



LAUF UND BERG  
KÖNIG



... direkt am Arnulfplatz

Neuhausstrasse 4 | 93047 Regensburg  
09 41 - 64 66 36-0 | [info@laufundberg-koenig.de](mailto:info@laufundberg-koenig.de)

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

LEX  
Laufexperte

IHR LAUF- UND BERGSPO RT SPEZIALIST IN REGENSBURG

LAU FKURSE\_LAU FTREFF\_KLETT ERKURSE\_BERGT OUREN/FÜHRUNGEN\_VORTRÄGE\_EVENTS\_LEIHAUSRÜSTUNG

outdoor  
profis

**MAMMUT**STORE  
REGENSBURG

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



Liebe Mitglieder,

Rekorde stellte diesen Sommer nicht nur das Wetter auf, auch die Sportler des SWC befanden sich in den vergangenen Monaten in einem Hoch. Petrus jedoch deutlich voraus, sorgten die SWCler auch für einen Medaillenregen.

So räumte nicht nur der Leichtathletik-Nachwuchs ab, sondern auch die Senioren zeigten bei den bayerischen Meisterschaften ihre Klasse. Eine Klasse für sich besitzt der SWC mit dem amtierenden bayerischen Mehrkampfmeister, der süddeutschen Weitsprungmeisterin, den Teilnehmerinnen an den Deutschen Meisterschaften und einer Senioren-Weltmeisterin.

Die gewohnte Mischung aus „Jedermannern“, Spitzensportlern, vielen Kindern und Helfern machte auch in diesem Jahr den Jedermannzehnkampf zu einem besonderen Ereignis, wobei die Integration der Kinderleichtathletik über die Grenzen des Freistaates hinaus begeisterte. Besonderes Lob für diese Veranstaltung könnt ihr auf Seite 71 lesen. Wer

beim Jedermannzehnkampf nicht dabei sein konnte, findet auf den Seiten 65 bis 70 einen ausführlichen Bericht sowie sportliche Eindrücke.

Der Winter hat längst begonnen – zumindest unsere Planung ist abgeschlossen. Wie ein amerikanisches SWC-Mitglied auf der Zugspitze 1958 die Grundsteine für den Skikursbetrieb des SWC legte, zeigt der erste Teil eines Fortsetzungsberichtes über das Skilehrwesen.

Um im kommenden Winter nichts zu verpassen bzw. sich die wichtigsten Daten bereits vormerken zu können, sind alle für Skifahrer und Snowboarder relevanten Termine auf Seite 11 zusammengefasst. Dem aufmerksamen Leser fällt dabei sicherlich auf, dass der alljährliche Skikurs von Januar in den schneesicheren Februar (20./21. und 27./28. 02.16) verlegt wurde.

Zum ersten Mal seit Jahren ist geplant, die Loipen auf den Winzerer Höhen wieder in Betrieb zu nehmen. Zusammen mit

# 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

dem TSV Kareth–lappersdorf kümmert sich unser Verein um die Präparierung der Anlagen. Zur Wintersaison startet auch wieder der Eishockeybetrieb in der Donauarena. Termine und Eiszeiten findet ihr auf Seite 10.

Passend zur bevorstehenden Wintersaison wird die Fuchsjagd am 11.10.15 von der Ski alpin–Sparte ausgerichtet. Hierfür sind die Wanderschuhe den Skischuhen noch einmal vorzuziehen, siehe Seite 81.

Viel Spaß beim Lesen!

Mit sportlichen Grüßen,  
eure Susi

*Spartenwart Skilehrwesen*



# IN DIESEM HEFT

---

Kontakt	Seite 6
Sportprogramm	Seite 7
Impressum	Seite 10

## **Ski Alpin**

---

Terminübersicht	Seite 11
Berichte	Seite 13
Anfänge des SWC-Skifahrens	Seite 13
Ausfahrten	Seite 18
Skikursausschreibung	Seite 24

## **Leichtathletik**

---

Berichte	Seite 31
Oberpfalzmeisterschaften	Seite 35
Schlossbrauereispringen	Seite 49
Bay. Mehrkampfmeisterschaften	Seite 51
Jedermann-Zehnkampf	Seite 65
Senioren-Weltmeisterschaften	Seite 75
Ferienaktion Olympia Kids	Seite 78
Berichte DM 29./30.8. und 5.9.	Seite 95

## **Wandern**

---

Berichte	Seite 80
Fuchsjagd	Seite 81
Juniorenwochenende	Seite 82
Rißlochfälle und Arber	Seite 85
Madrisa-Rundtour	Seite 86

## **Eishockey**

---

Saisonvorschau	Seite 90
----------------	----------

## **Schwimmen**

---

Trainervorstellung	Seite 92
--------------------	----------

## **Clubfamilie**

---

Familiennachrichten	Seite 92
Unsere neuen Mitglieder	Seite 93
Aus der Geschäftsstelle	Seite 94
Einladung zur außerordentlichen Mitgliederversammlung	Seite 95



Hüttenwochenende der Junioren - mehr dazu auf Seite 82 und auf der Umschlagrückseite

Fotos: Dominik Schmeer

# 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 Michael Duchardt	0941 / 28063898 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 / 71 54

## GESCHÄFTSSTELLE

Leitung	N.N. geschaeftsstelle@swc-regensburg.de	0941 / 379849 (Breitkopf/Aumüller)
Lizenz-Übungsleiter	Christine Obermeier christine.obermeier@swc-regensburg.de	0941 / 37720

Ansprechpartnerin Prävention	Lisa Pollwein-Hochholzer lisa.pollwein-hochholzer@swc-regensburg.de
---------------------------------	--

# SPORTPROGRAMM

## Leichtathletik ab Oktober

Wechsel in die Halle nach Absprache mit den Trainern

Di: 16.30– 18.00 Uhr	Schüler/innen U8 – U10 (ab 6 J.) nach Absprache mit Amelie Duchardt (0152/24113555) oder Lena Sauerer (0176/67043576)	Goethehalle
Di: 16.30– 18.00 Uhr	Schüler/innen U14/U12, Andrea Holzapfel (2003–2005), Marion Gergs (2002–2004), Julia Hainz, Josef Koller	
Di: 18.00– 20.00 Uhr	Schüler/innen U14 und älter, Jugend, Aktive, Senioren, Sven Engelmann, Michael Duchardt, Josef Koller, Andrea Holzapfel	
Di: 18.00– 20.00 Uhr	Leichtathletik für Jugendliche, Eva Wolfrum	
Di: nach Absprache	Leistungsklasse, Steffi Pietsch, Jenny Lehmann, Stefan Wimmer, Günter Bösl	
Di: 17.15	Lauftraining Wettkampfgruppe, Hans Merkl, Udo Reichl	Weinweg
Mi: 17.25 – 19.00 Uhr	Lauftraining für Zehnkämpfer/innen (Gruppen mit unterschiedlichen Strecken und unterschiedlichem Lauftempo), Markus Eigenstetter	Sportanlage am Weinweg
Mi: 18.30 – 20.00 Uhr	Kadertraining Sprung nach Absprache, Peter Hargasser	Goethehalle
Mi: 17.45 – 19.30 Uhr	12–16 Jahre, Hans Merkl, Udo Reichl	Goethehalle
Do: 16.30– 18.00 Uhr	Schüler/innen U14/U12/U10 Josef Koller, Marion Gergs	Goethehalle
Do: 18.00 – 20.00 Uhr	Schüler/innen U14 und älter, Jugend, Aktive; Sven Englmann Michael Duchardt, Josef Koller	
Do: 18.00 – 20.00 Uhr	Leichtathletik für Jugendliche, Eva Schwan	
Do 20.00 – 22.00 Uhr	Jedermannzehnkämpfer/innen und aktive Senioren, Jan Ropohl, Markus Eigenstetter	
Do: nach Absprache	Leistungsklasse, Steffi Pietsch, Jenny Lehmann, Stefan Wimmer	
Do: 17.15	Lauftraining Wettkampfgruppe, Hans Merkl, Udo Reichl	Weinweg
Fr: 16.30 – 18.00 Uhr	Lauftraining Wettkampfgruppe, Hans Merkl, Udo Reichl	Montessori-Halle oder Weinweg (nach Witterung)
Sa: 10.00 Uhr	Crosstraining der Läufer, Disziplintraining nach Absprache	Weinweg/RT-Halle

## Sportprogramm Bad Abbach - Leichtathletik

Mi: 19.00 – 20.00 Uhr	Schüler/innen Techniktraining	Turnhalle Grundschule
Do: 18.30 – 19.30 Uhr	Schüler/innen Grundlagentraining	Turnhalle Grundschule
Fr: 17.00 – 18.30 Uhr	Lauf/Krafttraining Franz Sedlmeier, Franziska Sedlmeier, Christine Härtl	Absprache: 09405/7154

## Kinderleichtathletik/Breitensport Kinder & Schüler

Mo: 16.00 – 16.45 Uhr	Kinder-Turnen ab 4 Jahren nach telefonischer Anmeldung bei Sven Engelmann unter 0941/38 13 93 66	Grundschule Prüfening
Mi: 17.30 – 19.00 Uhr	Spiel, Spaß und Leichtathletik für alle ab 4 Jahren, Katharina Eigenstetter, Franziska Koller, Sophie und Maria Rauscher, Frederik Eigenstetter, Lena Prochnow, Johanna Weichselgartner	Kreuzschule
Do: 17.00 – 17.45	Kinder-Turnen, ab 4 Jahren nach telefonischer Anmeldung bei Sven Engelmann unter 0941/38 13 93 66	Grundschule Prüfening
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



## 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	Anfänger und Training bis Abzeichen „Seepferdchen“	Hallenbad Gabelsberger- straße 14
Mo: 18.00 – 18.40 Uhr	Anfänger und Training vom „Seepferdchen“ bis „Bronze“	
Mo: 18.50 – 19.30 Uhr	Training vom Abzeichen „Bronze“ bis „Silber“	
Mo: 19.35 – 20.20 Uhr	Training ab Abzeichen „Silber“ und Fortgeschritten	

Trainer für Nichtschwimmer und Schwimmanfänger:

Annamarie 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

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
Mi: 16.45 – 17.30 Uhr	Entspannen Lernen mit Ruth Kleineidam	Wolfgangschule, kleine Halle
Mi: 18.30 – 20.00 Uhr	Bodyfit mit Caro Schönleber	Wolfgangschule, kleine Halle
Mi: 18.45 – 20.15 Uhr	Klassisches Hatha-Yoga mit Christine Rauscher	Grundschule Prüfening
Mi: 19.00 – 20.30 Uhr	Push-up Langhanteltraining mit Margit Fuchs-Landgraf	Kreuzschule, obere Halle Kreuzschule, untere Halle
Do: 18.00 – 19.00 Uhr	Fit durch den Winter – Gymnastik mit Musik mit Martina Turner	Pestalozzi-Mittelschule
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 Kinderturnen für Buben und Mädchen ca. 7 – 12 Jahre, Barbara Drechsler, Daniela Fischer, Gerhard Hauler	Grundschule Prüfening
Di: 17.30 – 19.30 Uhr		
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
------------------	--	---

## 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)

## Eishockey

Di: 19:45 – 21:15 Uhr	Jugendtraining, vierzehntägig ab 15.9., nach Absprache	Donau-Arena, Trainingshalle
Di: 21:30 – 23:00 Uhr	Erwachsene, vierzehntägig ab 22.9. nach Absprache michael.zellner@swc-regensburg.de	Donau-Arena, Trainingshalle
So: 8:15 – 09:30 Uhr	Kindertraining, vierzehntägig ab 27.9., nach Anmeldung bei Michael Zellner, michael.zellner@swc-regensburg.de	Donau-Arena, Arena

## Skifahrer

Mi: 18.00 – 19.00 Uhr	Skitraining für Rennkinder, Kati Rödl, nach Absprache mit Josef Aumüller, Tel.: 0176/72540927	Von-Müller-Gymnasium
Do: 18.00 – 19.00 Uhr	Skitraining für alle, Ursula Breitkopf	Werner-v. Siemens-Gymn. Zweifachhalle
Do: 19.00 – 22.00 Uhr	Flutlichtraining für die Synchrofahrer, ab 7. Januar 2016 Kathrin Aumüller, synchro@swc-regensburg.de	Pröller Flutlichthang

## Impressum

Ski- und Wanderclub 1946 e.V. Regensburg  
www.swc-regensburg.de E-Mail: info@swc-regensburg.de  
Geschäftsanschrift: Serpiliusweg 7, 93049 Regensburg

### Konten:

Volksbank Regensburg, IBAN DE2275090000000013749, BIC GENODEF1R01  
Sparkasse Regensburg, IBAN DE5475050000000015131, BIC BYLADEM1RBG

Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Verleger: Ski- und Wanderclub

Lektorat: Lissy Besl, Maria Rauscher

Versand: Dorle Mokroß

Druck: Aumüller Druck Regensburg; Auflage 1.350, erscheint vierteljährlich



## Terminübersicht für die Skifahrer und Snowboarder

---

### Eure Ansprechpartner:

---

**Rennzwerge:** Eva Wofrum  
[rennzwerge@swc-regensburg.de](mailto:rennzwerge@swc-regensburg.de)

Bei den Rennzwerge mitfahren können Kinder, die rennsportliches Skifahren ausprobieren möchten und sich die selbständige Teilnahme an einem Trainingswochenende zutrauen.

---

**Übungsleiter:** Susi Ziereis  
[skilehrwesen@swc-regensburg.de](mailto:skilehrwesen@swc-regensburg.de)

Für die Übungsleiter ist die Teilnahme an der Radstadtfahrt im Dezember obligatorisch; als Vorbereitung wird die Teilnahme an mindestens einer Gletscherfahrt empfohlen.

---

**Rennfahrer:** Andreas Gebert  
[andreas.gebert@swc-regensburg.de](mailto:andreas.gebert@swc-regensburg.de)

---

**Synchro-Fahrer:** Kathrin Aumüller  
[synchro@swc-regensburg.de](mailto:synchro@swc-regensburg.de)

Ziel ist die Teilnahme an der European Snow Challenge im Frühjahr 2016.

Zum Hereinschnuppern bietet sich für alle Übungsleiter und sportlichen Skifahrer die Formationsfortbildung am Kitzsteinhorn im November an.

---

**Ski Nordisch und Freeride:**  
 Dominik Schmeer  
[domini.schmeer@swc-regensburg.de](mailto:domini.schmeer@swc-regensburg.de)

---

### Hier die Übersicht - Details zu den großen Ausfahrten findet ihr auf den folgenden Seiten

---

30. Oktober – 1. November 2015

1. Gletscherfahrt ins Stubai für **Übungsleiter**, **Rennfahrer** und **Synchro-Interessierte**

13. – 15. November 2015

2. Gletscherfahrt ins Stubai für **Übungsleiter**, **Rennzwerge**, **Rennfahrer** und **Synchro-Interessierte**

27. – 29. November 2015

Formationsfortbildung des SV Bayerwald am Kitzsteinhorn für alle **Übungsleiter** und **Synchro-Interessierte**; Anmeldung über [Skiverband-Bayerwald.de/Lehrwesen](http://Skiverband-Bayerwald.de/Lehrwesen)

11. – 13. Dezember 2015

**Übungsleiterausfahrt nach Radstadt**

2. – 6. Januar 2016

Familienskiausfahrt nach Windischgarsten

Ab dem 7. Januar 2016

jede Woche donnerstags Flutlichttraining für die **Synchro-Fahrer** am Pröller nach Absprache

Freitag, 8. Januar 2016

1. Flutlichttraining für die **Rennzwerge**

14. – 17. Januar 2016

Skitourentage im Pflerschtal, Hotel Feuerstein; Anmeldung bei Dominik Schmeer

Freitag, 22. Januar 2016

2. Flutlichttraining für die **Rennzwerge**

29. – 31. Januar 2016

Bayerwald-Trainingswochenende für die **Synchros** (voraussichtlich)

11. – 14. Februar 2016

Familienausfahrt nach Kaprun

13./14. Februar 2016

Freeride-Wochenende in Absprache mit Dominik Schmeer

20./21. und 27./28. Februar 2016

**Skikurs in Eck am Riedlstein**

Freitag, 26. Februar 2016

3. Flutlichttraining für die **Rennzwerge**

Samstag, 5. März 2016

**Skikursabschlussfahrt nach Hochficht** für die fortgeschrittenen Skikurskinder mit **Rennttraining** für alle Interessierten

Sonntag, 6. März 2016

**Clubmeisterschaften Ski Alpin und Ski Nordisch am Pröller** für alle!

11. – 13. März 2016

Trainingswochenende für die **Synchros** auf der Edtbauernalm in Hinterstoder

8. – 10. April 2016

2. **Trainingswochenende** Stubai

22. – 24. April 2016

**European Snow Challenge** in Samnaun



## ECKL Wolfgang

SCHREINEREI

HOCHWERTIGER

INNENAUSBAU

MÖBELWERKSTÄTTE

MEISTERBETRIEB DER

SCHREINERINNUNG

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)

Ihr Fachbetrieb für  
*Comfort Living*

## Goldener Ski für Anna Schillinger

*SWC-Läuferin unter den Besten des Skiverbands Bayerwald*

In die Glasmanufaktur Joska in Bodenmais lud der neue Präsident des Skiverbands Bayerwald, Max Gibis, die erfolgreichsten Sportler der vergangenen Saison ein. Athleten aus den Bereichen Alpin, Langlauf, Biathlon, Snowboard, Inline und Skisprung wurden für ihre Leistungen bei Weltmeisterschaften, Deutschen und Bayerischen Meisterschaften sowie dem Deutschen Schülercup geehrt.

Unter den Geehrten war auch die SWC-Läuferin Anna Schillinger, die für ihren Sieg im Schülercup und für zwei dritte Plätze bei den Bayerischen und den Deutschen Meisterschaften den Goldenen Ski verliehen bekam.

