

# Sportissimo

# TSV Ipsheim

Wo Sport  
Spaß macht



## Vereinszeitung

Turn- und Sportverein 1910 Ipsheim e.V.

Ausgabe 1/2006

# Sonnenschutz Reuther Ipsheim

Die Ipsheimer Sportler bewegen sich auf der  
Sonnenseite

wir sind für die Beschattung zuständig



◆ Klaus Reuther Ipsheim ◆  
Sonnenschutz Gardinen Insektenschutz  
Marktplatz 10, 91472 Ipsheim  
09846-977626

### Liebe TSV-Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser,

Die Fußballweltmeisterschaft in Deutschland ist in vollem Gange und unsere Mannschaft ist mit Erscheinen der ersten *Sportissimo* 2006 hoffentlich noch im Rennen. Aber während wir noch mit unserer Nationalmannschaft zittern müssen (oder vielleicht auch nicht mehr), hat der TSV Ipsheim sein WM-Erlebnis schon lange hinter sich gebracht. Zwei Athleten des TSV hatten sich für die Hallenweltmeisterschaften der Senioren vom 15. bis 20. März in Linz qualifiziert und für das Deutsche Team je eine Bronzemedaille errungen - eine für den TSV einmalige Angelegenheit. In dieser *Sportissimo* lesen Sie mehr über unsere beiden Athleten und den bislang größten sportlichen Erfolg in der Vereinsgeschichte.

Auch wenn die dritten Plätze bei einer Weltmeisterschaft natürlich über allem stehen, möchte ich die vielen Erfolge auf Kreis- und Bezirksebene, die unsere Sportlerinnen und Sportler in diesem Jahr schon errungen haben, nicht unerwähnt lassen. Denn die Erfolge im Kleinen - und der auch dafür notwendige Trainingseifer - sind die Basis für eine spätere Leichtathletikkarriere.

Training ist aber nur möglich, wenn auch die entsprechenden Trainingsmöglichkeiten vorhanden sind.

Auch hier sind wir stets bemüht unseren Mitgliedern das Optimum zu bieten. Mit einer Vielzahl von Übungsstunden, Sondertraining, Übungsleitern und Übungsleiterhelfern brauchen wir den



Vergleich mit anderen Vereinen nicht zu scheuen. Außerdem wurden in den letzten Monaten einige bauliche Veränderungen am Sportgelände vollzogen, die in Zukunft mit dafür sorgen werden, dass Training und gemeinsame Aktionen beim TSV noch attraktiver werden.

Neben den angesprochenen Themen hat sich die *Sportissimo*-Redaktion wieder einiges einfallen lassen, um Ihnen ein attraktives Heft zu präsentieren. Mit dem Fitnesstipp können Sie noch rechtzeitig vor der Freibad-Saison Ihre Bauchmuskeln in Form bringen. Eine gewisse Suchtgefahr bergen die japanischen Zahlenrätsel - genannt Sudoku - die es zu lösen gilt. Viele Bilder und alle Ergebnisse der vergangenen Sportfesten runden ein gelungenes Heft ab.

Natürlich drücken auch wir Leichtathleten und Turner unserer Fußballnationalmannschaft die Daumen und hoffen auf eine erfolgreiche WM und den WM-Sieg.

Mir bleibt nur noch Ihnen nun schon zum fünften Mal viel Spaß beim Lesen und Rätseln zu wünschen.

Jochen Prinzkosky  
(1. Vorstand)

## Inhaltsverzeichnis

### In eigener Sache

Die Redaktion.....	4
Der Vorstand berichtet .....	4
Baumaßnahmen .....	5
Dr. Dollinger-Preis .....	6

### Fasching

Hautnah und mittendrin.....	7
-----------------------------	---

### Rückblick

Leichtathletik.....	10
Laufwettbewerbe .....	14
Turnen.....	15
Trainingslager .....	16
Nordic-Walking-Tag.....	18
Tischtennis.....	18
Siebenkampf.....	19

### Fitness-Tipp

Diesmal:	
Bauch in Bestform.....	20

### Geschichte

2nd World Masters Athletics Championships Indoor .....	22
---	----

### Vorschau

Sportwochenende .....	24
Weinberglauf .....	25
Termine 2. Halbjahr.....	26

### Interview

Diesmal:	
Dr. Hans-Peter Nohner .....	27

### Fun und Rätsel .....

### Aus den Turnstunden

Fitnessgymnastik für Männer.....	29
----------------------------------	----

### Vermischtes

Gedicht .....	30
Geburtstage.....	30
Neuzugänge .....	30
Impressum .....	30

### Ergebnisse .....

**Die Redaktion**



Bei dieser Ausgabe der Sportissimo haben für Sie mitgewirkt:

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

**Der Vorstand berichtet...**

**Sportlerehrung der Gemeinde**

Die Marktgemeinde Ipsheim ließ es sich auch in diesem Jahr nicht nehmen ihre hervorragenden Sportlerinnen und Sportler zu ehren. Neben den Aktiven der anderen Sportvereine der Gemeinde fanden sich am 6. März diesen Jahres auch unsere Sportlerin des Jahres 2005, Julia Gröger, und unser Sportler des Jahres 2005, Daniel Müller, im Rathausaal ein. Begleitet von Vorstand Jochen Prinzkosky durften sie aus den Händen von Bürgermeister Hans Herold eine Urkunde und Buch über das Laufen entgegennehmen. Der Bürgermeister dankte in seinen Ausführungen nicht nur den Sportlerinnen und Sportlern für ihre großartigen Leistungen, sondern würdigte auch das Engagement der Trainer und Betreuer. Insgesamt zeigte sich der Bürgermeister sehr stolz auf das, was die Vereine seiner Marktgemeinde Tag für Tag leisten und

erklärte, dass diese hervorragende Vereinsarbeit, hinter der viele ehrenamtliche Helfer stehen, ein wichtiger Bestandteil unserer Gesellschaft ist. In seiner Position als Landtagsabgeordneter versprach er sich auch weiterhin dafür einzusetzen, dass der Freistaat in Zukunft von weiteren Mittelkürzungen im Bereich des Breitensports und der Bezuschussung von Übungsleiterstunden absieht.

**Anschaffungen**

Die Turngruppe des TSV wünscht sich für eine optimale Wettkampfvorbereitung schon lange einen Stufenbarren. Da für dieses Sportgerät im Geräteraum des TSV der Platz fehlt und zudem die Festhalle gar nicht die Voraussetzungen erfüllt einen Stufenbarren auch aufzustellen, (es fehlt an Abspannmöglichkeiten) musste eine Lösung gefunden werden. Beim Sportgeräteausrüster Erhard wurde man fündig und

schaffte eine Art Stufenbarren an, der am Reck befestigt werden kann. Nach Auskunft unserer Turntrainerinnen hat sich das neue Turngerät schon bewährt und die Turnerinnen haben zumindest eine eingeschränkte Möglichkeit, am Stufenbarren zu trainieren.

Außerdem wurde ein Satz Hütchen mit Löchern angeschafft. Mit den dazugehörigen Stangen können so verschieden hohe Hindernisse gebaut werden, die z.B. bei einem Sprungparcours, zur Entwicklung der Sprungkraft dienen.

**Gast in Herzogenaurach**

Am 29. April folgten Gardetrainerin Christina Bitzinger und 1. Vorstand Jochen Prinzkosky einer Einladung des KC Herzogenaurach. Unsere Fanschingsfreunde hatten zur Einweihung ihrer neuen Trainingshalle geladen und der TSV wollte es sich nicht entgehen lassen, sich selbst ein Bild vor Ort zu machen. Vor der offiziellen Eröffnung mit zahlreichen Ehrengästen hatte die TSV-Vertretung beim Sektempfang Gelegenheit ein Geldgeschenk des TSV zu übergeben. Nach dem offiziellen Teil führte uns Dieter Bräunlein (er hat mit Christina Bitzinger den Kontakt zwischen TSV und KCH hergestellt) durch die Räumlichkeiten der rund 700.000 € teuren Halle, zu der die Stadt Herzogenaurach einen Zuschuss von fast 100.000 € gezahlt hat.

Nach einem kleinen Imbiss traten Christina und Jochen etwas neidisch wieder die Heimreise an, denn bei den beiden TSVlern war der Traum von einer eigenen Sporthalle mal wieder erwacht.

Aber die Hoffnung soll man ja bekanntlich nie aufgeben.

*Jochen Prinzkosky*



**Die geehrten Sportlerinnen und Sportler mit den TSV'lern Julia Gröger und Daniel Müller**

### Baumaßnahmen

**In den vergangenen Monaten ging es bautechnisch Schlag auf Schlag. Bauausschuss und Vorstandschaft haben die Weichen für eine Reihe an Neuerungen auf dem Sportgelände gestellt.**

#### „Altes“ Gerätehaus

Als Erstes wurde die Idee im „alten“ Gerätehaus ein Wettkampf- und Übungsleiterbüro zu schaffen angegriffen. Nach einigen Überlegungen wurde dafür die Verbindungstür zwischen beiden Räume im Gerätehaus zugemauert. Mit dieser Entscheidung wurde auf beiden Seiten der Wand eine ausreichend große Wandfläche errichtet, um im neuen Wettkampfbüro eine Schrankwand für allerlei TSV-Utensilien aufzustellen und im großen Raum wurde so der ideale Standort für eine neue Küchenzeile geschaffen.

Natürlich wurde im Zuge der Neugestaltung beider Räume gleich die Elektroinstallation an die neuen Gegebenheiten angepasst. Hier wurden neue Steckdosen gesetzt, Lichtschalter versetzt und neue Leitungen verlegt. Auch der Wasseranschluss musste für die neue Küchenzeile umgelegt werden.

Mittlerweile ist das Wettkampfbüro fertig. Die Wand wurde neu gestrichen und die Schrankwand steht. Außerdem kann sich unser EDV-Experte und Verantwortlicher für die Auswertung der Leichtathletikwettkämpfe, Michael Bially, über einen neuen großen Schreibtisch freuen, auf dem genug Platz für Laptops, Drucker und allerhand Papier- und Kleinkram ist.

Im Geräteraum sind die Installations-

arbeiten ebenfalls schon länger abgeschlossen und die Wand erhielt einen neuen Anstich. Ein Teil wartet in hellem Grau auf die neue dunkelrote Küchenzeile, die andere Hälfte des Raums blieb klassisch weiß, um so auch eine optische Trennung zwischen Küchenzeile und Geräteaufbewahrung zu schaffen.

Nach dem Einbau der Küchenzeile steht dann ohnehin die Planung und Gestaltung der zweiten Raumhälfte auf dem Programm.

Auch im Außenbereich hat sich einiges getan. Mit der Anschaffung zweier Bierzeltgarnituren mit Lehne und großen Tischen wurde eine Sitzgelegenheit bereitgestellt, die nicht nur nach der Turnstunde zum Verweilen einlädt.

Vielleicht entwickelt sich das neu gestaltete Gerätehaus nun wieder mehr zu einem Ort des Miteinanders und des gemütlichen Beisammenseins direkt am Puls des TSV-Geschehens - unserem Sportgelände.

Für den von Ehrenvorstand Horst Prinzkosky schon lange gewünschten TSV-Stammtisch haben die TSV-Verantwortlichen nun jedenfalls den passenden Rahmen geschaffen.



**Auf dem Bolzplatz entsteht die neue Kugelstoßanlage**

#### Kugelstoßanlage

Rechtzeitig vor den Kreismehrkampfmeyerschaften setzte der Bauausschuss die schon letztes Jahr beschlossene Verlegung der Kugelstoßanlage um.

Da die alte Kugelstoßanlage seit dem Bau des zweiten Gerätehauses nicht mehr wie gewohnt zu nutzen war und sich Kugelstoßer und Weitspringer bei Wettkämpfen zu nah auf die Pelle rückten, musste ein neuer Kugelstoßring her.

Dieser wurde etwas abseits am oberen Ende des Bolzplatzes betoniert, so dass ein ungestörter Wettkampfablauf gewährleistet werden kann. Der alte Kugelstoßring wurde nicht wie ursprünglich geplant aufgegeben, sondern dient weiterhin als Trainingsanlage auf dem bestehenden Sportgelände.

#### Beachvolleyball-Feld

Das lange Warten hat nun doch ein Ende und das Beachvolleyball-Feld kommt nun definitiv! Vereins- und Bauausschuss haben zum Jahresbeginn das Thema Beachvolleyball-Feld erneut aufgegriffen und ihren bereits gefassten Beschluss aus dem Vorjahr bestätigt. Der Bauausschuss wurde beauftragt die Planung beschleunigt in die Wege zu leiten und einen raschen Baubeginn zu gewährleisten.

Nach einer Ortsbegehung am Bolzplatz hat man sich mit Dieter Kriebelder einen Fachmann im Bereich Bauplanung ins Boot geholt, der sich bereit erklärt hat, den Ausbau des Geländes zu planen.



**Die neue Sitzgruppe vor dem Gerätehaus lädt zum gemütlichen Beisammensein nach dem Training ein**

Am unteren Ende wird nun in den nächsten Wochen eine 14 x 22 m große Wanne ausgehoben, die anschließend mit über 180 Tonnen(!) feinstem Quarzsand wieder aufgefüllt wird. Die freigewordenen Erdmassen werden für den Geländeausgleich und einen Zuschauerwall benötigt.

Um mit dem Radlader und den Lkws, die den Sand bringen, in das Gelände einfahren zu können, wurden im Graben neben dem Bolzplatz bereits 9 m Schwerlastrohre verlegt, über die später die Zufahrt auf das Gelände gewährleistet wird.

Ginge es nach den Verantwortlichen wären die Bauarbeiten schon weiter fortgeschritten. Der Termin für die Erdarbeiten stand schon fest, als der Wettergott sein Veto einlegte. Nun heißt es abwarten und hoffen, dass dem Regen der letzten Woche nun endlich der Sommer mit viel Sonnenschein folgt und das Gelände schnell abtrocknet, sonst können die Bagger nicht rollen, sondern würden auf dem weichen Untergrund versinken.

Man ist aber zuversichtlich, dass es nun im Juni endlich weitergehen kann.

#### **Geräteraum in der Turnhalle**

Vielleicht haben es ja einige unserer Aktiven beim Aufräumen in der Festhalle schon bemerkt?! In den vergangenen Monaten wurde die



**Herbert Flory und Erich Schalk bei der Arbeit  
Im Geräteraum der Festhalle**

Sprossenwand im Geräteraum mit Holzplatten verkleidet und so mehr Platz geschaffen. An der neugeschaffenen Wand haben Fun-Hops, Hockey-Tore und einige Kleingeräte ihren festen Platz gefunden. Insgesamt wird der eigentlich zu kleine Geräteraum nun noch besser ausgenutzt und

durch diese „Zwangsortung“ ist der Geräteraum immer aufgeräumt. (Wenn sich alle daran halten !!!).

*Jochen Prinzkosky*

## **Ernst Ripka erhält Dr. Dollinger-Preis**

**Am 10. März erhielt unser Sportwart Ernst Ripka im Rahmen des BLV-Kreistages in Scheinfeld den Dr.-Dollinger-Preis.**

Die Verleihung des Dr.-Dollinger-Preises wurde vor vielen Jahren vom gleichnamigen Bundesminister a. D. Dr. Werner Dollinger ins Leben gerufen. Der Bundespolitiker wollte und will damit verdienten Menschen Dank und Anerkennung für ihr ehrenamtliches Engagement um die Leichtathletik aussprechen. Die Auszeichnung wird jedes Jahr im Rahmen des Leichtathletik-Kreistages verliehen und wurde bislang nur wenigen zu Teil. Dr. Dollinger konnte den Preis in diesem Jahr leider nicht selbst überreichen und beauftragte seinen Parteifreund und Landtagsabgeordneten Hans Herold mit der Laudatio für Ernst Ripka. Unser 1. Bürgermeister zeigte sich sichtlich erfreut darüber, einem Mitglied seiner Gemeinde und seinem langjährigem Freund die Auszeichnung zu überreichen.

In seiner Laudatio gab er die vielfältigen Tätigkeiten von Ernst Ripka

wieder, der sich beim TSV Ipsheim als langjähriger Übungsleiter und Sportwart einen sehr guten Ruf geschaffen hat. Der Mitbegründer und Organisator des Weinberglaufs und begeisterte Läufer ist in allen Bereichen des TSV sehr aktiv und eine feste Größe in der Vereinsvorstandschaft. Zudem ist er Mitglied im Narrensitzungsausschuss und auch als Elferrat und Tänzer im Fasching mit von der Partie. Er ist immer da, wenn es heißt mit anpacken, so unser Bürgermeister.

Hans Herold bezeichnet Ernst Ripka als würdigen Dr.-Dollinger-Preis-Träger, der diesen Preis wahrlich verdient habe und überreichte den Preis, sowie einen Bocksbeutel aus seiner/unserer Heimatgemeinde.

Der Preisträger Ernst Ripka bedankte sich und erklärte, dass es bislang nur zwei Ehrungen gibt, die ihm wirklich viel bedeutet hätten - eine des Fastnachtverbandes Franken und eben



diese, die ihn sehr stolz mache.

Auch der TSV und die *Sportissimo*-Redaktion sind stolz und sagen herzlichen Glückwunsch.

Neben Horst Prinzkosky und seiner Frau Silvia Ripka ist Ernst nun der dritte TSVler im Kreis der Dr.-Dollinger-Preisträger.

