

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



Aus dem Inhalt!

Der Vorstand	3
Vorstandschafft und Verwaltung	4
Jahreshauptversammlung 2010	5
Hütten-Informationen und Termine	7
Jugendgruppe	8
Klettern in der Halle avanciert zum Breitensport	10
Termine für den Klettertreff	11
Bergsteiger - Tourenbeschreibungen von Jürgen Zenger	12
Bergsteiger - Tourenbeschreibungen von Rainer Braungardt	13
Bergsteiger - Tourenbeschreibung von Jan Luft	15
Wanderfahrt in das Rofangebirge	16
Sektionsfahrt zum Soiernhaus im Karwendelgebirge	17
Wandern und Wein	18
Die historische Seite	19
Sportberichte	21
Termine Sportereignisse	29
LG-Seiten	31
Bericht Skiwochenende in der Wildschönau	35
Bericht Sonntagswanderung mit Harry Wölfel	36
Geheimtipp unseres Wanderführers Harry Wölfel	37
Senioren	38
Antrag auf Kategorieänderung	40
Manfred Sopejstal wird „70“	42
Neuaufnahmen / Todesfälle	43
Wir gratulieren	44
Das Alles Vormerken	46

IMPRESSUM:

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

Druck: **Druck-Studio O. Heinzlmann,**
Am Winkelsteig 1a, 91207 Lauf-Wetzendorf

Auflage: **900 Stück**

V.i.S.d.P. **Klaus Hacker, Randstr. 1, 90552 Röthenbach**
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. 70: 06.06.2010**

Liebe Vereinskameradinnen und Kameraden, liebe Sektionsmitglieder,



bei der diesjährigen Jahreshauptversammlung am 5. Februar haben sich im Verwaltungsrat, wie sich schon im Vorfeld abzeichnete, einige Änderungen ergeben.

Betroffen davon ist vor allem die Sportlergruppe. Klaus Petschar, Elke Geier und Franz Bäumler stehen zukünftig nicht mehr in der „ersten“ Reihe, sondern werden sich auf die Durchführung einzelner Veranstaltungen konzentrieren. So bastelt zum Beispiel Klaus an der Machbarkeit eines Stadtlaufs im Rahmen des Stadtfestes. Sie sind also nicht weg, sondern nach wie vor voll dabei.

Die Sportlergruppe wird aber weiterhin ein Vierergespann leiten. Um unseren langjährigen erfahrenen Sportwart Martin Schlinger haben sich Silke und Matthias Röser und Ulrike Praß bereiterklärt, sich verstärkt für unsere Sportlergruppe zu engagieren und ihre Ideen einzubringen.

Eine Veränderung gab es auch bei unserer Jugendgruppe. Hier konnte Bernhard Bald aus zeitlichen Gründen nicht mehr weitermachen. Es hat mich aber besonders gefreut, dass mit Birger Eckhoff und Alfred Hornung gleich zwei neue Kräfte eingestiegen sind, um unsere Sonja Bald zu unterstützen.

Zwar schon länger kommissarisch im Amt, wurde unser Hüttenwart Peter Merkl nunmehr offiziell bestätigt.

Ich denke, dass die neu gewählte Verwaltung auch heuer wieder unseren Mitgliedern und auch darüber hinaus ein abwechslungsreiches Programm mit tollen Aktivitäten präsentieren wird.

Den ausgeschiedenen Akteuren möchte ich nochmals ganz herzlich für ihren Einsatz und für ihr Engagement für den Verein danken.

Ein Punkt hätte bei der Jahreshauptversammlung besser laufen können: Nach wie vor hat sich keiner bereiterklärt unsere Strolchengruppe zu übernehmen.

Es wurde intensiv im Verein und darüber hinaus gesucht. Wir sind zur Zeit dabei zu überlegen, ob nicht eine Kraft von außerhalb für ein oder zwei Stunden eingestellt wird, damit dieses für den Verein wichtige Angebot aufrechterhalten werden kann.

Die Saison läuft langsam an, es kommen der Hüttenputz, die Hütteneröffnung, Sonnwendfeier, die ersten sportlichen Veranstaltungen, das Stadtfest wirft seine Schatten voraus und unser Norbert bastelt schon, zumindest geistig, am nächsten Blumenfestmotiv.

Für die kommende Saison wünsche ich allen viel Spaß, Erfolg, keine Verletzungen und hoffe, dass wir uns bei der einen oder anderen Veranstaltung der Sektion sehen.

Mit einem Berg heil und einem herzlichen Glück auf Euer

Klaus Hacker

Vorstandschaft 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
Schriftführerin	Renate Bär	0911	927 08 98
Jugendreferentin	Helene Macher	0911	626 25 22
Sportlergruppe	Ulrike Praß	09123	822 69
	Matthias Röser	09120	44 07 46
	Silke Röser	09120	44 07 46
	Martin Schlinger	09120	18 02 77
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
Strolchengruppe	NN		
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	09123	98 73 70

Jahreshauptversammlung 2010

Am Freitag, den 5. Februar fand die Jahreshauptversammlung mit Neuwahl des Verwaltungsrates statt.

Aufgrund der fränkischen Faschingskonkurrenz mit der zeitgleichen Fernsehübertragung aus Veitshöchheim freute sich 1. Vorsitzender Klaus Hacker, knapp 60 Röthenbacher DAVler, unter ihnen Bürgermeister Günther Steinbauer, sowie zahlreiche Ehrenmitglieder im Sportheim des TSV begrüßen zu dürfen.

Am Anfang seiner Rede gab sich Hacker als Verhaltensforscher und versuchte die Beweggründe, die Menschen dazu führen, einem Verein wie dem DAV Röthenbach beizutreten, im Einzelnen zu erkunden. Die Motivationen zu einem Beitritt sind letztendlich so subjektiv und vielfältig wie das umfangreiche Aktivitätsangebot des Vereins, so dass sich nur jeder selbst darüber klar werden kann, gab Hacker als Fazit.

Sein ausdrücklicher Dank galt wiederholt der Stadt Röthenbach für ihre Zuschüsse sowie die Überlassung der Geschäftsstelle und des Kletterturms, allen Mitgliedern, die einen Teil ihrer Freizeit dem Verein zur Verfügung stellen, insbesondere Karin Portelli für die Bereitstellung der vierteljährlichen Vereinshefte, Dieter Reinhardt für die Pflege des Internetauftritts und Klaus Petschar als ausscheidendem anwesendem Sportwart.

Traditionell folgte dann der chronologische Rückblick über alle Höhepunkte des erlebnisreichen Vorjahres: Vom Hütteneröffnungsfest in Lehenhammer über die Beteiligung am Stadtfest, die Schülertriathlon-Veranstaltung, die Sektionsfahrt zur Tutzinger Hütte, die Weinfahrt, das Blumenfest mit unserem erfolgreichen Pegasus, die 10 km von Röthenbach, das Edelweißfest bis zur Waldweihnacht, um nur diese zu nennen.

Zum Abschluss der allgemeinen Betrachtungen wurde das überdurchschnittliche Engagement von Jan Luft und die Fertigstellung seiner 300. Kletterroute in der Fränkischen Schweiz innerhalb der letzten 25 Jahre durch 2. Vorsitzenden Karl-Heinz Koth ausdrücklich gewürdigt.

Es folgten die Berichte der einzelnen Abteilungen. Leider konnte bisher noch keine Besetzung für die Weiterführung der Strolchengruppe gefunden werden. Es bleibt nun ein wichtiges Anliegen des Vorstandes, dieses Angebot für Bambini und ihre Mütter nahtlos aufrecht zu erhalten.

Nach dem Kassenbericht und dem Bericht der Revisoren wurde die gesamte Vorstandschaft per Handheben einstimmig entlastet.

Danach überbrachte Herr Steinbauer die Grüße und den Dank der Stadt Röthenbach und fügte mit einem Lächeln hinzu, dass das Fernsehprogramm an diesem Abend und sonst auch mit dem DAV offensichtlich nicht konkurrieren kann.

Ferner meinte das Stadtoberhaupt: „Man bedankt sich bei der Stadt für dies und jenes. Die Stadt sieht aber ihre Unterstützung als selbstverständlich an, da der DAV seiner Heimatstadt dafür auch viel zurückgibt, was gebührend anerkannt werden darf“. Über die von Klaus Hacker angesprochenen Beweggründe, dem DAV Röthenbach beizutreten, hatte sich Herr Steinbauer auch seine Gedanken gemacht und stellte fest, dass das Lebenswerte in unserem Leben darin besteht, Gemeinschaften zu haben, wie der DAV sie in der Stadt mit außerordentlich viel sportlichen und geselligen Angeboten vermittelt.



Die anschließende einstimmige Wahl des Verwaltungsrats ergab folgende Besetzung für 2010:

Sportlergruppe:	Martin Schlinger, Silke Röser, Matthias Röser, Ulrike Praß (Ausscheiden v. Elke Geier, Klaus Petschar, Franz Bäumlner)
Bergsteigergruppe:	Jan Luft, Sylvia Koenen
Jugendleiter:	Sonja Bald, Birger Eckhoff, Alfred Hornung (Ausscheiden von Bernhard Bald)
Strolchengruppe:	vakant (Ausscheiden von Helene Macher)
Wanderleiter:	Harry Wölfel
Seniorenwanderwart:	Reinhold Faltenmeier
Hüttenwarte:	Uwe Büttner, Peter Merkl (Ausscheiden von Peter Pauly)
Vergnügungsausschuss:	nicht besetzt
Naturschutzreferent:	Charlotte Wölfel (eine Gegenstimme von Harry Wölfel)
Pressewart:	Alfred Unfried, Erwin Unfried, Daniel Decombe

Daniel Decombe



Hütten-Informationen und Termine

Die Hüttensaison 2010 steht in den Startlöchern.

Los geht's am Samstag, den **17. April 2010**.

An diesem Tag wollen wir beim Frühjahrs-Arbeitsdienst den Vesperplatz unterhalb des Ehrenmals „AUFMÖBELN“.

Über die genaue Uhrzeit werde ich noch in der Tagespresse informieren. Zahlreiche Helfer werden auf jeden Fall benötigt.

Am **24.04.2010** ab 10:00 Uhr geht's weiter mit dem Hüttenputz.

Wie immer, bitte Zeit und gute Laune für die Arbeiten und Hunger für die traditionelle Hüttenbrotzeit mitbringen.

Peter und ich würden uns über viele helfende Hände freuen.

Am Samstag, den **08.05.2010** starten wir dann die offizielle Hüttensaison mit der Hütteneröffnung. Vielleicht besuchen uns dieses Jahr noch mehr Gäste, da wir auch die Vereinsmeisterschaft im Laufen an diesem Tag durchführen wollen und die Siegerehrung soll dann im Rahmen der Hütteneröffnung stattfinden. Deshalb hoffe ich natürlich auch dieses Jahr wieder auf schönes Wetter und auf den Besuch von vielen hungrigen und durstigen Vereinsmitgliedern und Freunden des DAV.

Die Wochenendhüttdienste waren fast alle, wie in den vergangenen Jahren, bereits in der zweiten Märzwoche ausgebucht (s. Liste am Ende des Berichts). Wer weitere Infos haben möchte bzw. noch einen Hüttdienst an einem freien Wochenende übernehmen möchte, meldet sich unter 0911-5709755, einfach bei mir.

Auch eine Sommwendfeier wird es dieses Jahr 2010 wieder geben. Sie wird am Samstag, den **26.06.2010** stattfinden. Organisiert und durchgeführt wird sie von den Hüttenwarten Peter und Uwe mit Team.