*Peter Schillinger*



*Die ausgezeichneten Athleten Ski Alpin - Anna rechts in der mittleren Reihe*

## Anfänge der Skischule im SWC

*Unser Clubmitglied Helmut Wenninger erinnert sich an die Kindertage der SWC-Kinderskikurse - hier gibt es den ersten Teil zu lesen*

Im Heft 2/2015 der Clubnachrichten habe ich die einleitenden Worte unseres zweiten Vorsitzenden Markus Eigenstetter gelesen mit der Bemerkung, dass Generationen von Kindern im SWC das Skilaufen gelernt haben.

Das stimmt, habe ich mir gedacht und darüber sinniert, wer wohl in diesem Verein heute noch weiß, wie es dazu kam, dass überhaupt ein Ski-Unterricht modernster Form im Herbst 1958 erstmalig angeboten werden konnte.

Außerdem habe ich darüber nachgedacht, ob es sinnvoll wäre, diese alten Geschichten auszugraben, damit sie für die Nachwelt erhalten bleiben.

Ich kam zu dem Ergebnis: Ja, das mache ich jetzt. Zu früh ist es bestimmt nicht mehr. Drei der an den ersten Anfängen beteiligten fünf Mitglieder des SWC haben uns schon in Richtung Skifahrerhimmel verlassen, und weil, nach bisherigen Erkenntnissen, die restlichen beiden Personen auch nicht ewig leben

# ||| 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)

werden, kann man unschwer prophezeien, dass es in absehbarer Zeit keine direkten Zeugen der damaligen Geschehnisse mehr geben wird.

### ***Vom Geselligkeitsverein zum Skiclub***

Im der Wintersaison 1958/59 wurde der erste Unterricht im Bayerischen Wald erteilt, und zwar exakt nach der kurz vorher erschienenen „Neuen Österreichischen Skischule“ des Herrn Professor Stefan Kruckenhauser, dem Erfinder oder Entdecker des Wedelns.

Dies war aber keineswegs so selbstverständlich, wie man heute vielleicht meinen möchte. Skiunterricht wird bekanntlich über zwei Schienen vermittelt, einmal durch Berufsskilehrer in Skischulen und dann durch Übungsleiter in Sportvereinen. Skischulen waren seinerzeit für uns Normalverbraucher zu kostspielig und außerdem waren sie nicht auf dem neuesten Stand, sprich auf dem Niveau vom „Kruck“.

Die skisporttreibenden Vereine begannen damals geeignete Leute zu den entsprechenden Ausbildern des Skiverbandes zu senden, zum Beispiel zum Freise Paule am Spitzingsee, um sie zu Übungsleitern und weiter auch zu Lehrwarten ausbilden zu lassen. Diese Leute haben dann in ihren Vereinen das Erlernte an interessierte Mitglieder weitergegeben und so läuft es meines Wissens auch heute noch. Ich selbst habe damals auch schon einen Hauch dieser neuen Skitechnik erfahren dürfen, als nämlich meinen Freunden und

mir unter dem Lusengipfel an Sylvester 1956 der Koslitz Herbert, Bäckermeister aus Grafenau und Sportwart im Skigau Bayerwald, Skikurs erteilte und versuchte, das an uns weiter zu vermitteln, was er erst Tage vorher am Arlberg beigebracht bekommen hatte.

Die Mitglieder des SWC 1946 Regensburg jedoch konnten nicht einfach zum Freise Paule fahren. Unser Verein war damals nämlich kein Mitglied des Bayerischen oder Deutschen Skiverbandes.

Über diesen Mangel wurde in den Vorstandssitzungen zwar häufig debattiert, jedoch ein Beitritt immer verschoben, weil dadurch der Vereinsbeitrag, wegen der Abgaben an den übergeordneten Verband, von einer DM auf zwei im Monat gestiegen wäre. Man scheute diese Erhöhung des Beitrages, die mit einer Unfallversicherung gekoppelt gewesen wäre, weil man Austritte vieler Nichtskifahrer befürchtete.

Nein, beim Regensburger Skiclub entwickelte sich der Beginn des Skiunterrichts völlig anders, aber keineswegs mit weniger Qualität, ganz im Gegenteil.

### ***Ein Amerikaner im SWC...***

Zunächst war wichtig, dass im Herbst 1958 ein neues Mitglied zum Verein kam, Mac Weiß mit Namen und Deutsch mit stark näseldem Akzent sprechend, stellte er sich als US-Amerikaner vor, der in Regensburg der Leiter der Wäscherei in der Kaserne der amerikanischen Soldaten

war. Er war so alt wie das Jahrhundert, 1958 also 58 Jahre. Ich war zwanzig.

Der Mac, wie wir ihn nannten, war ein äußerst sportlicher Typ, was er uns bei später folgenden Skiausfahrten eindrucksvoll beweisen sollte, und er war österreichischer Skilehrwart und außerdem sehr sympathisch. In den USA geboren und aufgewachsen, war er mit zwanzig Jahren Weltmeister der Geher geworden und hatte mit gut fünfzig Jahren in Sankt Christoph am Arlberg die ersten Skier angeschnallt bekommen.

Das war im Herbst gewesen und er blieb dort, bis er im darauffolgendem Frühjahr bereits die Prüfung zum Österreichischen Skilehrwart erfolgreich absolviert hatte.

Übrigens, wenn er uns bei Ausflügen in unsere Umgebung demonstrierte, wie sich ein Geher im Wettkampf vorwärts bewegt, mussten wir einen sehr flotten Laufschrift anschlagen, um mit ihm Schritt halten zu können. Von uns konnte keiner so schnell gehen.

### *...und Allerheiligen auf der Zugspitze*

Gegen Ende Oktober des Jahres 1958 lud mich unser damaliger Sportwart, der Böttcher Richard ein, ihn, seine Freundin und spätere Frau Elisabeth und unseren Clubspezl Helmut Weiß über Allerheiligen und das anschließende Wochenende zum Skifahren auf die Zugspitze zu begleiten. Unsere Skifahrkenntnisse waren damals derart, dass wir im Bayerwald lediglich

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

# AUTOHAUS Schrödl GmbH

Ihr Servicehändler für:



**mazda**

**Gebraucht-  
wagenCenter**



**AUTOHAUS Schrödl GmbH**  
**LACKIER- UND KAROSSERIE CENTER**

**Nittendorf - Neutraubling - Sinzing**





Skikurs bei Mac Weiß (Zweiter von rechts) 1958 in Waldhäuser/Bayerwald

Foto: Elisabeth Böttcher

in der Schneise des Arbersesselliftes zu kämpfen gehabt hätten.

Die Fahrt wurde über Sport Scheck gebucht mit Nächtigung in der Knorrhütte. Das bedeutete Aufstehen um drei Uhr früh, Fahrt nach München und dann zur Zugspitze, nach dem Skitag auf dem Zugspitzplatt, ohne Lift natürlich, 500 Meter Abstieg (Abfahrt war wegen Schneemangel nicht möglich) zur Knorrhütte, als Jüngster fast zwei Stunden um Getränke anstehen, in einem Bett mit mindestens zwei weiteren, fremden Menschen liegen und am nächsten Morgen wieder 500 Meter hinauf zum Platt steigen, wo der Mac schon wartete.

Als wir am Anreisetag, bei strahlendem Sonnenschein auf dem Zugspitzplatt ankamen, begann der Mac Weiß sofort mit dem Skiunterricht. Er fing bei den ersten Anfängen der Skischule an, also geradeaus Fahren und durch kräftiges Pflügen bis zum Stand kommen. Und dann ging er gleich zum Schrägfahren über und blieb zweieinhalb Tage dabei.

Erst am dritten und letzten Tag durften wir am Nachmittag die Falllinie überfahren, zuerst mittels Stemmbögen, die Jahre später Pflugbögen genannt wurden und anschließend wurden auch noch einige Parallelschwünge versucht, welche durchaus brauchbar aussahen.

Während wir fünf Leute uns mit den Übungen auf einer kleinen, flachen Fläche unter dem Schneefernerkopf „vergnügten“, war eine etwas größere Gruppe junger Damen mit einem Skilehrer, ungefähr zwanzig oder dreißig Meter neben uns, mit der gleichen Materie beschäftigt. Auch sie übten Schrägfahren, Seitrutschen, Aufkanten, Kanten lösen, Fersenschub und so fort. Mehrmals querte unser Trainer, der Mac, zu dieser Gruppe hinüber, um mit dem Skilehrer der Mädchen einige Worte zu wechseln. Er schien diesen Mann zu kennen.

Als für die jungen Damen um zwölf Uhr die Mittagspause begann, verschwanden sie in Richtung Schneefernerhaus. Ihr Skilehrer aber, ein großer schlanker

Mann in den dreißiger Jahren, kam zu uns herüber und übernahm die Leitung unseres Kurses. Er stellte sich als Franz Furtner vor und wir erkannten ihn an seiner Aussprache als Österreicher, vermutlich Tiroler. War der Skikurs beim Mac schon eine Konzentrationserfordernde, aber zünftige Angelegenheit gewesen, so steigerte sich das Ganze nun noch einmal gewaltig. Der neue Trainer konnte jede einzelne Übung vor ihrer Ausführung so genial und klar verständlich in Worte fassen, dass keinerlei Unklarheiten oder Zweifel über das von ihm Erwartete verblieben, und darüber hinaus war er ein wahrer Meister im Demonstrieren, im Vorfahren also. Es war eigentlich alles ganz einfach.

Wenn man genau aufpasste, und das Verlangte präzise umsetzte, konnte man die Übungen meistens bald richtig nachfahren und man erfüllte nach einigen Wiederholungen, dass man richtig lag.

Der Furtner Franz holte übrigens nebenbei sein Butterbrot aus der Hosentasche und aß es mit Genuss, ohne deshalb den Unterricht auch nur im geringsten zu unterbrechen, was nicht heißen soll, dass er mit vollem Mund unverständlich gesprochen hätte.

Um zwei Uhr kam die Damengruppe von der Mittagspause zurück, weshalb die alte Ordnung wieder hergestellt wurde. Unser Chef war nun erneut der Mac bis um vier Uhr. Dann traten die Damen ab und wir bekamen noch einmal für eine weitere Stunde den Franz Furtner als Trainer, bis es dämmerte.



## *Das Geheimnis der Damengruppe*

Dieses Spielchen wiederholte sich auch am darauffolgenden Samstag und am Sonntag hatten wir den ganzen Tag Skikurs beim Furtner Franz, weil die Damengruppe mit Slalomtraining beschäftigt war, was uns nun gar nicht mehr so sehr überraschte, wie mancher glauben könnte.

*Die ersten Vereinsübungsleiter 1957- 1959*

*oben von links nach rechts: Helmut Wenninger, Elisabeth Böttcher, Norman Lehner*

*unten von links nach rechts: Richard Böttcher (sen.), Helmut Weiß, Ludwig Sperber, Vorstand Theo Grätz, Traudl Beer-Sperber, Alfons Schöllhorn*

*Foto: Elisabeth Böttcher*

Inzwischen hatten wir nämlich schon einige neue Erkenntnisse gewonnen, besonders deshalb, weil wir am zweiten Abend nicht mehr zur Knorrhütte hinabgekraxelt waren, sondern, wegen der dort herrschenden völlig unerträglichen Zustände im Schneefernerhaus Quartier bezogen hatten. Wir saßen deshalb an diesem Abend an einem großen Tisch, gemeinsam mit den jungen, uns nicht mehr völlig fremden Damen vom Skikurs nebenan und hörten bei der gegenseitigen Vorstellung, welche der Franz Furtner für die Damen und der Mac für uns übernahmen, mit großer Verwunderung folgende, uns aus mehreren Sportübertragungen im Radio längst bekannte Namen:

Heidi Mittermeier, Barbi Henneberger, Erika Pongratz, Burgl Färbinger, Heidi Biebl und noch fünf oder sechs weitere, die mir in den seither vergangenen

Jahren entfallen sind. Mit anderen Worten also, neben uns saß die komplette Deutsche Alpine Skinationalmannschaft der Damen. Warum die Sperl Sonja aus Eisenstein nicht dabei war, die damals zu diesem Kreis gehörte und die wir alle vom Arber her persönlich kannten, weiß ich heute noch nicht.

Der schon damals als Skilegende geltende Heli Lantschner aus Innsbruck saß übrigens auch mit an diesem Tisch.

***Wie es weiter ging, das gibt es im nächsten Heft zu lesen!***

*Helmut Wenninger*

## ***Die neuen SWC-Mützen sind fertig!***


Die topaktuellen SWC-Mützen-Modelle gibt es auf der Mitgliederversammlung am 26. Oktober 2015 im Schlossgarten Prüfening,



bei der Saisoneroöffnungsfahrt nach Radstadt oder nach Absprache mit Ursula (info@swc-regensburg.de) für 20 Euro zugunsten der Clubkasse zu erwerben.

# 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 129,95**

**PURES MAXIMUM!**

**ERLEBEN SIE DEN WELTWEIT**

**LEICHTESTEN LAUFSCHUH!**

# SPORT HERRMANN

Sport Herrmann GmbH  
Pommern Str. 4 im  93073 Neutraubling

Aus Liebe zum Sport

 **INTERSPORT**  
GRUPPE

## Saisoneröffnungsfahrt vom 11. - 13. Dezember 2015

Wochenendskiausfahrt (mit Übungsleiterausbildung) nach Radstadt

Skigebiete: Reiteralm, Obertauern, Schladming oder Dachsteingletscher

### Unterkunft

Ferienhotel Stieglerhof mit Wellness-Oase

### Busabfahrt:

11. Dezember 2015, 16:00 Uhr an der städtischen Sportanlage Weinweg

### Preise:

Erwachsene (ab 16 Jahren)	130,- Euro
Jugendliche (13-15 Jahre)	100,- Euro
Kinder (10-12 Jahre)	90,- Euro
Kinder (4 - 9 Jahre)	75,- Euro



### Leistungen:

Busfahrt und Übernachtung in Komfortmehrbettzimmern (Dusche, WC, Fön), Halbpension (reichhaltiges Frühstücksbuffet und dreigängiges Abendessen). Kostenlose Nutzung der umfangreichen Wellnessoase.

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

### Information und Anmeldung:

Per E-mail: [markus.eigenstetter@swc-regensburg.de](mailto:markus.eigenstetter@swc-regensburg.de)  
oder telefonisch: 09404/640694

Bei Bestätigung der Anmeldung ist anschließend der entsprechende Betrag (bitte selbst ausrechnen!) auf das Konto des SWC Regensburg, IBAN DE54750500000000015131, BIC BYLADEM1RBG einzuzahlen.

### Liftpreise:

Den Betrag für die Liftpässe werden wir auf der Hinfahrt im Bus kassieren. Bitte entsprechend Bargeld einplanen! Für beide Tage ist ungefähr mit folgenden Preisen (ohne Gewähr) zu rechnen:

Erwachsene (ab Jahrgang 1996)	80,- Euro
Jugendliche (Jahrgang 1997-1999)	52,- Euro
Kinder (Jahrgang 2000 - 2009)	32,- Euro
Kinder (bis Jahrgang 2010)	5,- Euro

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

**Anmeldeschluss:** Freitag, 20. November 2015

## **Familienskiausfahrt nach Windischgarsten in Oberösterreich**

---

Termin: 2. bis 6. Januar 2016

Abfahrt: 2. Januar um 6.00 Uhr an der städtischen Sportanlage am Weinweg

Skigebiet: Wurzeralm oder Hutterer Höß/Hinterstoder

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

Preis:	Erwachsene (ab 15 Jahren)	250.- €
	Jugendliche (12-14 Jahre)	220.- €
	Kinder (6 - 11 Jahre)	200 .- €
	Kinder (unter 6 Jahren)	50.- €

Der Betrag ist bei der Anmeldung auf das Konto SWC Regensburg, Sparkasse Rgbg, IBAN DE5475050000000015131, BIC BYLADEM1RBG zu überweisen.

Leistungen:

- Unterbringung in gemütlichen und komfortabel eingerichteten Doppel und Mehrbettzimmern mit Du/WC
- 4 x Halbpension mit fürstlichem Frühstücksbuffet mit Vollwert- und Vitaminecke, abends 4-Gang-Menü mit Salatbuffet
- Kostenlose Nutzung aller Freizeiteinrichtungen des Hotels wie Erlebnishallenbad, finnische Sauna und Dampfbad
- Busfahrt von Regensburg nach Windischgarsten und zurück
- Täglicher Transfer vom Hotel zum Skigebiet und zurück
- Kinderbetreuung durch unsere Übungsleiter für Kinder ab 6 Jahren (keine Anfänger!)

Liftkosten: werden während der Busfahrt in bar eingesammelt

Anmeldung: bei Michael Duchardt Telefon 0941/6308378  
micheleduchardt@aol.com



## SWC-Familienskiausfahrt nach Kaprun vom 11. -14. Februar 2016 (Faschingsferien)

Hotel: JUFA Kaprun  
Nikolaus-Gassner-Straße 51  
A - 5710 Kaprun  
[www.jufa.at/kaprun](http://www.jufa.at/kaprun)

Unterkunft in Familienzimmern/Mehrbettzimmern mit DU/WC, z.T. mit Galerie.

Preise:	Erwachsene (ab 19 Jahren):	157,00 Euro
	Jugendliche (15-18,9 J.):	103,00 Euro
	Kinder (4. - 14,9 Jahre):	83,00 Euro
	Kinder (unter 4 Jahren)	frei

Anreise: Individuell mit Privat-PKW



Im Preis inbegriffene Leistungen:

- 3 Tage Übernachtung mit Abendessen (3-gängiges Wahlmenü incl. Salatbar, Nachspeisenbuffet und kostenlosen Fruchtsäften; reichhaltiges Frühstücksbuffet mit warmen und kalten Getränken)
- Nutzung aller Einrichtungen im Haus (neue Saunalandschaft, Stüberl, Aufenthaltsräume mit TV, Tischtennis, Indoorkino, Playstation, Internetterminals)
- Ortstaxe/Nächtigungsabgabe
- Beitrag für Jugendherbergsverband (SWC-Gruppenmitgliedschaft)

Anmeldung: Per E-mail an [markus.eigenstetter@swc-regensburg.de](mailto:markus.eigenstetter@swc-regensburg.de)  
oder telefonisch unter: 09404/640694 bitte mit genauer Angabe  
des Alters der Kinder)

architektweber.com  
architekturbüro ferdinand weber  
obermünsterstr. 11 93047 regensburg



# Ski- und Snowboardkurs

## Hinweis:

Aus rechtlichen Gründen dürfen wir den Kurs nur für Mitglieder anbieten!

