

Sportissimo

TSV Ipsheim

Wo Sport
Spaß macht



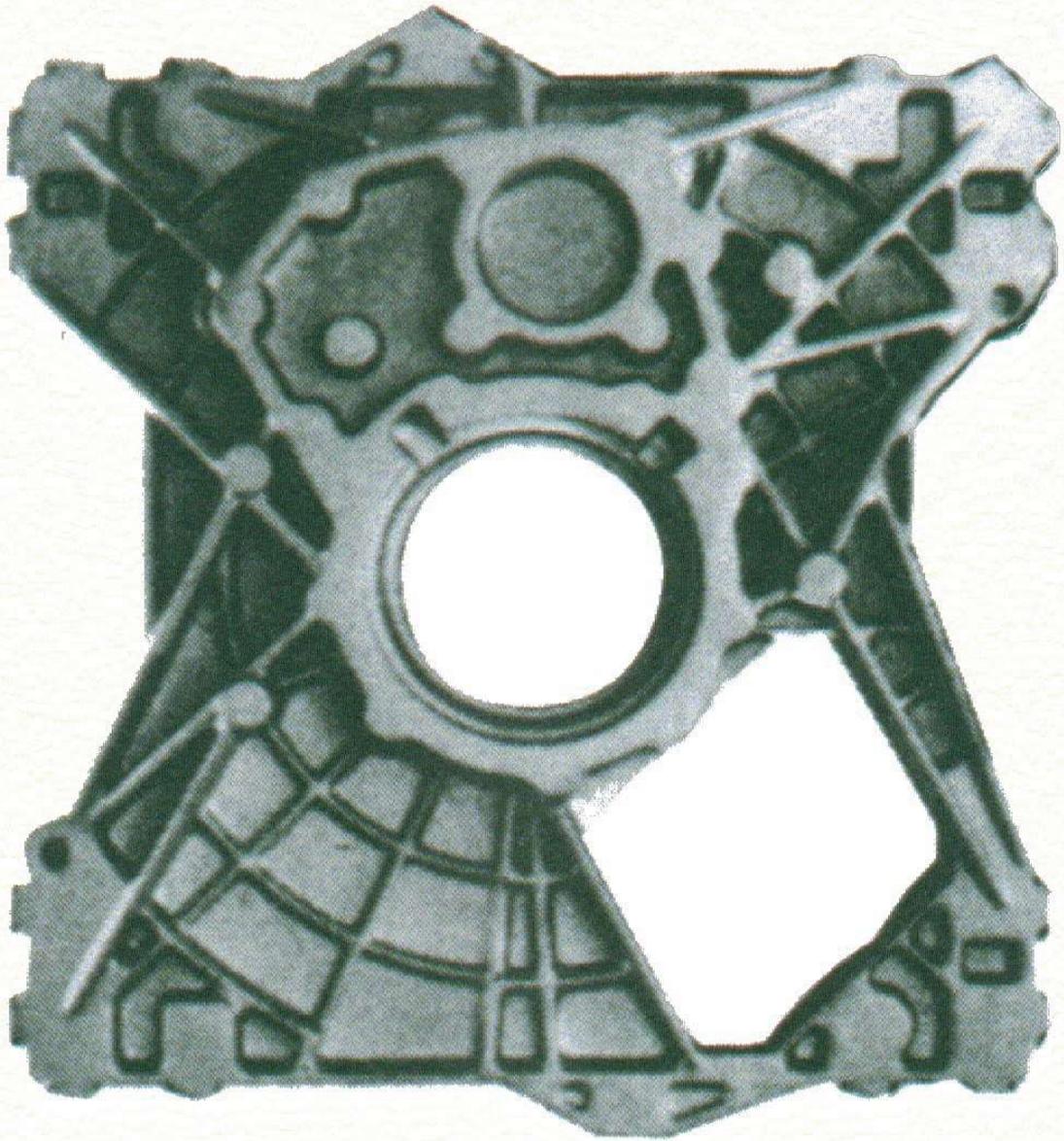
Vereinszeitung

Turn- und Sportverein 1910 Ipsheim e.V.

Ausgabe 1/2005

HEUNISCH

SSUG GUS



QUALITÄTSGIESSEREIEN



Wir danken
der Firma
HEUNISCH
für ihre
Spende

**Liebe Mitglieder,
liebe Leserinnen und Leser,**

getreu dem Motto „Aller guten Dinge sind drei“ halten Sie nun die dritte Ausgabe der „Sportissimo“ in Händen. Aber keine Sorge, die Sportissimo-Redaktion wird sich nun nicht zur Ruhe setzen und aller guten Dinge drei sein lassen, sondern weitermachen und dieser noch viele Sportissimo-Ausgaben folgen lassen. Denn es wird auch im zweiten Jahr „Sportissimo“ viel zu berichten geben.

Das Erstellen der Sportissimo kostet nicht nur Zeit sondern auch Geld. Wir verzichten (bislang) bewusst darauf, eine Vielzahl von Werbung mit abdruckend, weil wir unsere Vereinzeitung lieber mit Information anstatt mit Werbung füllen. Die wenigen Werbeanzeigen decken die Kosten für eine eigene Vereinszeitung natürlich nicht, aber sie liebe TSV-Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser sind uns das wert. Der Turn- und Sportverein 1910 Ipsheim e.V. sieht es als besonderen Service, seine Mitglieder und Freunde mit einer eigenen Zeitung über das Vereinsgeschehen zu informieren.

An dieser Stelle möchte ich nun aber auch an Sie eine Bitte richten: Für den Verein, vor allem aber auch für die Sportissimo-Redaktion, wäre es eine schöne Anerkennung, wenn Sie unsere Arbeit mit einigen Leserbriefen würdigen würden. Obwohl wir in unseren beiden bisher erschienenen Ausgaben schon um ihre Meinung gebeten haben, gingen bislang keine Leserbriefe bei uns ein. Deshalb noch mal die Bitte: Schreiben Sie uns Ihre



Meinung zur Sportissimo oder zum TSV oder zum Sport im Allgemeinen. Wir würden unsere Leserinnen und Leser gerne noch mehr einbinden und in der nächsten Ausgabe den einen oder anderen Leserbrief abdrucken. Das wäre Ihr besonderer Service für uns.

Sie brauchen sich keine Gedanken über die äußere Form machen, der Inhalt ist entscheidend. Ihre Meinung können Sie uns ganz einfach per E-Mail an leserbrief@tsv-ipsheim.de schicken oder Sie werfen Ihre schriftlich fixierten Gedanken mit dem Stichwort „Leserbrief“ einfach bei mir in den Briefkasten (Bahnhofstraße 21). Im Voraus schon meinen herzlichen Dank.

Eine Neuerung hält unsere dritte Ausgabe auch bereit. Wir haben die Sportissimo um die Rubrik „GESCHICHTE“ erweitert und so können Sie in dieser Ausgabe von drei Ipsheimer Sportlern lesen, die auszogen, um das Tor zur Welt zu entdecken. Lassen Sie sich überraschen, was unsere drei Athleten auf dem ersten Deutschen Turnfest der Nachkriegsgeschichte 1953 in Hamburg (dem Tor zur Welt) alles erlebt haben.

Und nun viel Spaß beim Lesen.

*Jochen Prinzkosky
(1. Vorstand)*

Impressum:

Herausgeber:

TSV 1910 Ipsheim e.V.

Ausgabe 1/2005 – Sportissimo Nr. 3

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

Jochen Prinzkosky

Redaktion:

Manuela Arzberger, Michael Bially, Antje Hartlep, Erhard Hertlein, Simon Hertlein, Karin Kopta, Horst Prinzkosky, Jochen Prinzkosky, Silvia Ripka, Lisa Wörner

Druck:

Satzstudio Bäuml

Auflage:

400 Stück

Die Redaktion

Bei dieser Ausgabe von Sportissimo haben für Sie mitgewirkt:

Manuela Arzberger, Michael Bially, Claudia Frank, Antje Hartlep, Erhard Hertlein, Simon Hertlein, Teresa Hertlein, Svenja Höhn, Karin Kopta, Horst Prinzkosky, Jochen Prinzkosky, Silvia Ripka, Ernst Ripka, Franziska Summ, Lisa Wörner

**Der Vorstand berichtet...**

An mittlerweile schon gewohnter Stelle darf ich Ihnen hier - als 1. Vorstand - die wichtigsten Neuigkeiten aus der TSV-Vorstandschaft und den Ausschüssen näher bringen.

Spenden

Seit der letzten Ausgabe konnte der TSV einige größere Spenden in Empfang nehmen und das Geld auch gleich wieder sinnvoll anlegen.

So spendete Robert Eckart 300,00 € für ein Gardekostüm.

Die Sparkasse im Landkreis ließ dem TSV 500,00 € zukommen, die vornehmlich für die Kinder- und Jugendarbeit verwendet werden sollen. Dem Wunsch der Sparkasse wurden wir auch gleich gerecht und haben für unsere kleinen Turnerinnen und Turner 50 T-Shirts angeschafft, damit auch unsere Kleinsten auf den Sportfesten in einheitlicher Kleidung auftreten können.

Die größte Spende kam von der Gießerei Heunisch aus Bad Windsheim. Firmenchef Dipl.-Ing. Wolfgang Heunisch erklärte sich bereit, die Kosten für die Neuanschaffung von einheitlichen Lauftrikots zu übernehmen und so konnte der TSV für rund 1500,00 € 47 neue Trikots anschaffen, die bereits beim Deutschen Turnfest in Berlin der Öffentlichkeit präsentiert wurden (Bild auf Seite 2).

Neben diesen Großspenden zeigten sich auch unsere Jubilare sehr großzügig und unterstützten den TSV mit zahlreichen Geldspenden.

Ich darf mich an dieser Stelle bei allen Spendern noch einmal ganz herzlich bedanken und Ihnen versichern, dass Ihr Geld bei uns gut angelegt ist.

Zuschüsse

Auch die Marktgemeinde Ipsheim hat mit zwei Zuschüssen einmal mehr bewiesen, dass sie unsere Arbeit nicht nur schätzt, sondern uns auch nach ihren Möglichkeiten finanziell unter die Arme greift. So gab der Gemeinderat grünes Licht für einen Zuschuss in Höhe von 750,00 € für die Anschaffung der neuen Gardeuniformen. Außerdem unterstützte die Gemeinde den Anbau ans Gerätehaus mit einem Zuschuss in Höhe von 1.129,97 €. In Zeiten knapper Haushaltsmittel sind die Zuschüsse seitens der Gemeinde sicher keine Selbstverständlichkeit und ich darf unserem Bürgermeister und seinem Gemeinderat an dieser Stelle den Dank und die Anerkennung des TSV und seiner Mitglieder aussprechen.

Einkäufe

Für das Hürdenttraining mussten die TSV-Sportlerinnen und Sportler bislang immer ins Schulzentrum nach Bad Windsheim fahren, da in Ipsheim kein Platz für die Lagerung der sperrigen Geräte vorhanden war. Mit dem Bau des neuen Gerätehaus wurde dieser Platz geschaffen und der TSV hat für knapp 1.000,00 € acht neue Hürden angeschafft. Im Lauf der nächsten Jahre sollen weitere Hürden gekauft werden, damit der TSV für die Kreismeisterschaften im Hürdenlauf über einen eigenen Satz Hürden verfügt.

Die Anschaffung und das damit verbundene Hürdenttraining machten sich auch schon bezahlt. Lena Reuther belegte im Hürdenlauf bei den Mittelfränkischen Blockmehrkämpfen einen



Die jungen TSV-Sportler in den neuen T-Shirts der Sparkasse

ersten Platz und sicherte sich auch im Gesamtergebnis den Mittelfränkischen Meistertitel (mehr dazu lesen Sie später).

Baumaßnahmen

Nachdem am „alten“ Gerätehaus nun auch die Beleuchtung angebracht und die Fassade neu gestrichen wurde, sind die Außenarbeiten am „alten“ Gerätehaus nunmehr abgeschlossen. Sobald das „neue“ Gerätehaus kom-

Die Reparatur der Zaunanlage um das neue Gerätehaus wird demnächst erfolgen. Das Material wurde bereits bestellt und wird in wenigen Wochen eintreffen.

Sehr zu meinem Leidwesen musste der Bauausschuss den für Frühjahr geplanten Bau der Beach-Volleyball-Anlage zurückstellen. Die Ausschussmitglieder (und auch ich) waren einstimmig der Meinung, dass erst das Gerätehaus fertig gestellt werden sollte, bevor man die nächste Bau-



„Geht nicht gibt's nicht“ – Thomas Rückert, Michael Arzberger und Ernst Ripka beim Pflastern

plett fertig gestellt ist und eingeräumt werden kann, wird auch der Innenraum des „alten“ einer Umgestaltung unterzogen.

Nachdem uns das Wetter bislang immer wieder einen Strich durch die Rechnung machte, wurde in den letzten Wochen auch am „neuen“ Gerätehaus einiges geleistet. Das Gerätehaus wurde mit Strom versorgt, die Außenbeleuchtung angebracht und die Firma Köstner baute ein Rolltor ein. Während die TSV-Aktiven und Teile der Vorstandschaft vom 14. - 21. Mai. in Berlin auf dem Deutschen Turnfest weilten, standen die Maschinen in der Heimat nicht still und die fleißigen TSV-Arbeiter Thomas Rückert und Michael Arzberger schoben das Erdreich für die Pflasterarbeiten ab. Mittlerweile hat der fleißig TSV-Bautrupps Rabatten gesetzt und die Fläche vor dem Gerätehaus gepflastert. Die OSB-Platten für die Innenverkleidung wurden ebenfalls angebracht, so dass der Fertigstellung nichts mehr im Wege steht und das „neue“ Gerätehaus bald seiner Verwendung übergeben werden kann.

maßnahme in Angriff nimmt. Zudem wollte man den Bau der Beach-Volleyball-Anlage noch mit Experten besprechen und den freiwilligen Helfern, die große Teile ihrer Freizeit für den TSV opfern, eine Pause gönnen. Mit dem Bau der Beach-Volleyball-Anlage soll aber noch in diesem Jahr begonnen werden. Auf Grund der umfangreichen Arbeiten will man sich aber nicht unter Zeitdruck setzen und die Baumaßnahme mit Bedacht erstellen. 170 m Zaunanlage um das Gelände, ein Geländeausgleich von 70 cm und der Bau der Anlage selbst wollen erst einmal geplant und umgesetzt sein. Je nach dem, ob ein oder zwei Felder entstehen, sind 150 - 300 Tonnen Sand und etliche Tonnen Schotter für den Feldaufbau notwendig.

Die fleißigsten TSV-Arbeiter

- | | |
|----------------------|-----------|
| 1. Thomas Rückert | 53 Std. |
| 2. Michael Arzberger | 35 Std. |
| 3. Karl Täufer | 19,5 Std. |

Jochen Prinzkosky

Generalversammlung 2004

Bei der Generalversammlung am 27. November 2004 standen die Neuwahlen der Vorstandschaft an. Das gesamte Team um Vorsitzenden Jochen Prinzkosky wurde wiedergewählt. Es sind dies im Einzelnen:

- | | |
|--------------------|-------------------|
| 1. Vorsitzender: | Jochen Prinzkosky |
| 2. Vorsitzender: | Michael Arzberger |
| Ehrenvorsitzender: | Horst Prinzkosky |
| Schriftführerin: | Antje Hartlep |
| Kassier: | Silvia Ripka |
| Sportwart: | Ernst Ripka |
| Gerätewart: | Karl Täufer |
| Jugendvertreter: | Michael Bially |
| Beisitzer: | |

Stefan Appel, Herbert Bitzinger, Bernd Dentel, Gerlinde Hertlein, Eduard Keller, Willfried Röthlingshöfer, Thomas Rückert, Renate Schmutzer, Robert Stark

Neue Ehrenmitglieder

In den kleinen Kreis der Ehrenmitglieder wurden Inge Adler und Ernst Hennefelder aufgenommen. Beide zählen seit Jahrzehnten zu den festen Größen im Turnverein. In verschiedensten Funktionen sind die Namen der Geehrten in der Mitgliederkartei nachzulesen. Aktiver Besuch der Übungsstunden zeugen heute noch von ihrer Freude am Sport.



Die neuen Ehrenmitglieder: Ernst Hennefelder und Inge Adler zusammen mit Vorsitzenden Jochen Prinzkosky



Fasching – die Session 2004/2005

Über das Narrenwecken wurde bereits in der letzten *Sportissimo* ausführlich berichtet. Daher beginnt mein Bericht mit dem TSV-Faschingsball am 8. Januar 2005.

TSV-Ball

Wie immer fand der TSV-Ball mit der Inthronisation unseres Prinzenpaares gleich zum Faschingsbeginn statt. Für diese Session konnten wir mit Achim und Susanne Kulas (geb. Taube) wieder ein tolles Prinzenpaar gewinnen. Mit welcher Freude beide ans Werk gingen, zeigte bereits das Narrenwecken. 2004/2005 konnten wir mit den Tanzzweigen eine neue Attraktion präsentieren. Pünktlich um 20.11 Uhr erfolgte der Einmarsch der Tollitäten samt Gefolge und dem hohen Elferrat. Präsident Harald Eckart nahm anschließend die Inthronisation unseres Prinzenpaares vor. Er überreichte als Zeichen ihrer Regentschaft das Zepter als Insignium ihrer Macht.



Nach diesem offiziellen Teil traten zum ersten Mal die TSV-Tanzzweige in Erscheinung. Ihre Interpretation „eine Reise um die Welt“ gefiel nicht nur Eltern und Gästen, auch die TSV-Verantwortlichen waren sehr angetan. Nach weiteren Tanzrunden der Kapelle Pressluft, trat die Juniorengarde in

Aktion. Unsere Prinzengarde gefiel mit einem gelungenen Gardetanz, der Elferrat zeigte sein „... best of“ und der Showtanz „Mitternacht“ begeisterte alle. Selbstverständlich konnte man beim TSV-Ball wieder an der großen Verlosung teilnehmen. Drei herrliche Preise konnten an den Mann bzw. an die Frau gebracht werden. Stimmung und Ablauf waren sehr gut, wenn auch festgestellt werden muss, dass weniger Gäste den Weg in die Festhalle gefunden hatten als in früheren Jahren. Trotzdem konnte man noch zufrieden sein. Das mit dem letzten Tanz nicht alles vorbei war, dokumentierten die zahlreichen Helferinnen und Helfer mit ihrem Einsatz. So konnte man geschafft, aber zufrieden um 5:30 Uhr zum traditionellen „Schaschlikessen“ übergehen.

... ein glänzendes Faschingsfeuerwerk

Mit diesem Slogan wurde in der letzten *Sportissimo* auf die 1. Narrensitzung des TSV hingewiesen. Ohne in den Ruf zu kommen zu stark durch die rosa rote Vereinsbrille zu schauen, was der TSV hier auf die Beine gestellt hat war Spitzenklasse



pur. Einmal mehr haben sich die Mannen und Frauen um Vorstand Jochen Prinzkosky übertroffen und ihrem Ruf einen weiteren Mosaikstein hinzugefügt. Was der TSV anpackt das wird ein Superereignis.

Goldrichtig lagen die Verantwortlichen des TSV bereits beim Kartenvorverkauf. Anders wie bei anderen gleichartigen Veranstaltungen haben sich die TSV'ler entschlossen bereits beim Vorverkauf die Karten auf den Tisch zu legen. Jeder konnte bereits beim Kauf seiner Karte sehen wo er am 4. Februar sitzen wird. Ein weiterer Glücksgriff war den Vorverkauf bei unserem mitverantwortlichen Michael Heindel durchzuführen. Keiner wusste wie es wohl laufen wird. Wir waren allerdings auf alle Eventualitäten vorbereitet. Groß war unsere Überraschung, dass die Ersten bereits um 8 Uhr anstanden. Wir konnten die Zeit für die Wartenden mit Kaffee und Lebkuchen die Manuela Eckart und Margot Heindel zubereiteten, überbrücken. Um 9:30 Uhr wurden unsere Blicke auf der einen Seite froh, weil so viele schon anstanden, auf der anderen Seite bange Blicke „reichen denn unsere Karten für alle“. Treu unserem gesamten Konzept begann pünktlich um 10 Uhr der Kartenvorverkauf.