Die bisherige Hüttdienstbelegung für 2010 gestaltet sich wie folgt:

08./09.05	Hütteneröffnung	03./04.07.	NOCH FREI
15./16.05	Pruschowitz Frank	10./11.07.	Reiss Markus
22./23.05	NOCH FREI (Pfungsten)	17./18.07.	Pauly Peter
29./30.05	Merkel Peter	24./25.07.	Heidenreich Jochen
05./06.06	NOCH FREI	31.07./01.08.	Merkel Peter
12./13.06	Bald Sonja	07./08.08.	Koth Karl-Heinz
19./20.06	Wolf Werner	14./15.08.	Zent Klaus
26./27.06.	Sommwendfeier	21./22.08.	Koth Benjamin
	(Hüttenwart-Team)	28./29.08.	Heidenreich Jochen

04./05.09.	Unfried Erwin	02./03.10.	Herbstarbeitsdienst
11./12.09.	Reiss Markus	09./10.10.	Büttner Uwe
18./19.09	Hacker Klaus	17./18.10.	NOCH FREI
25./26.09	NOCH FREI		

Die Hütte kann natürlich auch nach dem Hüttenabschluss durch Vereinsmitglieder genutzt werden.

An Silvester ist die Nutzung ebenfalls gerne möglich. Allerdings wird in der Woche nach Totensonntag die Wasserversorgung eingestellt (auch Toiletten und Spülbecken in der Küche können dann nicht mehr genutzt werden).

Weitere Infos über die Hüttenbenutzung nach diesem Termin unter Tel.: 0911-5709755 bei mir.

Uwe Büttner

JUGEND

Eckentaler Crosslauf 2010

Dieses Jahr haben sich mal wieder vier Youngsters mit den LG`lern der Umgebung beim Eckentaler Crosslauf gemessen. Die Strecke war teilweise mit einer festen Schneeschicht bedeckt. Daraufhin liefen einige der Läufer mit Spikes. Unsere Kinder jedoch, auf diesem Gebiet nicht so gut ausgerüstet, waren nur mit normalen Laufschuhen unterwegs und konnten gute Ergebnisse erzielen.

Schüler M11, Strecke: 1200m

4. Linus Bald, 6:42 Min.

9. Oliver Winkler, 7:50 Min.

(Foto rechts)

Schüler M13, Strecke: 1900m

7. Philipp Bald, 8:22 Min.

Jugend B, Strecke: 3890m

3. Christoph Bald, 17:35 Min.



Faschingstraining

Das Training vor den Faschingsferien haben wir mal etwas lockerer gestaltet. Zu Beginn machten wir ein Ritterturnier. Die großen Jungs waren die Pferde, die Jüngeren die Reiter und als Lanzen haben wir ausgediente Schwimmmudeln verwendet. Nachdem unsere „Pferde“ schlapp gemacht haben gingen wir zu anderen alten und bekannten Wettlaufspielen über.

So mussten beispielsweise beim Schubkarrenrennen die „Schubkarren“ erst einen Mohrenkopf vertilgen bevor sie wechseln durften und es wieder zurück ging (siehe Bild).

Apropos Schwimmmudel: Falls jemand ausgediente Teile der Jugendgruppe überlassen kann wäre das klasse. Sie lassen sich nämlich vielfältig ins Training integrieren. Sie dürfen auch schon etwas kürzer geworden sein.

Jetzt wird das Training wieder etwas anstrengender, um alle auf die kommenden sportlichen Herausforderungen vorzubereiten. Dafür hat sich für die Jugend eigentlich nur formell etwas durch die Wahl an der Jahreshauptversammlung geändert.



Birger Eckhoff und Alfred Hornung, beide nun schon länger als wertvolle Unterstützung des Jugendtrainings tätig, sind nun offiziell für das Jugendtraining gewählt worden. Bernhard Bald ist aus beruflichen Gründen zurückgetreten.

So wünschen wir euch allen eine erfolgreiche Saison und viel Spaß beim Training mit Euren Jugendleitern

Birger, Alfred und Sonja

Bitte folgende Termine vormerken:

10./11.04.10	Mountainbiketour zu unserer Hütte in Lehenhammer
01.05.10	Hilpoltsteiner Duathlon Day (Schüler, Jugendliche, Erw.) Cross für Schüler Mittelfränkische Meisterschaft Rennrad für Jugend Bayerische Meisterschaft
08.05.10	Vereinsmeisterschaft auf der Hütte
13.05.10	Amberger Citytriathlon
15.05.10	Landkreislauf
26.06.10	Rothseetriathlon, Mittelfränkische Meisterschaft für Schüler

BERGSTEIGEN

Klettern in der Halle avanciert zum Breitensport

Nachdem auch in Franken die Kletterhallen aus dem Boden schießen, erfreut sich Klettern immer größerer Beliebtheit. Wie jede Sportart verlangt auch diese eigene Kenntnisse und diesem Erfordernis kann man mit einer entsprechenden Ausbildung gerecht werden.

Im Röthenbacher Kletterturm sind die zu kletternden Routen bereits mit Seilen versehen, sodass ein Vorstieg (ein Kletterer muss das Seil beim Klettern hochtragen) nicht notwendig ist. Dies ist in den anderen Hallen nicht der Fall; 90 % der Routen müssen selbst vorgestiegen werden und dies birgt bei Unkenntnis ein nicht zu unterschätzendes Risiko. Trotz guter Absicherung passieren immer wieder Unfälle, die nach Untersuchungen des DAV teils aus Unkenntnis, teils aber auch aus Unaufmerksamkeit geschehen.

Im letzten Jahr fanden einige Einsteigerkurse im Röthenbacher Kletterturm statt und einige der Absolventen wollten sich nun weiterbilden und nahmen an einem Vorstiegskurs in der Kletterhalle in Forchheim teil. Bestandteile der Ausbildung waren die Wiederholung der wesentlichen Sicherungstechniken, Veranschaulichung der Risiken des Kletterns und Sicherns in Grundnähe und Erlernen des Einlegens des Seiles in die Zwischensicherungen und das eigene Vorsteigen in leichten Routen. Außerdem gab es ein Sturztraining in einer überhängenden Wand sowie freihändiges Klettern zum Erspüren des Körperschwerpunktes.



Mit größter Konzentration übten die Teilnehmer und waren am Schluss in der Lage, leichte Routen selbst vorzusteigen und selbst unvorhergesehene Stürze souverän zu sichern. Bei allem Engagement gab es aber auch viel Spaß - nur die Vesper wurde immer wieder hinausgeschoben - bis die Arme schwer waren und eine Pause unumgänglich war.

Am Schluss freuten sich alle auch schon auf das Klettern im Sommer in der Fränkischen, wobei eine Teilnehmerin zu Recht darauf hinwies, dass das noch einmal

weitere Fähigkeiten verlangt und sie dies erst einmal mit einem erfahrenen Kletterer machen möchte.

Eure Sylvia Koenen

Servus Leute,

hier nun die Planung für den Klettertreff.

Wie immer werden wir nach den Osterferien am Wolfstein beginnen und den Klettertreff in den Sommerferien beenden. Da ich teilweise spontan Änderungen vornehme, sollten diejenigen, die neu dazukommen wollen, sich kurz rückversichern, ob es bei dem geplanten Fels bleibt.

Gedacht ist die Veranstaltung für Leute, die klettern und sichern können.

Wir treffen uns gegen 17.00 Uhr am Fels (nicht bei Regen). Bitte bringt eigenes Material mit und schaut auch jeweils in den aktuellen Kalender auf der Homepage, falls kurzfristige Änderungen notwendig werden.

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

Ich freue mich auf Euch

Sylvia Koenen

Datum	Fels	Sebastian Schwertner 5. Auflage, Seite	Internet
14.04.2010	Wolfstein	130	ja
21.04.2010	Weißenstein	272	ja
28.04.2010	Röttenbacher Wand	331	ja
05.05.2010	Mittelbergwand	346	ja
12.05.2010	Riesturm	383	ja
19.05.2010	Leinfelser Pfeiler	154	ja
26.05.2010	Algersdorfer Wand	214	ja
02.06.2010	Schwarzbrennerei	341	ja
09.06.2010	Starenfels	342	ja
16.06.2010	Weißer Wand	328	ja
23.06.2010	Schlaraffenland	353	ja
30.06.2010	Lug ins Land	339	ja
07.07.2010	Hexenküche	160 ff	ja
14.07.2010	Hartensteiner Wand	254	ja
21.07.2010	Schwarzbrennerei	341	ja
28.07.2010	Hammetalwand	384	ja
04.08.2010	Kalmusfels	406	ja
11.08.2010	Hohler Fels	414	ja

HOCHTOUR VOM 02. – 04. JULI 2010 ZUM „GABLER“

Tourenbeschreibung:



Am 02.07.2010 fahren wir zum Gerlospass, folgen dem Speicher Durlaßboden bis zum Gasthof Finkau. Von hier aus sind es ca. 3 Stunden durch das Wildgerlostal bis zur Zittauer Hütte (2330m), unserem Stützpunkt für zwei Tage.

Am nächsten Tag erfolgt der Aufstieg zum Gabler (3260m). Zuerst geht es über Blockwerk, dann folgt eine rassige Gletscherpassage über die sogenannte „Glatze“ (Steilheit bis 40 Grad). Den Abschluss bildet eine ausgesetzte Blockkletterei im II. Schwierigkeitsgrad auf den Gipfel. Die Gehzeit an diesem Tag beträgt ca. 7 Std. Am 3. Tag haben wir noch einen Abstieg von ca. 2 Std. bis zu den Pkw's am Gasthof Finkau vor uns.

Höchsteilnehmerzahl:

Die Höchsteilnehmerzahl ist auf 8 Personen begrenzt. Liegen mehr als 8 Anmeldungen vor, entscheidet die Reihenfolge der Anmeldungen, wobei Sektionsmitglieder Vorrang vor Nichtmitgliedern haben.

Teilnahmevoraussetzung:

Sicherer Umgang mit Pickel und Steigeisen; Kondition für eine 7 Std.-Tour

Besondere Ausrüstung:

Hüftgurt, steigeisenfeste Schuhe, Steigeisen, Pickel, Stöcke (Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden)

Weitere Infos und Anmeldung:

Jürgen Zenger, Tel.: tagsüber 0911/2428355
abends 0911/5707942, mobil 0175/2016162

Anmeldung und Meldeschluss :

Anmeldungen ab sofort möglich.
Meldeschluss ist Montag, der 28.06.2010

HOCHTOUR VOM 16. – 18. JULI 2010 ZUM „HOHEN FÜRLEGG“

Tourenbeschreibung:



Der Hohe Fürlegg ist ein Nachbarberg des Großvenedigers. Am 16.07.2010 geht's über Mittersill und Bramberg nach Habach zur Habachklause. Hier beginnt der Aufstieg durch das mineralreiche Habachtal zu unserem Ausgangspunkt, der „Neuen Thüringer Hütte (2240m)“, welche in ca. 4 ½ Stunden erreicht wird.

Am nächsten Tag erfolgt der Aufstieg über den „Plattigen Habach (3214m)“ zum „Hohen Fürlegg (3244m)“. Der Abstieg ist über das spaltige Habachkees vorgesehen. Die Gehzeit beträgt ca. 9 Stunden. Am 3. Tag kehren wir direkt zu unserem Ausgangspunkt, der Habachklause, zurück.

Höchsteilnehmerzahl:	Die Höchsteilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt. Liegen mehr Anmeldungen vor, entscheidet die Reihenfolge der Anmeldungen, wobei Sektionsmitglieder Vorrang vor Nichtmitgliedern haben.
Teilnahmevoraussetzung:	Kondition für eine Bergtour von 9 Stunden. Die Tour ist auch für Einsteiger möglich, die bisher keine Gletscherbegehung durchgeführt haben.
Besondere Ausrüstung:	Hüftgurt, steigeisefeste Schuhe, Steigeisen, Stöcke, (Ausrüstung kann zum Teil gestellt werden)
Weitere Infos und Anmeldung:	Jürgen Zenger , Tel.: tagsüber 0911/2428355 abends 0911/5707942, mobil 0175/2016162
Anmeldung und Meldeschluss :	Anmeldungen ab sofort möglich. Meldeschluss ist Montag, der 12.07.2010



**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

Spaltenbergung-Auffrischkurs

Dieser Kurstag richtet sich an alle Gletschergeher. Es werden die lebenswichtigen Handgriffe bei der Spaltenbergung vorgestellt und geübt.

Inhalte sind: Lose Rolle in der „Dreier-Seilschaft“ und der „Selbstflaschenzug“.

Ziel des Tages ist es, dass jeder Teilnehmer diese lebenswichtigen Rettungsmethoden selbst durchführen kann.

