

DAV Röthenbach



Sektionsmitteilungen

- BERGSTEIGEN . . . WANDERN . . . SENIOREN-WANDERN
- SKI-ALPIN . . . SKILANGLAUF . . . KLETTERN
- JOGGING . . . WALKING . . . NORDIC-WALKING
- RADFAHREN . . . TRIATHLON . . . LEISTUNGSTRAINING
- FIT FOR FUN . . . SENIORENGYMNASTIK . . . AKTIVE SECHZIGER
- JUGENDGRUPPE . . . KINDERGRUPPE



Inhalt

Editorial	3
Vorstandschaft und Verwaltung	4
Antrag auf Kategorieänderung	5
Vereinshütte	6
Blumenfest	8
DAV-Kids und Youngsters	10
Die historische Seite	18
Bergsport	20
Sportgruppe	24
Bericht MTB-Kurs	32
Sporttermine	37
Skisport	38
Bericht Damenradtour	40
Aktive Sechziger	44
LG-Seiten	46
Senioren	50
Neuaufnahmen / Verstorbene	53
Geburtstage	54
Menschen / Anni und Michael Freiberger	57
Das Alles Vormerken	58

IMPRESSUM:

Redaktion: **Karin Portelli**
Die Redaktion behält sich Kürzungen der Beiträge vor.

Druck: **Druck-Studio O. Heinzelmann,**
Am Winkelsteig 1a, 91207 Lauf-Wetzendorf
900 Stück

Auflage: **Klaus Hacker, Randstr. 1, 90552 Röthenbach**
V.i.S.d.P. **Tel.: 0911 95 02 679, eMail: kl-hacker@web.de**
www.dav-roethenbach.de

Deckblatt-Layout **Birgit Gemple, Diplom-Grafikdesignerin FH**
Tel.: 0911 50 67 902, eMail: birgitgemple@web.de

Redaktionsschluss: **DAV SEKTIONSMITTEILUNGEN Nr. 83: 31.08.2013**

Liebe Vereinskameradinnen und -kameraden, liebe Sektionsmitglieder



das erste halbe Jahr ist, wie ich finde, für den Verein sehr gut gelaufen.

Gute sportliche Erfolge für Einzelne, aber auch tolle Leistungen für den Gesamtverein. Gerade im Breitensport, für diejenigen Mitglieder, die sich nach Feierabend noch etwas bewegen und für ihre Gesundheit etwas tun wollen, bietet unser Verein ein sehr breites Angebot. Unser Laufftreff montags und mittwochs gehört hier dazu. Ich habe mich deshalb

sehr gefreut, dass sehr viele zur Eröffnung der diesjährigen Saison gekommen sind dabei auch wieder ein paar Neue.

Viele kamen zur diesjährigen Hütteneröffnung und verbrachten einen schönen Nachmittag und Abend auf unserer Vereinshütte. Besonders freute es mich, dass wiederum unser Landrat Armin Kroder den grenzüberschreitenden Weg in die Oberpfalz fand und lange bei uns blieb. Wie er mir sagte, hat es ihm sehr gut gefallen.

Ende August findet wie immer unser großes Heimatfest, das Blumenfest statt. Das Motiv ist im Werden, unser Norbert und seine Truppe sind dabei, Form ins Styropor zu bringen. Am Samstag, 24. August werden wieder viele Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gebraucht, um die Form mit Blumen zu bekleben, damit wir den Besuchern des Festzuges auch heuer wieder ein tolles Motiv präsentieren können. Lasst euch dieses Highlight nicht entgehen, kommt deshalb und arbeitet mit. Es macht Spaß, auch wenn es nur für einige Stunden ist.

Ich wünsche euch allen eine schöne Urlaubszeit, sowie gute Erholung mit viel Sport, Kultur und schönen Erlebnissen.

Mit einem Berg heil und einem herzlichen Glück auf,
euer

Klaus Hacker

Vorstandschafft und Verwaltung

Funktion	Name	Telefon	
1. Vorstand	Klaus Hacker	0911	57 68 00
2. Vorstand	Karl-Heinz Koth	0911	570 97 06
3. Vorstand	Christine Janker	0911	570 91 15
Schatzmeisterin	Petra Merkl	0911	57 01 95
Schriftföhrerin	Renate Bär	0911	927 08 98
Jugendreferentin	Helene Macher	0911	626 25 22
Sportlergruppe	Ulrike Praß	09123	822 69
	Gabi Braunersreuther	0911	570 94 60
	Ursula Unfried	0911	57 66 18
	Bernd Haas	09120	180 99 73
Bergsteigergruppe	Jan Luft	09123	52 13
	Sylvia Koenen	09123	18 25 71
Jugendleiter	Sonja Bald	09120	18 15 78
	Birger Eckhoff	0911	95 33 87 68
	Alfred Hornung	09123	98 66 84
DAV-Kid's	Jana Eckhoff	0911	95 33 87 68
Strolchengruppe	Silke Lutter	09120	183 31 87
Wanderleiter	Harry Wölfel	0911	570 76 12
Seniorenwanderwart	Reinhold Faltermeier	0911	57 77 38
Hüttenwart	Uwe Büttner	0911	570 97 55
	Peter Merkl	0911	57 01 95
Naturschutzreferentin	Charlotte Wölfel	0911	570 76 12
Pressewart	Alfred Unfried	0911	57 99 60
	Erwin Unfried	0911	957 51 16
	Daniel Decombe	09126	290 97 01

Antrag auf Kategorieänderung

Name: Vorname:

Geburtsdatum: Mitgliedsnummer:

Kategorie alt: Kategorie neu:

Datum / Name

Kategorie-Übersicht

			Euro	Alter/Jahre
B-Mitglieder	2000	Partnermitglieder		
		a) das Partnermitglied gehört derselben DAV-Sektion wie das dazugehörige Mitglied mit Vollbeitrag	31,00	26-99
		b) es besteht eine identische Anschrift		
		c) der Mitgliedsbeitrag wird in einem Zahlungsvorgang beglichen.		
<u>Nachfolgendes nur auf Antrag</u>				
A-Mitglieder	1020	Mitglieder, die das 70. Lebensjahr vollendet haben.	31,00	71-99
		Aktive Mitglieder der Bergwacht	31,00	26-99
A-Mitglieder	1030	Mitglieder, min. 50 Jahre DAV-Mitglied und über 70 Jahre.	0,00	71-99
B-Mitglieder	2400	Aktive Mitglieder der Bergwacht	31,00	26-99
B-Mitglieder	2600	Mitglieder, die das 70. Lebensjahr vollendet haben.	31,00	71-99
B-Mitglieder	2610	Mitglieder, min. 50 Jahre DAV-Mitglied und über 70 Jahre.	00,00	71-99
B-Mitglieder	2700	Mitglieder schwerbehindert	00,00	19-99
B-Mitglieder	7700	Behindertes Mitglied mit Familie im Verein	00,00	0-18
B-Mitglieder	7800	Kind/Jugend Mitglied ohne Familie im Verein	00,00	0-18

Rückfragen: Unsere Geschäftsstelle Röttenbach, Friedhofstr. 11, geöffnet jeden Donnerstag von 17:00- 19:00 Uhr.

Oder: Tel: 0911 5709115

Oder: E-Mail: dav.roethenbach@web.de

Informationen und Termine



Die Hüttensaison 2013 begann für uns Hüttenwarte am 04. Mai mit dem Hüttenputz. Über den Winter waren keinerlei Schäden im Bereich der Hütte entstanden und so konnten wir mit einigen fleißigen Helfern viele Arbeiten in und um die Hütte erledigen.

Besonders erfreut waren wir Hüttenwarte über die tatkräftige Mithilfe von den drei eifrigen „Jung-Erwachsenen“ Tabea, Lisa und Sydney aus unserer Sektion.

Hüttenbelegung 2013:

06.07./07.07.	Fam Eckhoff	31.08./01.09.	Fam. Tomandel
13.07./14.07.	Fam Menzner	07.09./08.09.	Noch frei
20.07./21.07.	Fam. Wolf	14.09./15.09.	Fam. Büttner
27.07./28.07.	Dreykorn Tabea	21.09./22.09.	Fam. Merkl
03.08./04.08.	Noch frei	28.09./29.09.	Büttner Sydney
10.08./11.08.	Fam. Haas	05.10./06.10.	Fam. Scholl
17.08./18.08.	Noch frei	12.10./13.10.	Fam. Bolz
24.08./25.08.	Noch frei	24.11.	Totenehrung und Hüttenschluss

Eine schöne Hüttensaison wünscht

Uwe Büttner

Hütteneröffnung DAV Röthenbach

Am Samstag, den 11.05.2013 eröffnete die DAV Sektion Röthenbach die Hüttensaison bei der vereinseigenen Hütte in Lehenhammer. Zahlreiche Vereinsmitglieder und Gäste fanden sich bei schönem Wetter ein. Renate Bär organisierte einen Bustransfer von Röthenbach nach Lehenhammer. Dieses Angebot wurde angenommen und sollte im Programm bleiben. Erwin Unfried führte wieder die obligatorische Rennradtour mit einem kleinen Umweg zur Hütte. Das Hüttenteam um Uwe Büttner und Peter

Merkel verwöhnte die Gäste mit Grillspezialitäten und Süßigkeiten von der Kuchentheke. Anke und Heinz Buchner sowie Willi Hofmann hielten eine beeindruckende Andacht. Vorstand Klaus Hacker begrüßte in seiner Ansprache die vielen Gäste und bedankte sich bei den Helferinnen und Helfern für die Ausrichtung des Festes. Landrat Armin Kroder unterstrich in seiner Begrüßungsrede die Wichtigkeit der Alpenvereinssektionen. Stadträtin Ullrike Knoch überbrachte die Glückwünsche des Ersten Bürgermeisters Günther Steinbauer und des Stadtrates.

Besonders möchte ich mich bei den beiden Familien aus Röttenbach und Haimendorf, welche als Gäste anwesend waren, für ihre Hilfe bei den Aufräumarbeiten bedanken. Durch ihre tatkräftige Unterstützung waren alle Aufräumarbeiten bis zum Beginn des großen Regens abgeschlossen.

Uwe Büttner / Erwin Unfried



Fleißig Helfer waren im Einsatz. Sowohl sie als auch die Gäste hatten sichtlich großen Spaß.

Blumenfest 2013

Noch 8 Wochen zum Röthenbacher Blumenfest.

Motiv-Spezialist Norbert Schmidt und seine Mannschaft arbeiten bereits am „King Kong und der weißen Frau“ für den DAV.

Aus drei riesigen Styroporblöcken soll nach ca. 150 Arbeitsstunden der Riesenaffe „King Kong und die weiße Frau“ (Skizze unten) entstehen.

Der Affe war 1933 in einem Schwarz-Weiß-Film auf der Insel „Skull Island“ der Star. Die weiße Frau Ann sollte dem Inselgott „Kong“ geopfert werden. Der Affe Kong befreit Ann und bringt sie in seine Höhle.



Er wird aber von seinen Verfolgern selbst betäubt und nach New York verfrachtet. Dort bringt er Ann nochmals in seine Gewalt und flieht mit ihr auf die Spitze des Empire State Buildings. Eine Staffel Doppeldecker des United States Army Air Corps erlegen ihn mit einigen Maschinengewehrgranaten und er stürzt tödlich verwundet in die Tiefe.

Nobert Schmidt braucht nach seinen Berechnungen ca. 150 Arbeitsstunden mit seinen 3 Helfern und eine große Anzahl von Helfern am Blumenfest-Samstag um den Riesenaffen und der weißen Frau das richtige Outfit zu verpassen.

Der Laie kann sich sicher nicht vorstellen, wie aus den 3 Styroporblöcken solch ein Monster entstehen soll. Nobert Schmidt wird

jedoch wieder sein Bestes geben und bei seinem 26. Motiv in Folge, bei dem es 38000 Dahlien zu verarbeiten gibt, hofft er natürlich wieder auf die Unterstützung aller DAV- Mitglieder.

Alfred Unfried



Das „Blumenfest-Team“

Sigi Werner, Norbert Schmidt, Walter Uebler, Werner Rümmelein

An alle Helferinnen und Helfer:

Treffpunkt zum Motiv schmücken:
Samstag, 24. August 2013, ab 9 Uhr im Bauhof.

Treffpunkt zum Mitmarschieren beim Festzug:
Sonntag, 25. August 2013, 13:30 Uhr im Pegnitzgrund

DAV-Kids und Youngsters

Kinder des DAV Röthenbach erfolgreich beim Swim&Run in Forchheim

Am 16.03.2013 starteten 11 Kinder bzw. Jugendliche des DAV Röthenbach in Forchheim beim 11. Swim&Run-Wettkampf und konnten sich gegen starke Konkurrenz aus den Triathlon-Abteilungen des SSV Forchheim, TSV Zirndorf und TSG mit hervorragenden Ergebnissen behaupten.