Dank der vielen Vereinsmitglieder, Freunde, Bekannte und den vielen Interessierten gab Heidi Merkel um 10:45 Uhr die letzte Karte aus. Für einige wenige hieß das Pech gehabt, denn sie konnten keine Karten mehr ergattern. Akribisch wurden alle notiert, die noch keine Karte hatten. Bevor wir mit Maßband und Meterstab noch einmal in die Festhalle gingen um vielleicht doch noch die letzten benötigten Plätze in unserem Plan unterzubringen, konnte das Team das Plakat „Ausverkauft“ am Tor der Scheune von Michael Heindel anbringen. Nach mehrmaligem messen, nachmessen und wieder messen, entschloss man sich, auch wenn es dann ein wenig enger zugehen würde, noch eine weitere Reihe in unserem Bestuhlungsplan aufzunehmen und damit die restlichen Plätze zu schaffen. Jochen Prinzkosky brachte den Wartenden dann persönlich die Karten. Somit war die erste große Hürde übersprungen, die wir meinen mit Bravur bestanden zu haben.

Nun galt es das Programm mit allem Drum-herum vorzubereiten.

Auch hier musste mehrgliebig gefahren werden. Jeder bekam seine Aufgabe. Der eine hat für die Orden zu sorgen, der Andere musste sich Gedanken um genügend Umkleide-räume machen. Vorstand Jochen Prinzkosky blieb es vorbehalten mit den Gastvereinen die letzten Formali-

täten abzusprechen. Eine Woche vorher war nach unserer Meinung alles vorbereitet und man ging in die Endphase. Ab Sonntag wo bereits das größte Problem die Tontechnik mit einer Spitzenkraft der Fa.



Meindl abgecheckt wurde, ging es dann Schlag auf Schlag. Dienstag Bühnenaufbau, Mittwoch Generalprobe. Donnerstag war der Narrenausschuss bis tief in die Nacht

hinein beschäftigt mit Präsident Harald Eckart alles durchzuspielen. Nachts um eins hatte dann jeder genug, man wollte und konnte nicht mehr. Dringend nötig war es noch schnell ein paar Stunden Schlaf zu ergattern bevor es dann losging.

Freitagfrüh dann die Hiobsbotschaft: unser Präsident Harald ist beim Arzt, er hat sich eine Grippe eingehandelt die nun mit Spritzen behandelt werden muss. Die große Frage „kann er oder kann er heute Abend nicht“.

Es war so weit. Freitag ab 15 Uhr traf man sich bereits um die letzten Kleinigkeiten vorzubereiten. Nach



einem allerletzten Telefongespräch zwischen 1. Vorstand Jochen Prinzkosky und Präsident Harald Eckart stand dann auch fest, unser Harald ist nicht in der Lage heute

Abend durch die Sitzung zu führen. Wer könnte nun diesen Part übernehmen? Viele kamen ja nicht in Frage. Unser 1. Vorstand Jochen Prinzkosky entschloss sich nach gutem Zureden, durch die Sitzung zu führen. Vorab ein dreifaches Spitze, Spitze, Spitze wie er es gemacht hat. Ohne jegliche Nervosität spulte Jochen seinen Part ab. So als wäre es gar nicht anders vorgesehen gewesen.

Nachdem nun auch dieses Problem gelöst war und auch die letzten Vorbereitungen durch viele fleißige Hände abgeschlossen waren konnte man noch mal kurz zur Ruhe kommen und das

„Vorbereitete“, auf sich einwirken lassen. Lies man seine Blicke durch die Festhalle gleiten oder in den Vorraum wo alles schon für den Sekt Empfang bereit stand, konnte man sagen „einfach wunderschön“.

Ein festliches Kleid hat Gerlinde Hertlein mit ihren Helferinnen allem angezogen. Ob Clownsmasken, große Bänder, Luftschlangen, Konfetti, die Hallendekoration - alles passte.

Dann 19 Uhr, die ersten kamen in froher Erwartung. Prinzengarde, Elferat alles war zum Sekt Empfang mit „Ipsheimer Narrensekt“ bereit. Die hohen Herren des Elferrates begleiteten unsere Gäste galant an ihre Plätze und es herrschte hier schon



eine wunderbare Vorfreude auf das Komende. Um 19 45 Uhr war die Halle bis auf den letzten Platz besetzt.

Wer war da? Alle die wir eingeladen hatten ob Landrat Schneider, die Bürgermeister Herold und Eckardt, der Präsident des Fastnachtsverbandes Bezirk Mittelfranken Jörg Phillips und unsere Ehrenmitglieder. Dann eine bunte Schar, teils festlich elegant teils im närrischen Outfit. Es war alles so wie wir es uns immer vorgestellt hatten.

Dann der Beginn der 1. Ipsheimer Narrensitzung.

Bevor sich nun alles von seinen Plätzen erhob um den Einmarsch der Tollitäten mit Gefolge zu huldigen, begrüßte der Sitzungspräsident und 1. Vorstand Jochen Prinzkosky alle Gäs-





te auf das Herzlichste.

Dann bot sich dem Betrachter beim Einmarsch aller TSV-Mitwirkenden ein herrliches, buntes Bild.

Das neu geschaffene Bühnenbild, Purzelgarde, Juniorengarde, Prinzen-



garde, Elferrat und ihre Hoheiten Prinz Achim I. (Kulas) und ihre Lieblichkeit Prinzessin Susanne I. (Kulas) in ihren

bunten Kostümen boten ein prächtiges Bild. Die neu angeschafften Gardekostüme taten ihr übriges.

Nun rollte ein 5 stündiges Programm vor den Augen der Besucher ab, das für alle etwas bereit hatte.

Den Anfang machten die Tanzzwerge mit einer Reise um die Welt. Anschließend erhielten die Frauen, unserer Ehrengäste, den neu geschaffenen Faschingsorden aus den Händen von Sitzungspräsident Jochen Prinzkosky überreicht. Jörg Phillips Präsident des Fastnachtsverbandes Mittelfranken erhielt ebenfalls die neu geschaffene Auszeichnung. Danach der erste Höhepunkt dieses Abends. Das Zwillingstanzpaar der Faschingsgesellschaft Alzibib aus Markt Bibart brannte ein wahres Feuerwerk an tänzerischen und akrobatischen Einlagen ab, das die Gäste von ihren Sitzen riss. Danach entführte uns Familie Schoirer mit den Sketsch in ein „Feines Lokal“, ehe Präsident Jörg Phillips den



Sessionsorden des Fastnachtsverbandes Franken an Ehrenmitglied Robert Stark und an Ehrenvorstand Horst Prinzkosky verlieh. Dann wirbelte Samantha Phillips über die Bühne und man konnte gleich erahnen warum sie Süddeutsche Vizemeisterin der Tanzmariechen ist. Anschließend die Büttenrede „ich suche einen Mann“ von Michaela Seeberger von den Neustädter Geißböcken, ehe die Prinzengarde der Alzibib ihren Marschtanz zum Besten gab. Die erste Gesangseinlage von Vocalis entführte uns auf die „Kirchweih“.

Das unsere Prinzengarde enorm dazu gelernt hatte, konnte man bei ihrem Gardetanz sofort erkennen. Bevor der Büttenredner Harry Steziwka von den Geißböcken als Wachtmeister in die Bütt ging, verlieh Präsident Prinzkosky an die Gastvereine Alzibib Markt Bibart, Geißböcke Neustadt/Aisch, Karnevalsgesellschaft KCH Herzogenaurach und an unsere Freunde der Epponia Episburg die Faschingsorden des TSV.



Die Jugendgarde des TSV verzauberte anschließend die Gäste mit einem Showtanz der Extraklasse. Das der verpflichtete „Musikus“ aus Roth genau unser Mann war zeigte er nicht nur bei einer Schunkelrunde. Nun kam die Zeit der Showtanzgruppe Epponia und des Elferrates der ein „Best of..“ zeigte. Miriam Fritsch und Eva Nußbeck



wussten bei ihrem Sketsch „beim Friseur“ sehr zu gefallen. Ehe der spektakuläre Showtanz „Triumph der Freiheit“ der KCH Herzogenaurach die Besucher in die Römerzeit versetzte, zeigten die Hofnarren der Epponia was man alles mit einer Bierbank anstellen kann. Vocalis mit dem „Dorfgespräch“ und die Ordensverleihung an verdiente Vereinsmitglieder rundeten diesen Block ab. Über die neuen Orden konnten Sie freuen, Helga



Weickmann, Karl Täufer, Christina Bitzinger, Ute Eckart, Ernst Ripka, und Bernd Dentel.

Ein weiterer Augenschmaus das Tanzpaar der Epponia. Das schon zum Kult gewordene Lied „Du hast mich tausend mal belogen“ wurde dann in einer Schunkelrunde von unserer Juniorengarde vorgeführt und alle zum Mitmachen animiert. Den letzten Teil läuteten dann die Minielferräte mit ihrem Auftritt ein. Gefolgt vom Marschtanz der Prinzengarde Epponia und dem Winterstubenrap von Vocalis. Ein weiterer Höhepunkt, der Showtanz der TSV-Aktiven mit dem beziehungsreichen Titel „Mitternacht“ Mit schmissigen Melodien wurde dann das Finale eingeläutet.

Ein Abend der Superlative war damit zwar noch nicht beendet, denn bis 3 Uhr spielte unser Musikus alles was gefragt war.





Lobend muss auch das Cateringteam des TSV erwähnt werden. Auf engstem Raum zauberten die Damen alles was das Herz des Gastes beehrte. Das Resümee des Narrensitzungsausschusses fiel auch dementsprechend positiv aus. Das 2006 die zweite Narrensitzung folgen muss war nach diesem Abend klar. Anregungen die in die Richtung weiterer Sitzungen ging, hat man für 2006 nicht ins Auge gefasst. Allerdings soll 2006 versucht werden das Programm um eine Stunde zu verkürzen. Dem Schreiber bleibt am Schluss nun noch dem Narrensitzungsausschuss Dank zu sagen. Hier sollen stellvertretend für alle das Team noch mal erwähnt werden. Jochen und Horst Prinzkosky, Michael Arzberger, Reiner Geißendörfer, Michael Heindel, Herbert und Christina Bitzinger, Manuela und Harald Eckart, Ernst Ripka und Heidi Merkel.

Aufwand durch die zahlreichen Auftritte bei befreundeten Gesellschaften, bei unseren Aktiven Spuren hinterlassen hat. Allerdings das Ergebnis war die Mühen wert.

Auf ein „Neues“ 2005/2006.

Fränkische Meisterschaften im Gardetanz am 13. Februar in Bayreuth.



Die Session war zwar vorbei aber ein großes Highlight für die Prinzengarde stand noch auf dem Programm.

Wo sonst die Basketballer von Bayreuth zu Hause sind, fanden die Fränkischen Meisterschaften statt. Sich mit den Garden von der Buchnesia Nürnberg oder vom Coburger Mohr zu messen war schon ein Erlebnis besonderer Art. Freilich konnten wir uns mit diesen Garden nicht messen.

Schon die Anzahl der Tänzerinnen war mehr als doppelt so hoch wie bei uns.

Erfreut konnte festgestellt werden, dass die Punktzahl bei der Bewertung gegenüber 2004 deutlich höher ausgefallen ist. Den Mädchen und zwei Burschen gilt ein dickes Lob für ihre Darbietungen. Wobei gesagt werden muss, dass diese Meisterschaften mit

Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften auf ganz hohem Niveau stand und vom Fastnachtsverband Franken ganz vorzüglich durchgeführt wurde. Nicht nur die Aktiven konnten in Bayreuth noch was lernen auch die Trainerinnen. Ein Trainer-team des Fastnachtsverbandes Franken, unterwies die Trainerinnen, wie man sich noch besser darstellen kann und was verbessert werden sollte.

PS: Frühjahrstagung des Fastnachtsverbandes Mittelfranken in Herzogenaurach.

Es wäre gar nicht wichtig diese Tagung zu erwähnen, wenn die Delegierten des TSV nicht ein ganz, ganz dickes Lob aus dem Mund

von Fastnachtsverbandspräsident Jörg Philipps mit nach Hause gebracht hätten. Phillipps berichtete den 78 Fastnachtsgesellschaften,



die an der Tagung teilnahmen, von einem kleinen Dorf in Franken das erstmalig eine Narrensitzung organisierte. Er kam dabei ins Schwärmen mit welcher Liebe, Hingabe und Begeisterung ein 5stündiges Programm auf die Beine gestellt wurde. Er sprach vom großen Können der Garden, Musikgruppen, Showtänzer und Büttendredner, die sich vor niemanden zu verstecken brauchen. Wie das kleine Dorf in Franken heißen dürfen sie selbst erraten. Wir waren jedenfalls mächtig stolz auf uns.

Horst Prinzkosky

Kinderfasching

Gerade zwei Tage war der große Event „Narrensitzung“ vorbei schon galt es die nächste

Großveranstaltung durchzuführen. Der Kinderfasching des TSV ist dick im Kalender der Kleinen angestrichen. So war es auch nicht verwunderlich, dass am Faschingssonntag die Halle brechend voll war. Es tummelten sich die tollsten Kostüme meist auf der Bühne am besten neben Prinzessin Susanne oder neben einem der hohen Elferräte. Der TSV hatte wieder alles aufgeboten was in der Session den TSV vertrat.

Nach drei Stunden war auch dieses Spektakel vorbei.

Am Faschingsdienstag dann das „Prinzenbaden“ ehe die Festhalle wieder abdekoriert wurde. Das anschließende Heringessen gehört mittlerweile auch schon zur Tradition des Ipsheimer Faschings.

Die Session 2004/2005 wird in die Geschichte eingehen, wenngleich der



Start in die neue Saison für die Schüler bei den Hallenkreismeisterschaften in Bad Windsheim und für die Senioren beim Hallensportfest der LAC Quelle Fürth in der Sporthalle am Finkenschlag in Fürth am 12. Januar

Einmal mehr sehr erfolgreich waren die Schüler und Schülerinnen bei den Hallenkreismeisterschaften in Bad Windsheim.



Michael Ammon beim Standweitsprung

In allen Altersklassen konnten TSV-Aktive Siege feiern. Fünf Einzelsiege, drei Staffelerfolge und weitere zahlreiche vordere Platzierungen rundeten eine erfolgreiche Saisonöffnung ab. Die ersten Kreismeister aus den Reihen des TSV heißen Julia Gröger, Anna Lauterbach, Sven Salomon, Benedikt Mader und Daniel Mader.

Beim Hallensportfest der Senioren in Fürth lief es für Angelika Mader und Harald Köhler, wie man so schön sagt, alles „wie am Schnürchen“.

Angelika Mader ging dabei vier Mal an den Start. Siege im 60 m Lauf und im Weitsprung sowie zweite Plätze über 100 m und im 200 m Lauf zeigen, dass sich das Training im Winter gelohnt hat. Bedenkt man, dass sie nur von der ehemaligen Deutschen Meisterin Petra Rappe geschlagen wurde, war das für Angelika ein Einstand nach Maß.

Noch erfreulicher der Saisonstand von Harald Köhler. Vier Starts, vier

Leichtathletik Sportfeste

Siege mit hervorragenden Ergebnissen. Besonders erwähnenswert die Leistung im Weitsprung. Hier erzielte Harald ausgezeichnete 6,34 m.

Kreismeisterschaften im Crosslauf 2005 in Scheinfeld am 29. Januar

Wieder fanden die Kreismeisterschaften im Crosslauf im Wald rund um das Kloster Schwarzenberg statt. Auf der anspruchsvollen Strecke konnten die Ipsheimer Leichtathleten die ersten drei Kreismeister 2005 feiern. Mit den Geschwistern Julia und Nico Gröger sowie Lena Gehret fanden sich die Jüngsten am besten mit der schweren Strecke zu Recht.

Für alle anderen TSV-Teilnehmer war es ein gelungenes Training unter Wettkampfbedingungen.

Mittelfränkische Crossmeisterschaften am 19. Februar in Veitsbronn

Bei den Rahmenwettkämpfen anlässlich der Mittelfränkischen Crossmeisterschaften setzte die erst 9-jährige Julia Gröger ihren Siegeszug fort.

Ihr Bruder Nico konnte in der Klasse M 10 einen zweiten Platz belegen.

Dass Eva Hartlep das „Geläuf“ in Veitsbronn liegt, hat sie die letzten Jahre des Öfteren bewiesen. Nur 6 Sekunden trennten sie vom ersten Rang.

Bei den Meisterschaftsläufen konnte Lena Reuther einen sehr guten 6. Platz belegen. Den gleichen Platz belegte bei den Schülern M 14 und M15 Markus Rückert vor seinem Kollegen Jan Salamon.

Bahneröffnung in Schweinfurt am 30. April

Zum ersten Mal starteten unsere Aktiven - sowohl Senioren als auch Junioren - beim Bahneröffnungssport fest im Willy-Sachs-Stadion in Schweinfurt. Zum einen wollten die Aktiven einmal in Unterfranken starten, zum anderen gilt es für die Senioren, das Willy-Sachs-Stadion kennen zu lernen, denn in diesem Stadion finden im Juli die Deutschen Seniorenmeisterschaften statt. Dafür sind Harald Köhler und Angelika Mader auf Grund ihrer Resultate bereits qualifiziert.



Lena Reuther

So legte sich besonders Harald Köhler zum Saisonauftakt mächtig ins Zeug. Mit 6,17 m erzielte er im Weitsprung gleich eine beachtenswerte Leistung. Zwei zweite Plätze über 200 m und über 110 m Hürden sowie einem dritten Platz über 100 m standen nach Schweinfurt zu Buche. Die Schülerinnen W 14 und W 15 absolvierten ebenfalls einige Disziplinen. Allen voran Kathrin Altenburg, die mit 8,54 m im Kugelstoßen glänzte und Lena Reuther, die im Speerwurf einen zweiten Platz sowie jeweils einen vierten Platz über 80 m Hürden und im Weitsprung erzielen konnte. Einen dritten Platz konnte Anna-Katharina Rabenstein im Speerwurf erreichen. Julia Kreuzer, Anna-Lena Merkel und die Jüngste, Theresa Steinmüller, konnten nachweisen, dass sie in der neuen Saison gut dabei sind.



Anna-Lena Merkel



Insgesamt 14 Titel holten die TSV-Kids bei den Einzelmeisterschaften in Bad Windsheim

Kreismeisterschaften in den Einzeldisziplinen der Schüler D+C in Bad Windsheim am 7. Mai

Mit einem Satz ist alles gesagt: Der TSV Ipsheim stellte die größte und mit 14 Titeln auch die erfolgreichste Mannschaft. Allerdings hatten diese Meisterschaften unter sehr schlechten Wetterbedingungen zu leiden. Eifrigste Titelsammler waren: Lena Gehret und Sven Salomon mit jeweils drei, Lea Dippon sowie Julia Gröger und Michael Arle mit jeweils zwei Erfolgen. Einen Titel konnten erringen: Stefanie Ebert und Anika Rückert. Besonders erwähnenswert ist der neue Vereinsrekord von Lea Dippon, die im Weitsprung den bisherigen Rekord von 4,01 m auf 4,20 m verbesserte. Eine feine Leistung von Lea!



