere weitere Entwicklung als Demo-Team holen. Für diese hoffen wir noch auf Zuwachs aus dem Verein.

Alles in allem vier phantastische Skitage bei einer von den Schweizern perfekt organisierten Wettkampfanstaltung!

*Team Fräulein Holle*



## Neue Übungsleiter mit Lizenz

Sieben SWC-Übungsleiter beim DSV-Grundstufenlehrgang im Stubai



Geballte Kompetenz für die nächste Skikurssaison:  
Theresa Jäger, Katarina Rödl, Kristin Rödl, Josef Aumüller, Tanja Aue, Katrin Kössler, Eva Schillinger

In den Pfingstferien haben sieben Übungsleiter ihre Kompetenzen im Skilehrwesen ausgebaut. Beim Schneelehrgang des Skiverbands Bayerwald im Stubai feilten sie am Skilehrerschwing – für manche der SWC-Fahrer bedeutet das auch mal ein bisserl Kante herauszunehmen –, sie ergänzten ihr theoretisches Wissen und erprobten den Unterricht am Hang.

Theresa Jäger, Kristin Rödl, Eva Schillinger und Katrin Kössler haben bereits in der ersten Grundstufenwoche einen guten Eindruck bei den Bayerwald-Ausbildern hinterlassen.

Den Aufbaulehrgang erfolgreich abgeschlossen und damit die Lizenz zum C-Trainer Breitensport, Fachrichtung Ski Alpin erworben haben Tanja Aue, Katarina Rödl und Josef Aumüller.

Herzlichen Glückwunsch an die neuen Skilehrer!

Und: Freunde des Skisports – braucht Josef nicht langsam etwas Verstärkung?!

*Ursula Breilkopf*

# Die Antwort auf Ihre Fragen: genossenschaftliche Beratung.

WIE SORGE ICH FÜR MEINE FAMILIE VOR?

Lohnt sich eine langfristige Geldanlage?

Wie werd' ich Millionär?

Kann ich eine Weltreise machen?

WIE LEGE ICH MEIN GELD SICHER AN?

Wie kann ich mehr aus meinem Geld machen?

IMMOBILIE

Lieber Aktien oder Bausparen?

Nie lebe ich in 20 Jahren?

Wo steht mein Traumhaus?

Wodurch Absicherung binde ich?

Muss ich mehr sparen?

Kann ich mir das überhaupt leisten?

fair,  
transparent  
und genossenschaftlich

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Fairness sollte nicht nur im Sport ein Thema sein: Vertrauen Sie auf die genossenschaftliche Beratung und profitieren Sie von Transparenz, Unvoreingenommenheit und Loyalität. Wir freuen uns auf Sie!

MEINE Volksbank Regensburg eG





## SWC-Nachwuchs überzeugt bei Linde-Sportfest

Siege für Pauline Hof und Benedikt Peper



Benedikt Peper, Emma Gartzke, Franzi Hollmer (oben) mit Chiara Saller und Paulina Hof (vorne)

Fünf Nachwuchsathleten des SWC nahmen beim mit über tausend Teilnehmern größten Deutschen Hallensportfest in München teil. Und die Fünf schlugen sich bei dem vom TSV 1860 München hervorragend organisierten, mit Teilnehmern aus Österreich, Italien und Tschechien top besetzten Event ausgezeichnet.

Einen kompletten Medallensatz holte sich Benedikt Peper, im Hochsprung der M12 gab es Gold mit 1,38m; in seiner Paradedisziplin, dem Stabhochsprung, musste er in die M13 hochstarten und holte sich dort mit neuer persönlicher Bestleistung von 2,20m Silber, im 60m-Hürden-Endlauf schließlich gewann er mit 11,50 sec. die Bronzemedaille.

Für einen weiteren SWC-Sieg sorgte Paulina Hof, die bei ihrem Stabhoch-Debutwettkampf mit 2,04m in der W13 gleich

Gold gewinnen konnte vor ihrer Teamkollegin Chiara Saller (1,64m). Eine weitere Bronzemedaille holte sich Chiara im Hochsprung mit neuer persönlicher Bestleistung von 1,26m.

Ebenfalls persönliche Bestleistung sprang Emma Gartzke im Stabhochsprung der W14 mit 2,31m, damit hievte sie sich auf Platz Zwei der aktuellen Bayerischen Hallenbestenliste. Überzeugen konnten auch Paulina Hof mit Platz Fünf im Kugelstoßen der W13 (6,98m) und Franziska Hollmer, die wegen einer Entzündung im Handgelenk auf ihre Paradedisziplin Stab verzichten musste, mit 1,23 m im Hochsprung (Platz Fünf) und 12,64 sec. über 60 m Hürden der W 12 (1/100 sec. am Endlauf vorbei) aber ebenfalls zwei persönliche Bestleistungen aufstellte.

Josef Koller

## SWC-Laufteam krönt Cross-Saison

*Zweimal Gold und Bronze bei den Deutschen Cross-Meisterschaften*



*Goldenes Team: Birgit Schulz und Birgit Hierl (von links)*

Nachdem in den letzten beiden Jahren in Markt Indersdorf die bayerischen Cross-Meisterschaften stattgefunden haben, wurden dort am 7. März 2015 die Deutschen Meisterschaften ausgetragen. Das SWC-Laufteam hat gute Erinnerungen an den Schauplatz und läuft diesen hügeligen und nicht leichten Kurs mit einer Streckenlänge von 6km sehr gerne.

Schon im ersten Rennen der Frauen W45+ setzten sich die SWC-Läuferinnen eindrucksvoll in Szene. Allen voran die Frauen der W45, angeführt von der als Dritte in 27:58 ins Ziel kommenden Susanne Schmidt, die ihre Crosslauf-Qualitäten wieder einmal unter Beweis stellte. Direkt und knapp hinter ihr kam Birgit Hierl als Vierte der W45 in 28:04 ins Ziel und Birgit Schulz rundete als Achte der

W45 in 28:06 das Ergebnis golden ab. Denn dies war mit großem Vorsprung der deutsche Mannschaftstitel der Klasse W45+, den die drei Damen damit aus dem Vorjahr verteidigten!

Ein ebenfalls sehr gutes Rennen lief in der W60 Regina Graf, die sich in 32:41 die Bronzemedaille sicherte.

Den Frauen nach machten es die Männer des SWC in der M50. Letzte Woche bereits bayerischer Mannschaftsmeister in der M50/55 zeigten Thomas Ferdersel (9./M50 in 24:39) direkt vor dem grippegeschwächtem Carl Hierl (10./24:40) mit Gottfried Kreckl (16./M50/25:30) eine überzeugende Teamleistung und sicherten sich die zweite Goldmedaille innerhalb von einer Woche.



*Siegreiche Mannschaft: Thomas Ferdersel, Carl Hierl und Gottfried Kreckl*

Thomas Marohn lief in der M50 in 27:06 auf Platz 25. Harte Konkurrenz hatten die Männer des SWC in der Klasse M45 über 6,8 km, in der Rudi Salzberger (18./27:53), Elmar Daubemerkl (20./28:23) und Volkmar Retzer

(21./28:51) eine ausgeglichene Mannschaftsleistung brachten und auf Platz Acht der Teamwertung M40/45 kamen.

*Hans Merkl*

## SWC-Läufer gewinnen beim Jura Cross Cup

### Dritter Lauf in Parsberg und Gesamtwertung

Beim dritten und letzten Lauf zum Jura Cup 2015 am 14. März 2015 in Parsberg überzeugte das SWC-Laufteam auf breiter Front. Über die gesamte Serie drückten die SWCler sowohl von der Teilnehmerzahl wie auch von den Erfolgen her dem Cup ihren Stempel auf.

Dies begann bereits bei den Kindern, die auf vielfach die ersten Plätze belegten.

Schnellster U16-Schüler über 2000 Meter war Jonas Premru, der in 7:18 knapp vor dem U14-Sieger Arion Stender in 7:19 ins Ziel lief. Auf Platz Drei in der U16 kam Leon Puchinger in 7:47 ins Ziel, während das U14-Siegertreppchen eine reine SWC-Angelegenheit war mit Benedikt Peper auf Platz Zwei (7:55) und Yanik Seremet auf Platz Drei (8:05). >

# DELPHI

## GRIECHISCHE SPEZIALITÄTEN

ÖFFNUNGSZEITEN:

MONTAG RUHETAG

DI-DO 17:00 - 24:00

FR-SO/FEIERTAGS 11:00 - 14:00

17:00 - 24:00

ALLE SPEISEN AUCH ZUM MITNEHMEN

INH. GEORGIOS KOUMPOURIS

AM TURM 11 \* 93164 LAABER \* TEL. (09498) 9071055



[WWW.DELPHI-LAABER.DE](http://WWW.DELPHI-LAABER.DE)

[WWW.FACEBOOK.COM/DELPHI.LAABER](http://WWW.FACEBOOK.COM/DELPHI.LAABER)



Das tagesschnellste Mädchen und Siegerin der U16 wurde Luisa Jäger in der Zeit von 7:33 vor ihrer SWC-Vereinskameradin Antonia Fehlner (8:08). In der weiblichen U14 belegte Sonja Thalhofer in 8:33 Platz Drei direkt vor Chiara Saller in 8:34. Die Jura-Cross-Gesamtwertung gewann in der MJ U16 Leon Puchinger, in der MJ U14 Yannik Seremet und bei der WJ U16 Antonia Fehlner, was ein schöner Erfolg für den Nachwuchs ist.



*Sieger in der U16 über 2000 Meter: Jonas Premru*

Den Hauptlauf bei den Frauen über 6km gewann Julia Kick direkt vor den beiden SWC-Läuferinnen Constanze Boldt (24:44) und Astrid Zunner-Ferstl (25:44). Die beiden SWC-Läuferinnen waren damit in der Klasse W40 auf den Plätzen Eins und Zwei.

Bei der weiblichen Jugend U18 gewann Pia Puchinger in 32:50, während der sehr gut laufende Matthias Fehlner in der MJ U18 die Tücken des Cross Laufes zu spüren bekam und in der zweiten von drei Runden stürzte und sich eine blutende Kniewunde zuzog. Dies hinderte ihn allerdings nicht, den Lauf trotzdem auf Platz Drei in 28:09 zu beenden. In der Klasse MJ U20 belegte Konstantin Seitz in 23:36 Platz Vier.

In der Männer-Hauptklasse erreichte Maximilian Thoma in 23:31 ebenso Platz Drei wie in der weiblichen Hauptklasse Regina Strunz in 31:01. Die W30 gewann Stephanie Bötzl in 26:02, in der M30 wurde Jens Wulff in 24:15 Dritter. Auch die M40 gewann für den SWC Elmar Daubenmerkl in 22:40, Christian Wohlfahrt belegte hier in 24:32 Platz Drei. Die eindrucksvolle Siegesserie des SWC setzte sich auch in der M50 fort, hier gewann Thomas Federsel 23:26 von Thomas Marohn in 23:40, Hans Merkl wurde in 25:50 Vierter.

Die Cup-Gesamtwertung der schnellsten Frauen und Männer war eine reine SWC-Angelegenheit. Bei den Frauen gewann Constanze Boldt vor Astrid Zunner-Ferstl und bei den Männern Maximilian Thoma, der diese Wertung vor zwei Jahren schon einmal gewann. Thomas Federsel kam in der Gesamtwertung auf Platz Drei und gewann die M50, Jens Wulff wurde Zweiter in der M30 ebenso wie Christian Wohlfahrt in der M40.

*Hans Merkl*

## Löwen und Piraten landen auf dem Stockerl

Unsere Kleinsten überzeugen beim Hallensportfest in Burglengenfeld



Unsere Nachwuchsathleten mit Andrea Holzapfel und Sophie Rauscher

Beim KILA-Hallensportfest am 21. März 2015, vom TV Burglengenfeld einmal mehr mit viel Liebe ausgerichtet, zogen sich unsere Jüngsten ausgezeichnet aus der Affäre.

So landeten die Tiger mit Simon Bruschütz, Julia Lankes, Hannah Plutz, Elias Premru, Nicolas Scheuerer, Celia Spieß, und Leon Irrgang auf einem respektablen fünften Platz in der äußerst stark besetzten AK11, und das obwohl fast das gesamte Team noch der AK10 angehört.

Noch besser erging es den Löwen in der AK10. Obwohl auch hier das halbe Team aus AK9-Athleten bestand, landeten sie

auf dem Stockerl und holten Bronze. Die Löwen waren: Yannik Bielmeier, Etzel Brummer, Klara Hirzel, Nicklas Taciac, Jakob Weinzierl, und Santiago Ramirez Huesca

Den gleichen Platz belegten die SWC-Piraten, und das obwohl sie in der AK8 mit drei Sechsjährigen antreten mussten. Bei den Piraten starteten: Ludwig Rauscher, Mika Seremet, Bosse Brummer, und Anja Lankes.

*Josef Koller*



## **Schülersportlerehrung der Stadt Regensburg**

### **Großes Aufgebot in der RT-Halle**

Mit neununddreißig jungen Sportlern war der SWC neben dem Schwimmclub Regensburg der Abräumer bei der Schülersportlerehrung der Stadt Regensburg.

Oberbürgermeister Joachims Wolbergs begrüßte die jungen Sportler Regensburgs am 10. März 2015 in der RT-Halle.

Von Bürgermeisterin Gertrud Maltz-Schwarzfischer wurden die erfolgreichen Nachwuchssportler dann feierlich geehrt.

Auf unseren erfolgreichen und netten Nachwuchs sind wir stolz!

*Ursula Breitkopf*



## **SWC-Laufteam sammelt Oberpfalztitel**

***Unsere Schüler gewinnen alle Mannschaftstitel***

Am 2. März 2015 fanden in Gleiritsch die Oberpfalzmeisterschaften im Cross statt.

Dies nutzten die Schüler und einige ältere Läufer des SWC für eine letztes Geländetraining, bevor es nun endlich wieder auf die Tartanbahn geht.

Unsere Schüler und Schülerinnen waren mit zwölf Jungs und Mädchen vor Ort und hatten für alle Mannschaften ein komplettes Team aufgestellt.

Den Mannschaftstitel in der WJ U16 holten sich Luisa Jäger, die auch die Einzelwertung der W14 vor und mit ihrer >



*Im SWC-Rot:  
Konstantin Seitz und Jens Wulff*

Vereinskameradin Antonia Fehlner gewann, und Maria Rauscher, die in der W15 Platz Drei belegte.

Bei den Jungs in der Mannschaft MJ U16 holten den Titel Jonas Premru, der in der M14 Zweiter wurde, Leon Puchinger, der in der M14 Fünfter wurde und Michael Bismark, der hier auf Platz Acht einkam. In der WJ U14 heissen die Mannschaftssieger Sonja Thalhofer, die in der W13 auf Platz Zwei lief, sowie Chiara Saller und Franziska Hollmer, die in der W12 auf die Plätze Drei und Vier kamen. Bei den Jungs der MJ U14 ging der Mannschaftstitel an Arion Stender, der Zweiter der M13 wurde vor Yannik Seremet, und

Benedikt Peper, der auf Platz Zwei in der M12 einlief.