*Jochen Prinzkosky*



**Fasching 2005/2006**

**Hautnah und mittendrin**

Wer hätte das gedacht? Ohne es geplant zu haben, wird man total spontan zum Prinzenpaar. „Was das wohl mit sich bringt?“, dachten wir etwas besorgt zum Anfang der Session. Vorweg nehmen wir gleich jede Sorge eventuell neuer Prinzenpaar-Kandidaten: So etwas Schönes lasst Euch bloß nicht entgehen! Die Vorbereitungen am Tag der Inthronisierung erinnerten stark an ein Hochzeitsfest - nur dass der werdende Prinz an den 32 Knöpflein des bezaubernden Kleides seiner Prinzessin selbst seine Feinmotorik trainieren durfte. Immerhin gelang es dem stolzen Prinzen die Knöpfel-Zeit von 20 auf beachtliche 4 Minuten vor dem letzten Ball herunterzuschrauben. Wie Show-Stars in der Garderobe wird man von Mal zu Mal schneller. Die Prinzengarde wird uns Recht geben. Tief berührt hat uns die Aufmerksamkeit, mit der das gesamte Faschingsteam im TSV das Prinzenpaar bedachte. Den Höhepunkt bildet dabei sicher der TSV Faschingsball. Faszinierend ist es direkt auf der Bühne erleben zu dürfen, mit welchem Enthusiasmus die Tänzer und Büttенredner ihre Show präsentieren, mit welcher Konzentration sie ihre





Auftritte vorbereiten und wie ihr Lampenfieber sie zu professionellen Höchstleistungen antreibt. An einigen sind sicher TV-Profis verloren gegangen. Fällt Euch spontan ein TV Kabarettist ein, der besser ist als Harry oder Claudia? Bei den meisten Aktiven aber spürt man, sie würden niemals so weit gehen wollen. Sie bereiten ihre Beiträge bewusst im Stillen liebevoll und mit ganzer Kraft ausschließlich für ihren TSV monatelang vor.



Bei den vielen Vorführungen gelang es uns aus der Nähe, immer mehr Feinheiten im Tanz zu entdecken. Das gilt für die Tanzzwerge und die Juniorengarde genauso wie für die Prinzenгарde und den Elferrat. Oft mussten wir daran denken, dass eigentlich nicht wir, sondern die vielen Organisatoren im Hintergrund auf die Bühne gehörten, die bescheiden sich freuten, wenn sie Erwähnung fanden. Ohne sie hätten wir auf der Bühne nicht entspannt strahlen können. Wir empfanden uns schließlich als ihre Stellvertreter mit der Gewissheit, dass unser Applaus ihnen gehört.



Als Gäste bei den Festen der verbundenen Faschingsvereine erlebten wir ausgelassenes Feiern und Fröhlichkeit. Immer mit Euch gemeinsam und das war entscheidend. Markt Bibart bildete für uns beide dabei das Highlight. Als wir dann noch mit Erdbeeren, Gärtnern, Garde und Elferrat an unserem ersten Faschingsumzug teilnehmen durften, war das zwar die frostigste Angelegenheit unserer aktiven Zeit, aber ein Erlebnis, an das wir uns mit warmen Herzen lächelnd erinnern.





Das Erfreulichste war für uns aber vor allem Eure Herzlichkeit, der Zusammenhalt, das Miteinander, das Zusammenpacken, das Zusammenlachen, die Echtheit untereinander. Wir haben viele Narren anderer Gesellschaften kennen lernen dürfen. Dadurch wissen wir, dass das, was wir im TSV Ipsheim gemeinsam erleben durften nicht selbstverständlich ist. Vielleicht ist es so, weil der sportliche Geist an erster Stelle steht und nicht der Erfolg auf der Bühne. Mit dem Herzen vorn an sein ist nicht nur im Sport der Schlüssel zum Erfolg. Viele von Euch sind uns seit der Zeit menschlich noch näher als zuvor. Dank Euch allen für diese unvergessliche Zeit!

*Sabine und Johannes die Ersten*



## Leichtathletik Sportfeste

Man kann es kaum glauben aber es steht zum jetzigen Zeitpunkt bereits fest. Der „kleine“ TSV 1910 Ipsheim mischt im Konzert der „Großen“ 2006 recht erfolgreich mit. In der laufenden Leichtathletik-saison sind die Aktiven des TSV 1910 bereits auf Kreis-, Bezirks-, Landes-, und Bundesebene sowie bei Weltmeisterschaften aktiv gewesen. Bei den noch ausstehenden Europameisterschaften im Juli in Polen wird ebenfalls ein Aktiver des TSV 1910 am Start sein - vor Jahren noch undenkbar, heute fast schon Normalität.



Alisia Deichhardt auf dem Weg zu ihrem ersten Kreismeistertitel beim Crosslauf in Veitsbronn

### Senioren-Hallensportfest in Fürth am 28. Januar 2006

Den Senioren des TSV war es vorbehalten mit ihrem Sportfest in der Halle am Finkenschlag in Fürth die neue Saison zu eröffnen. Standesgemäß begann die neue Saison wie die alte aufgehört hat.

Harald Köhler konnte bei vier Starts gleich drei Siege feiern. Guten 7,51 sec über 60 m, folgten 6,15 m im Weitsprung, 11,9 sec über 100 m und 24,52 sec über 200 m.

### Kreismeisterschaft im Crosslauf am 29. Januar 2006 in Veitsbronn

Neue Namen tauchten erstmals bei den Crossmeisterschaften in den TSV-Farben auf. So konnten neben dem begnadeten Lauftalent Julia Gröger erstmals Anne Schürmer und Alisia Deichhardt mit Kreismeistertiteln glänzen. Weitere Spitzenplätze eroberten Nico Gröger, Sven Salomon,

David Hanns, Lena Reuther und Lisa Wörner.

### Mittelfränkische Crossmeisterschaft Veitsbronn, 29. Januar 2006

Zeitgleich mit den Kreismeisterschaften wurde die Mittelfränkische Crossmeisterschaft in Veitsbronn ausgetragen. Die beste Platzierung erzielte Lisa Wörner bei der weibl. Jugend mit einem 5. Rang. Lena Reuther überzeugte einmal mehr mit einem guten sechsten Platz. Daniel Müller, der Sportler des Jahres 2005, lief auf dem 7. Platz ein. Ein Mann der in der Laufszene nicht mehr weg-zudenken ist, Hans-Peter Nohner, überzeugte in einem großen Starterfeld als Zehnter.

### Nordbayerische Hallenmeisterschaft der Schülerinnen A in Fürth am 6. Februar 2006

Lena Reuther hat sich auch in dieser Saison viel vorgenommen. Vor allem im Blockmehrkampf, aber auch auf der Langstrecke, will sich die 15 jährige weiter verbessern.



4x1 Runde Staffel beim Hallensportfest in Bad Windsheim: Lara Völk wechselt auf Janine Grob

Der Auftakt bei den Nordbayerischen Meisterschaften war ein erstes Ausrufezeichen. Platz sieben über 800 m mit dem neuen Vereinsrekord von 2:31,92 min lassen einiges für 2006 erwarten. Bravo Lena!

### Hallenkreismeisterschaft für Schüler am 11. Februar 2006 in Bad Windsheim

Eine Domäne der TSV Mannschaft waren die Hallenmeisterschaften in Bad Windsheim. 13-mal standen die Ipsheimer auf dem obersten Treppchen. Viele weitere Ehrenplätze rundeten die Titelsammlung ab. Eifrigste Sammler waren: Lea Dippon, Michael Arle, Marius Zeller und Daniel Müller mit jeweils zwei Siegen. Ein ganz neues Gesicht ist in diesem Jahr Rebecca Schuh, die sich bei den Schülerinnen W7 gleich zu ihrem Einstand zwei Titel



30 m Lauf beim Hallensportfest in Bad Windsheim: Franz Ströbel (links) und Michael Arle

sicherte. Weiter so Rebecca! Einen weiteren ersten Platz steuerte Jochen Schauer bei den Schülern M 7 hinzu. Einen sehr starken Eindruck hinterließen auch die Staffel der Schüler D in der Besetzung Arle-Unger-Baßler-Salomon, sowie der Schülerinnen A mit Reuther-Hertlein-Schmiedl-Steinmüller. Beide Staffeln wurden souverän Kreismeister über 4 x 1 Runde.

### Senioren Hallen-Masters in Sindelfingen am 18. Februar 2006

Eine neue Herausforderung suchten unsere „Senioren“ Angelika und Harald im Glaspalast von Sindelfingen. Sozusagen als letzten Formtest vor der Weltmeisterschaft in Linz. Dass die Form stimmt bewies Angelika Mader bei drei Starts nachdrücklich. Platz eins im 60 m Lauf, über 100 m und im Weitsprung, besser geht es nicht. Harald Köhler siegte in seiner Parade-disziplin, dem Weitsprung, mit guten 6,15 m. Zweite Plätze über 60 m und 100 m sowie ein dritter Platz über 200 m waren auch für Harald ein gelungener Formtest.

### 2nd World Masters Athletics Championships Indoor Linz Österreich vom 15. bis 20. März 2006

Das beste Ergebnis aller Zeiten in der 96-jährigen Vereinsgeschichte lieferten unsere Senioren Angelika Mader und Harald Köhler bei den Hallenweltmeisterschaften der Senioren ab. Zwei



**Uwe Streckfuß schleuderte in Langenzenn den Speer auf 31,65 m und holt sich damit den Kreismeistertitel**



**Mit 1,38 m wird Lea Dippon beim Hochsprung in Langenzenn Kreismeisterin; eine Woche später in Ipsheim stellt Lea mit 1,48 m eine neue Vereinsbestleistung auf**

Bronzemedailles waren der verdiente Lohn ihres harten Trainings. Bravo Angelika, Bravo Harald. Einen ausführlichen Bericht lesen sie an anderer Stelle dieser Zeitung unter der Rubrik „Geschichte“.

### 20. Deutsche Meisterschaft im 100 km Lauf in Hanau-Rodenbach am 29. April 2006

Ein weiterer „Oldie“, nämlich Willfried Röthlingshöfer, machte bei den Deutschen Meisterschaften auf der 100 km Distanz Furore. Für mich als Schreiber eine unvorstellbare Distanz. Für Willfried wiederum eine neue Herausforderung. Nach 9:28,10 Stunden blieben für den TSV-Aktiven die Uhren stehen, was am Ende Platz 22 in einem großen Starterfeld bedeutete.

### Bayerische Meisterschaften im 100 km Lauf in Hanau-Rodenbach am 29. April 2006

Neben den Deutschen Meisterschaften über 100 km fanden auch diverse Landesmeisterschaften statt. So auch die Bayerischen Meisterschaften. Hier belegte Willfried Röthlingshöfer in der Altersklasse M 40 einen sehr guten 7. Platz. Allen Respekt Willfried.

### Kreiseinzelmeisterschaften Schüler/innen A und B, Jugend und Aktive in Langenzenn am 6. Mai 2006

Nach den Senioren machten nun wieder die Aktiven mit ihren Einzelmeisterschaften in Langenzenn auf sich aufmerksam. Bei sehr störendem Wind, hatten besonders die Läufer mit enormen Problemen zu kämpfen. Aber unsere Mannschaft meisterte „die unsichtbare Wand“ bestens. Mit 15

Einzeltiteln fiel die Bilanz sehr ordentlich aus. Einmal mehr ragten aus einer guten Mannschaft Lea Dippon, Marius Zeller, Julia Kreuzer, Kathrin Altenburg, Lisa Wörner und Harald Köhler heraus. Auf diese sechs TSV'ler entfielen 14 Kreismeistertitel.

Lea und Marius schafften jeweils drei Einzeltitle. Den Rest besorgte Uwe Streckfuß mit seinem Sieg im Speerwurf.

### Werfertag mit 2000 m Läufen am 6. Mai in Roth

Als Training für die Mittelfränkischen Blockwettkämpfe betrachtete man den Start von Lena Reuther über 2000 m in Roth. Wenn auch unglücklich gewählt, fanden doch zur gleichen Zeit die Einzelmeisterschaften in Langenzenn statt, hatte Lena einen Einstieg in die



**Nina Schmiedl beim Weitsprung in Langenzenn**

Saison nach Maß. Nicht nur der Sieg, auch das Endergebnis stellte alle zufrieden. Bei 7:51,5 min. blieben die Uhren für Lena an diesem Tag stehen.

**Kreismehrkampfmeisterschaft der Schüler/innen A und B, Jugend und Aktive sowie Kreismeisterschaften im Hürdenlauf der Schüler A und B in Ipsheim, am 12.Mai 2006**

Bei ihrem Heimspiel ließen sich die TSV-Aktiven nur selten die Butter vom Brot nehmen. Bei den wiederum hervorragend organisierten Meisterschaften, die erstmalig an einem Freitagabend durchgeführt wurden belegten der TSV Ipsheim zwölf erste Plätze gefolgt von der LG Veitsbronn-Obernenn und dem TSV Burghaslach, die jeweils 5 Mal das oberste Podest für sich beanspruchten. Den Rest teilten sich Burgbernheim mit drei, sowie Emskirchen mit zwei und Uffenheim mit einem Sieg. Die ersten Kreismeistertitel konnten Lisa und Janis Alt erringen. Die wertvollsten Siege errangen Lena Reuther im Hürdenlauf sowie Lea Dippon und Marius Zeller jeweils im Vierkampf mit neuem Vereinsrekord in ihrer Klasse. Einen weiteren Titel in ihrer wohl einmaligen Sammlung konnte Angelika Mader erringen. Harald Köhler obwohl schon der Seniorenklasse M 35 angehörig,

zeigte den Jungen in der Männerklasse, wo der Bartel den Most holt. Die weiteren Sieger aus TSV-Sicht: Anna-Lena Merkel, Daniel Müller, Theresa Steinmüller und Teresa Hertlein.

Fazit: auf unserer Anlage sind wir eine Macht.

**Mittelfränkische Meisterschaften Blockwettkämpfe Schülerinnen A am 14.Mai 2006 in Dinkelsbühl**

Für die Titelverteidigerin Lena Reuther galt es - wenn möglich - ihren Titel aus dem Vorjahr zu verteidigen. Für Anna-Lena Merkel sollte ebenfalls ein Spitzenergebnis herauskommen. Beginnen wir mit Anna-Lena Merkel. Für Anna-Lena begann der Wettkampf recht ordentlich. Mit 15,0 sek über 100 m und 16,14 sec über die 80 m Hürden war man voll im Soll und recht zufrieden. Der Knackpunkt war die dritte Disziplin, der Weitsprung. Nach zwei ungültigen Versuchen musste ein Sicherheitsprung her. Dementsprechend fiel dieser mit 3,46 m recht bescheiden aus. Bedenkt man dass sie kurz zuvor in Langenzenn 4,02 m sprang, fehlten doch viele mögliche Punkte. Die vierte Disziplin, der Ballwurf war mit 30,5 m wieder normal, ehe sie im abschließenden 2000 m Lauf ihre angepeilte Zeit von 9 Minuten mit 8:44,38 deutlich unterbot. 1917 Punkte



**Markus Rückert und Jan Salomon beim Mehrkampf in Ipsheim**

am Ende bedeuteten Platz vier, was Anna-Lena zufrieden stellte. Anders bei Lena Reuther. Nach zwei Disziplinen führte Lena das hochkarätige Feld knapp vor ihrer schärfsten Konkurrentin Jule Streng aus Gunzenhausen an. Im Weitsprung schaffte Lena Reuther 4,32 m, Jule Streng 4,32 m. Weiter eine ganz knappe Führung für Lena. Die überaus nervöse Lena schaffte im Ballweitwurf 36 m Jule



**Mit einer starken Truppe war der TSV bei den Kreismeisterschaften im Mehrkampf in Emskirchen.**



**Anne Schürmer im Zweikampf mit Anna-Sophie Weid beim 50 m Lauf in Emskirchen**

Streng 41 m.

Der Zwischenstand, nur noch wenige Punkte in Führung Lena Reuther. Der abschließende 2000 m Lauf musste nun entscheiden. Man wusste das Streng eine außergewöhnlich gute 2000 m Läuferin ist, dementsprechen war die Anspannung bei allen beteiligten sehr groß. Auf den 7 ½ Stadionrunden konnte Lena anfangs Jule noch Paroli bieten, dann zog die Gunzenhäuser Athletin unaufhaltsam davon. Am Ende stand die Zeit für Streng bei 7:14,30 min für Lena standen 7:30,48 min zu Buche. Dieser neue Vereinsrekord und der Vereinsrekord im Blockmehrkampf mit 2377 Punkten konnten Lena nicht



**Stefanie Ebert beim Weitsprung in Emskirchen**

darüber hinweg trösten, dass sie mit 18 Punkten weniger, einen hervorragenden zweiten Platz und damit die Mittelfränkische Vizemeisterschaft errang. Die Enttäuschung war an diesem Tag groß.

Wenn nach einigen Tagen die erste Enttäuschung verfliegen ist, gilt es sich auf die weiteren Aufgaben sprich „Bayrische Meisterschaften“ zu konzentrieren. Auf ein „Neues“ Lena!

### **16. Landesoffenes Abendsportfest mit Kreismeisterschaft aller Läufe in Veitsbronn am 17. Mai 2006**

Mit der kompletten Mannschaft trat man beim traditionellen Abendsportfest in Veitsbronn an.