Lea Dippon

Mittelfränkische Meisterschaften in den Blockwettkämpfen der A-Schülerinnen in Nürnberg am 8. Mai

Die Sportlerin des Jahres 2004 Lena Reuther konnte in Nürnberg bei den Mittelfränkischen Blockmehrkämpfen erstmals in ihrer noch jungen Karriere einen großen Titel nach Ipsheim holen. Nach dem 100 m Lauf, 60 m Hürden, Weit, Ball und 2000 m standen 2304 Punkte zu Buche, was Platz eins und somit den Mittelfränkischen Meistertitel bedeutete. Gleichzeitig schaffte sie mit diesem Ergebnis die Qualifikation für die Bayerischen Titelkämpfe in Markt Schwaben.

Abendsportfest mit Kreismeisterschaften auf der Mittel- und Langstrecke am 15. Mai in Veitsbronn

Traditionell gut besetzt ist das Abendsportfest in Veitsbronn. Durch die Nähe zu den Nachbarkreisen kann immer für ein gutes Feld garantiert werden. In hervorragender Form präsentierten sich Julia und Nico Gröger sowie Lena Reuther. Alle drei stellten nach beherrzten Rennen neue Vereinsrekorde auf. Angelika Mader lief wie alle Jahre die 400 m und erzielte exakt die Zeit des bestehenden Vereinsrekordes, den sie selber mit 65,5 Sek hält.

Ohne Konkurrenz waren über 1000 m Michael Bially in der Altersklasse M30 sowie Klaus Gröger bei den Männern M35. Die Zeit von 3:11,9

min von Klaus Gröger war dabei recht ansprechend. Willfried Röthlingshöfer hatte bei den Männern M40 da schon mehr Konkurrenz aus dem Feld zu räumen, um Kreismeister über 1000 m zu werden. In gewohnt souveräner Manier ließ er in 3:07,5 min. alle Gegner hinter sich.

Mit sieben Titeln hat sich für die Aktiven des TSV der Ausflug nach Veitsbronn mehr als gelohnt.

Internationales Deutsches Turnfest vom 14. –20. Mai in Berlin.

Mit dem größten Kontingent in der Nachkriegsgeschichte nahm der TSV 1910 am Internationalen Deutschen Turnfest in Berlin teil. Sage und schreibe 42 Athleten, Kampfrichter, Betreuer und Übungsleiter machten sich mit dem Bus auf nach Berlin. Erstmals nach vielen Jahren nahmen Aktive des TSV auch an Turnwettkämpfen teil. So absolvierten Lisa Wörner, Stefanie Kopta, Teresa Hertlein und Antje Hartlep einen gemischten Wahlwettkampf, der bis zu drei turnerische und eine leichtathletische Übung beinhaltete.

Im Wettkampf Frauen 13-14 Jahre schlugen sich Anna-Katharina Rabenstein, Teresa Hertlein und Stefanie Kopta ausgezeichnet. An diesem Wettkampf nahmen 1061!!! Mädchen teil. Mit dem 151. Platz erzielte Anna-Katharina Rabenstein ein Spitzenergebnis. Ihre Leistungen: Boden 4,9 Punkte (von sechs möglichen Punkten), 75 m Lauf 6,65 Punkte, Weitsprung 7,0 Punkte und im Schleuderball 5,00 Punkte. In der Summe aller Disziplinen kam Anna-Katharina auf 23,55 Punkte. Teresa Hertlein erzielte mit 4,95 Punkten am Boden, 4,05 Punkte am Schwebebalken sowie 6,2 Punkte über 75 m und 6,10 Punkte im Weitsprung mit 21,30 Punkten den 321. Platz. Gleich drei Turnübungen (Boden 5,25 Punkte, Reck 3,8 Punkte, Schwebebalken 4,7 Punkte) hatte Stefanie Kopta in ihrem Wettkampf eingebaut. Zu den obigen Punkten kamen noch mal 4,9 Punkte aus dem Weitsprung, so dass Stefanie auf 18,65 Punkte kam, was den 586. Platz bedeutete. Immer vorausgesetzt bei 1061 Teilnehmerinnen.

Einen reinen Leichtathletik-Vierkampf absolvierten bei den 13 und 14 jährigen Mädchen Theresa Steinmüller, Julia Kreuzer, Lena Reuther, Anna-



Svenja Höhn

Lena Merkel und Nina Schmiedl. Besonders die Ergebnisse von Tehresa Steinmüller und Julia Kreuzer ließen aufhorchen. In diesem Wettkampf gingen immerhin 151 Aktive an den Start.

Theresa Steinmüller konnte mit 25,25 Punkten einen hervorragenden 16. Platz belegen. Bei ihren Einzelergebnissen ragen besonders die 75m in 10,5 Sek, die 30,61 m im Schleuderball und der Weitsprung mit 4,09 m heraus.

Julia Kreuzer war die Beste im Weitsprung mit 4,42 m. Die weiteren Ergebnisse: 75 m 10,6 Sek, Schleuderball 25,41 m und Kugel 6,04 m brachten sie am Ende ihres Wettkampfes auf 24,25 Punkte, was den 25. Platz bedeutete.

Mit Platz 59 von Lena Reuther, Platz 86 von Anna-Lena Merkel und Platz 91 durch Nina Schmiedl rundeten die TSV-Girls einen gelungenen Wettkampf ab.

In der nächst höheren Klasse starteten Lisa Wörner, Svenja Höhn und Franziska Summ. Lisa Wörner absolvierte ebenfalls einen Mischwettkampf aus Geräteturnen und Leichtathletik. Leider lief es bei Lisa nicht ganz nach Wunsch. So musste sie sich beim Schwebebalken mit für sie bescheidene 2,10 Punkte begnügen. Im Bodenturnen reichte es zu 4,15 Punkte. Im Sprint und im Weitsprung lief es dann wieder nach Plan und so konnte sie noch 12,30 Punkte für beide Disziplinen verbuchen. Platz 509 unter 1127 Teilnehmerinnen stimmte dann die Athletin wieder versöhnlich. Svenja Höhn, Franziska Summ und Dominique Grob legten einen ordentlichen

Wettkampf in der Leichtathletik hin. Der Lohn war für Svenja der 118. Platz, für Franziska der 140. Platz und für Dominique der 155. Platz unter 182 Teilnehmerinnen.

Jasmin Rabenstein startete als einzige TSV-Aktive bei den Mädchen 17-18 Jahre. Jasmin absolvierte ihren Vierkampf recht ordentlich. Allerdings wird sie mit dem Schleuderball auf absehbare Zeit keine Freundschaft schließen.

Kerstin Eckart, Kathrin Müller, Anne Rölz und Claudia Frank die eigentlich - wenn überhaupt - nur am TSV-Sportwochenende an den Start gehen, mussten sich ebenfalls im Vierkampf Leichtathletik bewähren. Alle vier machten das mit einer derartigen Freude, dass am Ende gute Resultate heraus kamen. Die Plätze 78 für Kerstin Eckart, 86 für Kathrin Müller, 127 für Anne Rölz sowie 158 für Claudia Frank unter 161 Teilnehmerinnen stellten alle zufrieden.

Dass sie es noch können stellten Jutta Oberndörfer und Tanja Schürmer in ihrem Wettkampf unter Beweis. Unter 42 Teilnehmerinnen in der Altersklass Frauen 30-34 Jahre erzielte Jutta Oberndörfer eine Spitzenplatzierung. Platz 6 war der Lohn für einen hervorragenden Wettkampf. Tanja Schürmer rundete mit Platz 23 das sehr gute Gesamtergebnis ab.

Antje Hartlep, die Trainerin der Turnerinnen absolvierte ebenfalls einen Mischwettkampf aus Turnen und Leichtathletik. Besonders hervor sticht bei ihrem Wettkampf die Bewertung am Reck. Von fünf möglichen Punkten erzielte Antje 4,20 Punkte. Platz



Vorbildlich: Antje Hartlep

156 von 226 Teilnehmerinnen stellte auch Antje zufrieden. Merkel Heidi absolvierte einen reinen Leichtathletik-Wettkampf. Sie konnte sich am Ende über den 31. Platz unter 63 Teilnehmerinnen freuen.

Dass die Männer hinter den guten Platzierungen nicht nachstehen wollten, zeigten die TSV-Aktiven, wenn sich auch Willfried Röthlingshöfer, unser Langstrecken-Ass, und unser V1 Jochen Prinzkosky, sehr schmerzhaft Zerrungen einhandelten.

Herausragend einmal mehr unser Spitzenmann Harald Köhler. Am Ende eines ausgeglichenen Wettkampfes stand für ihn die Zahl 11 unter 126 Teilnehmern zu buche.

Die früheren Leichtathletik-Asse Reiner Geißendörfer und Uwe Streckfuß ließen ihr sehr beachtliches Können noch mal aufblitzen. Reiner erreichte unter 91 Teilnehmer in seiner Klasse Platz 20. Uwe errang Platz 38.

Jochen Prinzkosky erreichte trotz schmerzhafter Verletzung den 283sten Platz unter 383 Teilnehmer. Hier wäre eine wesentlich bessere Platzierung möglich gewesen, wenn sich Jochen beim Weitsprung nicht verletzt hätte und daher nur 2,41 m in die Wertung brachte.

Gleiches gilt für Willfried Röthlingshöfer, der wahrscheinlich seinen ersten Vierkampf in der Leichtathletik absolvierte. Trotz Verletzung, ebenfalls beim Weitsprung zugezogen, erreichte er Platz 72 unter 104 Teilnehmern.

Gestählt aus unzähligen Straßenläufen kämpfte unser Senior Ernst Ripka tapfer. Mit dem 64. Platz unter 105 Teilnehmern war er mehr als zufrieden.

Insgesamt haben die TSV-Aktiven in Berlin alle Erwartungen erfüllt. Mit den Plätzen 6, 11, 15 und 16, um nur einige zu nennen, hätten die Verantwortlichen im TSV im Vorfeld nicht gerechnet. Ihr ward einfach Spitze. Weiter so!

Landesoffene Kreis-Hürdenmeisterschaften für Schüler A und B und Kreis-Mehrkampfmeisterschaften für Schüler A und B, Jugend A und B sowie Aktive am 05. Juni in Ipsheim

Bei ihrem Heimspiel zeigten sich die TSV-Aktiven von ihrer besten Seite.

So war es nicht verwunderlich, dass unsere Leichtathleten mit neun erungenen Kreismeisterschaften das erfolgreichste Team unter den zehn teilnehmenden Vereinen stellte. Vier zweite und ein dritter Rang rundeten den erfolgreichen Tag der TSV-Sportler ab.

Lena Reuther und Theresa Steinmüller waren mit jeweils zwei Erfolgen die erfolgreichsten TSV'ler. Lena Reuther erzielte bei ihrem Sieg in der Altersklasse W 14 elektronisch gestoppte 14,05 Sek über 80 m Hürden und im Dreikampf 1372 Punkte. Theresa Steinmüller wurde Meisterin über 60 m Hürden in 12,01 Sek und erzielte im Dreikampf 1302 Punkte bei den 13-jährigen Mädchen. Zu Kreismeisterehren brachten es außerdem Harald Köhler bei den Männern mit 1729 Punkten, Marius Zeller im Vierkampf der Schüler M 12, Jan Salomon im Vierkampf der Schüler M15. Daniel Müller siegte bei den 13-jährigen Schülern im Dreikampf und Jessica Rausch konnte ihren Wettkampf ebenfalls als Siegerin beenden. Sie wurde im Dreikampf Kreismeisterin bei den Schülerinnen W 12.

Für Lisa Wörner bedeuteten 1336 Punkte bei der weibl. Jugend B ebenso einen neuen Vereinsrekord wie für Marius Zeller bei den Schülern M 12 im Vierkampf. Hier liegt seit dem 5. Juni 2005 die Bestmarke bei 1526 Punkten. Lena Reuther in der Klasse Schülerinnen W14 löschte den bisherigen Rekord von Sandra Riehlein aus dem Jahr 1995 aus. Die neue Bestleistung steht nun bei 1372 Punkte. Die absolute Überfliegerin bei diesen Meisterschaften war Theresa Steinmüller. Neben den bereits erwähnten zwei Kreismeistertiteln gesellten sich an diesem Tag noch zwei neue Vereinsrekorde über 60 m Hürden in 12,01 Sek und im Dreikampf mit 1302 Punkten. Die weiteren guten Platzierungen entnehmen Sie bitte der Ergebnisübersicht.

Erfreulich - darum soll es auch hier seine Niederschrift finden - dass nicht nur die Aktiven Spitze waren. Die Organisation und Durchführung dieser Hürden- und Mehrkampfmeisterschaften war vorbildlich.

Horst Prinzkosky

Turnen - GYM CUP 2005 in Neustadt

Am 17. April nahmen Lisa Wörner, Teresa Hertlein, Anna-Katharina Rabenstein und Stefanie Kopta als Mannschaft an einem B-Wettkampf teil.

Jede der Teilnehmerinnen musste die vier Disziplinen Boden, Schwebelbalken, Stufenbarren und Pferdsprung absolvieren. Jeweils die schlechteste Bewertung wurde gestrichen und am Ende die Gesamtpunktzahl der Mannschaft errechnet. Im Gegensatz zu A-Übungen müssen B-Übungen nach speziellen Vorgaben selbst gestaltet werden. Und das ist das Zeitaufwändigste. Am Boden und am Schwebelbalken gibt es Zeitvorgaben, am Boden muss die Übung mit einer Musik begleitet werden und, nicht zu vergessen, die Pflichtelemente, die bei jedem Gerät vorgegeben sind. Die Vorbereitung auf einen Wettkampf ist enorm, vom eigentlichen Training ganz zu schweigen. Nach wochenlanger zeitintensiver Vorbereitung der Turnerinnen und ihrer Trainerin Antje Hartlep waren alle sehr aufgeregt und angespannt. Gleich die erste Disziplin war der Stufenbarren, ein Gerät, das wir in Ipsheim nicht haben. Um an diesem Gerät wenigstens einmal turnen zu können, fuhren die Turnerinnen mit ihrer Trainerin nach Diespeck, um beim DTV Diespeck ihr Programm einzuüben. Trotz dieser spärlichen Vorbereitung turnten die Mädchen super. Die nächste Disziplin, das Bo-

denturnen, ist traditionell eine Domäne der Ipsheimerinnen. Alle vier turnten auch hier ihre Kür hervorragend. Weiter ging es zum Pferdsprung. Nach einem Sturz, der Gott sei Dank glimpflich ausging, konnten auch hier wichtige Punkte gesammelt werden. Als letztes blieb noch der Schwebelbalken, genannt Zitterbalken, da er keine Aufregung verzeiht und man nur mit viel Ruhe eine ansprechende Übung zeigen kann. Das gelang unseren Mädchen nur bedingt, so dass sie sich hier unter Wert geschlagen haben. Bei der Siegerehrung waren die Mädels ein bisschen enttäuscht über ihren 5. Platz, aber doch zufrieden mit der Tatsache, dass sie nur 0,60 Punkte vom Vierten entfernt waren. Die Gesamtpunktzahl von 73,90 Punkten ist ein beachtlicher Erfolg, auf den man weiter aufbauen kann. Dazu ist ein weiteres regelmäßiges Training nötig. Denn bekanntlich kommt der Fleiß vor dem Preis.

Schade ist bei den Geräteturnwettkämpfen auch die Tatsache, dass die Trainerinnen immer als Kampfrichter eingesetzt werden und somit beim Wettkampf nicht bei ihren Turnerinnen sein können.

Karin Kopta



Anna-Katharina Rabenstein in der Standwaage

Laufveranstaltungen

Seit der letzten Ausgabe von Sportissimo lockten wieder viele Laufveranstaltungen unsere Läuferinnen und Läufer.

Nikolauslauf in Neustadt

Zunächst stand der Nikolauslauf in Neustadt/Aisch an, der von 21 Ipsheimer Sportlerinnen und Sportlern besucht wurde. Mit Julia Gröger, Eva Hartlep, Lena Reuther, Nico Gröger und Jan Salomon konnten die Schülerinnen und Schüler fünf Altersklassensiege für sich verbuchen. Weitere fünf Kids belegten einen Platz auf dem Siegerpodest.

In der Erinnerung der Kinder bleibt wohl erhalten, dass einmal nicht die Sportler, sondern die Moderatorin einen Fehlstart hinlegte. Sie gab zehn Minuten zu früh – nur mal so zum Test – das Startkommando. Und die Kinder, die bereits dicht gedrängt am Start standen, waren nicht mehr aufzuhalten und liefen los.

Im Hauptlauf über 10 km waren Heiko Bitzinger, Herbert Müller und Wolfgang Wörner für den TSV am Start. Herbert Müller war schnellster Ipsheimer Teilnehmer und belegte mit 36:36 min einen hervorragenden vierten Rang in seiner Altersklasse.

Weitere Veranstaltungen zum Jahreswechsel

Während der Wintermonate wurden der Nikolauslauf in Forchheim, der Silvesterlauf in Nürnberg und der Dreikönigslauf in Kersbach besucht. Die TSV-Kids zeigten hier durchwegs gute Leistungen, die in der Ergebnisübersicht am Ende dieser Sportissimo nachgelesen werden können.

Schnell in den Frühling!

Während der Frühlingsmonate häufen sich wieder die Laufveranstaltungen. An nahezu jedem Wochenende gibt's irgendwo einen Lauf und entsprechend häufig waren die Läuferinnen und Läufer des TSV auch unterwegs. Los ging es mit dem Neuhauser Straßenlauf. Es folgten der Rothseelauf, der Weinturmlauf in Bad Windsheim und der Osterlauf in Schwabach. Besucht wurden außerdem das Großenseebacher Frühjahrsmeeting, der Zwickellauf in Münchsteinach, der Ansbacher Citylauf sowie der Petersberglauf in Marktbergel.



Start des Schülerlaufs der Mädchen beim Dreifrankenlauf über 1 km mit den Ipsheimern Lena Gehret, Anika Rückert, Isabell Altenburg, Liska Scholz und Julia Gröger

Viele Siege, neue Bestleistungen und persönliche Erfolge erreichten die Ipsheimer bei diesen Veranstaltungen, die auch am Ende dieser Ausgabe nachgelesen werden können.

Dreifrankenlauf am 9. April in Burghaslach

Völlig neue Laufstrecken gab's beim Dreifrankenlauf in Burghaslach. Der Veranstalter hatte den Lauf in einen benachbarten Ortsteil verlegt. Für die Schülerinnen und Schüler wurde ein 1 km langer Rundkurs durch den Wald angeboten. Die Größeren liefen dieselbe Strecke zweimal.

Fünf Siege konnten die Ipsheimer Kids mit ihren mitgereisten Fans und Betreuern am Ende feiern. Dazu zählten Julia und Nico Gröger, Lena Reuther, Marius Zeller und Markus Rückert. Einen Platz auf dem Siegerpodest erreichten Lena Gehret, Liska Scholz, Isabell Altenburg, Sven Salomon, Jan Rückert und Jan Salomon.

Der 10 km lange Hauptlauf führte die Läuferinnen und Läufer erstmals durch alle drei fränkischen Bezirke. Zwar überraschte die Läufer eine starke Steigung, mit der keiner gerechnet hatte, doch am Ende hatten alle gute Ergebnisse vorzuweisen.

So wurde Antje Hartlep zweite in ihrer Altersklasse.

Willfried Röthlingshöfer, Klaus Gröger und Ernst Ripka vervollständigten die Truppe bei den Erwachsenen.

Willfried überzeugte in seiner Altersklasse mit dem fünften Rang und der Super-Zeit von 39:45 min.

