

Sportissimo



TSV IPSHEIM
1910 e.V.

Wo Sport
Spaß macht



Vereinszeitung

Turn- und Sportverein 1910 Ipsheim e.V.

Ausgabe 1/2012

BÄUML HANDELSVERTRETUNG

Ihr kompetenter Partner
in allen Fragen rund um die Werbung.
Drucksachen aller Art von der Einladung zur Familienfeier über
Firmendrucksachen - Festschriften - Vereinszeitungen -
Weinetiketten auch in Kleinmengen - Beschriftungen - Kopien
von der Gestaltung bis zum fertigen Produkt.

ALBERT WERKZEUG & MASCHINEN

Inh. Edgar Bäuml

Qualitätswerkzeuge von A (Akkuschrauber) bis Z (Zangen)
Alles für den Handwerker

91472 Ipsheim - Raiffeisenstraße 10

Telefon (0 98 46) 9 68 66 + 67 - Fax (0 98 46) 9 68 68

www.albert-werkzeug.de

Öffnungszeiten: Mo-Do 7.00 bis 19.00 Uhr - Fr 7.00 bis 17.00 Uhr

Liebe TSV-Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser,

wenn Sie dieses Exemplar in Händen halten darf (Fußball-)Deutschland hoffentlich noch darauf hoffen, dass unsere Nationalmannschaft bei der Europameisterschaft in Polen und der Ukraine endlich das lang ersehnte Sommermärchen erfolgreich vollendet. Der TSV durfte in diesem Jahr sein Frühjahrmärchen schon erleben: Harald Köhler errang zusammen mit der 4 x 200 m-Staffel als erster Sportler des TSV einen WELTMEISTER-TITEL. Grund genug für die *Sportissimo*-Redaktion im Leichtathletik-Rückblick ausführlich über die Hallenweltmeisterschaften der Senioren im finnischen Jyväskylä zu berichten. Außerdem werden wir im Interview etwas mehr über unseren Ausnahme-Athleten erfahren.

Selbstverständlich finden Sie in dieser Ausgabe auch Berichte zu den vielen anderen Sportveranstaltungen und Läufen, die unsere Sportlerinnen und Sportler bisher besucht haben und auf die der TSV nicht minder stolz ist.

Eine Besonderheit in dieser Saison ist die Einführung neuer Wettkampfformen in der Kinder-Leichtathletik. Schon im Februar haben wir deshalb einen Lehrgang mit der Bildungsbeauftragten des BLV Iris Urban abgehalten. Mittlerweile haben unsere "Kids" die neuen Wettkampfformen schon mehrfach in der Praxis erprobt - und sie hatten viel Spaß dabei. Unsere eigene Feuertaufe haben wir am 17. Juni bei den Kreismehrkampfmeisterschaften mit Bravour bestanden. 99 Mädchen und Jungen der Klassen U8, U10 und U12 haben sich dabei bei der Pendelstaffel, verschiedenen Weitsprungformen, Wechselsprüngen und vielen anderen Disziplinen mehr gemessen. Die neuen Wettkampfformen waren dabei auch für die Organisatoren und Kampfrichter eine Herausforderung. Einen ausführlichen Bericht über diese Veranstaltung werden wir in der 2. *Sportissimo*-Ausgabe in diesem Jahr bringen.

Berichte über das Trainingslager, den Siebenkampf und den Nordic Walking-Tag runden die Reihe der Berichterstat-



tung über die bisherigen Veranstaltungen ab.

Auch den Fasching werden wir noch einmal kurz beleuchten und mit unserem Prinzenpaar auf eine erfolgreiche Session zurückblicken.

Neben den Ausblicken auf die drei kommenden Großveranstaltungen Sportwochenende, Beachvolleyball-Turnier und Weinberglauf finden Sie auch aktuelle Informationen aus dem Turngeschehen und einen Bericht über die Badminton-Gruppe in dieser Ausgabe.

Interessante Einblicke in die Arbeit unserer Vereinskassiererin Silvia Ripka gewährt der Bericht über die "TSV-Millionärin", die sich ohne Zweifel zu einer der tragenden Säulen des TSV zählen darf.

Zum Schluss darf ich Ihnen noch unseren Fitness-Tipp ans Herz legen. Stress und Leistungsdruck nehmen in unserer Gesellschaft immer mehr zu, aber unser Fitness-Tipp hält ein erprobtes Gegenmittel bereit - Entspannung durch Eigenbehandlung. Wir zeigen wie sie mit Kopf- oder Gesichtsmassage Verspannungen oder Blockaden lösen und zu mehr innerer Ruhe finden.

Nun aber viel Spaß beim Lesen und allen, die bald Urlaub haben, schon jetzt schöne Sommerferien.

Jochen Prinzkosky

Inhaltsverzeichnis

In eigener Sache

Der Vorstand berichtet	4
Übungsleiterlehrgang	4
Sportler/in des Jahres 2011	5
TSV-ler, über die man spricht.	6

Rückblick

Leichtathletik	7
Laufveranstaltungen	10
Orientierungslauf	11
Neu: Kinderleichtathletik	12
Nordic-Walking-Tag	13
Trainingslager	14
Siebenkampf	16

Interview

Diesmal: Harald Köhler.	17
---------------------------------	----

Fitness-Tipp

Entspannung pur!	18
----------------------------	----

Vorschau

Beachvolleyball-Turnier	19
Sportwochenende	20
Weinberglauf.	21
Termine	22

Fasching

Rückblick	23
---------------------	----

Aus den Turnstunden

Badminton.	26
Turnen.	27

Serie

Die TSV-Millionärin	28
-------------------------------	----

Vermischtes

Wussten Sie schon, ...?	30
Festumzug in Dottenheim	30
Witziges	31
TSV-Mützen	31
Impressum.	31
Wir gratulierten	32
Willkommen im TSV.	32

Ergebnisse	32
----------------------	----

Der Vorstand berichtet

Platzreinigung

Wie vor allem die aktiven Sportlerinnen und Sportler schon bemerkt haben dürften, war in diesem Jahr wieder eine professionelle Platzreinigung notwendig. Die Firma K+S aus Bad Karlshafen (das liegt zwischen Paderborn und Göttingen) rückte dazu am 05. Juni mit ihren Spezialmaschinen an und reinigte unseren 1800 m² großen Platz in nur einem Tag. Das Sportgelände erstrahlt nun wieder leuchtend rot und schaut fast aus wie neu. Außerdem ist der Platz deutlich griffiger, was gerade bei feuchten Witterungsverhältnissen für die Athleten sehr wichtig ist. Obwohl diese Maßnahme mit rund 1.000,- € zu Buche schlägt, haben wir erkannt, dass eine regelmäßige Reinigung für den Erhalt der Anlage unabdingbar ist. Deshalb wird die Firma K+S wohl auch in spätestens zwei Jahren wieder zur Platzreinigung aufschlagen.

Anschaffungen

Für die neuen Übungen in der Kinderleichtathletik (siehe nebenstehender Bericht) waren einige Anschaffungen nötig. Getreu dem Motto unseren Gerätepark immer auf aktuellem Stand zu halten, haben wir zahlreiche Kleingeräte für die Kinderleichtathletik angeschafft.

Wurfraketen (sogenannte Nerfs), Medizinbälle für draußen, Hütchen und Stangen für die Hindernis-Pendel-Staffel und Tennisringe zum Werfen stehen nun in ausreichender Anzahl zur Verfügung.

Außerdem haben wir schon vor einiger Zeit Fahrradreifen besorgt und eingefärbt, die ebenfalls für Training und Wettkampf benötigt werden. Für die Kreismeisterschaften haben wir eine Holzkonstruktion zur Weitenmessung anfertigen lassen und für den Zielweitsprung Befestigungsmöglichkeiten für die Fahrradreifen geschaffen.

Den neuen Übungsformen steht somit nichts mehr im Weg und der TSV hat einmal mehr bewiesen, stets auf dem aktuellen Stand zu sein.

Jochen Prinzkosky

Lehrgang zur neuen Leichtathletikordnung

Mehr als 40 Übungsleiter und Verantwortliche des BLV-Kreises Neustadt/Aisch trafen sich in Ipsheim um einem Referat über die neue Leichtathletikordnung beizuwohnen. Mit der Bildungsreferentin Iris Urban aus München konnte eine kompetente Referentin des Bayerischen Leichtathletikverbandes gewonnen werden.

Das Jahr 2012 gilt noch als Übergangs- und Testphase, damit sich alle Vereine mit der neuen Ordnung vertraut machen können. Im Vordergrund dieser Neuerungen steht vor allem der Teamgeist der Athleten im Alter bis zu 11 Jahren. Diese spielerische Form soll die Kleinen mit Freude an die Leichtathletik heranführen. Ziel ist es, dass sich wieder mehr Kinder an den Wettkämpfen beteiligen. Auch wenn die Wettbewerbe nicht mehr den typischen Einzelsieger mit Pokalen belohnen, so wird es an den einzelnen Wettkampfveranstaltungen durchaus Sieger geben. Der große Unterschied besteht darin, dass sich die Gruppe als Gewinner fühlen darf. Hatten in der Vergangenheit die kleinen Kinder oft nur drei Disziplinen an einem Wettkampftag und damit viel Langeweile, so soll der neue Modus den Tag für die Athleten interessanter und spannender machen.

Der klassische 50 m Lauf, der in der Vergangenheit vom Sechsjährigen ebenso bewältigt werden musste, wie vom Elfjährigen, wird altersgemäß in der Streckenlänge angepasst. Die neue Philosophie beim Laufen besteht darin, dass auch der Laufwettkampf als solcher ver-

schieden durchgeführt werden kann. So soll z. B. Schnelllaufen zum Sprint hin führen. Überlaufen von Hindernissen verschiedenster Art ist als Vorstufe für den späteren Hürdenlauf gedacht. Beim Team-Biathlon wird die Ausdauer ebenso geschult wie das Werfen. Im Weitsprung variiert der Wettkampf mit dem Sprung in eine Zone für die Kleinsten, oder dem Hoch-Weitsprung über ein Hindernis für die größeren Kinder. Eine entscheidende Neuerung ist ebenfalls das Vergeben von Punkten anstatt Weiten auf den Zentimeter zu messen. Als Fazit ist zu ziehen, dass alle Neuerungen dazu dienen, die Kinder in spielerischer Form auf die späteren Leichtathletikwettkämpfe, die ab 12 Jahren in der gewohnten Form weiterhin durchgeführt werden, vorzubereiten. Dem Veranstalter steht es künftig frei, den Wettkampf entsprechend der örtlichen Gegebenheiten anzupassen. Naturgemäß stehen manche dem Neuen skeptisch gegenüber, aber mit positivem Herangehen wird man dies meistern. Die Praxis wurde mit einigen Kindern des TSV Ipsheim demonstriert.

Ernst Ripka



Die Kinder probieren erstmals eine Weitsprungstaffel

Sportler des Jahres 2011

Im Rahmen der Jahreshauptversammlung des TSV Ipsheim wurden die Sportler des Jahres 2011 bekannt gegeben.

Es sind dies:

Angelika Mader und Harald Köhler

Angelika Mader

Bei der Erfolgsstory 2011 von Angelika Mader arbeitete sich Jochen Prinzkosky von den örtlichen über die Kreis- zu den nationalen Veranstaltungen hoch.

Vereinsmeisterin in Ipsheim ist für sie normal. Diesen Titel erkämpfte sie sich bereits zum 33. Mal. „Wo bei den meisten Athleten Schluss wäre, geht es bei Angelika erst los“ so der Laudator. Die Siege im Dreikampf und im Weitsprung bei den Kreismeisterschaften waren ihre Titel Nr. 92 und 93.

Seit Jahren ist sie auch auf den Sportfesten auf Landes- und Bundesebene erfolgreich am Start – so auch 2011. Bei den Bayerischen Seniorenmeisterschaften in Elsenfeld folgte der Meistertitel im Weitsprung und die Vizemeisterschaft im 100 m-Lauf. Hier heimste sie ihre 10. Bayerische Meisterschaft ein. Auch auf Bundesebene standen 2011 zwei Veranstaltungen im Wettkampfkalendar, erzählte er weiter.

Die Deutschen Leichtathletik-Hallenmeisterschaften der Senioren in Erfurt waren ihr Ziel, hier belegte sie über 60 m und im Weitsprung Rang 3.

Bei der Freiluftveranstaltung in Ahlen sicherte sich Angelika Mader die Deutsche Vizemeisterschaft im 100 m Lauf und rundete einen erfolgreichen Wettkampf mit dem 4. Platz im Weitsprung ab. Diesen Titel erkämpfte sie sich bereits zum siebten Mal. Das ist einmalig in der Geschichte des TSV.

Zu all diesen herausragenden Ergebnissen kommen weitere Siege bei den Sportfesten in Fürth, Gollhofen, Gunzenhausen und Schweinfurt.

Was die Sportlerin des Jahres besonders auszeichnet, ist die Tatsache, dass sie ihr Wissen auch an die Kinder und Jugendlichen in den Übungsstunden weitergibt. „Für den TSV ist sie eine sehr wertvolle Übungsleiterin“, so Prinzkosky. Ihr Trainingsfleiß ist beispielhaft.

Harald Köhler

Harald Köhler ist neben Angelika Mader der einzige Athlet des TSV, der sich ebenfalls seit Jahren erfolgreich auf nationalem und internationalem Wett-



Angelika Mader und Harald Köhler zusammen mit Jochen Prinzkosky

kampf-Terrain bewegt.

Bei seiner Erfolgsstory brauchte sich der Redner nicht lange auf Kreisebene aufhalten. Hier stand nur ein Start über 400 m auf dem Programm, den der Geehrte souverän mit dem Kreismeistertitel – übrigens dem 52. seiner Laufbahn – abhakte.

Bei den Nordbayerische Hallenmeisterschaften der Aktiven in Fürth belegte er den 10. Platz über 200 m und im Weitsprung – wohl gemerkt bei den Aktiven. Die vor ihm Platzierten waren alle mindestens 20 Jahre jünger.

Wieder in seiner Altersklasse startend, zeigte sich bei den Bayerischen Meisterschaften in Elsenfeld ein ganz anderes Bild. Harald wurde Vizemeister im 400 m-Lauf und zum 16. bzw. 17. Mal in seiner Karriere Bayerischer Meister im Weitsprung und über 100 m.

Bei den Deutschen Leichtathletik-Hallenmeisterschaften der Senioren in Erfurt erreichte der Sprinter die Endläufe über 60 und 200 m. In beiden Läufen belegte er jeweils einen guten 7. Platz. Im Weitsprung errang er einen hervorragenden 5. Rang.

Bei den Deutschen Meisterschaften in Ahlen schrammte der Sportler des Jahres 2011 mit vierten Plätzen über 100 m und im Weitsprung zweimal knapp am Treppchen vorbei. Ein 8. Platz im 200 m Lauf zeigt die Klasse unseres Ausnahmesportlers, der sich in seiner Altersklasse sowohl in der Halle als auch draußen zu den Top Ten der Deutschen Senioren-Leichtathletik zählen darf.

2011 führte ihn der Weg so auch zu den Hallen-Europameisterschaften der Senioren ins belgische Gent. Er startete im Weitsprung, im 60 m- und 200 m-Lauf.

In einem starken Teilnehmerfeld mit europäischen Spitzenleichtathleten sicherte er sich Platz 12 im Weitsprung, Platz 13 über 60 m und Platz 14 über 200 m.

Der absolute Saisonhöhepunkt war aber sicher die Seniorenweltmeisterschaft der Leichtathleten in Sacramento, der Hauptstadt des US-Bundesstaats Kalifornien.

In seiner Paradedisziplin, dem Weitsprung, zeigte der Athlet einen grandiosen Wettkampf. Als Dritter der Gruppe A zog er locker in das Finale der weltbesten Weitspringer ein. Am Ende landete der Ipsheimer mit 6,21 m auf einem hervorragenden 6. Platz.

Bei den Wettkämpfen über 100 m und 200 m musste er sich mit den Halbfinals und den Plätzen 19 (100 m) und 21 (200 m) zufrieden geben.

Zum Abschluss der WM zündete Harald aber mit der deutschen 4 x 100 m-Staffel noch einmal den Turbo. In einem spannenden Rennen belegte das deutsche Quartett hinter den USA einen ausgezeichneten 2. Platz. Harald Köhler konnte sich über die Silbermedaille und den Titel Vizeweltmeister freuen.

Dass Köhler auch beim Deutschen Leichtathletikverband große Wertschätzung genießt, zeigte die Einladung des DLV zum Ländervergleichskampf nach St. Wendel. Dort startete der TSVler erneut im Dress der Nationalmannschaft und trug wertvolle Punkte zum Sieg der deutschen Mannschaft gegen die Leichtathleten aus Frankreich und Belgien bei.

Ernst Ripka

TSV-ler, über die man spricht



Alexander Heindel

hatte ein geglücktes Debüt in der Bütt bei der 8. TSV-Narrensitzung. Als "Jungwinzer" plauderte er sehr amüsant aus dem Nähkästchen.



Brigitte Flory

konnte am 29. April ihren 80. Geburtstag feiern, wozu der TSV durch den 1. Vorstand herzlich gratulierte.



Max Lindner

ist seit dem 10.04.2012 Vereinsmitglied. Der am 26.01.2012 geborene Max ist damit mit Abstand der jüngste TSVler.



Herbert Düll

kann heuer auf eine 50jährige Vereinszugehörigkeit zurückblicken. Unser langjähriges Mitglied trat am 01.01.1962 dem Verein bei und hielt ihm bis heute die Treue. Herzlichen Dank!



Harald Köhler

wurde in Jyväskylä (Finnland) mit der deutschen 4 x 200 m Staffel Hallenweltmeister der Leichtathletik-Senioren und WM-Siebter im Weitsprung.



Angelika Mader

wurde in Erfurt zum 8. Mal deutsche Vizemeisterin der Leichtathletikseniorinnen. In der schnellen Erfurter Halle gelang ihr das Kunststück über 60 m wieder eine Silbermedaille zu holen.