Einmal mehr erzielte ein Gröger das beste Resultat. Nico Gröger schaffte es in Veitsbronn mit 3:18,3 sec nicht nur die Kreismeisterschaft zu erringen sondern gleichzeitig mit dieser Zeit einen neuen Vereinsrekord in der Schülerklasse M 11 aufzustellen. In einem hochklassigen Feld musste sich seine Schwester Julia bei den 10-jährigen Mädchen gleich zwei Konkurrentinnen geschlagen geben, allerdings kamen diese aus Zirndorf und Ochenbruck, daher wurden sie nicht für die Kreismeisterschaften gewertet. Julia Gröger erzielte mit 3:04,2 min über 800 m eine ausgezeichnete Zeit und blieb nur ganz knapp über dem bestehenden Vereinsrekord. Mit Anna-Sophie Weid, Rebecca Schuh siegten zwei neue Gesichter im TSV-Trikot. Altbekannte Gewinner und damit Kreismeister wurden Lena Reuther, Harald Köhler, Klaus Gröger und Hans-Peter Nohner. Sven Salomon hieß der Kreismeister der Schüler M 9 über 1000 m. Weitere vordere Plätze erzielten Daniel Müller und Marius Zeller bei den Jungs und Anna-Lena Merkel bei den jungen Damen.

### **Kreismehrkampfmeisterschaften der Schüler C und D in Emskirchen am 27. Mai 2006**

Die vorerst letzten Meisterschaften im Berichtszeitraum fanden am Kirchweihsamstag in Emskirchen statt. Tagelanger Regen machte an diesem Samstag für einige Stunden Pause und so

**Zieht man nun ein kurzes Fazit für den Verlauf der bisherigen Saison, kann festgestellt werden, das der TSV auf Kreisebene mit bereits 54 errungenen Einzelmeisterschaften eine Macht ist, auf Bezirksebene mithalten kann, unsere Senioren herausragend sind. Nicht verheimlichen sollte man, dass die Teilnehmerfelder bei Kreisveranstaltungen doch lichter werden. Da muss sich der Kreis was einfallen lassen. Es fragt sich nur was und wie. Beim TSV läuft's bisher hervorragend.**



**Mit 31 m war Isabelle Altenburg beste Werferin beim Mehrkampf in Emskirchen**

konnten diese Meisterschaften reibungslos von den Emskirchnern durchgeführt werden.

Mit Michael Arle setzte sich der Favorit bei den achtjährigen Schülern durch. Drei konstant gute Ergebnisse trugen dazu bei, dass Michael 842 Punkte sammeln konnte. In den Klassen M 9, 10 und 11 war die Ausbeute der Athleten des TSV fast optimal. Sieg bei den Buben M 9 durch den starken Dottenheimer Lukas Baßler. Sieg, wie könnte es anders sein, in der Klasse M11 durch Nico Gröger und Platz zwei bei den 10-Jährigen durch Fabian Schäfer. In nichts nach standen ihnen Dominik Mader, der in der Klasse M 6 gewann und sein Bruder Daniel Mader, der bei den 10-jährigen Buben im Vierkampf mit dem zweiten Platz aufhorchen ließ. Die Mädchen waren ebenfalls alle vorne mit dabei. Meistertitel für Anna-Sophie Weid, zweite Plätze durch Isabelle Altenburg, Julia Gröger und Anika Rückert rundeten bei den Jüngsten ein erfolgreiches Sportfest in Emskirchen ab.

*Horst Prinzkosky*

## Laufveranstaltungen

Während der letzten Monate haben die Läuferinnen und Läufer des TSV wieder zahlreiche Laufveranstaltungen in der Region besucht. Etliche Kilometer wurden wieder gelaufen und Spitzen-Platzierungen erzielt - im Schüler und Jugendbereich genauso wie bei den Erwachsenen. Im Anschluss ein paar „Läuferische“ Highlights aus dem ersten Halbjahr 2006:

### „Schwarzel-Pokal“ für Julia Gröger

Mit einem Triumph beendete Julia Gröger das Sportjahr 2005. Beim Höchststadter Silvesterlauf konnte sie sich im Schülerlauf der Schülerinnen D und jünger über 920 m gegen die Konkurrenz durchsetzen und als Gesamtsiegerin den begehrten „Schwarzel-Pokal“ in Empfang nehmen. Der Silvesterlauf gilt für viele Läufer im gesamten nordbayerischen Raum und darüber hinaus als Höhepunkt zum Jahreswechsel und ist bekannt für sein starkes Teilnehmerfeld.

### Wieder ein TSV-Läufer beim Rennsteiglauf

Nach Willfried Röthlingshöfer 2004 ist TSV-Neuling Maik Kuczulaba der zweite Ipsheimer Teilnehmer am Rennsteiglauf. Die Strecke führte ihn 72 km mit einer Höhendifferenz von über 500 Höhenmeter über den bekannten Wanderweg im Thüringer Wald. 8 Stunden und 13 Minuten war Maik unterwegs. Maik war Anfang dieses Jahres in den TSV eingetreten und hat seitdem beim Obermain-Marathon in Bad Staffelstein und dem Windsheimer Weinturm-

lauf-Halbmarathon den TSV Ipsheim vertreten.

### Unsere „Ultras“ suchten neue Herausforderungen

Auf neues Terrain wagten sich auch unsere „alten Hasen“ im Langstreckenlauf - Wolfgang Wörner und Willfried Röthlingshöfer. Beide starteten am 18. März in Nürnberg bei einem 6-Stunden-Lauf. Hier musste nicht wie sonst üblich eine vorgegebene Strecke in möglichst kurzer Zeit gelaufen werden, sondern man musste in den sechs Stunden möglichst viele Kilometer zurücklegen. Den Läufern stand hierzu ein 1,7 km langer Rundkurs zur Verfügung. Wolfgang hatte am Ende 65,219 km gelaufen; Willfried war mit 64,588 km nur knapp dahinter. Wer Lust hat, kann ja mal ausrechnen, wie viele Runden das jeweils waren.

Für Wolfgang war es eine völlig neue Erfahrung und eine ideale Vorbereitung zum Passionslauf in Lilienthal (in der Nähe von Bremen), bei dem vom Gründonnerstag bis Ostermontag jeden Tag ein voller Marathon gelaufen wurde. Wolfgang startete dort bei zwei Ma-



Unter anderem stand das Frühjahrsmeeting in Grobenseebach auf dem Programm - hier mit Sebastian Gehret

rathons und zeigte dort mit den Zeiten von 3:47:45 Std. bzw. 3:54:12 Std eine super Leistung.

Willfried nutzte den 6-Stunden-Lauf als Vorbereitung zu den bayerischen und deutschen Meisterschaften im 100 km Lauf, die wenige Wochen später, am 29. April in Hanau-Rodenbach stattfanden. Hier war ein 10 km langer Rundkurs zehn mal zu durchlaufen. 9:28:10 Stunden war Willfried unterwegs und belegte schließlich den 22. Platz bei den Bayerischen und den 94. Platz bei den Deutschen Meisterschaften.

### Ein Lauf mit Olympiasieger Dieter Baumann

Ein Lauf ganz ohne Wettkampfcharakter war der „Herz-Kreis-Lauf“, der am 13. Mai in Nürnberg stattfand. Laufen als Gesundheitssport war hier das oberste Motto. Für ein angemessenes Aufwärmprogramm sorgte Olympiasieger Dieter Baumann und war mitten drin dabei. Fernsehmoderator Cherno Jobatey moderierte die Veranstaltung und viele weitere prominente Sportler sorgten dafür, dass auch die Autogrammjäger voll auf ihre Kosten kamen.

### Nicht nur im Berglauf top

Ihre Bergläuferfahrung, natürlich vom Weinberglauf her stammend, konnten die Läuferinnen und Läufer in jüngster Vergangenheit mehrmals beweisen. So reiste man zu den Bergläufen in Burgbernheim und Marktbergel nicht nur mit hohen Teilnehmerzahlen, sondern konnte auch mit vielen vielen



Die Ipsheimer Sportler zusammen mit Olympiasieger Dieter Baumann und Fernsehmoderator Cherno Jobatey

Podestplätzen glänzen.

Aber auch auf ebener Strecke zeigen die Ipsheimer Spitzenleistungen. So konnten die 18 zum Dorflauf nach Gollhofen gereisten Sportlerinnen und Sportler elf erste Plätze erlaufen, weitere drei landeten auf Podestplätzen.

### „Daniel Müller und Marius Zeller beste Orientierer in Mittelfranken“

... war nach dem 1. April auf den Internetseiten des Mittelfränkischen Orientierungslaufes zu lesen ([www.ol-mittelfranken.de](http://www.ol-mittelfranken.de)).

Bereits vor einem Jahr hatten die Ipsheimer Sportler diese interessante naturnahe Sportart entdeckt und in Wettkämpfen in Höchstadt und Röttenbach erste Erfahrungen gesammelt. Ausgerüstet mit Karte und Kompass gilt es eine vorgegebene Anzahl von Kontrollposten in möglichst kurzer Zeit anzulaufen. So tragen nicht nur Schnelligkeit und Ausdauer, sondern auch die Wahl des besten Weges entscheidend zum Gesamtergebnis bei.

Gewertet wurde eine Serie von drei Läufen, die in 14-tägigem Rhythmus in Röttenbach, Dechsendorf und Höchstadt/Aisch stattfanden, woraus dann die erste Mittelfränkische Rangliste gebildet wurde. Angeboten waren unterschiedliche Kategorien von leicht bis schwer und kurz bis lang. Auf die Platzierung in der jeweiligen Kategorie wurden Punkte vergeben. Daniel und Marius hatten am Ende die meisten Punkte gesammelt und standen als erste Gewinner der Mittelfränkischen Rangliste fest.

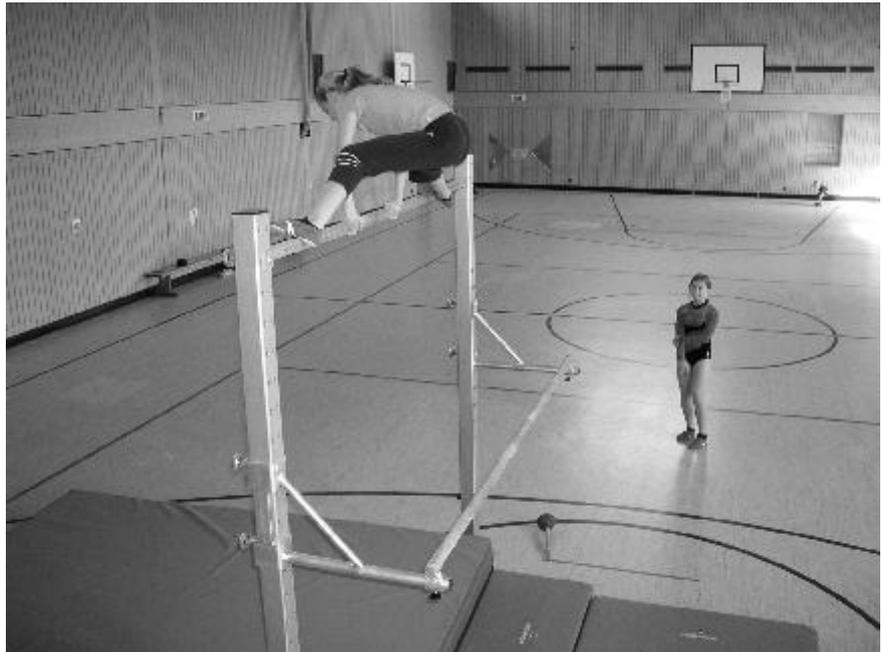
Ein weiteres Spitzenergebnis erreichten auch Viktor Müller und Mich Schmiedl, die beide den sechsten Rang belegten.

*Michael Bially*



**Auch David Hanns sammelte erste Wettkampferfahrung im Laufen**

## Neuigkeiten aus dem Turnbereich



**Am neuen Stufenbarren wird bereits fleißig trainiert**

Die erste Neuigkeit ist die Anschaffung eines Stufenbarren-Gestänges für die Reckanlage. Wie wir bereits des Öfteren beschrieben haben, besitzt der TSV keinen Stufenbarren, der jedoch bei den Wettkämpfen bei den höheren Nummern geturnt werden muss. Da für dieses Gerät jedoch kein Platz mehr im Geräteraum vorhanden ist und auch die Kosten hierfür enorm sind, löste der TSV das Problem mit einem Stufenbarrenaufsatz für die Reckanlage. Durch diese Anlage können die Mädchen die geforderten Übungen trainieren und die Kosten waren auch nicht so immens wie bei einem richtigen Barren.

Durch die große Anzahl von Mädchen ist der Aufbau von mehreren Stationen nötig. Deshalb ist es umso erfreulicher, dass sich zwei junge Übungsleiterhelfer, Jan Salomon und Lena Reuther, bereit erklärten, im Rahmen ihres freiwilligen sozialen Schuljahres bei der Turngruppe mitzuhelfen. Auch Franziska Zeller, die bis vor kurzem noch selbst turnte, fungiert jetzt als zusätzliche Hilfe. Den dreien danken wir für ihren Einsatz, der nicht selbstverständlich ist.

Aus dem Wettkampfbereich gibt es zu vermelden, dass die nächsten Wettkämpfe das Gaukindertreffen in Rothenburg am 16. Juli sowie der Geräteturnwettkampf zum Sportwochenende am 22. Juli sind. Für diese beiden Termine wird schon kräftig trainiert. Gleichzeitig wird noch eine Aufführung für das Sportwochenende einstudiert, sodass die Turnerinnen für die nächsten

Wochen volles Programm haben.

Abschließend ist noch zu berichten, dass das Interesse von ganz jungen Sportlerinnen am Turnen ungebrochen ist, so dass die Altersspanne zwischen der jüngsten Turnerin mit 6 Jahren und der ältesten mit 17 Jahren ziemlich genau 11 Jahre beträgt. Ein großes Lob an jeden Einzelnen in der Turngruppe, die alle trotz der großen Altersunterschiede total super miteinander trainieren.

*Karin Kopta*



**Die Turnerinnen trainieren konzentriert für die nächsten Wettkämpfe**

## Trainingslager



Von 20. bis 22. April fand wieder das beliebte Trainingslager in Neustadt/Aisch statt. Lesen Sie hier, was die 82 Kinder mit ihren 13 Betreuern alles erlebt haben:

**Donnerstag, 20. April 2006**

Endlich ging es wieder los, jetzt haben wir über ein Jahr auf das Trainingslager gewartet. Um 16 Uhr fuhren wir, das heißt 82 Kids und 13 Betreuer, nach Neustadt/Aisch ins Blockschulheim, wo wir nun bis Samstag untergebracht sein sollten.

Als wir dort ankamen gab es gleich etwas Trubel mit der Verteilung der Zimmer. Da heuer so viele Sportler dabei waren, mussten leider einige auf Luftmatratzen schlafen, was sich allerdings nicht als Problem heraus-

stellte.

Heute stand für jeden noch eine Trainingseinheit auf dem Programm. Um uns auch alle zu fördern, wurden wir nach Altersklassen aufgeteilt.

Nach dem Training gab es Hamburger zum Abendessen, die jedem sehr schmeckten. Anschließend hatten wir alle bei Ballspielen in der Halle oder einer Nachtwanderung unseren Spaß. Später durften wir uns noch ein Eis schmecken lassen.

Natürlich wollte dann anschließend noch keiner ins Bett (na ja, einige Vernünftige gabs schon) und so beschäftigten wir uns noch etwas selbst.

Also Gute Nacht.

**Freitag, 21. April 2006**

Oh nein! Nicht schon wieder aufstehen - wir sind doch gerade erst ins Bett...

Los gings schon um 8 Uhr mit einem leckeren Frühstück, bei dem wir uns alle für unseren Trainingstag stärken konnten. Denn heute standen für uns fünf Stunden Training in den Disziplinen Sprint, Weitsprung, Wurf, Hürden und Hochsprung auf dem Trainingsplan.



Dazwischen gab es eine Mittagspause, in der wir mit einer großen Portion Nudeln wieder Kraft tankten (Danke Moni!!!).

Nach diesem schönen, aber auch sehr anstrengenden Tag - sowohl für uns Kids als natürlich auch für unsere Trainer - hatten wir noch ganz viel Spaß im Hallenbad. Auch das gemeinsame Grillen (Würstchen mit Kartoffelsalat) am Abend war einfach toll. Ein lustiger Spieleabend für alle "Kleinen" rundete diesen schönen Tag ab. (Auch die anschließende Nacht war für manche von uns nicht besonders lang.)



### Samstag, 22. April 2006

Guten Morgen. Oh mir tut einfach alles weh. Oh ja an diesem Tag hatten es viele von uns mit dem fiesen Muskelkater zu tun. Aber da mussten wir durch.

Nach dem Frühstück machten wir uns auf, unsere Zimmer aufzuräumen und alles für die Abfahrt fertig zu machen. Nach der großen Aufräumaktion gingen einige noch eine Runde in den nahegelegenen Trimm-Dich-Pfad; die anderen machten Staffeltraining am Sportgelände.

Um ca 12 Uhr wurden wir dann alle wieder von unseren Eltern abgeholt.

*Lisa Wörner*



**Wir alle sind uns einig, das waren wieder drei super schöne, abwechslungsreiche aber auch etwas anstrengende Tage und wir danken ALLEN, die uns dieses unvergessliche Trainingslager ermöglicht haben.**



**Nordic-Walking-Tag**



Der Nordic-Walking-Tag am 07. Mai in Ipsheim entpuppte sich auch in seiner zweiten Auflage als wahrer Magnet. Etwa 500 Nordic-Walker begaben sich ab 8.30 Uhr auf die beiden Strecken. Distanzen von 5 km und 10 km boten für jeden etwas.

Bei strahlendem Sonnenschein genossen die gesundheitsbewussten Sportler das Ambiente der Ipsheimer Gegend.