Unsere Marathon-Läufer unterwegs in Hamburg und Nürnberg

Der 24. April war für die Ipsheimer der Tag des Marathons. Wolfgang Wörner reiste nach Hamburg, um in der Hansestadt im Marathon an den Start zu gehen.

Aufgrund der vielen Teilnehmer war es für Wolfgang am Anfang schwierig, sein persönliches Tempo zu erreichen. Trotzdem erzielte er mit 3:06:15 Std. eine Zeit nahe seiner Bestzeit.

Zeitgleich fand in Nürnberg der zweite Stadtmarathon statt. Hier war Willfried Röthlingshöfer auf der Marathonstrecke unterwegs.

Sollte dies auch nur ein Test sein für einen 100-km-Lauf (in Worten: Hundert-Kilometer-Lauf!), an den sich Willfried im Juni wagen möchte, so lief es am Ende doch so gut, dass er mit 3:19:06 Std. nur 20 Sekunden über seiner persönlichen Bestzeit im Marathon blieb.

Ernst Ripka startete in Nürnberg im Halbmarathon. Vorgenommen hatte er sich 1:45 Std. für die 21 km. Strahlend berichtete er anschließend von seinen gelaufenen 1:41 Std. über die Halbmarathondistanz.

Michael Bially

Mehr als Laufen: Orientierungslauf

Angefangen hatte es mit einer E-Mail, die ich Anfang Februar dieses Jahres erhielt. Andreas Bode, ein Orientierungsläufer aus Höchststadt, hatte mich zu einem Orientierungslauf (ein Training unter Wettkampfbedingungen) eingeladen, den er selbst organisierte. Vom Orientierungslauf hatte ich schon des Öfteren gehört, wusste aber nie, wo ein solcher stattfand. Das war also die Gelegenheit!

Auch die Kids waren sofort begeistert, als ich ihnen davon erzählte. Noch offene Fragen waren in einem Telefongespräch schnell geklärt.

Was ist Orientierungslauf?

Orientierungslauf, kurz auch OL, ist ein Ausdauersport für Einzelsportler/innen und Gruppen und wird meist im Wald ausgetragen.

Dabei gilt es, mehrere Kontrollposten anzulaufen. An jeder Station wird die mitzuführende Kontrollkarte mit einer Lochzange markiert. Als Orientierungsmittel dienen eine genaue Karte im Maßstab 1:10000 und ein Kompass.

Die allgemeinen Wettkämpfe werden ohne Alterseinteilung in verschiedenen Schwierigkeitsstufen und Streckenlängen angeboten. Es sind sowohl Einzelstarts als auch kleine Mannschaften möglich, wobei jeweils zwei bis vier Läuferinnen und Läufer eine Mannschaft bilden.

Erstes Training

Am 26. Februar war es dann soweit: wir machten bei einem Training der OLG Höchststadt mit. Wir erfuhren alles Wichtige, vom Kartenlesen, die Bedeutung der Symbole bis hin zum Kompassseinsatz.

Der erste Test

Am 19. März konnten wir dann dieses Wissen erstmals anwenden. Der Trainings-Wettkampf stand an. Es waren nur wenige Teilnehmer da und so freute sich Andreas Bode, der Veranstalter, um so mehr über die sechs Läufer aus Ipsheim.

Wir bildeten zwei Gruppen. Jan Rückert, Jan und Sebastian Salomon die eine, Nico Gröger, Marius Zeller und ich die andere.

Wir hatten die kurze Distanz gewählt. Sie enthielt acht Posten und war zwei Kilometer lang – Luftlinie wohlge-merkt. Wie weit man dann wirklich



Ein erster Blick auf die Karte
(Jan Rückert und Michael Ammon)

lief, lag ganz allein am Orientierungssinn der Läufer.

Es starteten nicht alle Teilnehmer auf einmal, sondern immer nach einer Minute wurde ein Läufer oder eine Gruppe losgeschickt.

Die Gruppe mit Jan Rückert und Jan und Sebastian Salomon startete als erstes. Bald waren sie im Wald verschwunden. Dann war meine Gruppe an der Reihe. Wir bekamen eine Karte in die Hand gedrückt, es folgte noch eine kurze Erklärung, wo wir uns gerade befinden, und dann ging's los.

Auf Wegen, Quer-Feld-Ein, über Pflützen und durch Matsch.

Wir hatten keine größeren Probleme, die Posten zu finden. Die Kids hielten die Augen nach den Posten offen und ich versuchte mit der Karte den besten Weg zu finden.

18:14 Minuten brauchten wir schließlich, bis wir im Ziel waren. Wenig später traf auch die andere Gruppe ein. Damit belegten wir Platz eins und zwei. Eine tolle Leistung fürs erste Mal!

Orientierungslauf in Röttenbach

Davon motiviert, ging es am 5. Mai an den nächsten richtigen Wettkampf. Der Karpfen-OL in Röttenbach war die richtige Adresse dafür. Das Wettkampfgelände umfasste hier die Karpfenweiher und ein angrenzendes Waldgebiet.

Die Kids starteten beim 3 km langen Anfängerkurs mit zwölf Posten. Michael Ammon und Jan Rückert bildeten die eine, Simon Hertlein, Nico Gröger und Marius Zeller die andere Mannschaft.

Als Einzelstarter gingen auf der Anfängerstrecke über 5 km Klaus Gröger, Willfried Röthlingshöfer und ich an den Start.

Am Start wunderten wir uns noch darüber, dass die erfahrenen Orientie-

rungsläufer allesamt mit langer Kleidung auf die Strecke gingen, obwohl es an diesem Tag ziemlich warm war. Bald fand ich heraus warum: Kurz nach dem Start lief ich auf einem schmalen Pfad zwischen zwei Karpfenweihern und um mich herum lauter Brennesseln. Ich musste einen Wanderer vor mir überholen und so blieb mir nichts anderes übrig als durch die Brennesseln zu laufen.

Wenig später, kurz vor dem dritten Posten, war ich in einer Sackgasse angelangt. Vor mir ein nicht all zu breiter Bach, voll mit Wasser und dahinter dichter Wald. Den Bach zu durchqueren, wäre kein Problem gewesen, aber durch das Dickicht wollte ich mich nicht durchkämpfen. So musste ich einen Umweg in Kauf nehmen.

Bis Posten sieben lief dann alles perfekt. Beim achten Posten, der am Waldrand lag, hatte ich einige Schwierigkeiten. Ich kam an anderer Stelle aus dem Wald heraus, als ich geplant hatte und verlor damit viel Zeit.

Bei den restlichen Posten lief wieder alles wie am Schnürchen und so hatte ich nach 44:35 min alle Posten gefunden und war im Ziel. Nur 41 Sekunden hinter Willfried, der den zweiten Platz belegte. Für mich stand dann Platz drei zu Buche.

Für uns war der Orientierungslauf eine neue Erfahrung. Sichtlich Spaß gemacht hatte es allen unserer Teilnehmern. Und für alle stand am Ende fest: Da werden wir wieder dabei sein!

Michael Bially



Es hat sichtlich Spaß gemacht:
Die Ipsheimer Jungs (Simon Hertlein,
Marius Zeller und Nico Gröger) beim
Abstempeln an einem Posten



Das internationale Deutsche Turnfest in Berlin hat bei allen Beteiligten die verschiedensten Eindrücke hinterlassen. Lesen Sie hier die Tagebucheinträge unserer jungen Sportlerinnen Teresa Hertlein und Svenja Höhn, die beide zum ersten Mal an einem Deutschen Turnfest teilnahmen.



Liebes Tagebuch,

Samstag, 14.5.05

heute war der Tag der Abreise nach Berlin zum Deutsche Turnfest, auf das ich mich schon lange freute. Um halb sechs standen 41 TSV-Sportler und ich mit unseren gepackten Koffern am Marktplatz in Ipsheim und warteten auf den Bus. Nach dem nervenaufreibenden Verstauen der Koffer saßen um 6 Uhr alle im Bus und die weitere Fahrt nach Berlin verlief relativ reibungslos. In der Hauptstadt angekommen, empfingen uns die netten Helfer des Turnfests an der Julius-Hecker-Oberschule. Nach der Zimmereinweisung machten wir uns bei strömenden Regen auf den Weg zum traditionellen Turnfestumzug unter den Linden. Nachdem wir 2 1/2 Stunden im Nassen den Umzug angeschaut hatten, sind wir zum Trocknen und Aufwärmen in ein Cafe gegangen. Zum Abschluss des anstrengenden und langen Tages haben wir uns am Brandenburger Tor das atemberaubende Feuerwerk angesehen. Jetzt, nach 1 1/2 Stunden S- oder U-Bahn-Fahren, bin ich endlich in der Schule und bereite mich auf meinen Schönheitsschlaf J vor.

Gute Nacht!

Mein Liebstes,

Sonntag, 15.5.05

nach dem Regentag gestern hofften wir alle auf Wetterbesserung, doch Petrus wollte es anders. Im Regen machten wir uns auf den Weg zur Messe, in der wir die Karten für die gebuchte Stadtrallye abholen mussten. Bevor wir diese in Anspruch nahmen, gönnten wir uns eine kurze Mittagspause in der Messe. Als wir dann die Halle verlassen haben, begannen wir mit dem Mitmach-Angebot am Funkturm; wir waren so vertieft, dass wir nicht bemerkten, dass es aufgehört hatte zu regnen. Jetzt hieß es wieder S-Bahn fahren bis zur nächsten Station der Rallye. An diesem Tag schafften wir nur acht Stationen des Mitmach-Angebotes, welches den Jack- Point- Charlie und die Hackeschen Höfe enthielt; da uns nach fünf Stunden Laufen die Füße schmerzten, teilten wir uns in Kleingruppen auf, um die restliche Zeit mit Shoppen zu verbringen. Am Abend ging ein Teil von uns auf den Schlossplatz, wo Disko-Express die Stimmung aufheizte und der Rest der Gruppe versuchte etwas Essbares zu finden. Als wir um 0.30 Uhr in die Schule heimkehrten, vergnügten meine Freundinnen und ich uns noch einige Zeit mit eiskalten Duschen. L Nach diesem Schreck brauche ich meinen Schlaf.

also good night my sweety!

Mon Cherie,

Montag, 16.5.05

heute war Potsdam-Tag angesagt. Dort waren auf einer Wiese verschiedene Mitmachangebote, einige Ballspiele und verschiedene Stationen aufgebaut wie zum Beispiel: Eisklettern, Gewichtheben, Gummistiefelweitwurf und vieles andere mehr. Auch Vorführungen auf einer Magnetbühne waren zu sehen. Doch man konnte sich auch hervorragend an

einem stillen Plätzchen neben einem Teich von der Sonne bräunen lassen. J. Nach ein paar Stunden in der Sonne verließen wir Potsdam, um auf die sehenswerte Turnfestgala zu gehen. Dieses Spektakel dauert ca. 2 Stunden, in denen wir verschiedene Akrobatikübungen und fantastische Trampolinkunststücke miterleben konnten. Der absolute Höhepunkt waren die Schweißperlen auf der Stirn des berühmten Tänzers Detlef D! Soost, der das Publikum zum Kochen brachte.

Nach diesem Erlebnis fuhren wir alle zufrieden in der übervollen U-Bahn nach Ahrensfelde zu unsrer Schule. Und jetzt sitze ich in meinen Schlafsack und bin überglücklich, dass ich bei diesen Ereignissen dabei sein darf.

Bon nuit, dein Schatzi ♥

Hi my friend,

Dienstag, 17.5.05

dieser Tag begann mit einem Messebesuch (andere hatten Wettkampf oder waren bei der Turnfest-Akademie). In den Hallen konnte man:

§ Relaxen (in der Wellnesshalle)

§ Sportarten ausprobieren (Inliner, Handball, Klettern, Tischtennis, Schießen, ...)

§ Vorführungen in allen Bereichen anschauen (z.B. Aerobic, Gymnastic, Rope-Skiping, ...)

Um 19.00 Uhr trafen sich die TSV-Sportler und ich an der Gedächtniskirche, um anschließend eine Stadtrundfahrt zu machen. Felix und Harald, die beiden Führer, zeigten uns das Brandenburger Tor, die Häuser der verschiedenen Botschaften der Länder Japan, Indien, Schweiz, Austria, arabische Staaten und noch viele mehr. Außerdem sahen wir das Sony-Center, das Reichstagsgebäude und noch viele andere tolle Sehenswürdigkeiten. Nach 1 1/2 Stunden verabschiedeten wir uns von unseren Führern und stiegen in das Berliner Nachtleben ein.

Also Bye, bis dann, deine Freundin

Mein Bestes,

Mittwoch, 18.5.05

heute war der Tag des Wettkampfes; ich musste trotz Müdigkeit am Boden und Schwebebalken turnen, 75m sprinten und sollte so weit wie möglich in die Sandgrube springen. Nach 2-stündiger Fahrt war ich endlich in der richtigen Halle, in der ich um 11.00 Uhr mit meinem Wettkampf anfang. Um 16.00 Uhr hatte ich - ausgepowert - meine Medaille für die abgelegten Disziplinen (natürlich war ich stolz, dass ich es ganz gut überstanden hatte). Danach beschlossen meine Freunde, Begleiter und ich, in die Messehallen zu gehen. Anschließend gab es einen bunten Abend in der Schule, es war ein großes und leckeres Buffet aufgebaut. Die Sportler und ich spielten Karten oder unterhielten uns.

Jetzt ist aber Schlafenszeit!!! Bis morgen!

Liebstes Tagebuch,

Donnerstag, 19.5.05

heute standen der Besuch des Reichstagsgebäudes, der Großstadtdschungel und als Höhepunkt die Deutschen Meisterschaften im Geräteturnen auf dem Programm. Wir mussten ziemlich früh aus unseren Schlafsäcken, da wir um 11 Uhr unser "Date" J mit dem aus Oberzenn kommenden uns Bundestagsabgeordneten Christian Schmidt hatten. Zuvor mussten wir aber strengen Sicherheitskontrollen



unterziehen, bis wir schließlich im Gebäude waren. Nach einer kurzweiligen Rede über Dinge, von denen wir im Geschichtsunterricht irgendwann schon was gehört hatten, politische Sachen und deren historische Hintergründe, schleuste uns der Politiker ohne große Wartezeit nach oben zur Reichstagskuppel, von der man einen fantastischen Blick über ganz Berlin genießen kann. Wir verabschiedeten uns von Herrn Schmidt und entschlossen uns, Mittag zu essen. Anschließend führten wir den Großstadtdschungel durch, der aus verschiedenen Stationen bestand wie zum Beispiel Klettern, Dreisprung und anderen spielerisch gestalteten Sportarten. Als Belohnung für unsere Anstrengungsbereitschaft bekamen wir einen Ansteckpin. Die Zeit bis zum Abend überbrückten wir mit Shoppen und Sightseeing. Dann am Abend war einer der Höhepunkte des Programms. Die Deutsche Meisterschaft mit dem Publikumsliebling Fabian Hambüchen am Pferd, Barren und dessen Königsgerät, dem Reck. Außerdem hatten noch die Frauen ihre Übungen am Boden und Schwebebalken zu absolvieren. Ganz besonders faszinierend waren die Übungen am Reck, bei denen Hambüchen sich mit einer grandiosen Leistung (wie auch am Barren) Platz eins sicherte. Nach dieser Veranstaltung verließen wir das Velodrom und fuhren zurück in die Schule, in der wir noch bis 3 Uhr auf unseren Schönheitsschlaf verzichteten. Doch jetzt ist es Zeit zum Schlafen, denn morgen stehen weitere anstrengende Shoppingtouren auf dem Programm.

good night! Your writer

Hi mein Geheimniswahrer,

Freitag, 20.5.05

heute waren wir, während unser 1.Vorstand beim Weitsprung vor Schmerzen schrie, (nur zur Info: hatte eine Zerrung) shoppen im Sony-Center und im KaDeWe (Preise und Waren werden hier nicht veröffentlicht J). Danach sind wir alle, 42 TSV-Sportler, zum Olympiastadion gefahren, wo die Schlussfeier stattfand. Es war ein Zusammenspiel von vielen Leuten mit Tanz und Gesang. Besonders hat mir der Auftritt von Joy, die mit den Turnfestsong "Berlin bewegt uns" aufgetreten ist, gefallen. Trotz Durch-Mach-Plänen für die Nacht sind wir jetzt so müde, dass wir alle in unseren Schlafsack hüpften.

Also Gute Nacht!

Hey Du!

Samstag, 21.5.05

ich sitze jetzt im Bus nach Ipsheim. Um mich herum viele müde Gesichter, denn die Woche war wunderschön, doch anstrengend. Die Wartezeit im Bus überbrücken wir mit Tratschen, Zeitschriften lesen und Stadt-Land-Fluss spielen. Der Schlussgedanke dieser grandiosen Reise ist

Beindruckend

Emotional

Rastlos

Lustig

Interessant

‘Berli**N** bewegt uns’



Frankfurt 2009
wir kommen!

Info der Redaktion:
Frankfurt ist der Austragungsort
des Deutschen Turnfests 2009.

Trainingslager in Neustadt/Aisch vom 31. März bis 2. April 2005



Unterbringung: Blockschulheim
Einzel- / Doppelzimmer

Teilnehmer: 69 sportliche TSV-Kids

Wetter: kalt/windig/ trocken
⇒ `a glaans bissla Sunna had scho gschiena`

Essen: Hamburger
Rigattoni mit Hackfleischsoße
Bratwürste im Brötchen
Kuchen, Nutellabrötchen, Eis
und vieles mehr



Training:

Hürden	⇒ Silvia
Ball/Speer und Spiel	⇒ Michi und Manu
Sprint	⇒ Karin und Petra
Sprung	⇒ Ute, Jutta und Heidi
Ausdauer	⇒ Üv und Jochi

Freizeit: Nachtwanderung mit Besuch der Eisdiele Venezia
Schwimmen im Hallenbad



besonderes Erlebnis:

Samstagvormittag für alle Orientierungslauf am Sportgelände

Höchstleistung: in einem Doppelzimmer übernachten 6 Mädels

als Erinnerung: ein Gruppenbild für jeden Teilnehmer

Fazit:

**Zwei schöne sportliche Tage bei guter Verpflegung und wenig Schlaf mit vielen netten TSV-Sportlern.
(`und woas dazugernt ham mer a nu!`)**

Simon Hertlein



69 Kinder im Alter von 6 bis 16 Jahren nahmen in diesem Jahr mit ihren elf Betreuern am Trainingslager teil.

Kinder- und Flutlicht-Siebenkampf

Gemäß dem olympischen Motto „Dabei sein ist alles“ veranstaltete der TSV Ipsheim für seine Mitglieder einen leichtathletischen Siebenkampf der etwas anderen Art. Dutzende von Sportlern im Alter von 5 bis 48 Jahren beteiligten sich am vereinsinternen Kräftenessen.

Zuerst waren die jüngeren Wettkämpfer an der Reihe, die sich mit viel Eifer und der Unterstützung der Eltern in den Wettkampf stürzten. Medizinball-



Ein beliebtes Wurfgerät bei Kindern: die Wurfrakete (Vortex)



Gemeinsam wärmen sich die Kinder zum Siebenkampf auf

stoßen mit beiden Armen, Speerwerfen mit dem „Vortex“ - einem für die Kinder sehr ansprechendem Wurfgerät - Biathlon (200 m Lauf mit Zielwerfen auf einen Dosenstapel) oder Hochsprung sind nur eine kleine Auswahl der Disziplinen, die die Kinder zu bewältigen hatten. Eine Urkunde und ein schmackhafter Eisbecher belohnen die Kleinen für ihre Mühe. Hürdenlauf, Weitsprung, Speerwerfen,

Zielwerfen mit dem Volleyball und Kugelstoßen waren unter anderem die Herausforderung für die „Großen“. Diesen Wettkampf versteht der TSV Ipsheim als wertvollen Beitrag zum Pfingstferienprogramm für seine Mitglieder. Eine Neuaufgabe im nächsten Jahr ist bereits terminiert.