Insgesamt konnten 5 Kinder in ihrer Altersklasse Podestplätze erkämpfen. Darunter einen 3. Platz, drei 2. Plätze und einen 1. Platz.

Schülerinnen D (W6): 50m Schwimmen, 200m Laufen:

2. Ringel, Lena (2006) 1:54 / 0:33 = 2:27 min.

Schülerinnen C (W8): 100m Schwimmen, 400m Laufen:

1. Eckhoff, Sarina (2004) 2:32 / 1:49 = 4:21 min.

7. Tomandel, Johanna (2005) 3:46 / 1:58 = 5:44 min.

Schüler C (M8): 100m Schwimmen, 400m Laufen:

7. Roos, Fynn (2004) 3:06 / 1:30 = 4:36 min. (Jahgangsbester!)

11. Winkler, Maximilian (2005) 3:49 / 1:45 = 5:34 min.

Schülerinnen B (W10): 200m Schwimmen, 1000m Laufen:

7. Brückl, Amelie (2003) 5:32 / 4:31 = 10:03 min.

Schüler B (M10): 200m Schwimmen, 1000m Laufen:

5. Tomandel, Lukas (2003) 5:47 / 3:57 = 9:44 min.

Schülerinnen A (W12): 300m Schwimmen, 2500m Laufen:

2. Eckhoff, Sirka (2000) 6:06 / 12:23 = 18:29 min.

Podestplätze beim Duathlon Day in Hilpoltstein (mfr. Meisterschaft Schüler)

Wie jedes Jahr zogen wir diesmal bei kaltem Wetter und Sprühregen am frühen Morgen nach Hilpoltstein zum Duathlon Day.

Die DAV-Jugend war zwar mit nur drei Startern vertreten, aber die Leistungen jedes Einzelnen konnten sich sehen lassen. Nachdem die Wettkampfrichter die Einstellung der Gangschaltungen unserer Mountainbikes akribisch überprüft hatten -(Schüler bis Jg. 2000 durften mit einer Pedalumdrehung nur max. 5,66 m zurücklegen)- kamen wir gerade



Vlnr: Sirka u. Sarina Eckhoff, Oliver Winkler

noch rechtzeitig um 08.30 Uhr zur Wettkampfbesprechung. Gleich darauf folgten die Starts der Wettkämpfe von Sarina, Sirka und Oliver. Mittags startete dann noch Florian Kinder bei den Junioren. Alle Wettkämpfe der Altersklassen verliefen reibungslos und unsere DAV-Nachwuchsathleten kamen glücklich und zufrieden ins Ziel.

Auch diesmal haben wir einen Podestplatz in der Wertung für die mittelfränkischen Meisterschaften und einen weiteren in der Altersklasse errungen. Ein besonderer Anreiz dieses gut organisierten Wettkampfes ist die stets gute Verpflegung der Sportler im Zielbereich mit Getränken, frischen Früchten und Gebäck sowie die Tombola, bei der man fast immer etwas gewinnt.

Birger Eckhoff

Die Ergebnisse im Einzelnen:

Schülerinnen C1 (0,4/2,5/0,4 km): **Sarina Eckhoff**, 14:38 min., 7. AK, 5. mfr. Meisterschaft
Schülerinnen A1 (1/4/0,4 km): **Sirka Eckhoff**, 16:58 min., 4. AK, **3. mfr. Meisterschaft**
Jugend B2 (2/10/1 km): **Oliver Winkler**, 37:11 min., 10. AK, Alterklasse TM18 (8/30/3 km):
Florian Kinder, 1:42:30 Std., **3. AK**

DAV-Kids und Youngsters

DAV-Kinder feiern wieder Erfolge beim 13. Happurger Stauseelauf

Beim 13. Happurger Stauseelauf waren bei den Kinderläufen wieder über 100 Nachwuchs-Athleten aus dem Nürnberger Land am Start, wovon ein großes Teilnehmerfeld die Kinder vom DAV Röthenbach bildeten. Insgesamt traten **20 Kinder** des Vereins je nach Altersklasse auf den verschiedenen Laufdistanzen motiviert ihre Wettkämpfe an.

Leider gab es gleich im ersten Lauf der Jüngsten einen Sturz auf der 400m-Strecke, der Lena vom 3. auf den 6. Platz zurückwarf. Trotzdem kämpfte sie sich wie schon bei ihrem Sturz vor zwei Jahren tapfer bis ins Ziel.

Mit Spannung, Anfeuerungsrufen und viel Beifall begleiteten sich die Vereinskinder jeweils gegenseitig bis in den Zielkanal und wurden alle mit einer Medaille und einem kleinen Geschenk belohnt. Dabei konnten einige Kinder auch wieder sehr erfolgreiche Platzierungen erreichen und sich gegen die starke Laufkonkurrenz durchsetzen.

In der AK U10 konnte **Ryan Roos** den 1. Platz über 800m erreichen. **Julius Gubitz** belegte den 3. Platz bei den Jungen U12 auf 800m. Auf der Strecke von 1600 m holten **Felix Groß** (1.), **Oliver Winkler** (2.) und **Linus Bald** (3.) gleich alle drei Platzierungen für den DAV Röthenbach in der AK U16. Die jeweils Erstplatzierten wurden mit einem großen Pokal geehrt.



Birger Eckhoff mit seinen Schützlingen
Christoph Bald und Florian Kinder

Auch im Starterfeld des Hobby- und 10-km-Hauptlaufes nahmen DAV-Nachwuchssportler teil. Auf dem 10km-Lauf siegte **Florian Kinder** mit einer Zeit von 40:11 min vor **Christoph Bald** in der Altersklasse U20.

Alle Kinder des DAV Röthenbach hatten wieder viel Spaß bei diesem sehr gut organisierten Wettkampf, der in diesem Jahr gleich-

zeitig als Vereinsmeisterschaft gewertet wird und wir danken ganz herzlich dem Veranstalter SC-Happurg.

DAV-Vereinsmeisterschaftwertung am Happurger Stauseelauf

Der Happurger Stauseelauf war gleichzeitig auch die DAV-Vereinsmeisterschaft. Dank des großen Teilnehmerfeldes bei den Kindern können sich nun einige Kinder stolz „Vereinsmeister“ in ihrer Altersklasse nennen. Die Ehrung der Vereinsmeister wird im Rahmen unseres Saisonabschluss-Abends am 12.10.2013 stattfinden.



Ergebnisse der DAV Röttenbach Vereinswertung bei den Kindern/Jugendlichen

Kinderlauf 400 m - weiblich

1. Heyn Emely, 0:01:01, WU8
2. Ringel Lena, 0:01:01, WU8

Schülerlauf 800 m - weiblich

1. Eckhoff Sarina, 0:03:48, WU10
2. Tomandel Johanna, 0:04:01, WU10
3. Hopf Luisa, 0:04:12, WU10
4. Gubitz Giulia, 0:04:57, WU10

1. Roos Olivia, 0:03:21, WU12

Kinderlauf 400 m - männlich

3. Wild Andreas, 0:01:04, MU8
4. Pohl Marlon, 0:01:06, MU8

Schülerlauf 800 m - männlich

1. Roos Ryan, 0:03:00, MU10
2. Roos Fynn, 0:03:20, MU10
3. Winkler Max., 0:03:36, MU10
4. Wild Tobias, 0:03:39, MU10

1. Gubitz Julius, 0:03:01, MU12
2. Freudenberger Oliver, 0:03:17
3. Tomandel Lukas, 0:03:30

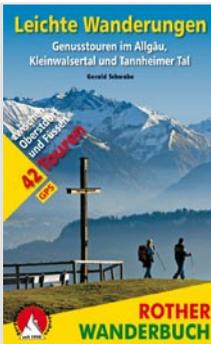
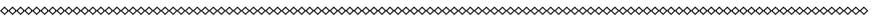
Schülerlauf U14/U16 w/m 1.600 m

1. Eckhoff Sirka, 0:06:21, WS3 00

1. Groß Felix, 0:05:21, MS4 99
2. Winkler Oliver, 0:05:38
3. Bald Linus, 0:05:45

Termine bitte vormerken:

- | | |
|------------|---|
| So. 23.06. | Stadtfestlauf Röttenbach / Staffel 4 x 2,6 Km |
| Sa. 29.06. | Rothsee Triathlon Festival / ab AK Sch. C |
| So. 28.07. | Kanufahrt auf der Wiesent / Sommerabschluss |
| So. 04.08. | Hersbrucker Altstadtfestlauf / 5 Km und 10 Km |
| So. 18.08. | Finishline Herbstlauf Nürnberg / ab AK Sch. C |
| So. 25.08. | Blumenfest (am Samstag Blumen kleben)
Mitlaufen beim Umzug |
| So. 29.09. | 10 km von Röttenbach / alle AK
(ab Bambini, 400 m) bis 10 Km |
| Do. 03.10. | Nürnberger Stadtlauf / alle AK (ab Bambini, 600 m) bis 10 Km |
| Sa. 12.10. | Sportlerabschluss Jugendgruppe mit Klettergarten |



Buchvorstellung

Rother Wanderbuch von Gerald Schwabe

Leichte Wanderungen Genusstouren im Allgäu, Kleinwalsertal und Tannheimer Tal

42 Touren zwischen Oberstdorf und Füssen

1. Auflage 2013, GPS-Tracks zum Download, 152 Seiten
42 Wanderkärtchen, eine Übersichtskarte, 14,90 Euro

Anstrengende Ganztagestouren und schweißtreibendes Auf und Ab sind nicht jedermanns Sache, vom Weckerklingeln in aller Herrgottsfrühe ganz zu schweigen. Für all jene, die es beim Wandern gerne etwas gemütlicher angehen wollen, bietet das Rother Wanderbuch »Leichte Wanderungen« eine wahre Fundgrube an Genusstouren im Allgäu, Kleinwalsertal und Tannheimer Tal.

Die 42 Tourenvorschläge sind eine bunte Mischung von leichten, überwiegend zwei- bis vierstündigen Wanderungen zwischen Oberstdorf und Füssen: Es finden sich einfache Panoramawege ab der Bergstation, prächtige Aussichtsgipfel mit kurzen Anstiegen, gemütliche Alm- und Wiesenwanderungen und vieles mehr.

Alle Tourenvorschläge verfügen über exakte Wegbeschreibungen, Kartenausschnitte mit Routenverlauf und aussagekräftige Höhenprofile.

Die historische Seite



Edeltraud Bauer (geb. Porzelt) und Monika Schmidt (geb. Ettl)
1950 beim Urlaub auf unserer Vereinshütte

Rechts vor der Hütte unser
langjähriges Mitglied und
„Kassier“ Margarete Bauer

Herzlichen Dank an Edeltraud
Bauer für die Bilder!



CHRISTIAN PISCHL



- Brand-, Wasser- und Einbruchschäden
- Fenster / Haus- und Innentüren
- Beratung - Planung - Betreuung
- Sonnen- und Insektenschutz
- Rolladen und Rolll Tore
- Umbauten von A - Z
- Möbel und Parkett
- Reparaturen

☎ 0911 57 76 76

📠 0911 5 70 99 49

🌐 www.pischl-renovierungen.de

✉ info@pischl-renovierungen.de

Mühlach 7 · 90552 Röthenbach/Peg.

Dummert Erhard

Ihr Partner rund ums Haus

Simmelsdorfer Str. 9 ■ 91245 Simmelsdorf ■ Telefon: 0 91 55 – 92 72 96
Mobil: 0176 – 70 00 98 87 ■ Fax: 0 91 55 – 92 72 96

Ihr Betrieb für:

* Fenster und Haustüren (Verkauf und Montage)

* Holz- und Bautenschutz

* Trockenbau

* Fliesenarbeiten

* Dachflächenfenster

* Pflasterarbeiten

* Außenanlagen

* Dachausbau * Dachbodenisolierung

Bergsport

Servus Leute,

hier nun die Planung für den Outdoorklettertreff.

Da ich oftmals spontan Änderungen vornehme, sollten diejenigen die neu dazukommen wollen sich kurz rückversichern, ob es bei dem geplanten Fels bleibt. Gedacht ist die Veranstaltung am Fels für Leute, die klettern und sichern können.

Wir treffen uns gegen 17.00 Uhr am Fels (nicht bei Regen). Bitte bringt eigenes Material mit.