Bei der Jugend erreichte Pia Puchinger Platz Zwei in der WJ U18, bei den Jungs kam Matthais Fehlner in der MJ U18 auf Platz Sechs. In der MJ U20 lief Konstantin Seitz ebenso auf Platz Zwei wie Jens Wulff auf der Mittelstrecke der Männer. Jens Wulff lief im Anschluß noch die Langstrecke, bei der er in der M30 Platz Vier belegte.



*Gewinnen alle Titel: Unsere Schülermannschaften*

Insgesamt ist die Medaillenbilanz des SWC bei diesen Oberpfalzmeisterschaften mit 5x Gold, 8x Silber und 3x Bronze mehr als beeindruckend und so fuhr ein froh-gelauntes SWC-Team wieder heim nach Regensburg.

*Hans Merkl*



## Constanze Boldt Vierte bei der Bayerischen

10.000m-Meisterschaft am 21. März in Regensburg

Denkbar knapp verpasste SWC-Top-Läuferin Connie Boldt das Podium bei den Bayerischen 10000m-Meisterschaften am Regensburger Weinweg. In ordentlichen 37:56,73 min lief sie nur um

zwei Sekunden an Bronze vorbei. Auch Teamkollege Rudi Salzberger schlug sich wacker und belegte im Männerfeld mit 34:44,10 min Rang Elf.

## Volkmar Retzer Oberpfalzmeister

SWC-Läufer gewinnt Halbmarathontitel

Am Samstag, den 11. April 2015 fanden in Kallmünz die Oberpfalzmeisterschaften im Halbmarathon statt.

SWC-Läufer Volkmar Retzer hatte an diesem Wochenende eigentlich Großes vor. Er wollte zusammen mit seinen SWC-Mannschaftskollegen Deutscher Meister im Halbmarathon in Husum werden, doch durch die Verletzung von Rudi Salzberger platzte die Mannschaft, Volkmar Retzer sparte sich die weite Reise nach Husum und lieferte in Kallmünz einen beindruckenden Formtest ab.

Trotz widriger Bedingungen mit viel Wind lief der M45-Läufer ein tolles Rennen und erreichte als Zweiter das Ziel, geschlagen nur von einem äthiopischen Spitzenläufer, der bei dieser Meisterschaft natürlich nicht gewertet werden konnte. Der SWC-Läufer war auch mit seiner Siegerzeit von 1:17:10 sehr zufrieden, da er die komplette Strecke vorne im Wind ohne Unterstützung laufen musste. Über eine Minute Vorsprung auf die wesentlich jüngere Konkurrenz war ein Zeichen für seinen sehr guten Trainingszustand.



Sieger im Halbmarathon: Volkmar Retzer (rechts)

Ein schönes Trostpflaster für ein läuferisches Urgestein aus Regensburg, auch wenn die verpasste Deutsche Meisterschaft natürlich schmerzt.

Hans Merkl



Einfach ausgezeichnet beraten  
mit TELIS FINANZ.

## Impressionen aus Misano Adriatico

Rekordaufgebot im Ostertrainingslager



Fotos: Hannah Zellner

## **Thomas Marohn Achter bei der Senioren-Hallen-EM**

**Tolle Leistungen über 800 und 1.500 Meter, Torun 23. - 28. März 2015**

Bei den 10. Hallen-Europameisterschaften der Senioren im polnischen Torun konnte SWC-Neuzugang Thomas Marohn einen respektablen achten Platz über 1.500m in der Altersklasse M50 erlaufen.

Nach einer völlig verkorksten Vorbereitung im Winter, geprägt von einer fünf-wöchigen Verletzungspause, waren die Erwartungen nicht hoch. Doch letztlich

verfehlte der 50-jährige den bayerischen Hallenrekord seiner Altersklasse mit 4:37,05 min nur um 0,89 Sekunden.

Zwei Tage zuvor reichten 2:16,27 min über 800m nur zu Rang Vierzehn bei einer EM, die sportlich, gastfreundschaftlich und organisatorisch Maßstäbe für die Zukunft gesetzt hat.

## **Connie Boldt wird Deutsche Halbmarathonmeisterin**

**Überlegener Sieg am 12. April 2015 in Husum**

Ein großartiges Rennen bei widrigen Bedingungen zeigte SWC-Top-Läuferin Constanze Boldt bei den Deutschen Halbmarathonmeisterschaften in Husum. Die quasi direkt vom Trainingslager in Misano an die dänische Grenze angereiste Athletin feierte mit 1:21,42 min. in der Altersklasse W40 einen souverä-

nen Erfolg, lag im Ziel fast 3 ½ min vor der zweitplatzierten Karen Paysen aus Langenhorn und unterbot ihre schnellste Zeit aus dem Vorjahr fast um 30 sec.. Insgesamt kam die Regensburgerin als zehntschnellste Frau ins Ziel.

*Hans Merkl*

## **Sabrina Zeug und Rene Hamberger dominieren den SWC-Werfertag**

**5.000m-Oberfalztitel für Connie Boldt und Jens Wulff**

Zwei Gäste sorgten beim traditionellen Regensburger Werfertag am Weinweg für die herausragenden Wurfleistungen: Bei den Männern war der Passauer Rene Hamberger nicht zu schlagen und gewann mit ausgezeichneten 15,76m das Kugelstoßen vor dem Augsburger Dennis Edelmann (14,45m), ferner mit 46,90m das Diskuswerfen und mit 57,08m den Speerwurf.

Sein weibliches Pendant hieß Sabrina Zeug (LG Oberland), ihre Siegesweiten betragen 13,14m mit der Kugel, 41,73m mit dem Diskus und 38,95m mit dem Speer.

Insgesamt haben über 150 Werfer den Weg ins Regensburger Stadion am Weinweg gefunden, ein Beleg für die gelungene Sanierung des Stadions und dafür,

dass der SWC mittlerweile als Ausrichter zu den Top-Adressen in Bayern zählt.

Sehr gut schlug sich auch die SWC-Mehrkampftruppe mit Matthias Küsters (Kugel 13,02m, Diskus 38,52m, Speer 46,28m), Kilian Hartmann (Kugel 12,11m, Diskus 39,95m), Lukas Schwaiblmair (Kugel 9,97m, Speer 46,44m) und Andi Mokross (Kugel 10,85m, Diskus 30,15m), und auch die Siebenkämpferinnen Isabel Mayer (Kugel 10,47m, Speer 36,40m), Steffi Kieweg (Kugel 9,97m, Speer 22,10m) und Julia Liedl (Kugel 9,90m) zeigten bereits zu Saisonbeginn ansprechende Wurfleistungen.

### ***Vier Oberpfalztitel für SWC-Läufer***

Bei den gleichzeitig statt findenden Langstrecken-Oberpfalzmeisterschaften blieben vier Titel zu Hause beim SWC: Connie Boldt gewann klar die 5000m (18:17,43 min), bei den Männern verteidigte Jens Wulff seinen Titel vor dem Schönseer Christian Herold. In den Nachwuchsklassen gewannen in der W14 Luisa Jäger (2000m/7:24,53 min) vor Teamkollegin Antonia Fehlner (7:46,43min.) und in der M15 Nicolas Danner (3000m /12:05,91 min). Silber holten Konstantin Seitz (3000m U20/9:39,09 min), Yannik Seremet (2000m M13/7:52,73 min) und Pia Puchinger (3000m U18/13:24,28 min), Bronze gewannen Valentin Moritz (2000m M13/8:02.95 min), Sophie Sachsenhauser (2000m W15/7:30,31 min), Sonja Thalhofer (2000m W13/7:56,66 min) und Lisa Lankes (W12/8:16,46 min.. Ebenfalls Vier Titel gingen an den TV Bad

Kötzting und die DJK Weiden, zweimal gewann der TV Amberg.

### ***Fabian Bulaps holt drei Kreistitel***

Nicht zu bezwingen war Fabian Buslaps in der U20, er gewann alle drei Kreistitel (Kugel 11,60m, Diskus 34,54m, Speer 44,48m), in der U18 holte Amon Schmid zweimal Silber (Kugel 11,12m, Diskus 30,40m) Philipp Geldhäuser Silber im Speerwurf (35,16m) und Fredi Buslaps dreimal Bronze (Kugel 9,24m, Diskus 27,36m, Speer 43,62m). Auch die beiden Mehrkämpfer Samuel Vogl und Hendrik Böck schlugen sich wacker. >



**Erfolgreicher SWC-Nachwuchs: Valentin Ferst**

## **Kreistitel für Stender, Seremet, Rößler und Peper**

Gut in Form war auch der Nachwuchs. In der M15 holte Nicolas Danner Silber mit Speer (33,18m) und Kugel (7,63m) dazu Bronze mit dem Diskus (24,8m), Valentin Ferst gewann Diskus-Silber (27,18m) sowie Kugel- und Speerwurf-Bronze. In der M14 holte der noch der M13 angehörende Arion Stender mit ausgezeichneten 36,72m Speerwurf-Silber und übertraf deutlich die B-Quali zur Bayerischen, genauso holte Moritz Geldhäuser mit dem Diskus (28,22m) ebenfalls Silber, die gleiche Farbe hatte seine Kugelmedaille (8,82m). Bronze gewannen Sprinter Jonas Premru mit Diskus (23,80m) und Speer (28,32m) sowie Michi Bismark mit der Kugel (6,17m).



*Wurf-As Nancy Randig*



*SWC-Trainer Jan Ropohl mit dem Speer*

In der hart umkämpften M13 gab es Gold für Arion Stender mit dem Diskus und für Yannik Seremet mit dem Speer, Silber für Lars Breuser mit dem Speer und Bronze für Valentin Moritz mit Diskus und Speer sowie Lasse Schmid mit der Kugel. Auch Leo Sauerer, Julius Puchner und Tristan Böck zeigten ansprechende Leistungen. In der M12 gab es drei Doppelsiege, Nils Rößler vor Benedikt Peper mit Kugel und Diskus (gute 21,28m), im Speerwurf drehte Bene den Spies um und gewann vor Nils mit feinen 27,91m.

## **Auch Jäger, Müller, Randig, Hof und Hollmer siegen**

Zu überzeugen wußten auch die Mädchen, in der U18 gewann Theresa Jäger den Kugelwettbewerb vor Hanna Kortus, mit dem Diskus siegte Paula Müller und mit dem Speer gab es Silber und Bronze für Kortus und Müller, auch Stabhochspringerin Sophie Rauscher zeigte sich gerüstet für eventuelle Mehrkampfaufga-

ben. Erwartungsgemäß holte Nancy Randig in der W15 drei Mal Gold: Sehr gute 32,13m mit dem Speer, gute 10,90m mit der Kugel, mit dem Diskus (27,44 m) hätte es ein bisschen weitergehen können. Zweimal Silber holte Lisa Morawitz mit Diskus (26,14m) und Speer (26,76m), Kugel-Silber gewann Emma Höchbauer mit guten 9,21m, Bronze gab es für Hannah Zellner mit Speer und Diskus. Auch hier nutzten die Mehrkämpferinnen Annalena Bock, Hannah Budig, Sohie Sachsenhauser und Johanna Köpcke die Gelegenheit zum Start mit teilweise sehr erfreulichen Ergebnissen.

In der W14 gab es eine Bronzemedaille für Luisa Jäger im Diskuswurf, auch hier zeigten sich Lucie Neuking und Antonia Fehlner verbessert für künftige Mehrkampfaufgaben. Einmal Gold im Diskuswerfen, dazu Silber mit Kugel und Speer gab es für Paulina Hof in der W13, Sonja Thalhofer holte Diskus-Silber, Cosi Gartzke erreichte Platz Vier im Kugelstoßen. Und in der W12 gab es drei Siege für Franzl Hollmer (Kugel 5,68m, Diskus 13,88m, Speer 15,50m), Lisa Lankes gewann bei ihrem Wettkampfdebüt gleich dreimal Bronze.

*Josef Koller*

## **Nancy Randig haut einen Hammer raus**

### **Oberpfalzrekord im Hammerwurf zum Saisoneinstand**

Ein grandioser Saisoneinstieg gelang Nancy Randig bei den Oberpfalzmeisterschaften im Hammerwurf in Wiesau. Mit 52,09m im Wettbewerb der W15 (Oberpfalzrekord) haute sie bereits früh in der Saison einen „Hammer“ raus, insgesamt zeigte sie mit allen Versuchen über 46m auch eine stabile Serie. Ihre bayerische Dauerrivalin Laetitia Burdich (UAC Kulmbach), die außer Wertung am Start war, warf mit 45,64m ebenfalls persönliche Bestleistung.

Neben Randig holte der SWC weitere fünf Oberpfalztitel im Hammerwurf, mit 22,30m gelang Moritz Geldhäuser zudem in der M14 die Quali zur Bayerischen Meisterschaft, zudem gewannen Konstantin Seitz (20,72m) in der U20, Fredi Buslaps (19,51m) in der U18 vor Matthias Fehlner (15,66m), Leo Sauerer in der

M13/18,87m) vor Lasse Schmid (15,70m) und Nils Rößler in der M12 (18,03m) vor Benedikt Peper (16,20m). Den Titel bei den Männern holte sich Altmeister Wolfgang Fick (DJK SB Regensburg).

Auch bei den gleichzeitig statt findenden Bezirksmeisterschaften in den Langstafeln war der SWC erfolgreich. Die Meistertitel über 4x400m bei den Jungs mit



*Moritz Geldhäuser mit den Schwandorfer Staffelkollegen*



Großes Aufgebot: Die SWC-Mannschaft beim Werfertag in Wiesau

Konstantin Seitz, Amon Schmid, Matthias Fehlner und Philipp Geldhäuser und bei den Mädchen mit Hannah Budig, Hannah Zellner, Johanna Köpcke und Sang Haarer gingen in die Domstadt.

Und auch über 3x1000m trugen sich die SWCler dreimal in die Siegerliste ein, in der U20 (Samuel Vogl, Fredi Buslaps, Michi Bismark), in der U16 gemeinsam mit den Schwandorfern in der Startgemeinschaft (David Frischholz SAD, Marc Steger SAD, Moritz Geldhäuser SWC) und in der U14 (Lars Breuer, Benedikt Peper, Leo Sauerer).

Silber gab es in der U14 bei den Mädchen mit Chiara Saller, Franzi Hollmer und Maya Deiml, die sich nur dem bärenstarken Team aus Bad Kötzing geschlagen geben mussten.

Im Rahmen des landesoffenen Werfertags zeigte vor allem der jüngste Nachwuchs ansprechende Leistungen. Benedikt Peper gewann den Speerwurf der U14 (28,49m) und überzeugte mit 23,26m im Diskuswurf, Nils Rößler warf den Diskus auf 24,78m (Platz Drei), die Kugel auf 7,53m (pers. Bestleistung) und den Speer auf 22,37m, Leo Sauerer gelang der erste Über-20m-Diskuswurf (20,68m), Lasse Schmid stellte mit der Kugel (8,21m) eine neue persönliche Bestleistung auf.