Ernst Ripka

1. Fränkischer Nordic-Walking-Tag in Ipsheim

Der 1. Fränkische Nordic-Walking-Tag in Ipsheim am 29.05.05 entpuppte sich bei seiner Premiere als Magnet für gesundheitsbewusste Nordic-Walker.

Nahezu 400 Kinder, Jugendliche und Erwachsene fanden den Weg in die Weinbaugemeinde am Fuße der Burg Hoheneck. Fünf oder zehn Kilometer wurden auf der eigens beschilderten Strecke angeboten.

Unter der kompetenten Anleitung geschulter Trainer des TSV Ipsheim wurden die ambitionierten Wanderer in die Technik des Nordic-Walking eingewiesen. Die Vielfalt und das Zusammenspiel des richtigen Bewegungsablaufes wurden von uns fachkundig vermittelt. In einigen vorgelagerten Übungsstunden brachte Silvia Ripka den Walking-Guides das not-

wendige Wissen bei. Für die Übungsleiter war dies eine interessante Erfahrung.

Unser Ehrenmitglied Robert Stark stattete der Übungsleitertruppe nach

getaner Arbeit einen Besuch ab und fühlte sich sichtlich wohl im Kreise der Damen und Herren.

Ernst Ripka



Ehrenmitglied Robert Stark zusammen mit den Nordic-Walking Guides



Neulich auf dem Pausenhof...

Zwei Drittklässler unterhalten sich: „Ich kann schneller rechnen als unser Lehrer.“
 „Dann sag schnell, was gibt 5 mal 5?“
 „77!“
 „Aber das ist doch total falsch!“
 „Ja, schon, aber dafür total schnell!“

Und dann beim Heimgehen...

„Warum weinst du denn, Kleiner?“
 „Weil kein Auto kommt.“
 „Na und?“
 „Wir haben heute in der Schule gelernt, dass man erst dann über die Strasse gehen darf, wenn das Auto vorbei ist!“

Das große TSV – Kreuzworträtsel

Narren- ruf	Königs- gerät b. Turnen	Kurz f. Body Mass Index	Fand zum ersten Mal statt	Ort d. deut. Turnfests	Sponsor des TSV
				schnell laufen	
Turngerät		Hilfs- mittel in d. LA	Sprün- gschuhe	Sprung- gerät	
	Laufver- anstalt. d. TSV				
Disziplin im Dreikampf					
					Narr in Uniform
	Wurf- gerät			Abk. Sekunde	
			Turner- anstalt in Neustadt		
Spitzname von Uwe					
			Monat des Herrn- weckens		
		Maß- einheit			
Mann- schaft f. d. Leicht- athletik			Monat d. Sport- wochen- endes	Best- leistung	
					Vereins- farbe
		Hilfs- mittel beim Turnen			Abk. Turn-u. Sport- verein
	Vereins- fotograf				

19. TSV Sportwochenende



Einen besonderen Event stellt auch in diesem Jahr das nunmehr 19. Sportwochenende des TSV- Ipsheim dar. Die Vorbereitungen hinsichtlich der Veranstaltung laufen bereits auf Hochtouren.

Tischtennis

Eingeläutet wird das Sportwochenende am Freitagabend um 18.00 Uhr, wenn die Tischtenniscracks spannende Finalsiege austragen

Turnwettkämpfe

Am Samstagmorgen können ab 9.30 Uhr graziöse Turnerinnen an den Geräten Reck, Schwebebalken, Pferd (Bock) sowie am Boden bewundert werden.

Spiel / Spaß / Spannung

Der Samstagnachmittag hat für Groß und Klein wieder einiges zu bieten.

Badminton

Ab 14.30 Uhr geht es bei den Badmintonvereinsmeisterschaften um Satz und Sieg.

Auf unsere Minnis warten auf und rund um den Sportplatz wieder tolle Mitmachangebote.

Inline- Skating

Der Startschuss für die Inline- Skating-Vereinsmeisterschaft fällt um 17.00 Uhr in der neuen Siedlung.

Kulinarisches

Um 19.00 Uhr kann auf dem Sportgelände zu Abend gegessen werden, bevor um 20.00 Uhr das Abendprogramm beginnt.

Unterhaltung / Attraktionen

Das **Abendprogramm** verspricht auch in diesem Jahr wieder ein ganz besonderer Höhepunkt zu werden. Beim Genuss von Cocktails und anderen Leckereien können sich unsere Gäste von Vorführungen verschiedenster Art, von Musik, Show sowie von lustigen Mitmachangeboten verzaubern und mitreißen lassen.

Fackelcrosslauf

Zum Abschluss des Samstagabends begeben sich Groß und Klein auf die ca. 1,5 Km lange Strecke durch die neue Siedlung. Gestartet wird in zwei Läufen. Im ersten Lauf starten die weiblichen, im zweiten Lauf die männlichen Teilnehmer.

Ausklang Samstag

Einen gemütlichen Ausklang finden unsere Gäste am **Lagerfeuer** oder in einer anderen gemütlichen Runde. Wie auch in den Jahren zuvor ist es jedem

vom 22. bis 24. Juli

freigestellt im eigenen Zelt auf dem Sportplatz zu übernachten.

Sonntag

Nach einer kurzen Nacht beginnt der Tag mit einem gesunden Frühstück auf dem Sportplatz, wonach im Anschluss der Gottesdienst stattfindet.

Leichtathletik

Ab 11.30 Uhr kann ein **Mittagessen** auf dem Sportplatz eingenommen werden. Anschließend findet, als Vorbereitung auf die Leichtathletik-Wettkämpfe, das gemeinsame Aufwärmen statt. Die Wettkämpfe werden pünktlich um 13.30 Uhr gestartet. Nach anstrengenden Wettkampf können Athleten und Zuschauer sich bei einigen Vorführungen entspannen.

Hoch hinaus

Abgerundet wird der Wettkampftag mit dem traditionellen **Hochsprungwettbewerb**, der zum Schluss noch mal für Spannung sorgt.

Antje Hartlep



Die Sieger der einzelnen Wettbewerbe erhalten einen Pokal. Alle Teilnehmer werden, gebührend ihrer Leistungen, mit einer Medaille und einer Urkunde belohnt.

Läuferinnen und Läufer aufgepasst:

6. Ipsheimer Weinberglauf

Am 9. September ist es wieder soweit: der TSV startet seinen 6. Weinberglauf!

Auf ausschließlich asphaltierten Straßen und Wegen führen drei unterschiedliche Strecken durch die Ipsheimer Weinberge. Alle Wettbewerbe starten an der ersten Weinbergseinfahrt.

Diesmal zwei Schülerläufe

Auf einer Strecke von 1200 m, die aufgrund ihrer Steigungen durchaus als anspruchsvoll tituliert werden kann, wird den jungen Läuferinnen und Läufern im Alter von 6 bis 15 Jahren alles abverlangt. Aufgrund der hohen Teilnehmerzahlen in den letzten Jahren gibt es in diesem Jahr zwei Schülerläufe. So starten die Mädchen bereits um 17.15; die Jungen beginnen dann um 17.35 Uhr ihren Lauf.

Die Hobbyläufer gehen um 18.00 Uhr auf ihre 2400 m lange Strecke, ehe um 18.45 Uhr der Hauptlauf beginnt, bei dem ein Höhenunterschied von mehr als 100 m zu bewältigen ist und den Läuferinnen und Läufern einiges abverlangt wird. Nach 5800 m endet die Strecke am höchsten Punkt der Weinberge mit einem - falls man noch oder schon wieder den Blick dafür hat - grandiosen Ausblick, den jeder Athlet ganz anders genießen kann als wenn er mit dem Auto hochgefahren wäre. Jeder, der die Strecke durchlaufen hat, weiß wovon die Rede ist.

Der TSV hat in den vergangenen Jahren viel Lob für eine (fast) perfekte Organisation dieser Veranstaltung eingeholt und sich auch für dieses Jahr viel vorgenommen. Allen Teilnehmern steht im Ziel natürlich wieder der obligatorische Fahrdienst zur Verfügung, der die Läuferinnen und Läufer sowohl in den Startbereich als auch zum Umkleiden und Duschen bringt. Auch für das leibliche Wohl der Zuschauer und Teilnehmer ist gesorgt. Das bewährte TSV- Catering- Team hält wieder viele Schmankerln bereit.

Und, Appetit bekommen?



Aber was wäre so ein Lauf ohne Publikum!

Wie jede Sportveranstaltung steht und fällt unser Weinberglauf mit den Zuschauern. Deshalb unser Appell an alle TSV- Mitglieder und Ipsheimer: Kommt zahlreich an die Strecke und unterstützt lautstark Eure Freunde und Bekannten und alle anderen Teilnehmer!

Infos und Anmeldung

Falls Ihr noch Fragen habt, könnt Ihr Euch gerne an

Ernst Ripka, Tel.: 0170/9039480

wenden. Anmeldungen zum Weinberglauf nimmt

Michael Bially, Tel.: 09846/978681 entgegen.

Weitere Informationen und Anmeldung auch im Internet unter

www.tsv-ipsheim.de

oder per eMail an

weinberglauf@tsv-ipsheim.de

Ganz wichtig: Trainingstermine

Ohne Fleiß kein Preis!

Natürlich darf man nicht unvorbereitet in einen Wettkampf gehen. Der TSV bietet deshalb zur Vorbereitung folgende Trainingstermine an:

Donnerstag, 25. August

Montag, 29. August

Donnerstag, 1. September

Montag, 5. September

Wir treffen uns jeweils um 18.30 Uhr an der ersten Weinbergseinfahrt.

Noch besser: Ihr fangt gleich mit dem Training an und kommt am Samstag in unseren Lauftreff, der jeweils um 17.00 Uhr an der Festhalle startet.

Bis dahin.....

Erhard Hertlein



Montag ist Frauen-Power angesagt

Schon seit jeher bietet der TSV immer montags den Frauen Gelegenheit, für sich und ihren Körper etwas zu tun. Ab 19.15 Uhr trainiert die jüngere Generation, ab 20.15 Uhr ist dann „50 Plus“ angesagt.

Beide Gruppen finden sehr großen Zuspruch, so dass jeweils 25 bis 35 Frauen aktiv dabei sind. Im Vordergrund stehen bei beiden Gruppen das Herz-Kreislauf-Training sowie die Stärkung des Muskel-Skelett-Systems. Dabei kommen die verschiedensten Sportgeräte und Trainingsmethoden zum Einsatz. Aerobic, Step-Aerobic,



Die jüngere Generation beim Bauchmuskeltraining



Ehrenmitglied Betty Täufer ist mit 80 Jahren immer noch aktiv dabei

Pilates, Wirbelsäulen- und Beckenbodengymnastik - um nur einige zu nennen - sind abwechselnd die Themen,

mit denen gearbeitet wird.

Balanceübungen, Koordinationstraining und Muskelentspannung sind ebenfalls Teil der Übungsstunde. Hantel, Ball, Thera-Band, Noodle, Flexa-Ring und andere Geräte unterstützen die funktionellen Übungen. Im Mittelpunkt steht dabei nicht das Trainieren einzelner Muskelpartien, sondern - wie auch die Tendenz im Trendsport zeigt - immer mehr das Ganzkörpertraining.

Die Stunde wird von entsprechender Musik unterstützt. Nachdem wir auch den geselligen Teil nicht zu kurz kommen lassen wollen, treffen wir uns jeweils vor der Sommer- bzw. Winterpause zu einem gemütlichen Abend am Sportplatz oder in einer Weinstube. Dort wird dann mehr die Lach-Kau-Muskulatur trainiert, was nicht minder anstrengend ist!

„Spaß an der Bewegung“

das ist mein Motto für beide Stunden. Als Übungsleiterin freue ich mich immer ganz besonders, wenn sich viele Frauen am Montag die Zeit für den Sport nehmen. Und vor allem, wenn sie mit einem Lächeln im Gesicht kommen und dann auch nach der Stunde noch lächelnd gehen!

Übrigens: in der Festhalle ist auch für dich noch genug Platz. Wenn du also Lust hast, bei uns mitzumachen, bis du jederzeit herzlich willkommen. Für den Einstieg in eine Gymnastikgruppe ist es nie zu spät!

Silvia Ripka



Auch Step Aerobic gehört zum Angebot

Die Übungsleiterin:

Silvia Ripka, 43 Jahre

Seit über 25 Jahren Übungsleiterin beim TSV, zuerst Kinderturnen und Leichtathletik, seit 15 Jahren Frauensport.

1986 Übungsleiterausbildung
Fachrichtung Leichtathletik

1996 Ausbildung zur Präventiv-
übungsleiterin (Herz-Kreislauf,
Wirbelsäule und Entspannung)

2004 Ausbildung zum Nordic-
Walking-Guide

Was tun mit den Pfunden??

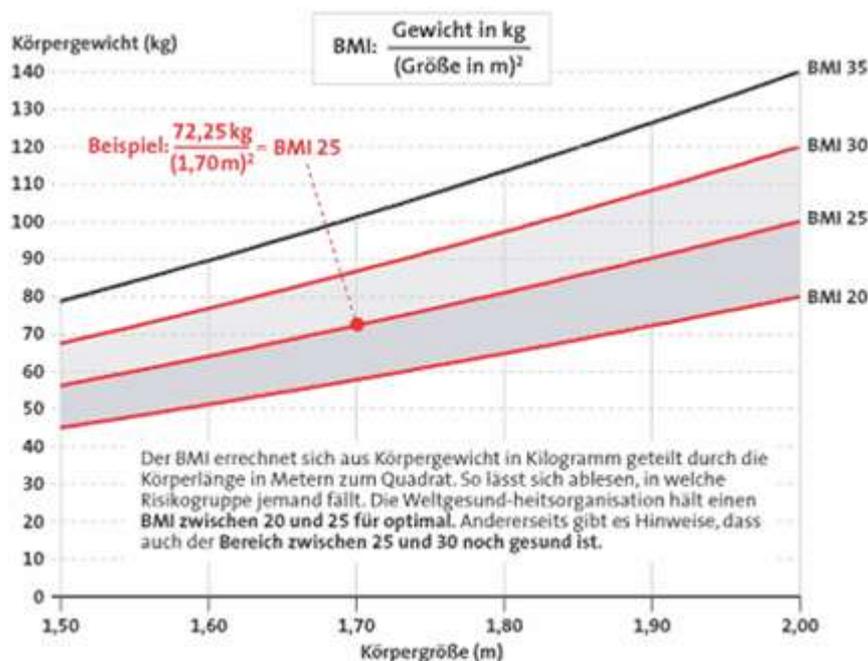
Gerade im Frühjahr ist wieder die Zeit, wo jede Mode- und Frauenzeitschrift eine andere „Ideal-Diät“ anpreist. Doch genauso wiederkehrend ist der Jo-Jo-Effekt, das heißt, das in kurzer Zeit abgehungerte Gewicht ist „in Nullkommanix“ wieder oben.

Dabei ist es oft gar kein Übergewicht, das uns eine neue Diät ausprobieren lässt. Das gängige Schlankheitsideal, das uns die Top-Models Tag für Tag in der Werbung vor Augen führen, verschleiert unseren Blick auf die Waage und in den Spiegel. Gerade für junge Mädchen ist das oft der Anfang von Magersucht und gestörtem Essverhalten.

Kennen Sie Ihren BMI?

Ob im medizinischen Sinne Übergewicht vorhanden ist, lässt sich leicht am Body-Maß-Index (BMI) ablesen. Der BMI errechnet sich nach einer kompliziert klingenden Formel:

$$\text{BMI} = \text{kg/m}^2$$



Abnehmen ohne Diät?

Nur eine Ernährungsumstellung kann einen dauerhaften Erfolg aufweisen und verhindert den Jo-Jo-Effekt. Drei Dinge sind wichtig:

- Das Wissen, was sollte ich essen, bzw. was sollte ich eher lassen;
- das Essverhalten, das es zu ändern gilt (und das keine Diät berücksichtigt)
- Zwei- bis dreimal pro Woche Ausdauersport (Walken, Wandern, Radfahren, Schwimmen)

Der beste Garant für langsames, aber dafür lang anhaltendes Abnehmen, bzw. das Halten des Gewichts ist eine ausgewogene, gesunde und kalorienreduzierte Basiskost.

Wie ist die Basiskost zusammengesetzt?

Täglich reichlich **Obst und Gemüse/Salate** heißt wenig Kalorien, dafür aber viele Vitamine, Mineralstoffe und

sekundäre Pflanzenstoffe. Viele Vitamine und Mineralstoffe, so z. B. das Calcium, sind notwendig für den chemischen Prozess der Fettverbrennung und begünstigen dadurch das Abnehmen. Außerdem liefern sie Vitalität und sättigen auf leichte Art.

Fett sollte gespart werden, bzw. wenn Fett, dann sollten pflanzliche Fette und Fischfette bevorzugt werden. Raps- und Olivenöl mit ihren einfach ungesättigten Fettsäuren und Fischöle mit ihren Omega-3-Fettsäuren wirken gefäßschützend und beugen dadurch Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor. Deshalb: gesättigte Fette aus Wurst, fettem Fleisch, fettem Käse, Sahne, Süßigkeiten usw. sollten eingespart werden!

Lebensmittel, die den Blutzucker nicht so schnell in die Höhe treiben, sind vorzuziehen, da sie anhaltender sättigen. Der Insulinspiegel bleibt niedriger und die Fettverbrennung wird nicht behindert. Zu diesen Lebensmitteln gehören z. B. **Obst und Gemüse, Vollkornprodukte, Nudeln, Hülsenfrüchte, Vollkornreis**. Weißmehl und Zuckerprodukte sind eher zu meiden. Als **Eiweißlieferanten** dienen mageres Fleisch, zwei- bis dreimal pro Woche Fisch, Eier in moderaten Mengen und fettarme Milchprodukte.

Noch ein paar Hinweise zum Essverhalten: Hinterfragen Sie mal Ihre Essgewohnheiten: wann esse ich, warum, wo? Ist es Stress, Langeweile oder nur Gewohnheit? Atmen Sie mal erst bewusst durch, bevor sie die Kühlschranktüre aufreißen. Hilfreich ist auch, das langsamere Essen zu üben. Dauert die Mahlzeit nur 10 Minuten, reagiert das Sättigungszentrum im Gehirn noch nicht und sie essen weiter. **Langsamer essen heißt weniger essen!**

Zu guter Letzt:

Abnehmen durch den Zwang einer Diät wird auf Dauer nicht funktionieren. Eine vernünftig zusammengestellte Basiskost kombiniert mit Ausdauersport beugt Übergewicht vor!

Silvia Ripka

Unter 20	Sie haben Untergewicht ; jede Gewichtsabnahme ist gefährlich
20 bis 25	Sie haben Normalgewicht , die beste Voraussetzung um lange und gesund zu leben
25 bis 30	Sie haben mäßiges Übergewicht : Sie sollten nicht weiter zunehmen. Wenn Sie bereits unter Bluthochdruck, Diabetes und Fettstoffwechselstörungen leiden, kann sich eine Gewichtsabnahme positiv auf diese Faktoren auswirken
Über 30	Sie haben Übergewicht . Jede Gewichtsabnahme bringt gesundheitliche Vorteile
Über 40	Sie haben massives Übergewicht . Das Risiko für gesundheitliche Störungen ist sehr hoch, reden Sie mit Ihrem Arzt!

