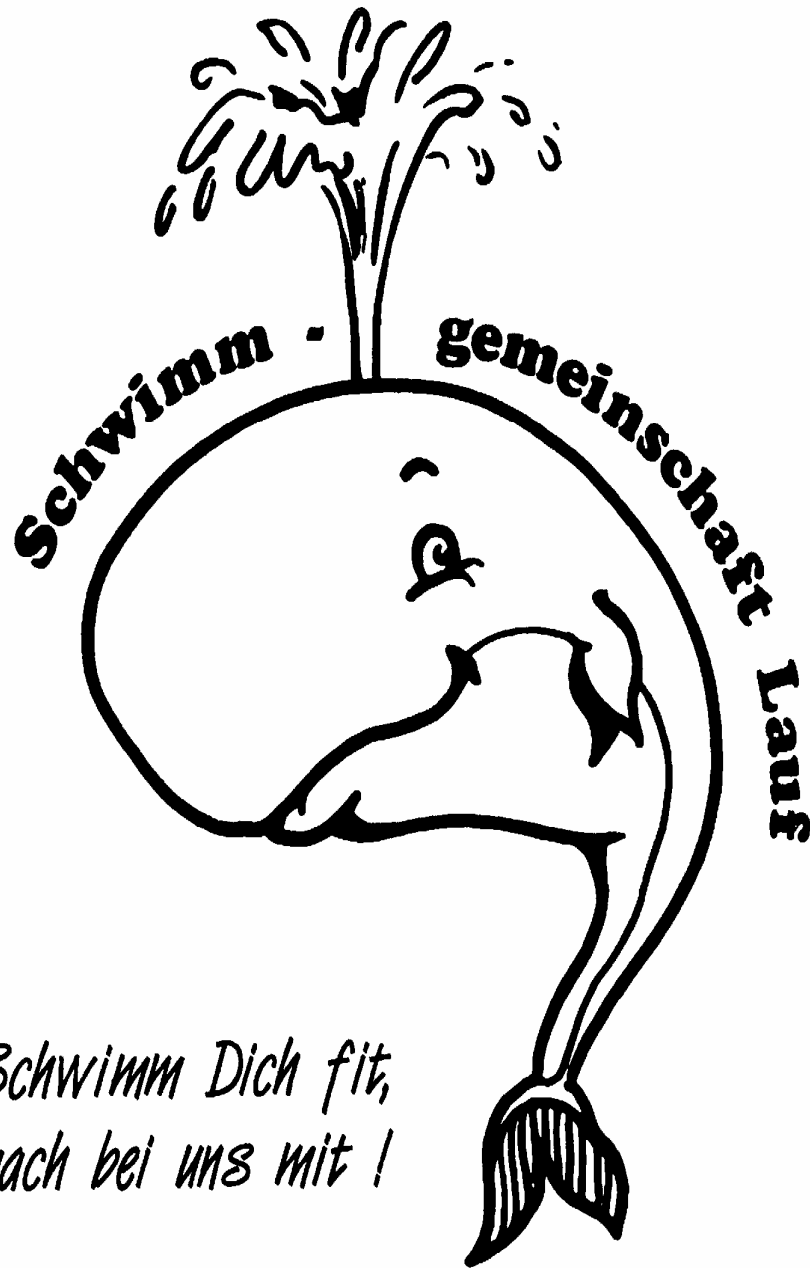


Ausgabe 2 / 2010



*Schwimm Dich fit,
mach bei uns mit!*

S P E E D

Info der Schwimmgemeinschaft Lauf

**Frisches,
sauberes Trinkwasser
aus der Region.
Unser höchstes Gut!**

*Mit uns
setzen Sie auf's
richtige Pferd!*

Strom

Naturgas

Wasser



**StWL Städtische Werke
Lauf a.d. Pegnitz GmbH**

Stromversorgung Neunkirchen GmbH
GVL Gasversorgung Lauf a.d. Pegnitz GmbH

Storch Design

Sichartstraße 49 · 91207 Lauf a.d. Peg. · Tel. 09123/173-0 · info@stwl.lauf.de · www.stwl.lauf.de

Liebe SG-ler,



sehr geehrte Eltern, Freunde und Förderer der SchwimmGemeinschaft LAUF,

beginnend mit einer Bilder-Nachlese zur Weihnachtsfeier laden wir Sie ein, gemeinsam mit unseren Aktiven, die zweite Hälfte der nun endenden Schwimmsaison noch einmal zu erleben.

Interessante Berichte und Fotos aus den vergangenen sieben Monaten erzählen viele Geschichten von den Aktivitäten der Schwimmgemeinschaft Lauf im Wasser, aber auch an Land.

Aktuelle Informationen (und viele Fotos in unserer Fotogalerie) erhalten Sie wie gewohnt im Internet unter www.sg-lauf.de - wir freuen uns auf Ihren „Klick“!

An dieser Stelle ein großes Dankeschön an unseren Webmaster und Jugendwart Michael Wunsch. Trotz Abi hatte er immer noch die Gelegenheit, unsere Webseite zu aktualisieren, weiter zu entwickeln und noch zu verbessern.

Quasi nebenbei hat Michael Wunsch noch das Trainingswochenende organisiert und Berichte fürs SPEED verfasst. Michi, du bist Spitze!

Ein weiterer Michi hat sich hier ein Danke verdient, oder besser erarbeitet. Ich bedanke mich bei unserem „Angestellten“, Michael Müller, dessen Freiwilliges-Soziales-Jahr (FSJ) per 31. August 2010 enden wird.

Michi, schon heute herzlichen Dank für deinen tollen Einsatz für unsere Schwimmerinnen und Schwimmer. Du hast es geschafft, viele Kinder zusätzlich ins Wasser zu bringen, sie im Wasser kompetent anzuleiten und uns allen immer eine große Portion Spaß und Lässigkeit zu vermitteln. Wir wünschen dir für deine berufliche Zukunft alles Gute, viel Erfolg und natürlich immer genug Zeit für unseren gemeinsamen Sport.

Abschließend noch ein riesengroßes Dankeschön an alle Übungsleiter, Trainingshelfer, Kampfrichter, Funktionäre und an alle weiteren Helfer für die gute Unterstützung, ohne die unser jährliches Programm nicht zu organisieren wäre.

Nun wünsche ich uns noch spannende Wettkämpfe um die Titel der Laufer (Jahrgangs-) Stadtmeister und einen schönen Sommer!

Ihr Frank Hacker



Schwimmgemeinschaft Lauf



Weihnachtsfeier 2009

Die Weihnachtsfeier fand traditionell im Wollner-Saal in Lauf-Heuchling statt und auf der Bühne war auch in diesem Jahr wieder einiges geboten.



Solisten und Gruppen lieferten ein eindrucksvolles Programm ab.



DANKE !!!

Weihnachtspokal-Siegerehrung



Rechtes Bild:
Christoph
Hacker und
Sanja Gaag
sind die neuen
Vereinsmeister
2009



Die kleine Weih-
nachtspokal-
wertung
gewannen
Anton Gärtner
und Lea Otte



Die große Pokal
wertung gewannen
Franziska Mader und
Constantin Hennig



Die Konkurrenz ist groß
wie wir hier am Beispiel
der kleinen Pokalwertung
männlich sehen können,
aber alle bekommen eine
Urkunde für ihre Leistung

**Herzlichen
Glückwunsch**



SG Lauf Ausrichter der Kreismeisterschaften des Schwimmkreises N-O Mittelfranken



Am 13.03.2010 richtete die Schwimgemeinschaft Lauf zum wiederholten Mal die Kreismeisterschaften im Schwimmen der Jahrgänge 2000 und älter aus.