Das Angebot des TSV Ipsheim, Nordic-Walking richtig zu lernen, wurde gerne angenommen. Unsere Übungsleiter brachten den Teilnehmern die wesentlichen Merkmale näher. „Jetzt weiß ich erst, was ich bisher alles falsch gemacht habe“ konnte man oft bei den

„Schnupperlehrgängen“ hören. Wir legten großen Wert darauf, dass auch die Walker, die keinen Schnupperlehrgang besuchten, vor dem Beginn ein entsprechendes Aufwärmprogramm absolvierten. Die richtigen Walking-Stöcke zum Verleih hatte Synergy-Sports (früher Sport Heimerl) aus Nürnberg bereit. Wir übernahmen den Verleih und berieten bei der richtigen Auswahl der Stöcke.

Dank der intensiven Werbung durch die AOK konnten wir viele Gäste aus den umliegenden Landkreisen und Regierungsbezirken begrüßen. Der Anreiz, Bonuspunkte zu sammeln, wurde von ca. 300 AOK-Mitgliedern gerne genutzt.

*Silvia Ripka*

## Tischtennis- Freundschaftsspiel gegen Bad Windsheim

Zum zwischenzeitlich schon traditionellen jährlichen Vergleichswettkampf trafen sich die Mannschaften des TSV Ipsheim und des TV 1860 Bad Windsheim am 12. Mai in der Ipsheimer Festhalle, wo die Windsheimer mit einer Mischung aus ihrer fünften und sechsten Mannschaft antraten, allesamt erfahrene Wettkampfspieler.

Die Ipsheimer Farben vertraten: Andreas Hartlep, Georg und Rudi Hartlehnert, Norbert Müller, Friedrich Stark und Gerhard Zelzer. Begonnen wurde zunächst mit drei Doppeln, bei denen unsere TSV'ler gleich zeigten, dass sie sich auch vor diesem spielstarken Gegner nicht zu verstecken brauchten, gewannen doch Müller/Stark gegen Poschner/Schmidt und Hartlep/Zelzer gegen von Hoff/Köhler souverän ihre Spiele und auch Georg und Rudi Hartlehnert mussten sich erst nach vier Sätzen gegen Popp/Grau geschlagen geben.

In den anschließenden Einzeln zeigte sich vor allem Friedrich Stark in glänzender Spiellaune und hatte sowohl gegen von Hoff als auch gegen Köhler das längere Ende für sich. Aber auch Müller (gegen Köhler), Hartlep (gegen

Poschner), Zelzer (gegen Popp) und last but not least R. Hartlehnert (gegen Schmidt) konnten für den TSV punkten, während sich G. Hartlehnert zunächst gegen Schmidt und später gegen Grau - wie zuvor schon sein Bruder Rudi - geschlagen geben musste. Weitere Punkte wurden verloren, nachdem Hartlep von Popp, Zelzer von Poschner und Müller durch von Hoff geschlagen wurden. Die TSV-Aktiven lagen vor dem abschließenden Doppel sogar mit 8:7 in Führung und alle hofften auf einen erfolgreichen Abschluss, hatte man mit Müller/Stark doch noch ein Ass im Är-



**Norbert Müller und Friedrich Stark**

mel. Doch es kam anders. In fünf nervenaufreibenden Sätzen konnten von Hoff/Köhler das Blatt noch wenden und das letzte Spiel für sich entscheiden. So endete der Wettkampf Remis 8:8.

Der Abend klang in gemütlicher Runde aus, wo man die eine oder andere Partie nochmals analysierte.

*Erhard Hertlein*

## Kinder- und Flutlichtsiebenkampf

Mehr als 60 Kinder, Jugendliche und Erwachsene nahmen in diesem Jahr am mittlerweile schon traditionellen Kinder- und Flutlichtsiebenkampf während der Pfingstferien teil.

Dieser Wettkampf war in zwei Altersgruppen unterteilt, es stand hierbei das Mitmachen und nicht unbedingt der Sieg im Vordergrund.

Die „Kleinen“ starteten um 18.00 Uhr mit ihren verschiedenen, teilweise lustigen Disziplinen. 50 m Hürdenlauf über kleine Hindernisse, Weitsprung über kleine Hindernisse, Weitsprung, Speerwurf mit speziellen Kinderspeeren und der interessante Biathlon mit Zielwerfen - um nur eine Auswahl

der Disziplinen zu erwähnen - waren vielseitige Herausforderungen für die Kinder.

Um 20.30 Uhr hieß es dann für die „Großen“: los geht's zum Flutlicht-Siebenkampf. Hürdenlauf über Klapp-

hürden, Hochsprung, Schleuderballwerfen oder Zielwurf waren hierbei einige Angebote die vom normalen Wettkampf abwichen, aber bestimmt nicht minder Spaß machten.

*Ernst Ripka*



**Bauch in Bestform**

Bei diesem Fitness-Tipp wollen wir mal die Bauchmuskeln etwas spielen lassen. Unsere ausgesuchten Übungen bringen eine straffere Mitte und eine schlanke Taille. Super wäre, jeden zweiten Tag ca. 10 Minuten zu trainieren. Bei den Übungen sollte man sich auf den Bewegungsablauf konzentrieren und bewusst spüren, wie die Bauchmuskeln arbeiten.

Zum Aufwärmen marschieren wir zwei Minuten auf der Stelle und drehen dann den Oberkörper im Stand nach rechts und links (30 sec).

**Powercrunch**



Rückenlage, Beine anwinkeln, Füße aufstellen; Hände an den Hinterkopf anlegen; Ellenbogen zeigen nach außen. Oberkörper langsam aufrollen, bis die Schulterblätter den Boden nicht mehr berühren. Bauchnabel zur Wirbelsäule schieben. Den unteren Rücken Richtung Boden drücken. Dabei über die Knie hinwegsehen. Wichtig: Kinn nicht Richtung Brust ziehen.

EFFEKT: Stärkt die geraden Bauchmuskeln.  
Wiederholung: 20 x

**Hüftheber**



Rückenlage, Beine angewinkelt heben, Unterschenkel parallel zum Boden halten. Jetzt die Hüfte mit der Kraft der Bauchmuskeln ein Stück vom Boden heben. Die Knie schieben sich dabei Richtung Brust. Wichtig: Ohne Schwung arbeiten.

EFFEKT: Strafft den unteren Bauch.  
Wiederholung: 20 x

**Radeltour**



Rückenlage, ein Bein angewinkelt, das andere nach vorne ausgestreckt anheben. Nun die linke Schulter vom Boden lösen und die Hand gegen das rechte Knie drücken; Spannung etwas halten und dann wechseln.

EFFEKT: Formt eine schöne Taille  
Wiederholung: 25 x im Wechsel

**Stuhl-Gym**



Rückenlage, Fersen auf einer Stuhlfläche ablegen, Hände am Hinterkopf anlegen. Oberkörper aufrollen. Am höchsten Punkt Oberkörper nach links drehen, und den rechten Ellenbogen Richtung linkes Knie führen. Oberkörper wieder gerade halten und am Boden ablegen. Das Gleiche zur anderen Seite wiederholen.

EFFEKT: Trainiert die geraden, vor allem aber die seitlichen Bauchmuskeln.  
Wiederholung: 20 x im Wechsel

### Yogi-Sitz



Schneidersitz. Rechts und links neben dem Körper Bücher platzieren. Handflächen auf die Bücher stützen. Bauchmuskeln anspannen, mit den Armen Körper vom Boden hoch drücken. 5 Atemzüge anhalten.

Wiederholung: 8 x

### Seitheber



Auf die rechte Seite legen, Kopf auf dem Oberarm. Linke Hand flach vor dem Oberkörper auflegen. Jetzt die gestreckten Beine langsam ein paar Zentimeter heben und genauso langsam senken.

Wiederholung: 10 x dann Seitenwechsel



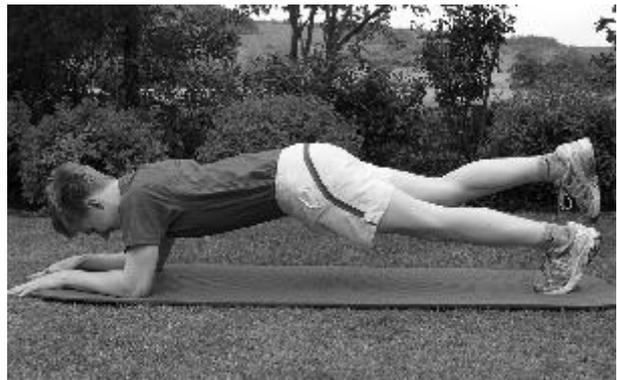
### Knieheber



Vierfüßlerstand. Die Handgelenke stehen genau unter den Schultern, die Knie genau unter der Hüfte. Rücken ist gerade, Bauch angespannt. Nun Fußspitzen aufstellen und Knie vom Boden lösen. 5 Atemzüge anhalten. Knie absetzen

Wiederholung: 15 x

### Hochspannung für den ganzen Rumpf



Aus der Bauchlage in den Unterarmstütz gehen, dazu Ellbogen senkrecht unter der Schulter halten, Zehenspitzen aufstellen. Den ganzen Körper anspannen und vom Boden abheben dabei aufpassen, dass das Becken nicht absinkt und die Bauchmuskeln angespannt sind. Kopf, Oberkörper, Po und Beine liegen auf einer Geraden, nach unten schauen. Jetzt ein Bein langsam vom Boden heben, etwas halten und wieder absenken. Dann die Seite wechseln.

Wiederholung: 10 x

### und zum Abschluss: Kauerstellung

Mit dem Gesäß auf die Fersen absetzen, den Oberkörper nach vorn ablegen und die Stirn auf den Boden. Die Arme rechts und links dicht am Körper mit den Handflächen nach oben ab.

Dabei tiefein- und ausatmen und entspannen.

**Und nun viel Spaß bei den Übungen!**

## 2nd World Masters Athletics Championships Indoor Linz Austria

Den wohl größten sportlichen Erfolg in der nun fast 96-jährigen Vereinsgeschichte konnten Angelika Mader und Harald Köhler in der jüngsten Vergangenheit verbuchen. Bei den "2nd World Masters Athletics Championships Indoor Linz Austria, from 15.3.-20.3.2006", zu deutsch: bei den 2. Hallenweltmeisterschaften der Senioren in Linz in Österreich starteten Angelika Mader und Harald Köhler im deutschen Nationaltrikot. Mit zwei Bronzemedailen, was einer Sensation gleich kommt, trugen sie mit zu einem hervorragenden Mannschaftsergebnis der Deutschen bei.

Beide qualifizierten sich für die Sprintwettbewerbe und den Weitsprung.



### Angelika Mader

Nach den Europameisterschaften 2004 in Potsdam, wo Angelika Mader Staffeleuropameisterin über 4 x 100 m wurde und nach Sindelfingen im Jahre 2005, wo mit dem 6. Platz im 60 m Lauf schon ein Traumergebnis heraus kam, wollte Angelika nun bei den 2. Weltmeisterschaften in der Donaumetropole Linz einen weiteren Glanzpunkt in ihrer unvergleichlichen Karriere setzen. Das Ziel war den Endlauf über 60 m und das Finale im Weitsprung zu erreichen. Aber nun der Reihe nach.

Am Freitag, dem 18. März zu einer ungewöhnlichen Zeit, nämlich morgens um 9:25 Uhr wurde das Unternehmen 60 m mit den Vorläufen gestartet.

Auf Grund der Vorresultate hatten sich 17 Frauen für die Vorläufe qualifiziert. Dabei wurde Angelika Mader für den ersten der drei Vorläufe, ausgelost. In souveräner Manier gewann sie ihren Vorlauf. Nachstehend das amtliche Ergebnis:

#### 60m, Women W 40 – Heats Heat 1 of 3

1. Mader, Angelika	GER	8,07 sec
2. Kallmeier-Schröder, K.	GER	8,17 sec
3. Vouagner, Dominique	FRA	8,37 sec
4. Vandooren, Benedicte	BEL	8,76 sec
5. Andries, Gerda	BEL	8,93 sec

Damit waren Mader und Kallmeier

sowie als weitere Zeitschnellste Vouagner für das Finale am Abend qualifiziert. Aus den weiteren Vorläufen qualifizierten sich die „Deutschen“ Rau, Grißmer und Falkenhagen sowie die Schwedin Palmqvist und die Favoritin Lapiere aus Frankreich.

In einem dramatischen Finale belegte Angelika Mader einen sensationellen dritten Platz und gewann damit die Bronzemedaille. Winzige drei Hundertstel fehlten am Ende zum zweiten Platz und damit zur Silbermedaille.

Nachstehend das „Official Results“:

#### 60m, Women W 40 – Finale

1. Lapiere, Violetta	FRA	7,74 sec
2. Rau, Angelika.	GER	8,05 sec
3. Mader, Angelika	FRA	8,08 sec
4. Palmqvist, Carina	SWE	8,17 sec
5. Grißmer, Angelica	GER	8,22 sec
6. Kallmeier-Schröder, K.	GER	8,27 sec
7. Vouagner, Dominique	FRA	8,32 sec
8. Falkenhagen, Birgit	GER	8,54 sec

Keine Zeit ihren Erfolg zu feiern hatte Angelika, denn bereits am nächsten Morgen um 8:30 Uhr stand der Weitsprung der Frauen W 40 auf dem Programm. 18 Damen aus 11 Ländern traten zum großen Finale an. Nach dem Gewinn der Bronzemedaille konnte man den Weitsprung etwas beruhigter angehen. Als weitester Sprung standen am Ende 5,18 m auf der Ergebnisliste, ein sehr gutes Resultat. Ein weiterer hervorragender Versuch wurde erst nach genauester Kontrolle ungültig gegeben. Angelika meinte hinterher das dieser Versuch noch besser gewesen sei. Trotz dieses Missgeschickes wiederum ein achtbares Endergebnis mit dem 7. Platz unter 18 Teilnehmern!

Auch hier das Endergebnis:

#### Long Jump, Women W40 – Finale

1. Lapiere, Violetta	FRA	5,81 m
2. Biskup, Marianne	POL	5,45 m
3. Kallmeier-Schröder, K.	GER	5,41 m
4. Palmqvist, Carina	SWE	5,35 m
5. Rau, Angela	GER	5,29 m

6. Krepkina, Valentyna	UKR	5,25 m
7. Mader, Angelika	GER	5,18 m
8. Laing, Wendy	GBR	5,03 m
9. Wess, Karin	GER	4,69 m
10. Falkenhagen, Birgit	GER	4,66 m
11. Ailus, Sari	FIN	4,38 m
12. Andries, Gerda	BEL	4,32 m
13. Tavernaro, Sybille	AUT	4,22 m
14. Vandooren, B.	BEL	4,20 m
15. Anziger, Silvia	AUT	4,16 m
16. Ware, Carmen	USA	4,06 m
17. Flach, Carmen	GER	3,55 m
Pető, Zsuzsanna	AUT	CAN

Gespannt wartet der Schreiber dieses Berichtes, ob womöglich noch eine Steigerung möglich ist. Vielleicht bei der Weltmeisterschaft 2007 die in Riccione in Italien stattfindet. Da bin ich dann als Schlachtenbummler dabei!



### Harald Köhler

Für Harald Köhler bedeutete Linz Neuland. Im Gegensatz zu Angelika war Harald noch bei keiner Weltmeisterschaft dabei. Dementsprechend

motiviert ging Harald in Linz erstmals für Deutschland an den Start. Sieben Vorläufe standen bei den Männern auf dem Programm. Harald startete im 5. Vorlauf. Liest man die Namen der Beteiligten stellt man sogleich fest, dass die acht Läufer aus sechs verschiedenen Ländern bzw. drei verschiedenen Kontinenten kamen. Mit dem 2. Platz in 7,50 sec qualifizierte sich Harald in diesem erlesenen Feld für das Semifinale. Nachstehend das Endergebnis:

### 60m , Men M 35 – Heats Heat 5 of 7

1. Sanchez-Valle, Carlos	MEX	7,48 sec
<b>2. Köhler, Harald</b>	<b>GER</b>	<b>7,50 sec</b>
3. Doneux, Yves	BEL	7,52 sec
4. Synave, Sebastian	FRA	7,55 sec
5. Balat, Eric	FRA	7,58 sec
6. Mouanda, Jean Marie	CGO	7,64 sec
7. Schulz, Michael	GER	8,13 sec
8. Mautone, Francesco	ITA	DNS

Nach den Vorläufen, an denen 49 Athleten teilnahmen, galt es nun für die 24 übrig gebliebenen die 8 Schnellsten für den Endlauf zu ermitteln.

In einem an Klasse nicht zu überbietenden Teilnehmerfeld wusste Harald, dass er mindestens 3 Zehntel schneller sein musste als im Vorlauf. Auch für einen, der wie Harald Köhler aus hartem Holz geschnitzt ist, ein schier unmögliches Unterfangen. Es dürfte die Freude überwogen haben überhaupt im Semifinale starten zu dürfen, als der Glaube an den beiden Engländern sowie dem Canadier vorbei

zu kommen. Harald belegte einen ehrenvollen 7. Platz und schied damit aus. Trotzdem ein einmaliges Erlebnis und ein toller Erfolg für Harald Köhler. Aber es sollte noch besser kommen.

Nachstehend das Ergebnis des ersten Semifinales.

### 60m , Men M 35 – Semi-Finales Heat 1 of 3

1. Dunwell, Mark	GBR	7,04 sec
2. Boukaia, Abdelaziz	GER	7,15 sec
3. Kangni, Jerry	CAN	7,26 sec
4. Culshaw, Michael	GBR	7,42 sec
5. Elli, Marco	ITA	7,45 sec
6. Dorset, Scott	GBR	7,47 sec
<b>7. Köhler, Harald</b>	<b>GER</b>	<b>7,50 sec</b>
8. Brümmerhoff, Arndt	GER	7,92 sec

Nun galt es alle Konzentration auf den Weitsprung zu richten, Haralds Parade-disziplin.