Der Mitgliedsantrag muss daher zwingend spätestens beim Anmeldeschluss am 1. Dezember 2015 vorliegen.

## Termine:

2016 (2x Sa./So.)

## Teilnehmer:

Kinder: Alle Könnensstufen **ab 5 Jahren**

Erwachsene: Carvingkurs für Fortgeschrittene (bitte anmelden!)

## Anmeldung:

NUR schriftlich mit beiliegendem Formular an:

Ski- und Wanderclub 1946 e.V. Regensburg

Serpiliusweg 7

93049 Regensburg

bis spätestens 1. Dezember 2015

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

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

## Abfahrt:

8:00 Uhr Regensburg / Städtische Sportanlage am Weinweg

## Rückkehr:

ca. 17:30 Uhr

## Kursdauer:

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

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

Bitte den Kinder dafür **passend** Geld mitgeben.

(Essen inkl. Getränk 4 bis 7 €)

## Kursgebühr:

110,- € (inkl. Busfahrt und Liftkosten).

Der Betrag wird Anfang Januar abgebucht.

Bei Fehltagen verringert sich die Skikursgebühr nicht!

Familienermäßigung:

Jedes 3. und weitere Kind bekommt 50 % Familienrabatt.



**Ausrüstung:**

Bitte die Skibindung von einem Fachhändler einstellen, die Ski wachsen und die Kanten schleifen lassen. Carvingski sind erwünscht.

**Die Kinder müssen einen Skihelm tragen!**

**Leitung:**

Susanne Ziereis, Tel.: 0176/20 59 55 99

**Skigebiet:**

Skigebiet Eck/Riedelstein ([www.skieck.de](http://www.skieck.de))

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

**Absagen:**

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

Informationen können aktuell auf der SWC-Homepage unter

[www.swc-regensburg.de](http://www.swc-regensburg.de)

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

**Selbstfahrer:**

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

**Mitfahr-  
gelegenheit:**

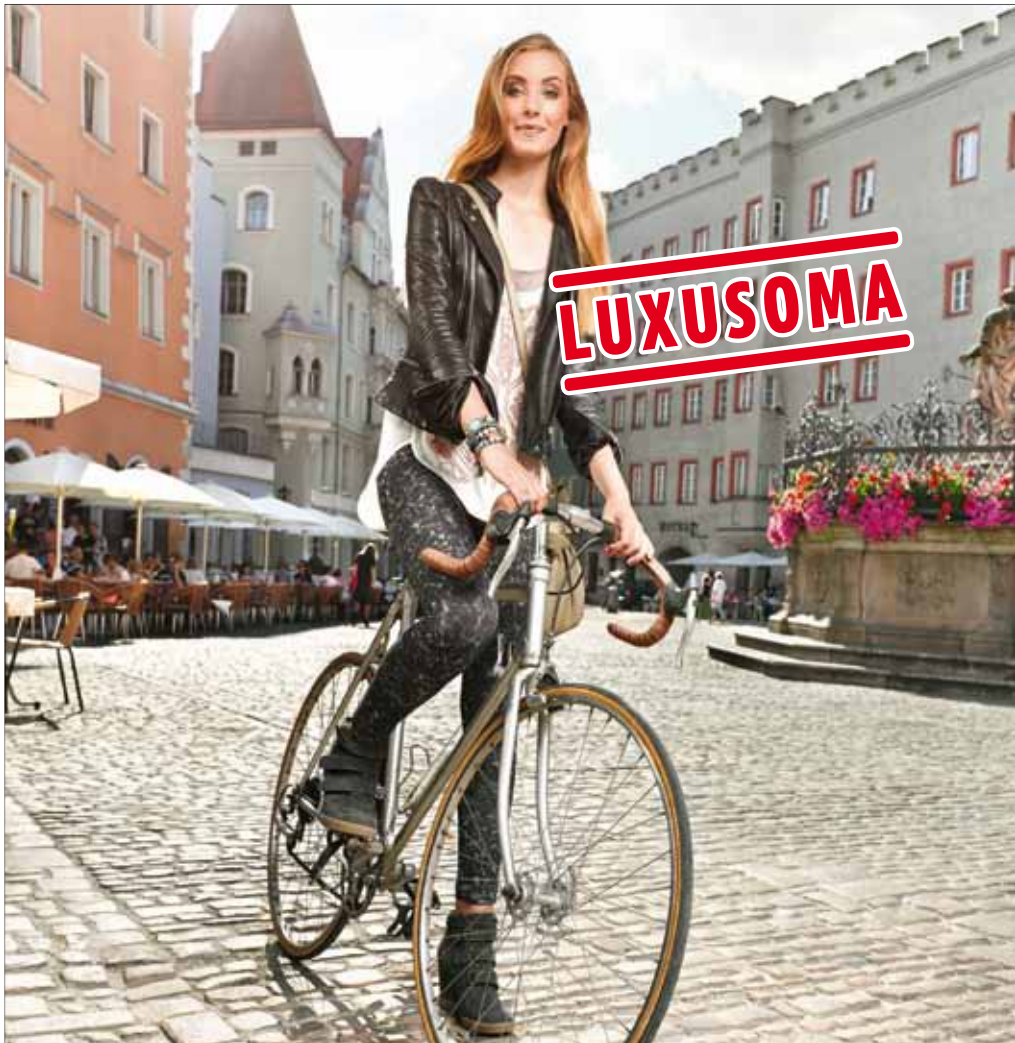
Für Eltern (bzw. andere Begleitpersonen) besteht **nach vorheriger Anmeldung** für 7,50 € Mitfahrgelegenheit im Bus.

**unterstützt  
von:**



**FLYERALARM**  
Offizieller Hauptsponsor des  
Skiports und Druckpartner  
des SWC Regensburg





## Möglich heißt machen:

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



Sparkasse  
Regensburg

## Anmeldung Skikurs 2016

---

**Bitte sorgfältig ausfüllen  
(für die einzelnen Teilnehmer ist die Rückseite vorgesehen)  
und senden an:**

**SWC 1946 Regensburg  
Serpiliusweg 7  
93049 Regensburg**

Begleitpersonen im Bus (bei wechselnden Begleitpersonen nur eine angeben!)
<input type="radio"/> Alle gemeldeten Teilnehmer sind Vereinsmitglieder
<input type="radio"/> Eine Vereinsmitgliedschaft wird neu beantragt. <b>Bitte Aufnahmeantrag beifügen!</b> Aufnahmeantrag: swc-regensburg.de – Informationen zur Mitgliedschaft
Name:
PLZ, Ort:
Straße, Hausnummer:
Telefonisch erreichbar unter:
E-Mail:
Ich bin damit einverstanden, dass die Kursgebühr vom gleichen Konto abgebucht wird, von dem der Ski- und Wanderclub 1946 Regensburg e.V. auch den Mitgliedsbeitrag abbucht.  ..... Ort, Datum, Unterschrift

## Anmeldung Skikurs 2016



Name:	Vorname:	<input type="radio"/> Anfänger (noch kein Kurs) <input type="radio"/> fortgeschrittene Anfänger (1–2 Kurse)  <input type="radio"/> Fortgeschrittene (mindestens 3 Kurse)
Übungsleiter im letzten Jahr (falls bekannt):	Geburtsjahr:  Anzahl bisheriger Kurse:	<input type="radio"/> Köhner (mindestens 5 Kurse)  <input type="radio"/> Snowboard Anfänger <input type="radio"/> Snowboard Köhner
Name:	Vorname:	<input type="radio"/> Anfänger (noch kein Kurs) <input type="radio"/> fortgeschrittene Anfänger (1–2 Kurse)  <input type="radio"/> Fortgeschrittene (mindestens 3 Kurse)
Übungsleiter im letzten Jahr (falls bekannt):	Geburtsjahr:  Anzahl bisheriger Kurse:	<input type="radio"/> Köhner (mindestens 5 Kurse)  <input type="radio"/> Snowboard Anfänger <input type="radio"/> Snowboard Köhner
Name:	Vorname:	<input type="radio"/> Anfänger (noch kein Kurs) <input type="radio"/> fortgeschrittene Anfänger (1–2 Kurse)  <input type="radio"/> Fortgeschrittene (mindestens 3 Kurse)
Übungsleiter im letzten Jahr (falls bekannt):	Geburtsjahr:  Anzahl bisheriger Kurse:	<input type="radio"/> Köhner (mindestens 5 Kurse)  <input type="radio"/> Snowboard Anfänger <input type="radio"/> Snowboard Köhner
Name:	Vorname:	<input type="radio"/> Anfänger (noch kein Kurs) <input type="radio"/> fortgeschrittene Anfänger (1–2 Kurse) <input type="radio"/> Fortgeschrittene (mindestens 3 Kurse)
Übungsleiter im letzten Jahr (falls bekannt):	Geburtsjahr:  Anzahl bisheriger Kurse:	<input type="radio"/> Köhner (mindestens 5 Kurse)  <input type="radio"/> Snowboard Anfänger <input type="radio"/> Snowboard Köhner



REWAG.

Wir versorgen die Region.

Mit Zukunft. Mit Sicherheit.

Mit Energie.

Foto: Thomas Beyer

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.



# 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

Leber Aktien oder Bausparer?

Wie lebe ich in 20 Jahren?

Wo steht mein Traumhaus?

Welche Absicherung brauche 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-KiLa-Teams landen auf dem Stockerl

Zweite Kreisschülerrunde am 13. Juni 2015 in Burglengenfeld



Die erfolgreichen Nachwuchsathleten in Burglengenfeld  
Fotos: Timo Premru

Ausgezeichnet zogen sich unsere KiLa-Rumpfteams bei der zweiten Kreisschülerrunde in Burglengenfeld aus der Affäre: Dort gab es mit Sprint, Weithochsprung, Scher-Weitsprung, Medizinballstoßen und Hindernis-Staffel wieder spannende Wettbewerbe.

Am besten schnitten diesmal die Kleinsten in der AK 6 ab, die SWC-Piraten mit Ludwig Rauscher, Mika Seremet, Nicolas Huesca Ramirez und Maria Lankes. Sie holten Gold.

Zweimal gab es Bronze für die SWC-Teams in der AK 8 mit Richelle Post, Kilian Klimenta, Katja Breit, Franziska Ertl, Anja Lankes, und Louis Huber, und in der AK 9 mit Caroline Härtl, AnnaLena Härtl, Chin Wee Lim und Santiago Ramirez Huesca, der im Hochweitsprung begeisterte.

Schwer hatte es das AK 11 Team, hier mussten vier Zehnjährige einen Jahrgang hochstarten, am Ende erreichten sie mit tollen Leistungen einen guten sechsten Platz für Julia Lankes, Elias Premru, Nicklas Taciac, Kathrin Ertl und Jonas Hillebrand.

Josef Koller

## SWC-Nachwuchs räumt ab

*Elf Blockmehrkampftitel am 13. Juni 2015 in Burglengenfeld  
Jonas Premru übertrifft DM-Quali*

Elf Oberpfalztitel und insgesamt 29 Medaillen gewannen die Nachwuchs-Mehrkämpfer des SWC bei den diesjährigen Bezirksmeisterschaften in Burglengenfeld.

Dabei überragte vor allem Jonas Premru, der im Block Sprint/Sprung der M14 mit 2.692 die DM-Norm von 2.600 Punkten deutlich übertraf. Gewohnt stark war er über 100m und im Weitsprung. Im Hochsprung mit 1,67m, über die Hürden und im Speerwurf hat er sich deutlich verbessert. Gemeinsam mit seinen Teamkollegen Nicolas Danner (2. Sprint/Sprung M15), der leider im Weitsprung patzte und damit die Bayern-Quali verpasste, Michael Bismark (2. Sprint/Sprung M14), Lasse Schmid (2. Wurf M14) und Leon Puchinger (4. Lauf M14) gewann er mit 9.471 Punkten auch souverän die Teamwertung.

Nicht ganz so viel Glück hatte Nancy Randig, die zwar den Titel im Block Wurf der W15 mit 2.248 Punkten klar gewann, aber zwei(!) Punkte zu wenig für die DM-Zusatzquali zur Deutschen Meisterschaft im Hammerwurf schaffte.

Im Block Sprint/Sprung der W15 gab es einen SWC-Dreifachsieg mit Lisa Morawitz (2.344 Punkte) vor Hannah Budig (2.268 Punkte) und Annalena Bock (2.243 Punkte), zusammen mit Antonia Fehlner (2. Lauf W14) gab das 11.035 Punkte und den klaren Sieg in der Mannschaftswertung, überraschenderweise



Überragender Mehrkampfnachwuchs: Jonas Premru



Annalena Bock über den Hürden - Fotos: Timo Premru



vor dem Team SWC II mit Clara Schlosser (3. Sprint/Sprung W14) sowie Hannah Nussbaumer, Lilly Michel, Franziska Preis und Luisa Jäger.

Auch in der U14 ist der SWC bestens aufgestellt: Den Block Sprint/Sprung der M13 gewann souverän Arion Stender (2.410 Punkte), Elias Hammouche belegte hier Platz Drei (1.849 Punkte); den Block Lauf holte sich Yannik Seremet (1.979 Punkte), im Sprint/Sprung der M12 wurde Benedikt Peper Zweiter (2.079 Punkte), den gleichen Platz belegte Valentin Moritz im Block Wurf der M13 (1.836 Punkte).

Zusammen wurden die Fünf klar Mannschaftsmeister vor dem TV Burglengenfeld und dem Team SWC II, bei dem Nils Rößler in der M12 Wurf einen weiteren Einzeltitel und Leo Sauerer im Lauf der M13 Bronze holte. Weiter waren Lars

Breuer, Julius Puchner und Tristan Böck mit von der Partie.

Da ließen sich auch die U14-Mädels nicht lumpen: Franzi Hollmer holte Gold im Block der W12 (1.762 Punkte) und schaffte es mit dieser ausgezeichneten Leistung nicht mal ins Gold-Team des SWC, das den Wettbewerb klar mit 1.700 Punkten Vorsprung vor dem TV Burglengenfeld gewann. Hier punkteten vor allem Sonja Thalhofer (2. Lauf W13/2.069 Punkte), Chiara Saller (2. Sprint/Sprung W12/1.904 Punkte), Maya Deiml (3. Lauf W12/1.867 Punkte), Lisa Lankes (4. Lauf W12/1.847 Punkte) und Paulina Hof (2. Wurf W13/1.840 Punkte). Bronze gewann Maria Ferst (Lauf W13/1.275 Punkte), Emma Budig und Alexandra Preis belegten die Plätze Vier und Sechs.

*Josef Koller*

## SWC-Senioren erfolgreich

**Fünf Titel und achtzehn Medaillen bei den Bayerischen Meisterschaften am 13. Juni 2015 in Vaterstetten**



**Fünf Medaillen sammelte Kindertrainerin Andrea Holzapfel**

Mit einem kleinen Aufgebot nahmen die Athleten des SWC Regensburg an den Bayerischen Seniorenmeisterschaften in Vaterstetten teil.

Erfolgreichste Sportlerin bei den Damen mit einem kompletten Medaillensatz war Andrea Holzapfel mit Gold im Dreisprung (9,85m), erneut Gold sowie persönlicher Bestleistung im Hochsprung (1,46m), dazu Silber über 80m Hürden (15,14sec) und zweimal Bronze über

200m (30,52sec) und im Weitsprung (4,31m). In der Klasse W45 erreichte Birgit Hierl Silber über 800m in 2:38,69min.

Als Medaillensammler stachen diesmal die M50-Männer heraus, einmal mehr Markus Eigenstetter mit Gold über 100m Hürden (16,43sec), Silber im Stabhochsprung (2,70m) sowie Platz Vier über 100m (13,01sec) und Platz Fünf im Weitsprung (4,92m).



**Bayerischer Meister über die Hürden:  
Jedermann-Trainer Markus Eigenstetter**

Gottfried Kreckl lief über 800m (2:13,96min) zu Silber und zu Bronze über 400m (61,11sec). Thomas Marohn holte Bronze über 1500m (4:52,98min)

und Platz Vier über 800m (2:18,60min). Mit Silber im Hochsprung (1,55m), Platz Sechs im Weitsprung (4,92m) und Platz Acht im Diskus (29,42m) war auch Josef Eberl sehr erfolgreich. Direkt davor warf Michael Duchardt den Diskus mit 33,30m zu Platz Sieben.



**Silber im Hochsprung: Josef Eberl (links)**

In der Altersklasse M85 beeindruckte Hans Dyka mit einer Zeit von 21,93sec, mit der er zum Titel lief.

Jens Wulff sorgte in der M30 für Silber über 5000m (19:15min) sowie für Bronze über 1500m (4:53,03min). In der M40 erreichte Jürgen Schröpf Silber über 1500m (4:44,41min). Daniel Wedekind lief über 400m (64,51sec) und 800m (2:28,12min) je zu einem Platz Sieben. In der M60 erreichte Christoph Schmid ebenfalls einen kompletten Medaillensatz mit Gold über 100m Hürden (21,75sec), Silber im Hochsprung (1,31m), Bronze im Weitsprung (4,16m) und Platz Fünf im Diskus (33,39m).

*Jens Wulff*

## Oberpfalzmeisterschaften unterstützt von R-KOM

SWC-Athleten holen bei den Bezirksmeisterschaften 29 Titel



Ticket nach Köln: Die 4x100m-Staffel der U16

Foto: Birgit Küsters

Trotz widriger Wetterverhältnisse zeigten die Oberpfälzer Leichtathleten bei den Bezirksmeisterschaften ansprechende Ergebnisse. Bei der vom SWC Regensburg gewohnt professionell abgewickelten Veranstaltung mit erfreulich hoher Beteiligung blieb das Gros der Titel in der Domstadt.