Ansprechpartner ist: Sylvia Koenen, Tel.: 09123/18 25 71

Eure Sylvia

Klettertreffplanung 2013

Datum	Fels	Sebastian Schwertner 7. Aufl., Seite	Bernhard Thurn, 8. Aufl., Seite	Internet Franken- jura.com
03.07.13	Reibertsbergwand	141/142	361-363	ja
10.07.13	Bärnhöfer Wand (Katzenlöcher)	292-294	238-239	ja
17.07.13	Schda Schdum	136	-	ja
24.07.13	Stefansturm (Sulzfeld)	299/298	240/242	ja
31.07.13	Graischer Bleistein- wände 5	158	356	ja
12.10.13	Hohler Fels	466	66	ja



GUTSCHEIN
15 %
PREISNACHLASS

Auf und Ab _ Der Bergsport- und Wanderladen _ Hersbrucker Straße 21 _ 91207 Lauf an der Pegnitz
Telefon 09123 / 809 64 99 _ Fax 09123 / 809 64 98
www.aufundab-online.de _ info@aufundab-online.de _ Öffnungszeiten _ Montag - Freitag 10 - 19 Uhr _ Samstag 10-14 Uhr

Moutainbiketour durchs Karwendel vom 18. bis 19. August 2013



Ladizalm – auf dem Weg zur Falkenhütte

**Traumtour durchs zentrale Karwendel, dem größten zusammenhängenden Naturschutzgebiet der Ostalpen, mit anspruchsvollen Auf-
fahrten und Superabfahrten durch wildromantische Täler. Übernachtung auf der Falkenhütte.**

Tourenbeschreibung: 1. Tag: Start in Mittenwald (Nähe Campingplatz)
– Vereiner Alm – Hinterriß – Johannestal -
Falkenhütte (ca. 40 km/1800 Hm)
Alternative ohne Vereiner Alm über Vorderriß
nach Hinterriß (ca. 50km/1300Hm) möglich

2.Tag: Falkenhütte – kleiner Ahornboden –
Karwendelhaus – Scharnitz – Oberbrunnalm
– Gießenbach – Mittenwald (ca. 60 km/1250 Hm);

Teilnahmevoraussetzung: Kondition für eine anspruchsvolle Mountainbiketour
von ca. 100 km und ca. 3000 Hm

Besondere Ausrüstung: Mountainbike, Radhelm

Weitere Infos und Anmeldung:

Jürgen Zenger Tel.: tagsüber 0911/2428355, abends 0911/5707942

Anmeldung und Meldeschluss: Anmeldungen ab sofort möglich.

Meldeschluss ist Samstag, der 11.8.2012

Auf den Spuren von Max Ettl

Anfang Juni wanderten wieder einige DAVler von Röthenbach zur DAV-Hütte nach Lehenhammer.

Bei bestem Wanderwetter trafen wir uns um 06:30 Uhr am Max-Ettl-Weg-Schild in Röthenbach. Der einzige Wermutstropfen bestand darin, dass unser Wanderfreund Max Fischer nicht mit von der Partie war.



Die Max-Ettl-Wanderer vlnr:
Werner Rümmelein, Rudi Hacke, Erwin Gillich, Karin Portelli, Gabi Braunersreuther und Reiner Knoch

Zügig liefen wir über Schönberg und Weingehofen nach Sendelbach. Nach einer kurzen Rast am dortigen Vesperplatz erklommen wir den Deckersberg. Da wir schon wussten, dass die Gaststätte geschlossen hatte packten wir wiederum unsere mitgebrachten Brote aus. Weiter ging es über Kainsbach und Förrenbach nach Arzlohe, wo wir uns nach den anstrengenden Anstiegen bei strahlendem Sonnenschein ein Radler oder Bier gönnten. In Hartmannshof brauten sich ein paar dunkle Gewitterwolken zusammen, doch wir wanderten flott weiter und erreichten über Deinsdorf nach einem letzten Anstieg trockenen Fußes bereits um 15 Uhr unsere Hütte.

Dort wurden wir herzlich von Hüttenwirtin Ullrike Knoch mit kühlen Getränken, leckeren selbstgebackenen Kuchen und Kaffee empfangen. Zusammen mit einigen Röthenbachern, die dort ebenfalls die herrliche Natur und Aussicht genossen, ließen wir den Nachmittag in gemütlicher Runde ausklingen.

Wir freuen uns bereits jetzt aufs Wandern im nächsten Jahr und hoffen, dass es Max – dann 80 Jahre alt – noch einmal „packen“ wird.

Gabi Braunersreuther

Wir bieten:

- Für die Wanderer-**
Die Brotzeit
- Für die Läufer-**
Die Zwischenmahlzeit
- Für die Radfahrer-**
Die Energieträger
- Für Ihre Feste-**
Leckere Braten-
und Wurstplatten

Fränkische Spezialitäten



Grabenstraße 22 Tel.: 0911/570 67 50
90552 Röttenbach Fax 0911/570 96 97
Im Internet: <http://www.metzgerei-laechele.de>
Neu! jetzt mit Online-Shop

Beachten Sie unsere wechselnden **Wochenangebote!**
Haben Sie schon Ihre **Treuekarte**? Holen Sie sich eine bei Ihrem nächsten Einkauf.

JANKER

Zimmerermeister
Dachdeckermeister
Baubiologe
Geprüfter Gebäude-
energieberater HWK



JANKER GmbH
Mühlflach 10
90552 Röttenbach
Tel.: 0911/570 63 34
Fax: 0911/570 76 78
info@janker-dach.de
www.janker-dach.de



Sportgruppe

Die Langstreckler beim DAV Röthenbach und im Pegnitzgrund scheinen noch im Winterschlaf zu sein

Beim Auftakt der Laufserie 2013 und auch bei den folgenden Rennen vermisst man heuer das gewohnt starke Auftreten der Läuferinnen und Läufer aus dem Nürnberger Land. Meist gehen aus den bekannten Vereinen nur noch Einzelkämpfer an den Start. Auch beim Start der BLV Lauf-Cup-Serie in Neuhaus, die zugleich mittelfränkische Meisterschaft war, war die Teilnehmerzahl aus dem Landkreis schwach.

Neuhaus 10 Km:

106. Oliver Lang 42:26 Min. 20. M 30 14. BLV Cup 7 Pkt.

Nordic Walking 6 Km: 5. Alfred Unfried 53:04 Min.

Rothsee-Lauf über 10,4 km:

5. **Ute Petschar** 49:47 Min. **1. W 45**

16. Renate Kühnlein 55:30 Min. 2. W 45

Post SV Frühjahrslauf 10 Km

24. Oliver Lang 40:10 Min. 4. M 30

33. Ralph Hopf 41:30 Min. 4. M 40

5 Km:

27. **Susanne Lang** 25:08 Min. **1. W 45**

28. Uwe Lang 25:10 Min. 5. M 45

Pühlheimer Frühlingslauf Nordic Walking 5,9 Km:

7. Alfred Unfried 52:40 Min. 2. M 75

Erlanger Winterwaldlauf 2. Lauf BLV Cup 10 Km:

31. Oliver Lang 39:22 Min. 7. M 30

48. Ralph Hopf 40:40 Min. 5. M 40

119. Erwin Gillich 44:40 Min. 2. M 60

280. Helene Macher 53:03 Min. 3. W 55

Stadtwaldlauf Fürth 10 Km:

35. Ralph Hopf 42:47 Min. 7. M 40

Hohenstadt Straßenlauf 10 Km:

Florian Lang 38:09, 2. MHK / Ralph Hopf 40:14, 3. M 40

Erwin Gillich 44:17, 2. M60 / **Beate Reinhardt** 48:43, **1. W 40**

Ulrike Praß 52:16, **1. W 45**

Alfred Unfried

Günther Buchner vom DAV Röttenbach hat zur Zeit die Altersklasse 60 über 10 Kilometer voll im Griff

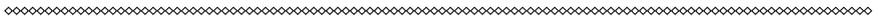
Beim Renzenhofer Ausdauersportler **Günther Buchner** gilt das Sprichwort „15 Jahre war der Peppi krank - jetzt läuft er wieder Gott sei Dank“. Nach einer jahrelangen Verletzungsserie ist er wieder in einer bestechenden Form und eilt von Sieg zu Sieg. Bei der **Kreismeisterschaft** im Waldlauf auf der schweren Strecke in **Alddorf** über 10 Kilometer zeigte er bereits seine ansteigende Form und wurde mit einer Laufzeit von 46:30 Min. gesamt 4., Kreismeister und 1. in der AK 60.

Beim **Kallmünzer Frühlingslauf** über 10 Kilometer waren 197 Läuferinnen und Läufer am Start. Günther Buchner (Bild rechts) belegte mit einer Laufzeit von 43:12:85 Min. Platz 27 gesamt und wurde souverän 1. in der AK 60.



Auch beim **Happurger Stauseelauf** ließ er nichts anbrennen und siegte deutlich mit 42:06 Min. Man darf bei den nächsten Rennen gespannt sein, wenn Buchner auf den schnellen Hartmut Häber vom Triathlon Hub trifft, der bisher die AK 60 dominiert hat.

Alfred Unfried



Honige aus eigener Imkerei

- Honigbonbons
- Bienenwachskerzen
- Kosmetikprodukte
- Geschenkkörbe und vieles mehr

Das Bienenkörbchen

Christine und Thomas Reichel · Am Hirtenbühl 1, 91207 Lauf
09123/75752 + 0170/2128461 · www.dasbienenkoerbchen.de

Andreas Janker auf Anhieb unter den Deutschen Top 10 im Gehen

Andreas Janker (LG Röthenbach/DAVRöthenbach) hat bei seinem Debüt über die 20km Gehen bei den **Deutschen Meisterschaften in Naumburg** (Sachsen-Anhalt) einen überraschend starken **8. Rang** errungen und darf sich damit nach nur 6 Monaten Training zu den schnellsten 10 Gehern dieses Landes zählen. Der Bayerische Marathonmeister des Jahres 2011, der noch vor einem halben Jahr in Chicago seinen 20. Marathonlauf bestritt, suchte anschließend nach einer neuen Herausforderung. Ohne Anweisung eines Trainers, mit abgeänderten Marathontrainingsplänen und genauem Studieren der Gehtechnik anhand von Internetvideos eignete sich Janker nicht nur die Gehtechnik so an, dass er bei den Deutschen Geher-Meisterschaften über 20km ohne jede Ermahnung eines Gehrichters blieb, sondern in einer Zeit von 1:34:44 Std. ein in der Szene viel beachtetes Debüt erreichte.

Von Beginn an konnte sich Janker in Naumburg, wo neben der gesamten deutschen Top-Elite auch Starter aus 12 verschiedenen Nationen am Start waren, an die Fersen des 40-jährigen Steffen Borsch vom SV Halle heften. Borsch hat vor wenigen Wochen bei der Senioren WM im spanischen San Sebastian einen neuen Seniorenweltrekord aufgestellt und verfügt über 29 Jahre Erfahrung im Gehsport. Bei Km 8 musste er seinen Kontrahenten ziehen lassen, konnte aber das Tempo der Führenden des internationalen Frauenwettbewerbes, der Finnischen Meisterin und Olympiateilnehmerin Anne Halkivaha, aufnehmen. Zusammen mit der Finnin, die von außen auf der 1km-Pendelstrecke, die die Geher vorbei an den dort in diversen Abständen postierten Gehrichtern 20mal zu absolvieren hatten, von ihren Betreuern frenetisch angefeuert wurde, konnte der Röthenbacher sein Tempo nahezu halten. Dank eines starken Schlussabschnittes auf den letzten 5km konnte sich Janker gar noch von der Finnin, die sich dennoch mit persönlicher Bestleistung für die Leichtathletik-WM in Moskau qualifizierte, lösen und mit nicht einmal einer Minute Rückstand auf Steffen Borsch die Ziellinie als Achter überqueren.

Auch die Tatsache, dass der 30-Jährige nach Ende des Rennens zur Dopingkontrolle ausgelost wurde, meisterte er problemlos. Den Deutschen Meistertitel sicherte sich am Ende der 21-jährige ehemalige Juniorenwelt-

meister Hagen Pohle vom SC Potsdam in 1:22:37 Std. Die ersten Sechs der nationalen Meisterschaften sind alle Kader-Athleten des Deutschen Leichtathletikverbandes.

Den internationalen Wettbewerb gewann, noch vor den beiden Deutschen Pohle und Linke, der Neuseeländer Quentin Rew in 1:22:16 Std. Auch er war bei den Olympischen Spielen in London vergangenes Jahr für sein Land am Start.