Es starteten rekordverdächtige 142 aktive Schwimmerinnen und Schwimmer an 585 Einzelstarts aus acht Vereinen: SG Fürth, Delphin Herzogenaurach, ESC-Hoechstadt, SC Uttenreuth, SSG 81 Erlangen, SSV Forchheim, SV Schwabach und SG Lauf. Sie kämpften im voll besetzten Hallenbad des Gymnasiums in Lauf um gute Platzierungen.

Für die SG Lauf schwammen 36 Aktive. Von den 151 Einzelstarts erreichten sie unglaubliche 45 Erst-, 23 Zweit- und 18 Drittplatzierungen. Mit den insgesamt 86 vorderen Plätzen konnten die guten Ergebnisse vom letzten Jahr fortgesetzt werden. Die einzelnen Ergebnisse sind auf den beiden folgenden Seiten nachzulesen.

Die Stimmung war gut und die Leistungen ebenso. Trotz nochmals gesteigener Teilnehmerzahl gegenüber dem letzten Jahr konnten alle Schwimmer und Gäste ein Plätzchen finden und so gingen die dritten Kreis-Meisterschaften unter der Regie der SG-Lauf gut über die Blöcke. Der aufgestellte Zeitplan konnte eingehalten werden und das ist bei fast 600 Meldungen mit 142 Aktiven keine schlechte Leistung.

Zahlreiche Eltern, Vereinsmitglieder und Freunde der SG Lauf standen hilfreich zur Seite. Dafür möchten wir uns an dieser Stelle bei allen Beteiligten recht herzlich bedanken.



Ein Bericht über die Kreismeisterschaften schaffte es sogar in den Sportteil der Hersbrucker Zeitung

Samstag, 17. April 2010

HZ - SPORT

Schnelle Zwillinge

Moana und Zoe Mayer holen Kreistitel für SG Lauf

Lauf – Die Schwimmgemeinschaft Lauf hat als Ausrichter der Kreismeisterschaften der Jahrgänge 2000 und älter ein gelungenes „Heimspiel“ hingelegt: aus im voll besetzten Hallenbad des Gymnasiums holten die 36 Athleten der SG in 151 Einzelstarts ungefährlich die erste, 23 zweite und 18 dritte Plätze. Beteiligt an der Titelholung waren mit Zoe und Moana Mayer auch zwei junge Kugelstärkinnen.

Bei den zum dritten Mal von der SG am veranstalteten Kreismeisterschaften Nordost gingen rekordverdächtige 142 Schwimmer bei 868 Einzelstarts ins Wasser. Sie stammten aus den Vereinen Delphin Herzogenaurach, SSG-Fischbach, SG Uttenreuth, SG Pfaff, SSG St. Johangen, SSV Forchheim, SV Schwabach und der SG Lauf.

Deren Schwimmtrainer und Schwimmleiter überlegten mit einer geschlossenen Mannschalstellung Sports (Sieg 1/2 91) hatte in sechs Wettbewerben fünf erste und sieben zweite Plätze. Strikant: Bühler erreichte vier erste und zwei zweite Plätze. Daniel Heuselmann (1/2 85) stand bei fünf Starts viermal genau schon an der Dreiposten und außerdem zweimal Zweiter; dabei gehörte von Przemyslaw Mager (1/2 90) und Julian Peschel (1/2 86) jeweils drei ersten und zwei zweiten Rängen. Peter Müller (1/2 87) und Markus Schönbauer (1/2 96) gewannen jeweils in allen vier absolvierten Disziplinen



Schwimmerin seit Jahren für die SG Lauf. Die Zwillinge Moana (links) und Zoe Mayer aus Egingthal. Bei der Kreismeisterschaft überzeuften sie mit ausgezeichneter Ergebnissen.

Fotos: privat

Moana Mayer (1/2 90) 808 Eingezahl, die wie ihre Zwillingsschwester Zoe seit vier Jahr Jahren bei der Schwimmmeisterschaft Lauf (1/2 90) über 80m Freistil (0:37,10 Minuten), 100m Freistil (0:52,89) sowie 50m Schmetterling (0:46,29). Dazu kam ein zweites Rang über 200m Freistil (1:32,84) und Platz drei über 50m Rücken (0:40,88).

Daneben war sich Moana Mayer in eine ganze Reihe von Verbandsrennen und, die nur Podest schwimmten Peter Müller (1/2 87), Steffen

Baltes (1/2 84), Markus Scheinrich (1/2 89), Sojus Gassl, Ditlesei Scheinrich (1/2 91), Stefanie Schöber, Benjamin Scheinrich (1/2 88), Jona Gohl, Christina Herber (1/2 94), Daniel Heuselmann, Konstantin Scheinrich (1/2 85), Julia Pasewal (1/2 90), Corina Scheinrich, Lisa Lehner, Paul Hollenbach, Lars Hommel, Maximilian Brubaker (1/2 87), Anne-Johanna, Nadja Kalthorn, Thomas, Markus, Melanie, Moritz, Alexander, Christoph Parner (1/2 90), Andreas, Alices, Tobias, Forstner, (1/2 88), Sven & Jochen sowie Corina Heusing (1/2 89).

Moana Schwester Zwerdriegerin über zwei fünfte Plätze – über 50m Rücken (0:51,83) und 50m Brust (1:02,84) – sowie Georg stand über 50m Freistil (0:45,26) trennen. Damit reihen sie sich in die Ränge der jüngeren Athleten der SG Lauf ein, die teilweise das erste Mal bei einem Wettkampf vertreten waren. Marc Reuberke (1/2 97), Jesus Goller, Lorenz Wagner (1/2 98), Sebastian Steiger, Kevin Feinert, Maximilian Schramm (1/2 89), Anton Janner, Andre Hollenbach (1/2 81), Fritz der Aufzug, wurden sie dabei durch die Best-gesessenen Bekannte auf.

Ergebnisse Kreismeisterschaft

Name	JG	50 S	50 R	50 B	50 F
Stephanie Bajus	84			0:46,26 (1)	
Sonja Gaag	91	0:35,26 (1)		0:41,29 (1)	0:32,86 (1)
Stefanie Bühler	93	0:38,95 (1)	0:40,99 (1)	0:46,39 (1)	0:37,77 (2)
Jana Gösl	94	0:39,76 (2)			
Christina Herbst	94	0:44,02 (3)	0:42,86 (1)	0:48,07 (1)	
Ines Lehnert	97	0:44,84 (4)		0:49,26 (3)	0:38,39 (5)
Corinna Schriefer	97	0:43,07 (3)	0:44,16 (4)	0:50,48 (5)	0:39,20 (9)
Janina Goller	98		0:51,80 (11)	0:55,02 (11)	0:47,26 (8)
Anna Jähnigen	98	0:40,95 (3)	0:43,04 (3)	0:50,54 (3)	0:37,39 (4)
Nadja Kaltenbrunner	98	0:49,61 (6)	0:49,92 (9)	0:52,76 (6)	0:40,23 (6)
Franziska Mader	98	0:39,76 (2)	0:41,32 (2)	0:44,79 (1)	0:35,23 (1)
Melanie Mühlmeister	98	0:39,20 (1)	0:39,60 (1)		0:35,28 (2)
Leonie Wagner	98	0:56,92 (8)	0:54,86 (12)	0:53,14 (8)	0:49,20 (9)
Antonia Adlwarth	99	0:53,57 (4)	0:53,92 (6)	0:52,04 (3)	0:44,61 (7)
Moana Mayer	99	0:46,23 (1)	0:48,86 (3)		0:37,10 (1)
Zoe Mayer	99		0:51,32 (5)	0:52,54 (5)	0:45,26 (8)
Sarah Stiegler	99	1:01,13 (6)	1:00,95 (8)	0:58,68 (8)	0:49,64 (10)
Svenja Lederer	00			0:58,54 (3)	0:51,82 (2)