Der TSV Ipsheim beim Deutsches Turnfest 1953 in Hamburg

Vorwort

Mit der Rubrik „Geschichte“ wollen wir ab dieser Ausgabe von Sportissimo vor allem den jüngeren Vereinsmitgliedern die vielen großen Ereignisse, aber auch Geschichten und Anekdoten die sich in der nun fast 95 jährigen Vereinsgeschichte ereigneten, berichten und näher bringen. Für die älteren Vereinsmitglieder wird beim Lesen sicherlich so manche Erinnerung wieder lebendig. (Das ist auch der Sinn und Zweck dabei)

Da erst vor wenigen Wochen das Internationale Deutsche Turnfest in Berlin stattfand, von dem an anderer Stelle in Sportissimo berichtet wird, lag es nahe, den ersten Beitrag in der Rubrik „Geschichte“ über ein vergangenes Deutsches Turnfest zu berichten.

Da mir an unserer Vereinsfahne das Fahnenband vom Deutschen Turnfest 1953 in Hamburg auffiel, begann ich über dieses Ereignis zu recherchieren. Dabei lag es nahe, mich bei unseren Ehrenmitgliedern Ernst Hennefelder und Robert Stark sowie bei unserem früheren Spitzenleichtathleten Leo Zeller zu informieren.

Das Turnfest

„Drei Turner zogen aus, um das „Tor zur Welt“, wie man Hamburg auch bezeichnet, „zu erobern“:

In Hamburg fand das erste Deutsche Turnfest der Nachkriegsgeschichte unter der Schirmherrschaft von Bundespräsident Prof. Dr. Theodor Heuss, statt. Die Historie berichtet zwar, dass es bereits 1948 das Frankfurter Turnfest gegeben hat, das der Deutsche Arbeitsausschuss Turnen durchführte. Den DTB gab es bis dato nicht. Nachdem 1950 in Tübingen der Deutsche Turnerbund (DTB) gegründet wurde, war Hamburg tatsächlich das 1. Deutsche Turnfest, das der Deutsche Turnerbund ausrichtete.

Entsprechend war auch das Motto unter das sich 23 000 Teilnehmer und Teilnehmerinnen stellten:

„Paulskirche und Michel, erste Wegzeichen der neuen deutschen Turnbewegung“:

Dies wird damals unsere drei Turner Ernst, Leo und Robert nicht sonderlich interessiert haben.

Parallelen zu den heutigen Turnfesten finden sich bei einem Vergleich viele. So dauerte das Deutsche Turnfest vom 2. –9. August, also eine ganze Woche, wie heute auch noch.

Unsere drei Turnfestteilnehmer fuhren mit dem Zug in die Hansestadt, was teilweise auch heute noch gemacht wird.

Zur damaligen Zeit war es üblich, ob bei Gau-, Bezirks- oder Landesturnfesten oder gar beim Deutschen Turnfest, dass die Teilnehmer, allen voran Wettkämpfer und Kampfrichter, in Gastfamilien untergebracht waren. Ernst Hennefelder erinnerte sich noch daran, dass sie bei einer jungen Familie untergebracht waren. Das gereichte unseren jungen Männern zum Vorteil, denn das junge Paar zeigte unseren Sportlern das „Nachtleben von Hamburg“. Nähere Einzelheiten wurden zwar bereitwillig erzählt, sollen aber bei den jeweiligen Teilnehmern persönlich erfragt werden. Nur eine Episode sei erwähnt. Früher gab es die berühmten Bars, wo an jedem Tisch ein Telefon stand. Man konnte mit jeder weiblichen Person per Telefon Kontakt aufnehmen.

Unsere jungen Männer waren begeistert von dieser Möglichkeit, war es für sie doch etwas Besonderes und nicht alltäglich. Leider verboten sich weitere Aktivitäten mangels Masse. (Cash) An anderer Stelle des Gespräches kam man auf die Verpflegung zu sprechen. Frühstück war ja bei den Gastfamilien. Um die restliche Verpflegung mussten sich die Teilnehmer selber kümmern. Unsere Turner waren in der glücklichen Lage, dass zwei der drei bei der Eisenbahn beschäftigt waren und so konnten sie in der Eisenbahnerkantine günstig essen. Selbstverständlich wurde auch der Dritte im Bunde mit eingeschleust.

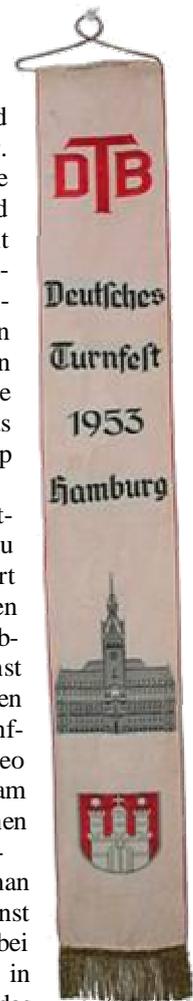
Leider hatten diese Idee mehr Turnfestteilnehmer als der Bahn lieb war und so wurde dann am vierten Tag nach den Ausweisen verlangt. Da der Eine keinen vorlegen konnte, durfte er auch nicht mehr in die Kantine. Aus Solidarität zu seinem Spezi verzichtete dann der andere auch auf das schmackhafte Kantinenessen und so verpflegten sie sich den Rest der Woche in der „Fischküche“, wo nach Aussage der Teilnehmer das Essen

auch sehr gut und preiswert war. Schließlich musste man ja aufs Geld schauen denn mit 50,-- DM im Gepäck hieß es haushalten. Im Übrigen zahlte der Verein schon damals die Fahrtkosten, was heute ja im Prinzip auch noch so ist.

Zu den Wettkämpfen ist zu sagen, dass Robert Stark einen reinen Turnwettkampf absolvierte, Ernst Hennefelder einen gemischten Fünfkampf und Leo Zeller, was er am besten konnte, einen Leichtathletik-Dreikampf. Wenn man bedenkt das Ernst Hennefelder bei seiner Bodenübung in einem eigens für das Deutsche Turnfest aufgebauten Zelt auf dem Holzboden ohne Matte turnen musste, kann man nicht vom großen Komfort der heutigen Weichbodenmatten sprechen. Allen Respekt. Aber man war sicherlich auch nicht so verwöhnt wie heute.

Im Gegensatz zum Deutschen Turnfest in Berlin 2005 gab es in Hamburg 1953 eine Siegergrenze. Diese musste erreicht werden, um den Siegerkranz, damals ein Kranz aus Eichenlaub mit rotem und weißem Band und eine Urkunde zu bekommen. So hart waren damals die Regeln.

Weitere Festveranstaltungen wurden selbstverständlich auch besucht. So waren unsere Aktiven beim Turnen Olympischer Zwölf-Kampf, was den heutigen Deutschen Meisterschaften entspricht. Eine weitere große Attraktion war das Lichterfest auf der Alster. Fast vier Stunden wurde die Alster mit ihren weiträumigen Ufergelände in ein Lichtermeer verzaubert, ehe ein zur damaligen Zeit schon grandioses Feuerwerk, bei dem sich die bunten Raketten in der Alster widerspiegelten, das Spektakel beendete.



Dass in Hamburg das Wetter auch nicht immer mitspielte - genau wie in Berlin - mussten unsere drei zur Kenntnis nehmen. Der geplante Rundflug über Hamburg musste genauso wie eine Fahrt nach Helgoland wegen zu großer Windstärken buchstäblich ins Wasser fallen bzw. abgeblasen werden.

Einen weiteren Höhepunkt erlebten Robert und Ernst dann beim Festzug. Zwei Festzüge, der Alster West und der Alster Ost (hier waren unsere Athleten dabei) zogen durch die Hamburger Innenstadt bis zum Hamburger Stadtpark, wo dann eine stimmungsvolle Schlussfeier das 1. Deutsche Turnfest der Nachkriegsgeschichte beendete.

Ernst Hennefelder erinnert sich noch genau, dass die Hanseaten die Festzugteilnehmer mit Hummel/Hummel Sprechchören begrüßten. Die Antwort der Turnfestteilnehmer kam mit Mors/Mors sofort.

Nach einer mehrstündigen Rückfahrt mit dem Zug wurden unsere Turner von den daheim gebliebenen Aktiven stimmungsgewaltig am Ipsheimer Bahnhof abgeholt.

Befragt man unsere drei die auszogen, um „das Tor zur Welt“ zu erstürmen nach ihrem persönlichen Resümee, kommt postwendend, „Super“, „Einmalig“ und „Unvergesslich“. Das ist der Reiz dieser Turnfeste und im Gegensatz zu vielem anderen das sich gewandelt hat, ist dieser Reiz heute noch genau so wie damals. Das konnte man auch heuer in Berlin erleben.

Zum Schluss gilt es den drei Herren zu danken, dass sie sich die Mühe gemacht haben, meine Fragen zu beantworten. Ich bin sicher, dass, nachdem die Leser diesen Bericht aufmerksam studiert und gelesen haben, sicherlich die eine oder andere Frage an Leo Zeller, Robert Stark und Ernst Hennefelder stellen werden. Wenn man sie bei ihren Erzählungen gesehen und beobachtet hat, werden sie es sicherlich mit großer Freude tun.

Nochmals herzlichen Dank an unsere drei Hamburger.

*Ehrenvorstand
Horst Prinzkosky*

10 Fragen an

Monika Prinzkosky



Monika ist als Chefin des TSV-Catering-Teams gemeinsam mit ihren Helferinnen Generationen von TSV-Sportlerinnen und Sportlern in bleibender Erinnerung. Bekanntlich geht Liebe ja durch den Magen....! Nachfolgend lernen wir sie näher kennen.

Welche kleinen Dinge des Alltags machen Dich glücklich?

Kinderlachen, Vogelzwitschern, Sonnenschein, blühende Blumen.

Was würdest Du nie wegwerfen?

Die Bastelarbeiten und Gedichte meiner Kinder.

Welchen Luxus gönnst Du Dir hin und wieder?

Hin und wieder eine Flugreise.

Wie sieht für Dich der perfekte Urlaub aus?

Frühstücken mit meinem Mann (wenns geht im Freien), etwas Kultur, schwimmen gehen und faulenzten, Zeit zum Lesen.

Worüber hast Du Dich zuletzt so richtig geärgert?

Weiß ich nicht, weil ich mich ganz selten ärgere.

Ein großer Wunsch von Dir?

Dass meine Familie und ich gesund bleiben.

Deine Lieblingssendung im Fernsehen?

Da hab ich mehrere: „Wer wird Millionär“, Reiseberichte, „Querbeet“, „ARD- Büffet“ (ist um 12.15Uhr - 13.00 Uhr auch Luxus)

Welche Sportart magst Du überhaupt nicht?

Boxen und Catchen!

Welches Gericht kocht Horst für Dich am liebsten?

Horst ist bei uns für die Pommes zuständig (gibt es aber selten!; Anmerkung der Redaktion: schon mehr als wir ihm zugetraut hätten); sonst koche ich selbst gerne und verwöhne meine 3 Männer.

Was gefällt Dir besser, wenn der Mann oder der Sohn TSV-Vorsitzender ist?

Für mich hat sich nicht viel geändert; ich helfe nach wie vor gerne mit, wenn ich gebraucht werde.

Erhard Hertlein

Liste der von Sportlern des TSV Ipsheim besuchten Deutschen Turnfeste:

1953 Hamburg	1968 Berlin	1983 Frankfurt	1994 Hamburg
1958 München	1973 Stuttgart	1987 Berlin	1998 München
1963 Essen	1978 Hannover	1990 Bochum/Dortmund	2002 Leipzig

Eltern-Kind-Turnen



„Bald ist es wieder soweit“ werden sich viele Eltern denken. Der TSV Ipsheim startet am 19. September sein „Eltern-Kind-Turnen“ in der Festhalle.

In diesem zehn Stunden umfassenden Kurs kommen die Kleinsten voll auf ihre Kosten. Mit Hilfe ihrer Eltern (Mama oder Papa oder auch Beide) erlernen und erleben die Kinder die Welt des Kinderturnens. Bewegungslieder und Fingerspiele, Geräteturnen und Bewegungslandschaften gehören ebenso zu den Schwerpunkten wie das Kennen lernen anderer Familien und Kinder.

Teilnehmen können an diesem Kursangebot alle Eltern die Spaß am Turnen mit ihren Kindern haben. Das Alter ist auf 1 – 3 Jahre beschränkt. Simone Bader und Anja Krebelder, beide ausgebildete Übungsleiterinnen für Kinderturnen, freuen sich ab 15.00 Uhr, wenn möglichst viele Eltern mit ihren Kindern in der Festhalle erscheinen.

Selbstverständlich können auch Nicht-mitglieder, wie in den Jahren davor, daran teilnehmen. Aus versicherungstechnischen Gründen ist hierfür ein Betrag von 15 Euro (Eltern und Kind) zu entrichten. Näheres kann bei Simone Bader (09106/925375) erfragt werden.

Unser Bild rechts zeigt die Teilnehmer des letzten Eltern-Kind-Turnens vom Frühjahr dieses Jahres.

Wussten Sie, dass ... ?

- im TSV insgesamt 34 Übungsleiter/innen und Übungsleiterhelfer/innen Woche für Woche ehrenamtlich Übungsstunden abhalten
- davon 17 Übungsleiter eine Lizenz besitzen, d.h., sie haben in 180 Stunden an 8 Wochenenden Theorie und Praxis des Sports gelernt.
- die Lizenzen A (Allgemein), J (Jugend), Präventiv (Herz-Kreislauf / Wirbelsäule), Fitness-Turnen-Gesundheit, Kinderturnen, C-Lizenz-Garde-Tanz, Leichtathletik und Nordic-Walking-Guide umfassen.
- uns allen hierdurch ein breit gefächertes Bewegungsangebot unter fachmännischer Anleitung zur Verfügung steht.
- sich die Übungsleiter jährlich durch Lehrgänge immer wieder für Sie weiterbilden, um auch die „neuesten Trends“ nicht zu verpassen.



Übungsleiter-Assistenten-Ausbildung

An drei Wochenenden besuchten wir, Lisa Wörner und Franziska Summ, den Lehrgang zum Übungsleiter-Assistentenschein. Los ging es am 15. Januar in Heilsbronn, wo wir die anderen 20 Teilnehmer kennen lernten. Anfangs bekamen wir einen Einblick in die Theorie der Ersten Hilfe. Danach ging es weiter mit dem praktischen Teil des Programms, das aus Aufwärmspielen, Rope Skipping und verschiedene Tänzen (Balett, Jazz, usw.) bestand. Am nächsten Tag wurden wir sehr schnell durch Step, Gymnastik und schließlich Nordic-Walking von unserer morgendlichen Müdigkeit befreit. Dieses Wochenende empfanden wir als besonders anstrengend, weil gleich zwei Tage mit nicht immer einfachen Sportarten auf dem Programm standen. Zwei Wochen später

in Ansbach lernten wir zahlreiche neue Hilfestellungen zu Reck, Boden und Sprung kennen. Außerdem bekamen wir Einblicke in die schwere, aber interessante Sportart Rhönradturnen. Neben einer Vorführung der bayerischen Jugendmeisterin, durften wir auch selbst einmal einige Grundlagen versuchen, was einigen mehr und anderen weniger gut geglückt ist. Der dritte und letzte Termin am 19. Februar fand in Diespeck statt, was uns wegen der relativ kurzen Anfahrtszeit gefiel. Dort stand der Turnergruppenwettkampf (TGW) bzw. (TGM) im Vordergrund. Darunter versteht man jeweils eine Aufführung im Turnen, Singen und Tanz in gemischten Gruppen aus mindestens sechs Personen. Zum Schluss bekamen wir unseren Übungsleiter-

Assistentenschein überreicht, womit dieser Lehrgang abgeschlossen wurde. Insgesamt war er sehr aufschlussreich. Wir sammelten viele neue und wichtige Erfahrungen und können den Lehrgang nur jedem weiterempfehlen.

*Lisa Wörner
Franziska Summ*

Wir gratulieren außerdem zur erfolgreich abgeschlossenen Übungsleiterzusatzausbildung Prävention (mit Profil Kinder und Jugendliche):

**Simone Bader,
Angelika Mader und
Heidi Merkel**

Neu beim TSV Ipsheim:

Die Sport- and Party-Night am 1. Juli

Unter dem Motto

**von der
Jugend des TSV Ipsheim
für die
Jugend der Marktgemeinde Ipsheim**

organisieren unsere jüngsten Übungsleiter einen neuen Event, der den Veranstaltungskalender unserer Marktgemeinde bereichern wird.
Mit dem Titel

Sport- and Party-Night

sollen die Jugendlichen der verschiedenen Vereine im Alter von 14 bis 20 Jahren angesprochen werden. Es wurden alle Ipsheimer Vereine, in denen Jugendarbeit betrieben wird, eingeladen, eine Mannschaft zu stellen.
Eine Mannschaft besteht aus mindestens 7 Spielern, wobei beide Geschlechter vertreten sein müssen. Außerdem soll jede Mannschaft einen



**Das Organisations-Team der Sports and Party-Night:
Kathrin Altenburg, Lisa Wörner, Dominik Grob,
Simon Hertlein und Markus Rückert**

Team-Captain, ein Erkennungsmerkmal und einen lustigen Teamnamen besitzen.

Weitere Einzelheiten werden noch nicht verraten!

Michael Bially

Tanzworkshop mit Detlef D! Soost

Anlässlich des internationalen deutschen Turnfestes in Berlin meldeten wir, Anne Rölz und Claudia Frank, uns für den Lehrgang, D!s Dance Club, mit Detlef D! Soost an (sollte ihnen dieser Name nichts sagen, fragen Sie bitte ihre 12 bis 18-jährige Tochter, Enkelin oder Nichte! Oder schauen sie einfach mal nach rechts).
Nach zehnminütiger Verspätung (die Stars anscheinend benötigen) kam er und es ging gleich mit anstrengenden Aufwärmübungen und Situps los. Danach arbeiteten wir uns Schritt für Schritt durch die von ihm entworfene Hip-Hop und Dance Choreographie. D! sah den Teilnehmern genau beim tanzen zu und korrigierte Fehler gleich.
Verschwitzt, aber erfolgreich ging der Workshop zu Ende und vielleicht kann man einige Schritte der Choreographie in Tänzen der Prinzengarde bewundern.

Claudia Frank



Detlef D! Soost...

Lässt Mädchenherzen höher schlagen??!!

Für die „älteren“ Leser:

**Wer ist Detlef D! Soost?
Sportissimo hat nachgefragt...**

Detlef D! Soost ist ein deutscher Musiker, Tänzer und Choreograph. Bekannt wurde Soost durch die Casting-Show „Popstars“ auf Pro7. Er war hier Jurymitglied und bereitete als Choreograph die verschiedenen Gruppen auf die Auftritte vor.
Seit Ende 2004 wirkt Soost auch als Choreograph und Jurymitglied bei der Schweizer Talentshow „Music Star“ des Senders SF DRS. Seit Anfang 2005 moderiert er das Magazin „Super Illu TV“ im MDR.
Bereits mit 15 Jahren wurde Soost Berliner Meister im Streetdance und im darauf folgenden Jahr Deutscher Meister.

Die Redaktion

Sportabzeichen

Der TSV bietet die Abnahme des deutschen Sportabzeichens und des bayerischen Leistungsabzeichens an. Die erforderlichen Kriterien sind im Vereinszimmer, im Umkleideraum und am Sportgelände einzusehen.



Wir wollen uns gezielt an folgenden Tagen darauf vorbereiten:

Sportgelände TSV Ipsheim: Di. 28.06. 19.30 Uhr
 Sprint, Sprung, Kugelstoßen Di. 05.07. 19.30 Uhr

Rundbahn Bad Windsheim: Mo. 04.07. 20.30 Uhr
 2000 m, 3000 m

Schwimmhalle Bad Windsheim: Mi. 29.06. 20.00 Uhr
 100 m, 200 m

Die Abnahme erfolgt an einem dieser Tage bzw. bei Bedarf während des Sportwochenendes.