Bereits 2 Wochen vor der Deutschen Meisterschaft konnte Andreas Janker beim **9. Vogtlandgehen über 10km** im sächsischen Reichenbach einen hervorragenden **2. Platz** belegen. Nach seinem überraschenden Erfolg im Januar bei den bayerischen Hallenmeisterschaften über 5000m hatte Janker konsequent an seiner Gehtechnik und den Grundlagen gearbeitet. Beim Gehen kontrollieren Wettkampfrichter ob die Gehtechnik eingehalten wird und können bei Nichteinhaltung von Kniestreckung und Bodenkontakt Disqualifikationsanträge aussprechen, bei dessen dritten Antrag man das Rennen verlassen muss. Trotz seiner geringen Wettkampferfahrung gelang es dem 30-Jährigen zum ersten Mal, einen solchen Wettbewerb ohne jede Ermahnung eines Wettkampfrichters zu beenden. In einer Zeit von 46:36min über die 10km, die selbst so einigen erfahrenen Hobbyläufern Schweißperlen auf die Stirn treiben würde, errang Janker damit den 2. Rang und musste sich nur dem 40-jährigen Steffen Borsch vom SV Halle geschlagen geben (43:45min).

Andreas Janker

Erika Hajner Deutsche Meisterin im Duathlon

Erika Hajner vom DAV Röthenbach wird erneut Deutsche Meisterin im Duathlon 2013 in Cottbus in Nähe der polnischen Grenze.

Am Samstag herrschte noch angenehmes Wetter bei Temperaturen um die 10 Grad in der Niederlausitz, doch am Sonntag, als der Wettkampf in Cottbus gestartet wurde, waren es bei Nieselregen gerade noch 4 Grad. Das sind keine guten Wettkampfbedingungen für einen Duathlon und es war vorauszusehen, dass nur die Härtesten im Starterfeld auf dem Siegerpodest stehen würden.



Erika Hajner top in Form

Nachdem vor dem Start alle Bikes in der Cottbuser Messehalle aufgestellt waren, fand eine kurze Wettkampfbesprechung statt. Nach dem Start wurden im Messegarten 6 Runden à 1,6 Kilometer auf ebener flacher Strecke gelaufen, danach folgte der Wechsel in der trockenen Messehalle aufs Rad. Die Radstrecke war ein Wendekurs durch die Cottbuser Innenstadt und Gott sei Dank hatte der Regen inzwischen aufgehört, aber auf dem Rad war es bitterkalt und Handschuhe waren dringend angesagt. Die zweite Laufstrecke war eine etwas größere Runde durch das Messegelände. Erika Hajner fand von Anfang an ihren Rhythmus und lief gleichmäßig ihre Laufkunden. Auch beim Radfahren konnte Sie sich gegenüber dem Vorjahr deutlich steigern und ihren Vorsprung vergrößern. Mit der Zeit von 2:35 Std. wurde sie wie gewohnt Deutsche Meisterin im Duathlon der AK 60 vor Laska Franziska Brandenburg mit 2:51 Std. Und wie schon gesagt, nur die Härtesten standen auf dem Podest.

Alfred Unfried / Rainer Räth

1. Mai, und der Berg ruft!

Natürlich muss der Deutsche Alpenverein auch beim Berglauf auf unseren Hausberg, den Moritzberg vertreten sein. Diesmal gab's bereits 115 Starter, die sich entschlossen hatten, den 1. Mai mit einem knackigen Anstieg von 363 Höhenmetern zu feiern. Es werden jedes Jahr mehr, mit Recht, denn es ist ein sehr kultiger Lauf und absolut empfehlenswert. Die Temperaturen waren spitze zum Laufen. Schnellster in unseren DAV-Reihen war **Andy Janker**, 3 Tage nach den Deutschen Gehermeisterschaften wieder als Läufer unterwegs: 00:39:36, 6. gesamt, 3. AK M 30, gefolgt von **Erhard Dummert**: 00:45:01, 26. gesamt, 1. AK M 55, **Ulrike Praß**: 1:00:09, 100. gesamt, 4. AK W 45 und kurz darauf erstürmte **Helene Macher** den Gipfel: in 1:02:05, 104. gesamt, 1. AK W 55. Wir hatten alle einen riesigen Spaß, vor allem beim Runterlaufen nach der Plackerei und bei der Siegerehrung mit den Köstlichkeiten vom Ski-Club-Lauf-Küchenteam.



Vlnr. Andreas Janker, Helene Macher, Ulrike Praß, Erhard Dummert

Landkreislauf 2013

Der Landkreislauf von Rupprechtstegen nach Simonshofen war für uns ein voller Erfolg. Das Wetter spielte natürlich diesmal auch mit. Trotz parallel stattfindender Hütteneröffnung konnten wir 6 Mannschaften stellen: Drei Nordic Walking-, eine Jugend-, eine Herren- und eine Damenmannschaft.

Walter Uebler wurde wieder einmal als ältester Teilnehmer geehrt. Wie auch in den letzten Jahren war es ihm vergönnt, hochofren und Hand in Hand mit der jüngsten 5-jährigen Teilnehmerin die Bühne zu erklimmen. Etappensiege gingen bei den Läuferinnen an **Anja Franz** und bei den Walkern an **Ernst Fischer** und **Manfred Klunk**. Etappenzweite wurden

Sportgruppe

Erika Hajner, unser Vize-Präsident Karl-Heinz Koth und Hipo (Herbert Hilpoltsteiner). Dritte ihrer Etappe wurde Beate Reinhardt.



Sensationell:

Die Walker erreichten mit Rudi Wolf, Werner Rümmelein, Ernst Fischer, Karl-Heinz Koth und Manfred Klunk (Bild vlnr) den **1. Platz** von 44 teilnehmenden Mannschaften!!! Glückwunsch an unsere Nordic Walker!



Strahlende Gesichter bei der Siegerehrung in Simonshofen

Die Damen stiegen auch aufs Podest: Platz 3 von 21 Mannschaften. Wenn nicht alle zusammenhelfen und vollen Einsatz bringen kommt nichts zu Stande. Der DAV Röthenbach hat gezeigt, dass er auch in Situationen mit stark dezimierter Teilnehmerzahl Geschlossenheit demonstrieren kann.

Weitere Ergebnisse: DAV-Herren: Platz 30, DAV-Youngsters: Platz 43, beide von 137 teilnehmenden Mannschaften. DAV Nordic Walking 2: Platz 19, DAV Nordic-Walking 3: Platz 30.

Ulrike Praß

Leinburger Kirwalauf



Wieder ist es uns geglückt, beim Leinburger Kirwalauf am 18.5. mit Unterstützung der Bambini, den Schülern und der Jugend teilnehmerstärkster Verein zu werden. Außerdem haben unsere Walker schon wieder voll durchgezogen: Karl-Heinz Koth 2. Platz und Manfred Klunk 3. Platz. Über 5 km siegte **Florian Lang** wiederholt unangefochten. Nach dem Rennen hatten wir selbstverständlich noch viel Gelegenheit in der Maisonnette zu regenerieren und beim Bieranstich und der Siegerehrung ordentlich abzuräumen. Es ist einfach immer wieder toll, wenn unsere Radfahrer und Fans zum Anfeuern kommen und wir so eine große Truppe sind! Die 30 l Bier (unser Preis für den teilnehmerstärksten Verein) wurden traditionell für das darauffolgende Montagstraining reserviert.

Ergebnisse 10 km:	7. Platz ges.	Kinder, Florian	M18 1. Platz in 41:54 min
	8. Platz ges.	Petschar, Klaus	M45 3. Platz in 42:09 min
	12. Platz ges.	Geier, Matthias	M40 2. Platz in 43:30 min
	14. Platz ges.	Teige, Reinhard	M50 2. Platz in 44:24 min
	23. Platz ges.	Pruschowitz, Frank	M40 3. Platz in 49:02 min
	24. Platz ges.	Bachhofer, Andrea	W40 2. Platz in 49:03 min
	27. Platz ges.	Praß, Ulrike	W45 3. Platz in 52:00 min
Ergebnisse 5km:	1. Platz ges.	Lang, Florian	M25 1. Platz in 17:22 min
	4. Platz ges.	Bald, Christoph	M18 1. Platz in 19:43 min
	6. Platz ges.	Roos, Wolfgang	M45 1. Platz in 20:03 min
	10. Platz ges.	Groß, Felix	M14 1. Platz in 20:58 min
	11. Platz ges.	Strattner, Juri	M16 1. Platz in 21:01 min
	25. Platz ges.	Scharrer, Klaus	M35 1. Platz in 26:51 min
Walken 5 km:	2. Platz ges.	Koth, Karl-Heinz	M60 2. Platz in 33:56 min
	3. Platz ges.	Klunk, Manfred	M70 1. Platz in 34:14 min
	4. Platz ges.	Herbert Will	M70 2. Platz in 37:18 min
	12. Platz ges.	Heitkötter, Angelika	W45 1. Platz in 42:46 min
	13. Platz ges.	Unfried, Alfred	M75 2. Platz in 43:46 min

Ulrike Praß

Besser Biken

Unter dem Motto „Besser Biken“ stellten sich am 20. und 21. April zwölf unerschrockene DAV-Mädels der Herausforderung eines MTB-Kurses in Hersbruck. Unsere Trainer waren Gunther Klos und Jens Schmidt.

Für den ersten Tag waren diverse Übungen zu Geschicklichkeit und Gleichgewicht auf dem Rad angesagt, am zweiten Tag sollte das Erlernte dann innerhalb einer ganztägigen Tour ins Hersbrucker Umland angewendet und vertieft werden.

Bei kühlen Temperaturen radelten wir zu einem nahe gelegenen Volleyballplatz, wo wir in zwei Gruppen mit je einem Trainer eingeteilt wurden. In der einen Gruppe sollten wir uns (alles natürlich im Fahren) per Handschlag begrüßen, Trinkflaschen und Bälle vom Boden aufheben, uns gegenseitig verfolgen und an der Kleidung befestigte Tücher abnehmen oder auch Bodenmarkierungen seitlich zwischen Vorder- und Hinterrad umfahren. In der anderen Gruppe ging es darum, das Gleichgewicht zu halten um „stehen“ zu können, bzw. durch dosiertes Bremsen und Gewichtsverlagerung das Vorder- und Hinterrad zu „lupfen“.

Nachdem wir alle mehr oder weniger durchgefroren waren, stärkten wir uns in der Mittagspause im „Schwarzen Adler“.

Am Nachmittag starteten wir zuerst mit dem „Treppenfahren“. Noch in der Stadt fuhren wir ALLE eine Treppe mit 2 x 3 Stufen mehrfach ohne jegliche Probleme hinunter! Bei leichtem Nieselregen kehrten wir auf unseren Übungsplatz zurück, um durch Anheben des Vorderrads auf eine Palette hinauf- und wieder hinunterzufahren. Da hier das Timing der entscheidende Faktor ist, kam es teilweise zu spektakulären Szenen, die aber Dank der Hilfestellung der Trainer nicht wirklich gefährlich waren. Abschließend übten wir noch, uns an einem Hindernis mit dem Vorderrad kurz anzustellen, um dann zurück- und weiterzufahren, ohne den Boden mit den Füßen zu berühren. Auch „Räderküssen“ stand noch auf dem Programm, d.h. zwei Radler fahren frontal aufeinander zu, bremsen dosiert, die Vorderräder berühren sich und beide fahren (vorzugsweise in unterschiedliche Richtungen) weiter. Nach einer kurzen Abschlussbesprechung entließen uns unsere Trainer für diesen Tag, um uns zu Hause wieder aufzuwärmen.

Fazit Tag 1: Erstaunlich, was man mit und auf so einem MTB alles anstellen kann!

Der zweite Tag stand unter dem Motto, eine gemeinsame Tagestour mit Mittagseinkehr zu fahren, bei der wir zusammen wegfahren und auch zu-

sammen wieder ankommen. Nach kurzem Einrollen über den Baggersee ging es hinauf Richtung Houbirg über Reckenberg und Arzlohe bis zum Aussichtsfelsen. Unterwegs wurde an schwierigen Passagen immer wieder angehalten und die beste Technik, diese Abschnitte zu meistern, vorab besprochen. Jede von uns fuhr so weit es für sie ging, manche wuchsen schier über sich hinaus. Selbstverständlich gab es aber auch einige kleinere Stürze und so manches blutige Schienbein! Nach einer sonnigen Mittagseinkkehr radelten wir nochmals hinauf über unwegsames Gelände in Richtung Deckersberg, wo wir nach einer steilen Tragepassage dann auch mehr oder weniger geplättet den relativ unbekanntem Gipfel des Deckersbergs erklommen. Nach dem Gipfelfoto ging's nur noch bergab und in flottem Tempo wieder hinunter nach Hersbruck zum Abschlussgespräch im „Schwarzen Adler“.



Die coolen MTB-Mädels am Deckersberg

Fazit Tag 2: Der Weg ist das Ziel – so schnell kann man alles Gelernte dann doch nicht umsetzen – aber man kann seine persönlichen Grenzen verschieben!