Name	JG	100 S	100 R	100 B	100 F
Sonja Gaag	91	1:21,48 (1)		1:32,20 (2)	
Stefanie Bühler	93	1:31,20 (1)			
Jana Gösl	94		1:30,76 (1)		1:17,61 (1)
Christina Herbst	94		1:36,23 (2)		
Ines Lehnert	97			1:47,23 (3)	1:28,80 (7)
Corinna Schriefer	97			1:51,45 (4)	
Anna Jähnigen	98				1:23,73 (1)
Nadja Kaltenbrunner	98				1:29,36 (3)
Franziska Mader	98			1:38,76 (1)	
Moana Mayer	99				1:27,89 (1)
Svenja Lederer	00		2:00,20 (1)		

Name	JG	200 L	200 F
Stephanie Bajus	84		2:56,20 (1)
Sonja Gaag	91	3:00,92 (1)	
Stefanie Bühler	93		3:13,54 (2)
Jana Gösl	94	3:13,95 (1)	
Christina Herbst	94	3:27,92 (2)	
Melanie Mühlmeister	98	3:19,45 (2)	
Moana Mayer	99		3:20,64 (2)



Name	JG	50 S	50 R	50 B	50 F
Peter Müller	57	0:31,07 (1)	0:37,10 (1)	0:38,39 (1)	0:27,98 (1)
Markus Schöneich	89	0:30,20 (1)	0:32,32 (1)		0:28,80 (1)
Michael Schneider	91				0:28,13 (3)
Benjamin Schadde	93				0:34,29 (2)
Daniel Henselmann	95		0:38,39 (1)		0:31,23 (1)
Maximilian Enhuber	97	0:52,36 (7)	0:49,86 (7)	0:51,67 (5)	0:39,48 (3)
Paul Hollerbach	97	0:44,86 (5)	0:44,82 (5)	0:49,10 (4)	0:36,04 (2)
Laurenz Hommel	97	0:39,42 (1)	0:43,64 (3)		
Marc Reinecke	97	0:58,04 (8)	0:52,39 (10)	0:55,92 (7)	0:43,86 (7)
Christoph Pürner	98	1:05,36 (2)	0:59,67 (3)	0:58,54 (2)	0:46,13 (3)
Levin Hommel	99		0:52,76 (5)	0:55,62 (4)	0:52,42 (5)
Joshua Porzler	99	0:50,08 (1)		0:48,20 (1)	0:41,45 (1)
Maximilian Schreiner	99		1:04,80 (6)		1:03,51 (6)
Anton Gärtner	00	1:02,23 (5)	0:51,26 (4)	0:53,77 (4)	0:46,42 (5)
Constantin Hennig	00	0:56,95 (4)	0:52,17 (5)	0:45,60 (1)	0:40,64 (1)
Anton Hollerbach	00	1:07,20 (6)	1:00,76 (8)	1:00,36 (9)	0:54,16 (8)



Name	JG	200 F	400 F
Michael Schneider	91		5:11,98 (2)
Daniel Henselmann	95	2:53,48 (2)	

Name	JG	100 S	100 R	100 B	100 F	200 L
Markus Schöneich	89		1:10,89 (1)			
Michael Schneider	91				1:02,60 (2)	
Benjamin Schadde	93			1:40,43 (1)		3:25,07 (2)
Daniel Henselmann	95		1:39,26 (1)		1:13,07 (1)	
Konstantin Schadde	95	1:46,95 (1)		1:51,04 (1)	1:29,23 (3)	3:32,07 (1)
Julian Peschel	96	1:35,02 (2)	1:29,32 (1)	1:36,80 (2)	1:17,23 (1)	3:04,51 (1)
Maximilian Enhuber	97				1:29,54 (6)	
Paul Hollerbach	97					3:32,92 (4)
Laurenz Hommel	97			1:40,70 (1)	1:19,67 (2)	3:20,86 (3)
Anton Gärtner	00			2:02,39 (4)		
Constantin Hennig	00			1:44,26 (1)		

SCHWIMM-UND SKILAGER

in Spital am Phyrn



In den Osterferien fand in diesem Jahr ein besonderes Trainingslager statt. Nadja Kaltenbrunner, Corinna Rauschenbach, Lara, Lisa und Lea Otte sowie Anton Gärtner, Johannes Munker und Constantin Hennig berichten darüber in Tagebuchform (Ratet, wer an welchem Tag dran war).

1. Tag, Montag, 29.03.2010

Um 6.45 Uhr standen wir auf. Zogen uns an und gingen zum Frühstück. Danach war Schwimmen angesagt. Wir strengten uns mächtig an und waren danach ganz schön ausgepowert. Doch ausruhen konnten wir uns nicht, denn wir mussten uns fürs Skifahren fertig machen. Wir waren heute das erste mal auf der Wurzeralm. Die Wurzeralm ist ein Skigebiet in der Nähe von Spital am Phyrn, wo wir wohnten. Wir sind 4 Stunden Ski gefahren und machten eine lange Mittagspause, wo wir uns endlich mal ein bisschen ausruhen konnten. Wir fuhrten bis 3 Uhr nachmittags. Dann kam der Bus und brachte uns heim. Nun hatten wir bis zum Abendessen Freizeit, doch in der Freizeit mussten wir diesen Bericht schreiben. Jetzt hatten wir Abendessen



und packten danach unsere Schwimmsachen. Dann liefen wir zur Schwimmhalle und schwammen. Doch unsere Trainer waren lieb zu uns und strichen die Einheit. Sie kamen mit ins Wasser und spielten mit uns. Das war der erste Tag am Lindenhof. Wir finden es hier sehr schön!!!

2. Tag, Dienstag 30.03.2010

Um 7 Uhr wurden wir geweckt um auch rechtzeitig zum Frühstück zu kommen. Danach packten wir unsere Schwimmsachen und gingen los zum Schwimmbad. Dort angekommen zogen wir uns um und schwammen eine ganze Stunde lang. Als wir endlich das Schwimmen mit aller Kraft überstanden hatten, kam schon wieder der nächste Programmpunkt: Skifahren. Also mussten wir anstatt uns auszuruhen die Skisachen packen und gleich in den Bus steigen. Dort am Berg angekommen fuhren wir Ski. Es hat uns viel Spaß gemacht. Danach kamen wir erschöpft und müde nach Hause. Wir ruhten uns eine Weile aus um wieder zu Kräften zu kommen. Das Abendtraining ließen Michi und Christian ausfallen.



3. Tag, Mittwoch, 31.03.2010

Wie wurden von österreichischen Zinnsoldaten mit Böllern geweckt. Nach dem Frühstück eilten wir barfuß ins Schwimmbad. Wir wurden plötzlich von unseren Trainern unter die eiskalten Duschen gezerrt und anschließend in die tiefen Fluten geworfen. Nach der Quälerei im Schwimmbad mussten alle sich beeilen um die Kutsche, die uns ins Skigebiet schwebte noch zu erwischen. Als wir in der Schwebezentrale angekommen waren, holten wir sogleich unsere Geschosse und und fuhren mit einem eckigen Boot den Berg hinauf. Nach unzähligen Höllenritten, schossen wir in eine Skibar. Dort gab es halbe geröstete süße Kanonenkugeln und Petroleum Öl zum Trinken. Nun schwebten wir mit der Sesselkanone am Seil auf den Frauenkar. Dort gelandet, rasste unsere Gruppe blitzschnell den bisher nicht bezwungenen Berg hinunter. Kurz bevor die Schwebekutsche davon schwebte kamen wir bei ihr an. Zurück in unserem Wolkenkratzer machten wir eine Party unter der Dusche. Nach der Party in den Duschen spielten wir Feuertischtennis im dunklen und gefährlichen Keller. Wir hatten nach den vielen Anstrengungen sehr viel Hunger. Zum Glück konnten wir beim Abendessen neue Energie tanken. Nach dem Essen schwebten wir mit unserer Kutsche in eine Turnhalle. Dort spielten wir bis zum Umfallen.