Auf die Minute „Topfit“ stellte sich Harald am Sonntagabend um 18 Uhr den 23 anderen Mitkonkurrenten. Was Harald ablieferte, war der absolute Hammer. 6,51 m, eine Weite die er in seiner ganzen Laufbahn noch nie gesprungen war, setzte er in den Sand des Glaspalastes von Linz und sicherte sich damit die Bronzemedaille in diesem Wettbewerb. Ein fantastisches Ergebnis.

Nachfolgend das Endergebnis:

### Long Jump, Men M 35 – Finale

1. Herman, Eric	BEL	6,78 m
2. Munroe, John	GBR	6,55 m
<b>3. Köhler, Harald</b>	<b>GER</b>	<b>6,51 m</b>

4. Müller, Thomas	GER	6,45 m
5. Crispi, Igor	ITA	6,40 m
6. Hofer, Franz	GER	6,35 m
7. Faaij, Gerald	NED	6,31 m
8. Ratsch, Ulrich	GER	6,23 m
9. Fusco, Fernando	ITA	6,21 m
10. Remes, Pavel	CZE	6,10 m
11. Doneux, Yves	BEL	5,98 m
12. Sotona, Petr	CZE	5,90 m
13. Brümmerhoff, Arndt	GER	5,82 m
14. Tkachenko, Yevgen	UKR	5,80 m
15. Künne, Niels	GER	5,64 m
16. Marzolo, Roberto	ITA	5,50 m
17. Lehner, Robert	AUT	5,45 m
18. Vancl, Jörg	AUT	5,29 m
19. Bottega, Fabrizio	ITA	5,27 m
20. Skeete, Marcus	USA	4,74 m
21. Hicklin, Andy	GBR	4,68 m
Mouanda, Jean M.	CGO	o.g.V.
Tico, Michael	ITA	o.g.V.
Bernhardt, Nils-U.	GER	o.g.V.

Im Gegensatz zu Angelika Mader will Harald Köhler nicht bis 2007 auf ein weiteres Großereignis warten. Vom 21. 23. Juli startet unser Medaillengewinner bei den Europameisterschaften in Posen (Polen), wozu wir ihm schon jetzt viel Erfolg wünschen. Vielleicht kann er in Polen den seit 1988 bestehenden Vereinsrekord von 6,52 m knacken. Wir wünschen es ihm von Herzen.

*Horst Prinzkosky*

## DLV-Leichtathletik-Gala am 30.07.06 in Nürnberg

Nach den LIVE-Sportfesten der letzten Jahre erwartet die Leichtathletik-Fans erneut ein sportliches Großereignis im ehemaligen Frankenstadion. Das jährliche internationale DLV-Meeting findet 2006 zum ersten Mal im Nürnberger easy-credit-Stadion statt. Drei Wochen nach der Fußball-WM treffen sich die besten deutschen Leichtathleten und viele internationale Stars zum letzten großen Meeting und Formtest vor den Europameisterschaften im schwedischen Göteborg (07.08.-13.08.).

Bereits am 29.07. finden im Rahmen dieser Veranstaltung die Bayerischen Meisterschaften der Frauen und Männer statt, die am Sonntagvormittag vor dem DLV-Meeting ihr Ende finden.

Der TSV möchte dieses Leichtathletik-Großereignis mit seinen Mitgliedern besuchen und bestellt Karten. Die Kosten für die Karten belaufen sich je nach Platz auf 4,- bis 19,- €. Hinzu kommen geringe Kosten für die Zugfahrt. Wir hoffen natürlich sehr, dass sich zahlreiche Leichtathletikfreunde anmelden und die TSVler zu einer positiven Atmosphäre im Easy-credit-Stadion beitragen.

Weitere Infos gibt's im Internet unter [www.leichtathletik.de](http://www.leichtathletik.de). In den Turnstunden und in unserem Schaukasten werden wir Euch rechtzeitig genauer informieren.

(Vor-)Anmeldungen bitte an Jochen Prinzkosky unter Tel. 09846/977196



## 20. TSV Sportwochenende vom 21. bis 23. Juli

### 20 Jahre TSV Sportwochenende!

Auch in diesem Jahr stellt das Sportwochenende einen besonderen Höhepunkt im Vereinsjahr des TSV Ipsheim dar.

#### Ball, Punkt, Satz, Sieg

Mit den **Tischtennis-** Finalspielen im Einzel, am Freitagabend um 18.00 Uhr, fällt der Startschuss für das 20. Sportwochenende. Bei spannenden und packenden Spielen kommen auch gern gesehene Zuschauer auf ihre Kosten.

#### Turnen

Bereits zum dritten Mal finden im Rahmen des Sportwochenendes **Turnwettkämpfe** statt, die am Samstagmorgen um 9.30 Uhr beginnen. Die Turnerinnen geben ihr Können an den Geräten Schwebebalken, Reck, Bock oder Pferd sowie am Boden zum Besten.

#### Erlebnisswelt für Kinder

Rund um und auf dem Sportgelände erwartet unsere kleinen und großen Gäste ein attraktives vielseitiges Programm mit verschiedenen Stationen. Ob beim Basteln, beim Durchfahren eines Geschicklichkeitsparcours mit dem Bobbycar oder dem Fahrrad sowie bei interessanten anderen sportlichen Aktivitäten, für Spiel, Spaß und Spannung ist bestens gesorgt. Fahrrad und Helm müsst ihr selbstverständlich selbst mitbringen. Die Verkehrstauglichkeit eurer Fahrräder wird vor Ort von der Polizei überprüft.

Ab 14.00 Uhr werden in der Halle die **Badminton - Vereinsmeisterschaften** ausgetragen.

#### Heiße Rollen und scharfe Kurven...

heißt es dann, wenn um 17.30 Uhr der Startschuss für den **Inline-Skating-Wettbewerb** gegeben wird.

Das gemeinsame **Abendessen** gibt es

um 19.00 Uhr auf dem Sportgelände.

#### TSV Showbühne

Viel Unterhaltung, Spaß und Mitmachangebote für Kinder stehen beim **Samstagabend-Programm**, um 20.00 Uhr, an oberster Stelle. Mit Vorführungen verschiedener Gruppen, Musik und anderer Showeinlagen verspricht dieser Abend ein besonderer Leckerbissen für Auge und Ohr zu werden.

#### Beweg dich.....

Unter diesem Gesichtspunkt wird der Samstagabend mit dem traditionellen **Fackelcrosslauf** beendet. Zu bewältigen ist eine ca. 1,5 km lange Strecke, die es fast jeden ermöglicht mitzulaufen.

Beim **Singen am Lagerfeuer** kann vorm Zubettgehen noch mal richtig entspannen und die Eindrücke des Tages Revue passieren lassen.

Der **Sonntag** beginnt mit einem kräftigenden, gemeinsamen Frühstück auf dem Sportplatz.

Anschließend lädt der TSV alle Ipsheimer Bürger zu einem Gottesdienst ein.

#### Letzte Stärkung

Vor Beginn der Leichtathletik-Vereinsmeisterschaften besteht die Möglichkeit ein Mittagessen, ab 11.30 Uhr am Sportgelände einzunehmen.

#### Spaß am Sport

Als Vorbereitung auf die Wettkämpfe, findet um 13.00 Uhr ein gemeinsames Aufwärmen unter der Leitung von Silvia Ripka statt. Pünktlich um 13.00 Uhr werden dann die Vereinsmeister-



schaften der leichtathletischen Disziplinen gestartet.

#### Hoch, höher, am höchsten....

Ein spannender Höhepunkt zum Ende der Wettkämpfe stellt auch in diesem Jahr wieder der **Hochsprung** dar.

#### Jeder ist ein Sieger.....

Im Anschluss an alle Wettkämpfe findet die **Siegerehrung** statt. Jeder Teilnehmer wird mit einer **Medaille** und einer **Urkunde** bedacht. Die jeweils Erstplatzierten erhalten einen **Pokal**.

Um die Wartezeit nicht lang werden zu lassen, werden verschiedene, ansprechende **Aufführungen** für reichlich viel Abwechslung sorgen.

**Anmelden** könnt ihr euch wie immer an Hand der Ausschreibung, die ein Anmeldeformular sowie viele wichtige Infos enthält. Die Ausschreibungen bekommt ihr von euren Übungsleitern. Wir freuen uns auf viele Teilnehmer und wünschen euch bis dahin viel Spaß in euren Turnstunden.

*Antje Hartlep*





Es lebe das Original. ....

## 7. Ipsheimer Weinberglauf

Gleich im Kalender vormerken:

**Am Freitag, 8. September startet der TSV Ipsheim seinen 7. Weinberglauf**

Auf den asphaltierten Strassen und Wegen führen drei unterschiedliche Strecken durch die Ipsheimer Weinberge.

Alle Wettbewerbe starten an der ersten Weinbergseinfahrt; die Streckenführung bleibt unverändert.

Der Schülerlauf mit einer Strecke von 1200 m, die aufgrund ihrer Steigungen auch von den Jüngeren vollen Einsatz fordert, startet für die Mädchen um 17.15 Uhr und für die Jungs um 17.35 Uhr. Wie bereits im vergangenen Jahr gehen die Schülerinnen und Schüler getrennt auf die Strecke, so dass es am Start kein Gedränge gibt und die Sicherheit auch bei hoffentlich steigender Teilnehmerzahl gewährleistet ist.

Die Hobbyläufer nehmen um 18.00 Uhr ihre 2400 m lange Strecke in Angriff, ehe um 18.45 Uhr der Hauptlauf mit einem Höhenunterschied von ca. 100 m beginnt, der auch geübten Läuferinnen und Läufern Respekt einflößt. Nach 5800 m endet die Strecke am höchsten Punkt der Weinberge mit einem grandiosen Ausblick, der alle Anstrengung schnell vergessen lässt.

Organisation und Ablauf der Veranstaltung orientieren sich am bewährten

Konzept der Vorjahre. So steht allen Teilnehmern 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, hält das TSV-Verpflegungsteam am Weinberghaus doch wieder eine reichhaltige Auswahl an Speisen und Getränken bereit, die nach erfolgreichem Lauf oder enthusiastischem Anfeuern zur Stärkung auch dringend benötigt werden.

Schön wäre es natürlich, wenn sich auch heuer – wie bisher jedes Jahr – die Teilnehmerzahl noch etwas steigern ließe. Aber dies wagen die TSV-Verantwortlichen angesichts der zwischenzeitlichen Fülle an Laufveranstaltungen nur zu hoffen...

Wer schon Appetit bekommen hat, kann gerne zum Lauftreff am Samstag um 17.00 Uhr an der Festhalle kommen und sich so längerfristig auf diesen Lauf vorbereiten. Alle anderen sollten zumindest die Trainingstermine wahrnehmen, empfiehlt es sich doch, gut vorbereitet an den Start zu gehen.

*Erhard Hertlein*



### Training zum Weinberglauf

Auch in diesem Jahr bietet der TSV Ipsheim zusätzliche Trainingstermine während der Sommerferien an:

**Donnerstag, 24. August**

**Montag, 28. August**

**Donnerstag, 31. August**

**Montag, 4. September**

Wir treffen uns jeweils

**um 18.30 Uhr**

am Start des Weinberglaufs an der ersten Einfahrt zu den Weinbergen.

### Weinberglauf am 8. September

Startzeiten:

17:15 Schülerlauf (Mädchen)

17:35 Schülerlauf (Jungen)

18:00 Hobbylauf

18:45 Hauptlauf

Die Schülerinnen und Schüler treffen sich um 16.30 Uhr am Start zum gemeinsamen Aufwärmen.

### Anmeldung bei

Ernst, Ripka  
Tel.: 0170/9039480

oder

Michael Bially  
Tel.: 09846/978681

Mail: [weinberglauf@tsv-ipsheim.de](mailto:weinberglauf@tsv-ipsheim.de)

Weitere Informationen im Internet:  
**[www.tsv-ipsheim.de](http://www.tsv-ipsheim.de)**

**Wichtige TSV-Termine**

- 21.-23.Juli 2006 **Sportwochenende**  
Seite 24
- 01. September 2006 **Sports- and Party Night**  
Seite 27
- 08. September 2006 **Weinberglauf**  
Seite 25
- 11. November 2006 **Narrenwecken**  
Rathaus
- 17. November 2006 **Tischtennis-Doppeltturnier**  
18.00 Uhr, Festhalle
- 18. November 2006 **Generalversammlung**  
20.00 Uhr, Schützenhaus
- 10. Dezember 2006 **Weihnachtsfeier**  
15.00 Uhr, Festhalle

**Wir wünschen allen Teilnehmern viel Spaß bei den Veranstaltungen!**

**Wichtige Sportfeste**

- 08.07.2006 **Kreismeisterschaft Einzel** Bad Windsheim  
Schüler/innen C und D
- 19.07.2006 **Kreismeisterschaft Staffel** Burghaslach
- 26.07.2006 **DSMM - Schülermannschaftsmeisterschaft** Veitsbronn  
Schüler/innen C und B
- 16.09.2006 **Kreismeisterschaft Langstrecke** Emskirchen  
(2000m/3000m)

**Wichtige Laufveranstaltungen**

- 02.07.2006 Lindwurmlauf Scheinfeld
- 23.09.2006 Seelauf Oberzenn
- 21.10.2006 Fackelstraßenlauf Burghaslach
- 28.10.2006 Nachtlauf Neustadt/Aisch
- 03.12.2006 Nikolauslauf Neustadt/Aisch

**Eltern-Kind-Turnen**

Hier erleben Kinder mit Hilfe ihrer Mama oder ihres Papas durch Nachahmen und eigenständiges probieren die Welt des Kinderturnens.

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

Der nächste 10-wöchige Kurs beginnt am

**Montag, 18. September 2006**

in der Festhalle Ipsheim

**Selbstverteidigungskurs**

Im Rahmen des Ferienprogramms der Marktgemeinde Ipsheim bietet der TSV am

**Donnerstag, den 10. August 2006**

einen **Selbstverteidigungskurs für Mädchen** (Zielgruppe ca. 12 - 16 Jahre) an. Der Kurs dauert drei Stunden.

Harald Köhler und Erich Brandl werden euch die Grundkenntnisse des "All-Style-Karate" näherbringen.

**Sportabzeichen**

Nachdem das Sportabzeichen auch immer mehr von den Krankenkassen durch Bonuspunkte bzw. Geldprämien honoriert wird, möchten wir auch heuer wieder die Möglichkeit bieten, hierfür zu trainieren, bzw. es beim TSV abzulegen.



Wir haben dazu als Termin

**Dienstag, 11. Juli bzw. 18. Juli  
jeweils ab 19.30 Uhr**

vorgesehen.

Selbstverständlich können die Leistungen auch am Sportwochenende bzw. nach Absprache abgelegt werden. Die Schwimmprüfungen sind dann noch an einem gesonderten Termin. Die notwendigen Ergebnisse, die erreicht werden müssen, hängen im Mitteilungskasten am Sportgelände aus. Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnahme und wünschen schon jetzt viel Erfolg!

**AOK-Vortrag:**

**Fit für den Sport mit richtiger Ernährung**

Ob Sie einmal die Woche joggen gehen oder regelmäßig walken, ob Sie für einen Marathon trainieren oder eine Mannschaftssportart machen, ob Sie Fitnessgymnastik oder Schwimmen für sich entdeckt haben - die richtige Ernährung erhöht nicht nur Ihre sportliche Leistung, sondern auch Vergnügen und Spaß an ihrer Sportart!

Wie der tägliche Speiseplan aussehen soll und welche Lebensmittel und Getränke für Sie optimal sind, das erfahren Sie in einem Vortrag von Margit Reichel-Binöder, Diplom-Ökotrophologin Univ.

am Donnerstag, den **12. Oktober 2006**

um **19.30 Uhr** im **Vereinszimmer** des **TSV Ipsheim**

Wir laden Sie schon jetzt hierzu herzlich ein.

### 10 Fragen an ... Dr. Hans-Peter Nohner

Relativ neu im TSV ist Hans-Peter Nohner aus Dietersheim. Beruflich als Tierarzt beim Besamungsverein in Neustadt tätig (wo in manchen Situationen eine gewisse Grundschnelligkeit Verletzungen vorbeugt), startet er hauptsächlich bei Laufveranstaltungen für den TSV. Er machte in den vergangenen Monaten mit einigen guten Ergebnissen auf sich aufmerksam und stellte die Leistungsfähigkeit der "älteren Generation" unter Beweis, zuletzt mit seinem Kreismeistertitel über 1000 m. Nachstehend lernen wir ihn näher kennen.

#### Wer Dich sprechen hört merkt, Du bist kein Urfranke....?

Ich bin in einem kleinen Dorf in der Eifel, ca. neun Kilometer vom Nürburgring entfernt aufgewachsen. Seit 20 Jahren fühle ich mich aber hier in Franken zu Hause.

#### Wie kamst Du zum TSV?

Nachdem ich jahrelang auch aufgrund beruflicher Auslastung keinen Sport betrieben hatte, wollte ich nach einem Knöchelbruch mein Bein wieder trainieren und etwas mehr auf meine Gesundheit achten. Da meine beiden Töchter zu diesem Zeitpunkt schon beim TSV Mitglieder waren, kam ich nach ein paar Probeteilnahmen am Lauftreff auch zum TSV.

#### Welche kleinen Dinge des Alltags machen Dich glücklich?

Wenn zum Beispiel mein Sohn mit mir Fußball spielt, nach Arbeit und Sport ein Glas Weizenbier und wenn meine Frau mir mein Lieblingsessen (Rindersteak mit Kartoffeln) zubereitet.