Datum:	15.05.2010
Ort:	Röttenbach (Treffpunkt am Kletterturm)
Zeit:	09.00 Uhr bis 17.00 Uhr
Teilnehmerzahl:	max. 6
Ausrüstung:	Hüftgurt, Seil, 2 x Reepschnur (jeweils doppelte Körperlänge), 2 x HMS-Karabiner, 2 x gleiche Schnappkarabiner
Anmeldung bei:	Rainer Braungardt , Tel.: 0177 - 3947984

Klettersteigkurs für „Klettersteigprofis“

Dieser Kurs richtet sich speziell an „Klettersteiggeher“ die gerne etwas über die Techniken und Gefahren beim Klettersteiggehen erfahren und erleben möchten.

Ein wichtiges Thema an diesem Tag ist die Sicherheit und Rettung. Auch werden wir das Absichern von schwierigen Stellen im Klettersteig üben. Der Kurs wird am Höhenglückssteig stattfinden und ist als Vorbereitung für eine Klettersteigtour bestens geeignet.

- Datum:** 13.06.2010
Ort: Röthenbach (am Kletterturm, oder nach telefonischer Vereinbarung direkt am Klettersteig)
Zeit: 09.00 Uhr bis 17.00 Uhr
Teilnehmerzahl: max. 6
Ausrüstung: Hüftgurt, Brustgurt, Einbindestück (kurzes Seilstück), 2 x HMS-Karabiner, 2 x gleiche Schnappkarabiner, Klettersteigset, Steinschlaghelm, Reepschnur (doppelte Körperlänge), 1 x Bandschlinge 60 cm
Anmeldung bei: **Rainer Braungardt**, Tel.: 0177 - 39 47 984
-
-

Königsjodler-Steig, die Tour für hartgesottene Klettersteiggeher

Der Königsjodler-Steig ist einer der aufsehernerregendsten und der schwierigste Klettersteig am Hochkönig und der längste Salzburgs.

Er überwindet in rund 1700 Klettermetern die Teufelshörner, den Kematstein (auch Kummstein) und endet am Hohen Kopf. Der Steig hält sich meist direkt an der wilden Gratkante. Er überwindet äußerst spektakulär kleine und große Schluchten (Jungfrauensprung, Teufelschlucht und Flying Fox über den Sallerriss) und acht zum Teil sehr spitze Türme. Da man von den Turmgipfeln meist sehr steil wieder absteigt und am darauf folgenden Turm wieder aufsteigen muss, werden die 1700 Klettermeter zur Belastungsprobe.

Auch landschaftlich ist der Steig sehr eindrucksvoll. An schönen Tagen ist das Panorama unschlagbar. Der Königsjodler ist etwas für technisch versierte und vor allem konditionsstarke Klettersteiggeher.

Teilnahmevoraussetzung: Die Tour erfordert ein sicheres Beherrschen der Klettersteigausrüstung und Kondition für eine 8Std.-Tour.

- Datum:** 16.-18.08.2010
Ort: In Röthenbach ist Treffpunkt um Fahrgemeinschaften zu bilden, Treffpunkt und Beginn der Tour ist am 16.08. auf der Erichhütte.
Teilnehmerzahl: max. 4; liegen mehr als 4 Anmeldungen vor, entscheidet die Reihenfolge der Anmeldungen, wobei Sektionsmitglieder Vorrang vor Nichtmitgliedern haben;
Ausrüstung: Hüftgurt, Brustgurt, Einbindestück (kurzes Seilstück), 2 x HMS-Karabiner, 2 x gleiche Schnappkarabiner, Klettersteigset, Steinschlaghelm, Trinkflasche und die Brotzeit mitnehmen
Anmeldung bei: **Rainer Braungardt**, Tel.: 0177 - 39 47 984
-
-

Der Augsburger Höhenweg

Die Königsetappe über die höchsten Gipfel der nördlichen Kalkalpen hinweg ist der Augsburger Höhenweg – eine alpine Herausforderung nur für wirklich Geübte.

Grundsätzlich benötigt man für diese Tour hochalpine Ausrüstung, absolute Trittsicherheit und eine sehr gute Kondition. Der Augsburger Höhenweg ist ein hochalpiner Höhenweg in den südlichen Lechtaler Alpen. Er verläuft zwischen der Augsburger und der Ansbacher Hütte und ist zum größten Teil über 2600 m Höhe gelegen. Zusätzlich hat man die Möglichkeit, den einzigen 3000er und höchsten Gipfel der Nördlichen Kalkalpen, die Parseierspitze, zu besteigen. Ohne Besteigung der Parseierspitze muss man eine Gehzeit von rund 8-9 Stunden einplanen. Das macht ihn (laut AV-Führer) zum anspruchvollsten Höhenweg der Nördlichen Kalkalpen, weswegen es einige Notabstiege sowie eine Biwakschachtel auf der Hälfte des Weges gibt.

Datum: September

Ort: In Röttenbach ist Treffpunkt um Fahrgemeinschaften zu bilden.

Teilnehmerzahl: max. 5

Ausrüstung: Hüftgurt, 2 x HMS-Karabiner, Steinschlaghelm, Gehstöcke, Steigeisen

Anmeldung bei: Rainer Braungardt, Tel.: 0177 - 39 47 984

Anspruchsvolle Hochtour zum HOCHGALL 3.436 m (Rieserfernergruppe)

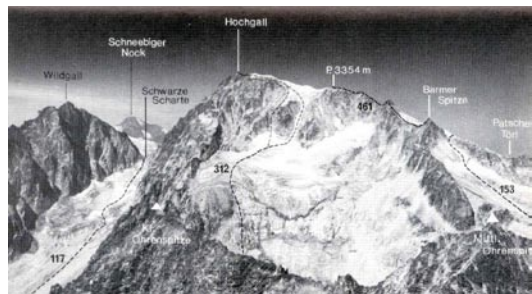
Sonntag 27.06.2010

Anfahrt über Felbertauerntunnel und das Defereggental; Aufstieg zur Barmer Hütte 2.610 m in etwa 2 Stunden

Montag, 28.06.2010

Aufstieg über die SO-Flanke und den Ostgrat. Hier wartet auf uns anspruchsvolles alpines Berggelände. Zuerst geht es in der Südostflanke durch eine 300 m hohe und bis zu 40 Grad steile Firn-/Eisrinne zum Ostgrat. Am Ostgrat geht es dann zuerst über Schnee, später über plattige Felsen zum Gipfel. Die Kletterei soll zum Teil ausgesetzt sein und bewegt sich im oberen 2. Schwierigkeitsgrad.

Im Fels gibt es einige Bohrhaken, an denen wir sichern werden. Wir steigen über den Nordwestgrat (Gratkletterei bis Schwierigkeitsgrad 2) zur Hochgallhütte 2.276 m ab. Für die Überschreitung werden wir insgesamt etwa 10 Stunden Zeit benötigen.



Dienstag, 29.06.2010

Über die Schwarze Scharke und die Riepenscharte steigen wir in 5 Stunden zurück zur Barmer Hütte und steigen danach weiter ins obere Defereggental ab. Anschließend erfolgt die

Heimfahrt.

Anforderungen:

Der Hochgall ist ein recht anspruchsvoller Berg, der Klettererfahrung und sicheres Steigeisengehen verlangt. Deshalb können nur Bergsteiger teilnehmen, von deren Eignung ich mich persönlich vor der Tour überzeugt habe. An Ausrüstung werden steigeisefeste Bergschuhe, Eispickel, Helm und Klettergurt benötigt. Ausrüstung kann (bis auf Schuhe) gestellt werden.

Anmeldung ist ab Mai möglich beim **Jan Luft unter der 09123/5213** oder **luftjan@web.de**.
Ich freue mich auf eine super Tour!

Jan Luft

Tagesfahrt in das Wanderparadies Rofan am 26.06.2010

In Kooperation mit dem DAV Altdorf führen wir eine Tagesfahrt mit dem Bus in das Rofangebirge durch. An der Fahrt können max. 20 Vereinsmitglieder teilnehmen.

Der Bus bringt uns von Röthenbach nach Kramsach in Tirol. Von dort aus fahren wir mit der Sonnwendjochbahn zur Bergstation (1790 m). Dies ist der Ausgangspunkt für unsere ca. 6-stündige Rofandurchquerung bis zur Erfurter Hütte (Bild rechts). Die Wanderwege bieten uns atemberaubende Ausblicke auf die umliegenden Berge.



Von der Erfurter Hütte (1834 m) fahren wir mit der Rofanseilbahn zur Talstation im Ortsgebiet Maurach. In Maurach erwartet uns der Bus und bringt uns wieder nach Hause.

- | | |
|---|--|
| Abfahrt: | 26.06.10, 05:30 Uhr am Hallenbad in Röthenbach |
| Buskosten: | Erwachsene: 18,00 € (wird im Bus eingesammelt)
Kinder und Jugendliche bis 16 J.: 9,00 € |
| Höchsteilnehmerzahl: | 20 Personen |
| Voraussetzung: | Kondition für eine 6-stündige Wanderung,
Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich |
| Meldeschluss: | Samstag 19.06.10; bei Rücktritt von der Fahrt nach dem 19.06.10 ist der volle Buspreis zu zahlen oder eine Ersatzperson zu melden. |
| Ansprechpartner und Anmeldung bei: | Karl-Heinz Koth,
Tel.: 0911/570 97 06 oder 0171/3371817 |

Sektionsfahrt vom 17.-18. Juli 2010 ins Karwendelgebirge zum Soiernhaus (1616 m)

Unsere 2-Tagesfahrt mit dem Bus - für max. 30 Teilnehmer - führt uns dieses Jahr in das Jagdrevier Ludwigs II. zum Soiernhaus im Karwendelgebirge.

70 m unterhalb der Hütte liegen malerisch die beiden Soiernseen, deren türkisblaue Farbe schon einst den Bayernkönig inspirierten. Infos und Bilder zum Soiernhaus und zu Tourenmöglichkeiten gibt es online unter: www.soiernhaus.de



Samstag:

Wir fahren mit dem Bus von Röthenbach (Hallenbad) über die Autobahn München – Garmisch nach Krün (875 m). Von Krün aus wandern wir in ca. 3 Stunden über die Fischbachalm (Einkehrmöglichkeit) und den Lakaiensteig zum Soiernhaus. Tourenmöglichkeiten am Nachmittag: Soiernkessel/Soiernseen, Soiernspitze (2259 m)

Sonntag:

Aufstieg zur Schöttelkarspitze (2049 m, ca. 1 Std.), Abstieg über Seinskopf (1961 m) nach Krün (ca. 3 Std. –unterwegs keine Einkehrmöglichkeit– bitte Proviant/Getränke mitnehmen);
Alternative: Abstieg wieder über die Fischbachalm nach Krün (ca. 2,5 Std.)

Abfahrt:

17.07.10, 06:30 Uhr am Hallenbad in Röthenbach

Übernachtung:

Soiernhaus (1616 m), Matratzenlager für 30 Personen -Hüttenschlafsack erforderlich-, Rucksäcke dürfen über Nacht nicht mit ins Lager genommen werden.

Buskosten:

Erwachsene: 35,00 € (wird im Bus eingesammelt)
Kinder und Jugendliche bis 16 J.: 16,00 €

Höchstteilnehmerzahl:

30 Personen

Rückkehr:

18.07.10, ca. 21:00 Uhr

Meldeschluss:

Samstag 03.07.10; bei Rücktritt von der Fahrt nach dem 03.07.10 ist der volle Buspreis zu zahlen oder eine Ersatzperson zu melden.

Ansprechpartner und

Karl-Heinz Koth,

Anmeldung bei:

Tel.: 0911/570 97 06 oder 0171/3371817

Wandern und Wein

Nach den Erfolgen in den vergangenen Jahren wollen wir auch heuer wieder einen Wanderausflug an den schönen Main machen und sowohl die schönen Weinberge als auch den guten Wein genießen.

Wir fahren mit dem Bus, am **Samstag den 14. August 2010 um 11.00 Uhr** nach Mainfranken und wandern nach Neuses am Berg zum Weingut Düll, wo wir uns wieder bei Musik und Wein vergnügen. Rückfahrt gegen 22.30 Uhr. Einschreibelisten gibt es beim Sportlertreff Montag oder Mittwoch oder bei Reiner Knoch Tel.: 57 91 27 anrufen.