Sechsmal standen die Männer vom SWC ganz oben auf dem Siegerpodest: Doppelsieger wurde hier Hochspringer Andi Plößl mit für die Verhältnisse sehr guten 1,95m, zudem holte er sich den Dreisprung-Titel (13,49m), Weitsprung-Meister Urs Buegger (6,33m) komplettierte das Sprung-Triple für den SWC.

Auch die Zehnkämpfer nutzten die Meisterschaft zu einem Test vor den Bayerischen Mehrkampfmeisterschaften. Für Matthias Küsters sprang dabei der Hürdentitel (13,30s) heraus. Weitere Titel für den SWC holten Andi Feldschmid über 400m (52,65s) und bei einem gelungenen Comeback Markus Bösl mit erfreulichen 53,00m im Speerwurf.

Noch weiter warf allerdings ein Gast aus Sindelfingen, bei Peter Esenwein kam das Gerät bei 61,00m zu Boden. Silber holten Matthias Küsters über 200m (23,56s) und im Weitsprung (6,30m), Urs Buegger mit einer schönen Steigerung auf 1,92m im Hochsprung, Kilian Hart-

# LEISTUNG ÜBERDAUERT.

Verlassen Sie sich auf unsere Kompetenz  
in der Kommunikationsbranche.

## ALLES AUS EINER HAND!

- ✓ Telefon & Internet Komplettpakete
- ✓ ISDN- und VoIP Telefon-Anschlüsse
- ✓ Standortvernetzungen
- ✓ Webhosting und Domains
- ✓ Serverhousing im Datacenter Ostbayern
- ✓ IT-Security

## UNSER SERVICE FÜR SIE

- ✓ Wir sind regional.
- ✓ Wir sind nah am Kunden.
- ✓ Wir bieten persönliche, individuelle Beratung statt anonymer Telefon-Hotlines.
- ✓ Wir bieten individuelle Bausteinlösungen.

mann mit 38,40m im Diskuswurf sowie Andi Mokroß mit 12,10s über die 100m. Bronze gab es für Jens Wulff über 800m (2:16,01 min), Andi Mokroß mit Hürden-Bestleistung (17,57s) und mit der Kugel (10,45m) sowie für Matthias Küsters mit 37,87m im Diskuswurf.

Bei den Frauen überzeugte vor allem SWC-Werferin Johanna Höcketstaller mit dem Wurf-Triple: Ausgezeichnete 43,33m im Diskuswurf, 12,12m mit der Kugel und 41,20m mit dem Speer, eine gelungene Generalprobe für die anstehenden Bayerischen Meisterschaften in Markt Schwaben. Auch Sprinterin Luka Krampert trug sich zweimal in die Siegerliste ein, über 100m mit 12,76s und über 200m mit 26,75s, ebenfalls Doppelpelmeisterin wurde Sabine Hoja mit 15,10sec. über die Hürden und 11,38m im Dreisprung. Eine rechte SWC-Angelegenheit wurde auch die 4x100m-Staffel mit Maxi Fleischer, Steffi Kieweg, Chrissie Plößner und der Schwandorferin Franziska Nößner in 51,69sec. Silber holten Isi Meyer über 200m (27,16s), im Kugelstoßen 10,75m), Sabine Hoja im Weitsprung (5,33), Franz Sedlmeier mit dem Speer (30,56) und Birgit Hierl mit 2:40,51 min über 800m, Bronze gab es für Isi Meyer über 100m (13,10s), Maxi Fleischer im Weitsprung (5,06m), Steffi Kieweg mit der Kugel (10,16m) sowie Franz Sedlmeier mit dem Diskus (24,04m). Julia Liedl lief die 400m Hürden im Rahmenprogramm in 63,61s.

Gleich fünf Mal trug sich SWC-Nachwuchs-Zehnkämpfer Fabian Buslaps in

*Unterstützer des SWC bei der Ausrichtung der Oberpfalz-Meisterschaften: Die R-KOM*



*Sabine Hoja (Mitte rechts) über den Hürden*

*Unten: Souverän im Hochsprung - Doppelsieger Andreas Plößl - Foto: Birgit Küsters*



der U20 in die Siegerliste ein: Über die Hürden (15,95s), mit Kugel (11,03m), Diskus (33,80m), Speer (39,80m) sowie zusammen mit Felix Mittermeier, Sven Glück (TV Schierling) und Fabian Müller (TSV Schwandorf) in der 4x100m Staffel der Startgemeinschaft. Ihre 44,18s. bedeuteten zudem DM-Quali. Auch Felix Mittermeier holte zwei weitere Titel mit ausgezeichneten 22,17s über 200m in einem spannenden Duell mit Fabian Müller (22,79s) sowie mit 5,79m im Weitsprung. Konstantin Seitz gewann klar den 800m-Lauf (2:02,21min), und Sven Glück kommt nach Verletzungspause im Hochsprung rechtzeitig wieder in Schuss, 1,98m war seine Siegerhöhe, bei den Verhältnissen allemal beachtlich. Bei acht mal Gold bleibt nicht viel Platz für andere Medaillen: Konstantin Seitz gewann Kugel-Silber mit 9,63m. In der weiblichen U20 holte sich der SWC den

Staffelsieg mit Sophie Rauscher, Antonia Fehlner, Mona Hartner und Elisa Leitner in 55,21s. Dreimal Bronze gab es für Chrissie Plößl über 100m (13,89s), im Weitsprung (4,53m) und mit der Kugel (8,51m).

Bei den U18-Jungs gingen zwei Titel nach Regensburg, SWC-Nachwuchsmehrkämpfer Amon Schmid gewann den Hochsprung mit 1,59m und die 4x100m-Staffel der SG SWC-Schierling-Schwandorf siegte souverän mit Amon Schmid, den Schwandorfern Felix Müller und Marco Sächerl sowie dem Schierlinger Dennis Glück in 47,56min. Silber holten Amon Schmid über die Hürden (17,22s) und mit der Kugel (10,94m) sowie Freddy Buslaps mit dem Speer (34,94m), Bronze gab es für Hendrik Böck über 200m (25,84s), Samuel Vogl über die Hürden (21,54s) und im



*Viele Helfer braucht der Wettkampf:  
Kompetenz im Wettkampfbüro*



*Teamgeist in der Wettkampfverpflegung*

Hochsprung (1,50m), Freddy Buslaps mit der Kugel (9,04m), Amon Schmid mit dem Diskus (28,12m), sowie Philipp Geldhäuser mit dem Speer (34,48m).

Bei dem Mädchen gefiel vor allem SWC-Nachwuchssprinterin Emma Hies mit drei Titeln über 100m (13,44s), über die Hürden mit guten 16,28s und zusammen mit Theresa Jäger, Lena Schmitt und Annaleena Bock in der 4x100m-Staffel (53,18s).

Weitere Titel für den SWC holten Theresa Jäger über 200m (28,49s) sowie Dreispringerin Lena Schmitt (9,57m). Hier gab es Silber für Theresa Jäger über 100m (13,65s) und mit der Kugel (8,28m), Lena Schmitt über 400m (65,04s), und Mona Hartner im Hochsprung (1,41m). Bronze holte Sophie Rauscher über 400m und im Dreisprung (9,10m).

*Josef Koller*

## **SWC-Nachwuchs unterbietet weitere DM-Normen** **4x100m-Quartett und Sophie Sachsenhauser laufen nach Köln**

Die Leichtathletik-Nachwuchs-Bezirksmeisterschaften lieferten eine Reihe von TOP-Resultaten, allen voran zwei Normerfüllungen für die Deutschen U16-Meisterschaften in Köln. Und dort wird Sophie Sachsenhauser über 300m Hürden starten, für die Normerfüllung in

dem Rahmenwettbewerb verzichtete sie auf viele Disziplinen, in denen sie aussichtsreich hätte starten können. Der Verzicht lohnte sich, in 46,77s unterbot sie deutlich die Quali von 48,00, die zum Start notwendige Zusatzquali hat sie bereits erbracht. Und begleiten wird sie



**Konzentration bei der Wettkampfleitung**



**Präzision bei den Kampfrichtern**

das 4x100m U16-Quartett der SG SWC/ Schierling/Schwandorf, das völlig unerwartet die Norm von 47,50 um 2/100s unterbot. Gestartet waren Marc Steger und David Frischholz aus Schwandorf, sowie Jonas Premru und Georg Rauscher vom SWC. Starten würde dort gerne auch Nancy Randig, die Norm im Hammerwurf hat sie bereits im April geworfen, zur Zusatzquali fehlte ihr am Samstag im Hochsprung bei ausgezeichneten 1,49m nur 1 cm!!!

Neben dem SWC konnte sich bei der Bezirksmeisterschaft des Nachwuchses lediglich die neu gegründete Leichtathletik-Abteilung des SV Wiesent aus dem Raum Regensburg in die Siegerlisten eintragen, und zwar gleich fünf Mal. In der M15 gewann Leon Weiss die 100m (12,49s), das Kugelstoßen (8,15m), den Weitsprung (5,34m) sowie über 300m (41,62s). Teamkollege Manuel Knieling

gewann in einem forschen Rennen mit 2:20,11 min über 800m.

Zwei Titel holte Nicolas Danner für den SWC mit dem Diskus (26,28m) und dem Speer (32,60m). Und natürlich die oben erwähnte 4x100m-Staffel. Silber holte Nicolas über 800m (2:31,06min) und mit persönlicher Bestleistung im Hochsprung (1,55m); Jannis Voigt holte Silber über die Hürden (15,88s), mit dem Diskus (23,53m) und Bronze mit dem Speer (22,31 m).

In der M14 dominierte erwartungsgemäß Jonas Premru, neben der Staffel gewann er – erstmals mit 11,94s unter 12 – die 100m, den Weitsprung (5,37m) und die Hürden (12,05s), dazu gab es Silber im Hochsprung (1,45m). Bronze holten Leon Puchinger im Hochsprung (1,33m), Jonas Zeitler mit der Kugel (7,06m) und Michi Bismark mit dem Diskus (18,85m).



*Kampfrichter müssen wetterfest sein*



*Am Abend auch leicht geschafft: die Medaillenmädel, diesmal mit internationaler Unterstützung*



Sein Staffelkollege Georg Rauscher holte weitere drei Titel in der M13, über 75m (9,66s), im Weitsprung (4,81m) und mit dem Diskus (29,30m). Mit Valentin Moritz im Hochsprung (1,42m) und Arion Stender mit dem Speer (39,00m) trugen sich zwei weitere SWCLer in die Siegerliste ein. Auch die 4x75m-Staffel mit Stender, Elias Hammouche, Yannik Seremet und Tristan Böck war eine klare SWC-Angelegenheit. Silber gab es für Yannik Seremet über die Hürden (11,04s), Elias Hammouche im Hochsprung (1,39m), Arion Stender im Weitsprung (4,62m) und Georg Rauscher mit der Kugel (4,62m). Bronze holten Arion im Hochsprung (1,33m), Valentin mit dem Diskus (25,18m) und Yannik mit dem Speer (28,63m).

Da ließ sich auch die M12 nicht lumpen: Benedikt Peper (Hoch/1,36m, Speer/29,73m) und Nils Rößler (Kugel/7,45m, Diskus/23,40m) trugen sich je zwei Mal in die Siegerliste ein. Silber holten Bene über die Hürden (11,02s), Lukas Zeitler über 75 m (11,51s), mit der Kugel (6,75m), im Weitsprung (4,24m) sowie Nils mit dem Speer (27,00m/PB). Eine Bronzemedaille gab es für Bene im Weitsprung (4,02m).

Drei Titel gewann erwartungsgemäß in der W15 Nancy Randig, nämlich das Wurf-Triple mit Kugel (12,12m/PB), Diskus (32,18m) und Speer (36,23m/PB), Vereinskollegin Hannah Budig gewann über 100m (13,64s), im Weitsprung (4,71m) und zusammen mit Lucie Neuking, Luisa Jäger und Lisa Morawitz auch die 4x100m Staffel in 52,15s. Den Hürdenlauf gewann mit Annalena Bock



Yannik Seremet über den Hürden  
Unten Annalena Bock im Hürdensprint  
Fotos: Birgit Küsters

(13,88s) eine weitere SWClerin und im Hochsprung, der einzigen Disziplin außerhalb den 300m Hürden, in der sie gestartet war, holte sich Sophie Sachsenhauser mit 1,52m auch ihren Oberpfalztitel.

Gespannt darf man sein ob das 4x100m-Quartett auf der Bayerischen, dann mit Sachsenhauser, vielleicht auch noch die DM-Norm (51,00s) unterbietet. Silbermedaillen sammelten Hannah Budig über 300m (46,75s) und Lisa Morawitz mit Speer (26,91m) und Diskus (26,85m). Bronze holten Silvia Heers über 300m (50,33s) und Lisa Morawitz mit der Kugel (9,33m).

Überraschend konnte der SWC auch zwei W14-Titel holen, die Altersklasse wird von den Mädels aus Bad Kötzing dominiert, doch Lucie Neuking über 100m (13,57s) und Luisa Jäger über 800m (2:37,43min) drangen in die Bad Kötztlinger Phalanx ein. Erfreulicherweise Silber holten Clara Schlosser im Hochsprung (1,34m) und Franziska Preis mit dem Diskus (14,97m).

Das gelang den W13-Mädels nicht, Sonja Thalhofer, Maya Deiml, Pauli Hof, Hannah Nußbaumer, Paula Nowak, Celina Wegner, Susanna Wechselberger und Chiara Saller holten zwar 18 Medaillen, zu Gold reichte es aber nicht.

Sonja Thalhofer holte Silber über 75m (10,48s), über 800m (2:39,7min), Paulina Hof mit der Kugel (7,88m/PB) und Paula Nowak mit guten 22,04m im Diskuswerfen, Bronze ging an Paula Nowak mit der Kugel (6,94m) und Paulina mit dem Diskus (18,00m), sowie zweimal an Hannah Nußbaumer (75m/10,72, 800m/2:51,19min). Die 4x75m-Staffel mit Maya Deiml, Hannah Nußbaumer, Sonja Thalhofer und Chiara Saller holte mit 42,44s ebenfalls Silber.

In der W12 gewann Franzi Hollmer mit dem Diskus (17,70m), Silber holten Celine Wegner im Hochsprung (1,29m) sowie Franzi mit Kugel (6,20m) und Speer 18,28m). Bronze schließlich gab es für Chiara Saller über die Hürden (11,91s) über 800m (2:57,02min) und im Hochsprung (1,26m) sowie für Celina Wegner mit dem Diskus (14,45m) und Susanna Wechselberger mit dem Speer (14,03m).

*Josef Koller*



*Lisa Morawitz und Nancy Randig auf dem Stockerl*

## Auch die Kleinsten können voll überzeugen

Weitere starke Jahrgänge stehen in den Startlöchern  
Bad Kötzing, 21. Juni 2015



Cheftrainer Josef Koller mit dem SWC-Nachwuchs bei den Kreismeisterschaften in Bad Kötzing

Nicht immer nur die Großen, auch die kleinen Leichtathleten vom SWC können Medaillen gewinnen. Und wie!!! Bei den Kreismeisterschaften U12 und U10 in Bad Kötzing waren es 42!!!

Los ging es in der M11. Hier gewinnt Simon Hahne die 50m (8,17s) und mit kluger Renneinteilung auch den 800m Lauf (2:55,14min). Zudem holt er Weitsprung-Bronze (3,46m).

Auch die M10 holt einen Titel, nämlich durch Elias Premru über 800m in 2:55,14min nach einem sehr beherzten Rennen. Gut aus der Affäre zog sich in dem mit über 20 Teilnehmern am besten besetzten Wettbewerb Nicklas Taciak mit

Platz Fünf im Hochsprung(1,00m) und Platz Sechs im Ballwurf (31,00m). Ebenfalls Fünfte wird die 4x50m-Staffel mit Hahne, Premru, Taciak und Santiago Ramirez Huesca.

Die M9 holt alle Titel: Marius Humig gewinnt den Weitsprung (2,95m), den Ballwurf (27,00m) und die 800m (3:03,49min), Santiago Ramirez Huesca holt sich den 50m-Sieg in 8,77s. Silber holt Marius über 50m, Bronze Santiago mit dem Ball und im Weitsprung. Chin Wee Lim wird guter Fünfter über 50m und im Weitsprung.

In der M8 belegt Johannes Schöberl Platz Fünf im Weitsprung (2,73m),



Ludwig Rauscher holt einen kompletten Medaillensatz: Gold im Ballwurf (19,00m), Silber über 50m (9,89s) und Bronze im Weitsprung (2,44m), Leon Kögel wird Ballwurf-Zweiter (19,00m) und die Staffel mit den Kleinsten Ludwig, Leon, Marius und Nicolas Ramirez Huesca holt ebenfalls Silber.

Aus dem Hause Hies steht die nächste Sпрinthoffnung in den Startblöcken: Maria Hies gewinnt in der W11 den 50m-Lauf (8,04s) und den 800m-Lauf (3:02,06min), Weitsprung müssen wir noch ein bisschen üben, hier sprang Sophie Schöberl in die Bresche und gewann mit 3,86m.



Bronze holte Sophie über 50m (8,16s), sowie Julia Lankes über 800m (3:05,63min) und Emilia Kern im Hochsprung (1,08m). Alina Kanzler fehlte als Ballwurf-Vierter ein halber Meter zu Bronze.

*Auch bei den Kleinen schon der kritische Moment: Staffelübergabe*

Kaum tragen kann ihre Medaillen in der W10 Laura Kögel: Gold im Weitsprung (3,91m) und im Ballwurf (29,00m), Silber über 50m (8,54s) und Bronze im Hochsprung (0,99m) und über 800m (3:14,08min). Charlotte Pattky holt bei ihrem Wettkampfdebut gleich Gold über 800m (3:12,44min) dazu Bronze im Weitsprung (3,28m), Julia Kresse wird Weitsprung-Sechste.

In der U12-Staffel belegen die SWC-Staffeln Platz Zwei, Drei und Vier: Silber für Katja Bady, Emilia Kern, Sophie Schöberl, Laura Kögel, Bronze für Julia Lankes, Maria Hies, Charlotte Pattky und Julia Kresse und Platz Vier für Alina Kanzler, Eva Haberstroh, Leonie Humig und Lilly Wich.