#### Worüber hast Du dich zuletzt so richtig geärgert?

Insgesamt versuche ich mich wenig zu ärgern. Trotzdem gibt es im beruflichen Alltag immer wieder Anlass zu Ärger, der allerdings schnell wieder verfliegt und vergessen wird.

#### Ein großer Wunsch von Dir?

Gesundheit für meine Familie und mich sowie noch viele Jahre sportlich aktiv sein zu können.

#### Welchen Luxus gönnst Du Dir hin und wieder?

Luxus wäre für mich mehr freie Zeit, wovon ich leider zu wenig habe. Ab und zu gönne ich mir einen Saunaabend.

#### Dein Lieblingsbuch? Deine Lieblingsendung?

Meine Lieblingsbücher sind tier- und sportmedizinische Bücher. Insgesamt sehe ich wenig fern, am liebsten diverse Sportsendungen z. B. Fußball, Leichtathletik oder die Tour de France.



#### Was würdest Du nie wegwerfen?

Uralte tiermedizinische Fachbücher, die ich von einem pensionierten Kollegen geschenkt bekommen habe.

#### Worüber hast Du Deine Doktorarbeit geschrieben?

Über die Tiefgefrierkonservierung von Rinderembryonen.

#### Welche Sportarten magst Du überhaupt nicht?

Militaryreiten und Wrestling.

*Erhard Hertlein*

## Sports and Party-Night

**Wann?** am Freitag, den 1. September 2006

**Beginn?** um 19:00 Uhr

**Wo?** auf dem Sportgelände des TSV

#### Wer kann mitmachen?

Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 14 und 20 Jahren

Ihr könnt euch entweder gleich als gemischte Mannschaft (7 Personen) anmelden oder schaut einfach mal vorbei. Lasst euch überraschen, wer für diesen Abend euer Team sein wird.

#### Was könnt ihr spielen?

Handball, Basketball, Volleyball, Baseball, Hockey  
alles "JUST FOR FUN"

#### Danach:

Party-Time mit Cocktailbar und cooler Musik

**Auf euer Kommen freut sich die Jugend des TSV Ipsheim**



**Anmeldung?**

bis spätestens 23. August bei Ernst Ripka

Handy: 0170/9039480

SUDOKU  
für Anfänger und Profis

Und so geht das magische Zahlenspiel:

Jedes Rätsel besteht aus neun waagrechten und neun senkrechten Reihen mit jeweils neun Kästchen. In jeder Reihe dürfen die Zahlen von 1 bis 9 nur einmal vorkommen. Außerdem ist das Spielfeld zusätzlich in neun Boxen eingeteilt, die jeweils aus drei mal drei Feldern bestehen. Je Box dürfen die Zahlen von 1 bis 9 ebenfalls nur einmal vorkommen. Nun müssen Sie nur noch die fehlenden Zahlen eintragen. Viel Vergnügen!

Mittel: für Fortgeschrittene!

		5		4			1	
					3	7		
9			6			2		
		8			5			3
		1	9			6		
2						4		
		7			8			9
		4	5					
	6			1		8		

Einfach: für Einsteiger!

	2		1	5			4	6
							9	2
	6	3	2			1		5
		6					3	
	5		8	6	3			9
	8				1			
6			4				2	
		5	9					7
	3	9			7		1	

Vorsicht -  
Suchtgefahr!

Schwer: für Ratefüchse!

	2		6					
		9		8			1	
	3							7
		5		9			8	
	4				3		2	
	6					4		
1							5	
	7			2		6		
					4		9	

Witze

Eine Herde von Pferden spielt mit einer Gruppe von Mäusen Fußball. Ein Pferd tritt versehentlich auf eine Maus. Als diese sich den Sand aus dem Fell schüttelt, sagt das Pferd verlegen: „Entschuldige, ich habe dich wirklich nicht gesehen.“

Die Maus winkt großzügig ab: „Macht nichts, das hätte mir auch passieren können.“

Das Nachwuchstalent zum Manager: „Wie hoch ist denn mein Gehalt?“ „Zunächst 20.000 Euro im Monat, später dann mehr.“ „O.k., dann komm ich später wieder.“

Fragt ein Spaziergänger einen Angler: „Na, beissen die Fische?“ „Nein, Sie können sie ruhig streicheln.“

Die letzten Worte eines Sportlehrers: „Alle Speere zu mir!“



### Fitnessgymnastik für Männer

Jeden Dienstag trifft sich bei uns im TSV um 20.30 Uhr eine Gruppe von Männern, die etwas für ihren Körper tun wollen. Eine komplette Übungsstunde von 60 Minuten beinhaltet dabei intensive Aufwärmung und vorbeugende Gesundheitsgymnastik. Kleingeräte, wie Hanteln, Medizinball oder Thera-Band sind beliebt bei den verschiedenen Aufgaben. In unserer „Fitnessgymnastik für Männer“ kräftigen wir alle Muskeln. Übungen im Stehen, Sitzen oder Liegen sorgen für viel Abwechslung während der Gymnastik.

Die Intensität kann jeder selbst bestimmen, sodass sich niemand über-

fordert fühlt. Entspannung bei ruhiger Musik rundet oft die Stunde ab.

Damit auch der Spieltrieb nicht zu kurz kommt, sorgen Volleyball, Basketball oder Hockey ab 21.30 für Abwechslung. Auch an Badminton und Handball finden wir unsere Freude. Und wer möchte, kann nach dem Sport bei einer netten Unterhaltung den Tag ausklingen lassen.

Auch wenn manchmal um 20.00 Uhr noch das Sofa lockt, so können wir um halb neun mittlerweile eine stattliche Anzahl von Männern begrüßen. Der jüngste mit siebzehn und der älteste Junggebliebene von 67 Jahren spiegelt die gesamte Bandbreite unserer Übungsstunde wieder.

*Ernst Ripka*



### Der Übungsleiter:

Ernst Ripka, 49 Jahre,

Seit über 20 Jahren Übungsleiter beim TSV, zuerst im Kinder- und Jugendbereich, seit 14 Jahren Fitnessgymnastik für Männer

1987 Übungsleiterausbildung (J-Schein)

1996 Ausbildung zum Präventivübungsleiter (Herz-Kreislauf, Wirbelsäule und Entspannung)



**Na, Du männlicher Leser, Lust bekommen? Schau doch am Dienstag um 20.30 Uhr mal vorbei. Entweder findest Du uns auf unserem TSV-Sportgelände oder, bei schlechtem Wetter, in der Festhalle.**



**Gedicht**

**Die Redaktion**

2004 auf der Bildungsmaßnahme haben wir darüber  
nachgedacht  
was euch wohl eine Freude macht.

Wir wollen euch informieren über Termine und Co -  
hoffentlich macht es euch auch froh.

Wir haben uns für eine Vereinszeitung entschieden,  
die konnten wir euch auch bald schon bieten.

Lange überlegten wir uns einen Namen für unser gutes  
Stück  
Doch da kam uns die Idee - "*Sportissimo*" - was für ein  
Glück.

Lange saßen wir am Anfang als Redaktion in der Runde,  
Da verging schon die ein oder andere Stunde.

Wir überlegten hin und her und kreuz und quer,  
Das war anfangs ziemlich schwer.

Was euch wohl gefallen kann  
Da dachten wir "kommt wir fangen einfach an".

Egal ob Läufe, Turnen oder Fasching,  
In der *Sportissimo* ist für jeden etwas drin.

Das ist jetzt schon die fünfte Ausgabe  
Hoffentlich gibt's noch mehr, sonst wäre das ziemlich  
schade.

Wir hoffen noch auf viele gute Berichte,  
Vielleicht schreibt auch mal jemand eine Geschichte.

Hoffentlich können wir euch mit der *Sportissimo* eine  
kleine Freude machen  
mit den vielen unterschiedlichen Sachen

*Lisa Wörner*

**Sicher ist sicher**

Sowohl in meiner Funktion als 1. Vorstand und Übungsleiter,  
als auch Polizist (für die, die's nicht wissen: ich arbeite bei der  
Polizei) möchte ich darauf hinweisen keine Wertgegenstände  
in der Umkleidekabine zu lassen.

Wir sind zwar glücklicherweise bislang noch nicht von  
größeren Wertsachendiebstählen betroffen gewesen, aber die  
baulichen Gegebenheiten in der Festhalle bergen doch ein  
gewisses Risiko, da durch den stündlichen Wechsel die Türen  
nicht abgeschlossen werden und der Umkleideraum von der  
Halle nicht einsehbar ist.

Unser Tipp deshalb: Größere Geldbeträge gar nicht erst  
mitnehmen, Wertsachen zu Hause oder (versteckt) im Auto  
lassen und nur, wenn's nicht anders geht, solche Gegenstände  
mit in die Halle nehmen. Für die Freiluftsaison gilt das  
genauso. Denn Vorsicht ist die Mutter der Porzellankiste.

*Jochen Prinzkosky*

**Wir gratulierten...**

**...zum 60. Geburtstag**

Helga Zeller geb. am 31.03.1946  
Karin Kloha geb. am 05.06.1946

**...zum 65. Geburtstag**

Fritz Rückert geb. am 12.04.1941

**...zum 70. Geburtstag**

Christa Hartlehnert geb. am 23.03.1936

**Willkommen im TSV**

Die Mitgliederzahl im TSV wächst weiter an. Seit Dezember  
2005 konnten wir 21 neue Mitglieder in der TSV-Familie  
begrüßen:

Martina Seemann, Max Seemann, Hannes Seemann,  
Anita Ahne, Marie Wagner, Laura Summ,  
Dominik Summ, Elisabeth Nohner, Paul Nohner,  
Alexander Seifert, Christina Gößwein, Anja Schuh,  
Anja Hirsch, Katrin Krämer, Lisa Khavvam,  
Leon Khavvam, André Khavvam, Angela Khavvam,  
Liane Klama, Linda Schweighöfer, André Rechter

**Wussten Sie...?**

... Dass unsere Aktiven in diesem Jahr bereits 54  
Kreismeistertitel errungen haben?

**Die nächste Sportissimo...**

... erscheint voraussichtlich im Dezember 2006.

**Impressum:**

Herausgeber: TSV 1910 Ipsheim e.V.

Ausgabe 1/2006 - *Sportissimo* Nr. 5

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

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

Druck: Satzstudio Bäuml

Auflage: 450

## Ergebnisse 2006

### Silvesterlauf am 31. Dezember in Höchstadt/Aisch

#### Schülerlauf I - 920 m

#### Schülerinnen W9

1. Gröger, Julia 3:31 min

#### Schüler M8

10. Salomon, Sven 4:12 min

#### Schüler M9

6. Bach, Tilman 3:54 min

#### Schülerlauf II - 1840 m

#### Schüler M10

1. Gröger, Nico 7:35 min

#### Schüler M11

8. Schwarzkopf, David 7:52 min

#### Schüler M12

5. Zeller, Marius 7:23 min

#### Schüler M13

7. Müller, Daniel 6:52 min

13. Salomon, Sebastian 8:31 min

#### Schüler M15

4. Rückert, Markus 7:02 min

5. Salomon, Jan 7:35 min

#### Hauptlauf 6440 m

#### Männer M30

30. Bially, Michael 32:30 min

#### Männer M35

20. Gröger, Klaus 31:07 min

#### Männer M40

35. Eber, Reinhard 30:19 min

### Dreikönigslauf am 6. Januar in Kersbach

#### Schülerlauf I - 1000 m

#### Schüler M11

1. Gröger, Nico 3:37 min

#### Schülerlauf II - 2000 m

#### Schüler M12

5. Schwarzkopf, David 8:57 min

#### Hobbylauf - 6000 m

#### Gesamtwertung

25. Gröger, Klaus 27:16 min

34. Bially, Michael 28:37 min

### 17. Senioren-Hallensportfest

#### Fürth, 28. Januar 2006

#### Männer M35

#### 60 m Endlauf

1. Köhler, Harald 7,51 sec

#### 100 m Endlauf

1. Köhler, Harald 11,9 sec

#### 200 m Endlauf

2. Köhler, Harald 24,52 sec

#### Weitsprung

1. Köhler, Harald 6,15 m

### Kreismeisterschaft Crosslauf

#### Veitsbronn, 29. Januar 2006

#### 750 m

#### Schülerinnen W 7

1. Schürmer, Anne 4:11 min

#### Schülerinnen W 8

1. Deichhardt, Alisia 4:03 min

2. Dörfer, Selina 4:14 min

3. Drzensla, Chantal 4:27 min

#### Mannschaft Schülerinnen D

2. TSV Ipsheim 15 Punkte

(Deichhardt-Schürmer-Dörfer)

#### Schülerinnen W10

1. Gröger, Julia 3:00 min

5. Reuther, Anne 3:29 min

#### 2200 m

#### Schülerinnen W 15

2. Reuther, Lena 9:08 min

#### weibliche Jugend B

3. Wörner, Lisa 10:55 min

#### 750 m

#### Schüler M 7

2. Hanns, David 3:57 min

#### Schüler M 9

3. Salomon, Sven 3:16 min

#### Schüler M 10

8. Schäfer, Fabian 3:31 min

#### Schüler M 11

2. Gröger, Nico 2:44 min

#### 1500 m

#### Schüler M 12

3. Schmiedl, Micha 6:24 min

4. Schwarzkopf, David 6:26 min

#### Schüler M 14, 2200 m

4. Müller, Daniel 9:26 min

#### 5000 m

#### Männer, Senioren M 45

4. Nohner, Hans-Peter 21:33 min

### Mittelfränkische

#### Crossmeisterschaft

#### Veitsbronn, 29. Januar 2006

#### 2200 m

#### Schülerinnen W 15

6. Reuther, Lena 9:08 min

#### weibliche Jugend B

5. Wörner, Lisa 10:55 min

#### Schüler M 14, 2200 m

7. Müller, Daniel 9:26 min

#### 5000 m

#### Männer, Senioren M 45,

10. Nohner, Hans-Peter 21:33 min

### Nordbayerische

#### Hallenmeisterschaft

#### Schülerinnen A Fürth, 06.

#### Februar 2006

#### 800 m

#### Schülerinnen W 15

7. Reuther, Lena 2:31,92 min\*

### Hallenkreismeisterschaft Bad

#### Windsheim, 11. Februar 2006

#### Schülerinnen W 7

#### 30 m Lauf

1. Schuh, Rebecca 6,34 sec

2. Weid, Anna-Sophie 6,51 sec

3. Schürmer, Anne 6,62 sec

#### Standweitsprung

1. Schuh, Rebecca 1,29 m

2. Schürmer, Anne 1,23 m

4. Weid, Anna-Sophie 1,19 m

#### Schülerinnen W 8

#### 30 m Lauf

9. Drzensla, Chantal 6,37 sec

10. Dörfer, Selina 6,48 sec

11. Deichhardt, Alisia 6,59 sec

12. Oberndörfer, Jana 6,66 sec

13. Kreiselmeier, Kath. 6,72 sec

15. Ebert, Stefanie 6,74 sec

16. Ströbel, Lisa-Marie 6,87 sec

17. Alt, Nika 6,96 sec

#### Standweitsprung

3. Alt, Nika 1,46 m

5. Drzensla, Chantal 1,33 m

6. Dörfer, Selina 1,31 m

10. Deichhardt, Alisia 1,26 m

11. Oberndörfer, Jana 1,26 m

12. Kreiselmeier, Kath. 1,25 m

14. Ebert, Stefanie 1,19 m

15. Ströbel, Lisa-Marie 1,05 m

#### Schülerinnen W 9

#### 30 m Lauf

3. Gehret, Lena 5,71 sec

4. Scholz, Liska 5,81 sec

10. Ströbel, Anne 5,87 sec

11. Flory, Madeleine 5,88 sec

16. Unger, Julia 6,18 sec

20. Müller, Anika 6,60 sec

23. Kosenczate, Mina 7,20 sec

#### Standweitsprung

2. Unger, Julia 1,73 m

4. Ströbel, Anne 1,62 m

6. Gehret, Lena 1,61 m

12. Müller, Anika 1,44 m

18. Scholz, Liska 1,40 m

21. Flory, Madeleine 1,24 m

25. Kosenczate, Mina 1,04 m

#### Schülerinnen W 10

#### 30 m Lauf

3. Gröger, Julia 5,35 sec

11. Jeszke, Kathrin 5,91 sec

13. Rückert, Annika 5,99 sec

#### Standweitsprung

2. Gröger, Julia 1,79 m

5. Rückert, Annika 1,58 m

8. Jeszke, Kathrin 1,52 m

10. Ströbel, Barbara 1,50 m

#### Schülerinnen W 11

#### 30 m Lauf

3. Lauterbach, Anna 5,40 sec

8. Altenburg, Isabelle 5,64 sec

9. Völkl, Lara 5,65 sec

15. Grob, Janine 6,34 sec

#### Standweitsprung

8. Altenburg, Isabelle 1,54 m

9. Völkl, Lara 1,54 m

10. Lauterbach, Anna 1,52 m

#### Schülerinnen W 12

#### 30 m Lauf

2. Dippon, Lea 4,97 sec

6. Alt, Lisa 5,15 sec

10. Kurz, Anja 5,27 sec

14. Zeller, Laura 5,51 sec

16. Heindel, Julia 5,58 sec

#### Hochsprung

1. Dippon, Lea 1,40 m\*

#### Standweitsprung

2. Dippon, Lea 2,06 m

6. Alt, Lisa 1,85 m

12. Zeller, Laura 1,78 m

15. Kurz, Anja 1,69 m

19. Heindel, Julia 1,62 m

#### Medizinballstoß

1. Dippon, Lea 8,82 m

#### Schülerinnen W 14

#### 30 m Lauf

12. Ströbel, Andrea 5,61 sec

13. Kopta, Stefanie 5,69 sec

#### Standweitsprung

3. Steinmüller, Theresa 2,02 m

11. Ströbel, Andrea 1,73 m

14. Kopta, Stefanie 1,63 m

#### Medizinballstoß

3. Steinmüller, Theresa 9,20 m

6. Ströbel, Andrea 7,96 m

13. Kopta, Stefanie 6,86 m

#### Schülerinnen W 15

#### 30 m Endlauf

2. Reuther, Lena 4,86 sec

6. Schmiedl, Nina 5,38 sec

7. Altenburg, Kathrin 5,44 sec

#### Standweitsprung

2. Hertlein, Teresa 2,00 m

3. Reuther, Lena 1,96 m

6. Schmiedl, Nina 1,67 m

#### Medizinballstoß

4. Altenburg, Kathrin 8,61 m

5. Reuther, Lena 8,19 m

6. Hertlein, Teresa 8,15 m

### Schülerinnen D

#### 4 x 1 Runde

3. TSV Ipsheim I 1:21,08 min

(Unger-Scholz-Ströbel-Gehret)