Paul Nohner

belegte bei den mittelfränkischen Crossmeisterschaften in Eckental in der Schülerklasse M 13 einen hervorragenden 2. Platz.



Michael Bially

unser Orientierungsläufer konnte bei den Bayerischen Staffel-Meisterschaften eine Bronzemedaille erringen.



Michael Uhl

erreichte bei den Nordbayerischen Hallenmeisterschaften in der Altersklasse U 18 über 60 m einen guten 5. Platz

Leichtathletik-Rückblick

LAC-Quelle-Sprintcup 2011 am 03.12.2011 in Fürth

Kaum gehört das letzte Bahnsportfest der Vergangenheit an, beginnt schon wieder die neue Hallensaison. Den Auftakt bildete der Quelle-Sprintcup in der Halle am Finkenschlag in Fürth. Ihm folgten das LAC-Quelle-Senioren-Sportfest und die Nordbayerischen Meisterschaften.

Bei der ersten Standortbestimmung startete ein vierköpfiges TSV-Team. Angeführt wurden sie von Angelika Mader und Harald Köhler, unseren Stars im Seniorenbereich. Beide maßen sich mit teils bis zu 25 Jahre jüngeren Aktiven. Entsprechend deshalb auch die ungewohnten Platzierungen. Von den gelaufenen Zeiten ist bei beiden alles im grünen Bereich. Zum letzten Mal startete Nika Alt (leider) für den TSV. Bei ihr lief es hervorragend, was zwei zweite Plätze im starken Starterfeld der Schülerinnen W 13 zum Ausdruck brachten. Der vierte im Bunde war Fabian Schäfer. Fabi - wie alle ihn liebevoll nennen - hatte keine Angst vor großen Namen und platzierte sich jeweils im hinteren Mittelfeld.

Nordbayerische Hallenmeisterschaften M, F, Jgd. U 18 am 08.01.2012 in Fürth

Unsere Senioren suchten bei den Nordbayerischen Hallenmeisterschaften in Fürth einmal mehr den Vergleich mit den Aktiven. Für Mader und Köhler ist es wichtig, vor den großen Senioren-Ereignissen Wettkampfpraxis zu be-

kommen. So kann man auch die Leistungen als normal einordnen. Für Michael Uhl, Daniel Mader und Lisa Khavvan dagegen galt es, in ihrer Altersklasse die Besten zu ermitteln. Michael Uhl, unser Sprinttalent, konnte dabei gleich das begehrte A-Finale der sieben Besten unter den 32 Teilnehmern in seiner neuen Klasse U 18 erreichen. Mit dem 5. Platz in 7,52 sec über 60 m konnte Michael mehr als zufrieden sein. Daniel Mader bestritt den Hochsprung und den Weitsprung seiner Altersklasse. Mit 1,65 m im Hochsprung und 5,07 m im Weitsprung wurde Daniel diesmal unter Wert geschlagen. Die Vierte im Bunde war Lisa Khavvam. Ihre beste Platzierung erreichte Lisa über die 60 m Hürden, wo sie den Endlauf der besten Acht erreichte. Am Ende reichte es zum 8. Platz in 10,53 sec.. Über 60 m und im Weitsprung hatte unsere Athletin keine Chance auf eine vordere Platzierung. Trotzdem konnten alle mit ihren Hallenleistungen zufrieden sein.

Mittelfränkische Crossmeisterschaften am 29.01.2012 in Eckental

Mit vier Aktiven ging der TSV bei den mittelfränkischen Crossmeisterschaften an den Start. Durchwegs gute Resultate konnten alle Teilnehmer erzielen. Hans-Peter Nohner, unser läuferisches Urgestein, konnte sich in seiner Altersklasse mit dem 5. Platz in der Altersklasse M 50 gut behaupten. Sein Sohn Paul konnte sich in den letzten Läufen immer besser in Szene setzen.

Nur einer war schneller als Paul Nohner. Seine Zeit von 8:12 min war ebenfalls recht ansprechend.

Läufer Nummer drei war David Peltner in der Altersklasse M 12. Er erzielte in der Zeit von 9:09 min einen ausgezeichneten dritten Platz. Ihm nichts nach stand Leon Khavvam. Auch er belegte einen guten dritten Platz in der Altersklasse M 11. Der Auftakt in die neue Saison ist jedenfalls gelungen.

Kreismeisterschaften im Crosslauf am 04.02.2012 in Weigenheim

Trotz klirrender Kälte nahmen einige TSV Aktive am Weinparadieslauf in Weigenheim teil. Gleichzeitig wurden in dem Lauf die Kreismeister 2012 im Crosslauf ermittelt. Allen voran war wieder einmal die Familie Nohner. Paul konnte neben Leo Khavvam und Janusch Biemüller sowie Luana Spanu den Kreismeistertitel erringen. Seine Laufzeit war mit 4:39,6 min sehr vielversprechend. Vater Hans-Peter Nohner musste sich in diesem Jahr mit dem zweiten Platz auf Kreisebene begnügen. Neben Hans-Peter belegte unser zweites Lauf-As Willfried Röthlingshöfer ebenfalls den zweiten Platz. Weitere Ehrenplätze sicherten sich Michael Bially, Philipp Dingfelder und Leandro Spanu. Vater Francesco Spanu schnupperte als Vereinsloser erstmalig Luft bei Laufveranstaltungen im Leichtathletikkreis. Vielleicht sehen wir ihn bald im TSV-Trikot laufen, was sehr erfreulich wäre.



David Peltner beim Crosslauf in Eckental



Paul Nohner beim Crosslauf in Eckental



Angelika Mader beim Hallensportfest in Fürth

23. Senioren-Hallensportfest am 11.02.2012 in Fürth

Man könnte vorausschicken „wie im Vorjahr“. Unsere zwei Ausnahme-Senioren konnten sich in Fürth wieder eindrucksvoll in Szene setzen. Fast exakt die gleichen Resultate wie im vergangenen Jahr konnten unsere Asse erzielen. Angelika gewann mit sehr ansprechenden 4,97 m den Weitsprung, genauso wie die 100 m und 200 m. Nur im 60 m Lauf musste sich Angelika ihrer alten Bekannten Heike Jörg von der LAZ Obernburg-Miltenberg geschlagen geben.

Bei Harald lief es ähnlich. Siege über 100 m und über 200 m folgten zweite Plätze über 60 m und im Weitsprung.

Man kann gespannt auf die nächsten Wettkämpfe warten und ist kein Fantast, wenn man davon ausgeht, dass auch hier wieder Spitzenplätze herauskommen werden.

Deutsche Senioren Hallenmeisterschaften vom 03. bis 04.03.2012 in Erfurt

Wieder auf dem Podest standen unsere Vorzeigesenioren bei den Deutschen Hallenmeisterschaften in Erfurt. Angelika Mader bewies einmal mehr ihre ausgezeichneten Sprintqualitäten und wurde im Finale über 60 m nur von ihrer alten Rivalin Heike Jörg vom LAZ Obernburg-Miltenberg geschlagen. Für Angelika war es die achte Silbermedaille bei Deutschen Meisterschaften, ein ganz toller Erfolg. Harald Köhler holte sich seine Medaille im Weitsprung. Mit ausgezeichneten 6,13 m landete er auf dem dritten Platz und sicherte sich damit die Bronzemedaille. Nur knapp verfehlte er über 60 m die Medaillenränge. Mit guten 7,59 sec belegte er einen ausgezeichneten vierten Platz. Über 200 m machten sich die vorangegangenen Strazpen bemerkbar. Bei 25,12 sec blieben die Uhren am Ende stehen, was in der Addition der Zeitläufe Platz 9 bedeutete. Zusammenfassend kann man sagen, dass Angelika und Harald die Farben des TSV wieder ganz toll vertreten haben.

Kreishallenmeisterschaften der Schüler am 10.03.2012 in Bad Windsheim

Einige neue Gesichter und die üblichen Verdächtigen waren die Titelsammler für den TSV bei den Schüler-Hallenmeisterschaften in Bad Windsheim. 22 Mal standen die TSV-Aktiven in den einzelnen Altersklassen und Disziplinen auf dem obersten

Treppchen, sprich wurden Kreishallenmeister 2012.

Mit Luana Spanu, Amelie Dahl, Dennis Pfaffenrot, Paul Schürmer und Max Seemann kommt eine neue Generation nach und konnte sich auf Anhieb ganz vorne platzieren. Dabei gelang Luana Spanu das Kunststück, gleich drei Mal den 1. Platz zu erringen. Mit Amelie Dahl wurde eine „Neue“ gleich zweimal Kreismeister.

Die „alten Hasen“ wie Rebekka Schuh, Jule Dingfelder und Jana Schmidt konnten jeweils zwei Einzeltitel erringen. Michael Jeske wurde ebenfalls Doppelmeister. Je drei Kreismeistertitel holten Niklas Hufnagel und der 2011 erfolgreichste Titelsammler, Leon Khavvam. Einen weiteren Titel steuerte Stefanie Ebert bei. Bei den Rundenstaffeln konnte der TSV sowohl die Staffel der Klasse Schülerinnen B sowie die Staffeln der Klassen Schüler C und Schüler B für sich entscheiden. Insgesamt war Bad Windsheim für die 44 TSV-Aktiven ein gelungener Auftakt in die neue Saison 2012.

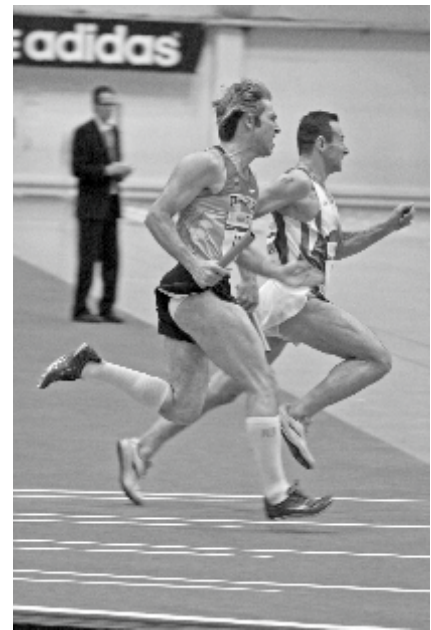
World Master Athletics Indoor Championships vom 3. bis 8. April 2012 in Jyväskylä (Finnland)

Glaubte man, dass von allen Superlativen unserer Leichtathletiksenioren schon berichtet worden ist, so musste man sich bei den Hallenweltmeisterschaften im finnischen Jyväskylä eines Besseren belehren lassen. Unser Weltbummler in Sachen Seniorenleichtathletik, Harald Köhler, setzte bei diesem Großereignis sich selbst die Krone auf. Nach diversen Titeln und Medaillen bei Deutschen- Europa- und Weltmeisterschaften konnte er mit der deutschen 4 x 200 m Staffel den Weltmeistertitel erringen; für TSV-Verhältnisse eine unglaubliche Geschichte.

Die famose Geschichte begann im 1. Lauf, in dem neben Deutschland die favorisierten Italiener, die bärenstarken Briten und die ebenfalls zu den Favoriten zählenden USA am Start waren. Die deutsche Staffel, die in der Besetzung Meinert Moeller, Alexander David, Harald Köhler und Andreas Schulze lief, erwischte einen tollen Lauf und so konnten die stärker eingeschätzten Italiener und die weiteren Staffeln in die Schranken verwiesen werden.

Die gelaufene Zeit des deutschen Quartetts, 1:35,32 Minuten. Stand nach dem ersten Lauf:

1. Deutschland, 2. Italien, 3. Großbritannien und 4. USA. Nun kam alles auf den zweiten Lauf an. Hier starteten die



Harald Köhler bei den Seniorenweltmeisterschaften in Jyväskylä (Finnland)

starken Finnen, Frankreich, Kroatien und Spanien. Die Finnen wurden ihrer Favoritenrolle gerecht und gewannen den Lauf. Die Frage war aber, in welcher Zeit. Als auf der Anzeigetafel 1:41,67 min. aufleuchtete war dies im Endklassement nur der enttäuschende vierte Platz und Deutschland war „Weltmeister“. Die weiteren Medaillen gingen an Italien und Großbritannien. Für unseren Superstar hat sich ein Traum erfüllt. Bei seinen weiteren Starts in Jyväskylä war Harald ebenfalls bärenstark. Im Weitsprung kam er mit 5,90 m auf einen hervorragenden 7. Platz. Die 200 m lief Harald in persönlicher Saisonbestleistung und errang den 8. Platz. Über die kurze Sprintdistanz, die 60 m, reichte es immerhin noch zu Platz 11. Jyväskylä ist nun Vergangenheit, aber Harald denkt schon an die nächsten großen Auftritte auf der Weltbühne der Senioren. Neben den Bayerischen- und Deutschen Meisterschaften plant Harald den Start bei den Europameisterschaften in San Sebastian (Spanien) und für nächstes Jahr sind die Weltmeisterschaften in Brasilien schon jetzt fest eingeplant. Weiter so Harald und ein großes Kompliment sowie herzliche Glückwünsche zu diesem grandiosen Erfolg!

„Krumme Strecken“ in Gunzenhausen am 22.04.2012

Gingen an diesem Tag die meisten TSV-Langstreckler in Burgbernheim beim dortigen Berglaufklassiker an den Start, so bildete Hans-Peter Nöhner die Aus-



Fabian Schäfer

nahme. Er startete wie jedes Jahr beim Bahnsportfest in Gunzenhausen. In einer Gesamtzeit von 10:52,32 min siegte Hans-Peter einmal mehr über 3000 m. Dabei gewann er sowohl die Gesamtwertung sowie die Altersklassenwertung M 50 souverän. Glückwunsch Hans-Peter!

4. Weitsprungmeeting am 28.04.2012 in Gollhofen mit Kinderleichtathletik

Gollhofen ist immer ein gutes Pflaster für die TSV-Aktiven. In allen Klassen, in den TSVler an den Start gingen, wurden auch die ersten Plätze belegt. So gewannen Harald Köhler, Daniel Mader, Niklas Hufnagel und Angelika Mader ihre Wettkämpfe mit ansprechenden Leistungen. Hervorzuheben sind die 5,50 m von Daniel Mader in der Altersklasse U 18.

Den normalen Wettkämpfen wurden Mannschaftswettkämpfe der Kinderleichtathletik vorgeschaltet. Das neue System fand Freunde, aber auch Kritiker. Durch die Notwendigkeit von sechs Aktiven pro Mannschaft, hatte sich das Feld auf die teilnehmenden Vereine FC Gollhofen, TSV Burghaslach, TV Uffenheim und unseren TSV reduziert. Bei über zehn leichtathletiktreibenden Vereinen im Kreis ist das sicherlich noch ausbaufähig. Die TSV-Mannschaften hatten auch hier meist die Nase vorne.

LO Bahneröffnung am 01.05.2012 in Eschenbach

Michael Jeszke nahm als einziger TSVler an der LO Bahneröffnung in Eschenbach teil. Unser Sprinttalent konnte sich unter 16 Sprintern über 100



Hans-Peter Nohner

m mit dem 5. Platz und einer Zeit von 12,63 sec gut behaupten. Noch besser lief es über 300 m, wo er gleich den Vereinsrekord, gehalten von Michael Uhl, deutlich auf 42,02 sec verbessert hat. Im Weitsprung kam er nicht so zurecht, so dass er ihn schnellstens vergessen sollte.

1. Laufabend am 03.05.2012 in Gunzenhausen

Vater und Sohn (Nohner) zogen aus um sich in den einzelnen Altersklassen über die 800 m Strecke in Gunzenhausen zu messen. Erfreulicher Weise konnte Paul Nohner (Sohn) gleich die 800 m in der Altersklasse M 13 gewinnen und das noch dazu mit einem neuen Vereinsrekord von 2:41,14 min. Vater Hans-Peter Nohner war zwar deutlich schneller wie Sohn Paul, aber in der Endabrechnung reichte es für Hans-Peter nur zu Platz 4 in der Laufzeit von 2:25,6 min.

Bahneröffnung am 05.05.2012 in Schweinfurt

Waren in Gunzenhausen Vater und Sohn gemeinsam unterwegs, so starteten in Schweinfurt Mutter und Sohn (Mader). Traditionell nehmen Leichtathleten des TSV bei der Bahneröffnung im unterfränkischen Schweinfurt teil. Im ehrwürdigen Willy-Sachs-Stadion ging wie immer Angelika Mader in ihren drei Paradedisziplinen an den Start. Gestartet wurde in der Aktivenklasse, was das Siegen für die 46-jährige Seniorin nicht leichter machte. Über 200 m konnte sie trotzdem die Konkurrenz hinter sich lassen. Über 100 m reichte es zu Platz fünf und im Weitsprung reichte es in für sie schwachen 4,54 m zu Platz 4. Sohn Daniel Ma-

der ein ausgewiesener Hochspringer ging im Hoch- und Weitsprung sowie im Speerwurf an den Start. Mit übersprungenen 1,60 m errang Daniel einen ehrenvollen 2. Platz. Im Weitsprung lief es gut und mit 5,17 m belegte er den 4. Platz. Im Speerwurf kam Daniel auf die Weite von 26,17 m. Die weiteren Starter, Fabian Schäfer und Lisa Khavvam konnten ebenfalls gut mithalten und erzielten ebenfalls vordere Plätze.

9. Erlanger Bahnserie am 15.05.2012 Teil 1

Im ersten von drei Teilen wurden bei der Erlanger Bahnserie die 1500 m gelaufen. Am Start waren vom TSV Paul und Hans-Peter Nohner. Paul Nohner konnte auch über 1500 m, eine für ihn ungewohnte Strecke überzeugen und erzielte mit einer neuen Vereinsrekordzeit den vierten Platz. Dieser steht nun bei 5.:24,37 min. Hans-Peter Nohner erreichte in seiner Altersklasse M 50 den zweiten Platz mit guten 4:54,65 min.