Buchbesprechungen

Rother Selection Hüttentrekking Westalpen

Frankreich - Italien

30 Mehrtagestouren von Hütte zu Hütte

1. Auflage 2010; 272 Seiten, 188 Farbfotos, 35 Tourenkarten,
37 Höhenprofile, eine Übersichtskarte

Preis € 24,90, Bergverlag Rother GmbH, Ottobrunn

Wild und urtümlich, so präsentiert sich das westliche Drittel des Alpenbogens. Viele Ortschaften dort sind stark von Abwanderung betroffen, sodass man nicht selten auf Geisterdörfer trifft, in denen nur noch ein paar Alte leben. Weitwanderungen wie der GR 5 und die GTA, die Grande Traversata delle Alpi, spannende Höhenwege über aussichtsreiche Kämme sowie zahlreiche eingerichtete Wege, auf denen berühmte Berge oder Gebirgsmassive umrundet werden, laden dazu ein, diesen herrlichen Teil der Alpen zu erkunden. Tagelang in der Abgeschiedenheit großartiger Gebirgslandschaften von Hütte zu Hütte unterwegs zu sein, ist ein spannendes Abenteuer. Mit ihrer Mischung aus wilden Landschaften und alter Bauernkultur, guten Hütten und traditionellen Dorfunterkünften sowie einer hohen gastronomischen Qualität sind die französischen und italienischen Westalpen ein besonders attraktives Trekking-Eldorado.

In diesem Buch ist eine abwechslungsreiche Auswahl der schönsten Weitwanderungen zusammengestellt. Klassiker wie die Tour du Mont Blanc oder der Giro del Viso, kaum bekannte Höhenwege wie die Alta Via delle Alpi Graie durch die Lanzo-Täler oder die Alta Via delle Biellese sowie Hüttenrunden durch Natur- und Nationalparks werden vorgestellt. Die Palette reicht von Wochenendausflügen bis zu zweiwöchigen Trekkingtouren, sodass jeder seine Traumtour finden kann.

Die historische Seite



Das Foto zeigt Vereinskameraden beim Vatertagsausflug im Jahre 1954 nach Grünsberg bei Altdorf. Im Bild die Treppe der größten barocken Quellfassung nördlich der Alpen.

Links im Bild unser Ehrenmitglied Peter Herbst, dahinter Hans Will, unser Ehrenvorsitzender und vorne Ehrenmitglied Karl Naber. Hinter Karl Naber steht unser damaliger Vereinswirt Peter Pirner, dahinter Willi Lintl, neben ihm Hans Genitheim und davor Hans Pirner. Daneben steht Michael Gaag und hinter ihm Funny Harrer. Erkennen Sie noch jemanden?

Das Foto und die Informationen stammen von unserem Ehrenmitglied Loni Herbst. Vielen Dank!

*Herzlichen Dank
an alle ehrenamtlichen Austräger,
die vierteljährlich unsere Sektionsmitteilungen
an unsere Vereinsmitglieder verteilen!*



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 (BWV)
Rückersdorfer Str. 73
90552 Röthenbach
Telefon: 0911 577347
Fax: 0911 577275
Mobil: 0172 7188151

-SPORT --- SPORT --- SPORT --- SPORT-

Dreikönigslauf in Kersbach

Beim Warmlaufen zum traditionellen Kersbacher Dreikönigslauf, der als 1. Wertungslauf zum Bayern-Lauf-Cup zählt, wurde von den DAV-Startern kurzentschlossen die Idee geboren, in dieser Laufsaison an der erstmalig eingeführten Mannschaftswertung zum Bayern-Lauf-Cup teilzunehmen.

Bei der Motivation der Läufer dürfen wir auf die Ergebnisse in den Einzel- und Mannschaftswertungen des Bayern-Lauf Cups in dieser Saison gespannt sein. Bei Minusgraden und glattem, schneebedecktem, schwer zu laufendem Untergrund erreichten die DAV-Starter in einem starken Starterfeld hervorragende Platzierungen sowohl im Bambini- als auch im Hauptlauf.



Als erstes durften die Nachwuchsläufer **Emilie und Jakob Elsner** (Bild links) beim Bambini- und Hauptlauf über 500 m ihr Können unter Beweis stellen. So wurde Emilie mit 3:04 gesamt 7. und 5. Mädchen. Jakob belegte in einer Zeit von 5:15 den 11. Platz und verpasste als 4. Bub nur knapp das Podest.

Vereinsschnellster im Hauptlauf über 12 km wurde **Andreas Janker** in hervorragenden 42:00; 13. gesamt und 5. M20.

In der Mannschaftswertung der Männer erreichte der DAV Röttenbach mit Janker, Elsner, Röser, Dummert und Gillich den 4. Platz.

Vereinsschnellste Läuferin wurde **Ulrike Praß** mit 58:02 Min. 9. in der AK W45. Renate Lehnert erreichte nach 1:23:21 Std. als 5. in der AK W50 das Ziel.

Weitere Ergebnisse:

Roland Elsner, 44:41 Min., 7. AK M40

Martin Schlinger, 52:12 Min., 17. AK M50

Matthias Röser, 47:12 Min., 10. AK M35

Matthias Lehnert, 1:23:21 Std., 18. AK M55

Erhard Dummert, 47:35 Min., 6. AK M50

Alfred Unfried, 1:37:13 Std., 5. AK M70

Erwin Gillich, 50:06 Min., 4. M60

50. Prellsteinrennen am 31.01.2010

50. Prellsteinrennen, ein harter Wettkampf in traumhafter Winterlandschaft bei erstklassiger -8° trockener Schneelage, der wieder einmal alle physischen und psychischen Extrembelastungen von allen Teilnehmern abverlangte.

Der Dank geht an die Veranstalter, allen voran Georg Pauli und seinem Team, die zum Jubiläum die alten Renngepflogenheiten, wie die Hindernisüberquerung beim Start und 6 Fragen in der Höhle beantworten, wieder aufleben ließen.

Der härteste Crosslauf, nix für Weicheier oder wie Hipo so treffend formulierte: „Am Prellstein wieder voll abgekotzt“!

Unser DAV-Starterfeld war mit Sydney Büttner Ju17 bis Herbert Will M65 mit sechs 3er-Mannschaften am Start. So durften wir wieder ein einmaliges Teamerlebnis und ein nachhaltiges Wettkampffeeeling erleben und erleiden.



Die mannschaftlich geschlossene Erfolgsgeschichte ist kurz erzählt!

Bis auf Karl-Heinz Koth und Matthias Lehnert haben sich alle anderen Wettkämpfer einen Podestplatz in den jeweiligen Altersklassen und den entsprechenden Mannschaftswertungen erkämpft!

Allen voran **Roland Elsner**, der auf Langlaufskiern mit einer Zeit von 52:56 Min. schnellster DAV-Läufer war und die drittschnellste Laufzeit insgesamt hatte.

Erika Hayner, auch auf Langlaufskiern unterwegs, war mit einer Zeit von 1:17:47 Std. schnellste DAV-Läuferin und zweitschnellste Frau insgesamt.

Unser schnellster DAV-Läufer mit der schnellsten Laufzeit (ohne Ski) insgesamt von 1:03:41 Std. war **Andreas Janker**.

Schnellste Läuferin der DAV-Powerfrauen war mit einer Zeit von 1:38:24 Std. „Miss Prellstein“ **Renate Kühnlein**.

Wir hoffen, diese Erfolgsgeschichte macht Lust auf mehr und gibt einen Motivationsschub für die kommende Saison!

Die Ergebnisse im Einzelnen:

1. W45 Kühnlein Renate, 1:38:24
2. W45 Praß Ulli, 1:43:52
3. W45 Portelli Karin, 1:45:30

1. MHK Janker Andreas, 1:03:41
2. MHK Florian Lang, 1:06:42
3. M40 Elsner Roland, 52:56
3. M45 Petschar Klaus, 1:14:56
4. M50 Erhard Dummert, 58:11
6. M50 Schlinger Martin, 1:03:53

1. W50 Hell Sybille, 1:41:07
1. W55 Hayner Erika, 1:17:47

2. M55 Hilpoltsteiner Herbert, 1:04:12
9. M55 Koth Karlheinz, 2:03:27
2. M65 Klunk Manfred, 1:45:32
2. M70 Will Herbert, 1:11:59
4. M70 Költsch Erwin, 1:13:07

Mannschaftswertung Seniorinnen:

2. DAV W1 Renate Kühnlein, Ulli Praß, Karin Portelli, 5:07:46

Mannschaftswertung Senioren:

2. DAV M3 Martin Schlinger, Herbert Hilpoltsteiner, Klaus Petschar, 3:23:01
5. DAV M2 Roland Elsner, Erhard Dummert, Manfred Klunk, 3:36:39

DAV Langstreckler beim ersten Formtest in Bad Füssing

Der Johannesbad-Thermenmarathon in Bad Füssing ist im Februar bayernweit die einzige Marathonveranstaltung. Viele Läufer nutzen diese Möglichkeit im niederbayerischen Kurort für einen Formtest über die angebotenen Distanzen von 10 Km, Halbmarathon oder Marathon. Auch in diesem Jahr waren die Wettbewerbe wieder hochkarätig besetzt mit Startern aus ganz Bayern und Österreich. Trotz Temperaturen um den Gefrierpunkt waren für die Teilnehmer die Bedingungen relativ gut.



Im stärksten besetzten Halbmarathonwettbewerb, bei dem alleine die ersten drei Läufer 1:10 Std. und schneller liefen, konnte **Andreas Janker** vom DAV einen Spitzenplatz erringen. Trotz der frühen Jahreszeit erreichte er mit 1:15:08 Std. seine zweitbeste je gelaufene Halbmarathonzeit. Bei 829 Läufern erreichte er einen hervorragenden 6. Platz in der Gesamtwertung und wurde vierter in der Hauptklasse der Männer. Schnellste Frau vom DAV wurde wieder mal **Ulrike Praß** in 1:47:33 Std. und 7. in der AK W45.

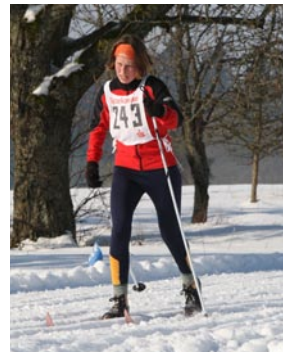
Helene Macher vom DAV erreichte nach 2:09:21 Std. das Ziel auf Platz 134 und Rang 21 in der AK W50. Auch Matthias Lehnert konnte sich nach 2:57:30 Std. über seinen Zieleinlauf freuen und wurde 646. Gesamt und 67. in der AK M55. Renate und Dieter Kühnlein gingen für das Team 4 an den Start. Renate erreichte Platz 70 mit einer Laufzeit von 1:53:54 Std. und wurde 13. in der AK W45. Dieter wurde 108. mit einer Laufzeit von 1:32:27 Std. und 21. in der AK M45.

Vereinsmeisterschaft Skilanglauf klassische Technik 2010 in Waller

Bei traumhaften, sonnigen Winterbedingungen um die - 2° fanden auch heuer am 07.02.2010 wieder unsere Vereinsmeisterschaften im Skilanglauf in der klassischen Technik in Waller im Zuge der hervorragend organisierten Hersbrucker Stadtmeisterschaften statt.



Ein kleines aber leistungsstarkes Team von DAV-Läufern war wieder am Start über zwei Runden von je 4,5 km Länge, die **Roland Elsner** als schnellster DAV-Läufer und Drittschnellster des Gesamtstarterfeldes mit einer Zeit von 24:29 Min. absolvierte. Roland ist damit neuer amtierender Vereinsmeister im Skilanglauf 2010!



Die Damen und Jugendläufer mussten eine Runde von 4,5 km absolvieren. Schnellste DAV-Läuferin -aber leider auch die einzige DAV-Starterin- und damit neue amtierende Vereinsmeisterin im Skilanglauf 2010 war mit einer Zeit von 22:21 Min. **Sonja Bald**.