Zusammenfassend können wir sagen, dass alle 12 Mädels von dem Kurs total begeistert waren, obwohl die Fähigkeiten und Häufigkeit, das MTB zu nutzen anfangs ganz unterschiedlich waren. Alle waren wir uns einig, dass dies zwei Super-Tage waren, in denen wir viel gelernt und darüber hinaus auch viel Spaß gehabt haben.

Eine Wiederholung bzw. ein Aufbaukurs ist nicht auszuschließen – falls die beiden Trainer das nach zwei Tagen mit uns und einer gewissen Ruhezeit nochmals auf sich nehmen würden! Zumal uns Gunther am Gipfel des Deckersbergs allen Ernstes fragte, ob und wann aufgrund der teilweise wirklich komischen Situationen und Pannen denn jetzt die versteckte Kamera endlich aufgedeckt würde...

Ute Petschar

Sportgruppe

Ehrung als Sportabzeichenprüfer

Für langjährige Tätigkeit als Sportabzeichenprüfer wurden 3 Mitglieder unserer Sektion bei der Frühjahrstagung in Feucht geehrt.



Sonja Bald (3. v.l.), Gabriele Schwarz (hinten 4. v.r.),
Walter Uebler (vorne 4. v.r.)

Verdienstnadel in Bronze für 5 Jahre Tätigkeit **Sonja Bald**. Verdienstnadel in Bronze mit Kranz für 10 Jahre Tätigkeit **Gabriele Schwarz** und **Walter Uebler**. Wir danken und gratulieren unseren Sportkameraden/innen herzlichst für ihre geleistete Arbeit und zur verdienten Ehrung.

Nachwuchs für unsere Sportabzeichenprüfer-Abteilung



Mit **Andrea Bachhofer** (Bild 3. v.r.) und **Frank Pruschowitz** (Bild 2. v.l.) hat unsere Sportabzeichenprüfer-Abteilung jungen Nachwuchs bekommen. Beide stellten sich in einer internen Prüfung den erfahrenen Prüfern des

Vereins und mussten 2 Seiten eines vom BLSV vorgegebenen Fragebogens bearbeiten. Beide bestanden die Prüfung mit 0 Fehlern. Wir gratulieren zum Erfolg und wünschen Beiden viel Spaß bei ihrer neuen Tätigkeit für unsere Vereinsmitglieder und für die Allgemeinheit.

Alfred Unfried

Der 15. Rückenschulkurs ist zu Ende

Seit 2006 werden in den Wintermonaten Rückenkurse angeboten und auch erfolgreich durchgeführt.



Günther Janker (Bildmitte vorne) während des Trainings

Leider beginnt der nächste Rückenschulkurs, beruflich bedingt, erst im September 2014 wieder. Bis dorthin wünsche ich euch einen schmerzfreien Rücken.

Und denkt daran, in dieser Reihenfolge: Entspannen, dehnen, kräftigen. 2 - 3 mal in der Woche, ca. 10 - 15 Minuten halten euch fit und beugen Rückenschmerzen vor.

Günther Janker

Würzburg Marathon

Ralph Hopf und Helene Macher sind am 19.5. beim Würzburg Marathon angetreten. Ralph konnte bei seinem Debut auf der Königsdistanz gleich in einer Zeit von 03:47:17 finishe. Helene finishte in ebenfalls sehr guten 04:28:15. Allen beiden unser herzlicher Glückwunsch! Weiter so!

Ralph Hopf:

Gesamt Platz 237, 44. AK M40, Zeit 03:47:17

Helene Macher:

Gesamt Platz 63, 4. AK W55, Zeit 04:28:15



Ralph Hopf beim Zieleinlauf

Pegnitztal-Lauf

2. Juni, 9.00h, Vorra, 7°C, Dauerregen, die Frisur hält. Die Familie Lang und Ulrike Praß starteten beim Pegnitztal-Lauf, organisiert durch den Skiclub-Artelshofen beim 10-km-Hauptlauf (steil bergauf) zunächst gegen, dann ab dem km 7 (steil bergab) mit der Strömung der Wassermassen. (Dass so etwas Pegnitz**TAL**-Lauf heißen darf empfinden bestimmt einige als fiebes Täuschungsmanöver). Im Ziel: Es goss mittlerweile in Strömen, es regnete Blasen, alles drängelte sich um den Stand mit dem heißen Tee. Vermutlich lag auf dem Höhenrücken oben noch Schnee, man hatte nur keine Energiereserven mehr frei gehabt, um noch irgend etwas wahrzunehmen.



Uwe Lang, Ulrike Praß,
Florian Lang

Sieger gab es bei den DAV'lern trotzdem: **Florian Lang** lief auf dieser schweren Strecke eine Bombenzeit von 36:37, wurde somit 2. gesamt und 2. MHK; **Ulrike Praß**: 1. W45 in 51:26, **Uwe Lang**: 10. M45 in 53:16.

Ulrike Praß

Sporttermine 2013

Datum	Event	Kommentar
07.07.2013	Triathlon Hersbruck	0,3/20/5 Km
14.07.2013	12. Challenge in Roth	3,8/180/42Km
04.08.2013	Altstadtfestlauf Hersbruck	10Km ETAT
04.08.2013	Erlanger Triathlon	1,5/40/10Km, 2/80/21Km
11.08.2013	Rother Kärwalauf	10Km
18.08.2013	Finishline Herbstlauf	HM/10Km
18.08.2013	Moritzbergkärwa	MTB
24.08.2013	Blumenfest Motiv bekleben	MACHT ALLE MIT!
25.08.2013	Blumenfestzug	MACHT ALLE MIT!
14.-16.09.2013	Vereinsfahrt Wachau	MACHT ALLE MIT!
im Sept 2013	Duathlon Herbruck	5/25/5Km, 10/40/5Km
15.09.2013	Neumarkter Stadtlauf	5/10/21Km
29.09.2013	10Km von Röttenbach	HELFT ALLE MIT!
03.10.2013	Stadtlauf Nürnberg	10/21Km
09.11.2013	2-Stundenlauf	In Elsis Scheune
07.12.2013	Sportlerabschluss	bei Bernd Haas in Diepersdorf
07.12.2013	Nikolauslauf Forchheim	10Km
31.12.2013	Silvesterlauf Nürnberg	10 Km, Hobbylauf



**Ihr Partner in allen Fragen rund um die Gesundheit!
Kommen Sie vorbei oder besuchen Sie uns unter:**

www.pegnitz-apotheke.de

Grabenstrasse 12 - 90552 Röttenbach

Tel. :0911/577125 - Fax:0911/5707181 - e-mail:pegnitz-apotheke@aponet.de

Jetzt neu:

Punkten Sie bei uns mit Ihrer PAYBACK Karte!*

(*Für den Umsatz mit freiverkäuflichen und apothekenpflichtigen Arzneimitteln
sowie mit dem apothekenüblichen Ergänzungssortiment)

Spät, aber doch! Der Bericht zur Skifahrt alpin 2013

Die Skifahrt Alpin führte uns diesmal in die Steiermark ins Skigebiet Hinderstoder. Erfreulich war für mich, dass sich im Januar noch 8 Personen angemeldet haben, da ich sonst dieses Mal selbst etwas drauflegen hätte müssen.

Wie immer pünktlich ging es ohne Stau und mit offenem WC ins Hotel Huttersberg in Windischgarsten. Schon beim Ausladen der Koffer und Gepäckstücke gab es eine Aufregung. Als Hans, unser Busfahrer, nicht im Bus war, machte sich dieser auf dem mittlerweile durch die geschmolzene Schneedecke eisigen Untergrund selbstständig und rollte rückwärts die Straße runter. Günther Heydrich sprang geistesgegenwärtig in den Bus und lenkte diesen, da Bremsen nicht half, sanft gegen die Hausmauer. An selbiger entstand durch den Skikoffer ein kleiner Kratzer in der Wand. Am Bus selbst entstand kein Schaden. Hans fuhr den Bus von der Hausmauer auf die Straße, um Schneeketten anzulegen. Da der Bus aber ohne Bremse weiterrutschte, hatte ich den Job des „Bremsers“. Ich dachte schon nach, was ich tun würde, wenn der Bus mit mir durchgehen würde. Aber Gott sei Dank konnten die Schneeketten angelegt werden, ohne dass es noch größere Rutscher gab.





Am nächsten Morgen strahlte die Sonne vom Himmel und so ging es nach dem Frühstück ins Skigebiet nach Hinterstoder. Traumhaftes Wetter und Pisten für jeden, was will der Mensch mehr. Nach einem wunderschönen Skitag ging es ausgelaugt, aber zufrieden ins Hotel zurück. Danach Abendessen und gemütliches Zusammensitzen.

Am nächsten Tag meinte es das Wetter nicht ganz so gut mit uns, es war bewölkt, aber trocken, ab Nachmittag schaute dann die Sonne heraus. Nachdem sich die „Meute“ am Sonntag nochmals auf den Pisten ausgetobt hatte, ging es pünktlich (Danke für Eure Pünktlichkeit!) wieder Richtung Heimat.

Der nächste Termin steht schon fest:

Wir fahren nach Alpbach vom 7.2. - 9.2.2014.

Hier sind seit diesem Winter die Skigebiete Alpbach und Wildschönau durch eine Gondelbahn verbunden.

Skigebiet „Ski Juwel Alpbachtal Wildschönau“: 145 km Pisten, davon 32 km blau, 78 km rot, 18 km schwarz, 17 km blau. Aufsteiger der Saison 2012/2013 laut ADAC-Skiguide und ausgezeichnet als TOP Skigebiet bei Skiresort.de.

Bis dahin eine gute Zeit und ich freue mich schon jetzt, wenn es mal nicht so lange dauern würde, bis der Bus einigermaßen voll ist.

Euer Heiner

Gaumenfreuden und Kultur entlang der Elbe

Für die 17. Damenradtour hatte Charlotte einen Bus mit Radanhänger gechartert, der uns nach Dessau bringen und fünf Tage später in Dresden wieder abholen sollte. Beim Treffpunkt frühmorgens am 1. Mai erfuhren wir, dass unsere Chefin Charlotte kurzfristig nicht mitfahren konnte, da Harry überraschend im Krankenhaus lag. Außerdem musste auch Ruth krankheitsbedingt absagen. Somit blieben 13 Radlerinnen übrig. Begleitschutz bekamen wir allerdings von unseren drei Männern Manfred, Herbert und Werner, die mit uns mitfahren und dann auf eigene Faust nach Dresden radeln wollten. Unseren Busfahrer Robert Schauer können wir nur empfehlen, eine solch bequeme und entspannte An- und Abreise hatten wir noch nie!

Nach der Ankunft in Dessau-Rosslau übernahmen Bärbel und Regina die Leitung unserer Truppe und führten uns bei kühlem, trockenem Wetter durch das Wörlitz-Dessauer Gartenreich bis zur Lutherstadt Wittenberg. Eine Besichtigung der Schlosskirche scheiterte an Renovierungsarbeiten, aber wir spazierten durch die Altstadt und genossen im Hof des Cranach-Hauses leckere Kaffee- und Schokoladespezialitäten. An Elster vorbeiradelnd kamen wir nach 80 km in unserem Hotel in Bad Schmiedeberg an und ließen den Abend in gemütlicher Runde ausklingen.

Am nächsten Morgen starteten wir bei leichtem Nieselregen und wurden kurze Zeit später unter großem Hallo von unseren Männern überholt, die nur wenige Kilometer von uns entfernt übernachtet hatten. Das Wetter besserte sich, allerdings war die Orientierung manchmal schwierig, da nur wenige Ortsnamen angeschrieben waren und wir die Elbe anfangs selten zu Gesicht bekamen. Eine schöne Abwechslung bot die Stadt Torgau, wo uns Susi zum Schloss und zu den beiden Braunbären, die im Schlossgraben leben, führte. Nach einem Einkehrschwung am Marktplatz kamen uns unsere Männer entgegen, die sich verfahren hatten! Sie zeigten uns den richtigen Weg und wir radelten gemütlich durch die wenig besiedelte Landschaft weiter. Endlich fanden wir spätnachmittags noch einmal eine Gaststätte in Kreinitz. Dort wurden wir vom Besitzer bereits auf der Straße in Empfang genommen, durch den Garten in eine Garage zum Räderabstellen und weiter durch den Hintereingang in den Gastraum dirigiert. Zu-vorkommend bewirteten er und seine Frau unsere Gruppe und wir fühlten

uns wegen der Einrichtung und Dekoration in frühere Zeiten zurückversetzt. Wenig später erreichten wir unser Hotel in Strehla. Wir spazierten zum „Gasthof am Nixstein“ an die Elbe hinunter und wurden dort wunderbar und ausreichend verköstigt.