Moritz Geldhäuser gelangen ebensolche mit der Kugel (8,89m) und dem Speer (31,53m) in der U16, Samuel Vogl warf den Diskus auf 23,98m (Platz Drei) in der U18 und schließlich gewann Nancy Randig auch den Speerwurf der U16 mit 31,67 m.

*Josef Koller*



## Sechzehn Medaillen für das SWC-Laufteam

### Bayerische Meisterschaften im Halbmarathon in Amberg

Am 26. April 2015 fanden in Amberg die Bayerischen Meisterschaften im Halbmarathon statt. Leider stellte ein Feld von 150 Teilnehmern bei dieser Meisterschaft einen Tiefpunkt der Meldezahlen der letzten Jahre dar und der Verband sollte sich zukünftig überlegen, attraktivere Veranstaltungen für die Meisterschaft zu gewinnen. Auffälligster Verein dieser Meisterschaften war der SWC, der seine herausragende Stellung im bayerischen Straßenlauf wieder einmal eindrucksvoll aufzeigte. Insbesondere das Frauenteam des SWC, angeführt von der neuen bayerischen Meisterin Sonja Tajsich und der deutschen W40-Meisterin Constanze Boldt, ließen dem Rest der Frauen nicht einen Hauch von einer Chance.

Es war ein bärenstarker Auftritt der SWC-Damen, die mit Sonja Tajsich (1:22:32) vor Constanze Boldt (1:24:58) nicht nur Platz Eins und Zwei in der Frauenwertung belegten, die beiden gewannen damit auch die Altersklasse W40, der sie beide bereits angehören. Mit Marie Demuth in neuer PB (4./1:28:51), Stephanie Bötzl (7./1:30:23) und Kirsten Moritz (9./1:32:23) landeten weitere drei SWC-Läuferinnen in den Top 10.

Die weiteren Medaillen für die SWC-Frauen in den Altersklassen holten Andrea Ferschl (1. W35/1:35:03), Susanne Schmidt (2. W45/1:33:40), Birgit Schulz (4. W45/1:34:53 Platz Vier und Regina Graf (2. W60/1:41:15). In der Mannschaftswertung wurde die Dominanz der SWC Frauen dann richtig deutlich. Mit

einem wahrscheinlich in der Geschichte der bayerischen Meisterschaften einmaligen Ergebnis holten die SWC-Frauen mit Team 1 (Tajsich, Bold, Demuth) vor Team 2 (Bötzl, Moritz, Schmidt) und SWC-Team 3 (Schulz, Ferschl, Graf) alle Medaillen. Zu guter Letzt gewannen Sonja Tajsich, Constanze Boldt und Susanne Schmidt natürlich auch noch Gold in der Mannschaftswertung W35/40/45. Für die LG Telis Finanz gewann Ulrike Mayer-Tancic in 1:30:06 die W50-Wertung.

Bei den Männern war der SWC mit einem Alterklassenteam angetreten und auch die SWC-Läufer sammelten fleißig Medaillen. In der M40 belegte Jürgen Schröpf Platz Drei in 1:20:10, die weiteren SWC-Läufer in dieser Klasse belegten die Plätze Sechs (Markus Maier, 1:30:25) und Acht (Roland Reisinger, 1:37:24). In der M45 gewann Volkmar Retzer in 1:16:47 die Silbermedaille, Stephan Irrgang belegte in 1:27:30 Platz Sieben.

Die Mannschaftswertung der Klasse M40/45 gewann der SWC mit Volkmar Retzer, Jürgen Schröpf und Stephan Irrgang überlegen vor dem LLC Marathon Regensburg mit Thomas Lobinger (1:27:33) Matthias Beil (1:28:04) und Richard Hack (1:29:21). In der Mannschaftswertung M 50/55 kamen die SWC-Läufer Thomas Noell (10./1:31:30), Helmut Schemm (11./1:31:35) und Daniel Wedekind (13./1:37:53) auf den Bronzerang und in der M65 gewann Harald Demuth in 1:35:42 ebenfalls Bronze.

*Hans Merkl*



Markus Horn



Peter Hannig



Sandra Huber



Vanessa Kranz



Ulrike Hermann



Prüfeninger Schloßstraße 4a  
93049 Regensburg

Telefon (09 41) 946 66 01  
Telefax (09 41) 946 66 02

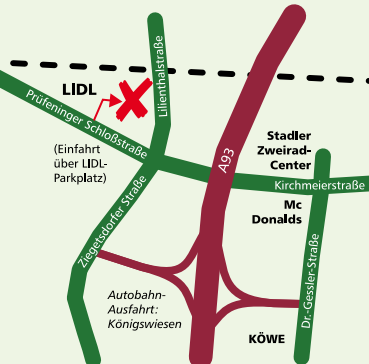
[www.praxis-horn.de](http://www.praxis-horn.de)  
[markus.horn@praxis-horn.de](mailto:markus.horn@praxis-horn.de)

# Praxis Markus Horn

OSTEOPATHIE · PHYSIOTHERAPIE



## Ihre Praxis für Osteopathie und Physiotherapie im Regensburger Westen



## SWC-Athleten starten gut in die Sommersaison

*Eschenbach, Wasserburg und Oberschleißheim*

Auch wenn das Wetter alles andere als sommerlich war, ließen sich die SWC-Athleten nicht von einem erfolgreichen Saisonstart abbringen.

In Wasserburg übersprang Stabhochkünstler Lucas Schwaiblmair am 1. Mai 2015 bei Regen und Kälte für diese Bedingungen hervorragende 4,85m und ließ gleich am nächsten Tag bei etwas besseren Bedingungen in Oberschleißheim einen Sprung über die 5-Meter-Marke folgen. An der neuen Bestleistung von 5,21m scheiterte er zwar diesmal noch knapp, wir sind jedoch sicher, dass er in den nächsten Wochen Richtung DM-Quali fliegen wird.

guten 48,19s ihr erstes Rennen über 300m Hürden, Fabian Buslaps siegte souverän mit 16,13s über die 110m Hürden, zwei erste Plätze gingen an Arion Stender (U16) über 100m (13,66s) und im Hochsprung (1,41m), zudem warf er gute 36,08m im Speerwurf der U16.

Auch Neu-SWCler Urs Buegger aus der Trainingsgruppe von Günther Bösl stieg mit guten 6,66m im Weitsprung in die Saison ein, Amon Schmid wurde im Weitsprung und im Diskuswurf in der U18 Dritter, die gleiche Platzierung erreicht Luisa Jäger (U16) über 100m (13,89s). In der Altersklasse U14 gelang Hannah Nussbauer ein hervorragender zweiter



Seine Mehrkampfkollegen Matze Küsters und Kilian Hartmann testeten sich ebenfalls in Oberschleißheim über die Hürden, im Diskus und im Stabhochsprung, wobei Matthias Küsters (16,17s/36,27m/4,50m) den Dreikampf der Männer ebenso souverän gewann wie Siebenkämpferin Isabel Mayer den Dreikampf der Frauen über 100m Hürden (15,48s), Hochsprung (1,61m) und Speerwurf (35,85m).

Erfolgreich in die Saison eingestiegen ist auch der SWC-Nachwuchs: In Eschenbach gewann Sophie Sachsenhauser am 1. Mai 2015 bei der Langhürden-OM mit sehr



*Sophie Sachsenhauser: Sieg über 300m Hürden*

# AUTOGLAS ZENTRUM



Nittendorf

- KFZ-Glas aller Art
- Scheibenversiegelung
- Schnellverglasung
- Steinschlagreparatur
- Für alle Marken

Ab  
sofort  
**NEU**  
bei uns!

## AUTOHAUS Schrödl GmbH

Ihr Servicehändler für:



**mazda**

GebrauchtwagenCenter



**AUTOHAUS Schrödl** GmbH

LACKIER- UND KAROSSERIE CENTER

Nittendorf-Schönhofen · Tel. 09404/95350 · Neutraubling · Tel. 09401/881660  
[www.autohaus-schroedl.de](http://www.autohaus-schroedl.de)

Platz über 75m (10,75s). Erfreuliche Ergebnisse zum Saisonanstand zeigten auch Theresa Jäger mit 13,80 sec. über 100 m und 4,37m im Weitsprung, Pia Puchinger, die als 400m-Zweite in der U18 mit guten 64,59sec nur knapp die Quali zur BM verpasste, Sonja Thalhofer mit ausgezeichneten 4,40m im Weitsprung und 14,14sec über 100 m, Franziska Freidl als Dreisprung-Zweite mit 8,73 m, Yannik Seremet mit 14,20 sec über 100m, Maria Ferst mit 18,43m im Speerwurf, Frederic Buslaps, der zweimal Vierter wurde (Diskus 25,41m, Speer 33,52m), Hanna

Kortus mit 14,75sec über 100m und Cosi Gartzke mit 11,62sec über 75m. Einen weiteren Sieg holte Andrea Holzapfel im Dreisprung der Frauen (9,75m).

Pechvogel des Tages war Matthias Fehlner, nach ordentlichen Leistungen über 100m (13,10sec) und im Weitsprung (5,16m) stürzte er über eine Hürde bei den 400m Hürden und brach sich das Schienbein, auch an dieser Stelle gute Besserung und Kopf hoch, Matthias!

*Josef Koller*

## **Regina Graf holt DM-Silber**

### **Zweiter Platz über 10.000 Meter**

Großer Auftritt für die SWC-Läuferin Regina Graf bei der deutschen 10000 Meter Meisterschaft, die am 2. Mai 2015 in Ohrdruf stattfand. Trotz widriger Wetterbedingungen mit viel Wind lief sie ein tolles Rennen in der W60 und erreichte in der W60 die Silbermedaille hinter Elfi

Hüther in der sehr guten Zeit von 45:37 Minuten. Dies ist nach der Cross-DM bereits die zweite Einzelmedaille für die SWC-Läuferin bei deutschen Meisterschaften in diesem Jahr!

*Hans Merkl*

## **Kreismeisterschaften in Bad Kötzing**

### **Unser Nachwuchs sammelt am 3. Mai 2015 vierundfünfzig Medaillen**

Bei äußerst widrigen Bedingungen trat unser Nachwuchs bei den diesjährigen Kreismeisterschaften in Bad Kötzing an und konnte groß teils recht überzeugen. Insgesamt gab es 25xGold, 16xSilber und 13xBronze.

für die Verhältnisse ordentlichen 1,56m Weit- und Hochsprung gewinnen. Auch die 4x100m-Staffel mit Philipp Geldhäuser, Leon Puchinger, Nicolas Danner und Jannis Voigt war erfolgreich.

In der U18 konnte Philipp Geldhäuser mit persönlicher Bestleistung von 5,32m und

Fabian Buslaps verzichtete bei der Kälte auf seine Spezial-Disziplinen, testete stattdessen seine Schnelligkeit und holte

zweimal Silber über 100m (12,11 sec.) und 200m (24,92 sec.).



*Zweimal Silber für Fabian Buslaps (rechts)*

Ebenfalls zweimal und jeweils mit klarer neuer Bestleistung trug sich Nicolas Danner in die M15–Siegerlisten ein: Er gewann mit 1,50m den Hochsprung und mit 2:29,05 den 800m–Lauf, über 100m gab es in erfreulichen 13,08sec Silber und im Weitsprung mit 4,71m Bronze. Jannis Voigt gewann in 16,61sec den Hürdenlauf. In der M14 wurde es für Leon Puchinger Hoch–Silber(1,35m) und 100m–Bronze (14,6sec).

Besonders erfolgreich war die U14, es gab nicht nur Gold durch den souverän siegenden Georg Rauscher mit hervorragenden 9,80sec über 75m und 4,94m im Weitsprung der M13; in den anderen Disziplinen, die Georg zur Schonung für den Bayerncup nächste Woche ausließ, sprangen seine Teamkollegen in die Bresche: Yannik Seremet gewann die Hürden (11,42sec) und den 800m–Lauf (2:46,38min) sowie Weit–Silber, und Tristan Böck gewann den Hochsprung

mit 1,34m, zudem Hürden–Bronze. Auch die 4x75m–Staffel ging an den SWC mit Leo Sauerer, Bene Peper, Tristan Böck und Georg Rauscher.

In der M12 gab es bei drei Starts dreimal Gold für Bene Peper im Hoch– (1,37m) und Weitsprung (3,97m) sowie über die Hürden (11,81sec).

Auch Emma Hies ist schon gut in Form, beim ersten Hürdenlauf über die 100m in der U18 gab es gleich Gold mit 16,99 sec, auch über 100m lief sie ordentliche 13,44 sec zum Saisonauftakt. Gold Nummer Drei gab es zusammen mit Lisa Morawitz, Lena Schmitt und Theresa Jäger in guten 52,74 sec über 4x100m trotz eines verpatzten Wechsels. Über 200m holte sie in 28,04 sec Silber.



*Dreimal Gold für Emma Hies (rechts neben Sang Haarer)*

Theresa Jäger gewann Bronze über 100m (13,87sec) und 200m (28,49sec), jeweils ganz knapp vor Lena Schmitt. In der U20 gewann Lucia Pfeilschifter den Hochsprung (1,25m), dazu 200m–Silber

(29,32sec) und 100m-Bronze (14,04 sec), Sang Haarer gewann den Weitsprung und 200m-Bronze.



*Viermal Gold für Lisa Morawitz (links)*

Neben dem Staffelsieg holte Lisa Morawitz weitere viermal Gold mit persönlichen Bestleistungen über 100m (13,96sec, erstmals unter 14), im Weitsprung (4,47m) sowie im Hochsprung (1,39m) und über die Hürden(14,62sec).



*Emma Gartzke mit persönlicher Bestleistung im Hochsprung*

Pauline Friederich holte Hürden-Bronze, und Lena Grünauer und Sophie Baron sicherten Silber und Bronze über 800m.

In der W14 erlief Lucie Neuking mit guten 13,40sec (Bayer A-Quali) über die Hürden Silber, Emma Gartzke erreichte Hochsprung-Bronze (PB 1,30m) und Antonia Fehlner ebenfalls Bronze über 800m. Silber gab es über 4x100m mit Sonja Thalhofer, Emma Gartzke, Sophie Baron und Lena Grünauer.

In der U14 brach überraschend Sonja Thalhofer mit ausgezeichneten 10,74 sec in die Bad Kötztlinger Phalanx ein und holte W13-Gold, zudem zwei Mal Silber über 800m (2:46,35min) und im Weitsprung (4,25m).

In der W12 gewann Maya Deiml zweimal Silber über 75m (11,09 sec) und im Weitsprung (4,01 m), Bronze holten jeweils Lisa Lankes über 800m (gute 2:51,22min), Franzl Hollmer über die Hürden (12,44sec) und Celina Wegner im Hochsprung (1,25m). Und schließlich Silber gab es auch über 4x75m mit Lisa, Maya, Franzl und Julia Thalhofer.