In der W9 gewinnt Isi Haberstroh die 50m (8,95s) und zusammen mit Caroline und Anna-Lena Härtl und Eva

Flierl auch die 4x50m-Staffel. Annalena holt Silber über 800m (3:30,18min), im Weitsprung (32,01m) dazu Bronze über 50m (8,98s) und im Ballwurf (19,00m), Zwillingsschwester Caroline holt Ball-Silber (21,50m) und 800m-Bronze (3:35,80min).

Auch für Hannah Murr in der W8 war es der erste Wettkampf, mit zwei Mal Gold (Weit 2,92m; Ball 13,00m) und zwei Mal Silber (50m/9,38s; 800m/3:38,29min) kann sie sich nicht beschweren. Auch Chin Neng Lim zeigt mit 8,50m im Ballwurf ein ordentliches Wettkampf-Debut.

Gesamtausbeute der SWC-Zwerge: 18x Gold, 11xSilber und 13xBronze, wir gratulieren, weiter so!!!

*Josef Koller*



*Eine stolze 4x50-Meter-Staffel - Fotos: Timo Premru*



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



# Praxis Markus Horn

OSTEOPATHIE · PHYSIOTHERAPIE



## Ihre Praxis für Osteopathie und Physiotherapie im Regensburger Westen

## Silbernes SWC-Wochenende in Dinkelsbühl

Sachsenhauser, Premru und U16-Team werden beim Block-Mehrkampf Zweite



Haarscharf an bayerischem Gold vorbei: Unsere U16-Jungs mit ihren Trainern Hans Merkl und Josef Koller - Nicolas Danner, Moritz Geldhäuser, Georg Rauscher, Jonas Premru, Arion Stender und Yannik Seremet - Foto: T. Premru

Ein lachendes und ein weinendes Auge gab es bei den SWC-Betreuern am 27. Juni 2015 bei den Bayerischen Blockmehrkampfmeisterschaften in Dinkelsbühl. Mit drei Silbermedaillen im Gepäck war das Abschneiden so gut wie noch nie bei dieser Meisterschaft, den U16-Jungs fehlten am Ende bei 12.216 zu 12.220 Punkten unglaubliche vier Pünktchen zu Gold, in Leistungen kaum ausdrückbar, beispielsweise 2cm im Weitsprung oder 2/100s über 100m oder 0,00008 %.

Der glückliche Gewinner war das LAZ Kreis Würzburg, der Vorsprung der Regensburger auf die Drittplatzierten von der LAG Mittlere Isar betrug dann schon stattliche 1.500 Punkte. Einmal mehr

gelang Jonas Premru ein toller Wettkampf, in der M14 im Block Sprint/Sprung holte er Silber mit 2.693 Punkten, ein Pünktchen mehr als bei der Bezirksmeisterschaft. Besonders gut waren dabei die Zeiten über 100m (11,97s) und 80m Hürden (12,04s).

Zusammen mit seinen Mannschaftskameraden Georg Rauscher, eigentlich noch der M13 angehörend (2.482 Punkte, Platz Fünf, Block Sprint/Sprung M14), Nicolas Danner (2.400 Punkte), Moritz Geldhäuser (2.371 Punkte, Platz Fünf, Block Wurf M14) und Arion Stender, ebenfalls erst dreizehnjährig (2.270 Punkte), holte er Silber Nummer Zwei in der Mannschaftswertung.

Pech für Yannik Seremet der nach guten Leistungen beim Weitsprung wegen einer Verletzung den Mehrkampf abbrechen musste.

Bei den Mädchen im Block Lauf der W15 überzeugte Sophie Sachsenhauser mit neuer Bestleistung von 2.561 Punkten und einem klaren Vorsprung vor der Drittplatzierten. Einzelbestleistungen gelangen ihr über 100m (13,11s) und im Ballwurf (40,50m), auch die erst dreizehnjährige Sonja Thalhofer legte mit 2.186 Punkten im Block Lauf und Platz Elf einen tollen Mehrkampf hin. Auch Antonia Fehlner und Hannah Nußbaumer (bei ihrer ersten Bayerischen) schlugen sich ausgezeichnet.



*Moritz Geldhäuser auf den Bayerischen Block-Mehrkampf-Meisterschaften - Foto: Timo Premru*

*Hans Merkl*

## **Erfolgreicher Formtest in Ingolstadt**

**MTV Meet-IN am 27. Juni 2015**

Auch die beim Meet-IN in Ingolstadt startenden SWCLer überzeugten mit guten Leistungen.



*7,14m auf der Sparkassen-Gala, jetzt 7,11m: Urs Buegger*

Im Weitsprung der Männer siegte Urs Buegger mit einem weiten Satz auf 7,11m, Isabel Mayer überzeugte mit einem Sieg über die Hürden (14,54s) und Platz Zwei im Weitsprung (5,62m), Felix Mittermeier lief mit 49,65s (Platz Zwei) Bestzeit über 400m und Sebastian Ratzinger gelang nach langer Wettkampfpause ein guter Einstieg im Dreisprung mit 14,29m (Platz Vier).

Auch Weitspringerin Sabine Hoja und Hochspringer Andi Plöb! unternahmen einen vielversprechenden Ausflug zum Dreisprung und zeigten sich bestens gerüstet für die Anfang Juli in Kaiserslautern stattfindenden Süddeutschen Meisterschaften (s. dazu S. 53).



## Senioren-Weltrekord beim Eichhofener Schlossbrauereispringen

*Iris Hill springt am 3. Juli 2015 im Weinweg 3,76m - SWC holt zehn Oberpfalztitel*

Ein Gast sorgte für das Highlight bei den Stabhochsprung-Oberpfalzmeisterschaften in der Städtischen Sportanlage am Weinweg. Dass das Stadion mittlerweile über eine ausgezeichnete Anlage verfügt, hat sich herumgesprochen, immer mehr Gäste finden den Weg zu den Stabhoch-Veranstaltungen des SWC, wie zum Beispiel die seit vielen Jahren für Großbritannien startende Athletin Iris Hill. Ihre am Freitag übersprungenen 3,76m bedeuten neuen Senioren-Weltrekord in der W45.



*Ehemals erweiterte Weltklasse: Iris Hill am Weinweg*

Doch auch die Ergebnisse der Oberpfälzer Springer können sich sehen lassen, obwohl wegen der am gleichen Wochenende anstehenden Sportfeste (s. S. 51–54) eine Vielzahl von Top-Springern fehlte.

Mit Fabian Laukamp (LG Telis) und 4,36m bei den Männern sowie Malin Miksch (SWC) und neuer persönlicher Bestleistung (2,96 m) bei den Frauen vor Eva Schwan (2,56 m) lag das Niveau trotz-



*Oberpfalzrekord mit 2,36m: Franziska Hollmer*

dem deutlich über dem Vorjahr. In den Nachwuchsklassen ließen einige Athleten aufhorchen, vor allem Georg Rauscher in der M14 mit ausgezeichneten 2,96m, Franziska Hollmer mit 2,36m in der W13, was zugleich neuen Oberpfalzrekord in der W12 bedeutete, und Bene Peper mit sehr guten 2,36m in der M12.

Dazu holte der SWC sechs weitere Oberpfalztitel, nämlich Sang Harrer (U20/2,46m), Sophie Rauscher (U18/2,26m), Emma Gartzke (W14/2,26m), Chiara Saller (W12/1,76m), Jannis Voigt (M15/2,56m) und Valentin Moritz (M13/2,26m).



**Auch die Jungs fliegen:**

**Elias Premru und**



**Tristan Böck**

**Fotos: Hill, Premru und Breitkopf**

Zwei Titel gingen an den DJK SB Regensburg mit Felix Vogl in der U20 (3,06m) und Jakob Dobmeier in der U18 (2,36m). Silber holten Simon Hahne in der M12 mit 1,46m, Tristan Böck in der M13 mit 2,06m und Nicolas Danner in der M15

(2,26m). Zwei Stab-Rookies gaben ihr Debut in der M10: Nicklas Taciak gewann mit 1,56m vor Elias Premru mit 1,36m.

*Josef Koller*

# 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)



## **Matthias Küsters verteidigt Zehnkampf-Titel**

**Isabel Mayer gewinnt die U23-Wertung mit Top-Punktezahl**



Zum zweiten Mal in Serie gewann Matthias Küsters souverän die Bayerischen Mehrkampfmeisterschaften. Bei der Hitzeschlacht in Garmisch-Partenkirchen am 4. und 5. Juli 2015 lieferte er mit 6.907 Punkten abermals ein Spitzenresultat in einem sehr ausgeglichenen Zehnkampf ab. Dass er wieder knapp an der 7.000-Punkte-Marke scheiterte, lag diesmal ausgerechnet an seiner Paradeisziplin, dem Stabhochsprung, wo er deutlich mehr kann als die übersprungenen 4,30m. In seinem Sog steigerte sich Andreas Mokroß als Fünftplatziertes auf 5.313 Punkte; er zeigte sich vor allem mit dem Diskus (33,74m) und dem Stab (4,10m) deutlich verbessert.



**König der Athleten:**  
Matthias Küsters oben in seiner Paradeisziplin  
und unten mit Andreas Mokroß  
Rechts unsere Königin der Leichtathletik: Isabel Mayer  
Fotos: Birgit Küsters

Eine weitere SWC Athletin meisterte eine magische Punktezahl, nämlich Isi Mayer mit über 5.000 Punkten im Siebenkampf.





*Amon Schmid, Samuel Vogl und Frederic Buslaps freuen sich über 12.250 Mannschaftspunkte - Fotos: Michael Duchardt*

Mit 5.015 Punkten gewann sie klar die U23-Wertung und lieferte sogar ein besseres Ergebnis ab als die Frauensiegerin. Dabei überzeugte sie vor allem mit ausgezeichneten 1,69m im Hochsprung und über die Hürden (14,51s). Auch Steffi Kieweg lag hier lange gut im Rennen, musste aber in der Hitze am zweiten Tag wegen gesundheitlicher Beschwerden abbrechen.

Völlig überraschend gab es einen weiteren Titel für den SWC: Die Vierkampf-Mannschaft der U20 mit Kristina Plößl, Lena Schmitt, Julia Sommer, Sophie Rauscher und Sang Harrer holt Gold Nummer 3 mit 6.898 Punkten.

Hart umkämpft war die vierte SWC-Medaille an diesem Wochenende, nämlich

die bronzene der U16-Girls mit Sophie Sachsenhauser, Lisa Morawitz und Luisa Jäger. Erst mit einer Bravourleistung im abschließenden 800m-Lauf konnten die Regensburger Mädels die noch vor ihnen liegenden Landshuterinnen und Bad Endorferinnen überholen und schafften mit 9.596 Punkten den Sprung aufs Treppchen. Sophie Sachsenhauser belegte zudem einen guten sechsten Platz in der W15-Einzelwertung (3.453 P.)

Trotz ausgezeichneter Leistungen und einer tollen Steigerung auf 5.553 Punkte verpasste Fabian Buslaps als Vierter in der U20 knapp den Sprung aufs Treppchen. Er konnte sich mit einer Reihe von persönlichen Bestleistungen, wie zum Beispiel mit 49,57m im Speerwurf trösten.



Spitze vor der Zugspitze: Kristna Plöchl, Julia Sommer, Lena Schmitt, Sophie Rauscher und Sang Haarer holen Gold

Ebenfalls der vierte Platz blieb einem toll kämpfenden U18-Team des SWC mit Amon Schmidt, Fredi Buslaps und Samuel Vogl mit 12.250 Punkten, alle drei

zeigten jedoch überwiegend erfreuliche Leistungen.

*Josef Koller*

## **Jacky Sterk ist Süddeutsche Weitsprungmeisterin**

**SWC holt in Kaiserslautern am 4./5. Juli 2015 fünf Medaillen**

Trotz großer Hitze gelang den acht nach Kaiserslautern gereisten Athletinnen und Athleten des SWC ein nicht für möglich gehaltenes Ergebnis.

Springerin Jacky Sterk, die mit Gold im Weitsprung (5,67m) bei leider vielen ungünstigen Versuchen und mit Bronze im Hochsprung (1,63m) überzeugte.



Erfolgreichste Teilnehmerin war das Küken der Trainingsgruppe, die U18-

Überraschungsmedaillen gab es für Julia Liedl mit Bronze über 400m-Hürden, die sich bei tropischen Temperaturen gegen wesentlich stärker eingeschätzte Gegnerinnen durchsetzen konnte und Sabine Hoja, die trotz eines langen Wettkampftages am Vortag im Dreisprung zu



Erfolgreich in Kaiserslautern: Sabine Hoja, Jacky Sterk und Julia Liedl - Unten: Andi Plöb!

Fotos: Günter Sterk

alter Stärke zurückfand und mit 12,17m ebenfalls Bronze gewann.



Der 4x100m-Staffel der Startgemeinschaft SWC R/Weiden/Schwandorf mit Sabine Hoja, Julia Liedl, Luka Krampert und Kathi Eich aus Weiden (die zusätzlich noch mit neuer Bestleistung von 24,33s die 200m gewann) gelang erneut ein schnelles Rennen (47,80s), das am Ende mit Silber belohnt wurde.

Dabei war der Abstand zur erstplatzierten Staffel von der LG OVAG Friedberg-Feuerbach mit zwei Zehnteln recht knapp, Dritter wurde die LG Region Karlsruhe.

Hochspringer Andi Plöb! scheiterte nur knapp an den zwei Metern und wurde ebenso Fünfter wie Sebastian Ratzinger im Dreisprung mit 14,09m.

Steffi Pietsch

## **Lisa Morawitz springt in Kassel souverän über 2,70m Platz Vier für SWC-Nachwuchs-Stabhochspringerin**

Einen vierten Platz belegte Lisa Morawitz am 12. Juli 2015 bei den Süddeutschen U23/U16-Meisterschaften in Kassel. Dabei meisterte sie im Stabhochsprung-Wettbewerb der W15 bis 2,70m alle Höhen souverän im ersten Versuch, an den

2,80m scheiterte sie dreimal knapp. Den Wettbewerb gewann die von der ehemaligen Weltklasse Springerin Nastja Reiberger (geb. Ryshich) trainierte Barbara Rickert von der SG Seligenstadt.



*Im SWC-Rot: Stabhochspringerin Lisa Morawitz*

## **Andrea Holzapfel holt Bronze in Zittau**

**Dreisprung-Erfolg bei der Deutschen Seniorenmeisterschaft am 11./12. Juli 2015**

Im Dreisprung holte sie sich doch noch die ersehnte Medaille. Nachdem Andrea Holzapfel trotz ansprechender Leistungen im Hochsprung (1,41m) und über 80m Hürden (14,37s) der W45 jeweils als Sechste das Siebertreppchen noch recht knapp verpasst hatte, gewann sie in ih-

rer Paradedisziplin, dem Dreisprung, mit guten 9.81m die Bronzemedaille.

Teamkollege Thomas Marohn belegte mit guten 4:50,70min Platz Acht im 1500m-Finale der M 50.

## Julia Liedl stürmt zur Deutschen nach Nürnberg

Medaillenregen bei den Bayerischen Meisterschaften in Markt Schwaben



Julia Liedl mit Kathi Eich in der Silber-Staffel der Startgemeinschaft

Rechts: Weitsprung-Silber für Sabine Hoja

Dreimal Gold, siebenmal Silber und einmal Bronze sowie viele weitere Platzierungen unter den Top Acht in Bayern, dieses Ergebnis kann sich sehen lassen, und das, obwohl verletzungsbedingt am 11. Juli 2015 nicht alle Leistungsträger und Titel-Aspiranten wie Lucas Schwaiblmair und Jacky Sterk starten konnten.

Die wertvollste Leistung des Wochenendes gelang Julia Liedl, die mit 62,15s

über die 400m Hürden nicht nur den Titel gewann und eine neue persönliche Bestleistung aufstellte, sondern sich damit auch für die Deutschen Meisterschaften der Männer und Frauen Ende Juli in Nürnberg qualifizierte!

Weitere Goldmedaillen gab es für Urs Buegger im Weitsprung (7,00m) und Mehrkämpferin Isabel Mayer über die 100m-Hürden nur eine Woche nach ihrem Sieg bei den Bayerischen Mehrkampf-Meisterschaften. Sie holte sich außerdem noch Silber im Weitsprung, dicht gefolgt von ihren Mannschaftskolleginnen Sabine Hoja (Bronze) und Maxi Fleischer (Platz Vier).



Sabine Hoja wiederum gelang das Kunststück, an diesem Wochenende gleich drei Medaillen zu holen. Neben Bronze im Weitsprung errang sie Silber im Dreisprung und gemeinsam mit der 4x100m-Staffel (mit Luka Krampert, Kathi Eich und Julia Liedl) noch einmal





*Ebenfalls Silber: Die U20-Staffel der Startgemeinschaft Rechts und unten die-Staffel der U18-Mädels mit Jacky und Theresa, Emma uns Sophie (v. r.) - Fotos: Günter Sterk*

Silber in einem spannenden Rennen gegen die LG Stadtwerke München (48,82s).

Auch die U20-Staffel der männlichen Jugend mit Felix Mittermeier, Fabian Müller (Schwandorf), Fabian Buslaps und Sven Glück (Schierling) landete mit DM-Quali (43,62s) auf Rang Zwei.

Eine Leistung, mit der er eigentlich Gold verdient hätte, lieferte U20-Sprinter Felix Mittermeier. Er steigerte seine Bestleistung über 400m um über acht Zehntel auf sehr gute 48,81s und holte sich damit nach der Staffel seine zweite Silbermedaille ab.

Das „silberne Wochenende“ komplettieren Andi Plößl mit Freiluftbestleistung im

Hochsprung (1,99m) und Johanna Höckstaller mit der Kugel (13,31m). Sie ergatterte außerdem noch zwei vierte Plätze mit Diskus und Speer (44,78 m).



Der vierte Platz blieb auch für die U18-Staffel der Mädchen mit Emma Hies, Sophie Sachsenhauser, Jacky Sterk und Theresa Jäger, die sich aber trotzdem sehr über eine neue Bestzeit (49,74 s) und die DM-Quali für Jena freuten.