Danach durften wir endlich in unsre Schwebeliegen.

4. Tag, Donnerstag, 01.04.2010

Auch am Donnertag wurden wir nicht verschont und der Wecker klingelte um 7 Uhr erbarmungslos. Wieder ging es in die Schwimmhalle und wir wurden über eine Stunde lang durchs Wasser gescheucht. Und auch nach dem Training hatten wir einen gewohnt straffen Zeitplan zu befolgen. Um 10:30 brachte uns der Bus nach Hinterstoder - wir waren heute also in einem neuen, uns noch unbekanntem Skigebiet unterwegs.



Nach einer guten halben Stunde Fahrt war es soweit. Ein bisschen erholt vom Training und voller Vorfreude auf einen Skitag ging es endlich auf die Piste. Mittags freuten wir uns über ein gewohnt gutes Mittagessen mit Skiwasser. Nach kurzer Erholung waren wir schon wieder voller Tatendrang und konnten es kaum erwarten, unsere Skier wieder anzuschlappen, sehr zum Leidwesen unserer Betreuer, die gerne noch etwas länger Pause gemacht hätten. Allerdings haben wir uns über eine zusätzliche kurze Pause am Nachmittag sehr gefreut, da die Kräfte langsam nachließen. Am Bus angekommen, ließen wir uns völlig erschöpft in die Sitze fallen und genossen eine halbe Stunde Fahrt, auf der wir uns nicht bewegen mussten. Nach dem Abendessen wollten wir uns eigentlich ausruhen, aber der nächste Programmpunkt stand bereits an: eine Hüttenwanderung. Und extra dafür hat es nochmal kräftig geschneit. Nach einer guten Stunde, in der es ununterbrochen bergauf ging, erreichten wir endlich die Hütte, wo wir uns mit Getränken und belegten Broten stärken konnten. Nach einem geselligen Hüttenabend stand uns noch der Rückweg bevor: eine Fackelwanderung zurück in den Lindenhof. Dort angekommen spielten wir noch eine Runde Tischtennis und freuten uns über die Nachricht, dass wir am nächsten Morgen ausschlafen durften und das Training ausfällt.



5. Tag, Freitag, 02.04.2010

Nachdem wir den Freitagmorgen frei bekommen haben, konnten wir zum ersten Mal in dieser Woche ausschlafen. Nach den anstrengenden letzten Tagen hat uns das richtig gut getan. Um halb 11 ging es dann wieder nach Hinterstoder. Für unseren letzten Skitag war uns nochmal bombastisches Wetter vergönnt, wodurch sich der Tag zu

einem wunderbaren Abschluss für die Woche entwickelt hat. Highlight des Tages war sicherlich die „Rennpiste“ die wir entdeckt haben, auf der die Höchstgeschwindigkeit der Skifahrer gemessen wurde. Voll motiviert schossen wir die Abfahrt hinunter und brannten eine Höchstgeschwindigkeit nach der anderen in die Piste. Als wir die Talabfahrt hinter uns gebracht hatten, waren wir froh, dass wir die Skiwoche ohne Verletzungen überstanden haben und alle wieder heil im Tal angekommen sind. Zurück im Lindenhof wartete bereits das Abendessen auf uns, bevor es dann nochmal in die Schwimmhalle ging, zur letzten Trainingseinheit der Woche. Wir waren heilfroh, als wir auch diese Einheit erfolgreich hinter uns gebracht hatten. Nach dem Abendprogramm fielen wir völlig erschöpft in unsere Betten.

6. Tag, Samstag, 03.04.2010

Am Samstag mussten wir unsere Sachen packen und die Zimmer räumen.

Anschließend machten wir uns ein letztes Mal auf den Weg ins Bad, um dort noch eine Stunde Spaß zu haben und herum zu albern. Nach dem Mittagessen im Lindenhof wurde der Bus beladen und wir machten uns auf den Weg zurück in die Heimat.

Um 17:30 waren wir wieder in Behringersdorf und wurden von unseren Eltern abgeholt, die schon voller Vorfreude auf uns gewartet haben. Das Trainingslager war nun zu Ende und wenn wir zurückblicken, blicken wir auf eine anstrengende aber sehr schöne und lustige Woche zurück. Es hat uns sehr viel Spaß gemacht.



Trainingswochenende Sommer 2010



Am Freitag 11. Juni ging es los. Die erste Trainingseinheit des Sommer Trainingswochenendes in der Bertleinschule.

In zwei Gruppen trainierten die Aktiven zunächst vor allem die Schwimmtechnik, denn an den nächsten zwei Tagen war schon einiges geplant.



So ging es am Samstagmorgen nach einem ausführlichen Aufwärmprogramm für etwa eineinhalb Stunden ins Wasser des Gymnasium Hallenbades. Mit der tatkräftigen Unterstützung von fünf Trainern legten die Aktiven einige Bahnen zurück bis sich alle zum Schluss noch in einer Staffel austobten.



Nach dem Umziehen ging es zur Stärkung Richtung Haberloh. Dort erwartete man uns schon mit Nudeln, Salat und Eis. Nach der kurzen Pause waren die meisten auch schon wieder auf den Beinen und spielten bei schönem Wetter auf dem Sportplatz Fußball oder schauten beim Baseballspiel zu. Als dann unser Jongleur kam, versammelten sich schon die ersten neugierig um ihn herum auf der Wiese, während sich einige Jungs mehr für Fußball als für jonglieren begeistern konnten. Mit allmählich schwieriger werdenden Übungen erklärte der Jongleur den Kids auf was es beim Jonglieren ankommt. Selbst die Trainer machten



mit Begeisterung mit und mussten erkennen, dass dafür eine ganze Menge Konzentration notwendig war. Nach über einer Stunde stellten sich bei einigen schon deutlich sichtbare Fortschritte ein, sodass der eine oder andere schon recht ansehnlich jonglieren konnte. Doch es war deutlich zu merken wie anstrengend es ist sich dabei stets zu konzentrieren. Nach diesen interessanten Eindrücken und Erfahrungen waren alle endgültig erschöpft und wurden von ihren Eltern abgeholt.



Aber nur bis zum nächsten Morgen. Denn schon um sieben Uhr ging es sonntags weiter mit der letzten Trainingseinheit. Fast ausschließlich verschlafene Gesichter gähnten uns beim Aufwärmen im Schein der aufgehenden Sonne an.



Zumindest bis alle im Wasser waren. Denn spätestens nach dem Einschwimmen war auch der letzte wach genug. Gerade bei den Jüngeren schien die Müdigkeit sehr schnell verfliegen, denn einige konnten sich schon wieder sehr aktiv beschweren über die doch sooo langen Strecken, was sie mit dem fleißigen Mitzählen der Bahnen belegen wollten. Doch die Trainer blieben (meist) standhaft und motivierten ihre Schwimmer noch für die letzten Bahnen ihre Kräfte zu mobilisieren.