Kreismeisterschaften Mittelstrecke am 16.05.2012 in Emskirchen

11 Starts, 9 Siege besser hätte es in Emskirchen nicht laufen können. Dreifacher Sieger wurde in der Altersklasse M11, Leon Khavvam. Nach dem Sieg über 1000 m ließ er noch zwei Siege über 300 m und 400 m jeweils in neuer Vereinsrekordzeit folgen. Schwester Lisa Khavvam konnte sowohl die 300 m als auch die 400 m Kreismeisterschaft erringen, über 300 m sogar in neuer Vereinsrekordzeit. Weitere Siege steuerten Hans-Peter Nohner (1000 m), Harald Köhler (400 m) und Michael Bially (5000 m) bei. Einziges Manko war die geringe Teilnehmerzahl unserer TSV-Aktiven.

9. Erlanger Bahnserie am 22.05.2012 Teil 3

Beim dritten Teil der Erlanger Bahnserie wurden die 800 m gelaufen. Wieder am Start war dabei Hans-Peter Nohner, der in 2:24,59 min eine ordentliche Zeit bei seinem Sieg in der Altersklasse M 50 erzielte.

Sprinter- und Läuferabend am 24.05.2012 in Gunzenhausen

Hochkarätig waren die 1000 m von Gunzenhausen besetzt. Neben Hans-Peter Nohner waren auch viele der mfr. Spitzenklasse vertreten. In diesem schnellen Feld bei der es keine Altersklassenwertung gab, belegte Hans-Peter in der Zeit von 3:06,11 min einen ehrenvollen 6. Platz.

Horst Prinzkosky

Laufveranstaltungen

Viele Erfolge und persönliche Bestleistungen konnten die Läuferinnen und Läufer bei den diversen Laufveranstaltungen erzielen. So standen unsere Sportlerinnen und Sportler 10 mal auf dem Siegerpodest; Sechs mal konnte die persönliche Bestzeit unterboten werden.

Trainingswettkampf in Münchsteinach

Den Auftakt in diesem Jahr machte ein Trainingswettkampf in Münchsteinach, der von Willfried Röthlingshöfer besucht wurde. Bei dem Waldlauf über 7,5 km schaffte Willfried den dritten Platz.

6-Stunden-Lauf

Mit dem sonnigen warmen Wetter hatten viele der 139 Teilnehmer beim 16. Sechsstundenlauf vom Sri Chinmoy-Team in Nürnberg zu kämpfen. Auf einer 1,7 km langen Rundstrecke galt es innerhalb von 6 Stunden möglichst viele Kilometer zurückzulegen.

Mit am Start war vom TSV Ipsheim Langstreckenspezialist Willfried Röthlingshöfer. Er schaffte fast 60 km und belegte damit den 28. Platz.

Weinturmlauf

Mit 30 Teilnehmern war eine beachtliche Mannschaft des TSV Ipsheim beim Weinturmlauf am Start. Das Wetter zeigte sich an diesem Tag von seiner besten Seite und bescherte den Läuferinnen und Läufern bestes Wettkampfwetter.

Für unsere Sportler war es ein gelungener Start in die neue Laufsaison. Sechs mal belegten unsere Sportler den dritten Platz. In der Mannschaftswertung im 10km-Lauf erreichten Hans-Peter, Adrian, Walter und Willfried den 3. Platz hinter dem TSV Dinkelsbühl und der LG Kreis Ansbach.

Neue persönliche Bestzeiten über 10 km schafften Adrian Summ, Walter Dingfelder, Dieter Krebelder, Friedrich Gundacker und Hans Herold.

Leider gab es bei den Schülern ab Jahrgang 2005 und jünger keine Wertung mehr und auch die anderen Schülerklassen wurden nicht, wie sonst üblich, jahrgangsweise gewertet.

Burgbernhaimer Berglauf

Gute Platzierungen gab es wieder beim Burgbernhaimer Berglauf. Schöne Strecken hatten die Burgbernhaimer Organisatoren für die Teilnehmer herausgesucht. Viele Höhenmeter waren bei allen Läufen zu bewältigen. Viele steile Anstiege und Gefälle auf teilweise engen Wegen durch den Wald erforderte



Ein Großteil unserer Teilnehmer beim Weinturmlauf in Bad Windsheim

die ganze Aufmerksamkeit der Läuferinnen und Läufer.

Bei relativ gutem Laufwetter haben unsere Sportlerinnen und Sportler zweimal Platz 1, zweimal Platz 2 und einmal Platz 3 erzielt.

Siegerin im Hobbylauf über 5,7 km in der W45 war Ute Salomon. Ebenfalls den ersten Platz belegte Kornelius Schuh in der M11 vor Leon Khavvam. Einen weiteren zweiten Platz holte sich Janosch Bimüller in der M7.

Zwickellauf

Julia und Klaus Gröger, sowie Herbert Müller vertraten die Farben des TSV beim Zwickellauf von Neustadt/Aisch nach Münchsteinach.

Auf der 11 km langen Strecke mit vielen Höhenmetern gewann Julia in der weibl. Jugend U18. Flott unterwegs war Herbert Müller, der knapp einen Platz auf dem Podest verpasste.



Steiler Anstieg kurz vor dem Ziel beim Burgbernhaimer Berglauf, der von allen Teilnehmern bewältigt werden musste (links: Marie Meyer und Lea Schäfer; rechts: Philipp Dingfelder)

Sandgruben-Crosslauf

Der Sandgruben-Crosslauf fand bei angenehmen Temperaturen und Regen in Dettendorf statt. Die Strecke führte über 7,7 km durch Wald und hatte 370 Höhenmeter. Die Einnahmen wurden an Unicef gespendet. Willfried Röthlingshöfer war der einzige Ipsheimer Teilnehmer, der insgesamt den vierten Platz belegte.

Ansbacher Citylauf

Knapp 2300 Anmeldungen gab es beim Ansbacher Citylauf. Mit am Start war Dieter Krebelder. Er schaffte mit 45:49 min eine neue persönliche Bestzeit über 10 km.

Bödefelder Hollenlauf

Im Rahmen des Bödefelder Hollenlaufs im Sauerland fanden die Deutschen Meisterschaften der DUV im Ultratrail statt. Wohlgermerkt Hollenlauf und nicht Höllenlauf ist der Name dieser





Elias Rösch beim Weinturmlauf

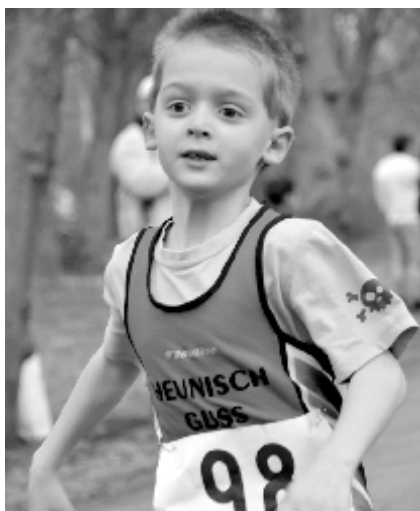
Landschaftslaufveranstaltung; und „Hollen“ sind eigentlich die guten Berggeister.

Also ging es doch nicht durch die grüne „Hölle“ des Sauerlandes, sondern durch, bzw. über die schönen Berge, wie der Hunau und dem „Kahlen Asten“ und Hügel. Man(n) durchläuft die schönsten Naturgebiete des Hochsauerlandes mit steilen An- und Abstiegen. Teilweise erfordern schwierige Wegeführungen über den Rothaarsteig die volle Konzentration, aber dafür entschädigt dann die herrliche Natur mit grandiosen Ein- und Ausblicken.

Insgesamt wurden bei der Deutschen Meisterschaft 115 Teilnehmer gewertet; in Willfrieds Altersklasse waren es 23. Willfried schaffte es in die Top-Ten und benötigte für die 67 km lange Strecke mit 1533 Höhenmetern 6:26 Std.

In der Kategorie 13 km Wandern/Nordic-Walking startete Gertrud hier gab es allerdings nur die gemessene Zeit ohne Wertung.

Michael Bially



Denis Pfaffenrot beim Weinturmlauf

Orientierungslauf

Vor sieben Jahren nahmen Ipsheimer Sportler zum ersten mal an einem Orientierungslauf (OL) teil. In dieser Zeit haben viele TSVler diese spannende Sportart ausprobiert. Mit Familie Spanu und Familie Bimüller hat sich inzwischen ein festes Team um Michael Bially gebildet.



Bei der aus Skandinavien stammenden Sportart „Orientierungslauf“ punktet man nicht nur durch Schnelligkeit, sondern vor allem, wie der Name schon sagt, auch durch einen guten Orientierungssinn. Dazu bekommt der Läufer am Start eine genaue Karte des Wettkampfgeländes, in der die verschiedenen Punkte eingezeichnet sind, die dann im Gelände in schnellstmöglicher Zeit angelaufen werden müssen.

Orientierungsläufe werden in der Regel abseits von allen Wegen und Pfaden im Wald ausgetragen. Bei kürzeren Distanzen, den Sprints, sind auch Parkanlagen oder Innenstädte beliebte Laufgebiete. Mittels Kontrollkarten bzw. bei größeren Veranstaltungen mittels eines elektronischen Kontrollsystems wird überprüft, ob die Athleten alle Punkte in der richtigen Reihenfolge angelaufen haben.

Für Michael Bially standen in diesem Jahr schon viele Veranstaltungen auf dem Programm. Neben den Trainingsveranstaltungen in Coburg und der Mittelfranken-Serie besuchte er Bayerncupläufe, Bayerische und Deutsche Meisterschaften.

Bei den Bayerischen Staffelmeisterschaften schaffte es Michael erstmals eine Medaille auf Landesebene zu gewinnen. Zusammen mit seinem Staffelpartner Michael Schalle vom MTV Bamberg holte er nach einem spannenden Zweikampf mit der OLG Regensburg

die Bronzemedaille.

Noch einen drauf setzten konnte Michael Bially einen Tag später in Neumarkt/Opf. Hier fanden die Bayerischen Meisterschaften im Sprint in Verbindung mit dem 3. Bayerncuplauf statt. Nach dem ersten von zwei Läufen lag Michael deutlich in Führung und so reichte ein knapper zweiter Platz im zweiten Lauf für den ersten Sieg bei einem Bayerncuplauf.

Bei den Deutschen Meisterschaften im Sprint in Wuppertal schaffte Michael den Einzug ins A-Finale und wurde am Ende vierzehnter.

Bei der Mittelfränkischen Trainingsserie, einer Gesamtwertung aus fünf Veranstaltungen in Höchstadt, Röttenbach, Hiltpoltstein und Erlangen gelang Janosch und Thomas Bimüller ein dritter Platz in der Gesamtwertung.

Für alle, die selbst mal Orientierungslauf probieren möchten: Im Rahmen unseres Sportwochenendes veranstalten wir am 21.07. einen Lauf an unserem Sportgelände. Und wer mal echtes OL-Feeling im Wald erleben möchte, dem sei der Karpfen-OL am 29.09. in Röttenbach empfohlen. Hier kann einzeln oder in kleinen Gruppen gelaufen (oder auch gewandert) werden, wobei auch einfache Bahnen für Einsteiger angeboten werden, bei denen ausschließlich auf Wegen gelaufen werden kann.

Michael Bially



Luana Spanu am Zielposten



Wo gehts lang? Tom und Janosch Bimüller beraten über den richtigen Weg

Kick-off: Neue Kinderleichtathletik

Mit Sonnencreme, Schirmmütze und Sonnenbrille ausgerüstet starteten die Jungen und Mädchen des TSV Ipsheim bei hochsommerlichen Temperaturen in die neue Leichtathletik-Saison. In Gollhofen wurde zum ersten Mal in unserem Leichtathletik-Kreis ein Wettkampf nach der neuen Kinderleichtathletik-Wettkampfordnung durchgeführt. Sowohl der Ausrichter aus Gollhofen, alle Trainer und die Kinder betraten bei dieser Veranstaltung Neuland. Und der TSV Ipsheim konnte gleich den ersten Sieg für sich verbuchen.



Sichtlich viel Spaß hatten die Mädchen und Jungen bei den verschiedenen neuen Disziplinen. Im Unterschied zu dem bisher angebotenen Wettkampfprogramm (50m, Weitsprung und Ballwurf) werden jetzt aus verschiedenen Feldern (Lauf, Sprung, Wurf) vielseitige spielerische Wettkämpfe angeboten, die immer im Team durchgeführt werden. Dabei ist die Leistung jedes einzelnen Teammitglieds wichtig, da jeder Teilnehmer mit seinen Stärken das Ergebnis der Gruppe beeinflussen kann.

Jeweils vier Teams gingen in den Altersklassen U12 und U10 an den Start. Der TSV Ipsheim war mit einer Mannschaft in der U12 und mit zwei Mannschaften in der U10 vertreten. Die U10-Mannschaft mit Laura Summ, Jana Schmidt, Alisa Helm, Luana Spanu, Leandro Spanu und Janosch Bimüller holte sich den ersten Platz. Vierter wurde die zweite Mannschaft mit Sarah Trumpf, Lena Sturm, Nicole Sturm, Lisa Rippl, Emelie Hirsch und Anna Schirmer. Nur ganz knapp musste sich die U12-Mannschaft mit Franziska Ebert, Anja Hirsch, Jule Dingfelder, Katja Hennefelder, Hannes Seemann und Leon Khavvam dem Team des TV Uffenheim geschlagen geben.

In jeder Altersklasse gab es vier Wettbe-

werbe. Einen Kurz sprint aus verschiedenen Startpositionen über 40 m bzw. 50 m hatte jedes Kind zweimal zu bewältigen.

Großartige Stimmung herrschte bei der Weitsprungstaffel der U10. Hier hatte jedes Team drei Minuten zur Verfügung um möglichst viele weite Sprünge in die Weitsprunggrube zu machen. In der Grube gab es Wertungszonen, je weiter der Sprung, desto mehr Punkte.

Beim Additionsweitsprung für die U12 durfte jeder viermal springen und die drei besten Weiten wurden zu einer Gesamtweite addiert.

In der U10 musste beim Drehwurf aus dem Stand ein Reifen mit Drehwurf möglichst weit geworfen werden. Für die U12 gab es einen Stoßdreikampf: Mit einem Medizinball musste je einmal mit der rechten und linken Hand aus dem Stand und zweimal mit beliebigem Arm mit drei Anschritten gestoßen werden.

Nochmal alles abverlangt wurde den Kindern bei der abschließenden Tandem-Biathlon-Staffel (U10) bzw. beim 1500 m Stadioncross (U12). Angefeuert von Eltern, Freunden und Betreuern wurden die letzten Kräfte mobilisiert. Bei der Tandem-Biathlon-Staffel liefen immer zwei Kinder des Teams gemein-

sam eine Runde von 800 m. An einer Wurfstation mussten vier Kegel getroffen werden, wofür jedem Läufer drei Bälle zur Verfügung standen. Für jeden nicht getroffenen Kegel musste eine zusätzliche kleine Strafrunde gelaufen werden. Dies führte zu zusätzlicher Spannung, da eine eindeutige Führung durch ein schlechtes Wurf Ergebnis leicht wieder dahin war. Der Stadioncross führte durch das gesamte Sportgelände und hatte Hindernisse sowie einige kurze steile Anstiege.

Michael Bially



Nordic-Walking-Tag

Bei Regen ging der Fränkische Nordic Walking Tag in Ipsheim über die Bühne. In Zusammenarbeit mit der AOK, dem VGN, dem TSV Ipsheim, dem Weinbauverein und Synergy-Sports ging die Veranstaltung in die achte Auflage. Exakt 124 angemeldete Sportler, sowie eine Anzahl, die ohne Meldung auf die beiden Strecken gingen. Vier Gruppen beteiligten sich an dieser Sportveranstaltung.



Der TSV Ipsheim sorgte wieder für das richtige Aufwärmen

Ab 9.00 Uhr nutzten viele sportbegeisterte und gesundheitsbewusste Frauen und Männer jeden Alters die angebotenen Strecken. 2. Bürgermeister Christian Ebert betonte in seiner Begrüßung, dass es ihn sehr freue, dass der TSV Ipsheim für das sportliche Angebot, sowie der Weinbauverein Ipsheim für die Verköstigung im Bewirtungshaus verlässliche Partner seien. Durch die Werbung von VGN und AOK ist diese Veranstaltung weit über die Landkreisgrenzen hinaus bekannt. Gäste aus Fürth, Neustadt/Aisch, Nürnberg, Stopfenheim,

Weißenburg, Markt Erlbach, Scheinfeld, Puschendorf oder Schwabach, um nur einige Städte und Orte zu erwähnen, zeugen vom großen Interesse der Gäste. Das Angebot des TSV Ipsheim, richtig Nordic-Walking zu lernen, wurde wieder gerne angenommen. Bei Schnupperkursen wurde den Sportwilligen die wesentlichen Merkmale des Nordic Walking näher gebracht. Der Veranstalter legte Wert darauf, dass auch die Walker, die keinen Lehrgang besuchten, vor dem Beginn ein entsprechendes Aufwärmprogramm absolvierten. Für die

Getränke auf der Strecke sorgte Franken Brunnen. Aber bei den Temperaturen war hier kein großer Bedarf. Die richtigen Walking-Stöcke zum Verleih hielt Synergy-Sports aus Nürnberg in sehr großer Anzahl bereit.

Beim Weinberghaus erwartete die Sportler nach der Anstrengung schmackhaftes Essen. Ipsheimer Wein, Kaffee und Kuchen mundeten den Besuchern. Die Mitglieder des Weinbauvereins hatten sich bestens vorbereitet, um die Gäste zu bewirten. Die AOK und die Wasserwacht boten wieder viel Interessantes an ihren Informationsständen. Etliche Walker stöberten erfolgreich im Verkaufsstand von Synergy-Sports.

Die Verlosung, die unter allen gemeldeten Startern durchgeführt wurde, bescherte den glücklichen Gewinnern wertvolle Gewinne. Als Hauptpreise wurde eine üppige Weinprobe für 10 Personen, sowie zwei Reisen nach München für zwei Personen mit dem Besuch des Bayerischen Landtages verlost. MdL Hans Herold stiftete diese beiden Fahrten. Mobi-Cards, Rucksäcke, Weine und vieles mehr fanden bei der Verlosung neue Besitzer.