Platz Fünf über die 800m der U20 ging an Konstantin Seitz (1:58,62min), Fabian Buslaps wurde Vierter über die 110m Hürden (15,94s) und Fünfter im Speerwurf (44,95m); und Luka Krampert kam im 100m-Finale der Damen auf Rang Acht.

*Hürden-Vierter  
Fabian Buslaps*



*Marco und Amon in der 4x100m-Staffel  
der Startgemeinschaft*



*Hürdengold für Isabel Mayer*

Ein schönes Rennen zeigte auch Andi Feldschmid mit 51,11s über 400m und Platz Zehn; die 4x100m-Staffel der U18-Jungs mit Felix Müller, Marco Sächerl, Amon Schmid und Dennis Glück landete in 47,74s auf Platz Neun.

*Steffi Pietsch*

## **Zwölf Medaillen bei den Bayerischen U23/U16**

**Gold für Randig, Premru, Rauscher und U16-Staffel am 18./19. Juli in Aichach**

Auch die sogenannten „Kleinen“ Bayerischen Meisterschaften, nämlich die für die U23 und U16 verließen für die Leichtathleten des SWC äußerst erfolgreich. In Aichach holten sie insgesamt zwölf Medaillen, je vier in Gold, Silber und Bronze und dazu neun Endkampf-Platzierungen unter den Top Acht.

Erfolgreich war auch der TV Schierling, Sven Glück gewann den Oberpfälzer Zweikampf im Hochsprung der U23 mit 1,96m knapp vor Andi Plöbl (SWC), der mit 1,93m Silber holte. In einem engen 200m-Finale gewann Felix Mittermeier mit 22,21s die Bronzemedaille. Gleich zwei Medaillen konnte sich U23-Siebenkämpferin Isabel Mayer um den Hals hängen: Im Hochsprung gab es mit 1,63m Silber und im 100m-Hürden-Finale mit 14,58s Bronze.

In sensationeller Verfassung präsentierte sich Jonas Premru in Aichach. Fast spielerisch spazierte er über die 100m der M14 durch Vor-, und Zwischenlauf und gewann dann den Endlauf in 11,69s, damit pulverisierte er seine bisherige Bestleistung. Dazu gab es Weitsprung-Silber, ebenfalls mit neuem Hausrekord von 5,92m, und auch am souveränen Erfolg der 4x100m-Staffel gemeinsam mit Georg Rauscher, Maxi Frint und Marc Steeger mit neuem Oberpfalzrekord von 46,89s war er maßgebend beteiligt.

Auch Teamkollege Georg Rauscher holte sich zusätzliches Einzelgold: Mit 3,10m

im Stabhochsprung dominierte der erst dreizehnjährige Regensburger die M14-Konkurrenz klar und gewann mit 30cm Vorsprung. Sein vermeintlich härtester



**3,10m Luft unterm Stab: Georg Rauscher**



**Sensationell schnell: Jonas Premru**

Konkurrent, Teamkollege Moritz Geldhäuser musste wegen einer Fingerverletzung leider passen, überzeugte aber dafür im Hammerwurf mit persönlicher Bestleistung von 23,86m und Rang Vier. Ordentliche Leistungen zeigten auch Speerwerfer Arion Stender (35,66m/Platz Elf) und 3000m-Läufer Leon Puchinger als Vierzehnter (11:45,57min).

Auch Nancy Randig präsentierte sich in Topform und gewann den Hammerwettbewerb der W15 mit 49,86m vor Dauer-Rivalin Laetitia Burdich aus Kulmbach. Dazu kam unerwartetes Kugel-Silber mit neuer Bestleistung von 12,68m.



*Lisa Morawitz und Hannah Budig in der Staffel*

Im Speer-, (35,91m) und Diskuswurf (27,56m) belegte sie jeweils Platz Fünf.

Eine weitere W15-Medaille holte, trotz Sommergrippe, Sophie Sachsenhauser mit Bronze über die 300m Hürden (47,01s), im Hochsprung



## *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>**



wurde sie gemeinsam mit Teamkollegin Annalena Bock Achte (1,45m).

Platz Sechs im Stabhochsprung belegte Lisa Morawitz in einem bärenstarken W15-Wettbewerb mit 2,70m. Hannah Budig erreichte über 100m den Zwischenlauf und lief dort Bestleistung mit 13,34s. Die 4x100m-Staffel mit Morawitz, Budig, Luisa Jäger und Lucie Neuking verpasste knapp den Endlauf (52,38s).

Auch die W14 holte erfreulicherweise eine Bronzemedaille durch Stabhochspringerin Emma Gartzke mit 2,40m, auch ihre erst dreizehnjährige Teamkollegin Paulina Hof zog sich mit 2,20m und Platz Sieben ausgezeichnet aus der Affäre.

Über die Hürden erreichte Lucie Neuking mit ausgezeichneten 12,84s das Finale und Platz Fünf, über 100m verpasste sie den Endlauf als Neunte um sieben Hundertstel Sekunden trotz einer Steigerung um über drei Hundertstel auf 13,22s.

**Medaillen:**  
Gold für Jonas Premru, Nancy Randig und Georg Rauscher,  
Bronze für Emma Gartzke und (rechtes Bild) Sophie Sachsenhauser

Fotos: Timo Premru

Ebenfalls mit persönlichen Bestleistungen und klugen Läufen überzeugten die beiden 800m-Läuferinnen Luisa Jäger als Fünfte (2:26,3min) und Sonja Thalhofer als Elfte (2:34,88, Siegerin im B-Lauf).

2000m-Läuferin Antonia Fehlner lief ebenfalls Bestzeit (7:45,13min) und erreichte Platz Zwölf.

Josef Koller



## Doppelsieg beim Abbacher Insellauf

*Sonja Thalhofer und Chiara Saller laufen über 3 km allen davon*



Während die Größeren tolle Erfolge bei den Bayerischen Meisterschaften feiern, wollen auch die Kleinen nicht zurückstehen:

Beim Insellauf am 19. Juli 2015 in Bad Abbach feiern Sonja Thalhofer und Chiara Saller einen Doppelsieg und laufen dabei die zweit- und drittschnellste Zeit aller weiblichen Teilnehmer!!!

*Sonja (links) und Chiara auf der Bad Abbacher Freizeitinself  
Foto: Heidi Saller*

## Bestleistungen in Nürnberg

*Top-Zeiten für alle Starter bei den Deutschen Leichtathletikmeisterschaften*



Höhepunkt dieses Leichtathletikjahres waren für einige SWC-Athleten unbestreitbar die Deutschen Leichtathletikmeisterschaften, die am 25. und 26. Juli 2015 in Nürnberg stattfanden.

Als Einzelstarterin war Julia Liedl über 400m-Hürden mit dabei. Auf Platz Zwanzig gemeldet, sicherte sie sich mit einem starken Rennen insgesamt Platz Elf und konnte damit einige wesentlich besser gemeldete Athletinnen hinter sich lassen.

Ebenso gut verkaufte sich die Frauenstaffel des SWC Regensburg/Weiden/Schwandorf mit Sabine Hoja, Julia Liedl, Kathi Eich und Luka Krampert, die in ihrem Zeitlauf mit Bestzeit (47,61s) auf Rang



*In Deutschland vorn dabei: Unsere 4x400m-Staffel mit Fabian Müller, Marco Sächerl (beide Schwandorf) und den SWC-Athleten Fabian Buslaps und Felix Mittermeier*



*SWC-Startläuferin Sabine Hoja in der 4x100m-Staffel*

Zwei lief und sich damit unter 28 gemeldeten Staffeln Rang Dreizehn erkämpfte.

In ihrem Vorlauf belegten die vier Mädels dabei Platz Zwei – kurz war auf der Anzeigetafel sogar die Eins aufgeleuchtet.

Noch besser machte es die 4x400m-Staffel des SWC Regensburg/Schwandorf, die mit Marco Sächerl, Felix Mittermeier, Fabian Buslaps und Fabian Müller ebenfalls in Bestzeit (3:25,47min) sogar den Einzug ins Finale der besten Acht schaffte!



*Fotos: Timo Premru und Michael Duchardt (Staffel)*

Die vielen mitgereisten Fans und Nachwuchsatleten haben ihre SWC-ler super unterstützt, vielen Dank!

*Josef Koller*

## SWC-Athleten treffen Weltklasse

### Stars zum Anfassen bei DM in Nürnberg

Einige unserer erfolgreichen Nachwuchssportler ließen es sich nicht nehmen und besuchten als Fans die Deutschen Meisterschaften in Nürnberg.

Hier nahmen sie Kontakt zu ihren großen Vorbildern auf und genossen ein Stelldichein mit den Leichtathletik-Größen in Deutschland.

Hans Merkl



...und mit Diskuswerfer Robert Harting



Nancy Randig mit der deutschen Hammerwurfmeisterin Betty Heidler...

Foto: Randig



Antonia Fehlner mit der deutschen 5000-m-Meisterin Alina Reh  
Fotos: Fehlner



Matthias Fehlner mit dem deutschen 110m-Hürden-Meister Gregor Traber



## Siebentausend dahoam

### Jedermann-Zehnkampf und Oberpfalz-Mehrkampfmeisterschaften am 1. und 2. August 2015 in Regensburg

Im Rahmen der 21. Auflage des Jedermann-Zehnkampfes veranstaltete der SWC am ersten August-Wochenende die Oberpfalzmeisterschaft im Mehrkampf. Von der Jugendklasse U16 bis zu der Männer- bzw. Frauenklasse kämpften insgesamt 140 Teilnehmer aus 36 Vereinen bei idealen Bedingungen um die Mehrkampfkronen der Oberpfalz in den unterschiedlichen Disziplinen vom Vier- bis zum Zehnkampf.

#### Showdown am Weinweg

Nachdem in diesem Jahr leider die deutschen Mehrkampfmeisterschaften als Saisonhighlight ausfielen, bot sich in Regensburg für die beiden Oberpfälzer Topathleten Matthias Küsters (SWC) und Simon Ziegler (LG Telis Finanz Regensburg) nochmal die Gelegenheit, ihr er-

klärtes Ziel 7.000 Punkte im Zehnkampf im Jahr 2015 doch noch erreichen zu können.

Beide Athleten lieferten hierbei einen glänzenden Wettkampf in einem gut besetzten Teilnehmerfeld. In vielen Disziplinen nahe an ihren Bestleistungen konnte insbesondere Matthias Küsters im Weitsprung (6,62m), bei den 400 Metern (50,05s), im Diskuswurf (39,28m) und bei den 1.500 Metern (4:33,87min.) seine bisherigen Bestmarken unterbieten.

Dem wollte Simon Ziegler, bayerischer Hallenmeister 2015 im Mehrkampf, nicht entgegenstehen und konnte sich beim Hochsprung (1,88m) und beim Speerwurf (52,39m) verbessern. Beim Diskuswurf passierte ihm jedoch das Missgeschick, bei drei ungültigen Versuchen



Spitzenleistungen bei der Oberpfalzmeisterschaft:  
Urs Buegger (2. v. l.), Matthias Küsters, Simon Ziegler, Andreas Feldschmidt

mit null Punkten aus dieser Disziplin zu gehen. Trotzdem weiter zu kämpfen und danach noch die Bestmarke im Speerwurf zu setzen, zeugt von großem Sportsgeist. Nun war jedoch der Weg frei für Matthias Küsters. Noch vor wenigen Wochen als bayerischer Mehrkampfmeister in Garmisch-Partenkirchen gekürt, galt nun das Augenmerk den 7.000 Punkten. Vor dem abschließenden 1.500 m-Lauf wusste er, dass er nahe an seine bisherige Bestzeit laufen musste, um sein Ziel zu erreichen. Gepusht von der heimischen Kulisse und großartigen Gegnern, die ihm einen schnellen Lauf boten, konnte er diese Bestzeit sogar unterbieten. Großer und herzlicher Applaus von den Zuschauern und seinen Gegnern für sagenhafte 7.031 Punkten. Küsters: „Das hier in Regensburg, vor meinen ganzen Freunden und allen Trainern zu erreichen, ist eigentlich ein Traum. Ich sage nur Danke!“ Damit befindet er sich derzeit auf Platz 22 der deutschen Besten-

liste im Zehnkampf. Simon Ziegler wurde schließlich Zweiter mit 6.380 Punkten vor Urs Buegger (SWC) mit 5.666 Punkten.

## **Frauen- und Jugendergebnisse**

Im Schatten dieses großartigen Wettkampfes stand der Siebenkampf der Frauen. Hier gewann Sonja Forster vom TV Schierling mit 3.873 Punkten, vor Maximiliane Fleischer (SWC) mit 3.712 Punkten und Sabrina Lehner (TSV 1880 Schwandorf) mit 2.600 Punkten.

Weitere Ergebnisse der Oberpfalzmeisterschaften im Zehnkampf männlich bzw. Siebenkampf weiblich:

U20m: 1. Platz Fabian Buslaps (SWC) 5.505 Punkte, U18m: 1. Platz Amon Schmid (SWC) 4.891 Punkte;

U20w: 1. Platz Elisa Leitner (TSV 1880 Schwandorf) 3.585 Punkte;

U18w: 1. Platz Sarah Jobst (SG Siemens Amberg) 3.377 Punkte.



**Hochkarätiges Siegerpodest: Ziegler, Küsters, Buegger, Andi Mokoß**

**Fotos: Frimberger**

Deutlich stärker besetzt waren die Konkurrenzen im Jugendbereich. Im Neunkampf der M15 bot sich David Frischholz vom TSV 1880 Schwandorf ein harte Auseinandersetzung mit zwei Gästen von der SG Nürnberg-Fürth bzw. dem TSV 1891 Mainburg. Er konnte insgesamt vier neue Bestmarken setzen und gewann damit die Oberpfalzmeisterschaft mit 4.521 Punkten. In der M14 musste sich der Oberpfalzmeister, Georg Rauscher (SWC), lediglich dem außer der Wertung startenden Tim Schweickert von der TV 1834 Pforzheim geschlagen geben, konnte jedoch mit 4.393 Punkten einen neuen Oberpfalzrekord erzielen. Bemerkenswert an dieser Leistung ist, dass Rauscher eigentlich der M13 angehört und bei diesem Wettkampf eine Altersklasse höher startete.

Im Siebenkampf der W15 siegte Katrin Dedio (LG Telis Finanz Regensburg) mit 3.001 Punkten. Silber holte Annalena



*Oberpfalzmeister U20: Fabian Buslaps*

Bock (SWC) mit 2.860 Punkten, Bronze ging an Carla Rösch (ATS Mitterteich) mit 2.788 Punkte. Die W14 war die ausgeglichene Konkurrenz an diesem Tag. Die ersten vier konnten sich dabei mit ihren Leistungen die Qualifikationsnormen für die bayerischen Meisterschaften im kommenden für die nächst höhere Altersklasse sichern. Es siegte Luisa Jäger (SWC) 3.077 Punkte, vor Magdalena Müller (TV 1861 Amberg) 2.979 Punkte und Sonja Thalhofer (SWC) 2.926 Punkte.

Alle Mannschaftswertungen gingen an den ausrichtenden SWC, der auch das größte Teilnehmerfeld stellte.

*Timo Premru*



*Gold, Bronze, Silber: Luisa Jäger, Sonja Thalhofer und Annalena Bock (von links)*

# Kinder, Jedermänner, Spitzensportler und viele Helfer

Impressionen vom Riesen-Sportfest  
am Weinweg



Im Uhrzeigersinn: Stadionsprecher Norbert Lieske, ein starker Fünfkämpfer, Urgestein Rudi Dorn beim Kugelstoß, professionelle Weitsprungmessung, die Zehnkampf-Chaoten aus Darmstadt, der Moment der Wahrheit, Eva in der Sandkiste, Sprint-Start der Jedermänner, Sommer und Leitner über den Hürden  
Fotos: Premru, Frimberger, Breitkopf





*Im Uhrzeigersinn: Die MännerMehrkampf-Mannschaft des SWC, Konzentration beim Sprint, beim Stabhochsprung und im Wettkampfbüro, Wettkampfleiter Michael Duchardt und Josef Koller, Hauptsache, Sprint beim Kinderfünfkampf.*

## **Lob des Jedermann-Zehnkampfes**

***Eine begeisterte Rückmeldung erreichte uns aus Niedersachsen***

Hallo, liebes SWC-Team, ich wollte mich bei euch für dieses tolle Leichtathletik-Wochenende bedanken. Unser Ziel (DM Quali) ging zwar die „Donau runter.“ Wenn es schon schlecht läuft, dann von der ersten bis fast zur letzten Disziplin. Aber, davon geht die Welt nicht unter. Trotzdem hat es uns sehr gut gefallen bei euch.

Ich bin schon seit über 35 Jahren in der Leichtathletik unterwegs. Dies war sicher eine der schönsten Veranstaltungen, die ich erlebt habe. Eine tolle Stimmung beflügelte (fast) alle Athleten.

Großes Lob an alle, die dazu beigetragen haben. Tolle Kampfrichter sorgten für einen reibungslosen Ablauf. Auch

das Catering-Team war großartig. Sehr schön fand ich auch die Einbindung der Kinderleichtathletik.

Solche Veranstaltungen gibt es leider viel zu wenig – zumindest hier bei uns im über 500km entfernten Weserbergland. Ihr braucht euch um den Nachwuchs sicher keine Sorgen machen. Ich wünsche euch weiterhin viel Erfolg und bleibt gesund.

Herzliche Grüße aus dem Weserbergland und der Rattenfängerstadt Hameln wünscht

*Uwe Beerberg, LG Weserbergland*

## **Silber und Bronze für SWC-Damen**

***Bayerische Berglaufmeisterschaften am 2. August 2015 in Schwangau***

Bei den bayerischen Berglaufmeisterschaften der Männer und Frauen in Schwangau bei Füssen am ersten Augustwochenende mussten am schönen Tegelberg bei einer Streckenlänge von acht Kilometern 920 Höhenmeter überwunden werden.