Damit ging dann unser erstes Trainingswochenende im Jahr 2010 zu Ende. Ein zweites im Herbst wird folgen. Wir hoffen es hat allen wieder genauso Spaß gemacht wie uns Trainern. Auch an diese nochmal ein großes Dankeschön für ihren unermüdlichen Einsatz am Beckenrand egal um welche Uhrzeit! Bis zum nächsten TWE im Herbst.



**Michael
Wünsch**



Danke an MICHI
für Organisation
und Bericht !!!



Trainingswochenende Sommer 2010



Wir waren dabei !!

Berg Leya Madeleine 2001
Buchbinder Dustin 2001
Eckhoff Sirka 2000
Enhuber Maximilian 1997
Enhuber Felix 2001
Freisleben Dominique 2000
Freisleben Pascale 2001
Gösl Jana 1994
Hennig Constantin 2000
Kaltenbrunner Nadja 1998
Kaltenbrunner Tim 2002
Keding Emma 2002
Lederer Svenja 2000
Lederer Manuel 2001
Leontjev Lina 2001
Mader Franziska 1998
Müller Jannis 2001
Pfeiffer Valentina 2000
Porzler Joshua 1999

Porzler Tara 2002
Siebenkees Johanna 1994
Stiegler Sarah 1999
Thomas Peter 2000
Thomas Andrea 2002
Voss Theodor 2001
Wagner Leonie 1998
Wagner Max 2001
Winter Julian 1998



Faschingsschwimmen

Wisst ihr eigentlich, wie schwer es geht, mit Kleidung zu schwimmen? Frank´s Gruppe hat es ausprobiert bei einem „Faschingsschwimmen im Mai“



Und so sah das aus:



Was macht eigentlich...

... Monika Wagner – die Erfinderin des SG-Wals?

Zur Person

Monika Hörteis, geb. Wagner, wurde am 17. August 1975 in Nürnberg geboren. Sie besuchte die Kunigundenschule in Lauf und die Wirtschaftsschule in Nürnberg. Nach ihrem Abschluss machte sie eine Ausbildung zur Schilder- und Lichtreklameherstellerin. Anschließend absolvierte sie erfolgreich die Fachoberschule und studierte Multimedia und Grafikdesign in Augsburg. Seit 2007 ist sie bei der Firma Zehnder GmbH im Marketing beschäftigt.

Ihre Schwimmkarriere bei der SG Lauf startete sie mit 8 Jahren in der Gruppe von Herrn Lindner. Bereits 3 Jahre später wechselte sie zur Leistungsgruppe von Christian Gärtner. Sie selbst sah ihre Hauptfunktion bei der SG immer im aktiven Schwimmen. Daneben half sie aber fleißig mit: jahrelang trainierte sie Kindergruppen und engagierte sich beim Babyschwimmen.



Monika Hörteis mit ihrer
„Lieblingsmedaille“ von 1997



Auch privat blieb sie dem Schwimmsport treu: 2006 heiratete sie den Schwimmer Matthias Hörteis aus Neumarkt. Die beiden haben zwei Kinder: Sohn Ferdinand ist 20 Monate alt und Tochter Yara kam im April 2010 auf die Welt.

Heute lebt Monika Hörteis mit ihrer Familie in Gundelfingen bei Freiburg im Breisgau.

Julia Oberst führte ein Interview mit Monika Hörteis:

Liebste Moni, du hast dich als Erfinderin und Gestalterin des SG-Wals in der SG Lauf verewigt: dein Wal zielt als Logo die Trainingsanzüge, unsere Speed-Hefte und die Internetseite!

Wie kam es zum Logo des Wales und wer erfand den Spruch „Schwimm dich fit, mach bei uns mit!“?

Den Wal habe ich während meiner Ausbildungszeit entworfen, und bei dem Spruch hat mein damaliger Chef, Herr Kahl, mitgewirkt.

Wenn du heute an deine aktive Zeit in der SG zurückdenkst, welche drei Dinge fallen dir als erstes ein?

Kaltes Wasser - Ich erinnere mich noch an ein Trainingslager, in dem es nur geregnet hat und das Wasser permanent kalt war.

Brrr...unvergesslich.

An Freundschaft – durch die Schwimmerzeit sind Freundschaften entstanden. Mit diesen Freunden (Mimi, Florian und Bernhard) habe ich Europa bereist und viele schöne Stunden im Wasser oder an Land verbracht.

Trainer Christian – die Person, die mich über 12 Jahre meines Lebens begleitet hat. Mit mir die Pubertät, sowie Höhen und Tiefen in der Schwimmkarriere erlebt hat.

Aber auch deine große Liebe hast du durch den Schwimmsport gefunden! Aus „unserer“ Monika Wagner wurde Monika Hörteis. Wie kam es also dazu und seit wann bist du verheiratet?

Verheiratet bin ich seit 2006 mit Matthias Hörteis, auch einem Schwimmer aus Neumarkt (Opf). Wir haben uns bei einem Trainerlehrgang in Unterhaching (München) kennen gelernt. Aus dieser Freundschaft wurde dann eine Beziehung und diese hält schon seit 14 Jahren und ich hoffe, dass noch viele Jahre hinzu kommen und wir bei den Seniorenmeisterschaften, so mit 70 +, starten können.

Weißt du eigentlich, dass du noch immer drei Vereinsrekorde hältst? Rate doch mal in welcher Disziplin...

Ich glaube in Freistil.

In der Tat bist du bis heute mit deinen Zeiten auf 100m, 200m und 400m Freistil ungeschlagen! War Freistil immer deine Lieblingslage?

Nicht unbedingt, ich bin immer gerne Lagen geschwommen, jedoch war ich in Brust nicht die Schnellste.

Und welche Lage hast du immer am wenigsten gemocht?

Brustschwimmen.

Was war dein lustigstes Trainingslagererlebnis?

Im Trainingslager wurde manchmal „Schabernack“ gemacht und das Lustigste, was mir heute noch Tränen in die Augen bringt, war die Aktion, nachts zu den Jungs zu schleichen und alle Klamotten, die am Boden lagen, aufzusammeln und ein riesiges Bündel daraus zu machen.

Am nächsten Morgen war Abreisetag und sie mussten mühsam ihre Klamotten heraussuchen.

Hm, gute Idee...Habt ihr die Trainer damals auch schon nachts wachgehalten? Verrate uns doch mal, was ihr damals so angestellt habt...

Ja, auch wir haben die Trainer schon nachts nicht ruhen lassen. Besonders wenn Thomas Wartha dabei war. Er ist eines Morgens mit gefärbten Haarsträhnen aufgewacht. Dieses erstaunte Gesicht habe ich bis heute nicht vergessen.

Welcher Wettkampf war dein persönliches Highlight in deiner Karriere?

Die Bayerischen Meisterschaften

Hattest du ein Vorbild unter den Star-Schwimmern?

Ich durfte Franziska van Almsick einmal live in Nürnberg schwimmen sehen und von da ab war ich schon fasziniert von ihr. Wie sie durch das Wasser gleitet. Aber ein konkretes Vorbild hatte ich nicht.

Schwimmst du selbst noch regelmäßig?

Ich fange gerade wieder an. Der Schwangerschaftsspeck muss weg.

Was sind heute deine Hobbys?

Meine Kinder; eine besondere Aufgabe ist es, ihnen das Baden und Blubbern im Wasser bei zu bringen. Das Blubbern wird dann zu Hause bei der Trinktasche noch weitergeübt...

Und von wem lernen deine Kinder das Schwimmen? Bringst du es ihnen selbst bei oder lernen sie es von einem Schwimmlehrer?

Matthias und ich bringen den Kindern das Schwimmen bei, was sehr viel Spaß macht, denn unser Sohn liebt das Wasser. Bei unserer Tochter ist es noch etwas früh um die Liebe zum Element Wasser zu erkennen.