5. TSV Ipsheim II 1:26,25 min

(Schürmer-Alt-Flory-Drzensla)

6. TSV Ipsheim III 1:29,18 min

(Deichhardt-Oberndörfer-Schuh-Dörfer)

#### Schülerinnen C

#### 4 x 1 Runde

3. TSV Ipsheim I 1:15,30 min

(Lauterbach-Grob-Altenburg-Völkl)

4. TSV Ipsheim II 1:15,45 min

(Rückert-Ströbel-Gröger-Jeszke)

#### Schülerinnen B

#### 4 x 1 Runde

3. TSV Ipsheim 1:08,83 min

(Zeller-Kurz-Alt-Dippon)

#### Schülerinnen A

#### 4 x 1 Runde

1. TSV Ipsheim 1:04,38 min

(Reuther-Hertlein-Schmiedl-Steinmüller)

#### Schüler M7

#### 30 m Lauf

2. Schauer, Jochen 6,70 sec

#### Standweitsprung

1. Schauer, Jochen 1,26 m

#### Schüler M 8

#### 30 m Lauf

1. Arle, Michael 5,70 sec

3. Unger, Jakob 5,90 sec

6. Heindel, Alexander 6,34 sec

8. Ströbel, Franz 7,06 sec

#### Standweitsprung

1. Arle, Michael 1,53 m

**Schüler M 13**

**30 m Lauf**  
6. Rückert, Jan 5,55 sec

**Hochsprung**  
1. Zeller, Marius 1,40 m

**Standweitsprung**  
1. Zeller, Marius 2,05 m

7. Rückert, Jan 1,51 m

**Medizinballstoß**  
2. Zeller, Marius 9,90 m

6. Rückert, Jan 7,11 m

**Schüler M 14**

**30 m Lauf**  
3. Müller, Daniel 4,81 sec

9. Salomon, Sebastian 5,34 sec

**Hochsprung**  
4. Müller, Daniel 1,25 m

**Standweitsprung**  
1. Müller, Daniel 2,23 m

10. Salomon, Sebastian 1,76 m

**Medizinballstoß**  
1. Müller, Daniel 10,10 m

10. Salomon, Sebastian 6,24 m

**Schüler D**

**4 x 1 Runde**  
1. TSV Ipsheim I 1:16,88 min

(Arle-Unger-Baßler-Salomon)

3. TSV Ipsheim II 1:39,44 min

(Schauer-Ströbel-Jeszke-Heindel)

**Schüler C**

**4 x 1 Runde**  
3. TSV Ipsheim 1:12,66 min

(Schäfer-Bach-Müller-Herold)

**Schüler B**

**4 x 1 Runde**  
2. TSV Ipsheim 1:09,84 min

(Schmiedl-Baßler-Gröger-Müller)

**Schüler A**

**4 x 1 Runde**  
2. TSV Ipsheim 1:04,34 min

(Müller-Salomon-Rückert-Zeller)

**Senioren Hallen-Masters**

**Sindelfingen, 18. Februar**

**2006**

**Männer, Senioren M 35**

**60 m Endlauf**  
2. Köhler, Harald 7:47 sec

**100 m Endlauf**  
2. Köhler, Harald 12,02 sec

**200 m Endlauf**  
3. Köhler, Harald 25,05 sec

**Weitsprung**  
1. Köhler, Harald 6,15 m

**Frauen, Seniorinnen W 40**

**60 m Endlauf**  
1. Mader, Angelika 8,23 sec

**100 m Endlauf**  
1. Mader, Angelika 13,24 sec

**Weitsprung**  
1. Mader, Angelika 4,98 m

**Orientierungslauf am 25.**

**Februar in Röttenbach**

**Einfach 2,7 km**  
1. TSV Ipsheim 39:20 min

Zeller, Marius - Müller, Daniel

2. TSV Ipsheim 116:46 min

Schwarzkopf, David - Schmiedl, Micha -

Müller, Viktor - Gröger, Nico

**Einfach 4,8 km**  
1. Bially, Michael 41:33 min

3. TSV Ipsheim 128:00 min

Gröger, Klaus - Wörner, Lisa - Rückert,

Jan

**Orientierungslauf am 11.**

**März in Dechendorf**

**Fortgeschritten 5,8 km**  
9. Bially, Michael 1:17:15 Std

**Fortgeschritten 3,5 km**  
3. TSV Ipsheim 58:55 min

Müller, Daniel - Zeller, Marius

**Einfach 2,9 km**  
2. TSV Ipsheim 1:21:20 Std

Schmiedl, Micha - Müller, Viktor

**Frühjahrslauf am 11. März in**

**Treuchtlingen**

**Schülerlauf**  
5. Gröger, Julia 5:09 min

**Schülerinnen W10**  
2. Gröger, Nico 4:21 min

**Staffellauf 3x1000m**  
12. TSV Ipsheim 44:04 min

Wörner, Lisa - Salomon, Jan - Gröger,

Klaus

**Straßenlauf am 18. März in**

**Neuhaus/Aisch**

**Schülerlauf 1 - 1,1 km**  
2. Gröger, Nico 4:19 min

**Schüler M11**  
1. Gröger, Julia 4:51 min

**Schülerinnen W10**  
1. Gröger, Julia 4:51 min

**6-Stunden-Lauf am 18. März**

**in Nürnberg**

**Männer Hauptklasse**  
20. Wörner, Wolfgang 65,219 km

23. Röthlingshöfer, W. 64,588 km

**Weinturmlauf am 19. März in**

**Bad Windsheim**

**Schülerlauf**  
2. Gehret, Lena 7:54 min

**Schülerinnen D**  
2. Gehret, Lena 7:54 min

**Schülerinnen C**  
3. Gröger, Julia 7:04 min

**Schülerinnen B**  
5. Nohner, Theresa 7:21 min

**Schüler A**  
2. Müller, Daniel 6:12 min

**Schüler B**  
1. Zeller, Marius 6:23 min

3. Schwarzkopf, David 6:46 min

**Schüler C**  
1. Gröger, Nico 6:22 min

21. Schäfer, Fabian 7:47 min

24. Gehret, Sebastian 8:00 min

**Schüler D**  
21. Salomon, Sven 8:25 min

**Hobbylauf**

**weibl. Jugend B**  
2. Wörner, Lisa 29:16 min

**männl. Jugend B**  
2. Rückert, Markus 26:28 min

3. Salomon, Jan 26:34 min

**Männer M35**  
2. Gröger, Klaus 26:56 min

**10km-Lauf**

**Frauen W20**  
6. Kriebelder, Anja 56:36 min

**Frauen W30**  
3. Kulas, Susanne 52:59 min

**Männer M30**  
8. Hennefelder, Markus 46:05 min

**Männer M35**  
13. Bitzinger, Heiko 48:29 min

**Männer M45**  
7. Nohner, Hans-Peter 41:53 min

**Halbmarathon**  
16. Kuczulaba, Maik 1:36:23 Std

**Männer M45**  
46. Eber, Reinhard 1:51:09 Std

**2nd World Masters Athletics**  
**Championships Indoor Linz**  
**Austria, 15.03.-20.03.2006**

**60 m, Women W 40 Heats**  
1. Mader, Angelika 8,07 sec

**60 m, Women W 40 Finale**  
3. Mader, Angelika 8,08 sec

**Long Jump, Women W 40 Finale**  
7. Mader, Angelika 5,18 m

**60 m Men M 35 Heats**  
2. Köhler, Harald 7,50 sec

**60 m Men M35 Semi-finals**  
7. Köhler, Harald 7,50 sec

**Long Jump, Men M 35 Finale**  
3. Köhler, Harald 6,51 m

**Dreifrankenlauf am 25. März**

**in Burghaslach**

**Schülerlauf 1000 m**  
1. Gehret, Lena 4:55,8 min

**Schülerinnen W9**  
1. Gröger, Julia 4:33,3 min

3. Rückert, Anika 5:17,0 min

**Schülerinnen W10**  
1. Gröger, Julia 4:33,3 min

3. Rückert, Anika 5:17,0 min

**Schüler M7**  
3. Hanns, David 5:47,9 min

5. Schauer, Jochen 6:16,2 min

**Schüler M8**  
3. Unger, Jakob 5:17,5 min

**Schüler M9**  
3. Salomon, Sven 5:03,2 min

**Schüler M10**  
3. Schäfer, Fabian 4:39,5 min

4. Bach, Tilman 4:40,9 min

8. Gehret, Sebastian 5:45,7 min

**Schüler M11**  
1. Gröger, Nico 3:58,1 min

**Schülerlauf 2000 m**  
2. Nohner, Theresa 10:14,2 min

**Schülerinnen W12**  
2. Nohner, Theresa 10:14,2 min

**Schüler M13**  
1. Zeller, Marius 8:38,2 min

**Schüler M14**  
2. Müller, Daniel 8:24,2 min

**Hobbylauf 6200m**  
5. Salomon, Jan 52:43,7 min

**Männer M40**  
17. Röthlingshöfer, W. 46:21,3 min

**Männer M45**  
12. Nohner, Hans-Peter 41:45,9 min

**Mannschaft**  
13. TSV Ipsheim 2:20:51,9 Std

Nohner, H-P - Röthlingshöfer, W. -

Salomon, J

**Orientierungslauf am 1. April**

**in Höchststadt/Aisch**

**Einfach 2,7 km**  
2. TSV Ipsheim 36:36 min

Wörner, Lisa - Rückert, Jan - Hartlep,

Antje

5. TSV Ipsheim 55:46 min

Schmiedl, Micha - Müller, Viktor

**Fortgeschritten 2,9 km**  
3. TSV Ipsheim 38:11 min

Müller, Daniel - Zeller, Marius

**Gesamtwertung Mittel-**  
**fränkische Orientierungs-**  
**laufserie 2006**

1. Müller, Daniel 46 Pkt

1. Zeller, Marius 46 Pkt

6. Schmiedl, Micha 40 Pkt

6. Müller, Viktor 40 Pkt

19. Bially, Michael 30 Pkt

20. Rückert, Jan 29 Pkt

20. Wörner, Lisa 29 Pkt

31. Gröger, Klaus 16 Pkt

32. Schwarzkopf, David 15 Pkt

32. Gröger, Nico 15 Pkt

42. Hartlep, Antje 13 Pkt

**Frühjahrsmeeting am 2. April**

**in Großenseebach**

**Schülerlauf 1150 m**  
1. Gehret, Lena 4:44 min

**Schülerinnen D**  
5. Gröger, Julia 4:30 min

**Schülerinnen C**  
2. Gröger, Nico 4:05 min

7. Gehret, Sebastian 4:45 min

10. Schäfer, Fabian 4:49 min

**Schüler C**  
2. Gröger, Nico 4:05 min

7. Gehret, Sebastian 4:45 min

10. Schäfer, Fabian 4:49 min

**Hauptlauf 10 km**

**männliche Jugend B**  
1. Salomon, Jan 48:52 min

**weibliche Jugend B**  
1. Wörner, Lisa 58:10 min

**Männer M35**  
8. Gröger, Klaus 58:12 min

**Männer M40**  
15. Wörner, Wolfgang 58:11 min

**Obermain-Marathon am 9.**

**April in Bad Staffelstein**

**Männer M35**  
42. Kuczulaba, Maik 4:24:11 Std

**Rothseelauf am 9. April am**

**Rothsee**

**Hobbylauf 5,2 km**  
19. Schwarzkopf, David 25:08 min

22. Wörner, Lisa 27:15 min

**Hauptlauf 10,4 km**  
11. Hennefelder, Markus 46:34 min

30. Bitzinger, Heiko 53:36 min

**Passionslauf vom 13. bis 16.**

**April in Lilienthal**

**1. Marathon (13.04.)**  
7. Wörner, Wolfgang 3:47:45 Std

**2. Marathon (14.04.)**  
13. Wörner, Wolfgang 3:54:12 Std

**Zwickellauf am 23. April in**

**Münchsteinach /**

**Neustadt/Aisch**

**900 m Schülerlauf**  
5. Hanns, David 5:34 min

**Schüler M7**  
2. Jeszke, Michael 5:04 min

**Schüler M9**  
1. Gröger, Nico 3:47 min

**Schülerinnen W9**  
3. Hanns, Laura 5:36 min

**Schülerinnen W10**  
1. Gröger, Julia 4:22 min

**Hauptlauf 11 km**  
4. Gröger, Nico 56:38 min

**Schüler M14 u. jünger**  
21. Gröger, Klaus 56:41 min

**Männer M30**  
16. Nohner, Hans-Peter 46:43 min

**Männer M40**

34. Ripka, Ernst 53:17 min  
 35. Röthlingshöfer, W. 53:19 min  
**Walking 11 km**  
 8. Röthlingshöfer, Gerti 1:32:05 Std