Bürgermeister Müller ließ es sich nicht nehmen, zusammen mit Jochen Prinzkosky vom TSV, Reinhard Eber vom Weinbauverein und Norbert Denzler (AOK) (Gerhard Zuber vom VGN war gesundheitlich verhindert) die Verlosung durchzuführen. Weinkönigin Theresa Popp fungierte als Glücksfee. Über die Hauptgewinne nach München in den Landtag freuten sich die Gewinner aus Puschendorf und Nürnberg. Lautstark jubelten die Nordic-Walker vom TuSpo Nürnberg über die Weinprobe im Hause Strebel & Popp.

Ernst Ripka





Trainingslager 2012

Wieder einmal fand dieses Jahr unser allgemein beliebtes Trainingslager vom 12. - 14. April statt. Mit über 40 Sportlern und Sportlerinnen sowie 15 fleißigen Betreuern und Betreuerinnen waren wir stark vertreten.

Am Donnerstag trafen wir uns alle um 16:00 Uhr am Internat für Blockschüler in Neustadt/Aisch, um anschließend gemeinsam unsere Zimmer zu beziehen. Viel Zeit blieb uns dafür allerdings nicht. Nach einer kurzen Begrüßung von Silvia ging es dann auch schon los. Schnell wurden die Sportklamotten angezogen und wir begaben uns auf die Außensportanlage in der Nähe des Internats. Dort wurden wir in einzelne Gruppen aufgeteilt. Jede Gruppe ging abwechselnd zu einer der fünf verschiedenen Stationen, wie z.B. Sprint, Weitsprung, sowie Weitwurf. Das Ausprobieren der verschiedenen Disziplinen bereitete uns großen Spaß. Als wir am späten Nachmittag wieder im Internat ankamen, stand Michael Arzberger be-

reits am Grill um uns leckere Hamburger zu braten. Als Abschluss des Tages unternahmen wir dann noch eine lustige Nachtwanderung zur Eisdielen Venezia und bekamen als Belohnung eine Kugel Eis vom Verein spendiert.

Nach einer "ruhigen" Nacht ging es dann am Freitag nach dem Frühstück weiter. Dank dem schönen Wetter konnten wir wieder auf der Außensportanlage trainieren. Dort ging es gleich nach dem Aufwärmen weiter mit den Stationsspielen. Nachdem wir diese erfolgreich gemeistert hatten, legten wir eine kleine Pause im Internat ein, um dort Mittag zu essen. Danach wartete auf unsere Kids ein anspruchsvoller Wettkampf, bei dem sie die vorher geübten Stationen bewältigen mussten. Als Be-





lohnung für die Anstrengung gingen wir dann noch zusammen mit den Übungsleiter/innen in das Neustädter Hallenbad. Als wir erschöpft wieder im Internat ankamen standen zum Glück schon leckere Bratwürste bereit, welche uns wieder Kraft schenkten. Am Abend saßen wir dann noch alle gemeinsam zusammen und spielten lustige Spiele.

Am Samstag nahmen wir schon in der Früh, an dem von Michael Bially organisierten Orientierungslauf teil. Der einfallreich gestaltete Parcour machte uns großen Spaß. Als wir diesen erfolgreich absolviert hatten warteten schon unsere Eltern auf uns um uns abzuholen. Nachdem wir zum Abschied noch unser Gruppenbild als Erinnerung bekommen hatten, machten wir uns wieder auf den Heimweg.

Im Gesamten war es wie immer mal wieder eine schöne und gelungene Veranstaltung.

Wir freuen uns schon auf nächstes Jahr...

*Lisa Khavvam
& Julia Gröger*





Siebenkampf

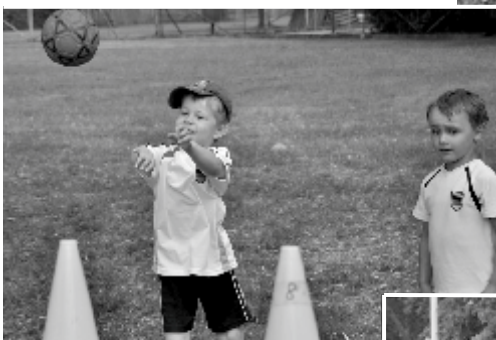
Eine feste Größe im Vereinskalendar des TSV Ipsheim ist der Siebenkampf in den Pfingstferien. Am Mittwoch dieser Woche meinte es Petrus gut mit den 60 Kindern und deren Betreuern.

Mehr als 20 Kampfrichter sorgten für einen reibungslosen Ablauf auf dem TSV-Sportgelände. Gerade der nicht allzu ernst genommene Wettkampf zeichnet diese Sportveranstaltung aus. Wie im Vorfeld angekündigt, zählt hier vor allem das Mitmachen. Die neue Leichtathletikordnung des DLV wurde in Elementen eingebaut. Den Kindern bereitet der sportliche Wettkampf in der Gruppe sichtlich viel Spaß. Es war umso mehr erfreulich, dass auch viele Kinder und deren Eltern aus Gollhofen und Burghaslach der Einladung des TSV Ipsheim gefolgt waren.

Biathlon, Wurf mit dem Fahrradreifen oder Tennisring, Medizinballstoß oder Hindernissprint waren nur einige Disziplinen, die sich die Organisatoren ausdachten.

Am Ende des Abends freuten sich die Kinder über Eis und Obstsalat. Nächstes Jahr wird der Siebenkampf wieder die Kinder auf das Sportgelände nach Ipsheim locken.

Ernst Ripka



Zehn Fragen an Harald Köhler

Harald Köhler ist es zu verdanken, dass der TSV Ipsheim weit über die Grenzen unserer Heimatgemeinde hinaus bekannt ist, ist doch Harald – gemeinsam mit Angelika Mader - seit Jahren im Seniorenbereich bei nationalen und internationalen Wettkämpfen erfolgreich. Bei ihm trifft das Motto „Je oller desto doller“ (hier passt vielleicht auch „ist wie ein guter Wein, der mit den Jahren besser wird“ – um unserer Weinbaugemeinde etwas Rechnung zu tragen) wirklich zu, konnte er doch jüngst bei der Hallen -WM der Senioren, die in der unaussprechlichen Stadt Jyväskylä (Finnland) stattfand (der Name ging ja noch, Nyíregyháza in Ungarn war erheblich schwieriger), mit der 4x200 Meter- Staffel seinen ersten Weltmeistertitel mit nach Hause nehmen!

Wahrlich Anlass genug für das *Sportissimo*, unseren frischgebackenen Weltmeister eingehend zu befragen.

1) Welche kleinen Dinge des Alltags – neben Weltmeistertiteln – machen Dich glücklich?

Da gibt es viele dieser kleinen Glücksmomente, wie der Kirschbaum vor meinem Fenster, der mich im Frühling anblüht, ein selbstgebackener Kuchen, ein gutes Glas Wein (unnötig zu sagen, aus welcher Gegend), schönes Wetter beim Sport, am Wochenende einfach mal Ausschlafen können, einen guten Film sehen,...

2) Wie hast Du den Weltmeistertitel gefeiert?

Noch am gleichen Abend mit den Staffel-Kollegen im American Diner „Memphis“ im Herzen von Jyväskylä. Hinterher darf es auch gerne mal richtig ungesund sein, Hauptsache es schmeckt.

3) Worüber kannst Du Dich im Alltag richtig ärgern?

Über Menschen, die sich aus Bequemlichkeit keine Mühe geben. Im Training den Satz „das kann ich nicht“ hören zu müssen

4) Wie motivierst Du Dich, wenn alles schief läuft?

„What goes up must come down“ oder „mal verliert man, mal gewinnen die anderen“ denn „manchmal ist einfach der Wurm drin“. Dann darf man auch einfach mal seinen Frust rausschreien (Ur-Schrei-Therapie ☺). Doch aus jeder Niederlage kann man seine Lehren ziehen um es beim nächsten Mal wieder besser zu machen. Einfach dem dynamischen Prinzip folgen sich weiter zu entwickeln. Nicht „den Sand in den Kopf stecken“ sondern ggf. auch noch mal ganz von vorne anfangen und aufbauen. Das nächste Training kommt bestimmt.

5) Wie sieht für Dich der perfekte Urlaub aus?

Da kommt prinzipiell jede internationale Meisterschaft in Frage. Denn das ist die perfekte Mischung aus Aktiv-Urlaub, Orte in aller Welt besuchen (auf die man sonst nie käme) und überall wo man hinkommt, kennt man schon jemanden aus der großen Sportlergemeinde oder lernt neue, nette, interessante Leute kennen. Insofern freue ich mich schon auf die kommenden Veranstaltungen, die im nächsten Jahr in Spanien und Brasilien stattfinden.

6) Dein Lieblingsbuch / Deine Lieblingsbücher?

- Homer: „Die Sagen des klassischen Altertums“ – Mythologie hat mich schon seit jeher fasziniert
- Tsunetomo Yamamoto: „Das Hagekure“ – Samurai Philosophie aus der Epoche des feudalen Japans



Harald Köhler mit seinen Staffelpartnern Meinert Möller, Alexander David und Andreas Schulze

• Dr. Oetker: „Backen macht Freude“ – Ein kulinarisches Standardwerk.

Doch wer mich kennt, fragt eher nach meinen Lieblingsfilmen:

- „Chariots of Fire“ – Dieser Film hat bewirkt, dass ich zur Leichtathletik gegangen bin
- „Ghost in the Shell“ von Masamune Shirow – Nach wie vor der visionärste Science Fiction Film (diente als Grundlage für „The Matrix“)
- „Pulp Fiction“ – Der stilprägende und einflussreichste Film seiner Generation, definierte Coolness neu

7) Dein großes Vorbild als Sportler ist

Bruce Lee

8) Wie entspannst Du vor wichtigen Wettkämpfen?

Am Vortag am besten nichts Anstrengendes unternehmen, eher leichte Kost zu sich nehmen und mit einem Film oder ausgewählter Musik am Abend auf den Wettkampf einstimmen. Am Wettkampftag selbst gibt es keine Entspannung mehr.

9) Welche Ipsheimer Firmen haben Dir schon Werbeverträge angeboten?

Interessante Frage. Aber auf diese Idee ist wohl noch niemand gekommen. Wahrscheinlich haben die bisherigen Marketing-Analysen ergeben, dass mein Vermarktungspotential nicht ausreichend ist für ein entsprechendes Investment, da die Zielgruppe zu spezifisch ist und daher nicht repräsentativ genug wäre, mich für ihre Produkte werbewirksam zu besetzen.

10) Bitte übersetze für uns ins Finnische: Der TSV gratuliert seinem Weltmeister Harald Köhler!

Da mein finnisch ähnlich rudimentär ausgeprägt ist wie mein russisch und chinesisches musste ich mir linguistisch anderweitig behelfen und da hat mir der Google Translator folgendes erzählt:

„TSV onnittelee maailmanmestari Harald Köhler!“

(wäre im letzten Jahr für die USA wohl etwas einfacher gewesen ☺)

Erhard Hertlein

Entspannung pur!

So kurz vor dem Urlaub sind wir alle nochmals besonderem Druck ausgesetzt. Bei den Schülern ist bald Notenschluss und es gibt vorher noch Prüfungen in allen Fächern; am Arbeitsplatz soll auch noch dies und jenes vor dem Urlaub unbedingt erledigt werden, und im Privaten jagt ein Fest das andere. Da gilt es einen „klaren Kopf“ und die entsprechende Gelassenheit zu bewahren. Dabei wirkt zum Beispiel eine kleine Selbstmassage immer besonders beruhigend und dabei erfrischend zugleich. Sie löst auf einfache Weise Verspannungen und Blockaden. Eine solche Eigenbehandlung ist auch noch nahezu überall, zu jeder Zeit und ohne große Vorbereitung durchführbar (und dazu noch kostenlos!).



Kopfmassage



1. Setzen Sie sich bewusst aufrecht (am besten auf einen Stuhl mit Rückenlehne) hin und führen Sie die gespreizten Finger wie einen Kamm durch die Haare. Beginnen Sie am vorderen Haaransatz und führen Sie im Wechsel die Finger Ihrer beiden Hände zum Hinterkopf. Ziehen Sie auf diese Weise unterschiedliche Bahnen auf der Kopfhaut. Dosieren Sie den Massagedruck nach Ihrem eigenen Wohlgefühl. Bitte 10 x wiederholen.



2. Nehmen Sie jetzt beide Hände, legen sie alle zehn Fingerkuppen auf die Kopfhaut und massieren Sie so kreisend punktuell über den Kopf. Verweilen Sie in kreisförmigen Massagebewegungen am Platz. Nach drei bis vier Atemzügen rücken Sie die Fingerkuppen einige Zen-

timeter weiter, massieren Sie in gleicher Weise nun dort. Behandeln Sie so den Kopf für 2 Minuten.

Tipp: Sie können sich dabei mit den Ellenbogen auch auf einen Tisch aufstützen!



3. Nun führen Sie Mittel- und Ringfinger beider Hände in langen Strichen am Haaransatz entlang. Beginnen Sie mit beiden Händen in der Mitte, oberhalb der Stirn, und ziehen Sie den Haaransatz entlang, bis beide Hände sich am Hinterkopf treffen. Wiederholen Sie ca. 10 mal.

Gesichtsmassage



4. Setzen Sie sich aufrecht hin und massieren Sie in kreisenden Bewegungen Ihre Schläfen. Führen Sie dieses Kreisen

wieder mit Mittel- und Ringfinger beider Hände aus.

Wiederholen Sie das Schläfenkreisen zehn mal.



5. Streichen Sie danach in queren Zügen über Ihre Stirn. Mit Ihrem Mittel- und Ringfinger ziehen Sie mittig beginnend etwas unterhalb des Haaransatzes nach außen in Richtung Schläfen. Wiederholen Sie mehrmals.



6. Dann streichen Sie Ihre Augenbrauen aus. Ziehen Sie mit den Fingern über die Brauen. Beginnen Sie an der Nasenwurzel und lassen Sie den Massagezug an den Schläfen enden.



7. Behandeln Sie die Wangenpartie bis herunter zum Kinn, indem Sie sie mit den Fingern beider Hände ausstreichen. Beginnen Sie Ihre Massage unterhalb der Augen auf den Jochbeinen. Von dort Richtung Ohren und weiter bis zum Kinn.



8. Den Hals streichen Sie aus, indem Sie ihre rechte Hand vom Kinn aus über die linke Seite des Halses streichen lassen, dann mit der linken Hand über die rechte Halsseite und so weiter. Sie beginnen diese Massagegriffe unterhalb des Kinns und lassen Sie auf Höhe des Schlüsselbeines enden. Bitte 5 x wechselseitig wiederholen.

Viel Spaß beim Ausprobieren und eine entspannte Zeit!

Silvia Ripka

Texte auch auszugsweise aus der Fachzeitschrift „Sportivo“.



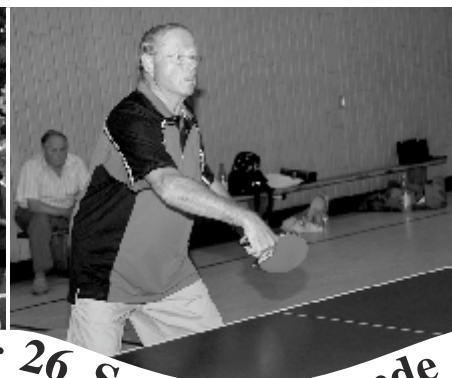
Am letzten Sonntag im August findet das alljährliche Beachvolleyball – Turnier statt. Auch wenn 2012 bisher der Platz - auch wetterbedingt - wenig frequentiert war, hat das „beachen“ sicher nichts von seiner Anziehungskraft verloren.

Nachstehend einige grundsätzliche Informationen:

- Beginn ist um 10.00 Uhr. Gespielt wird in zwei Gruppen, in denen jeder gegen jeden antritt. Die beiden Gruppenersten bestreiten das Halbfinale, die Sieger aus diesen Begegnungen logischerweise das Finale.
- Das Turnier ist mit acht Mannschaften geplant. Jedes Team hat vier Spieler auf dem Feld; darunter muss mindestens ein Mann oder eine Frau sein. Mitentscheidend für den Mannschaftserfolg ist selbstverständlich auch ein abgespachter Name, beflügelt er die Aktiven doch zu noch grandioseren Leistungen.
- Fällig ist eine Startgebühr von 15,00 € pro Mannschaft.
- Die drei Erstplatzierten dürfen sich wieder über tolle Preise freuen. Die weiteren Teams erhalten als Trostpreis eine Flasche Secco, die – so lehrt es die Erfahrung – meistens gleich vor Ort konsumiert wird.
- Interessenten melden sich bitte bei Jochen Prinzkosky (09846/977196). Nachdem die Teilnehmerzahl begrenzt ist und die Reihenfolge der Anmeldung zählt, empfiehlt es sich, schnell zu sein.

Also dann, bis 26.08.





Wir feiern aktiv unser 26. Sportwochenende vom 19. bis 22. Juli



Starten wollen wir auch in diesem Jahr mit den Vereinsmeisterschaften im Tischtennis. Am Donnerstag um 17:00 Uhr treffen sich die Kinder, ab 19:00 Uhr die Erwachsenen, um an den Tischtennisplatten ihr Geschick unter Beweis zu stellen. Der Freitag gehört den Aktiven im Badminton. Die Schüler beginnen hier um 16:00 Uhr mit den Ausscheidungen. Ab 18:00 Uhr treffen dann die Jugendlichen und Erwachsenen aufeinander. Während der Geräteturnwettkämpfe am Samstag ab 13:00 Uhr (12:30 Uhr Einturnen) in der Festhalle erleben die Zuschauer die Turnerinnen auf dem Boden, Schwebebalken, Reck und am Bock bzw. dem Pferd.

Der Nachmittag am Sportgelände beginnt um 16.00 Uhr mit dem Orientierungslauf. Parallel dazu organisieren wir wieder einen Spieleparcour. Das im letzten Jahr beliebte Blind-Soccer-Spielfeld wird ebenso aufgebaut, wie eine große Hüpfburg. Auf der Slack-Line kann jeder mal balancieren.