Zum Schluss: welchen Tipp hast du für unsere aktiven Schwimmer um beim nächsten Wettkampf noch schneller zu schwimmen?

Training, Training und Training.

Liebste Moni, vielen herzlichen Dank für dieses Interview!

Die immer noch bestehenden Vereinsrekorde von Monika Wagner:

Vereinsrekorde: Freistil

100m Monika Wagner (75) 1:08,03
(27.04.96 Nürnberg)

200m Monika Wagner (75) 2:29,50
(27.04.96 Nürnberg)

400m Monika Wagner (75) 5:43,44
(15.03.97 Bayreuth)

Wer macht sich daran diese zu brechen?



Die SG-Lauf Damenstaffel mit Monika Wagner erreichte 1997 den 3. Platz bei den Bayerischen Meisterschaften (Monika Wagner ganz links)

Lara Reiser räumt ab

24. Internationale Offene Deutsche Meisterschaft der Behinderten im Schwimmen
Trotz riesiger Konkurrenz 2 x Gold und 1 x Bronze

Vom 17. - 20.06.2010 fanden im Berliner Europa-Sportpark die 24. Internationalen Offenen Deutschen Meisterschaften der Behinderten im Schwimmen statt.

Die geburtsblinde Eckentalerin Lara Reiser (16), Tochter von SG-Lauf Übungsleiter Uwe Reiser, die ja auch schon bei der Schwimmgemeinschaft Lauf aktiv war, sah sich diesmal einem riesigen Starterfeld aus 47 Nationen, die insgesamt 631 Athleten stellten, gegenüber. Bedingt durch die vom 15. – 21. August 2010 im holländischen Eindhoven stattfindende Weltmeisterschaft sendeten alle Nationen, von Australien über Südafrika bis Venezuela, ihre besten Sportler, um nochmals ihre Startzeiten zu verbessern bzw. die geforderten Pflichtzeiten zu erreichen.

Auf ihrer Lieblingsstrecke über 200 m Brust, auf der sie bei den blinden Damen den Deutschen Rekord hält, konnte sie sich um 7 Sekunden verbessern. Dies bedeutete für sie in der offenen Klasse (alle Nationen) den 5. Platz. Somit gehört sie zu den weltweit schnellsten Schwimmerinnen auf dieser Strecke. Zweimal Gold konnte sich Lara bei den 200 m Freistil sowie den 50 m Brust in der Startklasse S11 (Blind) erkämpfen. Zudem holte Lara auf der 400 m Freistilstrecke die Bronzene Medaille. Weitere Platzierungen konnte sie noch in 100 m Brust (5. Platz), 100 m Freistil, 50 m Freistil (7. Platz), sowie 800 m Freistil (13. Platz) erschwimmen.

Ihr Sponsor Harry Wörner ließ es sich aufgrund des großen Erfolges nicht nehmen, Lara noch am gleichen Abend zu einer kleinen Siegesfeier in seine Generalagentur einzuladen.

Ihr nächster größerer Einsatz wird voraussichtlich die Deutsche Kurzbahnmeisterschaft in Remscheid sein. Danach beginnen die ersten Qualifikationswettkämpfe für die Europameisterschaft, die 2011 in Berlin stattfinden wird.

Die Schwimmgemeinschaft Lauf freut sich sehr über Laras großen Erfolg und wünscht ihr auch bei ihren weiteren bevorstehenden Aufgaben viel Glück und Erfolg!



ÜBUNGSLEITERFREIZEIT

Am Samstag, den 19.06.2010, war es soweit. Die Übungsleiter der Schwimmgemeinschaft Lauf kamen zusammen, um einen gemeinsamen Nachmittag im Hochseilgarten Betzenstein zu verbringen. Nachdem sich pünktlich um 12 Uhr alle Teilnehmer am Treffpunkt an der Heldenwiese eingefunden hatten, brach der Konvoi in Richtung Betzenstein auf. Nach ca. 20 minütiger Fahrt und einem kurzen Fußmarsch in den Park wurden wir mit der nötigen Ausrüstung ausgestattet. Nach einer kurzen Einweisung in die Handhabung der verschiedenen Sicherungsseile und Karabinerhaken, durften wir nun selbst aktiv werden. Problemlos bewältigte die ganze Gruppe



den Einführungsparcours, weshalb wir uns gleich im Anschluss auf die großen Parcours stürzen durften. Von diesem Moment an hatten wir 3 Stunden Zeit, um uns den Herausforderungen des Parks zu stellen, der von recht einfachen Parcours bis hin zu sehr großen Herausforderungen alles zu bieten hatte. Von nun an war Geschicklichkeit und Konzentration gefragt. Ein Höhepunkt war sicher der Seilbahnparcours, auf dem man 130 Meter über das Betzensteiner Freibad schwebte. Nach kurzer Überwindung war diese Fahrt ein wahrer Genuss und nicht wenige aus unserer Gruppe bewältigten diesen Parcours ein zweites Mal.



Zwischendurch versorgte Frank uns mit Brezen, Äpfeln und Getränken, die Babsi vorher besorgt hatte. Dafür nochmal ein herzliches Dankeschön an Babsi. Doch lange hielt sich keiner im Biergarten auf, denn jeder wollte sich gleich wieder einer neuen Herausforderung stellen.

Durch die große Motivation der Teilnehmer und den großen Spaß, der den meisten von uns im Gesicht geschrieben stand, reichten uns die 3 Stunden nicht aus und nicht wenige überzogen die Zeit, nachdem Frank uns das O.K. dafür gegeben hat. Als dann alle genug hatten, machte sich ein ganz anderes Gefühl in der Gruppe breit: Hunger. Nach einer kurzen Erholungsphase im Biergarten des Parks, in dem wir unsere Erfahrungen der letzten Stunden austauschten, brachen wir auf und machten uns auf den Weg auf den Rothenberg bei Schnaittach. Im Berggasthof am Rothenberg konnten wir noch weitere Übungsleiter begrüßen, die aus zeitlichen Gründen nachmittags leider verhindert waren und so den Abenteuerpark in Betzenstein leider nicht mit besuchen konnten. Mit einem guten Abendessen belohnten wir uns nun für die Anstrengungen des Nachmittags. Nachdem sich nun jeder zufrieden etwas zurücklehnen konnte und noch nette Gespräche stattgefunden haben, löste sich die Veranstaltung auf und jeder verbrachte den anstehenden Abend noch auf seine Weise.



Insgesamt war die Veranstaltung ein voller Erfolg und eine Übungsleiterfreizeit auch im nächsten Jahr wäre eine super Sache. An dieser Stelle vielen Dank an die Schwimmgemeinschaft, die die Kosten für den Park sowie das anschließende Essen übernommen hat. Lediglich die Getränke mussten selbst gezahlt werden. Vielen Dank!

Michi Müller



Unser neuer FSJ-ler: Christoph Hacker



Nach erfolgreichem Abi wird Christoph Hacker ab 1. September 2010 für zwölf Monate ein Freiwilliges-Soziales-Jahr bei der SG-LAUF, an Stelle seines Zivildienstes, ableisten.

Christoph schwimmt seit über 15 Jahre bei uns, gewann 2005 die absolute Stadtmeisterwertung und wurde 2009 Vereinsmeister der SG.

Bereits seit 2004 ist er auch am Beckenrand im Einsatz, zuerst als Trainingshelfer, seit 2005 als Kampfrichter und nun schon seit drei Jahren, zusammen mit Michael Stiel, als Übungsleiter. Aktuell absolviert Christoph seine Trainer-C-Ausbildung Schwimmen und wird sich damit fachlich noch besser für seine FSJ-Tätigkeit qualifizieren.