Erfreulicherweise trauten sich auch zwei DAV-Nachwuchsläufer auf die Strecke. Seiner Mutter voran lief **Christoph Bald** ein schnelles Rennen und wurde in einer Zeit von 17:27 Min. schnellster DAV-Jugendläufer.

Sein Bruder **Linus Bald** lief in der Schülerklasse über 1,2 km ebenfalls ein beherztes Rennen. Vermutlich war ihm aber diese Streckenlänge zu kurz und er absolvierte seine Runde 2 Mal und kam mit einer Zeit von 14:39 Min. erschöpft aber glücklich ins Ziel.

Ergebnisse:

DAV	Gesamt	AK	Name	Zeit
1.	6.	1. W40	Bald Sonja	22:21
1.	3.	1. M40	Roland Elsner	24:29
2.	5.	1. M45	Strobel Werner	25:54
3.	6.	1. M50	Schlinger Martin	26:06
4.	8.	1. M35	Geier Matthias	26:42
5.	10.	1. M70	Pöhlmann Herbert	27:02
6.	11.	1. M55	Hilpoltsteiner Herbert	27:44
7.	17.	1. M60	Otte Gerd	30:36
8.	20.	1. M65	Will Herbert	34:08
1.		Jugend	Christioph Bald	17:27
1.		Schüler	Linus Bald	14:39

Hans-Brenner-Gedächtnislauf und Verbandsmeisterschaft des Skiverbandes Frankenjura in Waller

Bei optimalen Bedingungen und hervorragender Organisation durch die WSG Hersbruck, an ihrer Spitze Heiner Stocker, waren nur 42 Läuferinnen und Läufer am Start. Dieser Trend ist bayernweit festzustellen und macht selbst im Bayerwald wie in den Langlauf-Hochburgen Mauth/Finsterau nicht halt. Traditionsreiche Veranstaltungen wie der Silvesterlauf in Finsterau und der Dreikönigslauf in Mauth werden von den Vereinen aus Kostengründen nicht mehr durchgeführt. Aber den Teilnehmern in Waller war davon nichts anzumerken. Sie kämpften in allen Klassen mit höchstem Einsatz um den Sieg. Bei der Meisterschaft wird auch um den Gedächtnispokal des verstorbenen langjährigen und unvergessenen Sportwarts Hans Brenner vom DAV Ansbach gekämpft.



Auch die 5 Starter unserer Wintersportabteilung Nordisch erzielten in Waller gute Ergebnisse und konnten 3 Pokale mit nach Hause nehmen.

- 5. AK 41 Roland Elsner in 28:57:0 Min.
- 3. AK 46 Martin Schlinger in 30:39:0 Min.
- 4. AK 46 Werner Strobel in 32:08:0 Min.
- 3. AK 61 Gert Otte in 37:31:0 Min.
- 3. AK 66 Herbert Will in 41:22:0 Min

Alfred Unfried

Rothseelauf

Am 07.03.2010 waren am Rothseelauf wegen der winterlichen Verhältnisse wenige heimische Sportler vertreten, die aber gute Platzierungen erreichten.

Florian Lang (Bild rechts) vom DAV wurde Gesamtzweiter in einer Zeit von 18:00 Min. über 5200 m.

Erwin Gillich wurde über 10 Km Erster in seiner AK M60 in 45:18 Min.

Erika Hajner siegte ebenfalls in ihrer AK W55 über 10 Km in 51:01 Min. Sybille Hell finishte in einer Zeit von 1:00:25 Std.



Zur Bestzeit nach Barcelona

Die Marathon-Saison 2010 des DAV-Röthenbach eröffneten am 7. März Ulrike Praß und Matthias Lehnert in Barcelona.

Dass sich die Streckenführung als nicht ganz trivial erwies, zeigt die Finisherzahl. Von 12.000 Startern erreichten nur 10.242 Athleten das Ziel. Dieser katalanische Stadtmarathon, der an der Plaça España startete, vorbei am Casa Milá, der Sagrada Família, dem Torre Agbar, durch den Triumphbogen und über die Ramblas führte, war sehr eindrucksvoll.



Ulrike Praß sorgte mit einer guten persönlichen Bestzeit von 3:43:18h für ein gelungenes privates Marathon-Jubiläum. Denn immerhin war dies bereits das 10. Mal, dass Ulrike für die magischen 42,195 km ihre Laufschuhe schnürte. Sie belegte den Gesamtplatz 4657, in der Altersklasse W45 Platz 55 und war somit unter den ersten 13% ihrer Altersklasse.

Matthias Lehnert, erfahrener Marathonläufer, finishte glücklich seine bereits 9. Königsdistanz eisern nach 6:00:06 Stunden. Aufgeben käme für ihn nie in Frage. So belegte er Platz 10223 und wurde in der AK M55 der 599. „Dass es keine Medaillen mehr gab, war sehr schade, aber ansonsten war der Marathon hervorragend organisiert“, lobte er hinterher.

18. Neuhauser Straßenlauf

Beim 10.000 m-Hauptlauf am 13.03.2010 haben 6 DAV-Teilnehmer in 2 Mannschaften teilgenommen.

In der Mannschaftswertung erreichte der DAV-Röthenbach mit Janker-Elsner-Schödelbauer den hervorragenden 5. Platz und mit Röser-Dummert-Gillich ebenfalls einen sehr guten 11. Platz von 33 Mannschaften. In der momentanen Gesamtwertung des Bayern-Lauf-CUPs des BLV stellt sich das folgendermaßen dar: Der DAV-Röthenbach ist nach dem 2. Lauf auf Platz 7 von 71 Mannschaften!



Ein ganz besonderes Geschenk bereitete sich Andy Janker zu seinem 27. Geburtstag. Er stellte eine neue persönliche Bestzeit auf und legte die Messlatte mit

ausgezeichneten 00:33:56 nicht nur für die heimische Konkurrenz ziemlich hoch. Herzlichen Glückwunsch, Andy!

Auch Matthias Röser präsentierte sich von einer besonders sportlichen Seite. Da er derzeit für den Ironman Zürich trainiert, absolvierte er die 10.000 m in beachtlichen 00:38:06, nachdem er zuvor noch eben schnell mal seine 70 km Radtraining abgespult hatte.

Der erfolgsverwöhnte Erwin Gillich musste sich diesmal mit dem 4. AK-Platz in einem erstklassig besetzten Teilnehmerfeld begnügen und verpasste knapp einen Podestplatz. Immerhin waren 19 (!) Läufer in seiner Altersklasse aufgestellt.

Die Ergebnisse im Einzelnen:

Name	G.-Platz	Zeit	AK Platz
Janker Andreas	12	00:33:56	4 M HK
Elsner Roland	25	00:36:40	5 M 40
Schödelbauer Matthias	37	00:37:54	8 M 40
Röser Matthias	40	00:38:06	7 M 35
Dummert Erhard	45	00:38:24	3 M 50
Gillich Erwin	84	00:41:51	4 M 60
256 Teilnehmer insgesamt (58 W + 198 M)			



Unser neues Sportwartteam stellt sich vor:

Neben unserem altbewährten Sportwart Martin Schlinger sind Silke Röser, Matthias Röser und Ulrike Praß unsere neuen Ansprechpartner in Sachen „Sport“ beim DAV Röttenbach.

Silke ist in der Laufgruppe aktiv und ihr Ehemann Matthias ist ehrgeiziger Triathlet. Unsere ebenfalls sehr ehrgeizige Ulrike ist bereits ihren 10 Marathon gelaufen, hat schon etliche Kurztriathlons erfolgreich mitgemacht und lässt auch sonst so gut wie keinen Wettkampf aus.

Herzlichen Dank für euer Engagement und viel Freude und Erfolg dem neuen Sportwartteam!

DAV Radbekleidung

Wir vom Sportwartteam möchten für alle Radler eine individuelle DAV-Röthenbach -Team-Radbekleidung herstellen lassen.

Gedacht ist an:

- **Radtrikot kurz/langarm (natürlich auch im Damenschnitt)**
- **Radhose kurz (auch im Damenschnitt)**
- **Windweste**
- **Winterjacke**
- **je nach Nachfrage evtl. Ärmlinge, Beinlinge, Socken, Überschuhe**

Um ein präzises Angebot einholen zu können, brauchen wir eine ungefähre Anzahl der Interessenten. Wir bitten deshalb alle DAV'ler, die Interesse an einer Team-Radbekleidung haben, um eine kurze Mitteilung. Entweder per Email an:

DAV-Roeser@web.de oder unter der Telefonnummer: 09120-440746.

Bitte gebt auch an, an welchen Kleidungsstücken Interesse besteht.

Ein Design wird gerade ausgearbeitet und auf der Internetseite bekannt gegeben.

Eure Sportwarte

Bönnigheimer Stromberglauf am 20.11.2010

Wir vom Sportwartteam planen eine Busfahrt zum Bönnigheimer Stromberglauf am 20.11.2010 mit anschließender Weinprobe und Vesper in der Strombergkellerei (Ziel des Stromberglaufs).

Bönnigheim liegt zwischen Ludwigsburg und Heilbronn. Eine Runde der Laufstrecke beträgt 5 km und wird beim 5 km-Lauf einmal, beim 10 km-Lauf zweimal gelaufen. Die Strecke führt auf asphaltierten Wegen und Kopfsteinpflaster durch die Weinberge der östlichen Ausläufer des Strombergs und durch die historische Altstadt von Bönnigheim.

Sachpreise erhalten die sechs schnellsten Frauen und Männer, die beste Mannschaft (Männer/Frauen) und die Altersklassensieger.

Wenn an der Veranstaltung Interesse besteht, bitten wir schon jetzt um Mitteilung (wir haben dort mal 40 Plätze vorreserviert). Ihr könnt uns per Email Bescheid geben: **DAV-Roeser@web.de**. Wenn der November näher rückt, hängen wir auch Listen zum Eintragen aus.

„Nichtläufer“ sind natürlich auch herzlich willkommen!

Eure Sportwarte

Im Internet findet ihr die Kellerei unter: www.strombergkellerei.de, den Lauf unter www.boennigheimer-stromberglauf.de. Eine Anmeldung zum Lauf führen wir gesammelt durch.

Termine der Sportereignisse

01.04.10	Sportlerstammtisch	Little Dream Rückersdorf, 20 Uhr
10.04.10	Frühlingslauf Kallmünz	5/10/21,1 Km
10.04.10	27. Neuburger Frühjahrslauf	BLV-Bayern CUP, 7,85 Km
11.04.10	Halbmarathon Amberg	
24.04.10	Straßenlauf Hohenstadt	5/10 Km
06.05.10	Sportlerstammtisch	Little Dream Rückersdorf, 20 Uhr
08.05.10	Vereinsmeisterschaft im Laufen und Hütteneröff- nung in Lehenhammer	
08.05.10	Happurger Stauseelauf	3,4/10 Km
13.05.10	Citytriathlon Amberg	1,5/40/10 Km
15.05.10	Landkreislauf Nürnberger Land	MACHT ALLE MIT
16.05.10	Stadtlauf Herrieden	5/10/21,1 Km
22.05.10	Kirwalauf Leinburg	5/10 Km
03.06.10	Sportlerstammtisch	Little Dream Rückersdorf, 20 Uhr
06.06.10	Steinberger See Triathlon	0,5/16/5 Km oder 1,5/40/10 Km oder 2/80/20 Km
06.06.10	Kulmbacher Triathlon	Deutsche Meisterschaft Mittel 2/80/20 Km
13.06.10	Kallmünzer Triathlon	06/21/5 Km oder 1,5/42/20 Km
18.-27.06.10	Fahrradtour 2010 nach Nizza	Kontakt: Wieland und Hipo
19.06.10	Stadtfest Röttenbach und 1. Stadtlauf Röttenbach	Lasst euch überraschen, Planung läuft!
20.06.10	Stadttriathlon Erding	1,5/48/10 Km
25.06.10	Läufer Altstadtfestlauf	10 Km
26.06.10	2. Rothsee Triathlon Festival	1,5/40/10 Km
27.06.10	Burgholzlauf	BLV-Bayern CUP, 13 Km

JANKER

Zimmerermeister
Dachdeckermeister
Baubiologe
Geprüfter Gebäude-
energieberater HWK



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



So?!
Oder lieber gleich
zu Janker!

leistungsstark innovativ sympathisch

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 Röthenbach 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.