*Josef Koller*







## **Covershooting**

**SWC-Fotograf Christian Frimberger,  
Maitanz-Gewinnerin Sophie Rauscher und Michael Dehl**

**Foto Dominik Schmeer**

## Philipp Geldhäuser überfliegt 3,71 m

**SWC-Frühjahresspringen und Kreismeisterschaften Stabhochsprung am 8. Mai 2015**



*Da geht noch was: Philipp hebt sich über 3,61m*

Mit erfreulichen 4,61m gewann Simon Ziegler (LG Telis Finanz) das SWC-Frühjahresspringen vor seinem Teamkollegen Fabian Laukamp und dem persönliche Bestleistung springenden Drittplatzierten Andreas Mokraß (3,91m).

Für ein weiteres herausragendes Ergebnis sorgte SWC-U18-Nachwuchsspringer Philipp Geldhäuser, der mit der Siegerhöhe von 3,71m seine Bestleistung um 21cm steigerte und vor dem ebenfalls Bestleistung springenden Frederic Buslaps (2,91 m) gewann.

Persönliche Bestleistungen erzielten auch Frauensiegerin Malin Miksch (SWC)

mit 2,81m, U 20-Siegerin Sang Haarer mit 2,61m und U18-Siegerin Sophie Rauscher mit 2,31m; Moritz Geldhäuser (M15/2,81m), Emma Gartzke (W14/2,31m) und Paulina Hof (W13/2,21m) sprangen neben persönlicher Bestleistung auch die Norm zur Bayerischen Meisterschaft.

Gefallen konnten auch die Jüngsten: Tristan Böck gewann die M12 mit 2,21m vor Valentin Moprutz (2,11m), David Ringlstetter die M11 mit 1,81m vor Leon Irrgang (1,71m) und Franzi Hollmer die W12 mit ausgezeichneten 2,11m.

*Josef Koller*

## Leichtathletik hautnah erleben!

**Unser Wettkampfbüro  
sucht Verstärkung -**

Du hast Spaß an der Leichtathletik  
und arbeitest gerne mit EDV?  
Dann wartet unser Wettkampfbüro-  
Team auf Dich!

*Informationen*

*bei Sabine Garatva unter 0941/270 014  
oder Christine Koller unter 0941/94 55 802*

## Sensationelle fünf Medaillen beim Bayerncup

Zweimal Gold und dreimal Silber in Herzogenaurach am 9. Mai 2015



Matthias Küsters über den Hürden und mit Kilian Hartmann in der Staffel - Fotos: Günter Sterk

Mit der ein oder anderen Medaille hatte man im SWC-Lager schon geliebäugelt, aber von diesem Ergebnis hatte man nicht einmal geträumt:

In sechs Wettbewerben beim Bayerncup, den Bayerischen Mannschaftsmeisterschaften in Herzogenaurach, holten die Regensburger unglaubliche fünf

Medaillen, davon zweimal Gold in der U16 weiblich und männlich und dreimal Silber bei den Frauen, den Männern und in der U20 männlich.

Auch das sechste Team schlug sich in der U20 weiblich äußerst respektabel und landete auf Platz Sieben.

Im Vorjahr waren sie in Ergoldsbach noch mit viel Pech auf Rang Zehn gelandet. Diesmal klappte beim Männerteam alles wie am Schnürchen, zwar lag der Titelverteidiger, der 1. FC Passau, mit 83,5 Punkten deutlich in Front, aber mit 68 Punkten konnten die Regensburger den LAC Quelle Fürth (54,5 Punkte) klar in Schach halten und gewannen Silber.

Einen Einzelsieg holte hier im Weitsprung Urs Buegger mit ausgezeichneten 6,87m, Kilian Hartmann wurde Speerwurf-Zweiter (53,07 m) und warf zudem 35,67m mit dem Diskus, zweimal Platz Drei belegte Matthias Küsters über die Hürden (16,08 sec) und mit der Kugel (13,04m), ebenfalls Dritter wurde Hochspringer Andi Plößl mit 1,93m. Weitere eifrige Punktesammler waren Stabhochspringer Lucas Schwaiblmair, der mannschaftsdienlich mit 11,54sec über die 100m überzeugte, Andi Feldschmid mit 51,71sec über die 400m, Maximilian Thoma mit 17:16,72min über die 1500m und Jens Wulff mit 2:21,51 min über 800m. In der abschließenden 4x100m-Staffel ließen die Regensburger nichts mehr anbrennen und wurden mit Schwaiblmair, Küsters, Hartmann und Buegger in 43,50 sec Zweiter hinter der Staffel aus Passau.

Auch bei den Frauen landeten die Teams aus Fürth, Passau und Regensburg auf den ersten drei Plätzen, diesmal lautete die Reihenfolge aber Quelle Fürth mit 58 Punkten vor dem SWC (51 Punkte) und dem 1. FC Passau mit 50 Punkten. In der letzten Disziplin, dem Diskuswerfen konnten die Regensburgerinnen noch die Passauerinnen überflügeln, Johanna Höckestaller holte hier mit 42,32m als Zweite die notwendigen Punkte auf, und war zudem als Kugelsiegerin (13,14m) und Speerwurf-Dritte (39,16m) eifrigste Punktesammlerin. Zweimal Zweite wurde



Silbern: Sabine Hoja beim Weitsprung

Sabine Hoja über die Hürden (14,84sec) und im Weitsprung (5,72m), den gleichen Platz belegte 400m-Läuferin Julia Liedl, über 1500m belegte Conni Boldt mit 5:03,63min den dritten Platz. Luka Krampert lief die 100m in guten 12,87sec und Christiane Rötzer schaffte trotz Verletzung 1,42m im Hochsprung. Auch die 4x100m-Staffel verstärkt im Rahmen einer Startgemeinschaft durch Kathi Eich aus Weiden wurde Zweite hinter Quelle, mit Sabine Hoja, Luka Krampert, Julia Liedl und Kathi Eich. Damit wurden die SWC-Damen zum dritten Mal in Folge Zweite.

Nach dem Überraschungserfolg im Vorjahr hatte sich die U20 männlich in der Startge-

meinschaft mit dem TSV Schwandorf nach dem Ausfall von Sven Glück (Verletzung) und Felix Mittermeier (Prüfung) eigentlich nichts mehr ausgerechnet, umso erfreulicher die Silbermedaille, und das auch noch knapp hinter der LG Lkrs. Aschaffenburg und deutlich vor dem TS Herzogenaurach. Fabian Buslaps als Hürdensieger mit ausgezeichneten 15,78sec und Speerwurf-Zweiter (46,16m) und Fabian Müller als Sprintsieger (11,64 sec) und Weitsprung-Zweiter (6,16m) holten die meisten Punkte, Konstantin Seitz lief über die 1500m auf Platz Zwei (4:50,24) und die 400m auf Platz Drei (53,51 sec.), Felix Müller sprang 1,67m hoch und Amon Schmid stieß 10,10 m mit der Kugel. Die 4x100m-Staffel mit Seitz, Schmid, Müller und Marco Sächerl belgte in 46,26sec. Platz Drei.

Die ersatzgeschwächte weibliche U20 erreichte am Ende Platz Sieben. Dabei musste eine 1500m-Läuferin Elisa Leitner für die ausgefallene Werferin im Speer- und Diskuswurf antreten, was sie ordentlich löste. Hier überzeugte vor allem Jacqueline Sterk mit einem Hochsprungsieg mit 1,63m und Platz Zwei über die 400m mit 60,23sec, Emma Hies lief in ihrem ersten Rennen über die 84er Hürden mit 16,68 sec gleich auf Platz Drei, Krissie Plößl steuerte mit 4,48m im Weitsprung und 7,90m im Kugelstoßen ebenfalls wichtige Punkte bei. Die 4x100m-Staffel mit Plößl, Hies, Theresa Jäger und Lena Schmitt lief in 53,52sec ebenfalls auf Rang Sieben. Den Wettbewerb gewann der MTV Ingolstadt vor der LAC Quelle Fürth und dem TSV Wasserburg.



*Goldener Nachwuchs: Die U16-Teams des SWC*

Voll überzeugen konnten die U16-Jungs, ebenfalls in der Startgemeinschaft mit dem TSV Schwandorf. Maxi Frint gewann mit überragenden 37,62m den Diskuswurf, belegte mit Speer (40,61m) und Kugel (11,50m) jeweils Platz Drei, Jonas Premru gewann den Weitsprung mit 5,58m und wurde 100m-Zweiter, Georg Rauscher lief in ausgezeichneten 2:14,23min über

800m auf Platz Zwei und David Frischholz wurde über die Hürden (12,10sec) und im Hochsprung (1,64 m) jeweils Dritter. Die abschließende Staffel mit Rauscher, Premru, Frischholz und Moritz Geldhäuser siegte mit Riesenvorsprung in 48,39sec. Am Ende blieb man mit 44 Punkten klar vor der LG Fichtelgebirge (34 Punkte) und dem TS Herzogenaurach (33 Punkte). >



*Links Jacky Sterk im roten Trikot - rechts Nancy Randig beim Diskuswurf*

Am spannendsten war der Wettbewerb in der U16 weiblich, von Anfang an gab es ein Kopf-an-Kopf-Rennen zwischen dem SWC und der LAC Quelle Fürth, ständig wechselte die Führung. Für den SWC hatten vor allem Nancy Randig mit zwei Siegen (Diskus/27,10m, Speer/32,06m) und Sophie Sachsenhauser mit drei zweiten Plätzen (Hürden/12,61sec, Weit/4,98m, Hoch/1,55m) gepunktet, Hannah Budig (13,60 sec) und Luisa Jäger über 100m und 800m als jeweils Vierte lagen ebenfalls voll im Soll.

Vor der 4x100m-Staffel lag der SWC einen Punkt vor den Fürtherinnen, die mit einem Staffelsieg vor dem SWC (Budig, Lisa Morawitz, Lucie Neuking und Annalena Bock) gleichziehen konnte. Die Entscheidung mußte im abschließenden Kugelwettbewerb fallen.

Hier haute Nancy Randig einen raus, verbesserte ihre persönliche Bestleistung fast um einen Meter auf 11,89m und gewann klar den Wettbewerb. Zusätzliche Schützenhilfe kam aus Bad Kötzing, deren Stoßerin Veronika Mauerer schob sich vor die Fürtherin auf den zweiten Platz.

Letztendlich gewann der SWC mit 107 Punkten vor Fürth mit 105, Platz Drei blieb mit dem TV Bad Kötzing und 90 Punkten ebenfalls in der Oberpfalz.

*Josef Koller*



### *Konditorei-Café Orlando di Lasso*

*Genießen Sie das  
Weltkulturerbe von  
seiner süßen Seite  
am  
Alten Kornmarkt*

**Tel.:0941-51367 <http://www.cafe-orlando-regensburg.de>**

## Junioren-4x400m-Staffel sprintet nach Nürnberg

*Vier Medaillen bei den Bayerischen Meisterschaften am 14. Mai 2015*

Die Athleten des SWC machten am Himmelfahrtstag bei den Bayerischen Langstaffelmeisterschaften in Neuen-dettelsau da weiter, wo sie am Samstag



vorher beim Bayerncup aufgehört hatten – sie sammelten Medaillen. Erfolgreichste Staffel war dabei die 4x400m-Staffel der Startgemeinschaft SWC/Schierling/Schwandorf in U20 mit Konstantin Seitz, Felix Mittermeier, Fabian Buslaps und Fabian Müller.

Sie wurde mit 3:26,02min Bayerischer Meister und qualifizierten sich souverän für die Deutschen Meisterschaften in ihrer Altersklasse.

Silbermedaillen gab es für die 4x400m-Staffel der weiblichen U23 in der Besetzung Bettina Diller, Julia Sommer, Luzia Pfeilschifter und Sonja Laemmel und für die Mädels der Startgemeinschaft SWC/Schierling/Schwandorf über 3x800m mit

*3x 800: Emma Hies und Theresa Jäger*



*Bayerische Spitze: Die U20-Staffel (Fabian Buslaps, Konstantin Seitz, Felix Mittermeier und Fabian Müller) mit Trainer Michael Duchardt*



*Schneller Nachwuchs:  
Luisa Jäger, Sonja Thalhofer und Sophie Sachsenhauser*

Luzia Pfeilschifter, Antonia Fehlner und Sonja Laemmel.

Bronze erliefen sich die U20-Mädels über 4x400m mit Emma Hies, Elisa Leitner, Theresa Jäger und Pia Puchinger.

Auch der Nachwuchs schlug sich tapfer. In der Altersklasse U16 belegten Sophie Sachsenhauser, Sonja Thalhofer und Luisa Jäger über 3x800m den undankbaren vierten Platz.

*Steffi Pietsch*

## **Isabel Meyer und Matthias Küsters gewinnen die Nordbayerische Mehrkampfmeisterschaft**

### **SWC-Mehrkampfteam holt drei Titel in Oberasbach**

Zum dritten Mal in Folge gewann Matthias Küsters den Zehnkampf bei den Nordbayerischen Mehrkampfmeisterschaften, die einmal mehr vom TSV Altenberg in Oberasbach mustergültig organisiert wurden.

Nach einem Beinahe-Sturz über die Hürden und einem Wackler im Speerwurf musste sich der Regensburger Vorzeigethlet diesmal allerdings mit 6.711 Punkten begnügen; gute Leistungen aber mit 13,40m im Kugelstoßen und 38,61m mit dem Diskus, sowie 4,70m in seiner Paradedisziplin, dem Stabhochsprung deuteten jedoch an, dass es bald wieder in Richtung 7.000 Punkte gehen wird. Für die Qualifikation zur Deutschen Mehrkampfmeisterschaft (6.000 Punkte) reichte die Leistung gleichwohl locker.

In seinem Sog zeigte auch Stabhochspringer Lukas Schwaiblmaier einen ausgezeichneten Zehnkampf und belegte mit 6.461 Platz Zwei. Er punktete vor allem im Weitsprung (6,90m), über die Hürden (15,64sec) und natürlich mit dem Stab (4,80m). Zusammen mit Andreas Mokraß, der einen soliden Mehrkampf zeigte und mit 4768 Punkten Platz Sechs belegte, gewannen die Regensburger überlegen die Teamwertung mit 17.940 Punkten klar vor der LAV Neustadt. Leider konnte Kili Hartmann, der ebenfalls klar auf 6.000-Punkte-Kurs lag, mit einem angeschlagenen Fußgelenk den Mehrkampf nicht beenden.

Auch bei den Frauen im Siebenkampf gab es einen klaren SWC-Sieg durch Isabel Meyer mit guten 4.855 Punkten, vor allen





*Mehrkampfmeisterin Isabel Meyer (links)*

über die Hürden (14,71sec) und mit dem Speer (36,15m) konnte sie überzeugen. Lange lag auch Steffi Kieweg auf Medailenkurs, am Ende blieb mit guten 3.741



*Mannschaftsmeister Andreas Mokraß*

Punkten der vierte Platz, erfreuliche Ergebnisse zeigte sie im Hochsprung (1,53m) und mit der Kugel (10,60m).