Stets gut gelaunte Mädels on Tour

Am dritten Tag ging es von Strehla weiter nach Riesa. Im Laufe des Vormittags wurde es immer kälter, nicht einmal der Schwedenbitter von Karen wärmte uns auf. Nach einer kühlen Fährüberfahrt kam Karin auf die glorreiche Idee, mit uns die Aufwärmgymnastik von Günther zu machen. Welch tolles Bild wir wohl boten, als wir dick angezogen mit Überschuhen, Stirnbändern, Handschuhen und Helmen mitten auf dem Radweg lachend und im Takt zusammen unsere Übungen absolvierten!

In Meißen angekommen besichtigten wir den Dom und die Altstadt und stärkten uns für die Weiterfahrt nach Dresden. Jetzt wurde die Landschaft mit Weinbergen immer abwechslungsreicher und es waren auch mehr Leute unterwegs. Die berühmte Silhouette von Dresden genießend radelten wir durch die Stadt und stellten am Nachmittag nach knapp 80 km unsere Räder am Hotel mitten in der Fußgängerzone ab. Nach einem Orientierungsspaziergang kehrten wir auf Empfehlung von Susi im „Bräustüberl am Altmarkt“ ein und feierten dort bei Köstritzer Schwarzbier und böhmischer

Damenradtour



Frauenkirche in Dresden

oder sächsischer Küche unsere Ankunft in Dresden. Da es uns im Keller so gut gefiel bestellten wir gleich für den nächsten Tag denselben Tisch und ließen den Abend in einem Biergarten unter Wärmelampen bei Sekt Aperol ausklingen.

Ohne Gepäck starteten wir am folgenden Tag in Richtung Pirna. Wir passierten das „Blaue Wunder“ und die „Waldschlösschenbrücke“ und bewunderten die schöne Landschaft. Bei der Besichtigung von Pirna ließ uns ein Regenschauer in ein Café flüchten. Nach einer halben Stunde war der Spuk vorbei und zurück ging es bei immer wärmerem und trockenem Wetter nach Dresden in die Molkerei Pfund und den nebenan liegenden Senfladen mit über 50 Senfsorten, schließlich mussten wir ja Mitbringsel besorgen. Der Rest des Nachmittags stand zur freien Verfügung und wir verbrachten nach dem Genuss von Schwarzbierbowle einen lustigen Abschlussabend.

Am Sonntag, unserem Abreisetag, bekamen wir bei strahlendem Sonnenschein eine interessante dreistündige Stadtführung vorbei an sämtlichen Sehenswürdigkeiten Dresdens. Gestärkt am Altmarkt und wiedervereint mit unseren Männern beluden wir am Nachmittag Bus und Anhänger und fast jeder nahm sich vor, noch einmal hierherzukommen. Um kurz nach 20 Uhr wurden wir von unseren Lieben in Röthenbach in Empfang genommen.

Wieder war eine harmonische und erlebnisreiche Damenradtour ohne Zwischenfälle viel zu schnell zu Ende!

Wir bedanken uns bei Charlotte für die hervorragende Organisation und bei Bärbel und Regina für die souveräne Führung unserer Gruppe, wünschen Harry weiterhin gute Besserung und bescheinigen unseren Männern tadelloses Benehmen! Schee war's!

Angelika, Andrea, Anita, Bärbel, Birgit, Heidi, Karen, Karin, Marion, Petra, Regina, Susi und

Gabi Braunersreuther

Sachverständigenbüro Schlinger Martin

Schaden- und Wertgutachten für Kfz, Maschinen und Transportgüter



Martin Schlinger
EU zertifizierter
Kfz-Sachverständiger gem.
DIN EN ISO/IEC 17024
Havarie-Kommissar

Industriestrasse 17
91227 Leinburg

Phone: +49 (0) 9120-180 11 76
Fax: +49 (0) 9120-180 11 79
Mobil: +49 (0) 172 - 99 38 463
E-Mail: svb-schlinger@t-online.de
Web: www.sv-schlinger.de

Private und gerichtliche Schaden- und Wertgutachten



für:
LKW / PKW,
Wohnwagen, Wohnmobile,
Krad und Fahrrad,
Bau-, Sonder- und
Landmaschinen,
Motoren und Getriebe,
Transport und Havarie-
Schäden

Der Tipp vom Fachmann:

Viele Fahrzeughalter wissen nicht, dass ihnen nach einem Unfall die Wahl eines eigenen KFZ-Sachverständigen per Gesetz zusteht.

Überlassen Sie die Begutachtung Ihres Unfallschadens bzw. Wertermittlung Ihres KFZ einem Sachverständigen **Ihres** Vertrauens.

Es geht schließlich um Ihre Sicherheit und Ihr Geld!

Aktive Sechziger

Den Namen „aktive Sechziger“ haben wir uns bei den letzten Wanderungen wahrlich erarbeitet.

Die Touren über die Höhen und Täler der südwestlichen Frankenalb, der südliche Erzweg nach Amberg aber auch über die Höhen im Oberland von Diepoltsdorf und Winterstein stellten mit ihren An- und Abstiegen und den Streckenlängen um die 20 km an uns schon ein gewisses Maß an Kondition. Entschädigt wurden wir mit herrlichen Ausblicken und Rundumsichten.

Auf der Römerstraße nach Gunzenhausen ging es dann wieder etwas gemütlicher zu. Da uns auch an diesem Tag die Sonne verwöhnte, war die Stimmung bestens.



Eine Herausforderung ganz anderer Art war dann die Wanderung auf dem Pendolinoweg.

Von Neukirchen bis Neuhaus führte uns der Weg erst über den Neidsteingrat und dann immer weiter über Bergsättel bis zur Ossingerhütte. Hier wurde erst einmal in der Gewissheit gerastet, die letzten Höhenmeter hinter uns gebracht zu haben.

Über die Mysteriengrotte führte uns der Weg nach Neuhaus – wo die Einkehr in der Kommune den Tag abrundete. Diese Brotzeit hatten wir uns richtig verdient.



Verdiente Rast an der Ossingerhütte

Abwechslungsreich werden auch unsere nächsten Touren sein – dafür sorgen schon die unterschiedlichen Wanderführer in unserer Gruppe.

Ob Frankenhöhe, Rundkurs um die DAV-Hütte, Fränkische Schweiz oder Unterfränkisches Weinland; alle Routen versprechen Abwechslung und werden sicher zu gemeinsam erwanderten Höhepunkten.

Mittlerweile hat es sich herumgesprochen, dass wir zwar anspruchsvolle, aber durchaus zu bewältigende Wanderungen unternehmen. Unsere Gruppe ist auf eine stattliche Größe von gut 30 Wanderern angewachsen. Sollten wir also einmal alle zusammen unterwegs sein, sind wir nicht mehr zu übersehen!

Lilo Eichhorn



Cross heißt Laufen bei jedem Wetter und auf jeder Strecke und deshalb traten die Athleten der LG Röthenbach bei noch immer tiefem Winter mit Temperaturen um 0 C° und stetigem Schneefall auch beim **72. Waldlauf in Büchenbach** an. Die Jüngsten der LG mussten über 915 m mit den anderen Läufern ihre Kräfte messen. Sophia Stritz, Jakob Reiß, Fynn Hoyer, Kai Munkert, Joachim Reiß und Niklas Riedlmeier schlugen sich dabei tapfer. Im Lauf der WU13 schaffte es Sophie Munkert bis auf einen 3.

Platz. Und im Lauf der WU 14 stellten sich Leoni Stritz, Fiona Hoyer und Denise Anderie der Konkurrenz. Dabei belegte Leonie Rang 1, gefolgt von Fiona und Denise. Auch Fabian Dörr konnte sich in seiner Altersstufe MU14 das Siegerpodest über 1.870 m sichern. Als letzter der gemeldeten Mannschaft ging Tim Wecera auf seine Strecke von 2.825 m. Diesen Lauf beendete Tim als Erster seiner Altersklasse. Den Abschluss der LG-Vorstellung in Büchenbach machte Thomas Wecera, der als sportlicher Vater seinen Jungs Julian, Tim und Ben mit gutem Beispiele vorangeht und über 11.590 m eine sehr gute Zeit ablieferte.

Eine kleine Auswahl an LG-Sportlern (Bild rechts) nahm am **10. Schüler-Hallensportfest in Wendelstein** teil. Diesen Wettkampf in der neuen Turnhalle des dortigen Gymnasiums nutzten Sophie und Kai Munkert, Annika Mönnich, Fynn Hoyer und Niklas Riedlmeier als letzten Test für die Kreismeisterschaften. Sophie begann in der Altersklasse W12 mit dem Hochsprung und erzielte eine neue Bestleistung mit 1,13 m. Den 2 x 30 m Sprint beendete sie in 11,94 sek. und die Kugel flog 4,96 m weit. Ihr Bruder Kai startete wie Fynn in der Altersklasse M10. Im für sie ersten Hochsprungwettkampf überhaupt schafften beide eine Höhe von 0,95 m. Im 2 x 30 m Sprint war Kai mit 11,59 sek. nur 4 Hundertstel schneller als Fynn. Die Kugel stieß Fynn 4,84 m weit, was Platz 4 bedeutete. Kai belegte Platz 7 mit 4,48 m. Niklas konnte den Hochsprungwettkampf der M 11 mit persönlicher Bestleistung von 1,21 m für sich entscheiden. Das Kugelstoßen zählt nicht zu seinen Lieblingsdisziplinen. Er konnte dennoch mit 4,63 m Platz 3 belegen. Den 2 x 30 m Sprint legte er in 11,51 sek. zurück. Auch Annika (W 11) sprang persönliche Bestleistung im Hochsprung mit 0,98 m und die 2 x 30 m lief sie in 11,74 sek. Die 4 x 1 Runde Mixed-Staffel in der Besetzung Hoyer - Mönnich - Munkert - Riedlmeier wurde bei den männlichen Kindern gewertet und belegte Platz 5. Bei den 4-Runden-Läufen erreichte Fynn die beste Zeit der Röthenbacher mit 1:17,0 min. Nur



zwei Sekunden langsamer war Annika, Niklas und Kai folgten kurz darauf.

Bei den **Deutschen Hallenmeisterschaften der Gehörlosen in Hamburg** startete die Leichtathletin Mandy Frauenberger bei den Frauen im Kugelstoßen. Gestoßen wird hier ab der Altersklasse U 20, wie auch bei den nichtbehinderten Leichtathleten, mit einer 4 kg schweren Kugel. Mit einer Weite von 8,67 m konnte sich Mandy den Deutschen Vize-Meistertitel sichern.

Bereits bei den Nordbayerischen Meisterschaften der U20 in Fürth belegte Mandy mit einer neuen persönlichen Bestleistung von 9,00 m im Kugelstoßen den 3. Platz. Und bei den 5. Internationalen Meisterschaften der Leichtathleten mit Behinderung der Vereinigten Arabischen Emirate in Dubai gingen neben Mandy weitere 438 Sportler aus 31 Ländern an den Start. Der Auftakt für die Sportlerin der LG Röttenbach war der geliebte Speerwurf. Hier gelang Mandy im zweiten Versuch ihre beste Weite von 29,11 m. Das bedeutete den 2. Platz. Am zweiten Tag fand der Diskuswurf statt. Mit einer Weite von 23,80 m belegt Mandy den 4. Platz. Am Abschlussstag stand das Kugelstoßen auf dem Programm. Mit einer tollen Serie und einer besten Weite von 9,81 m holte sich Mandy Frauenberger den 1. Platz. Mandy wurde zudem von Bürgermeister Steinbauer zur Jugendsportlerin der Stadt Röttenbach geehrt. Nicht nur wegen ihrer ersten Plätze bei den Deutschen Winterwurfmeisterschaften, sondern auch wegen ihrer Konstanz über das gesamte Jahr 2012.