Sommer-Ferien-Programm

Der TSV Ipsheim bietet im Rahmen des Ferienprogramms der Marktgemeinde Ipsheim am **25. August** einen **Selbstverteidigungskurs für Mädchen** an. Zielgruppe ca. 12 – 16 Jahre. Es ist ein Kurs von 3 Stunden geplant.

Harald Köhler wird euch die Grundkenntnisse der Selbstverteidigung näher bringen.

Kreuzworträtsel – Auflösung

von Seite 21



Wir gratulierten...

... zum 60. Geburtstag

Erich Aumüller geb. am 22.02.1945
 Gerda Scheel geb. am 17.03.1945
 Betty Merkel geb. am 30.03.1945
 Sieglinde Riedel geb. am 29.05.1945

... zum 65. Geburtstag

Andreas Göttfert geb. am 27.02.1940

... zum 70. Geburtstag

Gerlinde Böhm geb. am 05.05.1935
 Leo Zeller geb. am 02.06.1935

... zum 80. Geburtstag

Betty Täufer geb. am 21.12.1924

Wir wünschen unseren Jubilaren und allen anderen Geburtstagskindern nochmals alles Gute und auch weiterhin viel Gesundheit.

Willkommen im TSV

Die Mitgliederzahl im TSV wächst weiter an. Seit Dezember 2004 konnten wir 14 neue Mitglieder in der TSV-Familie begrüßen:

Ulrike Rippel, Jaqueline Kinzel, Anke Krestel,
 Elfriede Taube, Jakob Gillich, Sonja Fetz,
 Achim Kulas, Katharina Hofmann, Anna Ströbel,
 Diana Schürmer, Naima Weninger, Michael Arle
 Gertrud Röthlingshöfer, Karin Gentzky

Stand: 01.06.2005

Wir wünschen Euch viel Spaß beim TSV Ipsheim und viel Erfolg bei der Ausübung Eurer Aktivitäten im Verein.

Eine Bitte...

Lieber Sportlerinnen und Sportler, die Ihr mit dem Auto kommt, der Ortsverschönerungsverein war in letzter Zeit wiederholt aufgefordert, den Rasen auf der Seite des Kinderspielplatzes entlang der Zufahrt zum Anwesen der Familie Täufer neu anzusäen, weil dort – gerade bei feuchtem bzw. nassem Untergrund – immer wieder mit dem PKW tiefe Furchen hinein gefahren werden. Damit der Rasen in Zukunft wieder wachsen kann, bitte ich Euch, besonders darauf zu achten, dort nicht zu parken oder durchzufahren. Auf der Rückseite stehen außerdem gepflasterte Parkplätze zur Verfügung.

Euer 1. Vorstand

Die nächste Sportissimo ...

... erscheint voraussichtlich im Dezember 2005.

Ergebnisse 2005

Neustädter Nikolauslauf am 28. November 2004

Schülerlauf

Schülerinnen W8:	
1. Gröger, Julia	7:21 min
Schülerinnen W10:	
3. Zeller, Laura	7:55 min
Schülerinnen W11:	
1. Hartlep, Eva	7:05 min
Schülerinnen W12:	
3. Merkel, Anna-Lena	7:42 min



Heiko Bitzinger beim Nikolauslauf in Neustadt/Aisch

Schülerinnen W13:

1. Reuther, Lena	6:21 min
2. Schmiedl, Nina	7:44 min

Schüler M8:

2. Mader, Daniel	7:46 min
7. Schäfer, Fabian	8:07 min

Schüler M9:

1. Gröger, Nico	6:07 min
9. Merkel, Max	8:17 min

Schüler M11:

2. Zeller, Marius	6:56 min
-------------------	----------

Schüler M12:

4. Müller, Daniel	6:41 min
6. Salomon, Sebastian	7:03 min
12. Wienke, Matthias	8:21 min

Schüler M14:

1. Salomon, Jan	6:06 min
-----------------	----------

5 km Hobbylauf

8. Wörner, Lisa	27:03 min
27. Gröger, Nico	24:18 min
28. Müller, Daniel	26:42 min
29. Zeller, Marius	26:43 min
30. Bially, Michael	26:46 min

10 km Hauptlauf

Männer M30:	
22. Bitzinger, Heiko	48:09 min
Männer M40:	
4. Müller, Herbert	36:36 min
8. Wörner, Wolfgang	37:24 min

Forchheimer Nikolauslauf am 5. Dezember 2004

Schülerlauf 1200m

Schülerinnen W8:	
1. Gröger, Julia	5:17 min

Schüler M9:

1. Gröger, Nico	4:26 min
-----------------	----------

Hobbylauf 5000m

10. Zeller, Marius	23:13 min
14. Salomon, Jan	24:17 min
15. Gröger, Nico	24:26 min
20. Salomon, Sebastian	25:26 min
35. Schmiedl, Nina	30:45 min
36. Gröger, Lisa	30:46 min

Nürnberger Silvesterlauf am 31. Dezember 2004

1,6 km Schülerlauf (nur Gesamtwertung)

2. Gröger, Nico	6:47,7 min
5. Salomon, Jan	7:09,5 min
6. Rückert, Markus	7:11,5 min
7. Zeller, Marius	7:13,3 min
12. Gröger, Julia	7:32,2 min
15. Rückert, Jan	7:44,7 min
24. Salomon, Sebastian	9:00,6 min

Kersbacher Dreikönigslauf am 6. Januar 2005

1km Schülerlauf

Schülerinnen D:	
1. Gröger, Julia	4:03 min
Schüler D:	
1. Gröger, Nico	3:33 min

2000m Schülerlauf	
Schüler B:	
14. Zeller, Marius	8:42 min
15. Salomon, Sebastian	8:47 min

Schüler B:

14. Zeller, Marius	8:42 min
15. Salomon, Sebastian	8:47 min

Kreismeisterschaft Crosslauf am 29. Januar 2005 in Scheinfeld

Schüler M8:

3. Salomon, Sven	7:21 min
------------------	----------

Schüler M9:

5. Schäfer, Fabian	7:20 min
--------------------	----------

Schüler M10:

1. Gröger, Nico	5:50 min
-----------------	----------

Schüler M12:

3. Ammon, Michael	7:12 min
-------------------	----------

Schüler M13:

4. Wienke, Matthias	7:00 min
---------------------	----------

Schülerinnen W8:

1. Gehret, Lena	7:25 min
2. Kolb, Ann-Kathrin	8:54 min

Schülerinnen W9:

1. Gröger, Julia	7:05 min
3. Rückert, Anika	7:26 min
6. Nohner, Sophia	8:18 min

Schülerinnen W12:

2. Hartlep, Eva	6:22 min
-----------------	----------

Männer M40:

2. Röthlingshöfer, W.	38:52 min
-----------------------	-----------



Sven Salomon und Fabian Schäfer beim Crosslauf in Scheinfeld

Winter-Running and Walking Day am 30. Januar 2005 in München

10 km

Männer M30:	
60. Bially, Michael	56:30 min

16. Senioren-Hallensportfest Fürth am 12. Februar 2005

Männer M 35

60 m Endlauf	
1. Köhler, Harald	7,49 sec

100 m Endlauf

1. Köhler, Harald	11,98 sec
-------------------	-----------

200 m Endlauf

1. Köhler, Harald	24,77 sec
-------------------	-----------

Weitsprung

1. Köhler, Harald	6,34 m
-------------------	--------

Frauen W 40

60 m Lauf	
1. Mader, Angelika	8,23 sec
100 m Endlauf	
2. Mader, Angelika	13,45 sec

200 m Endlauf

2. Mader, Angelika	27,30 sec
--------------------	-----------

Weitsprung

1. Mader, Angelika	4,97 m
--------------------	--------

Hallenkreismeisterschaften am 12. Februar 2005 in Bad Windsheim

Schüler M 15

30 m Endlauf	
3. Salomon, Jan	4,84 sec

Standweitsprung

3. Salomon, Jan	2,19 m
-----------------	--------

Schüler M 13

30 m Endläufe	
8. Salomon, Sebastian	5,39 sec
9. Wienke, Matthias	5,52 sec

Standweitsprung

8. Salomon, Sebastian	1,64m
10. Wienke, Matthias	1,57m

Medizinballstoß

9. Wienke, Matthias	6,45 m
11. Salomon, Sebastian	6,20 m

Schüler M12

30 m Endläufe	
3. Zeller, Marius	5,24 sec
6. Ammon, Michael	5,50 sec
7. Rückert, Jan	5,59 sec

Standweitsprung

2. Zeller, Marius	1,30 m
-------------------	--------

Hochsprung

2. Zeller, Marius	1,99 m
7. Rückert, Jan	1,59 m
8. Ammon, Michael	1,58 m

Medizinballstoß

3. Zeller, Marius	8,38 m
6. Ammon, Michael	7,78 m
9. Rückert, Jan	6,40 m

Schüler M 11

30m Endläufe	
5. Baßler, Simon	5,56 sec

Standweitsprung

4. Baßler, Simon	1,71 m
------------------	--------

Schüler M 10

30 m Endläufe	
1. Mader, Benedikt	5,08 sec
3. Gröger, Nico	5,09 sec
6. Merkel, Max	5,88 sec

Standweitsprung

2. Gröger, Nico	1,80 m
6. Mader, Benedikt	1,53 m
7. Merkel, Max	1,41 m

Schüler M 9

30 m Endlauf	
2. Mader, Daniel	5,70 sec
5. Bauer, Michael	6,45 sec

Standweitsprung

1. Mader, Daniel	1,70 m
5. Bauer, Michael	1,25 m

Schüler M 8

30 m Endläufe	
1. Salomon, Sven	5,94 sec
3. Baßler, Lukas	6,14 sec
9. Heindel, Alexander	7,05 sec

Standweitsprung

2. Baßler, Lukas	1,48 m
5. Salomon, Sven	1,23 m
7. Heindel, Alexander	1,14 m

Schülerinnen W 14

30 m Endläufe	
2. Reuther, Lena	4,68 sec
3. Kreuzer, Julia	4,94 sec
5. Thürauf, Julia	5,14 sec
7. Schmiedl, Nina	5,22 sec
8. Hertlein, Teresa	5,23 sec

Hochsprung W 14

2. Reuther, Lena	1,30 m
3. Hertlein, Teresa	1,20 m

Standweitsprung

2. Reuther, Lena	1,95 m
4. Hertlein, Teresa	1,89 m
5. Thürauf, Julia	1,87 m
7. Schmiedl, Nina	1,78 m
8. Kreuzer, Julia	1,73 m

Medizinballstoß

2. Kreuzer, Julia	7,55 m
3. Hertlein, Teresa	7,47 m
4. Thürauf, Julia	7,35 m
7. Schmiedl, Nina	7,09 m

Schülerinnen W 13

30 m Endläufe	
9. Steinmüller, Theresa	5,17 sec
11. Kopta, Stefanie	5,44 sec

Standweitsprung

11. Kopta, Stefanie	1,57 m
---------------------	--------

Medizinballstoß

2. Steinmüller, Theresa	8,77 m
11. Kopta, Stefanie	5,27 m

Schülerinnen W 12

30 m Endläufe	
7. Hartlep, Eva	5,62 sec

Standweitsprung

9. Hartlep, Eva	1,68 m
-----------------	--------

Medizinballstoß

8. Hartlep, Eva	4,82 m
-----------------	--------

Schülerinnen W 11

30 m Endläufe	
4. Heindel, Julia	5,20 sec
6. Wörner, Vanessa	5,45 sec
7. Adnan Markos, H.	5,49 sec
12. Zeller, Laura	5,65 sec
14. Stürhof, Tanja	6,02 sec

Standweitsprung

8. Zeller, Laura	1,63 m
9. Heindel, Julia	1,62 m
11. Adnan Markos, H	1,60 m
12. Wörner, Vanessa	1,58 m
14. Stürhof, Tanja	1,46 m

Schülerinnen W 10

30 m Endläufe	
3. Seyfert, Svenja	5,43 sec
8. Altenburg, Isabelle	5,79 sec

- 10. Fischer, Melissa 6,05 sec
- 11. Berr, Stefanie 6,98 sec
- 12. Bitzinger, Larissa 7,75 sec

Standweitsprung

- 2. Lauterbach, A.-L. 1,59 m
- 3. Seyfert, Svenja 1,57 m
- 7. Altenburg, Isabell 1,47 m
- 10. Fischer, Melissa 1,29 m
- 11. Berr, Stefanie 1,22 m
- 12. Bitzinger, Larissa 1,12 m

Schülerinnen W 9

30 m Endläufe

- 1. Gröger, Julia 5,37 sec
- 7. Rückert, Anika 6,11 sec
- 9. Berr, Christin 6,41 sec
- 10. Nöhner, Sophia 6,41 sec
- 12. Heinlein, Verena 6,42 sec
- 13. Heinlein, Irina 6,72 sec

Standweitsprung

- 2. Gröger, Julia 1,68 m
- 7. Rückert, Anika 1,43 m
- 9. Heinlein, Verena 1,34 m
- 10. Nöhner, Sophia 1,25 m
- 11. Heinlein, Irina 1,25 m
- 12. Berr, Christian 1,20 m

Schülerinnen W 8

30 m Endläufe

- 2. Gehret, Lena 5,96 sec
- 5. Scholz, Liska 6,24 sec
- 6. Ammon, Christina 6,27 sec
- 11. Müller, Anika 6,86 sec
- 13. Dürr, Nadja-A. 7,04 sec

Standweitsprung

- 1. Gehret, Lena 1,53 m
- 4. Ammon, Christina 1,43 m
- 5. Scholz, Liska 1,38 m
- 7. Müller, Anika 1,32 m
- 12. Dürr, Nadja-A. 1,07 m

4x1 Runde

Schüler B

- 1. TSV Ipsheim 1:03,6 min
Zeller, M – Rückert, J – Ammon, M – Salomon, S

Schüler C

- 1. TSV Ipsheim 1:06,6 min
Merkel, M. – Gröger, N. – Mader, B. – Baßler, S.

Schüler D

- 1. TSV Ipsheim 1:17,8 min
Salomon, S. – Baßler, L. – Mader, D – Heinlein, A.

Schülerinnen A

- 1. TSV Ipsheim 0:59,5 min
Schmiedl, N. – Reuther, L. – Kreuzer, J. – Steinmüller, T.

Schülerinnen B

- 4. TSV Ipsheim 1:09,3 min
Heindel, J. – Zeller, L. – Hartlep, E. – Kopta, S.

Schülerinnen C

- 4. TSV Ipsheim I 1:10,5 min
Wörner, V. – Altenburg, I. – Stürhof, F. – Seyfert, S.
- 5. TSV Ipsheim II 1:15,6 min
5. Adnan Markos, H – Berr, S – Fischer, M. – Lauterbach, A.

Schülerinnen D

- 1. TSV Ipsheim I 1:17,4 min
Gröger, J. – Gehret, L. – Ammon, C. – Rückert, A.
- 3. TSV Ipsheim II 1:27,8 min
Berr, C. – Scholz, L. – Heinlein, I. – Nöhner, S.

Mfr.-Meisterschaft im Crosslauf am 19. Februar 2005

750 m

Schülerinnen W9:

- 1. Gröger, Julia 3:20 min



Anna-Lena Merkel und Eva Hartlep beim Crosslauf in Veitsbronn

Schülerinnen W11:

- 11. Zeller, Laura 3:37 min

Schüler M8:

- 3. Salomon, Sven 3:41 min
- 7. Baßler, Lukas 3:57 min

Schüler M10:

- 2. Gröger, Nico 3:05 min

Schüler M11:

- 11. Baßler, Simon 3:57 min

1150 m

Schülerinnen W12:

- 2. Hartlep, Eva 6:56 min

Schülerinnen W13:

- 5. Merkel, Anna-Lena 6:53 min

Schüler M12:

- 5. Zeller, Marius 6:48 min
- 15. Rückert, Jan 7:47 min

2200m

Schülerinnen W14:

- 6. Reuther, Lena 6:43 min

Schüler M15:

- 6. Rückert, Markus 9:53 min
- 7. Salomon, Jan 9:56 min

Neuhauser Straßenlauf am 12. März 2005

Schülerinnen D (1150m):

- 1. Gröger, Julia 4:56 min

Schüler C (1150m):

- 3. Gröger, Nico 4:30 min

Schüler B (2300m):

- 4. Zeller, Marius 9:38 min
- 5. Salomon, Sebastian 10:23 min

Schüler A (2300m):

- 1. Salomon, Jan 9:55 min

Rothsee-Volkslauf am 13. März 2005

5km Hobbylauf

- 12. Bially, Michael 27:33 min

Trainings-Orientierungslauf am 19. März 2005 in Etzelskirchen

2 km mit 8 Posten

- 1. TSV Ipsheim 18:15 min
Zeller, Marius - Gröger, Nico - Bially, Michael
- 2. TSV Ipsheim 23:37 min
Rückert, Jan - Salomon, Sebastian - Salomon, Jan

Weinturmlauf am 20. März 2005 in Bad Windsheim

Schülerlauf 2000m:

Schülerinnen D:

- 1. Gröger, Julia 7:03,9 min

Schüler D:

- 2. Mader, Daniel 7:23,5 min

Schüler C:

- 3. Gröger, Nico 6:15,5 min
- 12. Merkel, Max 7:29,1 min
- 17. Müller, Sven 7:42,6 min

Schüler B:

- 3. Müller, Daniel 6:03,5 min
- 5. Salomon, Sebastian 6:49,8 min

Schüler A:

- 3. Salomon, Jan 5:53,2 min

Hobbylauf (5000m):

- Männer M35:**
1. Gröger, Klaus 25:13,6 min

10km-Lauf

Männer M35:

- 9. Bitzinger, Heiko 49:44,1 min

Männer M40:

- 2. Müller, Herbert 38:48,6 min
- 8. Eber, Reinhard 48:30,1 min

Halbmarathon

Männer M40

- 9. Wörner, Wolfgang 1:25:23 Std

Osterlauf am 26. März 2005 in Schwabach

Schülerlauf 1500m:

Schüler M8:

- 4. Salomon, Sven 7:20 min

Schüler M10:

- 1. Gröger, Nico 5:33 min

Schülerinnen W9:

- 2. Gröger, Julia 6:24 min

Jugendlauf 5000m:

weibl. Jugend B:

- 2. Wörner, Lisa 28:13 min

männl. Jugend B:

- 7. Zeller, Marius 21:31 min
- 8. Salomon, Jan 21:41 min
- 9. Salomon, Sebastian 24:31 min
- 10. Rückert, Jan 25:31 min

Hobbylauf 5000m:

- 7. Gröger, Klaus 21:45 min
- 10. Bially, Michael 24:56 min

Großenseebacher Frühjahrsmeeting am 3. April 2005

Schülerlauf (1200m)

Schülerinnen D:

- 1. Gröger, Julia 4:07 min

Schüler C:

- 2. Gröger, Nico 3:42 min

10 km -Lauf

Männer M30:

- Bially, Michael 50:35 min

Männer M35:

- Gröger, Klaus 48:30 min

Halbmarathon:

Männer M40

- 10. Röthlingshöfer, W. 1:28:15 Std

Dreifrankenlauf in Burghaslach am 9. April 2005

Schülerlauf 1000 m

Schülerinnen W8:

- 2. Gehret, Lena 4:59,9 min
- 3. Scholz, Liska 5:21,5 min

Schülerinnen W9:

- 1. Gröger, Julia 4:30,9 min
- 4. Rückert, Anika 5:05,6 min
- 9. Berr, Christin 6:11,6 min

Schülerinnen W10:

- 3. Altenburg, Isabell 5:02,5 min

Schüler M8:

- 3. Salomon, Sven 5:05,7 min

Schüler M10:

- 1. Gröger, Nico 4:01,6 min

Schülerlauf 2000 m

Schülerinnen W14:

- 1. Reuther, Lena 9:15,5 min

Schüler M12:

- 1. Zeller, Marius 8:30,6 min
- 3. Rückert, Jan 10:24,1 min

Schüler M13:

- 4. Salomon, Sebastian 9:23,1 min

Schüler M15:

- 1. Rückert, Markus 8:14,2 min
- 2. Salomon, Jan 8:28,4 min

Hauptlauf 10 km

Frauen W35:

- 2. Hartlep, Antje 54:03,5 min

Männer M35:

- 11. Gröger, Klaus 47:30,7 min

Männer M40:

- 5. Röthlingshöfer, W. 39:45,3 min

Männer M45:

- 16. Ripka, Ernst 46:49,6 min

Zwickellauf am 24. April 2005 in Münchsteinach / Neustadt/Aisch

Kinderlauf (900m)

Schülerinnen W9:

- 1. Gröger, Julia 4:27 min

Schüler M10:

- 1. Gröger, Nico 3:48 min

Schüler M12:

- 2. Rückert, Jan 4:33 min

Schülerlauf (1500 m)

Schülerinnen W14:

- 1. Reuther, Lena 7:11 min

Hauptlauf (11 km)

Männer M14:

- 1. Gröger, Nico 53:18 min

Männer M30:

- 15. Gröger, Klaus 53:19 min

Walking (11 km)

- 23. Röthlingshöfer, G. 1:30:50 Std



Gerti Röthlingshöfer beim Zwickellauf in Münchsteinach

Olympus Marathon am 24. April 2005 in Hamburg

Männer M40:

- 200. Wörner, Wolfgang 3:06:15 Std

UniVersa Marathon am 24. April 2005 in Nürnberg

Marathon –Männer M40:
36. Röthlingshöfer, W. 3:19:06 Std

Halbmarathon –Männer M45:
36. Ripka, Ernst 1:41:36 Std

Bahneröffnung in Schweinfurt am 30. April 2005

Schülerinnen W14:
100 m Lauf:

11. Kreuzer, Julia 14,37 sec
12. Reuther, Lena 14,51 sec
15. Steinmüller, Theresa 14,65 sec
20. Rabenstein, Anna-K. 15,14 sec



Julia Kreuzer bei der Saison-
eröffnung in Schweinfurt

800 m Lauf:
6. Merkel, Anna-Lena 2:56,05 min

80 m Hürden:
4. Reuther, Lena 14,22 sec

Weitsprung:
4. Reuther, Lena 4,35 m
12. Rabenstein, Anna-K. 4,11 m
12. Kreuzer, Julia 4,11 m
14. Steinmüller, Theresa 4,09 m

Kugelstoß:
3. Altenburg, Kathrin 8,34 m
7. Kreuzer, Julia 6,60 m
8. Steinmüller, Theresa 6,45 m
10. Rabenstein, Anna-K. 6,03 m
11. Merkel, Anna-Lena 5,94 m

Speer:
2. Reuther, Lena 18,87 m
3. Rabenstein, Anna-K. 18,57 m
4. Steinmüller, Theresa 17,69 m
5. Altenburg, Kathrin 17,02 m
8. Merkel, Anna-Lena 13,05 m

weibl. Jugend B:
100 m Lauf:
17. Wörner, Lisa 14,39 sec

Kugelstoß:
7. Wörner, Lisa 6,62 m

Männer:
100 m Lauf
3. Köhler, Harald 11,70 sec
200 m Lauf
2. Köhler, Harald 24,00 sec

110m Hürden
2. Köhler, Harald 18,86 sec

Weitsprung:
1. Köhler, Harald 6,17 m

Ansbacher Citylauf am 30. April 2005

Schülerlauf 1,6 km
Schüler M 8-10
1. Gröger, Nico 5:56 min

Schüler M 11-13
8. Salomon, Sebastian 6:44 min

Schülerinnen W 8-10
1. Gröger, Julia 6:43 min

Jugendlauf 3,2 km
5. Rückert, Markus 12:56 min

Hauptlauf 9,6 km
Männer M30:
27. Gröger, Klaus 52:12 min

Karpfen-Orientierungslauf am 5. Mai 2005 in Röttenbach

Einsteiger –3,0 km
11. TSV Ipsheim 44:59 min
Hertlein, Simon - Gröger, Nico - Zeller, Marius
19. TSV Ipsheim 70:41 min
Rückert, Jan - Ammon, Michael

Einsteiger –5,1 km
2. Röthlingshöfer, W. 43:54 min
3. Bially, Michael 44:35 min
15. Gröger, Klaus Posten fehlt

Mittelfränkische Blockwettkämpfe am 7. Mai 2005 in Nürnberg

Schülerinnen W14
Blockwettkampf Lauf
(100 m, 80 m Hürden, Weitsprung, Ballwurf, 2000 m)
1. Reuther, Lena 2304 Pkt
14,10 - 13,93 - 4,40 - 34,50 - 7:55,24

Kreiseinzelmeisterschaften der Schüler/innen C und D am 7. Mai 2005 in Bad Windsheim

Schüler M11
50 m Lauf
1. Vorlauf
3. Baßler, Simon 8,4 sec

2. Vorlauf
2. Schwarzkopf, David 9,1 sec

Endlauf
4. Baßler, Simon 8,6 sec

Weitsprung
3. Baßler, Simon 3,70 m
7. Schwarzkopf, David 3,32 m

Ballwurf
4. Baßler, Simon 27,5 m
6. Schwarzkopf, David 24,0 m

Schüler M10
50 m Lauf
1. Vorlauf
2. Mader, Benedikt 8,2 sec
6. Merkel, Max 9,5 sec



Christin Berr bei den
Einzelmeisterschaften

2. Vorlauf
3. Herold, Johannes 9,2 sec

3. Vorlauf
1. Gröger, Nico 8,1 sec

Endlauf
3. Gröger, Nico 8,2 sec
5. Mader, Benedikt 8,4 sec

Weitsprung
2. Gröger, Nico 3,61 m
3. Mader, Benedikt 3,60 m
9. Merkel, Max 2,96 m
13. Herold, Johannes 2,92 m

Ballwurf
2. Gröger, Nico 31,5 m
5. Merkel, Max 24,0 m
8. Mader, Benedikt 22,0 m
10. Herold, Johannes 20,5 m

Schüler M9
50 m Lauf
1. Vorlauf
2. Mader, Daniel 8,5 sec

Endlauf
4. Mader, Daniel 8,5 sec

Weitsprung
2. Mader, Daniel 3,41 m

Ballwurf
5. Mader, Daniel 27,5 m

Schüler M8
50 m Lauf
1. Vorlauf
1. Salomon, Sven 9,3 sec
2. Baßler, Lukas 9,4 sec

2. Vorlauf
2. Jeszke, Michael 10,0 sec
3. Heindel, Alexander 10,1 sec

Endlauf
1. Salomon, Sven 8,6 sec
3. Baßler, Lukas 9,7 sec
4. Jeszke, Michael 9,8 sec
6. Heindel, Alexander 10,8 sec

Weitsprung
1. Salomon, Sven 2,95 m
4. Baßler, Lukas 2,54 m
8. Heindel, Alexander 2,39 m
10. Jeszke, Michael 2,28 m

Ballwurf
1. Salomon, Sven 19,5 m
3. Baßler, Lukas 15,5 m
5. Jeszke, Michael 14,0 m
12. Heindel, Alexander 8,5 m

Schüler M7
50 m Lauf
Endlauf
2. Arle, Michael 10,5 sec
4. Ströbel, Franz 12,2 sec

Weitsprung
1. Arle, Michael 2,77 m
3. Ströbel, Franz 1,79 m

Ballwurf
1. Arle, Michael 18,5 m
4. Ströbel, Franz 10,0 m

Schülerinnen W11
50 m Lauf
1. Vorlauf
3. Markos, Hedra 8,4 sec

2. Vorlauf
1. Dippon, Lea 7,8 sec

3. Vorlauf
2. Wörner, Vanessa 8,9 sec
3. Thürauf, Franziska 9,0 sec

Endlauf
1. Dippon, Lea 7,7 sec

Weitsprung
1. Dippon, Lea 4,20 m
11. Wörner, Vanessa 3,07 m
12. Markos, Hedra 2,98 m

Ballwurf
5. Wörner, Vanessa 26,0 m
8. Dippon, Lea 23,0 m
14. Markos, Hedra 17,5 m

Hochsprung
5. Dippon, Lea 1,14 m

Schülerinnen W10

50 m Lauf
2. Vorlauf
2. Seyfert, Svenja 8,9 sec
5. Berr, Stefanie 10,8 sec

3. Vorlauf
1. Lauterbach, Anna 8,6 sec
4. Altenburg, Isabelle 9,5 sec

4. Vorlauf
4. Grob, Janine 9,5 sec



Daniel Mader bei den
Einzelmeisterschaften

Endlauf
3. Lauterbach, Anna 8,6 sec

Weitsprung
4. Lauterbach, Anna 3,05 m
7. Altenburg, Isabelle 2,91 m
14. Grob, Janine 2,66 m
19. Berr, Stefanie 2,15 m

Ballwurf
4. Grob, Janine 18,0 m
5. Lauterbach, Anna 17,5 m
7. Altenburg, Isabelle 16,5 m
17. Berr, Stefanie 9,5 m

Schülerinnen W9
50 m Lauf
2. Vorlauf
3. Rückert, Anika 9,4 sec

3. Vorlauf
1. Gröger, Julia 8,0 sec
3. Berr, Christin 9,8 sec

4. Vorlauf
1. Jeszke, Kathrin 9,1 sec
2. Krestel, Daniela 9,5 sec

Endlauf
1. Gröger, Julia 8,2 sec
4. Jeszke, Kathrin 9,3 sec

Weitsprung
1. Gröger, Julia 3,37 m
4. Rückert, Anika 2,86 m
6. Jeszke, Kathrin 2,79 m
9. Berr, Christin 2,55 m
13. Krestel, Daniela 2,37 m

Ballwurf
1. Rückert, Anika 18,0 m
4. Krestel, Daniela 12,0 m
5. Berr, Christin 11,5 m
6. Jeszke, Kathrin 11,0 m
9. Gröger, Julia 10,0 m

Schülerinnen W8

50 m Lauf

1. Vorlauf

- 1. Gehret, Lena 8,7 sec
- 2. Ströbel, Anne 9,9 sec

2. Vorlauf

- 2. Kolb, Ann-Kathrin 10,2 sec

Endlauf

- 1. Gehret, Lena 9,1 sec
- 3. Ströbel, Anne 9,9 sec

Weitsprung

- 1. Gehret, Lena 2,85 m
- 2. Ströbel, Anne 2,65 m
- 6. Kolb, Ann-Kathrin 2,33 m

Ballwurf

- 1. Gehret, Lena 14,0 m
- 3. Ströbel, Anne 12,5 m

Schülerinnen W7

50 m Lauf

2. Vorlauf

- 4. Ebert, Stefanie 11,0 sec

Weitsprung

- 8. Ebert, Stefanie 1,97 m

Ballwurf

- 1. Ebert, Stefanie 13,0 m

Kreismeisterschaft Mittelstrecke am 11. Mai 2005 in Veitsbronn

1000m

Schüler M8

- 2. Salomon, Sven 4:12 min
- 7. Jeszke, Michael 4:38 min

Schüler M9

- 2. Mader, Daniel 3:53 min

Schüler M10

- 2. Gröger, Nico 3:30 min
- 7. Mader, Benedikt 3:59 min

Schüler M12:

- 1. Zeller, Marius 3:29,9 min
- 5. Rückert, Jan 4:03,8 min

Schüler M13:

- 5. Müller, Daniel 3:31,8 min
- 8. Salomon, Sebastian 3:49,9 min

Männer M30

- 1. Bially, Michael 3:47,4 min

Männer M35

- 1. Gröger, Klaus 3:11,9 min

Männer M40

- 1. Röthlingshöfer, W. 3:07,5 min

800m

Schülerinnen W8

- 3. Gehret, Lena 3:32 min
- 5. Scholz, Liska 3:35 min



Die Mädels beim Aufwärmen in Veitsbronn

Schülerinnen W9

- 1. Gröger, Julia 3:01 min
- 7. Rückert, Anika 3:21 min
- 14. Jeszke, Kathrin 4:07 min

Schülerinnen W10

- 8. Altenburg, Isabelle 3:15 min
- 11. Seyfert, Svenja 3:17 min
- 15. Lauterbach, Anna 3:22 min

Schülerinnen W11

- 14. Thürauf, Franziska 3:12 min

Schülerinnen W13

- 8. Steinmüller, Theresa 2:57,2 min
- 9. Merkel, Anna-Lena 2:58,7 min

Schülerinnen W14:

- 1. Reuther, Lena 2:37,1 min
- 3. Kreuzer, Julia 3:00,7 min

Frauen - 400 m

- 2. Mader, Angelika 65,5 sec

Männer - 400m

- 3. Köhler, Harald 55,9 sec

Internationales Deutsches

Turnfest Berlin 2005 vom 14. -20.Mai 2005

Frauen W 13-14 Vierkampf

Mischwettkampf Turnen u. Leichtathletik

- 151. Rabenstein, Anna-K. 23,55 P.
 - 321. Hertlein, Teresa 21,30 P.
 - 586. Kopta, Stefanie 18,65 P.
- bei 1060 Teilnehmerinnen

Frauen W 13-14 Vierkampf

Leichtathletik

- 16. Steinmüller, Theresa 25,25 P.
- 25. Kreuzer, Julia 24,25 P.
- 59. Reuther, Lena 22,55 P.
- 86. Merkel, Anna-Lena 21,10 P.
- 91. Schmiedl, Nina 20,65 P.

Frauen W 15-16 Vierkampf

Mischwettkampf Turnen und Leichtathletik

- 509. Wörner, Lisa 18,55 P.
- bei 1127 Starterinnen

Frauen W 15-16 Vierkampf

Leichtathletik

- 118. Höhn, Svena 16,50 P.
- 140. Summ, Franziska 14,85 P.
- 155. Grob, Dominique 12,90 P.

Frauen W 17-18 Vierkampf

Leichtathletik

- 80. Rabenstein, Jasmin 16,00 P.
- Frauen Vierkampf Leichtathletik**
- 78. Eckart, Kerstin 18,85 P.
 - 86. Müller, Kathrin 18,25 P.
 - 127. Rölz, Anne 14,10 P.
 - 158. Frank, Claudia 6,95 P.



Lisa Wörner in Berlin

Frauen 30-34 Vierkampf Leichtathletik

- 6. Oberndörfer, Jutta 23,70 P.
- 23. Schürmer, Tanja 16,55 P.

Frauen 35-39 Vierkampf Mischwettkampf Turnen und Leichtathletik

- 156. Hartlep, Antje 15,45 P.

Frauen 35-39 Vierkampf Leichtathletik

- 31. Merkel, Heidi 16,35 P.

Männer Vierkampf Leichtathletik

- 283. Prinzkosky, Jochen 14,70 P.

Männer 30-34 Vierkampf Leichtathletik

- 20. Geißendörfer, Reiner 20,35 P.
- 38. Streckfuß, Uwe 18,10 P.

Männer 35-39 Vierkampf Leichtathletik

- 11. Köhler, Harald 24,30 P.

Männer 40-44 Vierkampf Leichtathletik

- 72. Röthlingshöfer, W. 12,05 P.

Männer 45-49 Vierkampf Leichtathletik

- 64. Ripka, Ernst 11,90 P.

Kreismeisterschaft Mehrkampf und Schülerhürdenmeisterschaft am 5. Juni 2005 in Ipsheim

60m-Hürden-Lauf

Schülerinnen W13

- 2. Steinmüller, Theresa 12,01 sec

80m-Hürden-Lauf

Schülerinnen W14

- 1. Reuther, Lena 14,05 sec
- 2. Hertlein, Teresa 15,57 sec

4-Kampf

Schüler M12

- 1. Zeller, Marius 1526 Pkt
- 11,83 - 4,11 - 43,0 - 1,38

Schüler M15

- 1. Salomon, Jan 1568 Pkt
- 14,24 - 4,51 - 6,85 - 1,36

Schülerinnen W14

- 2. Hertlein, Teresa 1469 Pkt
- 15,56 - 3,70 - 7,09 - 1,26

3-Kampf

Schüler M12

- 4. Rückert, Jan 848 Pkt
- 13,13 - 3,44 - 30,0

Schüler M13

- 1. Müller, Daniel 1158 Pkt
- 11,06 - 4,09 - 40,5

- 4. Salomon, Sebastian 907 Pkt
- 12,23 - 3,52 - 28,0

Schüler M15

- 4. Rückert, Markus 1165 Pkt
- 14,24 - 4,36 - 38,0

Männer

- 1. Köhler, Harald 1729 Pkt
- 11,95 - 6,35 - 8,64

- 2. Streckfuß, Uwe 1314 Pkt
- 12,84 - 5,23 - 8,43

Schülerinnen W12

- 1. Rausch, Jessica 1099 Pkt
- 11,83 - 3,57 - 27,0

- 6. Müller, Luisa 999 Pkt
- 11,94 - 3,41 - 21,0

Schülerinnen W13

- 1. Steinmüller, Theresa 1302 Pkt
- 10,98 - 4,23 - 31,5

- 5. Merkel, Anna-Lena 1090 Pkt
- 11,57 - 3,46 - 25,5

Schülerinnen W14

- 1. Reuther, Lena 1372 Pkt
- 14,08 - 4,07 - 38,0

- 2. Kreuzer, Julia 1290 Pkt
- 14,32 - 4,13 - 29,5

- 4. Altenburg, Kathrin 1134 Pkt
- 16,14 - 3,52 - 34,0

- 5. Schmiedl, Nina 1113 Pkt
- 15,25 - 3,55 - 25,0

weibliche Jugend B

- 4. Wörner, Lisa 1336 Pkt
- 14,22 - 4,48 - 7,12



Uwe Streckfuß beim Mehrkampf in Ipsheim

Petersberglauf am 5. Juni in Marktbergel

Hauptlauf M40 -10 km

- 12 Wörner Wolfgang 40:29 min

Hobbylauf -4,8 km

- 1. Gröger, Klaus 19:45 min

- 4. Salomon, Frank 24:41 min

Jugendlauf -4,8 km

- 4. Gröger, Nico 28:04 min

Schülerlauf -2 km

Schüler M12

- 1. Müller, Daniel 7:37 min

Schüler M10

- 1. Gröger, Nico 7:38 min

- 4. Müller, Sven 9:52 min

Schüler M8

- 6. Salomon, Sven 9:58 min

Schülerinnen W9

- 1. Gröger, Julia 9:31 min

WIR MACHEN MEHR ´DRAUS

elektro
LUNZ



BAD WINDSHEIM

10 JAHRE
PHOTOVOLTAIK-
ERFAHRUNG

AUS  *sunne*
WIRD
strom



Telefon 09841 ■ 1651

Telefax 09841 ■ 79858

info@elektro-lunz.de

www.elektro-lunz.de



Ein Blick in Ihre Zukunft. Mit der Sparkassen- Altersvorsorge.



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

Mit unseren Angeboten zur privaten und betrieblichen Altersversorgung können Sie sich unbeschwert auf morgen freuen. Dafür sorgt Ihr maßgeschneiderter Vorsorgeplan mit starken Renditen für die Zukunft. Mehr dazu in Ihrer Sparkassen-Geschäftsstelle und unter www.sparkasse-nea.de.
Wenn´s um Geld geht - Sparkasse.