Auf dem meisterschaftswürdigen Kurs starteten für den SWC die beiden Altersklassenläuferinnen Silvia Weishäupl (W35) und Susanne Schmidt (W40). Ohne große Ambitionen im Feld der jüngeren Hauptklassenläuferinnen gestartet, konn-

ten sie jedoch ihre Erfahrung ausspielen und platzierten sich im Rennverlauf völlig überraschend im Vorderfeld.

Im Ziel war letztendlich nur noch die große Favoritin, Tina Fischl (LG Passau), vor den beiden Berglaufspezialistinnen des SWC positioniert. Silber für Silvia Weishäupl und Bronze für Susanne Schmidt waren der Lohn.

*Timo Premru*

# 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**

Gebraucht-  
wagenCenter



**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)



## Deutsche Jugendmeisterschaften in Jena

### Felix Mittermeier im 400m-Endlauf

Tapfer schlug sich das kleine Häufchen von SWC-Jugendlichen, das sich am 1. August 2015 auf den Weg nach Jena zu den Deutschen Jugendmeisterschaften gemacht hatte. Am erfolgreichsten dabei war Sprinter Felix Mittermeier, der am Samstag mit sehr guten 49,14s über 400m das A-Finale erreichte und sich am Sonntag mit einem beherzten Lauf (nochmal in sehr guten 49,16s) mit Platz Sieben belohnte.

Auch die Staffelmädels der U18 (Emma Hies, Jacky Sterk, Theresa Jäger und Sophie Sachsenhauser) liefen ein gutes Rennen und konnten sich mit 50,03s

nahe an ihrer Bestzeit präsentieren. Damit konnten sie sich in der Meldeliste um über zehn Plätze nach vorne schieben und landeten am Ende auf Platz 22.

Pech hatte leider Jacky Sterk im Weitsprung, die mit drei knapp ungültigen Sprüngen das Finale verpasste.

Saisonabschluss für den SWC-Nachwuchs wird das traditionelle Volksfest-Sportfest in Dachau sein, bei dem auch mal die ein oder andere ungewohnte Disziplin getestet wird...

Stefanie Pietsch



Die SWC-Abordnung in Jena: Jacky Sterk, Sophie Sachsenhauser, Theresa Jäger und Emma Hies mit Julia Liedl

## Neue Bestzeiten beim Läufermeeting in Neustadt/WN

### Elias Premru überzeugt über 800m

Seinen Ruf als Meeting, bei dem reihenweise neue Bestzeiten gelaufen werden, wurde die Veranstaltung in Neustadt an der Waldnaab am 7. August 2015 einmal mehr als gerecht. Im Toplauf über die 800m brachte es Jens Wulf vom SWC zur ausklingenden Saison auf für ihn ordentliche 2:17,51min.

Bei den Frauen erreichte Marie Demuth bei ihrem ersten Rennen über die 3.000m eine Zeit von 11:10,86min. Ebenso am Start war der Zehnkämpfer Andreas Feldschmid, der über die 400m solide 51,95s erlief.



**Grund zum Strahlen:**  
*Elias Premru mit seinem Coach Hans Merkl*

Im Schülerbereich ging über die 800m Antonia Fehlner in der WJ U16 an den Start. Sie erreichte ebenfalls eine neue persönliche Bestleistung (2:43,22min), ebenso wie Elias Premru, der mit seiner Zeit von 2:47,57min seinen ersten Platz in der Oberpfalzbestenliste in der M10 weiter ausbauen konnte.

Erstmals im Angebot waren dieses Jahr die 200m für Frauen und Jugendliche. Hier konnte in der U18 Theresa Jäger als Dritte mit 27,94s eine neue persönliche Bestleistung erzielen.

*Timo Premru*

**Neue Distanz: Marie Demuth**  
**Fotos: Timo Premru**

## **Deutsche U16-Meisterschaften in Köln**

### **Sophie Sachsenhauser im A-Finale**

Am 8. und 9. August 2015 fanden in Köln die Deutschen Einzelmeisterschaften der U16 statt. Startberechtigt waren die Jahrgänge 2000. Einzige Teilnehmerin aus der Oberpfalz war in diesem Jahr Sophie Sachsenhauser.

Über die 300m Hürden konnte Sophie die Erwartungen voll erfüllen. Im Vorlauf steigerte sie ihre persönliche Bestzeit auf 46,44s und konnte somit sicher in das A-Finale der besten acht jungen Damen

auf dieser Strecke in Deutschland einziehen. Im Endlauf fand sie nicht ganz ihren Rhythmus und musste sich damit der extrem starken Konkurrenz mit einer 47,12s geschlagen geben. Die Siegerin hieß am Ende Melanie Böhm von der LG Neckar-Enz mit 44,31s, der zweitbesten Zeit, die in diesem Jahr über die 300m Hürden gelaufen wurde.

*Timo Premru*

## **Weltmeistertitel für Regina Graf in Lyon**

### **Gute Ergebnisse bei der Senioren-Weltmeisterschaft von Andrea Holzapfel und Markus Eigenstetter**

Riesenerfolg für den SWC bei den Seniorenweltmeisterschaften der Leichtathletik, die in den beiden Wochen vom 04. bis 16. August in Lyon (Frankreich) stattfanden: Regina Graf holte Gold im Marathon in der Altersklasse W60. Darüber hinaus konnten Andrea Holzapfel und Markus Eigenstetter, beide vom SWC Regensburg, ebenfalls mit tollen Ergebnissen glänzen.

Regina Graf, die mit ihrer Meldezeit als aussichtsreichste Titelkandidatin galt, musste sich zunächst durch das starke Läuferfeld nach vorne arbeiten. Lag sie noch in der ersten Runde auf der dritten Position, aber immer ihre direkten Konkurrentinnen im Blickfeld, konnte sie ab der Hälfte des Rennens die Führung übernehmen. Ab diesem Zeitpunkt kontrollierte sie das Geschehen. Regina Graf

meinte hierzu: "Durch einige Sitzkehren in diesem schönen Rundkurs hatte ich immer im Blick, was unmittelbar hinter mir passierte." Nach 3:28:02 Std. erreichte sie freudestrahlend als Weltmeisterin in der W60 das Ziel, vor Helene Gre-



*Weltmeisterin Regina Graf*

non aus Kanada (3:33:33 Std.) und Sara Gutierrez aus Kolumbien (3:34:01 Std.). „Mit meiner Zeit war ich heute zwar nicht ganz so zufrieden, aber gleich Platz 1 bei meiner ersten WM, das hat was“, meinte Regina Graf, als sie äußerst zufrieden wieder daheim in Regensburg eintraf.

Die Marathon- und Berglaufspezialistin des SWC Regensburg nimmt nun seit zehn Jahren an deutschen und internationalen Wettkämpfen teil, wobei der zweite Platz bei den deutschen Meisterschaften im Jahr 2005 der Auftakt ihre Karriere war. Seitdem standen insbesondere zweite Plätze bei insgesamt drei Europameisterschaften zu Buche. Ihre erfolgreiche Karriere wurde in Lyon nun endgültig vergoldet. Mit der Mannschaft erzielten sie einen weiteren Erfolg: Zusammen mit ihren Kolleginnen Helga Miketta und Elisabeth Springer holten sie hinter Frankreich die Silbermedaille.

Bereits in den Tagen zuvor trafen sich die Athleten zu den Stadionwettbewerben. Andrea Holzapfel nahm an drei Wettbewerben teil. Dabei konnte die insbesondere im Dreisprung, den sie auf Platz sieben mit einer neuen persönlichen Bestweite von 10,24 Meter beendete, einen schönen Erfolg erzielen. Darüber hinaus war sie noch bei den 80

Meter Hürden (13,70s, Platz 9) und dem Siebenkampf (4.313 Punkte, Platz 12) am Start.

In seiner Spezialdisziplin, den 100 Meter Hürden, war Markus Eigenstetter am Start. Leider war er durch eine langwierige Verletzung gehandicapt. Er erreichte aber in dem extrem stark besetzten Feld von 30 Startern das Halbfinale und belegte in der Gesamtwertung den 12. Platz mit einer Zeit von 15,88s. Damit war er auch der beste deutsche Teilnehmer.

*Timo Premru und Markus Eigenstetter*



*Dreispringerin Andrea Holzapfel und Hürdenläufer Markus Eigenstetter*

## Bestleistungen beim Saisonfinale in Dachau

Stockerplätze vorm Volksfestbesuch am 15. August 2015



hauser gewann den Weitsprung in 4,91m und erreichte in der höheren W18 Platz Vier über 800m in 2:31,54min. Jaqueline Sterk erreichte knapp davor über 800m in 2:30,74min Platz Drei.

Samuel Vogl gelangen im Hochsprung der sechste Platz (1,56m) und über 200m der achte (26,64sec), jeweils persönliche Bestleistungen. Amon Schmid wurde Dritter im Hochsprung (1,62m) und Fünfter im Weitsprung (5,59m). Fabian Buslaps wurde Siebter im Speerwurf (43,69m) und sprang um 2cm zu neuer PB im Weitsprung (6,03m), ebenso wie Sven Glück (TV Schierling) in PB (6,56m) zu

Platz Zwei. Noch knapper gelang hier Felix Mittermeier um 1cm eine neue PB (5,80m) und zusammen mit Fabian Müller (TSV Schwandorf/Weitsprung 5,88m) wagten sich beide auf für sie völlig ungewohnte 800m, wussten hier aber jeweils beide – Fabian Platz Drei in 2:01,51min und Felix Platz Vier in 2:01,86min – in einem packenden Zweikampf bis zur Ziellinie zu gefallen. Zum Abschluss gelang Jens Wulff über 1500m in 4:44,62min eine neue Saisonbestleistung.



*Jacky und Sophie jagen die Konkurrenz über die 800m; Amon Schmid beim Weitsprung; Jens Wulff über 1500m.*

Fotos: Günter Sterk



Traditionell nahm der SWC zum Saisonabschluss an den Dachauer Volkswettkämpfen teil und kam trotz eines kleinen Aufgebots mit einigen Stockerplätzen und persönlichen Bestleistungen zurück. Sophie Sachsen-

Nach diesen tollen Ergebnissen ging es für alle Athleten zum Abschluss auf das Dachauer Volksfest um den Tag gemütlich ausklingen zu lassen.

*Jens Wulff*

*Impressionen  
von den zwei  
SWC-Ferienwochen  
Olympia Kids  
im August*

*3.-7. und 17. - 21. 8. 2015*

*Auch die Eltern machen mit!*





Bewegung macht Spaß! - Fotos: Julia Hainz und Katharina Eigenstetter

Die Unternehmensberater  
für den privaten Haushalt.

## Worauf es bei Ihrer Wanderung und Ihren Finanzen ankommt: das richtige Equipment

Was brauche ich? Was passt am besten? Wenn Sie richtig gerüstet sein wollen, sollten Sie sich individuell beraten lassen. Das gilt auch für Ihre Finanzen. Individuell, nach Ihren Wünschen und Zielen.

Wir sind die „Unternehmensberater für den privaten Haushalt“. Wir sind Ihr Ansprechpartner rund um Ihre Finanzen, Ihre Vorsorge und Ihren Vermögensaufbau – ganzheitlich, unabhängig und mehrfach ausgezeichnet.



[www.telis-finanz.de](http://www.telis-finanz.de)

 **TELIS FINANZ**<sup>®</sup>  
Aktiengesellschaft



## Wanderung im Otterbachtal am 14. Juni 2015

### Kurzprotokoll einer Flip-Flop-tauglichen Wanderung



Treffpunkt Hammermühle; Abmarsch:  
10.00 Uhr; Richtung Norden entlang des  
Otterbachs; bis zur Mittagspause prob-  
lemlose Wanderung; Mittagspause: 11.45  
bis 13.00 Uhr; Waldgaststätte König im  
Otterbachtal; Strecke: 6,6 km.

Besonderheiten:  
Kein Kontakt zu Wild-  
schweinen; einfache  
Wanderung, die am Nach-  
mittag etwas länger ist  
als am Vormittag.

Während der Mittagspause – Probleme:  
1. Funkloch – keine Empfang für Mobil-  
telefone  
2. Ort der Gaststätte im Navi unbekannt;  
Hundeübergabe konnte dann doch noch  
erfolgreich durchgeführt werden.

Nach der Wanderung zweite Einkehr im  
Biergarten der Hammermühle.

Nachmittag Anstieg zum Aschenbrenner  
Marter; Turmuhr konnte nicht besichtigt  
werden, Gebäude sind eingezäunt; Abstieg  
zur Hammermühle wurde zum Teil in Flip-  
Flops zurückgelegt; Strecke: 7,6 km.

Technische Daten:  
Gehzeit: 4:00 Stunden  
Streckenlänge: 14,2 km  
Höhendifferenz: 280 Höhenmeter  
Anzahl Personen: 10 Erwachsene  
Anzahl Hunde: 1 (nur am Vormittag)  
Einkehren: 2

*Robert Obermeier*

## Fuchsjagd am 11. Oktober 2015

### mit den Skifahrern als Füchsen

---

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



*Wandern im SWC:  
Hüttenwochenende der Jugend  
Fotos: Dominik Schmeer*

## Ausschlafen ist wann anders

*Junioren-Wochenende in Brixen im Thale - 17. - 19. Juli 2015*

Freitag Nachmittag, Urlaubszeit und Temperaturen, die für Blowups sorgen, sind nicht die beste Kombination zum Autofahren. Das haben auch wir gemerkt, die jungen und junggebliebenen Wanderer vom SWC, als wir uns auf den Weg nach Brixen im Thale machten. Die verspätete Ankunft im Selbstversorger-Bergheim der DAV Sektion Regensburg und das schon eingetroffene Gewitter samt Regen hielten uns jedoch nicht davon ab, das Wochenende mit einer ausgedehnten Grillage kulinarisch einzuläuten – der Qualitätskohle sei Dank! Die Ankündigung der unmenschlichen Weckzeit von sechs Uhr morgens durch unseren Guide sorgte dafür, dass sich die gesellige Runde jedoch schon relativ bald ins Lager verkroch.

Als wir am nächsten Morgen nach dem Frühstück die ersten Schritte bergwärts machten, waren wir alle froh, dass wir auf unser erfahrenstes Gruppenmitglied gehört hatten: Zwar versuchten manche von uns während des Gehens noch etwas Schlaf nachzuholen, aber schon jetzt kamen wir selbst im Schatten ganz schön ins Schwitzen.

Bei blauem Himmel und praller Sonne sollte es im Laufe des Tages auch erstmal nicht kühler werden, und wir hatten noch einiges vor: Von der Oberlandhütte bei Aschau (1014m) sollte es auf den Großen Rettenstein (2366m) gehen. Nach etwa einer Stunde Gehzeit war es dann auch vorbei mit dem Schatten und so stiegen

wir weitere zweieinhalb Stunden hinauf zum Gipfel, auf dem uns ein tolles Panorama, u.a. mit Blick auf den Wilden Kaiser, Großglockner und Großvenediger erwartete.

Nach einer ausgiebigen Rast und einer kleinen Fotosession machten wir uns auf den Rückweg. Wahrscheinlich hat die starke Sonne dafür gesorgt, dass wir uns noch nicht ganz ausgelastet fühlten und noch den Umweg auf dem Grat in Richtung Spießnägel auf uns nahmen. Kurz vor dem Gipfel der Spießnägel entschieden wir allerdings, dass wir schon genug Sonne und Hitze abbekommen hatten und bogen zur Hirschegg-Alm in Richtung Tal ab. Von dort aus führte uns moderne GPS-Technik auf einen geheimen Pfad, der neben wuchernden Gräsern, Stachelgewächsen und enormer Steilheit auch einige schwer erkennbare Löcher zu bieten hatte – ein schöner Abschluss einer insgesamt achtstündigen Wanderung.

Nach einer ausführlichen Kneipprunde hatte sich das befürchtete Gewitter verzogen und wir noch nicht genug vom kühlen Nass, also machten wir uns auf ins Freibad. Dort angekommen entschieden sich die Mädels für einen Powernap, während wir Jungs unserem Spieltrieb nicht standhalten konnten. Angesichts Sprungturms, Rutsche, Frisbee und Beachvolleyballplatz war die Müdigkeit auch auf einmal wie verflogen.

Zurück im Bergheim wurden die Rollen getauscht und so zauberten die Mädels



geniale Pasta Bolognese während sich die Jungs noch kurz im Garten bei einem kühlen bayerischen Erfrischungsgetränk einen Rehlaax genehmigten, bevor sie sich an den gedeckten Tisch setzten. Auch an diesem Abend fielen wir eher früh ins Bett, auch wenn wir eine Stunde mehr Schlaf bei unserem Guide rausgeschlagen hatten. Dennoch machten wir uns auch am Sonntag relativ früh auf den Weg in Richtung Wilden Kaiser – sollten doch schon am frühen Nachmittag Gewitter einsetzen.

Um etwa neun Uhr begannen wir von der Wochenbrunner Alm nördlich von Ellmau den Aufstieg vorbei an der Gaudeamus-Hütte. Trotz unermüdlicher Hitze kamen wir schnell voran, denn wir freuten uns alle auf ein besonderes Schmankerl: Den Klammli-Klettersteig hinauf zur Gruttenhütte. Nach einer professionellen Einweisung in die Sicherungsgeräte stiegen wir in den Steig ein und kämpften uns einer nach dem anderen über mehrere gar nicht so einfache Schlüsselstellen. Das

Highlight war eine Seilbrücke mit ganz schön viel Luft unter den Füßen und etwas weichen Knien.