Rund 100 Athleten der Vereine LAV Hersbruck, LG Hersbrucker Alb, LG Lauf und LG Röttenbach tummelten sich bei den **Schüler-Hallenkreismeisterschaften am 09.03.2013 in Röttenbach** in der Steinberghalle, um ihre Leistungen zu messen und die Kreismeister 2013 zu küren. Die Kampfrichter und das Team an den Computern hatten mit etwas mehr als 300 Einzelstarts alle Hände voll zu tun. Bei den jüngsten Mädchen (U8) kam Leonie Brückl von der LG Röttenbach über 30 m auf Platz 1, gefolgt von Vereinskameradin Ella Obeta und Nisa Gündogan vom LAV Hersbruck. Über die Hindernisstrecke konnte Neomie Hauber von der LG Lauf siegen; Leonie und Nisa folgten auf den Plätzen. Und im Standweitsprung erklimmte Ella das Siegerpodest vor Nisa. Bei den 8-jährigen Mädchen war das Ergebnis über 30 m und 30 m Hindernis identisch: Lizzy Steiner von

LG Röthenbach

der LG Lauf siegte vor Verena Vogel von der LG Hersbrucker Alb und Regina Maußner vom LV Hersbruck. Beim Standweitsprung drehte sich die Reihenfolge um; es lag Regina vor Lizzy und Verena. In der W9 gewann Kristin Krug von der LAV Hersbruck alle Einzelwettbewerbe, jeweils gefolgt von Vereinskollegin Jana Löhner. Über 30m flach ging der 3. Rang an Sophia Engelkamp von der LG Hersbrucker Alb, über 30m Hindernis zeitgleich an Sophie und Theresa Sörgel vom LAV. Bei den 10-jährigen Mädchen gab es keine Mehrfachsieger. Über 30 m gewann Amelie Scharrer von der LG Hersbrucker Alb, über die Hindernisse Sarah Dillinger, ebenfalls LG Hersbrucker Alb, im Hochsprung Anna Gabsteiger von der LG Lauf und beim 6 Rundenlauf Elisa Amann vom LAV Hersbruck. Ähnlich war es in der U12 W11: Über 30m gewann Elena Link von der LG Lauf, über 30m Hindernis Saskia Kraus, ebenfalls LG Lauf, im Hochsprung Verena Sörgel vom LAV Hersbruck und beim 6 Rundenlauf Antonia Sörgel, auch LAV Hersbruck. Bei den unter 8-jährigen Jungs sicherte sich Jan-Luis Knisch von der LG Hersbrucker Alb die Kreismeisterschaften über 30 m, 30 m Hindernis und beim Standweitsprung. Sein Vereinskamerad Robin Miess wurde Zweiter über 30 m und beim Standweitsprung und Dritter beim Hindernislauf. Fion Winkler errang Platz 3 über 30 m und Platz 2 im Lauf über die Bananenkisten. In der M8 siegte Leon Wagner von der LG Lauf in allen 3 Wettkämpfen über 30 m, 30 m Hindernis und beim Standweitsprung. Mattis Abrell von der LG Hersbrucker Alb folgte jeweils auf dem 2. Rang. Bei den Kurzstrecken sicherte sich Tim Campagna von der LAV Hersbruck Platz 3. Auch bei den 9-Jährigen gab es nur einen Kreismeister bei allen drei Einzeldisziplinen: Lucas Letz von der LG Lauf. Jason Miess von der LG Hersbrucker Alb wurde jeweils Zweiter bei den Sprints und Dritter beim Standweitsprung. Platz 3 über 30 m flach und Platz 2 in der Sprungdisziplin ging an Kilian Pschierer von der LG Röthenbach. In der AK der 10-Jährigen konnte Paul Mai vom LAV die Wettbewerbe 30 m Hindernis, 6 Rundenlauf und Hochsprung für sich entscheiden. Über 30 m flach belegte er Rang 2 hinter Luca Wüst von der LG Lauf und vor Fynn Hoyer von der LG Röthenbach. Luca wurde Zweiter über die Hindernisse. Die 1 Jahr älteren Jungs Dominik Steinlein und Maximilian Mai vom LAV Hersbruck sowie Laurens Thürk von der LG Lauf machten die vorderen Plätze unter sich aus. 30 m, 30 m Hindernis und Hochsprung: Dominik vor Maximilian; 6 Rundenlauf (hier wurde Dominik Dritter): Laurens (3. über die Bananenkisten) vor Maximilian. Dominik war mit seiner übersprungenen Höhe von 1,23 m auch Tagesbester. Beim Spaßrundenlauf feuerten die Zuschauer lautstark an, als sich die Athleten in Mannschaften zu je 3 Läufern daran machten, in 8 Min. möglichst viele Hallenrunden zurückzulegen. Das gelang den Teams LG Hersbrucker Alb vor LAV Hersbruck II und LG Lauf III am besten. Bei

den Staffelwettbewerben in der WU10 siegte die LG Lauf vor dem LAV Hersbruck und in der WU12 LG Hersbrucker Alb I vor LG Lauf I und LAV Hersbruck. Bei den Jungs U10 gewann die LG Hersbrucker Alb vor der LG Lauf und LAV Hersbruck II. Und in der MU12 stand der LAV Hersbruck ganz oben auf dem Siegerpodest gefolgt von LG Lauf und LG Röttenbach I. Bei der abschließenden Siegerehrung freuten sich die Athleten über Pokale und von der Sparkasse Röttenbach gesponserte Preise.

Zwei Etappensiege, zwei „beinahe“ Etappensiege und viele tolle Platzierungen für die beiden Mannschaften der LG Röttenbach waren das Ergebnis des **14. Landkreislaufts**. Die Laufmannschaft, die „LG Röttenbach Allstars“ wurde insgesamt 35. von ca. 170 teilnehmenden Mannschaften. Zu diesem tollen Ergebnis trugen bei: Florian Hartmann (32. Platz auf 7,8km), der trotz erneuter Verletzung am Knöchel tapfer die wirklich anspruchsvolle Bergetappe zu Ende lief, Thomas Wecera (68. Platz auf 5,9km), Tim Wecera (10. Platz und erster Jugendlicher im Ziel auf 4,1km), Julian Wecera (64. Platz auf 6,8km), Denise Anderie (66. Platz auf 3,4km), Pia Zilcher (100. Platz auf 4,8km), Heiko Zilcher (46. Platz auf 6,2km), der eine sehr schwere Etappe über den Hienberg zu laufen hatte, Leoni Stritz (35. Platz und zweite der Frauen auf 3,5km), Fiona Hoyer (42. Platz und Etappensieger der Frauen auf 3,5km) und Fabian Dörr (49. Platz und erster Jugendlicher im Ziel auf 6km). Die Purple Blizzards, die „Es lohnt sich nicht, während des Trainings nach Hause zu fahren, also gehen wir walken – Mütter“ erreichten einen sensationellen 5. Platz der Gesamtwertung von 50 teilnehmenden Mannschaften mit: Sabine Ossmann (6. Platz und Etappensieger der Frauen auf 7,8km), Anuschka Dörr (9. Platz und zweite der Frauen auf 5,9km), Heike Hoyer (10. Platz auf 4,1km), Martina Riedlmeier (11. Platz auf 4,8km) und Petra Stritz (15. Platz auf 6km). Bei der Siegerehrung freuten sich dann Sabine Ossmann und Fiona Hoyer über ihre hochverdienten Pokale für die jeweiligen Etappensiege der Frauen.

Der Sprinter Stefan Dietz der Seniorengruppe der LG Röttenbach nutzte die **offenen oberfränkischen Meisterschaften**, um an einem Freiluft-Sportfest teilzunehmen. So traten bei den Männern über 100 m drei „Senioren“ zum Start an. Neben dem Röttenbacher, der als einziger Nicht-Oberfranke außer Wertung lief, waren Karl Dorschner (TV 1848 Coburg - Altersklasse M65) und Christoph Franke (LAV Neustadt - M35) im Zeitlauf. Mit einem glänzenden Start zog Stefan Dietz weit davon. Erst nach 70 m hatte er dem um neun Jahre jüngeren und von der 400 m-Strecke kommenden Christoph Franke nichts mehr entgegen zu setzen.

Keppke, Riedlmeier, Frauenberger, Kuhne, Dörr, Dietz

Auf ging`s wieder bei den Seniorenwanderern!

Sehr erfreulich ist, dass es wieder mehr Freunde und Nachfahrer werden.

So kamen bei den manchmal doch etwas langen und beschwerlichen Touren immer über 40 Wanderer und Nachfahrer mit, um dann nach dem Laufen in den Lokalen noch einige Stunden bei Essen und Schmarren, Singen und Fröhlichkeit zu verbringen und den Tag zu genießen mit den Liedern „Wohl ist die Welt so groß und weit“.

Man merkt direkt, es freuen sich alle über den schönen Tag und es wird halt immer viel zu bald Zeit um Abschied zu nehmen. Die Touren führten uns nach Diepersdorf, Oberndorf, Bullach, Oedenberg, Kucha, Kirchenreinbach, Großengsee und so fort.

Eine Tour musste leider verschoben werden, in Erinnerung an unseren Wanderfreund „Ossi Schmid“.

Bei den Aufnahmen zu den Bildern war halt noch Sonnenschein.



Die Wanderungen fanden immer bei trübem Wetter statt, wir waren aber immer trockenen Fußes unterwegs. Wir hoffen, das zweite

Wanderhalbjahr wird mit besserem Wetter gesegnet. Regen und Kälte waren jetzt lange genug.



Hoffentlich lacht uns am Hüttentag wieder die Sonne.

Bis zum nächsten Mal,

Reinhold

Termine der Wandertage der Seniorenwanderer

Juli	10.07.2013	24.07.2013 Wanderfahrt	
August	07.08.2013	21.08.2013	
September	04.09.2013 evtl. Urlaubswoche	18.09.2013	
Oktober	02.10.2013	16.10.2013	30.10.2013
November	13.11.2013	27.11.2013	
Dezember	11.12.2013 Weihnachtsfeier		



württembergische

Partner von Wüstenrot

Die einfache und günstige Krankenzusatzversicherung

**Preiswert und ohne
Gesundheitsprüfung**

Männer 8,34 Euro monatlich
Frauen 9,75 Euro monatlich



• **Professionelle Zahnreinigung,
Fluoridierungsmaßnahmen und
Fissurenversiegelung**

100 % (jährlich bis zu 80 EUR)

• **Kosten für Zahnersatz**

20 %

• **Sehhilfen - modische Brillen sind heute
kein Luxus**

bis zu 125 EUR alle zwei Jahre

**Württembergische
Versicherung AG**

Generalagentur
Michael Hartwig
Versicherungsfachmann
(BWW)

Rückersdorfer Str. 73
90552 Röthenbach
Telefon: 0911 577347

Fax: 0911 577275

Mobil: 0172 7188151



Neuaufnahmen

Wir begrüßen mit einem herzlichen Berg Heil
unsere neuen Sektionsmitglieder

Bauch Miriam, Röthenbach	Lemmermeyer Frank, Rückersdorf
Bausewein Til, Ochsenfurt	von Lojewski Kilian, Lauf
Bausewein Eva, Ochsenfurt	Mend Julian, Rückersdorf
Bausewein Thomas, Ochsenfurt	Pinzer Maximilian, Röthenbach
Becker Sabine, Röthenbach	Rochelle Tyler, Röthenbach
Bogner Srenia, Röthenbach	Schlösser Leni, Leinburg
Bogner Birgit, Röthenbach	Schlösser Moritz, Leinburg
Ehlich Sophie, Röthenbach	Sengelmann Mia Luca, Schwaig
Ehlich Luca, Röthenbach	Sponsel Klaus, Rückersdorf
Freudenberger Oliver, Leinburg	Stelzer Bernd, Schwaig
Grasse Barbara, Röthenbach	Stelzer Martin, Schwaig
Helmer Harald, Erlangen	Stöckle Benjamin, Lauf
Heyn Emely, Röthenbach	Werner Lorenz, Röthenbach
Klausmann-Krasser Annette Nbg	Wild Stefan, Röthenbach
Krasser Aaron, Nürnberg	Wild Anja, Röthenbach
Krasser Lorenz, Nürnberg	
Krasser Ronja, Nürnberg	
Krasser Dr., Nikolaus, Nürnberg	
Lewand Justus, Röthenbach	



Wir trauern um

Franz Schieber	Mitglied seit 1955
Götze Heinz	Mitglied seit 1965
Weigel Helmut	Mitglied seit 2011

Wir werden ihnen immer ein ehrendes Gedenken bewahren.

2013, das Jahr der runden Geburtstage in unserer Sektion?

Nachdem bereits am 5. Januar unsere Sportwartin **Gabi Braunersreuther** ihren 50. Geburtstag gefeiert hat, ist ihr am 15. Januar unsere dritte Vorsitzende **Christine Janker** ebenfalls mit der 50 gefolgt. Über den 70. vom ehemaligen Alpin-Sportwart **Leonhard Bär** am 29. Januar haben wir bereits berichtet.