Der Abend steht erstmals unter dem Thema „Open.Air.Aktiv.“. Ganz im Zeichen von Tanz, Rhythmus und Bewegung ist für jedes Alter ein Angebot dabei!

Köstliche Cocktails, kühles Fassbier, Ipsheimer Wein und kleine Snacks runden dieses Highlight ab.

Der anschließende Fackelcrosslauf ab 22:00 Uhr verspricht wiederum tolle Wettkampfatmosphäre. Schnell kommt die richtige Stimmung auf, wenn der Lauf live kommentiert wird. Die Familienwertung wird hoffentlich von vielen Eltern wahrgenommen.

Am Sonntag findet der Gottesdienst für die gesamte Gemeinde um 10:00 Uhr neben dem Sportgelände unter den schattigen Bäumen statt. Die Mitglieder des TSV werden die Andacht in ansprechender Form mitgestalten.

Ganz im Zeichen der Leichtathletik steht dann der Nachmittag. Ab 13:30 Uhr beginnen die Wettkämpfe.

Der Hochsprungwettbewerb wird wie gewohnt ein lautstarkes Spektakel zum Abschluss sein, wenn die Springer mit dem Applaus der Zuschauer zu immer besseren Ergebnissen animiert werden. Selbstverständlich kann sich jeder Teilnehmer auf eine Urkunde und eine Medaille freuen. Die Sieger erhalten schöne Pokale. Also dabei sein lohnt sich.

Wie immer erscheint rechtzeitig eine Ausschreibung mit dem dazugehörigen Anmeldeformular. Wir freuen uns über viele Aktive und Fans!

Ernst Ripka



Ja, wo laufen sie denn?



Fast jeder kennt ihn, den berühmten Sketch „Auf der Rennbahn“, in dem Loriot einen seiner Gesprächsteilnehmer immer wieder fragen lässt: „Ja, wo laufen sie denn, wo laufen sie denn ...?“



13. Weinberglauf



Für uns Ipsheimer ist die Frage schnell zu beantworten, zumindest wenn es um den

7. September 2012

geht, nämlich – ganz klar – im Weinberg! An diesem Freitag fällt um 17.15 Uhr der Startschuss für den 13. Weinberglauf. Unverändert Bestand hat das altgediente und bewährte Konzept mit Schüler-, Hobby-, und Hauptlauf und den unterschiedlichen Streckenlängen. Nachstehend die einzelnen Wettbewerbe:

- 17:15 Uhr Schülerlauf I:** ca. 1200m
Schülerinnen W 6 bis W 15
- 17:35 Uhr Schülerlauf II:** ca. 1200m
Schüler M6 bis M15
- 18:00 Uhr Hobbylauf** ca. 2400 m
keine Altersklassenwertung
je eine Klasse männlich und weiblich
- 18:45 Uhr Hauptlauf** ca. 5800 m
Jugend U 18, U20
Männer M20 bis M75
Frauen W20 bis W75

Im Rahmen des Hauptlaufes finden auch die Mittelfränkischen Berglaufmeisterschaften der Männer und Frauen statt.

Genauere Informationen sind auf der Homepage des TSV (www.tsv-ipsheim.de) nachzulesen. Ebenso sind der genaue Streckenplan sowie die Streckenbeschreibung samt Höhenprofil wie immer im Flyer zum Weinberglauf oder auch im Internet zu finden. Die jeweiligen Strecken sind ca. sechs Wochen vor dem Termin zur besseren Orientierung mit Pfeilen farblich markiert (Schülerlauf-schwarz, Hobbylauf-blau, Hauptlauf-rot), so dass ein gezieltes Training möglich ist.

Teilnehmerinnen und Teilnehmer können sich auf spannende Wettkämpfe und auf wie immer um einen perfekten Ablauf bemühte Organisatoren freuen. Von Seiten des TSV wünscht man sich eine ähnlich hohe Teilnehmerzahl wie 2011, als 362 Läuferinnen und Läufer am Start waren sowie gute äußere Bedingungen, wobei hier die Ansichten von Teilnehmern und Zuschauern nicht immer deckungsgleich sind.

Gemeinsames Training

Nicht zu vernachlässigen: Auch oder gerade für den Weinberglauf bedarf es einer gezielten Vorbereitung. Deshalb bietet der TSV wieder unter fachkundiger Leitung Trainingstermine an. An folgenden Tagen kann gemeinsam gelaufen werden:

- Donnerstag, 23. August
- Montag, 27. August
- Donnerstag, 30. August
- Montag, 03. September

jeweils um 18.30 Uhr. Treffpunkt: am Start

Termine 2012 / 2. Halbjahr

01.07.	Lindwurmlauf	Scheinfeld
08.07.	Kreismeisterschaft Einzel Klassische Leichtathletik für M/W 12 und älter Kinderleichtathletik im Team für U12 und jünger	Burghaslach
19.07.- 22.07.	Sportwochenende Tischtennis, Badminton, Turnen, Orientierungslauf Fackelcrosslauf, Leichtathletik, Hochsprung und viel Spaß und Spiel	Ipsheim
28.-29.07.	Mfr. Meisterschaft Einzel	Wendelstein
10.08.	Hesselberglauf	Dinkelsbühl
26.08.	Beachvolleyball-Turnier	Ipsheim
07.09.	Weinberglauf	Ipsheim
16.09.	Zenntalllauf	Neuhof
29.09.	Orientierungslauf	Röttenbach
07.10.	Schülerkreisvergleich	
13.10.	Kreismeisterschaft Langstrecke	Emskirchen
20.10.	Fackellauf	Burghaslach
01.11.	Nachtlauf	Neustadt/Aisch
11.11.	Lebkuchenlauf	Kitzingen
11.11.	Narrenwecken	Ipsheim
09.12.	Nikolauslauf	Ochsenfurt

++ **wichtig** ++ **wichtig** ++ **wichtig** ++ **wichtig** ++

Seit diesem Jahr finden bei den Kindern bis einschließlich 11 Jahren nur noch Team-Wettbewerbe statt. Es gibt drei Altersklassen:

U12 = 10- und 11-jährige Kinder

U10 = 8- und 9-jährige Kinder

U8 = 7-jährige und jünger

Ein Team besteht aus sechs bis elf Kindern. Bei zu wenigen Kindern in jeder Altersklasse kann das ganze Team nicht starten! Also überlegt euch mal, ob ihr nicht auch bei einem der starken Teams des TSV Ipsheim dabei sein wollt. Jede Leistung ist wichtig und zählt für unsere Teams!

Der nächste Wettkampf dieser Art sind die Kreismeisterschaften am 08.07. in Burghaslach. Also, schnell noch anmelden!

Was sollte ich bei einem Wettkampf alles dabei haben?

- reichlich zu trinken (der Jahreszeit und Temperatur angepasst) oder etwas Geld, da bei den meisten Wettkämpfen Getränke und Essen vom Veranstalter verkauft werden
- kurze leichte Kleidung für den Wettkampf
- Kleidung zum Wechseln
- bei Crossläufen vor allem ein zweites Paar Schuhe, Strümpfe und eine Hose
- Regenjacke bzw. im Sommer bei Hitze eine Kopfbedeckung
- feste Turnschuhe

Laufftreff

immer samstags um 17.00 Uhr
(Winterzeit 16.00 Uhr)

an der Festhalle in Ipsheim
**Einsteiger und Kinder
sind herzlich willkommen!**

Tischtennis

Die Tischtennis-Cracks
treffen sich immer

freitags von 18:45 - 19:45 Uhr
zum gemeinsamen Training.

Badminton

Die Badminton-Freaks
treffen sich

monatlich sonntags
von 17:30 - 19:30 Uhr

Die monatlichen Termine werden
im Internet und in der Zeitung
bekanntgegeben.

Nächster Termin:

15. Juli 2012

Eltern-Kind-Turnen

In diesem 10-wöchigen Kurs kommen die Kleinsten voll auf ihre Kosten. Mit Hilfe ihrer Eltern (Mama oder Papa oder auch beide) erlernen und erleben die Sprösslinge die Welt des Kinderturnens.

Bewegungslieder und Fingerspiele, Geräteturnen und Bewegungslandschaften gehören ebenso zu den Schwerpunkten wie das Kennenlernen anderer Familien und Kinder.

Teilnehmen können alle Eltern, die Spaß am Turnen mit ihrem Kind (1-3 Jahre) haben.

Der nächste 10-stündige Kurs beginnt voraussichtlich

im September 2012!

Der genaue Termin kann rechtzeitig der Zeitung und dem Internet entnommen werden.

www.tsv-ipsheim.de

Rückblick des Prinzenpaares auf die Faschingsession 2011/2012

Gerne wollen wir, Euer scheidendes Prinzenpaar, Prinzessin Bianca I. und Prinz Sebastian I., noch einmal die zurückliegende Session und für uns wirklich tolle und lustige Narrenzeit Revue passieren lassen.

Der Startschuss für uns fiel am 11.11.11, für den es wohl kein besseres Datum gibt. In Ipsheimer Rathaus überreichte uns Bürgermeister Frank Müller mit einem Kniefall den goldenen Rathauschlüssel als Zeichen unserer Regentschaft während der fünften Jahreszeit. Zudem empfangen wir galaktische Grüße von unserem Präsidenten Harry, der gleich außerirdisch gut die Session einläutete.

Unseren ersten offiziellen Termin hatten wir bereits am 21. Januar bei unseren Freunden der AIZiBib mit ihrer ersten Prunksitzung. Eine Woche später ging es dann richtig los bei der Faschingsfete des TSV. Vor unserer Inthronisation wurden wir Zuhause abgeholt und bei einer lustigen Fahrt stimmten wir uns auf einen fröhlichen Faschingsabend ein. Nach unseren Einführungsworten begeisterten, in einer vollen Ipsheimer Festhalle, die Aktiven des TSV mit einem wirklich tollen Programm von Tanzmariechen und Junioren über Prinzengarde und Schautanz bis hin zum Auftritt des Elferrats.

In den folgenden Wochen konnten wir gemeinsam mit vielen Aktiven des TSV einige Gastauftritte bei unseren Faschingsfreunden aus der Region genießen. Am Samstag, den 04. Februar waren wir beim Maskenball der Mönchswaldfuchse aus Mittleschenbach, wo wir mit dem Prinzenpaar-Walzer in den Abend starteten und im weiteren Verlauf auch unsere Aktiven anfeuerten. Bei der Prunksitzung der Prunklosia Emskirchen am 11. Februar waren wir wieder gemeinsam mit einer Ipsheimer Narrenschar vor Ort und hatten viel Spaß.

Natürlich durften auch unsere kleinen Narren nicht fehlen und so feierten und lachten wir gemeinsam am Sonntag 12. Februar in der Festhalle. Neben allen Aktiven waren wir als Prinzenpaar natürlich besonders bei den kleinen Faschingsbegeisterten als Tanzpartner gefragt. Im Anschluss luden wir alle zu einer Stärkung beim mittlerweile traditionellen "Prinzenpaar-Kaffeetrinken mit Buffet".

Am 17. Februar stand nun unser Highlight der Faschingsession mit der 8. Narrensitzung des TSV an. Gemeinsam mit nicht nur einem, nein, sondern gleich drei weiteren Prinzenpaaren der Faschingsgesellschaften aus Roth, Markt Bibart und Markt Erlbach erfreuten wir uns über die vielen tollen Auftritte aller Beteiligten. Neben Gastauftritten aus Markt Bibart und Roth überzeugten auch dieses Jahr wieder unsere vielen Aktiven mit einem vielfältigen und grandiosen Faschingsprogramm. In seinem Debüt in der Bütt überzeugte sogleich Alexander Hein-



Bianca I. und Sebastian I.

del als Jungwinzer, neben bekannten Größen wie Bernhard Ottinger und Oliver Tissot. Musikalisch begeisterten Heiner Täufer und Erich Messelhäuser und sorgten neben unserer eigenen TSV-Faschingschar für einen rundum gelungenen und tollen Abend.

Die Teilnahme am Faschingsumzug in Markt Bibart sowie die ausgelassene Feier im Anschluss auf der Partymeile waren ein weiterer grandioser Höhepunkt unserer Faschingszeit.

Doch auch schöne Zeiten neigen sich immer wieder dem Ende entgegen und so standen am Rosenmontag schon unsere letzten beiden Auftritte unserer Regentschaft an. Zum ersten Mal konnten wir bei einer Seniorensitzung auch den Senioren aus der Region ein etwas verkürztes, aber nicht weniger abwechslungsreiches Showprogramm bieten. Mit einem Auftritt in der Kiliani-Klinik und dem anschließenden Ausklang endete sodann diese aufregende und närrische Zeit für uns.

Wir möchten uns auch auf diesem Wege nochmals bei allen Beteiligten, Helfern und vor allem den Aktiven des TSV sowie unserem Präsidenten Harry und unserem Vorstand Jochen bedanken, ohne die natürlich viele tolle Auftritte und Veranstaltungen nicht möglich gewesen wären.

Zuletzt wünschen wir unseren Nachfolgern eine wundervolle Zeit und viel Freude in Ihrer Regentschaft.

Euer Prinzenpaar

Bianca I. und Sebastian I.



Unser Prinzenpaar zusammen mit den Gastprinzenpaaren an der Narrensitzung



Fasching

Auch wenn der Fasching schon einige Monate hinter uns liegt, blicken wir in dieser Sportissimo mit unserem charmantem Prinzenpaar Sebastian I. und Bianca I. noch einmal auf eine gelungene Session 2011/2012.

Die Aktiven des TSV - von den Tanzmariechen, über die Junioren-Schautanzgruppe, die Prinzengarde und den Schautanz bis zum Elferrat - haben an vielen Veranstaltungen teilgenommen und die Gäste mit ihren Darbietungen erfreut.

Unsere eigenen Veranstaltungen waren wieder ein voller Erfolg. Dass es ein Programmpunkt der Narrensitzung sogar auf einen "Kerwa-Wog'n" geschafft hat, gab es in der langjährigen Vereinsgeschichte auch noch nicht.

Die Vorbereitungen für die kommende Session laufen - Musiker und professionelle Künstler (Michl Müller und Oliver Tissot haben bereits zugesagt) für die Narrensitzung sind bereits verpflichtet und ein Großteil der Aktiven hat das Training schon wieder aufgenommen.

Trainer-Ausbildung

Dominique Grob und Katrin Gebhardt haben sich der schweren Aufgabe gestellt, die Garde-Trainer-C-Lizenz zu erwerben. Momentan befinden sie sich im Endstadium der Trainerausbildung und werden diese bis zum Erscheinen der Sportissimo wohl erfolgreich abgeschlossen haben. Die Lehrgangsgebühren in Höhe von jeweils 425,- € hat natürlich der TSV übernommen.

Erfreulicherweise brauchen wir uns um Trainernachwuchs keine Sorgen machen. Wie in den letzten Ausgaben be-

richtet hat der TSV-Trainerstab im letzten Jahr schon eine Vielzahl von Schulungen besucht. Heuer schnupperte Madleine Flory erstmals Lehrgangsluft. Sie besuchte zusammen mit Manuela Eckart (eine unserer C-Lizenz-Trainerinnen) die Basisschulung, die Grundlage für alle Trainer-schulungen im Bereich karnevalistischer Tanz ist.

Abschied von Christina Bitzinger

Unsere langjährige Trainerin Christina Bitzinger, die zuletzt die Tanzmariechen betreute, gehört leider in der kommenden Session nicht mehr zum Trainerstab.

Christina hat es beruflich an die Realschule nach Wolfratshausen verschlagen und auf Grund der großen Entfernung kann sie sich leider nicht mehr in der gewohnten Art und Weise um ihre Tanzmariechen kümmern. Deshalb hat sie ihren Trainerposten mit Ablauf der Session 2011/2012 schweren Herzens an den Nagel gehängt.

An dieser Stelle möchten wir uns bei Christina ganz herzlich für viele Jahre Training und wunderschöne Tänze bedanken. Für ihre berufliche Zukunft wünschen wir ihr alles Gute und hoffen natürlich, dass unsere Trainerinnen bei Fragen oder Problemen trotz der Entfernung noch Rat bei ihr suchen dürfen.



Jonna geht zur Buchnesia

Unser Tanzmariechen Jonna Frank, die zwei Jahre für den TSV getanzt hat, hat den Verein ebenfalls verlassen. Sie wird in Zukunft bei der wohl bekanntesten und besten fränkischen Karnevalsgesellschaft im Bereich Tanzsport, der KK Buchnesia, in Nürnberg trainieren. Die "Grundausbildung" in Ipsheim war anscheinend sehr erfolgreich. Auch Jonna wünschen wir natürlich alles Gute an ihrer neuen Wirkungsstätte.

Zwei neue Tanzmariechen

Für Ersatz im Bereich Tanzmariechen ist aber bereits gesorgt. Mit Marie Wagner und Mina Akbar werden gleich zwei Tanzmariechen in die Fußstapfen von Jonna treten. Unsere beiden neuen Tanzmariechen trainieren bereits seit Anfang April fleißig und wir sind schon jetzt gespannt was uns in der kommenden Session erwarten wird.

Das Trainer-Team

Um unsere zahlreichen Tanzgruppen kümmert sich mittlerweile ein ganzer Trainerstab, der sich gegenseitig austauscht und unterstützt. Unsere Traineeinnen sind hoch motiviert und wie bereits erwähnt - Dank vieler Schulungen nicht nur im letzten Jahr - bestens ausgebildet. Dass sie hervorragende Arbeit leisten dürfen wir im Fasching sicher wieder bewundern.

Unsere beiden neuen Tanzmariechen Marie und Mina werden von Dominique Grob und Katrin Gebhardt betreut.