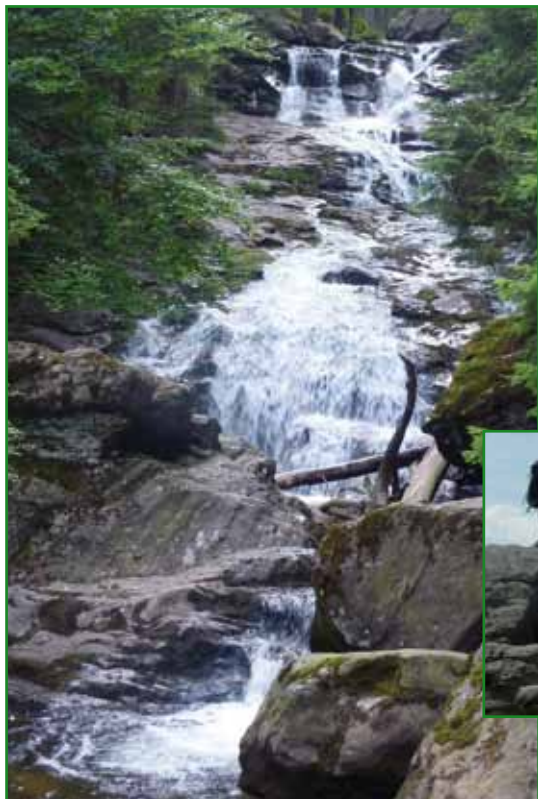
Auf der Gruttenhütte stärkten wir uns mit einem Radler und genossen die imposanten Berge um uns herum. Anschließend machten wir uns schon bald wieder auf den Rückweg zur Kommerz& Touri-Hochburg Wochenbrunner-Alm. Über den Normalweg waren wir schnell dort angekommen und schon ein wenig erschöpft von der Sonne und den vielen Höhenmetern der vergangenen zwei Tage.

Zusammengefasst war es mal wieder eine riesen Gaudi mit einer genialen Truppe und super ausgesuchten Bergtouren. Vielen Dank an Felix und Dominik für die perfekte Organisation – ich denke wir werden uns auch nächstes Mal wieder für das Berg anstatt für das angedachte Ausschlaf-Wochenende entscheiden!

*Patrick Follmann*

## Über die Rißblochfälle zum Großen Arber

Wanderung am 12. Juli 2015 perfekt vorbereitet von Elli und Karin



schen Wald eher nicht vermutet. Wohl wissend, dass der Große Arber mit 1.456 m als einziger Gipfel des Bayerisch-Böhmischen Grenzmassives die klimatische Waldgrenze erreicht, saugen wir so lange wie möglich die kühle Luft in uns auf.

Als wir aus der Waldzone heraustraten, führt uns der Arbersteig in der Sommerhitze geradewegs nach oben. Warum nur sollten wir



Von vielen Seiten sind wir schon auf den Arber gestiegen. Nur von Bodenmais aus? Über die Rißblochfälle? Einen der schönsten Aufstiege zum König des Bayerischen Waldes haben wir uns bis heute aufgehoben.

An diesem heißen Sommertag brechen elf SWCler frühmorgens vom Wanderparkplatz auf. Das erste Etappenziel an diesem Morgen sind die Rißblochfälle. Über Kaskaden rauscht das Wasser die Hänge herab. Ein Anblick, den man im Bayeri-

den Touri-Weg nehmen. Der wieder mitgewanderte „Einheimische“ kennt natürlich eine Abkürzung! Direkt unterhalb des Gipfels tauchen wir unvermittelt zur Überraschung der anwesenden Normalos aus der Macchia auf (Anm. d.R.: Macchia ist eine sekundär entstandene, anthropogene, immergrüne Gebüschformation der mediterranen Hartlaubvegetationszone; diese Sommerhitze!).

Nach kurzer Rast mit Blick auf Seehäusl und Schwimmender Inseln steigen wir die Arberhänge runter und über den Sattel

direkt rüber zur Chamer Hütte. Unser Elektrolyt- und Kaiserschmarrnhaushalt wird rasch wieder in Ordnung gebracht. Der Abstieg dem Schwellbach entlang

zurück zu den Reißlochfällen ist nach dieser Stärkung nur allzu entspannend.

*Stefan Dettenofer*

## **Bergfahrt für alle Sinne**

**Madrisa Rundtour vom 7. bis 10. August 2015**



Der Sommerhitze in Regensburg zu entfliehen und in kühlen Höhen zu wandern, das hätten sich wir acht SWCler gewünscht, als wir uns am Donnerstagabend in Gargellen zur Madrisa-Umrundung trafen. Doch





die immer aktuellsten Wetter-Apps einiger Teilnehmer wetteiferten auch für die Berge mit ungewöhnlich hohen Temperaturen und wechselnder Gewitterneigung für die kommenden Tage. So fügten sich auch die „Gerne-länger-Schläfer“ der Parole: Früh aufstehen, früh losgehen und vor dem Gewitter ankommen! Wobei „früh“ durch die Frühstückszeiten der Pension wieder relativiert wurde... und ohne ausreichende Grundlage wandert es sich ja bekanntlich nicht so gut!



Am Freitag marschierten wir also früh (!) taleinwärts durch das Valzifenztal zur Obervalzifenzalp. War es bis hierher noch gemächlich, mussten wir uns dann steil-laufsteigend hoch zum Schlappiner Joch (2202m) kämpfen. Diese 400 Höhenmeter unter der stechenden Sonne und bei gefühlten oder tatsächlichen 30° brachten uns ganz schön zum Schwitzen. Doch nicht nur die Angst vor einem Berggewitter, auch die Aussicht, dass wir ungerne auf die im Paket gebuchte Talfahrt mit der Gondel nach Klosters

verzichten wollten und deshalb vor der letzten Talfahrt an der Bergstation sein sollten, trieb uns an. Und uns ging es ja noch relativ gut! Da gab es Menschen, die ihre Räder erst nach oben trugen, um sie dann auf der anderen Seite wieder nach unten zu tragen... Wir konnten wenigstens das Gewicht der Rucksäcke bei der Rast am Joch oben deutlich reduzieren, bzw. körpernah umverlagern. Nach einem wunderbaren Blick zurück nach Österreich auf die bewältigte Strecke lag auf der Schweizer Seite der Weg zur Bergstation schon vor unseren Augen.



*Abstieg vom Rätchenjoch*

Von hier aus führte die nun fast mühelose und sehenswerte Höhenwanderung übers Äpli zum Züenhüttli und zur Saaser Alp (1887m). Der Rummel an der Bergstation der Madrisabahn mit Kinder-Erlebniswelt lud uns nicht zum beschaulichen Verweilen ein und so sahen wir zu, dass wir schnell mit der Madrisabahn nach Klosters hinabkamen. Beim Ausstieg zeigte das Thermometer auf 1200m noch immer 34° an!

Im Gasthof Silvapina erwartete uns eine allmählich freundlich werdende Wirtin und ein vom ersten Gang an leckeres Abendessen. Im Lauf des Abends wurde die Technik des „Baukasten-Russen“ perfektioniert und die Route für den Samstag besprochen. Bei besten Wetteraussichten (heiß,heiß,heiß und geringe Gewitterwahrscheinlichkeit) entschieden wir uns

für die Variante über das Rätchenjoch, die uns auf 2600m führen sollte.

Samstag ging es also wieder früh los, die Bahn brachte uns zum Schlusspunkt des Vortags an der Saaser Alp zurück, und wir stiegen mal gemütlich, mal steiler aufsteigend ins Hochtal Chüecalanda auf und dann weiter auf das Rätchenjoch. Tatsächlich erleichterten uns heute ein paar Wolken den Aufstieg, aber sollte uns doch ein Gewitter drohen? Oben wurden wir durch ein herrliches Panorama für jeden Meter Anstieg belohnt. Nach Norden schoben sich die weißen Felsen der Gafierplatten wie ein Gletscher talwärts und boten sich an für eine sonnige Brotzeit. Durch die Butzchammern kletterten wir anschließend zuerst steil über ein Geröllfeld an der Felswand entlang hinab ins Gafiertal und konnten



hier bewundern, dass es Menschen gibt, die tatsächlich solche Wege mit ihren Rädern befahren können!

Dann ging es auf dem Walserweg gemächlich weiter bis zum Döfji, wo wir bei den malerischen alten Bauernhäusern mit Musik und Gesang empfangen wurden. Dass man die leckeren Snacks bei unserem Einmarsch aber in Sicherheit brachte, ließ uns ahnen, dass nicht wir hungrigen Wanderer willkommen heißen werden



sollten, sondern das Brautpaar, das uns wenig später vom Tal her begegnete. Lang, lang, lang... und weit zog sich nun der Weg noch ins Zentrum von St. Antönien hinein. Die Nacht verbrachten wir in Augen- und Ohrenhöhe mit dem Kirchturm von St. Antönien, der tatsächlich jede Stunde schlägt!

Noch am Abend hatten wir uns schnell darauf geeinigt, den langen Zieher durch das Dorf am nächsten Tag mit Hilfe eines Taxis zu überbrücken, denn so schön war der Marsch auf der Teerstraße nicht, dass man das zweimal machen müsste. So begannen wir den letzten Tag unsere



Tour im Döfji und stiegen über Serpentin und das Alpeitälli rasch rauf zum St. Antönier Joch (2379m). Nach einem letzten Blick zurück auf das Schweizer Bergpanorama führte die letzte Etappe nur noch geschwind über die Gargellenalpe runter zur Bergstation Schafbergbahn (2130m). Den Liegestühlen und Omas Schwarzbeerkuchen oder einem kühlen Bier konnte hier kaum einer widerstehen. Schließlich hatten wir uns das nach drei Tagen auch verdient, denn auf dieser Tour waren dabei: eine geprellte Rippe, eine etwas entzündete Achillessehne, zwei empfindsame und bis zu den Zehen getapte Füße, ein sensibles Knie, und die üblichen verdächtigen Kompressionswaden... viel Tape, viel Arnica, viel Quark – aber auch ... viel Sonne, beeindruckende Panoramen und gute Laune!

Und nach Rückkehr mit der Schafbergbahn zur Unterkunft in Gargellen setzte auch mit optimalem Timing das immer wieder befürchtete Gewitter ein – schön, wenn man es vom gemütlichen Gasthof aus betrachten kann!

*Angelika Dettenofer*

## Saisonstart in den Sommerferien

### Breitensportliches Eishockey für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Während die einen noch beim Zehnkampf ihr Bestes geben, machen sich andere in Sandalen und Shorts auf den zugegebenermaßen bei 30 Grad befremdlichen Weg in die Donauarena zum frühesten Trainingsbeginn (4. August 2015) in der Eishockeygeschichte des SWC Regensburg. Diesen besonderen Umstand verdankten wir dem frühen Wettkampfstart in der DNL des EVR, der die Regensburger Badebetriebe veranlasste, die Eisfläche der Arena so früh zur Verfügung zu stellen. Wer glaubte trotz sommerlicher Temperaturen und Sommerferien ein Motivationsproblem bei den Spielern zu finden, hatte sich getäuscht. Fünfundzwanzig Spieler genossen den frühen Start in die Saison 2015/16.

Nach aktuellen Zahlen starten wir dieses Jahr mit über siebzig Eishockeyaktiven in

die Saison; wir hatten uns bei stetig wachsendem Interesse im Vorfeld zusammen mit dem Sportamt bemüht mehr Eishockeyzeiten für unsere Spieler zu ergattern. Aber auch die übrigen Eishockeyvereine in Regensburg kämpften um ihre Bedürfnisse, sodass wir zu deren Gunsten leider keine weiteren Zeiten zugesprochen bekamen. Trotzdem freut es uns, dass wir als Eishockeyabteilung wieder vom Sportamt im Breitensportbereich für Kinder und Jugendliche als förderungswürdig angesehen worden sind und somit bezuschusst werden.

Ganz besonders freut es uns, dass uns auch in der kommenden Saison Jonas Leserer trotz seiner zusätzlichen Verpflichtung als Goalie beim EVR als Trainingssäule im Jugend- und Erwachsenenbereich wieder zur Verfügung steht.



Die Flyers in den von Thomas Rödl gesponserten Trikots - Fotos: Christian Frimberger



Ganz besonders liegt uns auch dieses Jahr das sonntägliche Kindertraining am Herzen. Dank unserer Trainer Rolf Weilert, Peter Schiekofer und Michael Zellner hoffen wir, dass trotz stark beengtem Raum Spaß und Spiel für alle am Eis gut möglich sind.

Bereits vom 12.–13. September 2015 ist das erste Kindertrainingslager in Mitterteich geplant, gefolgt von den Erwachsenen Mitte Oktober. Auf Grund der dort perfekten Bedingungen werden wir auch in dieser Saison wieder das Jugendtrainingslager vom 22.–24. Januar 2016 im oberbayerischen Inzell abhalten.

Ganz besonderer Dank gilt auch in diesem Jahr unserer Präsidentin Ursula Breitkopf, die mit ihrer unkomplizierten und in höchstem Maße engagierten Art dem Eishockeybreitensport in Regensburg eine adäquate Plattform ermöglicht.

In diesem Sinne wünsche ich uns allen eine sportlich gute und verletzungsfreie Saison und bin froh, dass es wie die letzten Jahre auch wieder heißt:

„Let’s go Flyers, let’s go!

*Michael Zellner*

## Trainervorstellung

### Jacob Beisenherz

Hallo, ich heiße Jacob Beisenherz, bin sechzehn Jahre alt und habe mich vor Kurzem dazu entschlossen, den Schwimmtrainern des SWC beizustehen.

Selbst bin ich früher auch geschwommen und freue mich, das Gelernte nun montags den Kindern zusammen mit den anderen Trainern im Hallenbad Regensburg weitergeben zu können.

Hast du auch Lust Schwimmen zu lernen oder wenn du es schon kannst weiter auszubauen?



Dann schau doch montags mal ins Training, ich freue mich auf dich!

## Aus der Clubfamilie



### Hallo zusammen,

mein Name ist Lilly Marie Wimmer und ich kam am 24. August 2015 um 21.20 Uhr auf die Welt! Zuhause bin ich bei meiner Mama Stefanie Pietsch, meinem Vater Stefan Wimmer und meiner großen Schwester Lea, un ich bin schon gespannt darauf, euch alle irgendwann kennen zu lernen!

*Eure Lilly*

## Den Bund fürs Leben

geschlossen haben am 20. August 2015 Sabine Liebl und SWC-Leichtathlet Andreas Mokroß.



*Foto: Christian Frimberger*

## **Als Neumitglieder begrüßen wir**

Aigner Louis, Bachl Lisa, Blattner Linda, Diesler Marisa, Dillinger Ernst, Fröhlich Patrick, Gamacharov David, Gatzka Paul, Glück Vincent, Hackl Paula Magdalene, Hanauer Leo, Hecht Armin, Herrmann Lukas und Marie, Hetzenecker Edwin, Huesca Torres Gabriela, Kleyn Nicole, Knorr Ines Marie, Koch Elisa, Kolbinger Kilian, Lankes Maria, Leserer Jonas, Manz Anna und Lena, Moser Paul, O`Keeffe Daren und Deniz, Pattky Charlotte, Paul Justine, Premru Timo, Puchta Fabio, Rambold Viktoria, Ramirez Huesca Nicolas, Reiter Justus und Maibrit, Ringlstetter David, Sauer Balduin und Judith, Schälke Laura, Schütz Katharina und Veronika, Schulte-Mattler Uta, Stauber Felix und Hannes, Steuernagel Luisa, Sturm David, Suchanek Hanna, Vogl Jonathan, Weber Julian und Miriam, Wittich Christian, Wittmann Quirin, Zölch Jakob.



...und kirchlich die Stabi-Queen der Leichtathleten Jennifer Lehmann und Mathias Bleuel am 22. August 2015 in der Dreieinigkeitskirche.

**Wir gratulieren den Brautpaaren herzlich!**

## **Auch Geheiratet haben...**

standesamtlich unsere Leichtathletik-Trainerin und Rennzweigeordinatorin Eva Schwan und Stefan Wolfrum am 10. Juli 2015 im Alten Rathaus...



Fotos: Matthias Küsters

### 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.**

Aufnameantrag: [swc-regensburg.de](http://swc-regensburg.de) – Informationen zur Mitgliedschaft

---

### 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, **27. November 2015**.

---

### Geschäftsstelle

Die Geschäftsstelle in der Prinz-Rupprecht-Straße wurde im August 2015 aufgegeben.

Postanschrift des SWC ist bis auf weiteres:

Serpiliusweg 7, 93049 Regensburg  
E-Mail: [geschaeftsstelle@swc-regensburg.de](mailto:geschaeftsstelle@swc-regensburg.de)

Mitgliedsbestätigungen gibt es bei Ursula Breitkopf unter [info@swc-regensburg.de](mailto:info@swc-regensburg.de) oder Tel. 0941/379 849

Die Bestätigung einer Kündigung kann **nur bei Angabe einer E-mail-Adresse** per E-mail oder bei Eingang eines Rückportobetrages erfolgen.

## **Mitgliederversammlung am 26. Oktober 2015**

Hiermit ergeht satzungsgemäß und fristgerecht die Einladung an alle Mitglieder zur einer außerordentlichen Mitgliederversammlung:

### **Termin:**

**Montag, 26. Oktober 2015: 20:00 Uhr im Prüfeninger Schlossgarten**

### **Tagesordnung:**

1. Begrüßung und Eröffnung
2. Geschäfts- und Kassenbericht
3. Bericht der Kassenprüfer
4. Entlastung
5. Anträge und Verschiedenes

Anträge zu dieser Versammlung müssen mindestns zehn Tage vorher per Post bei der Geschäftsadresse eingehen oder müssen ebenfalls zehn Tage vorher an [info@swc-regensburg.de](mailto:info@swc-regensburg.de) geschickt werden.

## **Nach Redaktionsschluss: Zella-Mehlis und Lübeck**

### **Deutsche Meisterschaften der Senioren-Langstaffeln und U16 Blockmehrkampf**

Am letzten Augustwochenende standen für die Senioren die Deutschen Meisterschaften der Langstaffeln im thüringischen Zella-Mehlis auf dem Programm. Bei den 3x1.000m traten für den SWC Peter Kozlowski, Thomas Marohn und Thomas Noell an und errangen in

der Altersklasse M50 in ordentlichen 9:30,87min den fünften Platz.

*Timo Premru*



*Thomas Noell, Peter Kozlowski und Thomas Marohn*



*Nicht so gut lief's für Jonas Premru bei den Deutschen U16 Blockmehrkampfmeisterschaften Anfang September in Lübeck - er musste verletzt aufgeben - Bericht hierzu unter*

*[swc-regensburg.de/Leichtathletik/Berichte](http://swc-regensburg.de/Leichtathletik/Berichte)*