Beim Mannschaftswettkampf **“Fun in Athletics”** in **Höchstadt** waren für die LG Röttenbach eine Mannschaft der D- und eine der C-Schüler am Start. Die Teams bestanden aus vier Teilnehmern, wobei mindestens einer weiblich sein musste. Bei den D-Schülern traten als „LG-Röttenbach-Ferraris“ an: Fabian Dörr, Fiona Hoyer, Maximilian Glomb und Denise Anderie. Nach den Disziplinen Wäscheklammerrundlauf, Hindernisstaffel, Speed-Bounce, Standweitsprung, Dreisprung, Medizinballstoßen, Zielwurf mit Tennisbällen, Weitwurf mit einem

Vortex Mini-Heuler und Verfolgungsstaffel mit Tennisball wurden die „LG-Ferraris“ Zweiter hinter dem Team Höchststadt 1. Für die Endwertung bedeutete dies Punktgleichstand mit dem Team Erlangen. Da es für die erstplatzierte Mannschaft einen Pokal gab, entschied die Anzahl der Disziplinsiege. Dadurch wurden die „LG-Ferraris„ verdient Zweiter. Bei den C-Schülern starteten Anna Kudra, Selina Festner, Holger Pauly und Tobias Schramm, der noch D-Schüler ist und zudem in Höchststadt sein Wettkampf-Debüt ablieferte. Die „Rennschnecken“, wie sich das LG-Team nannte, konnten Platz 5 erringen.

14 Teilnehmer stellte die LG Röttenbach beim **Forchheimer Nikolauslauf**. Über die kleine 1250m-Runde konnte sich Fiona Hoyer als beste LGlerin den zweiten Platz bei den Schülerinnen D (W 9) sichern. Ebenfalls noch auf dem Podest durfte Vanessa Schießl als Dritte der W 13 stehen. Vor den „Großen“ kamen die Bambini dran, hier landete die LG Röttenbach ihren ersten Sieg: Felix Dörr kam am schnellsten ins Ziel. Schüler und Schülerinnen A, Jugend und Hobbyläufer starteten gemeinsam und Annika Niemann (Schülerinnen A) durfte in diesem Lauf das Rennen als erste Dame beenden. Die männlichen Teilnehmer gingen in die zweite Runde – Während Simon Schwarz sein einsames Rennen in 17:00 min beendete, gewann Uli Barm knapp hinter dem Jugend A-Sieger die B-Jugend, dicht gefolgt von Stefan Prinz (3. A-Jugend). Julian Wecera wurde Dritter der Männlichen Jugend B und konnte das Familienduell gegen seinen Vater eindeutig gewinnen – er war über 4 Minuten schneller.

Als letzter Crosslauf vor dem Jahreswechsel fand wie immer das **Cross-Meet- IN in Ingolstadt** statt. Die LG Röttenbach war mit sieben Sportlern dabei. Bei der fünfzehnjährigen Annika Niemann (Schülerinnen A) ist endlich der legendäre Knoten geplatzt: Sie lief ein couragiertes Rennen über 2100 m und wurde mit nur 8 Sekunden Rückstand Zweite. Über die 3 Runden (3100m) waren von der LG Röttenbach 4 Läufer dabei. Stefan Prinz (Jugend A) war mit 10:54 min zwei Sekunden vor Uli Barm (Jugend B) im Ziel. Dies bedeutete die Plätze 5 (Prinz, mJA) und 7 (Barm, mJB). Das letzte Rennen des Tages führte über die lange 7100m-Strecke. Manuel Oberst von der LG Röttenbach bestritt nach langer Verletzungspause seinen ersten Wettkampf und war mit dem 8. Platz bei den Männern sehr zufrieden.

Die Läufer der LG Röttenbach ließen das Jahr standesgemäß ausklingen und gingen bei verschiedenen **Silvesterläufen** an den Start. Das „deutsche São Pau-

lo“ in **Trier** hatten sich Simon Schwarz und Manuel Oberst ausgesucht – auch, um einmal das ganz besondere Gefühl zu genießen, mit dem Ausnahmeläufer Haile Gebrselassie gemeinsam am Start zu stehen. Und „natürlich“ gab es im Elitelauflauf einen Favoritensieg, denn nach 22:22,5 min für 8 km lief der Weltrekordler aus Äthiopien durchs Ziel. Simon Schwarz zeigte sein Können mit der Bravourleistung von 25:27,8 min und Gesamttrng 29. Manuel Oberst wurde in 27:51,1 min 67ster.

Sambastimmung und Regen gab es auch am **Wöhrder See in Nürnberg**: Die LG Röthenbach konnte im sogenannten „Schüler“lauf mit drei Altersklassensiegen durch Fiona Hoyer (W 9), Svenja Klink (W 10) und Moritz Wunderlich (M 7) glänzen. Zweite Plätze steuerten Tim Wecera (M 11), Fabian Dörr (M 9) und Alina Klink (W 10) bei, einen dritten Platz erreichte Felix Dörr (M 7). Im Bambini-lauf wurde Fynn Hoyer ebenfalls Zweiter. Im Hobbylauf wurde Uli Barm von der LG Röthenbach Zweiter, etwas verbessert in 18:01 min. Zweitbesten LGler war Stefan Prinz (19:15 min, Platz 7) gefolgt von Julian Wecera (20:53 min) auf Platz 17.



Zum Ende des 30. Jahres ihres Bestehens feierte die LG Röthenbach mit zahlreichen Mitgliedern, Gästen und Freunden im **Gasthof Goldener Löwe in Diepersdorf**. Der 1. Vorstand Kerstin Kuhne konnte neben einigen Gründungsmitgliedern und LGlern der ersten Stunde auch den 1. Bürgermeister der Stadt Röthenbach begrüßen. Nachdem er in seinen Grußworten die Leistungen der LG in den vergangenen drei Jahrzehnten gewürdigt hatte, wusste auch Thomas Häußler von der Sparkasse Röthenbach die LG zu ehren. Anschließend fand Klaus Barta, lange Jahre Vertreter der Raiffeisenbank und der LG stets sehr gewogen, einige passende - sowohl emotionale als auch lustige - Worte. Auch ließ es sich der 2. Bürgermeister Dieter Quast nicht nehmen, sich ganz persönlich an den „historische Moment“ der Geburtsstunde der LG zu erinnern. Denn der Quastwirt war Gründungsmitglied in jenem „Hinterzimmer“, in dem sich 1979 einige Leichtathletikfreunde (unter ihnen Manfred Stepan und Fred Weyh) überlegten, wie man wohl dem Wunsch des damaligen Bürgermeisters Munkert nachkommen und auch der Stadt Röthenbach eine LG geben könne. Schließlich gab es damals eine nagelneue Sportanlage und auch die Ortsnachbarn Lauf und Eckental konnten sich mit einer Leichtathletik-Gemeinschaft schmücken. So wurde Manfred Stepan der erste (und nachfolgend langjährige) 1. Vorstand, Dieter Quast (damals noch Banker) Kassier. Zu den Sportlerehrungen: Besonders hervorzuheben bei der Verleihung der Sportabzeichen waren Traudl Stepan und Gerd Uehla, die beide zum 29. Mal das Bayerische Sportabzeichen in Gold erwerben konnten. Beim Seniorencup, der mit Berücksichtigung der Altersfaktoren aus der Leichtathletikpunktwertung gewertet

wird, siegten Petra Leßnau und Waldemar Frank. Bei den Kindern waren beim Jahresmehrkampf Fabian Dörr, Fiona Hoyer, Holger Pauly, Anna Kutik, Vanessa Schießl, Mandy Freigang und Stefan Prinz in ihren jeweiligen Altersklassen erfolgreich. Und die besten Fünfkämpfer bei den Erwachsenen waren Martina Riedlmeier und Stefan Dietz. Die meisten Siege für die LG Röthenbach erzielte Mandy Freigang, der dafür der Alfred-Unfried-Pokal zugesprochen wurde. Zuletzt ging noch der Pokal für den besten Läufer an Simon Schwarz, der alle Vereinsrekorde der LG Röthenbach auf den Laufstrecken zwischen 1000 m und 10 km hält.

Ohne die zahlreich besetzten Schülerläufe wäre der **Eckentaler Crosslauf** eine sehr dünne Veranstaltung geworden. Im langen Lauf der Männer über 6250m trat zum ersten Mal Stefan Prinz an. Er belegte Platz 7, als einziger Junior durfte er sich Sieger in dieser Klasse nennen. Die männliche Jugend musste „nur“ 3890 m zurücklegen, unter den 10 Läufern waren auch Uli Barm (Sieger der B-Jugend) und Julian Wecera (Sieger der A-Jugend). Die schnellste Zeit bei den Schülern über 1900m erreichte Tim Wecera als Zweiter der M 12, schnellstes Mädchen war Jana Lindner, ebenfalls mit dem zweiten Platz ihrer AK W 15. Ein Jahr jünger als Jana ist Vanessa Schießl. Sie benötigte nur 2 Sekunden mehr als Jana Lindner, wurde damit aber in ihrer Altersklasse W 14 „nur“ Elfte. 1200 m mussten schließlich die Kleinsten zurücklegen, die beste Zeit aller LG-ler schaffte hier ein Mädchen: Fiona Hoyer (2. in der W 10) war schneller als die gleichaltrigen Jungs Fabian Dörr (4. M 10) und Maximilian Glomb (5. M 10). Auf der Mini-Runde um den Sportplatz (400m) erreichte Fynn Hoyer (M 7) den Bronzeplatz. Im als „Hobbylauf“ angekündigten 3890m-Lauf platzierten sich schließlich Florian Hartmann, Simon Merz und Thomas Wecera auf den Rängen 2, 3 und 7.

Beim **21. Seniorenhallensportfest in Fürth** traten die Senioren der LG Röthenbach zum ersten Leistungstest im Jahr 2010 an. Stefan Dietz wurde nach einem durchschnittlichen Start im 2. Zeitlauf über 60m der M 40 Dritter mit 7,68 sek. Peter Blank schaffte beim Weitspringen wieder den Sprung über 4 m und erreicht in der Altersklasse M 60 mit 4,03 m den 2. Platz. Werner Gerr war mit seiner Leistung im Weitsprung ebenfalls zufrieden, konnte er sich doch gegenüber dem Vorjahr um 17 cm steigern. Er wurde mit 3,74 m Dritter in der Altersklasse M65. Ebenfalls auf dem Stockerl fand sich Waldemar Frank (M 70) wieder. Beim Kugelstoßen belegte er Rang 3 mit guten 9,46 m. Werner Güntert sichert sich und der LG Röthenbach im Kugelstoß mit 9,76 m schließlich noch einen 1. Platz. Bei den Frauen W 40 konnte Kerstin Kuhne ebenfalls den ersten Rang behaupten. Im Kugelstoßen gewann sie mit 8,02 m. Vereinskollegin Martina Riedlmeier wurde Dritte (7,86 m). Und mit einem 2. Platz (7,26 m) konnte sich schließlich Petra Leßnau in ihrer Altersklasse schmücken.

Beim **Crosslauf in Zirndorf** holte sich Simon Schwarz äußerst souverän den dritten mittelfränkischen Titel in Folge. Dabei konnte er die Konkurrenz in der letzten Runde deutlich distanzieren, bei 18:58 min blieb die Uhr stehen. Hoch zufrieden war auch der zweite Röthenbacher Junior, Stefan Prinz. Er belegte Rang vier in 20:32 min, noch vor dem Zehnten der Männer-Wertung, Manuel Oberst (20:50 min). Florian Hartmann, vierter LGler, wurde in 25:29 min ebenfalls Zehnter, dies jedoch bei den Junioren. Diese Platzierungen ergaben auch einen dritten Rang in

der Mannschaftswertung. Annika Niemann (B-Jugend) und Vanessa Schießl (W 14) mussten nur 1930 m zurücklegen. Schon als Fünfte und Vizemeisterin in der B-Jugend überquerte Annika Niemann die Ziellinie. Vanessa Schießl folgte eine knappe Minute später als Neunte der stark besetzten W 14. Im letzten Rennen des kalten und verschneiten Tages starteten die männlichen Jugendlichen, mit dabei Uli Barm und Julian Wecera von der LG. Er verteidigte seinen Platz locker (der nächste B-Jugendliche folgte erst mit 52 Sekunden Abstand) und wurde Vizemeister. Schon am Morgen waren die „Kleinen“ bei den Rahmenwettbewerben am Start. Fiona Hoyer und Tim Wecera konnten in ihren jeweiligen Altersklassen jeweils den zweiten Rang belegen.