Um Tanzmariechen Anna Mex kümmert sich Simone Hufnagel. In der Junioren-Schautanzgruppe sind Manuela Eckart und Petra Eber schon lange ein eingespieltes Trainer- und Betreuer-Team. Unterstützt werden sie heuer von Madlaine Flory. Die Prinzengarde vertraut auch in der kommenden Session auf ihre Trainerinnen Julia Kreuzer und Teresa Fischer. Im Schautanz sind Dominique Grob, Katrin Gebhardt und Marina Lindner für einen gelungenen Tanz verantwortlich. Beim Elferrats-Schautanz gibt weiterhin Claudia Meyer den Ton an. Sie hat sich für ihre Elferräte aber Unterstützung geholt und wird zukünftig mit Simone Riedel die Elferräte auf Trab bringen.

Jochen Prinzkosky

Faschingstermine 2012/2013

11.11.2012

Narrenwecken mit Kirchengang

07.12.2012

Kartenvorverkauf für die 9. TSV-Narrensitzung

19.01.2013

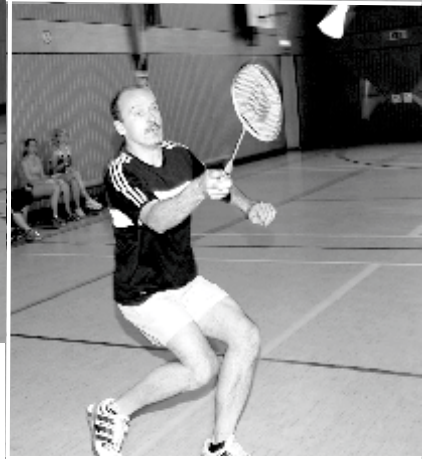
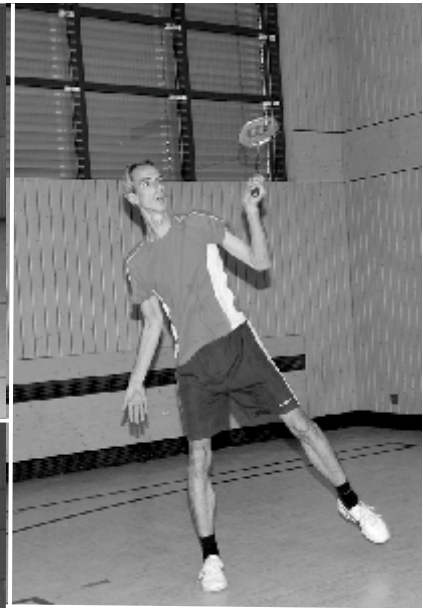
TSV-Faschingsfete

03.02.2013

TSV-Kinderfasching

08.02.2013

9. TSV-Narrensitzung



Badminton

Aufgrund der ständig ansteigenden Teilnehmerzahl beim Sportwochenende haben wir uns entschieden, regelmäßig die Möglichkeit anzubieten, Badminton zu spielen.

Seit November 2010 treffen sich nun Sportler/innen aus verschiedenen Alters- und Leistungsgruppen, um gemeinsam Badminton zu spielen. Bei uns steht der Spaß im Vordergrund. Es wird in selbstgewählten Gruppen, zu zweit oder zu viert, (meist) ohne Wettkampfcharakter gespielt.

Einmal monatlich treffen wir uns Sonntagabend von 17:30 Uhr und 19:30 Uhr. Dabei ist es selbstverständlich möglich, nur einen Teil dieser Zeitspanne da zu sein.

Unser Angebot kann als Ausgleich zur Schulaufgabenvorbereitung, zum sportlichen Tagesausgleich, als intensive Trainingseinheit, zum Treffen von anderen Sportlern oder einfach nur um Spaß zu haben genutzt werden.

Kontinuierlich konnten wir uns nun über eine steigende Teilnehmerzahl freuen. Dennoch sind neue Sportler (gerne auch ohne Erfahrung) jederzeit willkommen.

Schläger und Bälle können in der Halle

kostenlos ausgeliehen werden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die neuen Termine werden rechtzeitig in der Zeitung und auf der Homepage des TSV Ipsheim bekannt gegeben.

Wir schätzen besonders die generationsübergreifende Trainingsmöglichkeit sowie die zwanglose Atmosphäre.

Lisa Wörner & Jan Salomon

Nächster Termin:

**15.07.2012, 17.30-19.30 Uhr
Festhalle Ipsheim**



Aktuelles aus dem Turngeschehen

Ein gutes Jahr ist es jetzt her, dass wir unsere Turnmädeln auf zwei Trainingsgruppen aufgeteilt haben. In diesem Jahr haben wir vor allem bei den kleineren tolle Fortschritte erzielt.

Wir verzichteten komplett auf Wettkämpfe und auch das extrem zeitraubende Einstudieren einer Vorführung musste erst mal hinten anstehen. Aber die Mühe hat sich gelohnt. Die kleinen Mädchen, die ja alle längstens seit April letzten Jahres turnen oder aber im Laufe des Jahres erst anfangen, kamen fast alle ohne jegliche Vorkenntnisse über die Grundelemente des Turnens zu uns. Woher auch, sind doch die ältesten in der Gruppe erst in der 3. Klasse und die jüngste noch im Kindergarten. Aber unsere Mädchen trainieren fleißig, nicht nur in der Turnstunde, sondern auch das nötige Krafttraining zu Hause erledigen sie bereitwillig, denn sie wissen, ohne Kraft gelingt kein Element im Turnen, auch wenn man es noch so oft probiert. Ob Rolle, Handstand, Rad - alles wird trainiert, auch ans Reck und am Schwebbalken trauen sich die Mädels ran und die Freude ist immer riesig groß, wenn etwas geklappt hat, was man vorher noch nie geschafft hatte. Es ist auch für uns Trainerinnen immer wieder schön

die Fortschritte zu sehen, natürlich auch bei den größeren, die gleich nach den kleinen eine Stunde Training pro Woche absolvieren. Sehr schade ist es, dass durch Nachmittags-Unterricht einige nur noch sporadisch oder gar nicht mehr kommen können. Aber die, die noch Zeit haben, entwickelten ihre turnerischen Fähigkeiten sehr gut weiter und beherrschen jetzt das ein oder andere Element mehr. Wenn man bedenkt, dass sie ja nur eine Stunde pro Woche dazu Zeit haben und da noch an 4 unterschiedlichen Geräten trainieren, ist das schon ein tolles Ergebnis.

Falls wir Sie neugierig auf unsere Turnmädeln gemacht haben, dann schauen Sie doch einfach am Sportwochenende zu unserem vereinsinternen Turnwettkampf vorbei. Unterstützen Sie mit Ihrem Beifall unsere Turnerinnen, auch wenn mal etwas nicht ganz klappt, die Mädchen freuen sich und haben den Beifall verdient.

Karin Kopta



Neue Reihe/Serie/Berichte, löst die Sonderberichte zur Geschichte des TSV ab. Die erste Geschichte handelt von der TSV-Millionärin. Dies ist kein Roman sondern hat sich tatsächlich im TSV zugetragen und ist mehr eine Personenbeschreibung.

Die TSV-Millionärin

Sie als Leser unserer Vereinszeitung *Sportissimo* werden sicherlich überrascht sein und sich die Frage stellen: Wie? Wo? Was? TSV-Millionärin? Wer soll denn das im TSV sein? Nachstehend ist beschrieben, wer da gemeint ist. Weit über 1 Million bis 2002 DM danach € gingen schon durch ihre Hände, zwar meist kleine Beträge, aber im Laufe der Zeit häuft es sich zu einem großen Berg bzw. zu einer großen Summe. Geblieben ist ihr allerdings von ihrem großen Reichtum nur ein Bruchteil, denn sie hat es sinnvoll wieder ausgegeben.

Wenn über einen Verein in der Öffentlichkeit berichtet wird, wird meist der 1. Vorstand namentlich erwähnt. Stellt sich die Frage wer ist 2. Vorstand oder Kassier müssen die meisten schon passen. Bei unserer TSV-Millionärin handelt es sich schlicht und einfach um unsere Kassiererin Silvia Ripka.

Über 30 Jahre im Amt

1982 vom damaligen Kassier Heinrich Prinzkosky übernahm die damals 20jährige junge Dame dieses wichtige und verantwortungsvolle Amt, dass sie bis heute innehat. Eine Seltenheit wie ich meine und es verdient allerhöchsten Respekt und Hochachtung.

Dass sie mit Kassenführungen umgehen kann, zeigt auch die Tatsache, dass sie im Laufe der Jahre zur stellvertretenden Kreiskammerin im Landratsamt Neustadt/Aisch - Bad Windsheim aufgestiegen ist.

Ihre größten Herausforderungen

Sportplatzbau
Vereinszimmer
Gerätehausbau
Flutlichtanlage
Gerätehaus II
Reparatur Sportgelände
Zaunanlage
Beachvolleyballanlage

Bereits kurz nach der Übernahme der Vereinskasse kam auf sie die erste große Herausforderung zu. In der Generalversammlung vom 29.12.1981 wurde be-



Silvia Ripka - die TSV-Millionärin

kanntlich beschlossen den ausgewiesenen Baugrund anzunehmen und ein Sportgelände im Kuhwasen zu bauen. Für einen so kleinen Verein wie den TSV (damals rund 300 Mitglieder) war das eine gewaltige Herausforderung: denn beschließen ist die eine Sache, bauen und bezahlen die andere Sache. Die erste gewaltige Hürde für unsere TSV-Millionärin und für den Vorstand war, die Gemeinnützigkeit beim Finanzamt zu erlangen, ohne diese wäre der Bau nicht möglich gewesen, da sonst keine Zuschüsse zu erwarten waren. Nach teils sehr zähen Verhandlungen und unter schmerzhaften finanziellen Aufwand, erhielt wir 1982 rückwirkend die Gemeinnützigkeit. Von dieser Seite stand nun dem Bau nichts mehr im Wege. In der ersten Ausschusssitzung 1982 wurde Silvia Ripka nun zur Bauausschussvorsitzenden ernannt. Hauptaufgabe von ihr war, die Beantragung der Zuschüsse, Bezahlung der Rechnungen und nach Fertigstellung, die Nachweise zu erstellen für die einzelnen Zuschussgeber. Besonders die Nachweise brachten für unsere Kassiererin einen großen zeitlichen Aufwand. Das mit 325.000,-- DM veranschlagte Bauvorhaben wurde am 05.10.1985 eingeweiht. Nach so einer großen Baumaßnahme war natürlich bei unserer TSV-Millionärin so zu sagen "Ebbe in der Kasse". Mit einer in der darauffolgenden Jahren zielstrebigem Kassenführung gelang es ihr bereits am 01.03.1999 die restlichen 13.200,-- DM mit der der Verein noch beim Bayerischen Landessportverband in der Kreide stand, zurückzuzahlen. Nun war der TSV wieder schuldenfrei. Wieder wurden die kleinen Beträge gesammelt und

verwaltet, sodass bereits 1994 eine weitere Baumaßnahme in Angriff genommen werden konnte, nachdem die Kassiererin ihr Okay dafür gegeben hatte. In der neuen Festhalle war das Dachgeschoss nicht ausgebaut. In Eigenleistung wurde 1994 ein Vereinszimmer ausgebaut, das bis heute ein Mittelpunkt im Vereinsleben ist und wo der TSV seine Sitzungen und Besprechungen abhalten kann. Bereits einige Jahre später hatte unsere Kassiererin wieder weit über 100.000,-- DM angespart und so konnten die nächsten zwei wichtigen Baumaßnahmen, nämlich der Gerätehausbau und der Bau einer Flutlichtanlage in Angriff genommen werden. Beides verschlang insgesamt 110.000,-- DM. Wieder Jahre später waren die ersten großen Reparaturen am Sportgelände fällig. Auch zu diesen Maßnahmen musste wieder viel Geld in die Hand genommen werden. Wie sie es immer wieder schaffte rechtzeitig die Kohle bereit zu stellen, ist einzigartig. Nun kam der Euro und plötzlich war nur noch die Hälfte in der Kasse. Weitere Baumaßnahmen, wie der Bau des Gerätehauses II, das neue Beachvolleyballgelände sowie weitere Reparaturen, diesmal musste die Zaunanlage teilweise erneuert werden, folgten und sind aus ihrer Kasse schon bezahlt.

Zu ihren weiteren Aufgaben gehört:

Erstellen des Kassenberichtes
Erstellen der steuerlichen Nachweise
Beantragung der Gemeinnützigkeit
Übungsleiter
Startgebühren

Neben den beschriebenen Herausforderungen gehört die alljährliche Verbuchung von 600 - 800 Ein- und Ausgabebelegen und die Erstellung der Überschussrechnung bzw. die Erstellung des Kassenberichtes, zu ihren Aufgaben. Ganz wichtig sind die zu erstellenden Steuererklärungen, die beim TSV nicht der Steuerberater macht, sondern unsere Silvia. Die Überwachung und Beantragung der Gemeinnützigkeit beim zuständigen Finanzamt ist eine weitere ganz wichtige Aufgabe. Die Bezuschussung unserer lizenzierten Übungsleiter zu beantragen und auszubehalten gehört ebenfalls zu ihren Aufgaben. Dass Silvia Ripka bei allen Sportfesten, die der TSV organisiert und durchführt die Startgebühren abrechnet ist da schon selbstverständlich.

Und wieder ist sie dabei kleine und große Beträge zu sammeln

Nachdem nun in nächster Zeit keine größeren Bau- bzw. Reparaturmaßnahmen anstehen, macht unsere TSV-Millionärin wieder von sich reden, in dem sie nun wieder beginnt, die nächste Million zu sammeln und anzusparen, denn das nächste Bauvorhaben kommt bestimmt.

Die Kassenprüfer waren voll des Lobes

In den nun 30 Jahren waren die jeweiligen Kassenprüfer, ob sie Leo Zeller, Werner Meyer oder Erhard Hertlein hießen (um nur einige zu nennen) des Lobes voll, über so eine saubere und übersichtliche Kassenführung. Nie gab es in all den Jahren eine Beanstandung. Auch dies ist ein Ausrufezeichen wert.

Zusätzliche Ehrenämter

Dass Millionärinnen auch soziale Aufgaben wahrnehmen, ist nicht immer selbstverständlich. Nach ihrer aktiven Zeit im TSV übernahm sie zeitintensive weitere Aufgaben. Alle gebührend zu würdigen, würde den Rahmen dieses Berichtes sprengen. Nachfolgend sollen aber die wichtigsten erwähnt werden.

20 Jahre, von 1978-1998 Turnwartin, für einzelne Jugend- bzw. Schülergruppen. Gleichzeitig ebenfalls von 1978-1998 Übungsleiterin für die Leichtathletik-Leistungsgruppe. Neben den bereits beschriebenen Ämtern übernahm sie die Frauenriege, der sie bis heute vorsteht. Waren 1995 noch ca. 25 Damen aktiv, musste im Laufe der Zeit die Gruppe aufgeteilt werden, da heute ca. 80 Damen jeden Alters aktiv sind. Sicherlich ein Verdienst von Silvia Ripka, (unserer TSV-Millionärin). Nicht genug damit, war sie Motor und Organisator der zahlreichen Trainingslager, die alle Jahre in Neustadt/Aisch früher in Burghaslach und Markt Bibart abgehalten wurden und noch abgehalten werden. Wirbelsäulengymnastik, Skigymnastik, Trainerin für Nordic-Walking und, und, und. Dass der Fasching da auch noch dazu gehört, kann man fast schon nicht mehr glauben: Gardemädel, Faschingsprinzessin, Trainerin für Garde und Elferrat sind weitere Punkte in der Vita unserer Silvia.

Nicht zuletzt und für sie sicherlich auch ein Höhepunkt in der TSV-Vereinsgeschichte war 2010 das 100jährige Vereinsjubiläum, bei der sie zahlreiche Veranstaltungen organisierte. Ich denke da an "Fit in den Frühling", der Vortrag über "Osteoporose", die Veranstaltung

"Schule und Sport", die "Jubiläumsgala" und die "Ausstellung 100 Jahre Vereinsgeschichte".

Überregionale Auszeichnungen/Ehrungen

Dass bei so langer Zeit, nimmt man alles zusammen ist Silvia Ripka seit 1978 im Verein an den verschiedensten Stellen tätig, auch die geleistete Arbeit mit Ehrungen zum Ausdruck kommt, sollte daher selbstverständlich sein. Für ihre großartigen Leistungen um die Leichtathletik wurde sie 1991 mit dem Dr. Dollinger Preis ausgezeichnet. Die Bayerische Sportjugend hat ihr alle Ehrenzeichen, bis zum Goldenen Jugendleiterabzeichen verliehen. Der Bayerische Landessportverband verlieh ihr bei der Gala aus Anlass des 100jährigen Bestehens des TSV die Ehrennadel in Gold mit Kranz und Urkunde.

Sie ist nicht nur TSV-Millionärin, weil viel Geld durch ihre Hände geflossen ist, noch viel wertvoller ist was sie sonst noch für den TSV alles leistet und geleistet hat, und was nach heutigen Maßstäben nicht mit Gold zu bezahlen ist.

In Anlehnung an das bekannte Lied "Du bist nicht mit Gold zu bezahlen" sagen wir tausend Dank an die TSV-Millionärin, tausend Dank an Silvia Ripka. Eine kleine Bitte hätten wir noch: mach weiter so.

Horst Prinzkosky
Ehrenvorstand

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	N				L		H		
2	A			I	H				O
3		R	L	T	A			I	N
4	R								
5	O	T	H	R				T	
6	L			O			I	H	R
7			N	A					
8			A		R	H		O	
9	I	O	R		T			N	H

Denksport

Neben den Muskeln sollten auch mal die grauen Zellen trainiert werden und deshalb haben wir uns mal wieder ein kleines Rätsel ausgedacht.

In jedes leere Feld muss ein Buchstabe des Wortes

TRIATHLON

so eingesetzt werden, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und jedem der kleinen Quadrate das Wort TRIATHLON steht!

Wo steht TRIATHLON lesbar geschrieben?

Wussten Sie schon, ...?

... dass die Frauenriege am 6.12.2011 eine etwas andere Turnstunde abgehalten hat. Mit 49 Frauen und einem Mann amüsierte man sich nicht bei Gymnastik sondern in der Operette „My Fair Lady“ im Opernhaus in Nürnberg.