Wir wünschen Christoph für seine Tätigkeit bei uns viel Erfolg und eine Menge Spaß!



Naturpark

Sie suchen Räume für Ihre Feier?

Feiern Sie in privater Atmosphäre, in gepflegtem Ambiente.
Gasträume, für bis zu 55 Personen, incl. Geschirr, Gläsern, Besteck, Bestuhlung,
für Ihre Familienfeiern – Hochzeit, Kommunion, Konfirmation oder Ihren Geburtstag,
oder auch für Firmenfeiern – Betriebsfeste, Weihnachtsfeiern

Naturpark * Hugo-Distler-Straße 1 * 90411 Nürnberg

Kontakttelefon: 0175 4075058

E-Mail: m.stiel@naturpark-ziegelstein.de

Internet: www.naturpark-ziegelstein.de

Triathlon

Liebe Schwimmfreunde,
wie ihr vielleicht im letzten Speed (1/2010) schon gelesen habt, haben einige unserer Schwimmmis am letztjährigen Hersbrucker Volkstriathlon teilgenommen und gezeigt, dass sie nicht nur im Wasser, sondern auch auf dem Rad und zu Fuß gut unterwegs sind.

Auch dieses Jahr waren wir wieder dabei, diesmal mit der Familie Schadde, Paul Hollerbach, Daniel Henselmann und Stefanie Bühler.

In vier verschiedenen Staffeln holten wir auf einer Strecke von 300m Schwimmen, 20km Radfahren und 5km Laufen zwei erste, einen zweiten und einen neunten Platz. Wie auch letztes Jahr hat es wieder sehr viel Spaß gemacht und es lässt sich nur empfehlen, es selbst einmal zu versuchen.



90411 Nürnberg, Klingenhofstraße 60

Telefon (0911) 56 20 11

Telefax (0911) 56 20 55

E-Mail: info@elektro-stiel.de

www.elektro-stiel.de

Watoto Karibuni - Afrika grüßt die Kuni



Die SG-Lauf war auch in diesem Jahr wieder mit einem passenden Wagen beim Kirchweih-Umzug vertreten. Das Motto unseres Wagens - "Im Okawanko-Delta unterwegs". Zu sehen war ein Kanu, das sich seinen Weg durch den dichten Schilf-Dschungel bahnte.



Den tropischen Regen konnten wir gut umschiffen, die afrikanische Hitze haben



wir mit kühlen Getränken besiegt. Einige SG-Kinder durften im Kanu mitfahren und von dort aus Gummibärchen in die Menge werfen, die anderen haben den Wagen, teilweise als Afrikaner verkleidet, zu Fuß begleitet.

Traditionelle ...



und moderne, eher hellhäutige Afrikaner



Sie können bei uns inserieren!

Wir werben gerne für Sie auf unseren Schwimm-Veranstaltungen. Werbemöglichkeiten sind zum Beispiel:

- Werbebanner während eines Wettkampfes
- Logo auf der Ausschreibung, dem Meldeergebnis, des Protokolls
- Sponsoring der Ehrenpreise (Pokale, Medaillen, Urkunden)
- Namentliche Nennung der Werbepartner während der Veranstaltungen

Unsere Veranstaltungen:

- | | |
|--|-------------|
| • Kreismeisterschaften des Schwimmkreises Nord-Ost | März 2011 |
| • Stadtmeisterschaften der Stadt Lauf im Schwimmen | Juli 2011 |
| • 25. Pokal-Weihnachtsschwimmen der SG-LAUF | 04.12.2010 |
| • Weihnachtsfeier der SG-LAUF | 17.12. 2010 |

Ganzjährige Werbemöglichkeiten

- Anzeigen im halbjährlichen Vereinsheft SPEED (Auflage: 400 Stück)
- Logo im Informations-Kasten der SG-LAUF im Foyer des Gymnasium Hallenbades
- Logo auf unserer Homepage (mit Link zur Ihrer Site)
- Logo auf T-Shirts oder Bademützen unserer Aktiven
- Logo auf Trainingsanzügen unserer Aktiven

Ansprechpartner: Frank Hacker
Telefon 09123 6548
E-Mail sg-lauf@web.de



Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder

Achilles, Eva	Hennig, Corbinian	Scharrer, Sina
Bachmeier, Lukas	Jäger, Sven	Schreiber, Daniel
Bellhäuser, Andreas	Koch, Linda	Schreiber, Philipp
Berg, Leya-Madeleine	Köhler, Nico	Seebeck, Tim
Braun, Kimberly	Lasch, Kristina	Stiegler, Philipp
Donauer, Jonas	Lasch, Oliver	Taubmann, Ann-Sophie
Donauer, Paul	Mast, Isabella	Trautmann, Franziska
Dotzler, Antonia	Möller, Annkatrin	Treschau, Hanna
Dusold, Gregor	Möller, Sarah	Trötschel, Julia
Eckhoff, Sarina	Müller, Maximilian	Wiesneth, Dennis
Ermer, Annika	Novi, Chrisi	Wiesneth, Jan
Göhl, Nele	Porzler, Tara	Winkler, Christen
Haas, Leonie	Reichel, Selina	

Anmeldung Wassergewöhnungs- und Anfängerschwimmkurse

Aus verschiedenen Gründen führen wir seit Jahren keine Anmelde-/Vormerklisten für unsere Wassergewöhnungs- und Anfängerschwimmkurse. Die neuen Kurse werden im September und Februar jeweils ausgeschrieben.

Der Termin für die Anmeldung ist dann in den Vereinsnachrichten der Pegnitz-Zeitung (Lokalteil) und im Internet auf unserer Homepage www.sg-lauf.de veröffentlicht. Dann heißt es schnell zu sein. In der Regel sind die äußerst begehrten Plätze innerhalb einer knappen Stunde vergeben.

Nächster Termin: 20. September 2010, 17–19 Uhr
Weitere Informationen bei Claudia Goebel, Telefon: 13627.

Anmeldung neuer Schwimmer

Auch hier gibt es keine Vormerklisten mehr. Anmeldungen sind nur noch per E-Mail an sg-lauf@web.de möglich. Interessenten melden sich bitte mit Name, Vorname, Geburtsdatum, Telefonnummer und dem „schwimmerischen Können“ (z. B. hat Seepferdchen oder kann gut Brust und Kraul schwimmen, springt vom 1-Meter-Brett, etc.) an.

Sobald von den Übungsleitern freie Plätze gemeldet werden, versuchen wir, die per E-Mail angemeldeten neuen Schwimmerinnen und Schwimmer auf die verschiedenen Gruppen nach Alter und Können zuzuordnen. Um die Termine abzustimmen rufen wir die Eltern dann unmittelbar an.

Seit Beginn der Schwimmsaison konnten so 70 neue Schwimmer vermittelt werden. Leider mussten wir 17 Kindern absagen, da kein entsprechender Platz zur Verfügung stand. Diese Kinder versuchen wir aber im Laufe der nächsten Monate vielleicht doch noch „unterzubringen“, bzw. sie müssten sich dann im September 2010 erneut per E-Mail anmelden.