Nach Jahren der männlichen „Vorherrschaft“ in der Laufgruppe von Ebus Kepke war es bei den diesjährigen **Bayerischen Crosslauf-Meisterschaften in Ruhstorf / Niederbayern** eine Dame, die sich über die beste Platzierung freuen durfte. Über drei schlammige, mit Pfützen und Eisresten übersäte Runden erkämpfte sich die Sechzehnjährige Annika Niemann in der B-Jugend Platz sieben von 28 Teilnehmerinnen und wurde Zweitbeste ihres Jahrgangs.

Anuschka Dörr, Monika Barm, Stefan Dietz und Kerstin Kuhne

Buchbesprechungen

Rother Wanderbuch

Berchtesgadener und Chiemgauer Wanderberge

50 Touren zwischen Inn und Salzach

3. Auflage 2010; 176 Seiten, 123 Farbfotos, 50 Wanderkärtchen,
50 Höhendiagramme, eine Übersichtskarte
Preis € 14,90, Bergverlag Rother GmbH, Ottobrunn

In diesem, nun in dritter, aktualisierter Auflage vorliegenden Rother Wanderbuch präsentiert Sepp Brandl 50 schöne und abwechslungsreiche Wanderungen sowie Bergtouren vor allem in den Chiemgauer und Berchtesgadener Alpen, aber auch in den angrenzenden Loferer und Leoganger Steinbergen. Dabei reicht die Palette von gemütlichen Wanderungen über luftige Klettersteige bis zu anspruchsvollen Gipfelzielen und mehrtägigen Unternehmungen. Neben Klassikern wie Hochries, Kampenwand, Watzmann, Hochkönig und Birnhorn werden auch unbekanntere und ruhigere Wanderungen vorgestellt.

Jede Tour wird mit einem informativen Text eingeleitet. Tourensteckbriefe, farbige Wanderkarten im Maßstab 1:50.000, Höhenprofile und ausführliche Wegbeschreibungen liefern die notwendigen Details. Ansprechende Farbfotos runden die Darstellung ab.

Besonders praktisch ist die Tourentabelle auf der Umschlagklappe, die die schnelle Auswahl einer geeigneten Tour ermöglicht. Sie bietet dem Leser einen Überblick über Familienfreundlichkeit, Seilbahnen, Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln sowie Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeiten. Außerdem enthält sie Informationen zur Begehungshäufigkeit und zu Länge und Schwierigkeit der einzelnen Touren.

Skiwochenende in der Wildschönau

Pünktlich um 15.34 Uhr waren alle im Bus, so dass Hans, unser Busfahrer, den Motor startete und in Richtung Wildschönau abfuhr. Gegen 19.20 Uhr erreichten wir ohne Stau unser 4-Sterne-Erlebnishotel „Bergkristall“ in der Wildschönau, wo wir bereits im Bus von der Chefin empfangen und informiert wurden.

Nach dem Bezug der Zimmer ging es zum 5-Gänge-Abendessen durch einen unterirdischen Gang in den Speisesaal. Nach einigen Gläsern flüssiger Nahrung ging es ins Bett.



Am Samstag ab 7.30 Uhr gab es ein reichhaltiges Frühstücksbüfett, so dass wir uns bis zur Abfahrt um 8:30 Uhr für die kommenden Aufgaben stärken konnten. Nachdem ich die Skipässe bereits telefonisch vorbestellt hatte ging es zügig auf die Pisten. Itter als Startpunkt hat sich bestens bewährt (auch wenn es bis zum Skilift eine Rundfahrt durch Itter wurde).

Da der kleine Ort nicht so überlaufen war, konnte ohne Wartezeit die Gondelbahn bestiegen werden. Das Wetter spielte leider nicht perfekt mit, es schneite ab und an, was aber Dank der gut präparierten Pisten leicht zu verschmerzen war. Auch an den übrigen Liften im Skigebiet waren Wartezeiten eine Seltenheit und so konnte gefahren werden bis die Oberschenkel brannten. Wie immer waren alle pünktlich und gesund, wenn auch teilweise recht abgeschlafft, am Bus zur Rückfahrt ins Hotel. Dort angekommen nutzten einige den Wellnessbereich mit Hallenbad, Sauna usw. Das Abendessen wurde von allen sehr gelobt und das auch zu recht. Was der Küchenchef auf die Teller zauberte verdiente ein extra Lob.

Am Sonntag ging es bei besserer Wettervorhersage ins Skigebiet und tatsächlich gegen 11.00 Uhr kam die Sonne raus und es wurde ein herrlicher Skitag. Um 15.30 Uhr fuhren wir gesund aber müde (leider) wieder Richtung Heimat und das ohne Stau. Schon um 19.20 Uhr waren wir wieder in Röttenbach. Auf der Heimfahrt wurde schon wieder zahlreich fürs nächste Jahr gebucht. Ich habe mich entschlossen nächstes Jahr wieder ins gleiche Hotel zu fahren, da Preis und Leistung absolut stimmten.

Bedanken möchte ich mich bei den Teilnehmern für das Lob, welches ich viel-

fach zu hören bekam und ich bin froh, dass Ihr dabei seid!

Speziell an meinen 300-jährigen „Runden Tisch“! Denn ohne Mitfahrer könnte diese Fahrt nicht durchgeführt werden.

Ein schönes Wochenende, das leider wieder viel zu schnell verging. Mir hat es wieder Spaß gemacht, eine solche Reise zu organisieren und freue mich schon auf 2011.



Der Termin für 2011 steht fest: **28.01. - 30.01.2011** gleiches Hotel, wahrscheinlich ein Tag Schatzberg und 1 Tag Skiwelt, also 2 verschiedene Skigebiete!

Heiner Müller

Wanderung am 14. Februar 2010

Vom Parkplatz in der Nähe des Rückersdorfer Sportgeländes wanderte unsere Gruppe mit 15 Teilnehmern mit der Wegmarkierung Grünkreuz, dann Blaukreuz nach Günthersbühl und mit Gelbpunkt nach Nuschelberg. Am Haller-Schloß vorbei ging es weiter mit Rotkreuz nach Neunhof. Die Speisen und Getränke im Gasthof Wiethaler wurden allseits gelobt.

Wohl gestärkt machten wir uns auf den Rückweg wieder über Nuschelberg und mit Blaupunkt über einige Hügel und Täler zur Ludwigshöhe und zum Parkplatz. Trotz teilweise eisglatten Wanderwegen - mit etwas Neuschnee überzuckert - war auch diese Tour wieder gut gelungen.

Harry Wölfel



Der Geheimitipp unseres Wanderführers Harry Wölfel

Ausgangspunkt und Ziel ist unsere DAV-Hütte in Lehenhammer

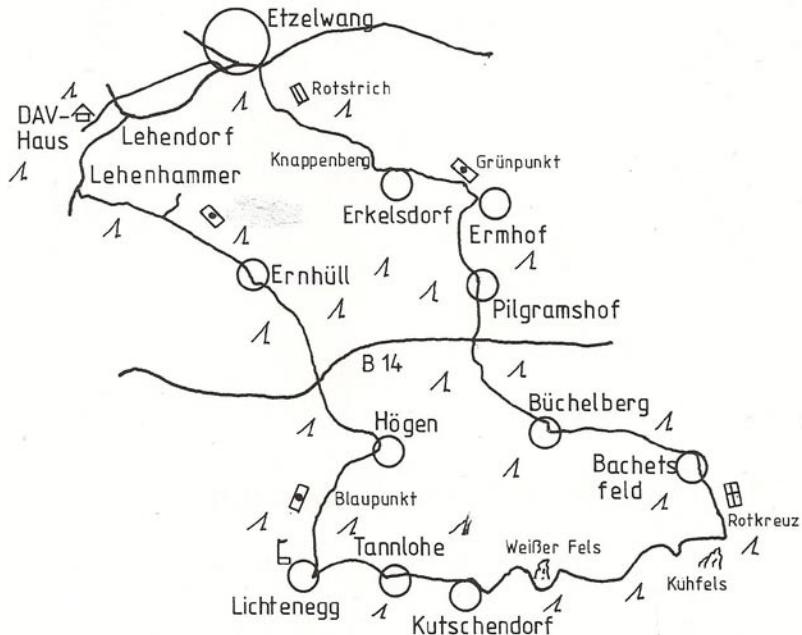
Streckenlänge: ca. 25 km

Gehzeit: 5 – 6 Stunden

Von unserer Hütte aus folgen wir dem „Rotpunkt“ nach Etzelwang und gehen nach dem Bahnhof mit der Markierung „Rotstrich“ nach Erkelsdorf. Von dort aus wandern wir mit „Grünpunkt“ nach Ermhof und Pilgramshof. Wir überqueren die Bundesstraße 14 und gehen weiter über Büchelberg nach Bachetsfeld. Dort sollte gerastet werden.

Der Rückweg erfolgt mit der Markierung „Rotkreuz“ am Kuhfels und Weißen Fels vorbei, über Kutschendorf und Tannlohe nach Lichtenegg (Aussicht und Gaststätte).

Ab hier mit „Blaupunkt“ nach Högen, die Bundesstraße 14 überqueren, hoch nach Ernüll und weiter mit „Blaupunkt“ nach Lehenhammer hinauf zur DAV-Hütte.



SENIOREN

„Auf, auf du schöne Wanderzeit“!

Nach diesem Motto begannen wir am 13. Januar wieder unsere Wanderungen.

Die Hanni führte uns zum „Alten Letten“ in das Gebiet unserer Jugendzeit mit Wandern und Rodeln. Jugendträume wurden wieder wahr. Es war sehr schön. Die Hüttenbachschlucht gefroren, auf den Wegen viel Schnee, so wollen wir es haben.

Der Adi ging mit uns in die Pegnitzstuben in Schwaig, ganz lang, aber dafür war der Rückweg nicht mehr weit.

Die Faschingswanderung machte die Marga rund um den Happurger See, die Wege mit sehr viel Schnee, war aber doch alles o.k.



Eine ganz neue Tour hielt für uns der Karl parat. Vom Seilersberg aus ging's der Pegnitz entlang bis Wetzendorf und dann auf die Ludwigshöhe, über Entensee dann zurück nach Seilersberg zum Mittagessen.

So hoffen wir, es wird uns weiterhin schönes Wetter begleiten bei unseren Wanderungen und dass wir ohne Unfälle über die Runden kommen.

Herzlich begrüßen möchte ich auch einige neue Mitwanderinnen in unserer Mitte. Hoffentlich können sie viele schöne Wanderungen mitmachen. Die Vorgespräche für die Wanderfahrt laufen bereits.

Auf gute Wanderschaft
Euer Reinhold

Termine der Wandertage der Seniorenwanderer:

07.04.2010	11.08.2010
21.04.2010	25.08.2010
05.05.2010	08.09.2010
19.05.2010 (Hüttentag)	22.09.2010
02.06.2010	06.10.2010
16.06.2010	20.10.2010
30.06.2010 (Wanderfahrt)	03.11.2010
14.07.2010	17.11.2010
28.07.2010	01.12.2010
	08.12.2010 (Weihnachtsfeier)

Urlaubswoche eventuell vom 05.-12. September 2010. Alle weiteren Angaben und Informationen in der Tagespresse unter den Vereinsnachrichten.