*Lukas Schwaiblmair haut den Diskus raus*

Auch ein paar Nachwuchsathleten konnten sich gut in Szene setzen: Im Siebenkampf der weiblichen U20 belegte Julia Sommer mit 2.909 Punkten Platz Vier, in der W15 wurden Lisa Morawitz (3.156 Punkte, 100m/13,67sec) und Nancy Randig (2.976 Punkte, Kugel/11,80m) Sechste und Siebte und erfüllten beide die Norm zur Bayerischen Mehrkampfmeisterschaft.

Und in der U18 belegte Theresa Jäger mit 2.758 Punkten (110m/13,45sec) den 18. Platz.

*Josef Koller*

## Frauenstaffel qualifiziert sich für die DM in Nürnberg

*Bestzeiten am Band auf dem Rolf-Watter-Meeting im Regensburger Unistadion*

So macht Leichtathletik Spaß! Bei besten Bedingungen zeigten die SWC-Athletinnen und Athleten am 16. Mai 2015 beim Rolf-Watter-Meeting ihre Sprintqualitäten. Allen voran die Damenstaffel der Startgemeinschaft SWC/Weiden/Schwandorf über 4x100m mit Sabine Hoja, Julia Liedl, Katharina Eich und Luka Krampert, die sich mit einem starken Rennen in 47,78s souverän für die Deutschen Meisterschaften in Nürnberg qualifizierten und sich damit gleich zu Beginn der Saison ihren großen Traum für diesen Sommer erfüllten.

Auch die Einzelsprintzeiten zeigen die gute Form der Mädels, die Bestzeiten am laufenden Band ablieferten. Julia Liedl lief

12,64s (100m) und 25,38s (200m, leider mit ein bisschen zu viel Rückenwind), Luka Krampert startete mit 12,53s so schnell wie nie in die Saison, Kathi Eich (DJK Weiden) qualifizierte sich bei ihrem 400m-Debüt in 57,57s souverän für die U23-DM, Jacky Sterk blieb mit 12,92s klar unter 13 Sekunden und W15-Athletin Sophie Sachsenhauser sprintete feine 13,16s (PB). Sabine und Jacky gewannen außerdem auch noch mit deutlichem Abstand die Weitsprungwettbewerbe in ihrer Altersklasse.

Da wollten sich die SWC-Herren natürlich auch nicht lumpen lassen. Nur zwei Tage nach seinem Bayerischen Titel mit der 4x400m-Staffel steigerte Felix



SWC-Läuferinnen Sabine Hoja, Julia Liedl und Luka Krampert, mit Katharina Eich

Mittermeier bei den ersten Sprints in dieser Saison seine Bestzeiten über 100m auf 11,00s und über 200m auf bärenstarke 21,76s und qualifizierte sich damit klar für die Deutschen U20-Meisterschaften im August in Jena. Hochspringer Andi Plößl

überquerte 1,98m und nähert sich damit auch im Freien der 2-Meter-Marke, die er im Winter erstmals übersprungen hat.

*Steffi Pietsch*

## **SWC-Bergläuferinnen holen drei Titel**

### **Goldregen im Schwarzwald**

Das Laufteam des SWC Regensburg eilt von Erfolg zu Erfolg. Nächster Glanzpunkt waren die deutschen Berglaufmeisterschaften, die am 16. Mai 2015 in Bühlertal im Schwarzwald im Rahmen des internationalen BGVHundseck-Berglaufes ausgetragen wurden. Die Strecken im Schwarzwald sind naturgemäß nicht so anspruchsvoll und die 9,6km mit 775 Höhenmetern sind für eine deutsche Berglaufmeisterschaft eher als leicht zu betrachten. Als Beleg hierfür gilt der Männersieger Josef Katip vom TSV Roth, der ein ausgewiesener Straßenläufer ist und sich hier seinen ersten Bergauftitel holte.

Sensationell war das Auftreten der Frauen des SWC. In der Klasse der W45 holte sich Susi Schmidt mit einem grandiosen Lauf den Titel in 54:45 Minuten. Ein bärenstarker Auftritt, der sogar mit einer

zweiten Goldmedaille belohnt wurde, denn zusammen mit Stefanie Schutty (12. W45/1:00:07) und Regina Graf (1:02:47) gab es noch den Mannschaftstitel in der Klasse W45+. Für Regina Graf war dieser Titel in der W60 die noch fehlende Medaille im diesjährigen Saisonverlauf, nach Bronze bei der Cross-DM und Silber über 10.000 Meter jetzt also die goldene im Berglauf.

Bei den Männern wurden die Medaillenträume durch Verletzungen leider nicht wahr. Nach dem Ausfall von Rudi Salzberger und kurzfristig auch noch Elmar Daubenmerkl blieben für die tapfer kämpfenden Jürgen Schröpf (7. M40/48:49) und Thomas Federsel (19. M45/53:00) nur die Freude mit den SWC-Damen über den goldenen Medaillesegen.

*Hans Merkl*

## **SWC-M50-Team in Bayern Spitze**

### **DAMM am 16. Mai 2015 in Wendelstein**

Nach dem Bayerncup, den Mannschaftsmeisterschaften für Aktive, Jugend und Schüler, waren diesmal die Senioren dran. Die Bayerischen Senioren Mannschafts-

meisterschaften fanden heuer in Wendelstein bei Nürnberg statt, und auch hier überzeugte ein SWC-Team wieder voll: Die M50-Mannschaft konnte ihren Vorjahres-



*Starke SWC-Männer: Hans Merkl, Michael Duchardt, Christoph Schmidt, Markus Eigenstetter, Bernd Pegoretti, Josef Eberl (von links nach rechts)*

erfolg klar wiederholen und ihre Punktzahl dabei sogar noch verbessern.

Einmal mehr war Markus Eigenstetter mit ausgezeichneten Leistungen über 100m (13,12 sec), im Weitsprung (4,97m) und sogar mit der Kugel (9,23m) der Motor der Mannschaft, aber auch Thomas Marohn über 800m in sehr guten 2:18,81 und

Thomas Noell über 3000m (11:34,24 min) konnten sich mit Einzelsiegen sehr gut in Szene setzen. Weitere gute Punktelieferanten waren Hans Merkl (800m/2:35,12 min), Uwe Höckele (5000m/11.50,23min), Josef Eberl (Hoch 1,53m/Weit 4,50m), Bernd Pegoretti (Hoch/1,53 m), Christoph Schmidt (Kugel/8,92m) und Michael Duchardt (Diskus/32,32 m).

## **Riesen-Kinderleichtathletik-Spektakel am Weinweg**

### **1. Kreisschülerrunde mit über 200 Teilnehmern aus 23 Mannschaften**

Die 1. Kreisschülerrunde Kinderleichtathletik 2015 am Weinweg wurde zu einem Riesenspektakel:

Über 200 Kinder aus 23 Mannschaften, darunter sieben SWC-Teams, hatten den Weg nach Regensburg gefunden. Und in äußerst spannenden Wettkämpfen mit

Biathlon-Staffel, Hindernis-Staffel, Stabweit- oder Zielweitsprung ging es dann voll zur Sache.

Hervorragend zogen sich die SWC-Teams aus der Affäre: In der U12 wurden die SWC-Tiger (Simon Hahne, Julia Lankes, David Ringelstetter, Ben Kötterl, Leon

Irrgang, Lukas Botella Fischer, Sebastian Seifert, Felix Haggenmiller) klarer Sieger vor den TV Champions aus Burglengelfeld und den Wellenreitern von der SG Post Süd.

Ausgezeichnet schlugen sich auch die SWC-Löwen (Nicklas Taciac, Kathrin Ertl, Norman Heber, Jonas Hillebrandt, Jakob Weinzierl, Isabella Nowak, Simon Brui-schütz, Hannah Plutz, Elias Premru), die fast alle dem jüngeren Jahrgang angehörten.

In der U10 feierten die SWC-Pumas (Santiago Ramirez, Eva Flierl, Caroline Härtl, Anna-Lena Härtl, Chin Wee Lim, Jakob Volland, Anna Reichl) einen Überraschungserfolg vor den Gipfelstürmern von der SG Post Süd und den Fliegenpilzen aus Cham.

Auch hier waren die SWC-Panther (Katja Breit, Fabian Halbe, Marlon Heber, Anja Lankes, Simon Hirschenauer, Florian Koder, Helena Benedikt, Leni Goldbach, Konstantin Lüttich) und die SWC-Piraten (Franziska Ertl, Richelle Post, Kilian Klimenta, Selma Veit, Konstantin Veit, Hannes Lassen, Maximilian Schweiger, Theresa Schweiger, Leonore Menzel) fast ausschließlich vom jüngeren Jahrgang 2007 und konnten sich in dem starken Feld gemeinsam auf Rang Sechs sehr gut platzieren.

In der U8 gewannen die SWC-Pinguine (Ludwig Rauscher, Mika Seremet, Bosse Brammer, Jakob Menzel, Tim Reichl, Ewan Mc Allen, Louis Huber, Unathi Karrer, Liska Lassen, Aurora Deljah, Sousou Hosp, Luzia Stowasser) gemeinsam mit den SG Post Süd-Glücksbärchen; die SWC-Kolibris (Toni Karrer, Rebecca Eigenstetter, Burchin Veyz, Moritz Plutz, Ben Alkofer, Maria Lankes, Jonas Volland, Lena Bruischütz, Annika Bruischütz, Andreas Müller, Nicolas Ramirez, Noah Schöberl, Emilia Hartlaub) belegten einen tollen dritten Platz.

*Josef Koller*



*Alle erfolgreich: Tiger, Löwen, Pumas, Panther, Piraten, Pinguine und Kolibris*

## SWC-Laufteam dominiert am Berg

*Zwölf Medaillen bei den Bayerischen Berglaufmeisterschaften der Senioren*

Am 30. Mai 2015 wurden in Anger, im Rahmen des 31. Stoißer-Alm Berglaufes wie schon im letzten Jahr, die bayerischen Meisterschaften der Senioren im Berglauf ausgetragen. Der mittelschwere Kurs mit einer Gesamtlänge von 7,0 km weist 670 Höhenmeter auf und war bei guten Bedingungen ein tolles Erlebnis für die über 200 Starter.

Momentan läuft es beim SWC einfach rund und die Regensburger dominierten nach den bayerischen Halbmarathonmeisterschaften auch die Berglaufmeisterschaften in beeindruckender Weise.

Insbesondere die Frauen des SWC entwickeln sich für die bayerische Konkurrenz immer mehr zu einem fast unschlagbaren Gegner. Mit einer unglaublichen mannschaftlichen Geschlossenheit sind sie bei den Teamtiteln eine Macht. In der Einzelwertung beeindruckte bei ihrem ersten Auftreten im SWC-Dress ganz besonders Silvia Weishäupl, die mit 40:43 den Titel in der W35 gewann. Sonja Hackl erreichte in 46:43 Platz Vier, Katharina Machura in 49:42 Platz Fünf. Den zweiten Platz in der W40 in 41:12 holte sich Astrid Zunner-Ferstl. Einen überragenden Auftritt zeigte einmal mehr Susanne Schmidt. Die SWC-Läuferin ist in der Form ihres Lebens und holte sich nach dem Titel bei der deutschen Berglaufmeisterschaft auch die bayerische Meisterschaft in der W45 in 39:43. Stefanie Schutty erreichte hier in 43:36 den vierten Platz vor ihrer Vereinskameradin Birgit Hierl in 44:06. In der W50

erreichte Sonja Fuchs in 46:32 Platz Sieben und Monika Soder in 51:22 Rang Elf. Ganz großer Auftritt wieder einmal in der W60 von Inge Pfauser, die sich den Titel in der Klasse Zeit von 46:23 holte und auf die Zweitplatzierte einen Vorsprung von zehn Minuten hatte.

Dieses geschlossene Auftreten der SWC-Damen schlug sich natürlich auch in der Mannschaftswertung nieder. In der W35/40/45 gewann der SWC I mit Susanne Schmidt, Silvia Weishäupl und Astrid Zunner-Ferstl vor dem SWC II mit Stefanie Schutty, Birgit Hierl und Sonja Hackl. In der Mannschaftswertung W50+ gewannen Inge Pfauser, Sonja Fuchs und Monika Soder die Silbermedaille.



*In der Form ihres Lebens: W45-Meisterin Susanne Schmidt*



Zwei SWC-Damen-Mannschaften ganz oben

Die Herren des SWC wollten natürlich nicht nachstehen und zeigten ebenfalls tolle Leistungen. In der M40 zeigte Jürgen Schröpf seine momentan beeindruckende Form und lief in 35:14 auf den zweiten Platz. Ebenfalls toll der Lauf von Elmar Daubenmerkl in der M45 in 34:11 auf den dritten Platz und zusammen mit Volkmar Retzer, der in 36:49 in der super besetzten

M45 auf Platz Zehn einkam, holten sich die drei den Mannschaftstitel in der Klasse M40/45. In der M50 war SWC-Läufer Carl Hierl die große Überraschung. Es gelang ihm, den Dominator Raimund Hobmaier vom PSV Rosenheim einen Kampf auf Augenhöhe zu liefern und er hatte den Rosenheimer fast am Rand einer Niederlage, am Ende fehlten ihm in 35:45 acht Sekunden zum Titel.

Die weiteren SWC-Läufer in dieser Klasse waren Gottfried Kreckl (6./38:20), Thomas Federsel (12./39:50), Thomas Noell (17./42:12), Helmut Schemm (23./46:46) und Daniel Wedekind (25./49:12). Das Team SWC I mit Carl Hierl, Gottfried Kreckl und Thomas Federsel belegte in der Mannschaftswertung M50/55 hinter dem deutschen Meister Rosenheim Platz Zwei, das zweite SWC-Team mit Thomas Noell, Helmut Schemm und Daniel Wedekind Rang Sechs.

*Hans Merkl*



Die Männer von SWC I auf dem Silberplatz

## Leichtathletik hautnah erleben!

### Unser Wettkampfbüro sucht Verstärkung

Du hast Spaß an der Leichtathletik und arbeitest gerne mit EDV?  
Dann wartet unser Wettkampfbüro-Team auf Dich!

#### Informationen

bei Sabine Garatva unter 0941/270 014  
oder Christine Koller unter 0941/94 55 802

## **Top-Leistungen in München und Weinheim**

**Schnelle Zeiten am 23. Mai 2015 in München - DM-Norm für Jacky Sterk**

Zwei Siege, ein zweiter und ein fünfter Platz, das ist die mehr als positive Bilanz des Ludwig-Jall-Sportfestes in München. Felix Mittermeier siegte im Hauptprogramm in der U20 über 400m mit neuer Bestzeit von 49,73sec und blieb damit erstmals unter 50 Sekunden und gleichzeitig unter der DM-Norm für Jena, die er auch schon über 100m und 200m in der Tasche hat. Julia Liedl stieg so gut wie nie in die Saison ein und wurde mit 63,40sec Zweite. Ebenso wie Sophie Sachsenhauser, die das Rennen über 300m Hürden in der U16 in guten 48,21sec gewann, hatte sie noch kleine Schwierigkeiten mit dem Hürdenüberquerungen. Luka Krampert wurde im Endlauf des Hauptprogramms gute Fünfte (12,79s).