Beitragsübersicht der SG-LAUF

und Informationen zu den 5 Stammvereinen

1. Mitglied	30€ / Jahr
2. Mitglied	30€ / Jahr
ab dem 3. FamMitglied	frei

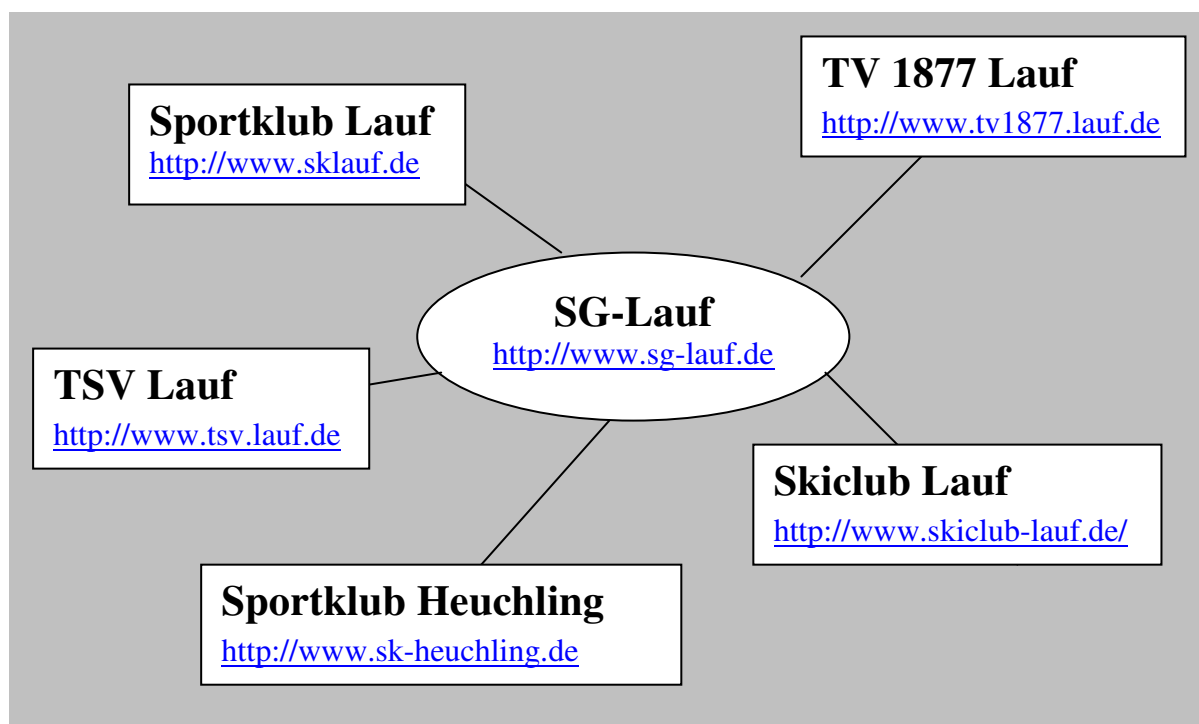
Die **Schwimmgemeinschaft Lauf** ist der Zusammenschluss der Schwimmabteilungen der Vereine TV 1877 Lauf, TSV Lauf, SK Lauf, SK Heuchling sowie des Ski Club Lauf und der einzige Schwimmverein im Landkreis Nürnberger Land.

Mit knapp 400 Mitgliedern sind wir einer der jugendstärksten Vereine im Nürnberger Land.

Ausführliche Informationen zu unseren Aktivitäten, zum Schwimmbetrieb, zu den Wettkampfteilnahmen, zum Anfängerschwimmen, Termine, Bilder usw. finden Sie im Internet unter: <http://www.sg-lauf.de>

Zusätzlich zur Mitgliedschaft der SG-LAUF ist die Mitgliedschaft in einem der fünf Stammvereine (die SG ist die jeweilige Abteilung Schwimmen) erforderlich.

Alle Stammvereine sind im Internet vertreten. Hier informieren Sie sich bitte zu den Jahresbeiträgen und können die entsprechenden Aufnahmeanträge herunterladen.



Termine

Tag	Datum	Zeit	Veranstaltung	Ort
Do	16.09.	19:00	Übungsleiterbesprechung	Lauf
Mo	20.09.	19:00	Trainingsbeginn Leistungsgruppen	Lauf
Mo	20.09.	19:00	Trainingsbeginn weitere Gruppen	Lauf
Mo	20.09.	17:00- 19:00	Anmeldung Wassergewöhnung- und Anfängerschwimmkurse	Lauf, Claudia Goebel
WE	16.-17.10.-		8. ESTW-Pokalschwimmfest	Erlangen
	02.-05.11.		Herbstferien	
Sa	Evtl. 06.11.		Fürther Kinderschwimmen	Fürth
WE			Trainingswochenende	Lauf
Sa			Atlantis Pokal MASTERS	Herzogenaurach
So	21.11.		19. Erlanger Nikolausschwimmen	Erlangen
Sa	04.12.	08:00	25. Pokal-Weihnachtsschwimmen der SG-LAUF	Lauf, CJT Hallenbad
WE	11.-12.12.		Speedo-Röthelheim-Cup	Erlangen
Fr	17.12.	19:00	Weihnachtsfeier der SG-LAUF Einlass: 18 Uhr	Lauf-Heuchling, Wollnersaal
	ab 24.12.		Weihnachtsferien	
Mo	10.01.2011		Trainingsbeginn alle Gruppen	Lauf

Letzte Info



Vera Bening hat uns die letzten Jahre als Pressewartin begleitet: Mit Berichten in der Pegnitz-Zeitung, in den Mitteilungsblättern der angeschlossenen Vereine und in unserem SPEED. Sie hat den Schaukasten gestaltet und immer mit aktuellen Infos und Fotos versorgt.

Für diesen treuen und zuverlässigen Dienst danken wir ganz herzlich.

Wir freuen uns, eine engagierte Nachfolgerin gefunden zu haben: Nina Hueber stellt ihre neuen Aufgaben im nächsten Heft vor

Leitung der SG-LAUF

Kaufmännische Leitung:

Telefon 6548, Fax 998845

E-Mail: sg-lauf@web.de

Frank Hacker

Finanzen und Mitgliederverwaltung:

Telefon 09153 7647

91220 Schnaittach, Am Schlossberg 10

Barbara Lederer

Technische Leitung:

Telefon und Telefax 988194

Christian Gärtner

Schriftführerin:

Telefon 2587

Julia Oberst

Übungsleiter, Trainingshelfer und Funktionäre:

Stephanie Bajus	09126 288122	Monika Masching	12797
Claudia Brenken	83434	Andrea Mayer	09158 928204
Irmgard Bühler	09126 290846	Michael Müller FSJ	983601
Andrea Felsberger	84665	Peter Müller	81104
Christian Gärtner	988194	Julia Oberst	2587
Ingrid Geier	9989835	Heike Otte	984897
Heinrich Glenk	3155	Fritz Pilz	75345
Claudia Goebel	13627	Uwe Reiser	09126 288042
(Anfängerschwimmen)		Bernhard Rodt	6121
Berta Gottschalk	3881	Markus Schöneich	09153 8100
Christoph Hacker FSJ	6548	Werner Sommer	74365
Frank Hacker	6548	Karola Stiegler	75208
Helga Herrgottshöfer	13452	Michael Stiel	4388
Nina Hueber	8096928	Birgit Wagner	3200
Herbert Kästel	986520	Nicola Weiher	09151 822859
Barbara Lederer	09153 7647	Kerstin Wünsch	0911 5700172
Wiebke Lehnert	82560	Michael Wünsch	0911 5700172
Diana Ludewig	989750		

***Wer nicht zum Training kommen kann,
gibt seinem Übungsleiter telefonisch Bescheid!***

Das mitwachsende
Konto für alle
von 0-25 Jahren.

2%
p.a.*



mein **GIRO**[®]
Von Anfang an – ein Leben lang.

Weitere Informationen bei allen Geschäftsstellen oder unter
www.sparkasse-nuernberg.de

* Bis zum 18. Geburtstag, Zinssatz freibleibend
(bis 2.500,- EUR)

 Sparkasse
Nürnberg