... dass der Hauptausschuss des Deutschen Turner-Bundes das Internationale Deutsche Turnfest 2017 nach Berlin vergeben hat. Nach 1861, 1968, 1987 und 2005 ist Berlin damit zum fünften Mal Gastgeber der weltweit größten Wettkampf- und Breitensport-Veranstaltung.

„Berlin ist eine Attraktion für die Teilnehmer unseres Turnfestes, unser Turnfest ist eine Attraktion für Berlin“, so der DTB-Präsident Rainer Brechtken in Erinnerung an das Turnfest 2005 in Berlin mit 100.000 Teilnehmern, „das als Fest der Superlative in die Geschichte eingegangen ist“. Als Termin kommt traditionell die Woche um Pfingsten in Betracht – das wäre 2017 Anfang Juni.

Das nächste internationale Deutsche Turnfest findet vom 18. bis 25. Mai 2013 in der Metropolregion Rhein-Neckar statt. Die Vorbereitungen in den Turnfestzentren Mannheim, Ludwigshafen und Heidelberg sind bereits angelauten.

... dass bei der Narrennachwuchssitzung des Fastnachtsverbandes in Mittelfranken am 22.01.2012 in Lauf bereits zum dritten Mal unsere Juniorengarde mit ihrem Auftritt ein gern gesehener Gast war. Als Dankeschön erhielten alle Teilnehmer einen Anstecker.

... dass am 16. März 2012 beim Leichtathletikkreistag in Burgbernheim Horst Prinzkosky für vier weitere Jahre zum stellvertretenden Kreisvorsitzenden und zum Kreiskassier gewählt wurde. Jochen Prinzkosky übt weitere vier Jahre das Amt des Schriftführers aus und Silvia und Ernst Ripka wurden als Kassenprüfer gewählt. Damit ist in der neuen Kreisvorstandschaft des Leichtathletikkreises der TSV 1910 Ipsheim gewichtig vertreten.

Festumzug in Dottenheim



Mit 31 Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen beteiligten wir uns beim Umzug zum Jubiläum der Freiwilligen Feuerwehr in Dottenheim.

Wir boten wieder ein buntes Bild im nahezu 100 Gruppen zählenden Festumzug. Auch hier überzeugten wir lautstark mit der La ola Welle.



Ehrenmitglied

Annedore Ramser

*24.08.1924 † 03.04.2012

In den letzten Wochen mussten wir Abschied nehmen von unserem Ehrenmitglied, Turnschwester Annedore Ramser. Sie trat am 01.01.1965 in den Verein ein. Bis ins hohe Alter war sie unter den Turnwartinnen Erna Müller, Elfriede Übler und zuletzt unter Silvia Ripka in der Frauenriege aktiv. Ganz, ganz selten verpasste sie ihre „Turnstunde“ am Montagabend. Bei den sportlichen Veranstaltungen unseres Vereins war unsere Turnschwester meist selbst noch aktiv, bei allen anderen Veranstaltungen ein gern gesehener Gast.

Für ihr langjähriges Engagement im Verein wurde sie 1977 mit der silbernen Vereinsehrendel ausgezeichnet. Im Dezember 1994 wurde sie zum Ehrenmitglied ernannt.

Für über 47-jährige Treue zum Verein bedanken wir uns ganz herzlich.

Der TSV wird sein treues Ehrenmitglied stets in guter Erinnerung behalten.

Modellprojekt in Ipsheim

Das Thema Jugendkriminalität beschäftigt Polizei und Strafverfolgungsbehörden. Mit einem neuartigen Präventionskonzept, das in Fachkreisen kontrovers diskutiert wird, hat unser 1. Vorstand Jochen Prinzkosky, im Nebenberuf Polizeibeamter, von sich reden gemacht. Die schweren Jungs werden dazu vorsorglich auf dem TSV-Gelände eingesperrt und zu diversen Sporteinheiten verdonnert.

Offensichtlich haben sie auch noch Spaß dabei... ☺



Treffen sich zwei Vierbeiner...



Ich bin adelig! Ich heiße "Hasso von Herrenhausen"

Ich bin auch adelig! Ich heiße "Runter vom Sofa"



Der nächste Winter kommt bestimmt



Strickmütze mit TSV - Logo

8,00 Euro

erhältlich in rot und schwarz

Bei Interesse wendet Euch bitte an
Euren Übungsleiter

Fundsachen

Die liegengebliebene Kleidung sammeln wir zentral in der TSV-Umkleidekabine in einem Korb. Am Sportwochenende legen wir dann alle Fundsachen nochmal auf. Werden sie dann von den Besitzern nicht mitgenommen, geben wir sie - damit es nicht immer mehr wird - an eine Kleidersammlung.

Unsere dringende Bitte: Kennzeichnet eure Kleidung mit eurem Namen - dann bekommt wieder jeder das, was ihm gehört!

Impressum:

Herausgeber: TSV 1910 Ipsheim e. V.

Ausgabe 1/2012 - *Sportissimo* Nr. 17

Verantwortlich (V.i.S.d.P.): Jochen Prinzkosky

Redaktion: Michael Bially, Erhard Hertlein,
Karin Kopta, Horst Prinzkosky,
Jochen Prinzkosky, Silvia Ripka

Druck: Satzstudio Bäuml

Auflage: 450

Wir gratulierten...

...zum 60. Geburtstag

Messelhäußer Inge	geb. am 15.12.1951
Göttfert Thea	geb. am 23.12.1951
Rückert Erwin	geb. am 11.02.1952

...zum 65. Geburtstag

Bernecker Else	geb. am 14.12.1946
Karl Gerhard	geb. am 04.01.1947
Wirth Gerda	geb. am 10.05.1947

...zum 70. Geburtstag

Wittig Hermine	geb. am 17.01.1942
----------------	--------------------

...zum 75. Geburtstag

Böhm Alois	geb. am 18.02.1937
Fritzenwallner Frieda	geb. am 13.03.1937
Stark Friedrich	geb. am 13.03.1937
Adler Inge	geb. am 10.04.1937

...zum 80. Geburtstag

Flory Brigitte	geb. am 29.04.1932
----------------	--------------------

...zur Hochzeit

Doris Popp und Hans Wüst	am 25.02.2012
Thomas Düll und Verena Moll	am 09.06.2012
Arno Dentel und Dr. Susanne Wallner	am 09.06.2012

Willkommen im TSV

Die Mitgliederzahl im TSV wächst weiter an. Seit Dezember 2011 konnten wir 38 neue Mitglieder in der TSV-Familie begrüßen:

Isabel Schelter, David Kulas, Maximilian Schuster, Denis Pfaffenrot, Anna Lena Putz, Manuel Steinmüller, Sven Karsten, Juliana-Eva Studtrucker, Luisa Schmidt, Amelie Dahl, Daniel Datz, Florian Datz, Emelie Dippold, Lucas Nußbeck, Jasmin Billing, Justine Billing, Sara Valletta-Gonzalez, Andreas Popp, Maximilian Henning, Jan Henning, Max Lindner, Sonique Kuhn, Finja Kuhn, Anna Julia Gross, Daniela Gross, Melina Förster, Vanessa Braun, Nico Bauereiß, Armin Baßler, Nicole Sturm, Lena Sturm, Marlene Schuh, Pia Riedel, Wilma Perlenfein, Emma Nehmeyer, Ben Körner, Marco Aurich und Thomas Bimüller

Somit hat der TSV aktuell 760 Mitglieder!

Der TSV im Internet:

www.tsv-ipsheim.de

Die nächste Sportissimo...

... erscheint voraussichtlich im Dezember 2012.

Ergebnisse 2012

LAC-Quelle Sprintcup 2011
am 03.12.2011 in Fürth

Frauen	
30 m	
11. Mader Angelika	4,90 sec
30 m fliegend	
8. Mader Angelika	3,63 sec
60 m Zeitläufe	
10. Mader Angelika	8,48 sec
Männer	
30 m	
11. Köhler Harald	4,46 sec
30 m fliegend	
9. Köhler Harald	3,14 sec
60 m	
14. Köhler Harald	7,64 sec
150 m	
12. Köhler Harald	18,12 sec
Schüler M 15	
30 m	
17. Schäfer Fabian	4,83 sec
30 m fliegend	
20. Schäfer Fabian	3,63 sec
60 m	
20. Schäfer Fabian	8,52 sec
Schülerinnen W 15	
30 m	
23. Khavvam Lisa	5,00 sec
30 m fliegend	
22. Khavvam Lisa	3,86 sec
60 m	
25. Khavvam Lisa	8,88 sec
Schülerinnen W 13	
30m	
2. Alt Nika	4,91 sec
60 m	
2. Alt Nika	8,57 sec

Trainingswettkampf am
06.01.2012 in Münchsteinach

7,5 km	
4. Röthlingshöfer, W.	33:15 min

Nordbayerische Hallen-
meisterschaften M, F, Jgd.
U18 am 08.01.2012 in Fürth

männl. Jugend U 18	
60 m, A-Finale	
5. Uhl Michael	7,52 sec
60 m, 4. Vorlauf	
1. Uhl Michael	7,58 sec
Hochsprung	
5. Mader Daniel	1,65 m
Weitsprung	
8. Mader Daniel	5,07 m
weibl. Jugend U 18	
60 m Hürden, Finale	
8. Khavvam Lisa	10,53 sec
60 m Hürden, 3. Vorlauf	
2. Khavvam Lisa	10,55 sec
60m, 2. Vorlauf	
5. Khavvam Lisa	8,84 sec
Weitsprung	
20. Khavvam Lisa	4,33 m
Frauen	
60 m, 4. Vorlauf	
5. Mader Angelika	8,50 sec
200 m	
12. Mader Angelika	28,08 sec
Weitsprung	
10. Mader Angelika	4,79 m
Männer 60 m, 1. Vorlauf	
6. Köhler Harald	7,56 sec
200 m	
14. Köhler Harald	24,50 sec

Weitsprung	
7. Köhler Harald	5,88 m

Mittelfränkische
Crossmeisterschaften am
29.01.2012 in Eckental

Männer M 50, 6420 m	
5. Nohner Hans-Peter	27:06 min
Schüler M 13, 1982 m	
2. Nohner Paul	8:12 min
Schüler M 12, 1982 m	
3. Peltner David	9:09 min
Schüler M 11, 1264 m	
3. Khavvam Leon	5:29 min

Kreismeisterschaften
Crosslauf am 04.02.2012 in
Weigenheim

Männer M 50	
2. Nohner Hans-Peter	28:27,7 min
Männer M 45	
2. Röthlingshöfer Willfr.	30:38,4 min
Männer M 35	
4. Bially Michael	36:03,9 min
Schüler M 7	
1. Bimüller Janosch	6:57,5 min
Schüler M 9	
5. Spanu Leandro	6:04,1 min
Schüler M 11	
1. Khavvam Leon	4:58,1 min
5. Dingfelder Philipp	5:52,9 min
Schüler M 13	
1. Nohner Paul	4:39,9 min
Schülerinnen W 7	
1. Spanu Luana	7:13,3 min

23. Senioren-Hallensportfest
am 11.02.2012 in Fürth

Frauen W 45	
60m	
2. Mader Angelika	8,47 sec
100 m	
1. Mader Angelika	13,72 sec
200 m	
1. Mader Angelika	28,20 sec
Weitsprung	
1. Mader Angelika	4,97 m
Männer M 40	
60 m	
2. Köhler Harald	7,67 sec
100 m	
1. Köhler Harald	12,09 sec
200 m	
1. Köhler Harald	25,01 sec
Weitsprung	
2. Köhler Harald	5,97 m

5. Trainingscup (OL) im
Bausenberg am 15.02.2012 in
Coburg

Lang 4,0 km	
7. Bially, Michael	52:07 min

Trainingsserie Mittelfranken
2. Lauf (OL) am 25.02.2012 in
Spardorf

Kurz & Kurz	
1. Runde 1,15 km	
2. Bimüller, Janosch	
Bimüller, Tom	20:53 min
2. Runde 0,98 km	
16. Bimüller, Janosch	
Bimüller, Tom	17:35 min
Gesamtwertung	
3. Bimüller, Janosch	
Bimüller, Tom	38:28 min

Lang & Kurz

1. Runde 2,02 km

Spanu, Luana
Spanu, Leandro
Spanu, Francesco 46:01 min

2. Runde 0,98 km

Spanu, Luana
Spanu, Leandro
Spanu, Francesco 17:02 min

Gesamtwertung

13. Spanu, Luana
Spanu, Leandro
Spanu, Francesco 46:01 min

Lang & Lang

1. Runde 2,02 km

4. Bially, Michael 19:51 min
23. Bimüller, Tom 27:36 min

2. Runde 2,23 km

9. Bially, Michael 27:31 min
23. Bimüller, Tom 37:46 min

Gesamtwertung

7. Bially, Michael 47:22 min
21. Bimüller, Tom 65:22 min

Deutsche Senioren

Hallenmeisterschaften vom 03.03.-04.03.2012 in Erfurt

Frauen W 45

60 m, Finale
2. Mader Angelika 8,41 sec

60 m, 2. Vorlauf

1. Mader Angelika 8,50 sec

Männer M 40

60 m, Finale
4. Köhler Harald 7,59 sec

60 m, 1. Vorlauf

3. Köhler Harald 7,67 sec

200 m, Zeitläufe

9. Köhler Harald 25,12 sec

Weitsprung

3. Köhler Harald 6,13 m

Kreis Schüler-

Hallenmeisterschaften am 10.03.2012 in Bad Windsheim

Schülerinnen W 7

30 m
1. Spanu Luana 6,2 sec
2. Hirsch Emelie 6,5 sec

Standweitsprung

1. Spanu Luana 1,36 m
2. Hirsch Emelie 1,26 m

Schülerinnen W 8

30 m
1. Schmidt Jana 6,1 sec
4. Kopp Emma 6,6 sec
7. Schirmer Anna 6,8 sec

Standweitsprung

1. Schmidt Jana 1,49 m
3. Schirmer Anna 1,26 m
6. Kopp Emma 1,20 m

Schülerinnen W 9

30 m
1. Dahl Amelie 5,7 sec
2. Summ Laura 5,7 sec
5. Sturm Lena 6,1 sec
8. Rippel Lisa 6,3 sec
8. Sturm Nicole 6,3 sec
8. Wagner Marie 6,3 sec
12. Trump Sarah 6,7 sec

Standweitsprung

4. Summ Laura 1,42 m
5. Sturm Nicole 1,32 m
6. Rippel Lisa 1,29 m
7. Sturm Lena 1,26 m
9. Wagner Marie 1,24 m
10. Dahl Amelie 1,20 m
11. Trump Sarah 1,19 m

Schülerinnen D

Rundenstaffel

1. TSV Ipsheim I 1:17,9 min
(Schmidt J.-Dahl A.-Summ L.-Wagner M.)
2. TSV Ipsheim III 1:24,7 min
(Rippel L.-Sturm L.-Sturm N.-Schirmer A.)
3. TSV Ipsheim II 1:25,8 min
(Spanu L.-Kopp E.-Trump S.-Hirsch E.)

Schülerinnen W 10

30 m
5. Ströbel Anne 5,8 sec
5. Meyer Marie 5,8 sec
7. Hirsch Anja 5,9 sec
8. Schäfer Lea 6,0 sec

Standweitsprung

2. Hirsch Anja 1,55 m
6. Schäfer Lea 1,41 m
7. Meyer Marie 1,39 m
9. Ströbel Anne 1,26 m

Schülerinnen W 11

30 m
1. Dingfelder Jule 5,1 sec
10. Ebert Franziska 6,0 sec

Standweitsprung

1. Dingfelder Jule 1,71 m
5. Ebert Franziska 1,55 m

Schülerinnen W 12

30 m
2. Ebert Lea 5,2 sec
10. Gehret Regina 5,6 sec

Medizinballstoß

6. Ebert Lea 5,90 m
9. Gehret Regina 5,40 m

Standweitsprung

5. Ebert Lea 1,67 m
7. Gehret Regina 1,64 m

Schülerinnen W 13

30 m
1. Schuh Rebekka 4,9 sec
8. Schürmer Anne 5,6 sec

Standweitsprung

1. Schuh Rebekka 2,01 m
7. Schürmer Anne 1,57 m

Medizinballstoß

2. Schuh Rebekka 7,30 m
5. Schürmer Anne 7,10 m

Schülerinnen B

Rundenstaffel

3. TSV Ipsheim 1:08,8 min
(Dingfelder J.-Ebert F.-Gehret R.-Ebert L.)

Schülerinnen W 14

Standweitsprung
6. Ebert Stefanie 1,61 m

Medizinballstoß

1. Ebert Stefanie 10,30 m

Schüler M 7

30 m

1. Pfaffenrot Dennis 5,8 sec
4. Bimüller Janosch 6,2 sec
6. Rösch Elias 7,1 sec
8. Hennefelder Johannes 7,4 sec

Standweitsprung

2. Bimüller Janosch 1,47 m
4. Pfaffenrot Dennis 1,32 m
7. Rösch Elias 1,00 m
8. Hennefelder Johannes 0,95 m

Schüler M 8

30 m

1. Schürmer Paul 5,7 sec
3. Seemann Max 6,2 sec
4. Kopp Adrian 6,3 sec
6. Wagner Jan 6,6 sec

Standweitsprung

1. Seemann Max 1,40 m
2. Schürmer Paul 1,36 m

3. Kopp Adrian 1,36 m
5. Wagner Jan 1,30 m

Schüler M 9

30 m

4. Spanu Leandro 5,5 sec
6. Berr Korbinian 5,8 sec
11. Scholz Ben 6,5 sec

Standweitsprung

4. Spanu Leandro 1,50 m
6. Berr Korbinian 1,41 m
11. Scholz Ben 1,22 m

Schüler D

Rundenstaffel

2. TSV Ipsheim I 1:17,7 min
(Spanu L.-Kopp A.-Scholz B.-Schürmer P.)
3. TSV Ipsheim II 1:22,6 min
(Bimüller J.-Rösch E.-Pfaffenrot D.-Hennefelder J.)