Beim traditionell stark besetzten Weit- sprung- und Sprintmeeting am 30.5.2015 in Weinheim konnte sich Jacky Sterk mit Saisonbestleistung von 5,76m gegen die starke nationale Konkurrenz in der U20 durchsetzen und belegte damit einen sehr guten fünften Platz. Damit übertraf sie auch die geforderte Norm des DLV für die Deutschen Jugendmeisterschaften in Jena. Auch Sabine Hoja schlug sich tapfer und kam im B-Wettbewerb der parallel zum Hauptfeld der Damen durchgeführt wurde, auf Platz Zwei.

Höhepunkt des Wettkampfs war zweifellos der Sprung von Lena Malkus (Münster) auf 6,94m.

*Steffi Pietsch*

## **Bestleistungen bei der Sparkassen-Gala in Regensburg**

**Drei SWClerinnen im Weitsprung-Hauptprogramm im Unistadion**

Die Regensburger Leichtathletikgala am 6. Juni 2015 mit der Laufnacht am Abend davor entwickelte sich zu einer wahren Hitzeschlacht, was die teilnehmenden SWC-Athleten jedoch nicht davon abhielt, mit einer Reihe von Bestleistungen auf sich aufmerksam zu machen. Bereits am Freitagnachmittag gelang Sophie Sachsenhauser (W15) über 800m in einem starken Rennen eine Steigerung ihrer persönlichen Bestleistung auf 2:24,57min. Davon beflügelt folgte am nächsten Tag mit 5,16m im Weitsprung gleich noch Bestleistung Nummer Zwei. Auch die anderen Weitspringer schlugen sich hervorragend: Urs Buegger gewann den Rahmenwettbewerb

der Männer mit sehr guten 7,14m (PB), Jonas Premru siegte im Weitsprung der M14 ebenfalls mit Bestleistung von 5,61m.

Gleich drei SWC-Mädels durften bei der diesjährigen Gala im Hauptprogramm Weitsprung der Damen und damit im gleichen Feld mit so bekannten Athletinnen wie Lena Malkus (siehe Bericht oben) starten. Den besten Wettkampf lieferte dabei an diesem Abend die jüngste der drei, Jacky Sterk. Sie landete bei ihrem weitesten Satz erst bei 5,83m in der Grube und zeigte außerdem eine Serie auf hohem Niveau mit drei weiteren Sprüngen über 5,70m. Damit sicherte sie sich Platz Drei



vor Isi Mayer und Sabine Hoja. Im Vorprogramm stieg Maxi Fleischer mit ordentlichen 5,25m in die Saison ein, Chrissie Plößl sprang mit 4,66m nahe an ihre Bestleistung.

Auch Julia Liedl trotzte der Hitze und lief um 13.30Uhr ein starkes Rennen über 400m Hürden mit Saisonbestzeit von 62,99sec. Damit fehlt nur noch eine halbe Sekunde zur Quali für die Deutschen Meisterschaften in Nürnberg. Auch die Sprinter nutzten die Mittagshitze zu tollen Zeiten. Luka Krampert bestätigte mit 12,62s ihre gute Form; in der Altersklasse U18 liefen Emma Hies (13,13s), Theresa Jäger (13,27s) und Lena Schmitt (13,64s) neue Bestzeiten, Hannah Budig schrammte mit 13,51s knapp an einer Bestzeit vorbei.

Hochspringer Andi Plößl zeigt aufsteigende Tendenz und scheiterte nach übersprungenen 1,95m nur knapp an der 2-Meter-Marke.

800m-Bestzeiten liefen in der W14 Luisa Jäger (2:27,55) und die noch der W13 angehörende Sonja Thalhofer (2:38,46) sowie in der M14 Arion Stender (2:33,78). Auch die Zeiten von Jonas Premru (2:22,94), Leon Puchinger (2:39,71), Pia Puchinger (2:39,22) und Antonia Fehlner (2:46,25) können sich durchaus sehen lassen. Da wollten sich die Weitsprung-Mädels nicht lumpen lassen: Hannah Budig (4,72m), Emma Hies (4,57m) und Lena Schmitt (4,49m) sprangen jeweils persönliche Bestleistung.

*Steffi Pietsch und Josef Koller*

*SWC-Power bei der Sparkassen-Gala:  
Jacky Sterk und Isabel Mayer - Fotos : Günter Sterk*



## SWC-Nachwuchs holt vier OM-Mannschaftstitel

Zweimal 3.176 Punkte und viele Wettkampfdebuts am 6. Juni in Wiesau

Mit vier Teams war unser Nachwuchs bei der Team-Oberpfalzmeisterschaft in Wiesau angetreten, und alle vier konnten den Oberpfalztitel nach Hause holen. Der Ferientermin und gleichzeitig stattfindende Sportfeste wirkten sich allerdings ungünstig auf die Teilnehmerfelder aus. Doch das tat der Freude im SWC-Lager keinen Abbruch, auch ohne viele Leistungsträger, die bei der Sparkassen-Gala oder dem Ttc-Springen starteten (Bericht rechts), konnten vier Siege eingefahren werden:

In der U16 war aus der siegreichen Bayerncupmannschaft nur Annalena Bock vertreten, unterstützt wurde sie diesmal durch Annika Wechselberger, Cosima Gartzke und vier Mädels die ihr Wettkampfdebüt gaben: Lina Schubert, Eva Seidl-Schulz, Alexandra Mühldorfer und Eva Beutler, am Ende stand ein klarer Sieg mit 3.176 Punkten zu Buche.

Noch klarer machten es die U14-Mädels: Sie hatten am Ende über 700 Punkte Vorsprung vor dem TB Jahn Wiesau und erreichten ebenfalls genau 3.176 Punkte, die erfolgreichen Mädels hießen Maya Deiml, Lisa Lankes, Chiara Saller, Emma Budig, Paula Nowak, Celina Wegner und Susanna Wechselberger.



Da wollten auch die Kleinsten nicht zurückstehen: Titel Nr. Drei ging an die U12w mit Maria Hies, Julia Lankes, Magda Höchbauer, Katja Bady sowie die Zwillinge

Theresa und Katharina Krumej. 2.414 Punkte lautete ihr Endergebnis.





*Siegen vor den Gastgebern:  
unsere U14-Jungs*

Und auch die einzige SWC-Jungs-Mannschaft, die angetreten war, gewann, wiederum mit großem Vorsprung (300 Punkte) vor dem TB Jahn Wiesau: Am Start waren Leo Sauerer, Simon Hahne, Benedikt Krumej, Elias Hammouche und Elias Premru.

*Josef Koller*

## **Stabis überzeugen beim Touch-the-clouds-Festival**

**Hollmer, Hof und Peper gewinnen Würmtal-Cup am 5./6. Juni 2015 in Gräfelfing**

Mit Vroni Plank, Georg Rauscher, Moritz und Philipp Geldhäuser fehlte ein Großteil unseres bärenstarken Stab-Nachwuchses, trotzdem war der SWC beim Touch-the-clouds-Stabhochsprung-Festival, dem größten Stabhochsprung-Meeting in Bayern, teilnehmerstärkster Verein. Und konnte zudem mit drei Würmtal-Cup-Gewinnen überzeugen: In der W12 gewann Franzi Hollmer mit 2,05m, an ihrer neuen persönlichen Bestleistung von

2,15m scheiterte sie denkbar knapp. Die sprang Benedikt Peper mit 2,25m, womit er in der M12 ebenfalls den Würmtal Cup



*Touch the clouds: Matthias Küsters -  
Foto: Birgit Küsters*



*Links: Josef Koller und Jan Ropohl  
mit dem erfolgreichen Stabhoch-  
sprung-Nachwuchs*

gewann. Nicht ganz zufrieden mit ihrer Höhe war Paulina Hof, trotzdem reichten ihre übersprungenen 1,95m zum Sieg in der Würmtal-Cup-Wertung der W13. In der M13 belegte Valentin Moritz mit guten 2,05m Platz Zwei, nur 10 cm hinter dem Sieger, Tristan Böck belegte mit 1,95m Rang Vier. In der W14 übersprang Emma Garzke 2,25m und scheiterte knapp an neuer pers. Bestleistung, Platz Vier bedeutete das am Ende. Den gleichen Platz erreichte Lisa Morawitz mit sehr erfreulichen 2,75m , nur knapp unter ihrer Best-

leistung, Sang Haarer konnte ihre guten Sprünge beim Einspringen im Wettkampf noch nicht umsetzen, 2,50 gingen für sie letztendlich in die Wertung.

Auch für Lukas Schwaiblmaier und Matthias Küsters lief es am zweiten Tag des Meetings nicht ganz optimal. Lukas scheiterte nach übersprungenen 4,80m knapp an den fünf Metern, Matthias blieb mit 4,55m knapp unter seiner Saisonbestmarke.

*Josef Koller*

## **Unser Kraft- und Geräteraum**

### **Die Kölner Heinzelmännchen...**

...waren es nicht, die ihn so schön aufgeräumt haben, sondern Andrea Holzapfel und Sabine Garatva – Danke Euch beiden!

Wir bitten alle Sportler und Trainer, die Ordnung um Sauberkeit im Kraftraum zu wahren!



## **Terminvorschau Sommer 2015**

**Für Sportler, Kuchenbäcker, Kampfrichter, Grillmeister und Leichtathletik-Fans zum Vormerken**

---

Freitag	3. Juli 2015	Oberpfalzmeisterschaft Stabhochsprung
Sa/So	1./2. August	Jedermannzehnkampf mit OM Mehrkampf
Sonntag	4. Oktober 2015	KILA Bezirksfinale

## Sicherheit für junge Wettkampfsportler

### Herzod-Prävention in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Hugo Segerer

Eine schlechte und eine gute Nachricht für junge Wettkampfsportler – zuerst die schlechte: Bei jugendlichen Wettkampfsportlern ist ein plötzlicher Herzod nicht so selten, dass man dieses Risiko ignorieren sollte.

Die gute Nachricht ist, dass man dieses Risiko durch die Beantwortung eines Fragebogens recht gut einschätzen kann.

### Fragebogen zum Herzod-Risiko

Deshalb möchten wir unsere jungen Wettkampfsportler und ihre Eltern an einen bei uns verwendeten Fragebogen erinnern, der die Risikofaktoren für einen plötzlichen Herzod erfasst.

Außerdem soll mit diesem Fragebogen nach weiteren Punkten gefragt werden, die etwa im Rahmen einer Jugendausfahrt wichtig sind, zum Beispiel das Vorliegen einer Allergie.

### Datenschutz ist wichtig

Diese Fragebögen werden den jungen Sportlern von ihren Trainern ausgehändigt. Sie sollen zuhause mit den Eltern ausgefüllt und in einem verschlossenen und mit Namen versehenen Umschlag an Markus Eigenstetter (unseren 2. Vorstand und Jedermann-Trainer) ausgehändigt werden.

Geöffnet und geprüft werden diese Fragebögen aus Datenschutzgründen ausschließlich von unserem SWC-Senats-



Prof. Dr. Hugo Segerer

Mitglied, dem Kinderarzt Prof. Dr. Hugo Segerer (Kinderklinik St. Hedwig) oder seinem ärztlichen Mitarbeiter – diese sind der ärztlichen Schweigepflicht verpflichtet. Markus Eigenstetter wird lediglich eine Liste darüber führen, von wem ein solcher Fragebogen vorgelegt wurde.

### Im Interesse unserer jungen Sportler

Sollte die ärztliche Prüfung Anhaltspunkte für ein Risiko für die Kinder und Jugendlichen ergeben, so wird sich Prof. Dr. Segerer mit dem Betroffenen oder dessen Eltern in Verbindung setzen, um das weitere Vorgehen zu beraten.

Wir bitten die Eltern unserer jungen Wettkampfsportler, uns bei dieser Präventionsarbeit zu unterstützen.

Ursula Bretkopf



# Ferienaktion „Olympia Kids“

Fünf unvergessliche Ferientage bei der Leichtathletik-Ferienaktion:

Alters- und leistungsgerecht werden alle Disziplinen wie Hürdenlauf, Stabhochsprung, Speerwurf, Diskuswurf usw. vermittelt. Und zum Abschluss können gemeinsam mit den Eltern Laufabzeichen und Mehrkampf-Nadeln erworben werden.

Termine:

**Woche 1: 03. - 07. August 2015**

**Woche 2: 17. - 21. August 2015**

Treffpunkt:

**Täglich um 9.00 Uhr beim Städtischen Stadion am Weinweg**

Die Kurse dauern täglich bis 15.30 Uhr, Freitag bis 13.30 Uhr

Kosten:

pro Woche/Kind 130 €, SWC-Mitglieder 110 €.

Bei Fehltagen verringern sich die Kurskosten nicht!

Familienermäßigung:

Jedes 3. und weitere angemeldete Kind einer Familie zahlt 65 €, als SWC-Mitglied 55 €.

Alter:

**7 - 15 Jahre**

Teilnehmerzahl:

Mindestens 20, maximal 75 Kinder

Mitbringen:

Sportbekleidung, Turnschuhe, **Trinkflasche, Sonnenschutz**

Leistungen:

Ganztagsbetreuung mit Leichtathletik-Programm, Spaß-Olympiade,

Leichtathletik-Abzeichen, Nachmittagsaktion

4 x Mittagessen, ständige Getränkeversorgung

Feriencamp T-Shirt

Mehrkampfnadeln/Laufabzeichen

Versicherung

Eltern-Kind-Aktion:

Am Freitag erwerben wir die DLV-Mehrkampfnadeln und Laufabzeichen. Alle Eltern sind zum Mitmachen oder Anfeuern eingeladen.

Leitung und Information:

**Josef Koller**

Luitwinstr. 15

93053 Regensburg

0941/28063898

[ferienwoche@swc-regensburg.de](mailto:ferienwoche@swc-regensburg.de)

**3. Juli 2015** unter [ferienwoche@swc-regensburg.de](mailto:ferienwoche@swc-regensburg.de)

Anmeldeschluss:

Die Anmeldung ist erst wirksam mit **Überweisung der Kurskosten** auf das Konto 15131 des SWC 1946 Regensburg

bei der Sparkasse Regensburg, BLZ 750 500 00

IBAN: DE54 7505 0000 0000 0151 31 BIC: BYLADEM1R8G

## Erfolgreiche Kegelsaison

### Zwei Mannschaften auf dem jeweils dritten Tabellenplatz in den Kreisklassen

Die Kegelsparte besteht derzeit aus dreizehn Mitgliedern, davon sind elf Damen und zwei Herren. Wir beteiligten uns mit zwei Vierermannschaften am Spielbetrieb des Deutschen Kegelerverbandes.



Die erste Mannschaft spielte in der Kreisklasse A und die zweite Mannschaft in der Kreisklasse B gemischt. Obwohl in diesem Jahr zum ersten Mal nach dem neuen Modus gespielt wurde, bei dem statt wie bisher 100 Kugeln 120 Kugeln gespielt werden müssen, hielten sich alle zwei Mannschaften recht tapfer und erreichten beide einen guten dritten Tabellenplatz.