Der nächste im Reigen der Jubilare war am 23. Februar unser Vize-Präsident **Karl-Heinz Koth**, der im Kreise einiger Freunde und der Familie seinen 60. bei bester Gesundheit feiern konnte. Als Karl-Heinz am 1.1.1997 in unsere Sektion eingetreten ist, war das ein Glückstag für unseren Verein. Was wäre der DAV ohne unseren Karl-Heinz, der immer und bei jeder Veranstaltung an erster Stelle mit vollem Einsatz dabei ist. Wie mir von interner Stelle berichtet wurde, hat er in der AK 60 so einiges vor. Zuerst hat er die Farbe seines Dienst-Fahrzeuges gewechselt von blau auf weiß, damit man seine Einsatzorte nicht mehr so genau verfolgen kann. Ende April machte er beim BLSV seinen Trainerschein Nordic Walking und er trainierte mit hohem Einsatz, um endlich die Zeiten seiner Gegner in der AK 70 zu knacken. Bei der Vereinsmeisterschaft Ende April ist ihm das bereits gelungen. Wir wünschen unserem Karl-Heinz viel Erfolg in seiner neuen Altersklasse.

Einen Tag später am 24. Februar machte unser ältester Marathoni **Hermann Sluka** die 80 voll. Sein nächstes Ziel ist der Wachau-Marathon im Herbst. Als der Hermann seine Heide (AK 70) fragte: „Was machst Du, wenn ich in der Wachau den Marathon laufe?“, war die einfache und schlichte Antwort: „Da lauf ich einfach mit!“ Wir wünschen beiden viel Erfolg in der Wachau.

Am 11. März feierte unsere langjährige Kassierererin und Vorstandsmitglied **Regina Kühnel** ihren 60. Geburtstag. Sie wird zur Zeit voll beansprucht von ihren Enkelkindern und hat sich aus dem Vereinsleben etwas zurückgezogen. Wir wünschen der Jubilarin noch schöne viele Jahre im Kreise ihrer Familie.

Der vorläufig letzte Jubilar ist unser Polizei-Europa-Meister im Skilanglauf **Klaus Schott**. Der Fichtelgebirgler ist 50 geworden und sogar an seinem Geburtstag am 21. März hat er um den Ochsenkopf die Loipen unsicher gemacht. Beim Langlaufkurs im Januar hat er uns Flachländer gezeigt, wie man mit Langlaufskier durch Slalomstangen fährt. Wir wünschen Klaus alles Gute!

Alfred Unfried



Gabi Braunersreuther



Christine Janker



Klaus Schott



Regina Kühnel



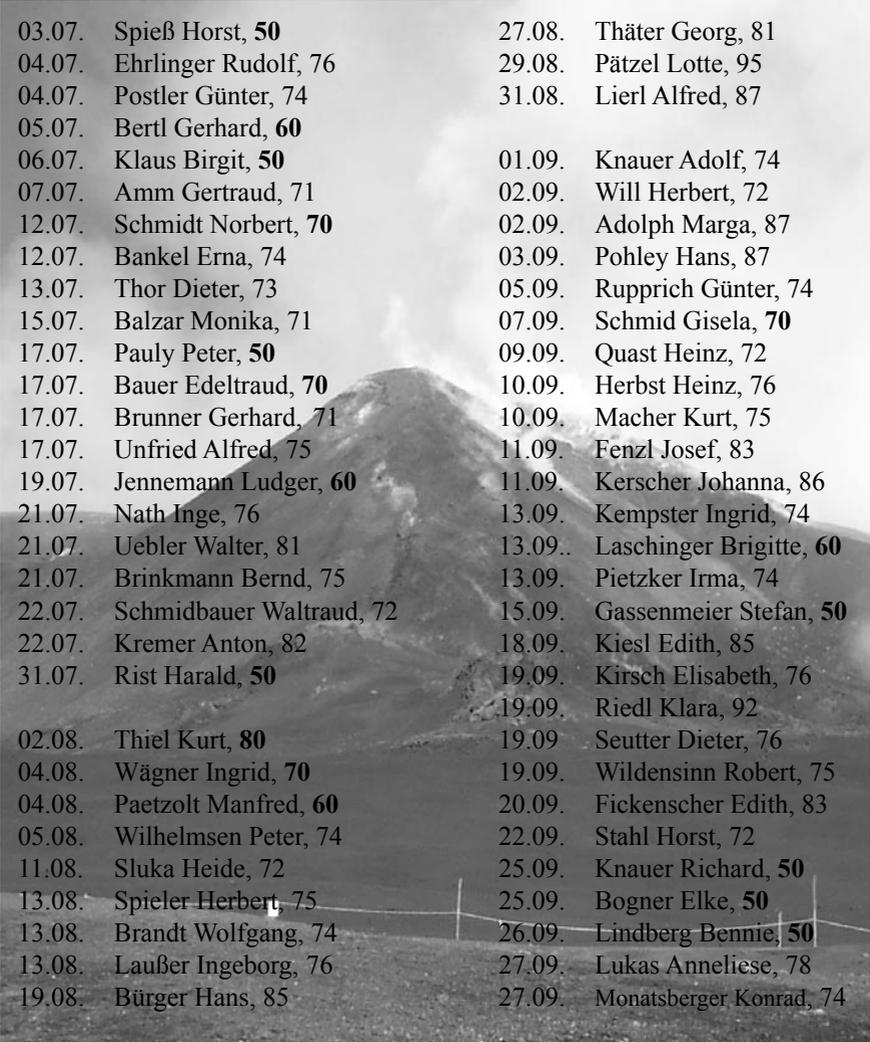
Karl-Heinz Koth



Hermann Sluka

Herzlichen Glückwunsch!

Den Geburtstagskindern im III. Quartal 2013, die 50, 60, 70 Jahre und älter werden.



03.07.	Spieß Horst, 50	27.08.	Thäter Georg, 81
04.07.	Ehrlinger Rudolf, 76	29.08.	Pätzel Lotte, 95
04.07.	Postler Günter, 74	31.08.	Lierl Alfred, 87
05.07.	Bertl Gerhard, 60		
06.07.	Klaus Birgit, 50	01.09.	Knauer Adolf, 74
07.07.	Amm Gertraud, 71	02.09.	Will Herbert, 72
12.07.	Schmidt Norbert, 70	02.09.	Adolph Marga, 87
12.07.	Bankel Erna, 74	03.09.	Pohley Hans, 87
13.07.	Thor Dieter, 73	05.09.	Rupprich Günter, 74
15.07.	Balzar Monika, 71	07.09.	Schmid Gisela, 70
17.07.	Pauly Peter, 50	09.09.	Quast Heinz, 72
17.07.	Bauer Edeltraud, 70	10.09.	Herbst Heinz, 76
17.07.	Brunner Gerhard, 71	10.09.	Macher Kurt, 75
17.07.	Unfried Alfred, 75	11.09.	Fenzl Josef, 83
19.07.	Jennemann Ludger, 60	11.09.	Kerscher Johanna, 86
21.07.	Nath Inge, 76	13.09.	Kempster Ingrid, 74
21.07.	Uebler Walter, 81	13.09.	Laschinger Brigitte, 60
21.07.	Brinkmann Bernd, 75	13.09.	Pietzker Irma, 74
22.07.	Schmidbauer Waltraud, 72	15.09.	Gassenmeier Stefan, 50
22.07.	Kremer Anton, 82	18.09.	Kiesl Edith, 85
31.07.	Rist Harald, 50	19.09.	Kirsch Elisabeth, 76
		19.09.	Riedl Klara, 92
02.08.	Thiel Kurt, 80	19.09.	Seutter Dieter, 76
04.08.	Wagner Ingrid, 70	19.09.	Wildensinn Robert, 75
04.08.	Paetzolt Manfred, 60	20.09.	Fickenscher Edith, 83
05.08.	Wilhelmsen Peter, 74	22.09.	Stahl Horst, 72
11.08.	Sluka Heide, 72	25.09.	Knauer Richard, 50
13.08.	Spieler Herbert, 75	25.09.	Bogner Elke, 50
13.08.	Brandt Wolfgang, 74	26.09.	Lindberg Bennie, 50
13.08.	Lauffer Ingeborg, 76	27.09.	Lukas Anneliese, 78
19.08.	Bürger Hans, 85	27.09.	Monatsberger Konrad, 74

Foto: Vulkan Ätna, Sizilien, 3.329m

Seit 65 Jahren ein Paar, die Anni und der Michael Freiberger

Ihre eiserne Hochzeit feierten Anni und Michael Freiberger mit einigen Freunden und im Kreise der Familie.

Michael Freiberger ist seit 63 Jahren Mitglied in unserer Sektion und einer der letzten lebenden Mitglieder, die beim Hüttenbau aktiv mitgewirkt haben. Anni war bei der Hütteneinweihung 1952 mit ihren vier Geschwistern für das Einweihungs-Büfett zuständig, wie alte Bilder von der Einweihung zeigen.



Auch der 1. Bürgermeister Günther Steinbauer, selbst Mitglied in unserer Sektion, ließ es sich nicht nehmen, dem Jubelpaar persönlich zu gratulieren und überbrachte auch die Glückwünsche des Ministerpräsidenten.

Die Sektion wünscht dem Paar noch viele gemeinsame Jahre.

Alfred Unfried

Das Alles Vormerken

Juli	20.07.- 21.07.2013	Sektionsfahrt ins Karwendelgebirge zur Falkenhütte, Ansprechpartner Karl-Heinz Koth, Tel.: 570 97 06
August	17.08.2013	Wandern und Wein nach Neuses am Berg Ansprechpartner Reiner Knoch, Tel.: 579127
	24.08.2013	Schmücken des Blumenfestmotivs ab 9 Uhr im Bauhof
	25.08.2013	Blumenfestzug: Treffpunkt zum Mitlaufen um 13:30 Uhr im Pegnitzgrund
September	14.-16.09.13	Vereinsfahrt in die Wachau
	22.09.2013	Wanderung mit Harry Wölfel von Altdorf nach Eismannsberg, Abfahrt 9:00 Uhr an der Post.
	29.09.2013	10 Km von Röthenbach

Genauere Daten oder Terminänderungen sind den Vereinsnachrichten der Pegnitz-Zeitung oder unter www.dav-roethenbach.de zu entnehmen

- Geschäftsstelle:** Donnerstag 17.00-19.00 Uhr, Friedhofstr. 11
- Öffnungszeiten des Kletterturms:** Nach Abholung des Turmschlüssels kann jederzeit bis 22.00 Uhr geklettert werden (Info über Schlüsselausgabe bestellen bei Jan 09123/5213 oder im Internet)
- Hallenprogramm:** Nach der Sommerpause in der Steinberghalle
- Lauftreff:** Montags und mittwochs 18.30 Uhr am Hallenbad
- Jugendgruppe:** Montags 18.00 Uhr in der Steinberghalle
- Strolchengruppe und DAV-Kids** Montags 17.00 Uhr in der Steinberghalle
- Seniorengymnastik:** Dienstags 9.00 Uhr im Judoraum der Seespitzturnhalle
- Aktive Sechziger:** Siehe Tagespresse
- Das Hallenprogramm findet nicht in den Schulferien statt!

Peter Herrmann & Kollegen
Dipl. Sportlehrer / Physiotherapeut



Bahnhofstr. 18
90552 Röttenbach a d Pegnitz
Tel. 0911 - 570 590 0

- Physiotherapie/Krankengymnastik
- Bobath (Neurologie)
- Med. Trainingstherapie (KG am Gerät)
- Manuelle Therapie
- Rückenschule für Kinder u. Erwachsene
- Lymphdrainage/Massage
- Fango/Moorpackung/Eis
- Ergotherapie/Gestaltungstherapie
- Hausbesuche (auch in Senioren- u. Altenheimen)
- Lasertherapie
- Skintonic
- Narben & Zellulitis Behandlung
- Wirbelsäulenmessung (Medi-Mouse®)
- Gutscheine über alle Leistungen

*Bitte beachten Sie unsere Werbepartner
bei Ihrem nächsten Einkauf*

L. KÜHNEL
HEIZUNG
SOLAR
SANITÄR

Lothar Kühnel
Laufer Weg 28/ 90552 Röttenbach

Tel. 0911 / 57 82 06
Fax: 0911 / 54 0 85 97
Mob. 0160 / 90 33 24 88
Lkuehnel@gmx.de



Sparkassen-Finanzgruppe

Das große Immobilienportal
der Sparkassen-Finanzgruppe:
www.s-immobilien.de

Im Handumdrehen zum Eigenheim. Die Sparkassen-Baufinanzierung.

Top-Konditionen. Individuelle Lösungen. Faire Beratung.

 Sparkasse
Nürnberg

Ganz einfach: Erfüllen Sie sich Ihren persönlichen Traum vom Wohnen! Egal ob Sie kaufen, bauen oder umbauen wollen, zusammen mit unserem Partner LBS stehen wir Ihnen in allen Fragen kompetent zur Seite. Von der Finanzierung bis zur Absicherung Ihrer Immobilie erhalten Sie alle Infos in Ihrer Geschäftsstelle oder unter www.sparkasse-nuernberg.de.

Wenn's um Geld geht – Sparkasse Nürnberg.

Rubik's Cube® used by permission of Seven Towns Ltd.