Schüler M 10

30 m

2. Schürmer Philipp 5,3 sec

Standweitsprung

2. Schürmer Philipp 1,58 m

Schüler M 11

30 m

1. Khavvam Leon 5,0 sec
3. Summ Dominik 5,5 sec
4. Dingfelder Philipp 5,6 sec
6. Schuh Kornelius 5,9 sec
7. Seemann Hannes 6,2 sec
8. Wald Simon 6,3 sec

Standweitsprung

1. Khavvam Leon 1,77 m
4. Schuh Kornelius 1,52 m
5. Dingfelder Philipp 1,48 m
6. Summ Dominik 1,42 m
7. Seemann Hannes 1,40 m
8. Wald Simon 1,31 m

Schüler C

Rundenstaffel

1. TSV Ipsheim I 1:09,4 min
(Schürmer Ph.-Dingfelder P.-Summ D.-Schuh K.)
3. TSV Ipsheim II 1:17,0 min
(Seemann H.-Seemann M.-Berr K.-Wagner J.)

Schüler M 12

30 m

1. Peltner David 4,7 sec
3. Hufnagel Niklas 5,3 sec
4. Mader Felix 5,4 sec

Standweitsprung

1. Hufnagel Niklas 2,04 m
3. Mader Felix 1,86 m
4. Peltner David 1,79 m

Medizinballstoß

1. Hufnagel Niklas 8,60 m
2. Peltner David 7,60 m
4. Mader Felix 6,80 m

Schüler B

Rundenstaffel

1. TSV Ipsheim 1:03,6 min
(Peltner D.-Hufnagel N.-Mader F.-Khavvam L.)

Schüler M14

30 m

5. Ströbel Franz 5,5 sec

Standweitsprung

5. Ströbel Franz 1,48 m

Medizinballstoß

3. Ströbel Franz 7,60 m

Schüler M 15

30 m

1. Jeszke Michael 4,5 sec
2. Salomon Sven 4,8 sec

Standweitsprung

1. Jeszke Michael 2,55 m
3. Salomon Sven 2,17 m

Medizinballstoß

2. Salomon Sven 9,80m
3. Jeszke Michael 9,70 m

Sechsstundenlauf am 17.03.2012 in Nürnberg

28. Röhlingshöfer, W. 59,237 km

Weinturmlauf am 18.03.2012 in Bad Windsheim

Halbmarathon

Männer M35

3. Schweigert, Wolfg. 1:27:04 Std.

10 km Lauf

Männer

5. Summ, Adrian 42:10 min
10. Kleinwächter, Tim 46:54 min

Männer M35

6. Kriebelder, Dieter 47:40 min

Männer M45

9. Dingfelder, Walter 45:14 min
10. Röhlingshöfer, W. 45:34 min

Männer M50

4. Nohner, Hans-Peter 41:17 min
11. Gundacker, Friedrich 49:44 min

Männer M55

5. Herold, Hans 58:53 min

Schülerlauf 1,6 km

Schüler E

Denis Pfaffenrot 7:53 min
Janosch Bimüller 8:17 min
Finn Weißkopf 8:43 min
Leo Schürmer 8:52 min
Elias Rösch 12:27 min

Schüler D

3. Schürmer, Paul 7:19 min
10. Kopp, Adrian 7:52 min
11. Spanu, Leandro 8:07 min

Schüler C

3. Schuh, Kornelius 6:38 min
4. Khavvam, Leon 6:51 min
8. Dingfelder, Philipp 6:59 min
29. Seemann, Hannes 8:48 min

Schüler B

3. Nohner, Paul 6:05 min
10. Peltner, David 6:54 min
11. Weißkopf, Adrian 7:28 min

Schüler A

3. Schuster, Maximilian 8:53 min

Schülerinnen C

9. Dingfelder, Jule 7:50 min
22. Schäfer, Lea 9:14 min

Schülerinnen D

4. Dahl, Amelie 8:01 min

Schülerinnen E

Spanu, Luana 8:38 min

Bayerische OL-Meisterschaften Langdistanz und 1. Bayern-cuplauf am 24.03.2012 in Pfettrach

Männer H35, 8,2 km

6. Bially, Michael 87,52 min

2. Bayerncuplauf (Mitteldistanz) am 25.03.2012 in Pfettrach

Männer H35, 4,7 km

3. Bially, Michael 54:49 min

Trainingsserie Mittelfranken (OL) 3. Lauf am 31.03.2012 in Hiltlpoltstein

Fortgeschritten Lang 6 km

21. Bially, Michael 1:16:11 Std

Einsteiger Lang 4,1 km

2. Spanu, Luana
Spanu, Leandro
Spanu, Francesco 1:45:14 Std

Einsteiger Kurz 2,3 km

3. Bimüller, Janosch	
Bimüller, Tom	31:14 min
8. Pfaffenrot, Denis	
Pfaffenrot, Natascha	1:38:10 Std

**Seniorenleichtathletik-
Hallenweltmeisterschaften
vom 03. -08.04.2012 in
Jyväskylä (Finnland)**
Männer M 40**60 m, 1. Vorlauf**

5. Köhler Harald	7,56 sec
------------------	----------

Endergebnis

11. Köhler Harald	7,56 sec
-------------------	----------

200 m, 1. Vorlauf

2. Köhler Harald	24,61 sec
------------------	-----------

Semifinale

2. Köhler Harald	24,38 sec
------------------	-----------

Finale

8. Köhler Harald	24,90 sec
------------------	-----------

Weitsprung

7. Köhler Harald	5,90 m
------------------	--------

4 x 200 m Staffel

1. Deutschland	1:35,32 min
(Möller Meinert-David Alexander- Köhler Harald-Schulze Andreas)	
2. Italien	1:37,87 min
3. Großbritannien	1:39,59 min
4. Finnland	1:41,67 min
5. Frankreich	1:43,25 min
6. USA	1:44,14 min
7. Kroatien	1:46,93 min
8. Spanien	1:49,42 min

**Trainingsserie Mittelfranken
(OL) 4. Lauf am 21.04.2012 in
Höchststadt/Aisch**
Mini 0,4 km

1. Bimüller, Janosch	12:20 min
----------------------	-----------

Einfach Kurz 1,94 km

2. Bimüller, Janosch	
Bimüller, Tom	29:11 min

Fortgeschritten Extra Lang

11,7 km	
3. Bially, Michael	1:49:02 Std

**4. Weitsprungmeeting am
28.04.2012 in Gollhofen mit
Kinderleichtathletik**
Männer

1. Köhler Harald	5,73 m
------------------	--------

männl. Jugend U 18

1. Mader Daniel	5,50 m
-----------------	--------

2. Schäfer Fabian	4,90 m
-------------------	--------

männl. Jugend M 12

1. Hufnagel Niklas	4,04 m
--------------------	--------

Frauen

1. Mader Angelika	4,83 m
-------------------	--------

Kinderleichtathletik U12

2. TSV Ipsheim	
Franziska Ebert, Anja Hirsch, Jule Dingfelder, Katja Hennefelder, Hannes Seemann, Leon Khavvam	

Kinderleichtathletik U10

1. TSV Ipsheim	
Laura Summ, Jana Schmidt, Alisa Helm, Luana Spanu, Leandro Spanu, Janosch Bimüller	
4. TSV Ipsheim	
Sarah Trump, Lena Sturm, Nicole Sturm, Lisa Rippl, Emelie Hirsch, Anna Schirmer	

**Berglauf am 22.04.2012 in
Burgbernheim**
Crosslauf 13,7 km**Männer M55**

6. Ripka, Ernst	1:17:00 Std.
-----------------	--------------

Männer M45

4. Müller, Herbert	1:03:41 Std.
7. Wörner, Wolfgang	1:04:44 Std.
9. Röthlingshöfer, W.	1:04:56 Std.
22. Salomon, Frank	1:19:02 Std.

Männer M40

11. Hennefelder, M.	1:20:39 Std.
---------------------	--------------

Männer M35

9. Bially, Michael	1:19:50 Std.
--------------------	--------------

Hobbylauf 5,7 km**Frauen W45**

1. Salomon, Ute	33:36 min
-----------------	-----------

Schülerlauf 1,7 km**Schülerinnen W10**

3. Hennefelder, Katja	9:25 min
-----------------------	----------

5. Schäfer, Lea	10:42 min
-----------------	-----------

6. Meyer, Marie	10:43 min
-----------------	-----------

Schüler M7

2. Bimüller, Janosch	9:36 min
----------------------	----------

Schüler M11

1. Schuh, Kornelius	7:24 min
---------------------	----------

2. Khavvam, Leon	7:30 min
------------------	----------

5. Dingfelder, Philipp	7:48 min
------------------------	----------

Walking 5,7 km

Röthlingshöfer, Gertrud	55:34 min
-------------------------	-----------

Zwickellauf am 29.04.2012 in**Münchsteinach****11 km Hauptlauf****Weibl. Jgd. U18**

1. Gröger, Julia	1:12:16 Std
------------------	-------------

Männer M40

4. Müller, Herbert	46:57 min
--------------------	-----------

28. Gröger, Klaus	1:12:19 Std
-------------------	-------------

**LO Bahneröffnung am
01.05.2012 in Eschenbach**
Männl. Jgd. U 16**100 m**

5. Jeszke Michael	12,63 sec
-------------------	-----------

300 m

2. Jeszke Michael	42,02 sec*
-------------------	------------

Weitsprung

19. Jeszke Michael	3,87 m
--------------------	--------

**Bayerische Staffelmeister-
schaften (OL) am 05.05. in
Rödental**
Herren H35

3. TSV Ipsheim/ MTV Bamberg	2:27:49 Std
Michael Bially - Michael Schalle	

**Bayerische Meisterschaft im
Sprint und 3. Bayerncuplauf
am 06.05.2012 in**
Neumarkt/Opf.**Schüler B****Lauf 1, 1,3 km**

1. Bimüller, Janosch	16:01 min
----------------------	-----------

Lauf 2, 1,4 km

8. Bimüller, Janosch	21:58 min
----------------------	-----------

Gesamt

3. Bimüller, Janosch	37:59 min
----------------------	-----------

Bayerische Meisterschaft**Herren Elite****Lauf 1, 2,9 km**

12. Bially, Michael	17:26 min
---------------------	-----------

Lauf 2, 2,9 km

13. Bially, Michael	19:59 min
---------------------	-----------

Gesamt

12. Bially, Michael	37:22 min
---------------------	-----------

Bayerncup H35**Lauf 1, 2,9 km**

1. Bially, Michael	17:26 min
--------------------	-----------

Lauf 2, 2,9 km

2. Bially, Michael	19:59 min
--------------------	-----------

Gesamt

1. Bially, Michael	37:22 min
--------------------	-----------

**Sandgruben-Crosslauf am
06.05.2012 in Dettendorf**
7,7 km

4. Röthlingshöfer, W.	36:06 min
-----------------------	-----------

Ansbacher-Citylauf am**06.05.2012****10 km Lauf****Männer M35**

15. Krebelder, Dieter	45:49 min
-----------------------	-----------

1. Laufabend am 03.05.2012**in Gunzenhausen****Schüler M 13****800 m**

1. Nohner Paul	2:41,14 min*
----------------	--------------

Männer**800 m**

4. Nohner Dr. Hans-P.	2:25,60 min
-----------------------	-------------

Bahneröffnung Willy-Sachs-**Stadion am 05.05.2012 in****Schweinfurt****Frauen****100 m**

5. Mader Angelika	13,57 sec
-------------------	-----------

200 m

1. Mader Angelika	28,38 sec
-------------------	-----------

Weitsprung

4. Mader Angelika	4,54 m
-------------------	--------

männl. Jugend B**Hochsprung**

2. Mader Daniel	1,60 m
-----------------	--------

Weitsprung

4. Mader Daniel	5,17 m
-----------------	--------

6. Schäfer Fabian	4,79 m
-------------------	--------

Speerwurf

5. Mader Daniel	26,17 m
-----------------	---------

6. Schäfer Fabian	24,86 m
-------------------	---------

weibl. Jugend B**100 m**

12. Khavvam Lisa	14,34 sec
------------------	-----------

200 m

9. Khavvam Lisa	30,30 sec
-----------------	-----------

Weitsprung

12. Khavvam Lisa	4,35 m
------------------	--------

9. Erlanger Bahnserie Teil 1**am 08.05.2012****männl. Jugend B****1500 m**

4. Nohner Paul	5:24,37 min*
----------------	--------------

Männer M 50

2. Nohner Dr. Hans-P.	4:54,65 min
-----------------------	-------------

Trainingsserie Mittelfranken**(OL) 5. Lauf am 12.05.2012 in****Erlangen****Einfach kurz 1,83 km**

2. Bimüller, Janosch	
Bimüller, Thomas	23:52 min

3. Khavvam, Leon	24:42 min
------------------	-----------

Fortgeschritten kurz 3,66 km

9. Spanu, Luana	
Spanu, Francesco	58:44 min

Fortgeschritten lang, 5,55 km

6. Bially, Michael	58:27 min
--------------------	-----------

Kreismeisterschaften**Mittelstrecken am 16.05.2012****in Emskirchen****Schüler M 7****1000 m**

1. Bimüller Janosch	4:27,5 min
---------------------	------------

Schüler M 11

1. Khavvam Leon	3:40,8 min
-----------------	------------

Schüler M 13

2. Nohner Paul	3:25,4 min
----------------	------------

Männer

1. Nohner Dr. Hans-P.	3:10,9 min
-----------------------	------------

Schüler M 11**300 m**

1. Khavvam Leon	56,7 sec*
-----------------	-----------

400 m

1. Khavvam Leon	1:18,9 min*
-----------------	-------------

Männer**400 m**

1. Köhler Harald	58,7 sec
------------------	----------

Männer M 35**5000 m**

1. Bially Michael	22:23,4 min
-------------------	-------------

Männer M 45**5000 m**

4. Bimüller Thomas	27:35,8 min
--------------------	-------------

weibl. Jugend B**300 m**

1. Khavvam Lisa	50,9 sec*
-----------------	-----------

400 m

1. Khavvam Lisa	1:19,9 min
-----------------	------------

**Oberfränkische
Meisterschaften (OL) am
19.05.2012 in Lichtenfels**
Herren H35 - 4,6 km

AK. Bially, Michael	52:44 min
---------------------	-----------

**Deutsche Meisterschaft im
Ultratrail am 19.05.2012 in
Bödefeld**
67 km - Männer M45

10. Röthlingshöfer, W.	6:26:23 Std
------------------------	-------------

13 km - Nordic-Walking

Röthlingshöfer, Gertrud	2:31:14 Std
-------------------------	-------------

9. Erlanger Bahnserie Teil 3**am 22.05.2012****Männer****800 m**

1. Nohner Dr. Hans-P.	2:24,59 min
-----------------------	-------------

Sprinter- und Läuferabend**am 24.05.2012 in****Gunzenhausen****Männer****1000 m**



ManusKüre

Pflege von Kopf bis Fuß

An zwei Tagen die Woche biete ich Ihnen neben meinem Beruf als Zahnarzthelferin folgende Leistungen als Fußpflegerin und Kosmetikerin an:

- Standardfußpflege
- Wellnessfußpflege
- Klassische Fuß- und Beinmassage
- Energetische Fußmassage
- Beinthaarung mit Warmwachs
- Nagelkorrektur mit Podofix-Spange
- Nageldesign und French auf Fußnägeln
- Augenbrauen und Wimpern färben
- Augenbrauen-Korrektur
- Handpflege (Paraffinbad)

Lassen Sie sich verwöhnen und gönnen Sie Ihren Füßen etwas Gutes. Denn unsere Füße verrichten jeden Tag Schwerstarbeit.

Mit rund 270 Millionen Schritten tragen sie uns im Leben vier Mal um die Erde. Da Sie noch einige Schritte vor sich haben, geben Sie Ihren Füßen die notwendige Pflege!

Und natürlich sehen gepflegte Füße schöner aus und fühlen sich besser an. Ob trockene Fußhaut, Hühneraugen, schwitzende und kalte Füße – ManusKüre kann Ihnen helfen!



DIE GESCHENKIDEE
Ein Gutschein über eine wohltuende energetische Fußmassage!*
für 28 € / Dauer ca. 1 Std.

* Die energetische Fußmassage basiert auf dem Wissen über die Reflexzonen. Reflex im Sinne von Reflexion bedeutet Spiegelbild d.h. der ganze Körper spiegelt sich, in Zonen eingeteilt, in den Füßen wieder.

Manuelle Techniken wie Druck, Streichen, Gleiten regen Energie- und Informationsfluss an. Blockaden können sich lösen. Tiefgreifende Entspannung fördert zusätzlich Wohlbefinden, Erholung und Ausgeglichenheit.

Terminvereinbarungen

telefonisch unter **0151/23729327**
oder ab Juni 2012 unter 09846/9771156

Termine sind nur **Mittwoch**
und **Freitag** möglich!

ManusKüre

Inh. Manuela Eckart
Blumenstraße 12
91472 Ipsheim
E-Mail: manus.kuere@web.de



Das Girokonto für junge Leute und die SparkassenCard: Damit habt Ihr Eure Finanzen im Griff.

 **Sparkasse im Landkreis**
Neustadt a.d. Aisch - Bad Windsheim

- **Alles ohne Gebühren:** Überweisen, abheben und vieles mehr ...
- **SparkassenCard** - mit Geldkarten-Chip
- **Free-SMS** über www.sparkasse-nea.de
- **Zinsen** wie beim 3-monatigen Sparkassenbuch
- **Preisvorteile** bei Jugendveranstaltungen
- **Jugendtimer** für das ganze Schuljahr
- **Online-Banking**
- **ab 18: MasterCard X-TENSION*** mit 5 % Reisebonus

*Die MasterCard X-TENSION bietet Ihnen neben der Möglichkeit der bargeldlosen Bezahlung viele weitere Vorteile, z.B. Auslandsreise-Krankenversicherung, 5 % X-Tension Bonus bei Buchungen von Pauschalreisen/Flugtickets/Mietwagen/Hotels und weitere Mehrwerte.