Beste Keglerin war wie in den letzten Jahren wieder Evelyn Brandl mit einem Durchschnitt von 490 Holz, gefolgt von Angelika Wolski mit 468 und Inge Pronold mit 467 Holz.

Auch in der nächsten Saison können wir wieder mit den zwei Mannschaften antreten uns sind hoffentlich auch wieder erfolgreich.

*Ursula Eigenstetter*

## ...es sollte was mit Wasser dabei sein!!

*Auftaktwanderung nach Weltenburg am 26. April 2015*

Es sollte etwas mit Wasser dabei sein. So lautete die erste Vorgabe für die Auftaktwanderung 2015.

Aber auch ein bisschen Gehen, aber nicht zu lang (ist ja die Auftaktwanderung, da will man niemanden verschrecken) aber auch nicht zu kurz, schön übersichtlich, für Familien geeignet und unbedingt ein Wirtshaus zum Einkehren. Schönes Wetter versteht sich von selbst.

Nicht leicht, da eine passende Route zu finden.

Aber man kann sich auf Elli verlassen. „Na, dann gehen wir halt nach Weltenburg, da ist alles dabei.“ Wenn alles so einfach wäre. Flugs war die Route gewählt. Diejenige südlich der Donau sollte es sein – nicht die häufiger frequentierte im Norden – mit schönen Aussichtspunkten auf den







Fluß, Wirtshaus ist klar, aber dann nicht mit dem Schiff zurück, sondern mit den Zillen, das war neu. Ist auch definitiv mehr Abenteuer als auf dem Touri-Schiff.

Ausgangspunkt war der Parkplatz Kellerwiese in Kelheim und ab ging es erstmal wenig spektakulär durch das im Bau befindliche Industriegebiet in Kelheim. Aber bald führte der Weg leicht ansteigend und sich lieblich windend in den Wald, über die Höhen am südlichen Donauufer entlang, mit einem wunderschönen Aussichtspunkt auf den Fluß gegenüber dem Klösterl. Der zweite Aussichtspunkt wurde für eine erneute Begehung aufgespart.

Ohne weitere notwendige Pausen strebten die achtzehn bestens gelaunten Teilnehmer weiter durch den frühlingshaft-frischen Wald Richtung Weltenburg, wobei die Kindergruppe mit Selma, Lucia und Simon besondere Wanderqualitäten an den Tag legte. Bei dem Nachwuchs muß man sich um das „W“ im SWC keine Sorgen machen.

Nach ca. eindreiviertel Stunden. Wanderung wurde die Weltenburger Enge mit der „Langen Wand“ durch den Wald sichtbar, aber bevor der leckere Schweinebraten genossen werden konnte, wurde noch schnell eine kleine Kapelle oberhalb der Klosterkirche besichtigt.

Asam-Kirche versteht sich von selbst, aber dann ging es an das Auffüllen der Speicher im Wirtshaus.

Das Wetter war ja, es muß fast nicht extra erwähnt werden, wunderschön (Sonnenschein satt), und so konnte sich die Wandergemeinde die entsprechenden Speisen und Getränke im Biergarten unter freiem Himmel schmecken lassen.

Denn der Höhepunkt stand ja noch bevor. Die Zillenfahrt durch den Donaudurchbruch bis zum Klösterl. Nach dem Essen ruckzuck eingeschifft und ab ging es an den imposanten Felswänden vorbei bis zum bereits genannten Klösterl, welches natürlich auch noch kurz besichtigt wurde. Von da aus war es nur noch ein Katzensprung bis nach Kelheim, wo dann der Tag bei einem Schleckeis ausklingen konnte.

*Hannes Kraus*

## Großer Falkenstein über Höllbachspreng...

...und Rukowitzschachten am 24. Mai 2015

Eine anspruchsvolle Tour mit steilem Aufstieg zum Gipfel hatten wir uns heute vorgenommen. Zu Beginn führte der Weg immer schmaler werdend und sanft aufsteigend durch Mischwald zur Höllbachschwelle. Hier überprüfte jeder nochmal seine Ausrüstung, bevor der stark verblockte Anstieg übers Höllbachspreng uns zum Großen Falkenstein führte.

Der Gipfel bietet sonst gute Sicht auf umliegende Höhenzüge bis hin zu Arber und Osser. Doch wegen tiefer Wolken- decke konnten wir die umliegenden Gipfel nur erahnen.

Freundlicher wurden wir in der Hütt von der Wirtin empfangen. Es gab sogar freie Kost und Getränke! für den „Busfahrer Robert.“

So gestärkt folgte ein sanfter Abstieg über den Rukowitzschachten. Dank dem Borkenkäfer und Windbruch gäbe es heutzutage mehr Aussichtspunkte als früher, eigentlich...

Am Schachten angekommen wurde uns von eindrucksvollen Erziehungsmethode der frühen Waldler berichtet: „Bua wennst nix lernst muast Stierhiatn aufm Rukowitzschachten“. Eine nachweislich erfolgreiche Methodik.



Das letzte Stück des Weges führte uns zwischen Urwaldriesen dem Ausgangspunkt der Wanderung entgegen. Die Länge eines umgefallenen Urwaldriesen unterschätzte ein Senior-Sprintstar stark, kein Wunder dass die 100m-Zeiten auch nicht besser werden.

Am Ziel angekommen erwartete uns noch ein Comingout der besonderen Art. Das Geburtshaus eines Alt-SWClers (Namen der Redaktion bekannt) war das Wirtshaus hier in der Wildnis. Wie überliefert wird

war es an einem Rosenmontag und der Dorfarzt hatte furchtbares Schädelweh, nicht von dem erfreulichem Ereignis versteht sich.

In seiner überschwänglicher Euphorie führt uns der Hiesige zum Abschluss wohl auf seinem alten Schulweg durch Vorgärten (uns) wildfremder Menschen.

*Stefan Dettenhofer*

## ***Fuchsjagd am 11. Oktober 2015***

***mit den Skifahrern als Füchsen***

Datum: 11. Oktober 2015  
 Treffpunkt: 14.00 Uhr Prüfeninger Schlossgarten  
 Charakter: Pflichtprogramm für den ganzen Verein!  
 Wer knackt die Rätsel der Mäxchenspieler?

### ***Hier könnte eine Anzeige stehen***

***Hast Du Lust Deinen Verein zu unterstützen  
 indem Du***

- eine Liste über die Anzeigen im Heft fortführt
- einmal jährlich die Rechnungen an die Anzeigenkunden stellst und
- mittels einer Liste aus der Buchhaltung den Zahlungseingang überprüft
- die Anzeigenabonnenten auf den jeweiligen Redaktionsschluss hinweist, wenn das Motiv wechseln soll, damit die Vorlagen rechtzeitig an die Redaktion geschickt werden
- neue Anzeigenkunden wirbst

*Bewerbungen für diese gut überschaubare Aufgabe unter*

*ursula.breitkopf@swc-regensburg.de*

*oder ab 16. Juli 2015 nach 14.00 Uhr unter 0941/379849 an Ursula Breitkopf*

## Über die Rißlochfälle zum Großen Arber

mit Karin und Elli

---

- Datum: Sonntag, 12. Juli 2015
- Treffpunkt: 08:45 Uhr
- Start: 09:00 Uhr
- Tour: Vom Wanderparkplatz führt ein felsiger Pfad direkt am Bach entlang und durch eine feuchte Schlucht zu den Rißlochfällen. Über Kaskaden stürzt der Bach in die Tiefe und unter einer Holzbrücke hindurch. Wir folgen dem Arbersteig zum Arberschachten und dann steil hinauf zum Großen Arber. Hier genießen wir die grandiose Fernsicht über den Bayerischen Wald und über die Donauebene hinweg. Der Rückweg hinab zur Chamer Hütte am Fuße des Kleinen Arber. Der kurze Aufstieg zum Kleinen Arber belohnt mit einem Blick ins Zellertal. Dann begleitet uns der rauschende Schwellbach hinab nach Bodenmais.
- Charakter: Anstrengende Tour. Der felsige, steile Weg neben den Rißlochfällen ist „auf eigene Gefahr“ begehbar. Teils steinige Bergwege und-Pfade mit beachtlichem Höhenunterschied, die festes Schuhwerk erfordern.
- Einkehr: Arber Schutzhaus, Chamer Hütte
- Gehzeit: 5:30 Stunden reine Gehzeit, 16,5 km, 950 Höhenmeter
- Treffpunkt: Wanderparkplatz am Ende des Rißlochweges, etwa 200m im Wald
- Anfahrt: Von Regensburg über die A3 nach Deggendorf und E53 und ST2136 nach Bodenmais  
Entfernung 110 km, Fahrtzeit ca. 1:20 Stunden
- Anmeldung: Stefan Dettenhofer 0941/38396266 oder unter wandern@swc-regensburg.de  
Bitte beachten: Anmeldung bis **10.07.2015**  
An- und Abreise in Privatfahrzeugen
- 

Bei unseren Wanderfahrten handelt es sich um Gemeinschaftsfahrten, das heißt, Wanderwart und Ideengeber der jeweiligen Wanderung übernehmen keine Haftung als Wanderführer. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

## SWC-Jugendfahrt nach Brixen im Thale

17. - 19. Juli 2015 mit Felix Lindner und Dominik Schmeer

---

Dieses Jahr gibt es wieder für Jugendliche und Junggebliebene eine Wochenendausfahrt in die Berge im Sommer. Ziel ist der Ort Brixen im Thale, von wo aus wir Tagestouren auf die umliegenden Berge bzw. im Wilden Kaiser unternehmen werden. Für Geübte wird auch eine Klettersteigtour geplant.

Also Bergschuh raus, Gamshuat auf und los geht's!

Termin: Freitag 17. Juli – Sonntag 19. Juli 2015

Unterkunft: Selbstversorgerhütte der DAV Sektion Regensburg in Brixen im Thale

Abfahrt: 17. Juli 15.30 Uhr am Weinweg

Ankunft: 19. Juli ca. 20 Uhr

Für wen: ab 16 Jahre, maximal 12 Teilnehmer

Kosten: – Übernachtungskosten zwischen 6 € und 17 € pro Nacht  
(je nach Alter und DAV-Mitglied oder nicht)  
– Kosten für Verpflegung ca. 30 €. Geld wird bei der Abfahrt eingesammelt.

Kontakt und Anmeldung: Felix Lindner, 0170/4046205, snowboardell@gmx.de

Es gelten die Regeln für SWC-Jugendausfahrten!!

Nähere Infos zum genauen Ablauf und der Packliste gibt's per E-mail.

*Euer Felix und Dominik*





**LUXUSOMA**

## Möglich heißt machen:

Wir sorgen dafür, dass Ihr Lebensstandard  
auch im Alter fit bleibt.



Sparkasse  
Regensburg

## Bergwandertage Wilder Kaiser

mit Stefan

---

Datum: 11. bis 13. September 2015

2 1/2-Tages-Tour: 1. Tag private Anreise am Nachmittag nach Ebbs.

Aufstieg zur Vorderkaiserfeldenhütte (1388 m) mit Besuch des Alpenpflanzengartens.

Gehzeit 2–3 Std; Übernachtung auf der Vorderkaiserfeldenhütte.

2. Tag Von der Vorderkaiserfeldenhütte führt der Weg entlang der Südseite des Zahmen Kaisers. Bei der Vorderen Kesselschneid bietet sich ein kurzer Abstecher zur Pyramidenspitze (1997 m) an. Weiter wandern wir zur Kaiserquelle, dann über die Hochalm zum Stripsenjochhaus (1577 m).

Gehzeit 5–6 Std ; Übernachtung auf dem Stripsenjochhaus.

3. Tag Vom Stripsenjochhaus führt der Weg in Serpentina bergab ins Kaisertal und nach Hinterbärenbad (829 m) mit Rast im Anton-Karg-Haus. Der Bettlersteig beginnt mäßig steil, führt dann in immer steileren Windungen bergauf (zuletzt zwei kurze Passagen mit Drahtseil). Von hier wandern wir über den Gamskogel (1449 m) zum Weinbergerhaus (1272 m).

Abwärts geht es mit dem Kaiserlift nach Kufstein.

Gehzeit 5–6 Std; private Heimreise.

Charakter: Bergwanderung. Gute Kondition, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind erforderlich.

Unterkunft: auf Berghütten im Lager.

Hüttenschlafsack und Hüttenschuhe sind erforderlich.

Diese Wanderung wird als Hüttenwanderung mit begrenzter Teilnehmerzahl angeboten.

Eingehende Informationen folgen bei der Tourenbesprechung Ende Juli.

Preis für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung ist vor Ort selbst zu entrichten.

Anmeldung: Bis 12.07.2015 nur schriftlich unter [wandern@swc-regensburg.de](mailto:wandern@swc-regensburg.de)

Bitte beachten: An- und Abreise in Privatfahrzeugen.

## Neue Trikots für die SWC-Flyers

*Rödl&Herdegen sponsert unsere Eishockeymannschaften*

Da strahlt Michael Zellner, der Eishockeywart des SWC:

Thomas Rödl, Chef des Baunternehmens Rödl&Herdegen unterstützt die SWC Flyers und die Little Flyers mit neuen Trikots. Die Trikots wurden beim letzten Kindereishockey-Training der Saison 2014/15 am 29. März 2015 offiziell übergeben.

Jetzt macht das beliebte Eishockeytraining noch mehr Spaß!







Linke Seite:  
Thomas Rödl übergibt die  
Trikots an Eishockeywart  
Michl Zellner

Rechts:  
Die Flyers in Aktion



### Vieles hat sich geändert...

#### ...aber die Freude am Schwimmen ist nach wie vor ungetrübt

Seit nun einem Jahr haben wir unser neues Trainingskonzept.

Wir bieten von 17.00 Uhr – 18.40 Uhr zwei Trainingseinheiten mit jeweils drei Gruppen im Lehrschwimmbcken für Anfänger an. Im Sportbecken trainieren von 17.00 Uhr – 20.20 Uhr vier Trainingseinheiten mit insgesamt sieben Gruppen. Jeden Montag, außer in den Schulferien, stürmen ca. 140–160 kleine und große schwimmbegeisterte Kinder und Jugendliche zu uns ins Hallenbad. Das hat aber auch dazu geführt, dass die Gruppen fast immer ausgebucht sind. Zusätzlich haben die Anfragen zu unserem Training eine nie dagewesene Dimension angenommen.

Daher ist eine Teilnahme nur nach schriftlicher Anfrage unter der Email [schwimmen@swc-regensburg.de](mailto:schwimmen@swc-regensburg.de) möglich.

Im Trainerbereich hat sich auch einiges getan. Während der Vorbereitungszeit für Prüfungen in Schule und Studium haben uns diesmal Franziska Sedlmeier und Katharina Eigenstetter tatkräftig unterstützt. Sie wollen auch immer wieder mithelfen, wenn es das Studium zulässt. Über ihre Hilfe haben nicht nur wir uns sehr gefreut, sondern auch die Kinder.