*Sie finden mich in den
Räumlichkeiten der Physio-
therapiepraxis K. Döbler*

GESUNDHEITZENTRUM
HERMANNSTRASSE 8
91207 LAUF

TELEFON 09123.33 18

UTE@BLAUBLUME.DE
WWW.BLAUBLUME.DE

Termine nach Vereinbarung

UTE BLAUROCK HEILPRAKTIKERIN

AKUPUNKTUR

Kleine Nadeln - große Wirkung

DORN-THERAPIE

Sanft aber wirksam

WIRBELSÄULEN- VITALISIERUNG

Schmerzfrier Rücken

BREUSS-MASSAGE

Wohlfühlen und Entspannen

KINESIOLOGIE

Der Körper gibt die Antwort

SPAGYRIK

Heilen mit Pflanzenessenzen

TUINA-MASSAGE

Energien harmonisieren

SPEZIALISIERT AUF SPORTVERLETZUNGEN
TENNISELLENBOGEN · FERSENSPORN · SCHULTERVERLET-
ZUNGEN UND BESCHWERDEN · FINGERVERLETZUNGEN ·
KNIEBESCHWERDEN · RÜCKENSCHMERZEN

Antrag auf Kategorieänderung

Name:.....

Vorname:.....

Geburtsdatum:.....

Kategorie alt..... Kategorie neu.....

Datum / Name

Kategorie-Übersicht

B-Mitglieder	2000	Mitglieder, Ehe- oder Lebenspartner <u>Voraussetzung:</u> beide in Sektion Röthenbach, gleiche Anschrift, ein Beitragszahlungsvorgang, ein Panorama, ein Sektionsheft, Bestand- schutz bei bisherigen Abweichungen.	26,00
B-Mitglieder	2600	Mitglieder ab 70 Jahre (auf Antrag)	26,00
B-Mitglieder	2610	Mitglieder beitragsfrei, min. 50 Jahre DAV-Mitglied und über 70 Jahre (auf Antrag), Ehrenmitglieder	00,00
B-Mitglieder	2620	Mitglieder, min. 25 Jahre DAV-Mitglied und über 65 Jahre (auf Antrag)	26,00

Peter Herrmann & Kollegen
Dipl. Sportlehrer / Physiotherapeut



Bahnhofstr. 18
90552 Röthenbach 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



Ihr Partner in allen Fragen rund um die Gesundheit!

Kommen Sie vorbei oder besuchen Sie uns unter:

www.pegnitz-apotheke.de

Grabenstrasse 12 - 90552 Röthenbach

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)

Unser Sportabzeichen-Obmann Manfred Sopejstal ist „70“

Im kleinen Kreis mit einigen Freunden feierte unser Sportabzeichen-Obmann Manfred Sopejstal seinen „70.“ Geburtstag.



Manfred hat das arbeitsintensive Amt 2004 von Heinz Baniel und Alfred Unfried übernommen, das beide nach der Erkrankung von unserem unvergessenen Alois Baumgartl weitergeführt hatten. Manfred, der selbst das deutsche Sportabzeichen in Gold 29 mal und das bayerische Sportabzeichen in Gold 26 mal abgelegt hat, war spontan bereit, das Amt zu übernehmen. Als er angesprochen wurde war das Thema mit dem Satz: „Ich habe beim DAV jetzt 20 Jahre das Sportabzeichen machen können, jetzt ist es Zeit, dass ich auch mal was dafür tue“, erledigt. Besonders erfreut war er in der abgelaufenen Saison, dass in der Sektion eine Steigerung der Teilnehmer von fast 100 % gegenüber 2008 zu verzeichnen war, und dass sich mit Sportwart Martin Schlinger sogar ein „Profi“ aufraffte und das deutsche und bayerische Sportabzeichen mit Erfolg ablegte.

Wir wünschen unserem Sportabzeichen-Obmann Manfred alles Gute zum Geburtstag und eine erneute Steigerung in 2010.

Alfred Unfried



Staatlich anerkannte Insolvenzberatungsgesellschaft
13.24-6505-14/06

HEIKE RÖTHE

Staatlich zugelassene Insolvenz & Schuldnerberatung
Tel. 0911/570 06 02
info@rothe-schuldnerberatung.de
www.rothe-schuldnerberatung.de



Neuaufnahmen

Wir begrüßen mit einem herzlichen Berg Heil
unsere neuen Sektionsmitglieder

Boxler Eva, Lauf

Droll Marion, Pommelsbrunn

Griffel Raul, Fürth

Hell Christof-Martin, Nürnberg

Hell Sybille, Nürnberg

Lang Florian, Lauf

Lang Uwe, Lauf

Lanthaler Sonja, Schwaig

Leykam Christian, Lauf

Mönnich Julia, Röthenbach

Partes Daniel, Velden

Paulick Max, Röthenbach

Schmude Emil, Schnaittach

Schmude Jakob, Schnaittach

Schmude Michael, Schnaittach

Schwandner Fabiana, Röthenbach

Schwandner Matthias, Röthenbach

Schwarz Bianca, Fürth

Weinert Philip, Rückersdorf



Wir trauern um

Rötzer, Josef

Mitglied seit 1974

Wir werden ihm immer ein ehrendes Gedenken bewahren.

Mitgliedsbeiträge beim DAV Röthenbach ab 01.01.2009:

A - Mitglieder € 46,-

B - Mitglieder € 26,-

Die Aufnahmegebühr beträgt bei A- und B-Mitgliedern 1/2 Jahresbeitrag. Bei Eintritt ab 01. Oktober ist ein um 40% ermäßigter Jahresbeitrag, aufgerundet auf den nächsten vollen Euro, zu entrichten. Kündigungen der Mitgliedschaft müssen spätestens drei Monate vor Ablauf des Jahres schriftlich erfolgen, in dem die Mitgliedschaft enden soll. Später eingehende Kündigungen können erst zum 31.12. des folgenden Jahres berücksichtigt werden. Wir bitten um Ihr Verständnis!

Wir gratulieren

Den Geburtstagskindern im II. Quartal 2010, die 50, 60, 65, 70 Jahre und älter werden.

April	01.04.1936	Wisatzke	Richard	74
	07.04.1934	Pruksch	Karl Heinz	76
	09.04.1939	Keppke	Eberhard	71
	13.04.1935	Brunner	Manfred	75
	16.04.1915	Pätzel	Heinz	95
	20.04.1934	Süß	Helene	76
	21.04.1934	Gundel	Heinz	76
	22.04.1960	Klaus	Reinhard	50
	25.04.1960	Durmann	Harald	50
	27.04.1960	Popp	Günter	50
	30.04.1945	Hufnagel	Ludwig	65
	Mai	02.05.1937	Hollfelder	Lisbeth
03.05.1929		Sasum	Kurt	81
04.05.1937		Sternecker	Kurt	73
06.05.1933		Maul	Richard	77
08.05.1928		Granitza	Horst	82
09.05.1934		Linhard	Konrad	76
13.05.1937		Waiblinger	Manfred	73
14.05.1937		Schuhmann	Werner	73
18.05.1938		Wisatzke	Margarete	72
20.05.1960		Fleischmann	Klaus	50
21.05.1937		Becker	Hannelore	73
26.05.1938		Schieber	Ute	72
27.05.1960		Merkel	Peter	50
31.05.1930	Faltermeier	Reinhold	80	
Juni	01.06.1950	Klunk	Helga	60
	03.06.1950	Thron	Fritz	60
	05.06.1937	Rauscher	Lore	73
	05.06.1939	Höger	Helmut	71



Wir gratulieren

Den Geburtstagskindern im II. Quartal 2010, die 50, 60, 65, 70 Jahre und älter werden.

Juni	09.06.1935	Rauscher	Gerhard	75
	10.06.1935	Fleischmann	Manfred	75
	10.06.1938	Pruksch	Lydia	72
	13.06.1960	Esser	Rita	50
	15.06.1927	Salomon	Robert	83
	16.06.1929	Kraußner	Rudolf	81
	17.06.1933	Pischl	Erich	77
	17.06.1940	Grassler	Erwin	70
	19.06.1945	Dabergott	Horst	65
	20.06.1960	Scharf	Rainer	50
	21.06.1938	Albrecht	Dieter	72
	22.06.1936	Amm	Hermann	74
	22.06.1945	Frank	Gerhard	65
	23.06.1913	Günther	Mathilde	97
	23.06.1928	Ellmer	Grete	82
	23.06.1931	Sasum	Elise	79
	23.06.1935	Ott	Manfred	75
	24.06.1938	Becker	Alfred	72
	24.06.1939	Hopf	Kurt	71
	27.06.1940	Knauer	Marie-Luise	70
	27.06.1940	Tobias	Klaus	70
	30.06.1940	Grassler	Gertraud	70



Auch allen anderen Geburtstagskindern in diesen Monaten
unsere Glückwünsche!

HINWEIS: Die Fotos in den Sektionsmitteilungen sind ab dieser Ausgabe auf unserer Homepage „www.dav-roethenbach.de“ unter „Vereinsheft Online“ in Farbe eingestellt.

Wer zukünftig die Sektionsmitteilungen nur noch online beziehen möchte, kann dies mit einer Mail an „karin.portelli@dav-roethenbach.de“ mitteilen.

Das Alles Vormerken

April	17.04.2010	Arbeitsdienst in Lehenhammer (s. Seite 7)
	24.04.2010	Hüttenputz in Lehenhammer ab 10.00 Uhr
	25.04.2010	Wanderung mit Harry Wölfel von Altdorf nach Burgthann, Abfahrt 09:00 Uhr an der Post
Mai	08.05.2010	Hütteneröffnung mit Vereinsmeisterschaft im Laufen auf unserer Hütte in Lehenhammer
	15.05.2010	Landkreislauf Nürnberger Land
	16.05.2010	Wanderung mit Harry Wölfel von Förrenbach nach Waller, Abfahrt 09:00 Uhr an der Post
Juni	13.06.2010	Wanderung mit Harry Wölfel zum Hüttenfest der Laufer Bergwacht, Abfahrt mit der Bahn um 09:19 Uhr vom Bahnhof Rückersdorf nach Neuhaus
	26.06.2010	Wanderfahrt ins Rofangebirge; 5:30 Uhr Abfahrt am Hallenbad in Röthenbach (s. Seite 16)

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

- Geschäftsstelle:** Donnerstag von 17.00-19.00 Uhr, Friedhofstr. 11
- Öffnungszeiten des Kletterturms:** Nach Abholung des Turmschlüssels kann jederzeit bis 23.00 Uhr geklettert werden (Info über Schlüsselausgabestellen bei Jan 09123/5213 oder im Internet)
- Hallenprogramm:** Nach der Sommerpause in der Steinberghalle:
- Lauftreff:** Montags und mittwochs um 18.30 Uhr sowie sonntags um 9:00 Uhr am Hallenbadparkplatz
- Jugendgruppe:** Montags um 18.30 Uhr in der Steinberghalle
- Strolchengruppe:** Montags um 17.00 Uhr in der Steinberghalle
- Senioren-gymnastik:** Dienstags um 9.00 Uhr im Judoraum der Seespitzturnhalle
- Aktive Sechziger:** Siehe Tagespresse
- Achtung:** Das Hallenprogramm findet nicht in den Schulferien statt!

KANZLEI FÜR ARBEITSRECHT

MATTHIAS WINTER
RECHTSANWALT UND
FACHANWALT FÜR ARBEITSRECHT

FRIEDRICH-NEUPER-STR. 49 (S1 SEESPITZE)
90552 RÖTHENBACH
TERMINE NACH VEREINBARUNG UNTER

0911-570 23 94



*Bitte beachten Sie unsere
Werbepartner bei Ihrem nächsten
Einkauf*



Top-Service statt 08/15. Das Girokonto der Sparkasse.

16.000 Geschäftsstellen, 25.000 Geldautomaten,
130.000 Berater u. v. m.*

 Sparkasse
Nürnberg

Geben Sie sich nicht mit 08/15 zufrieden. Denn beim Girokonto der Sparkasse ist mehr für Sie drin: mehr Service, erstklassige Beratung rund ums Thema Geld und ein dichtes Netz an Geschäftsstellen mit den meisten Geldautomaten deutschlandweit. Mehr Infos in Ihrer Geschäftsstelle oder unter www.sparkasse-nuernberg.de. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse Nürnberg.**

* Jeweils Gesamtzahl bezogen auf die Sparkassen-Finanzgruppe.