Sehr vermissen werden wir Bärbel Mokoß, die im Mai ihre neue Arbeitsstelle in München angetreten hat. Bärbel nochmals herzlichen Dank und viel Freude im Job und in München!

Anna und Lisa haben sich sehr gut ins Team eingearbeitet. Beide machen im Herbst eine Ausbildung zum Übungsleiter C–Breitensport.

Becci und Sofia werden in nächster Zeit einen längeren Auslandsaufenthalt antreten.

Da ist es ganz gut, dass wir erfreulicherweise drei neue männliche Trainer bekommen haben, Jacob Beisenherz, Simon Wermisofsky und Stefan Gruber.

Sie alle und Annemarie, Dorle, Paul, Susi und Yasmin lernen den Kindern und Jugendlichen von der Wassergewöhnung bis zum perfekten Schwimmen einfach alles.

*Christine Obermeier*

architektweber.com

architekturbüro ferdinand weber  
obermünsterstr. 11 93047 regensburg

## Und hier noch unsere neuen Trainer:

### Stefan Gruber



Seit Februar bin ich nun zurück in meiner Heimat Regensburg und gebe seit Mitte April Schwimmstunden in der Schwimmsparte des SWC. Da ich ab Oktober meine Ausbildung durch das Studium für das Grundschullehramt ergänzen werde, sind diese Stunden die perfekte Ergänzung und Vorbereitung für die Arbeit mit Kindern und machen zudem noch jede Menge Spaß.

Vielleicht sieht man sich ja bald mal an einem Montagabend im Hallenbad!  
Bis dahin und mit sportlichen Grüßen,

*Stefan Gruber*

Hallo, mein Name ist Stefan Gruber, ich bin fünfundzwanzig Jahre alt und habe Sportwissenschaft an der Deutschen Sporthochschule in Köln studiert.

### Simon Wermisofsky

Hallo, mein Name ist Simon Wermisofsky, ich bin achtzehn Jahre alt und im Technikzweig der Fachoberschule Regensburg. Wenn ich meine Zeit mal nicht damit verbringe in der Schule zu sitzen oder zu lernen, mache ich sehr gerne Sport. Da ich persönlich sehr gerne und viel schwimme, freue ich mich, dass ich jetzt die Möglichkeit habe, den Kinder das Schwimmen näherzubringen und zu sehen, wie sie sich verbessern.

Vielleicht sehen wir uns ja demnächst im Training.

*Simon Wermisofsky*



*...Fortsetzung folgt im nächsten Heft*

# Ski- und Wanderclub 1946 e. V. Regensburg

Postanschrift: Serpiliusweg 7  
93049 Regensburg  
Internet: <http://www.swc-regensburg.de>  
Email: [info@swc-regensburg.de](mailto:info@swc-regensburg.de)  
Satzung: <http://www.swc-regensburg.de/images/Satzung.pdf>

Kegeln  
Turnen  
Fahrten  
Ski alpin  
Wandern  
Ballspiele  
Eishockey  
Gymnastik  
Bergsteigen  
Schwimmen  
Ski nordisch  
Leichtathletik  
Jugendprogramm



## Aufnahmeantrag

### Persönliche Angaben (vollständig und in Druckschrift ausfüllen)

Vorname	Nachname
(Bei Minderjährigen) Nachnamen der Eltern, falls abweichend	
Straße	
Postleitzahl	Ort
Geburtsdatum	Familienstand
<input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> weiblich	
Email	

Ich möchte zwischen den Clubheften Neues aus dem SWC per E-Mail mitgeteilt bekommen.

Durch meine eigenhändige Unterschrift bestätige ich, dass sämtliche Antragsfragen wahrheitsgemäß und vollständig angegeben sind. Die Satzung des Ski- und Wanderclubs erkenne ich als verbindlich an. Der Speicherung, Verarbeitung und Nutzung meiner personenbezogenen Daten stimme ich zu, soweit sie für Vereins-/Verbandszwecke erforderlich sind.

### Einzugsermächtigung

für Konto: 15 131 BLZ: 750 500 00 Sparkasse Regensburg  
IBAN: DE54 7505 0000 0000 0151 31 BIC: BYLADEM1RBG

Hiermit ermächtige ich den Ski- und Wanderclub widerruflich, die fälligen Mitgliedsbeiträge zu Lasten meines Kontos einzuziehen. Ich ermächtige den SWC, Zahlungen von meinem unten genannten Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom SWC auf meinem Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Der Einzug einer SEPA-Basis-Lastschrift erfolgt im Januar jeden Jahres. Bei Eintritt während des Jahres erfolgt der Einzug spätestens im September.

**Mandatsreferenz: Beitrag, Gläubiger ID: DE03SWC00000676393.** Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Beitrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen

IBAN	Name der Bank
BIC	Kontoinhaber
Ort, Datum	Unterschrift (bei Minderjährigen der gesetzliche Vertreter)

## **Als Neumitglieder begrüßen wir**

Aumüller Elena Paula, Aumüller Lukas Benjamin, Belej Maximilian, Bösl Markus, Bokk Christina–Leona, Budyta Emil, Feigl Anita, Fleischer Cleo, Flieg Judith, Härtl Christine, Hahne Simon, Hecht Margarete, Heers Silvia, Heers Valentina, Hegedüs Kata, Ipek Osman Arda, Köppel Maximilian, Köppel Sophia, Kresse Julia, Lindauer Marco, Meyer Jasmin, Michel Lilian, Möckel Frank, Odega Leah, Racciatti Anna–Sophia, Ramsauer Marie, Reil Luca, Schimpfen Andreas, Schimpfen Sigrid, Schlosser Clara Maria, Schöberl Bernhard und Noah, Seidl–Schulz Eva, Spießl Moritz, Strunz Regina, Sykura Maurice, Sykura Sophie, Synowiec Martin, Synowiec Philip, Tarka Diana, Veyz Burchin, Weber Laura, Weinzierl Lea, Wermisofsky Simon.



*Wandern im SWC: Die Donau bei Weltenburg*

## **Mitgliedsbeiträge**

Ab 1. Januar 2013 werden folgende Mitgliedsbeiträge erhoben:

Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre	30,00 Euro
Erwachsene	50,00 Euro
Aufnahmegebühr pro Mitglied	5,00 Euro
Familienermäßigung pro Mitglied	5,00 Euro

Bei Familienmitgliedschaften (Ehepaare ohne Kinder oder mindestens ein Elternteil mit Kindern) ermäßigt sich der Jahresbeitrag um 5,00 Euro pro Mitglied.

Eine Bitte an alle Mitglieder:

**Bitte teilt uns Veränderungen der Bankangaben rechtzeitig mit.  
Das erspart zusätzliche Kosten und unnötigen Schriftwechsel.**

### **Wir trauern um Helmut Sandner**

**Unser ehrenamtlicher Geschäftsführer ist am 16. April 2015 mit 84 Jahren verstorben**



Helmut Sandner hat unserem Verein mit einer Kompetenz, in einem Maß und auf eine Weise gedient, dass dies in jeder Hinsicht seinesgleichen sucht.

Unser ehrenamtlicher Geschäftsführer war nicht nur bis zum Schluss, mit 84 Jahren, stets gewissenhaft und zuverlässig tätig, sondern auch vollkommen professionell. Als gelernter Speditionskaufmann war es ihm ein Anliegen, die Buchhaltung unseres Vereins über das Notwendige hinaus kaufmännisch zu führen; die viel geschätzte Solidität und Transparenz im SWC haben wir daher ihm zu einem guten Teil zu verdanken.

Bei den jährlichen Kassenprüfungen hatte ich den Eindruck, dass es ihm ein Sport war, den Kassenprüfern jede Frage so schnell zu beantworten, jeden Beleg so flott zur Hand zu haben, dass die ganz schön ins Schwitzen kamen, gleich die nächste Frage zu finden.

Die Geschäftsberichte, die Helmut bei den Jahreshauptversammlungen abliefern, waren nicht nur klar und inhaltlich tadellos, Helmut hat mit seiner kompetenten Art sie vorzutragen auch manch Jüngeren sehr beeindruckt.

Helmut hat für uns neben der Buchhaltung die gesamte Übungsleiterbetreuung geleistet und die Zuschüsse für den Verein beantragt, er hat jahrzehntelang die Clubnachrichten redigiert und sich bis zum Schluss um den Versand gekümmert, er hat die Post des Clubs bearbeitet und uns unzählige weitere Verwaltungstätigkeiten abgenommen.

Helmut war als Sportkegler, Wanderer und Skifahrer im SWC aktiv. Er war ein begeisterter Wanderer und Bergsteiger und hat in jüngeren Jahren zahlreiche Bergtouren für den SWC organisiert und geführt.

Seine ehrenamtliche Arbeit für den Club hat er über mehr als vier Jahrzehnte geleistet; seit 1982 hat er die Geschäftsstelle des SWC geleitet, von 1974 bis 1996 war er außerdem auch noch Zweiter Vorsitzender des SWC. Besonders beeindruckend aber ist, dass er diese Aufgaben über den achtzigsten Geburtstag hinaus ausgefüllt hat, scheinbar mühelos mit EDV umgehend, per E-Mail kommunizierend, immer zeitnah und kompetent.

Ruhestand war für Helmut Sandner Zeit für den Verein.

Ich habe Helmut am Tag vor seinem Tod noch besucht. Er hatte das aktuelle Clubheft auf dem Nachtkästlein liegen und hat mit mir – soweit es ihm möglich war – die Aufgaben im Verein besprochen – wobei klar war, dass es mehrere brauchen wird, um die Arbeit, die Helmut für uns geleistet hat, so gut weiter zu führen.

Der Verein war für Helmut eine Herzensangelegenheit – bis zu seinem letzten Tag.

Das ganz besondere aber bleibt neben der Professionalität und dem Ausmaß seiner Arbeit für mich die liebenswerte, freundliche und umgängliche Art, in der Helmut für uns da war.

Es war immer eine Freude, mit diesem bescheidenen und wohlwollenden Mann zusammen zu arbeiten. Wir haben ihm viel zu verdanken, auch dass er den Verein mit dieser auf die Sache gerichteten und dem Mitmenschen zugewandten Art geprägt hat.

Wir werden ihn so in Erinnerung und als Vorbild im Sinn behalten.

*Ursula Breitkopf*

---

## **Geschäftsstelle**

Die Geschäftsstelle in der Prinz-Rupprecht-Str. 38/III, 93053 Regensburg wird im August 2015 aufgegeben.

Postanschrift des SWC ist bis auf weiteres:

Serpiliusweg 7, 93049 Regensburg

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](mailto:geschaeftsstelle@swc-regensburg.de)  
Leitung und Verwaltung: siehe hierzu Seite 11



REWAG.

Wir versorgen die Region.  
Mit Zukunft. Mit Sicherheit.  
Mit Energie.

Seit über 35 Jahren versorgen wir Regensburg und die Region mit Strom, Wasser und Wärme. Mit nachhaltigen Energiekonzepten – ausgerichtet auf erneuerbare Energien – gewährleisten wir jetzt und in Zukunft eine zuverlässige und sichere Versorgung.





## **Mitgliedsbestätigung**

Wer eine Mitgliedskarte benötigt, kann sich diese entweder bei Ursula Breitkopf abholen oder mit ins Training gebracht bekommen.

Mitgliedskarte anfordern: [info@swc-regensburg.de](mailto:info@swc-regensburg.de) oder Tel. 0941 / 379 849

---

## **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.

---

## **Beiträge zum Clubheft**

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

[redaktion@swc-regensburg.de](mailto:redaktion@swc-regensburg.de)

Bitte beachten:

Redaktionsschluss für die nächsten Clubnachrichten ist Freitag, **28. August 2015**.

Beiträge fürs Internet bitte ebenfalls an [redaktion@swc-regensburg.de](mailto:redaktion@swc-regensburg.de) oder an die Spartenwarte.

---

## **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.

## **Fotowettbewerb zum Tanz in den Mai**

### **Jury vor schwierigen Entscheidungen**

Aus der Vielzahl der zum Fotowettbewerb eingereichten Entscheidungen das beste Bild vom Tanz in den Mai zu wählen – dies war für die Foto-Jury eine schwierige Aufgabe. Sie entschied sich nach ausgiebigem Abwägen für vier Bilder, die nach der Einschätzung der Jurorinnen das bunte Bild, die Freude am Tanzen und die gelöste Stimmung des SWC-Festes 2015 im Zusammenspiel am besten wiedergeben.



Jeweils zwei der Bilder wurden von Maria Aumüller und Dominik Schmeer geschossen, sie sind damit die Gewinner des Fotowettbewerbes, denen wir herzlich gratulieren!

*Kathrin Aumüller,  
Claudia Buslaps, Ursula Breitkopf*



*Fotos: Maria Aumüller  
(oben rechts, und unten links),  
Dominik Schmeer (Mitte und unten rechts)*

## **Mit schönen Dirndl und zünftigen Buschen in den Mai**

**Jung und Alt feiern am 30. April 2015 im Prüfeninger Schlossgarten**

Wie zwei Jahre zuvor versammelte sich auch dieses Jahr die SWC-Familie zur lang erwarteten Veranstaltung Tanz in den Mai.

Neben extrem viel Spaß unter Begleitung der perfekten Musik, Dank dem DJ Christian Mokross, tanzte die Clubfamilie im Schlossgarten Prüfening ohne Pause.



*Vierzig Jahre im SWC:  
Oskar und Ute Duchardt und Susanne Frisch*

Wie gewohnt wurden die SWCler mit verschiedenen Einlagen amüsiert. Dieses Jahr gab es von Chrissies Tanzkollegen sehr anspruchsvolle lateinamerikanische Tanznummern.

Auch die langjährigen SWC-Mitglieder wurden geehrt.

Nach der Meisterung klassischer Aufgaben, wie lustige bayerische Tanzwettbewerbe, wurden unter den Augen der Ausrichter das schönste Dirndl und der zünftigste Bursche prämiert.

Glückwunsch Michael Deml und Sophie Rauscher!

Im Anschluss tanzte das Siegerpaar mit einem Walzer um Mitternacht in den Mai 2015.

Für alle Spaßbegeisterten wird auch im Jahr 2017 die erfolgreiche Veranstaltung wieder organisiert. Wir warten auf euch!

*Miruna Tudose*



## *Impressionen vom Tanz in den Mai*





*Im Uhrzeigersinn:  
Die Jury und die Bewerber in Aktion  
Eichenparkett statt roter Teppich  
Lateinamerikanische Einlage  
Unser Synchro-Ski-Team  
Alles Walzer!  
Tanzeinlage  
und Caro bei der Skigymnastik*

*Noch mehr Impressionen  
vom Tanz in den Mai*





**Im Uhrzeigersinn:**  
Josef Schmeer schaut mal - Therasas Skitraining - Die Bad Abbacher - Die Sieger  
- Kuki lacht - DJ Chrissi heizt ein - Miruna und Kati - Alles tanzt!