### Berglauf am 29. April in Burgbernhheim

**Schülerlauf 1200m Schüler M9**  
 1. Salomon, Sven 10:44 min  
 2. Jeszke, Michael 11:26 min

**Schüler M11**  
 2. Müller, Viktor 9:46 min  
 7. Gröger, Nico 11:45 min

**Schüler M12**  
 1. Schmiedl, Micha 9:12 min

**Schüler M13**  
 2. Alt, Janis 9:50 min

**Schüler M14**  
 1. Müller, Daniel 12:09 min

**Schülerinnen W9**  
 1. Gehret, Lena 10:45 min

**Schülerinnen W10**  
 1. Gröger, Julia 9:56 min

**Schülerinnen W15**  
 1. Reuther, Lena 8:56 min

**Hauptlauf I 5km Männer M35**

1. Gröger, Klaus 30:12 min

**männl. Jugend B**  
 1. Salomon, Jan 30:18 min

**Frauen W35**  
 1. Hartlep, Antje 34:17 min

### Internationaler Deutscher 100 km-Lauf am 29. April in Hanau-Rodenbach

**100 km-Lauf Männer M40**

27. Röthlingshöfer, W. 9:28:10 Std

**Bayerische Meisterschaft**  
 22. Röthlingshöfer, W. 9:28:10 Std

**Deutsche Meisterschaft**  
 94. Röthlingshöfer, W. 9:28:10 Std

### Kreiseinzelmeisterschaft Schüler/innen A und B, Jugend. und Aktive

**Langenzenn, 06. Mai 2006**

**Schülerinnen W 12 Weitsprung**

1. Dippon, Lea 4,19 m  
 10. Wörner, Vanessa 3,27 m

**Ballwurf**  
 5. Wörner, Vanessa 30,5 m  
 7. Dippon, Lea 30,0 m

**Hochsprung**  
 1. Dippon, Lea 1,38 m

**75 m Lauf**  
 1. Dippon, Lea 11,4 sec

**Schülerinnen W 13 Weitsprung**

6. Fischer, Antonia 3,51 m

**Ballwurf**  
 7. Fischer, Antonia 30,0 m

**Schülerinnen W 14 Weitsprung**

3. Merkel, Anna-Lena 4,06 m

**Kugelstoß**  
 5. Merkel, Anna-Lena 6,70 m

**100 m Lauf**  
 3. Merkel, Anna-Lena 15,3 sec

**Speer**  
 3. Merkel, Anna-Lena 20,47 m

**Schülerinnen W 15 100 m Lauf**  
 1. Kreuzer, Julia 14,2 sec

2. Schmiedl, Nina 15,3 sec

**Weitsprung**  
 1. Kreuzer, Julia 4,48 m  
 3. Schmiedl, Nina 3,63 m

**Kugelstoß**  
 1. Altenburg, Kathrin 8,42 m\*

**Speer**  
 1. Altenburg, Kathrin 19,34 m\*

**weibl. Jugend B 100 m Lauf**

1. Wörner, Lisa 14,2 sec

**Kugelstoß**  
 1. Wörner, Lisa 7,35 m

**Schüler M 13 Ballwurf**

1. Zeller, Marius 49,5 m

**Weitsprung**  
 2. Zeller, Marius 4,02 m

**Hochsprung**  
 1. Zeller, Marius 1,41 m

**Speer**  
 1. Zeller, Marius 23,75 m

**Schüler M 14 Weitsprung**

3. Müller, Daniel 4,58 m

**Kugelstoß**  
 3. Müller, Daniel 7,77 m

**100 m Lauf**  
 3. Müller, Daniel 14,1 sec

**Speer**  
 2. Müller, Daniel 31,21 m

**Männer Weitsprung**

1. Köhler, Harald 6,14 m  
 3. Streckfuß, Uwe 5,16 m

**Kugelstoß**  
 2. Streckfuß, Uwe 8,10 m

**100 m Lauf**  
 2. Köhler, Harald 12,0 sec  
 3. Streckfuß, Uwe 12,9 sec

**200 m Lauf**  
 1. Köhler, Harald 24,7 sec

**Speer**  
 1. Streckfuß, Uwe 32,65 m  
 2. Köhler, Harald 28,05 m

### Werfertag u. 2000 m Läufe Roth, 06. Mai 2006

**Schülerinnen W 15 2000 m Lauf**

1. Reuther, Lena 7:51,5 min\*

### Hartmann-Lauf von Bad Windsheim nach Neustadt/Aisch am 6. Mai 2006

**25 km Lauf Männer M40**

17. Nohner, Hans-Peter 1:50:31 Std  
 39. Eber, Reinhard 2:05:23 Std

**Männer M30**  
 25. Gröger, Klaus 2:11:54 Std  
 29. Bitzinger, Heiko 2:18:07 Std

**Walking - 15 km Gesamtwertung**

43. Röthlingshöfer, G. 1:50:47 Std

### City-Lauf in Ansbach am 7. Mai 2006

**Schülerlauf 1600 m Schüler C**

1. Gröger, Nico 5:11 min

**Schülerinnen C**  
 3. Gröger, Julia 6:22 min

### Kreismeisterschaft Mehrkampf und Hürden am 12. Mai in Ipsheim

**60m-Hürden-Lauf Schülerinnen W12**

1. Alt, Lisa 12,5 sec  
 3. Studer, Laura 14,9 sec

**80m-Hürden-Lauf Schülerinnen W14**

1. Merkel, Anna-Lena 15,7 sec

**Schülerinnen W15**  
 1. Reuther, Lena 13,3 sec\*  
 2. Hertlein, Teresa 15,4 sec

**3-Kampf (75m-Weit-Ball) Schüler M12**

2. Gröger, Nico 1001 Pkt  
11,7 - 3,94 - 31,0

4. Baßler, Simon 940 Pkt  
11,6 - 3,67 - 26,0

5. Müller, Viktor 821 Pkt  
12,4 - 3,53 - 21,0

**Schüler M13**  
 1. Alt, Janis 506 Pkt  
12,1 - 0 - 20,5

**3-Kampf (100m-Weit-Ball) Schüler M14**

1. Müller, Daniel 1274 Pkt  
13,8 - 4,61 - 49,0

**3-Kampf (100m-Weit - Kugel) männliche Jugend B**

4. Rückert, Markus 1126 Pkt  
13,2 - 4,81 - 8,29

5. Salomon, Jan 860 Pkt  
13,9 - 4,44 - 6,65

**Männer**  
 1. Köhler, Harald 1661 Pkt  
11,7 - 6,11 - 8,37

2. Streckfuß, Uwe 1344 Pkt  
12,4 - 5,12 - 8,70

**3-Kampf (75m-Weit-Ball) Schülerinnen W12**

5. Alt, Lisa 982 Pkt  
11,7 - 3,53 - 18,5

6. Wörner, Vanessa 941 Pkt  
12,7 - 3,00 - 27,0

7. Nohner, Theresa 872 Pkt  
13,0 - 3,20 - 20,5

10. Studer, Laura 738 Pkt  
12,8 - 2,64 - 15,5

11. Zeilinger, Laura 724 Pkt  
13,6 - 2,65 - 18,0

**Schülerinnen W13**  
 6. Müller, Luisa 1081 Pkt  
11,3 - 3,65 - 22,5

7. Fischer, Antonia 1079 Pkt  
12,0 - 3,54 - 28,5

**3-Kampf (100m-Weit-Ball) Schülerinnen W14**

1. Steinmüller, Theresa 1332 Pkt  
14,3 - 4,34 - 33,5

4. Merkel, Anna-Lena 1145 Pkt  
15,2 - 3,65 - 28,5

6. Kopta, Steffi 962 Pkt  
16,7 - 3,23 - 24,0

7. Müller, Viola 893 Pkt  
16,9 - 3,03 - 21,0

**Schülerinnen W15**  
 1. Reuther, Lena 1404 Pkt  
14,1 - 4,48 - 38,5

2. Kreuzer, Julia 1368 Pkt  
13,7 - 4,36 - 32,0

3. Altenburg, Kathrin 1139 Pkt  
15,7 - 3,57 - 32,5

4. Schmiedl, Nina 1102 Pkt  
15,2 - 3,80 - 22,0

**3-Kampf (100m-Weit - Kugel) weibliche Jugend B**

2. Wörner, Lisa 1267 Pkt  
14,2 - 4,24 - 7,48

**Frauen**  
 1. Mader, Angelika 1673 Pkt  
12,8 - 5,05 - 7,04

### 4-Kampf (75m-Weit-Ball-Hoch) Schüler M13

1. Zeller, Marius 1615 Pkt\*  
11,2 - 4,20 - 51,0 - 1,38

**Schülerinnen W12**  
 1. Dippon, Lea 1704 Pkt\*  
11,2 - 4,00 - 29,5 - 1,48\*

### 4-Kampf (100m-Weit-Kugel-Hoch) Schülerinnen W15

1. Hertlein, Teresa 1509 Pkt  
15,1 - 3,71 - 8,19 - 1,22

2. Fischer, Teresa 1325 Pkt  
15,3 - 3,48 - 6,31 - 1,14

### Mannschaftswertung Dreikampf Schülerinnen A

1. TSV Ipsheim 6388 Pkt

Reuther, Lena - Kreuzer, Julia - Steinmüller, Theresa - Merkel, Anna-Lena - Altenburg, Kathrin

**Schülerinnen B**  
 1. TSV Ipsheim 4955 Pkt

Müller, Luisa - Fischer, Antonia - Alt, Lisa - Wörner, Vanessa - Nohner, Theresa

### Würzburg Marathon am 14. Mai

**Halbmarathon Männl. Jugend B**

17. Salomon, Jan 2:13:45 Std

**Männer M40**  
 384. Salomon, Frank 2:13:38 Std

**Mini-Marathon 3km Schüler M9**  
 7. Salomon, Sven 14:31 min

### Mittelfränkische Meisterschaft Blockwettkampf Schülerinnen A Dinkelsbühl, 14. Mai 2006

**Schülerinnen W 14 Blockwettkampf Lauf**

4. Merkel, Anna-Lena 1917 Pkt  
15,0-16,14-3,46-30,5-8:44,38

**Schülerinnen W 15 Blockwettkampf Lauf**

2. Reuther, Lena 2377 Pkt\*  
14,1-13,44-4,32-36,0-7:30,48\*

### Landesoffene Abendsportfest mit Kreismeisterschaft aller Läufe Veitsbronn, 17.05.2006

**800 m Schülerinnen W 7**

1. Weid, Anna-Sophie 3:39,9 min

**Schülerinnen W 8**  
 1. Schuh, Rebecca 3:14,0 min  
 9. Deichhardt, Alisia 3:45,6 min

**Schülerinnen W 9**  
 6. Gehret, Lena 3:19,6 min

**Schülerinnen W 10**  
 3. Gröger, Julia 3:04,2 min

**Schülerinnen W 12**  
 6. Zeller, Laura 3:09,7 min  
 8. Alt, Lisa 3:20,1 min

**Schülerinnen W 14**  
 4. Merkel, Anna-Lena 2:59,2 min

**Schülerinnen W 15**  
 1. Reuther, Lena 2:35,7 min

**1000 m Schüler M 9**  
 5. Salomon, Sven 4:11,6 min

**Schüler M 10**  
 7. Bach, Tilmann 3:54,0 min  
 13. Schäfer, Fabian 4:06,9 min

**Schüler M 11**  
 1. Gröger, Nico 3:18,3 min\*

**Schüler M 13**  
 3. Zeller, Marius 3:37,0 min

\*) neuer Vereinsrekord

<b>Schüler M 14</b>		<b>Schülerinnen W 9</b>		<b>Schüler M9</b>		<b>Schülerinnen D</b>	
3. Müller, Daniel	3:15,6 min	4. Gehret, Lena	948 Punkte	5. Salomon, Sven	10:02 min	2. Gehret, Lena	10:13 min
<b>Männer M 35</b>		8,6-3,24-22,0		<b>Schüler M10</b>		<b>Schülerinnen C</b>	
1. Gröger, Klaus	3:23,3 min	6. Unger, Julia	776 Punkte	3. Bach, Tilman	8:44 min	1. Gröger, Julia	8:52 min
<b>Männer M 45</b>		9,3-3,02-16,0		4. Schäfer, Fabian	8:50 min	4. Khavvam, Lisa	9:45 min
1. Nohner, Hans-Peter	3:05,7 min	7. Hanns, Laura	775 Punkte	<b>Schüler M11</b>		<b>Hobbylauf 5 km</b>	
<b>400 m</b>		9,6-3,08-17,0		1. Gröger, Nico	7:07 min	<b>Schüler C</b>	
<b>Männer</b>		<b>Schülerinnen W 10</b>		<b>Schüler M12</b>		1. Gröger, Nico	23:17 min
3. Köhler, Harald	55,6 sec	2. Gröger, Julia	974 Punkte	2. Schmiedl, Micha	8:59 min	<b>Männl. Jugend B</b>	
<b>Rennsteiglauf am 21. Mai</b>		7,8-3,74-13,0		<b>Schüler M13</b>		1. Rückert, Markus	23:04 min
<b>Super-Marathon 72,7 km</b>		6. Jeszke, Kathrin	824 Punkte	1. Zeller, Marius	7:52 min	2. Salomon, Jan	23:33 min
<b>Männer M35</b>		8,7-2,97-15,5		3. Rückert, Jan	9:24 min	<b>Männer M35</b>	
112. Kuczulaba, Maik	8:13 Std	<b>Schülerinnen W 11</b>		<b>Schüler M14</b>		1. Gröger, Klaus	23:17 min
<b>Stadtlauf am 21. Mai in Herrieden</b>		2. Altenburg, Isabelle	1105 Punkte	1. Müller, Daniel	7:51 min	<b>Männer M45</b>	
<b>Schülerlauf 1,2 km</b>		8,5-3,52-31,0		<b>Jugendlauf 5,6 km</b>		1. Nohner, Hans-Peter	19:55 min
<b>Schüler C</b>		<b>Schüler M 6</b>		<b>Männl. Jugend B</b>		<b>Schülerinnen C</b>	
1. Gröger, Nico	4:23 min	1. Mader, Dominik	465 Punkte	1. Salomon, Jan	30:49 min	1. Khavvam, Lisa	26:51 min
<b>Schülerinnen C</b>		9,8-2,50-12		<b>Hobbylauf 5,6 km</b>		<b>weibl. Jugend B</b>	
3. Gröger, Julia	5:15 min	<b>Schüler M 8</b>		<b>Schüler M11</b>		1. Wörner, Lisa	27:11 min
<b>Schülerinnen B</b>		1. Arle, Michael	842 Punkte	1. Gröger, Nico	30:43 min	<b>Frauen W35</b>	
34. Wörner, Vanessa	6:23 min	8,4-3,10-28,5		<b>Schüler M14</b>		1. Hartlep, Antje	27:15 min
<b>Hauptlauf 10 km</b>		4. Unger, Jakob	644 Punkte	1. Salomon, Sebastian	35:15 min	<b>Frauen W40</b>	
<b>weibl. Jugend B</b>		9,3-2,82-21,0		<b>Männer M30</b>		2. Salomon, Ute	31:11 min
3. Wörner, Lisa	55:48 min	5. Heindel, Alexander	547 Punkte	1. Bially, Michael	33:13 min	<b>Hauptlauf 10 km</b>	
<b>Männer M35</b>		9,2-2,47-15,0		<b>Männer M35</b>		7. Bially, Michael	57:31 min
24. Gröger, Klaus	51:56 min	7. Ströbel, Franz	418 Punkte	1. Gröger, Klaus	28:09 min		
<b>Männer M40</b>		10,7-2,13-18,0		<b>Männer M40</b>			
28. Wörner, Wolfgang	51:46 min	<b>Schüler M 9</b>		1. Müller, Herbert	24:53 min		
<b>Kreismehrkampfmeister-</b>		1. Baßler, Lukas	855 Punkte	<b>Frauen W40</b>			
<b>schaft der Schüler C und D</b>		8,2-2,99-30,5		3. Salomon, Ute	39:45 min		
<b>Emskirchen, 27. Mai 2006</b>		4. Salomon, Sven	792 Punkte	<b>Hauptlauf 10 km</b>			
<b>Dreikampf</b>		5. Jeszke, Michael	709 Punkte	<b>Männer M40</b>			
<b>Schülerinnen W 7</b>		8,5-2,95-18,5		7. Röthlingshöfer, W.	42:35 min		
1. Weid, Anna-Sophie	521 Punkte	<b>Schüler M 10</b>		<b>Männer M45</b>			
10,0-2,49-8,5		2. Schäfer, Fabian	951 Punkte	4. Ripka, Ernst	48:26 min		
3. Schürmer, Anne	466 Punkte	8,5-3,38-39,0		<b>Straßenlauf am 3. Juni in Gollhofen</b>			
10,0-2,16-8,0		<b>Schüler M 11</b>		<b>Schülerlauf 2 km</b>			
<b>Schülerinnen W 8</b>		1. Gröger, Nico	1136 Punkte	<b>Schüler D</b>			
7. Ebert, Stefanie	617 Punkte	7,7-4,20-39,0		6. Salomon, Sven	10:32 min		
10,2-2,41-15,5		<b>Vierkampf</b>		<b>Schüler C</b>			
9. Dörfer, Selina	580 Punkte	<b>Schülerinnen W 10</b>		1. Gröger, Nico	7:50 min		
10,2-2,41-13,0		2. Rückert, Anika	1145 Punkte	<b>Schüler B</b>			
10. Drzensla, Chantal	568 Punkte	8,87-2,90-26,5-1,05		1. Zeller, Marius	8:24 min		
9,7-2,47-10,0		<b>Schüler M 10</b>		4. Schmiedl, Micha	8:48 min		
11. Schuh, Rebecca	565 Punkte	2. Mader, Daniel	1323 Punkte	<b>Schüler A</b>			
9,3-2,57-9,0		8,3-3,80-36,0-1,23		1. Müller, Daniel	7:51 min		
13. Rechter, Anna	318 Punkte	<b>Petersberglauf am 28. Mai in Marktbergel</b>					
11,2-2,01-6,0		<b>2 km Schülerlauf</b>					
		<b>Schülerinnen W10</b>					
		1. Gröger, Julia	8:41 min				

# Startfrei für Müllsparer

## Wo Umweltschutz Spaß macht



### Fair Play bei der Müllentsorgung durch das neue Identsystem

Mit dem Identsystem werden alle Rest- und Bioabfallbehälter erkannt und einem Grundstück zugeordnet (identifiziert). Daher sind die Behälter mit Transponderchip und Etikett ausgestattet. Hier ist die spezifische Nummer des Abfallbehälters sowie die Adresse des Nutzers gespeichert.

Bei jeder Leerung wird die Nummer des Behälters gelesen und mit den Tourendaten verglichen. Hinzu kommen dann das Datum und die Uhrzeit jeder Leerung.

Die Daten werden im Bordcomputer des Fahrzeuges gespeichert, später über die Einsatzzentrale an die Abfallwirtschaft im Landratsamt übertragen, um für den Abfallgebührenbescheid zur Verfügung zu stehen.

#### Ohne Chip geht nichts mehr

Ist ein Behälter nicht mit einem Chip ausgerüstet oder ist der Chip defekt, wird der Kippvorgang automatisch gestoppt.



Chip-Erkennung am Fahrzeug



### Damit Sie Ihre Mülltonne nicht so oft leeren lassen müssen, nutzen Sie den Vorteil der Wertstoffsammelstelle

Zwischen **9.30 und 12.30 Uhr** treffen Sie hier ein engagiertes Team an, das gerne Ihre Wertstoffe entgegen nimmt.



### Sportlich fairer Umgang mit allen Wertstoffen

Alle von Ihnen abgegebenen Wertstoffe werden garantiert wiederverwertet.

Sortenrein werden sie zu den Recyclingfirmen transportiert und so vom Landkreis vermarktet. Damit werden die Wertstoffannahmestellen und das Personal (über 100 Arbeitsplätze) finanziert.

Der Überschuss hält die Müllgebühren niedrig. Je mehr Wertstoffe vermarktet werden können, desto günstiger für Ihre Müllgebühren!

Also, sportlicher Teamgeist führt auch hier zum Sieg!

Alexander Meyer, Markus Rückert, Helmut Kilian, TSV-Vorstand Jochen Prinzkosky und viele Ipsheimer stehen wie eine Mannschaft hinter dem Sammelsystem. **Und Sie?**





Jetzt beraten lassen:  
**Sparkassen-Finanzkonzept**  
Sicherheit Altersvorsorge Vermögen

Gut, wenn man auf der  
sicheren Seite ist.  
Die Versicherungen der Sparkasse.

VER | SICHER | UNGS  
KAMMER |  
BAYERN



**Sparkasse im Landkreis**

Neustadt a.d. Aisch - Bad Windsheim

Wollen Sie wissen, auf welcher Seite Sie stehen? Durch eine individuelle Analyse - auch in Zusammenarbeit mit unseren Versicherungsspezialisten - erhalten Sie ein maßgeschneidertes Versicherungspaket, damit Sie nicht nur gegen alle Gefahren, sondern auch gegen unnötige Versicherungen geschützt sind. Mehr dazu in ihrer Geschäftsstelle oder unter [www.sparkasse-nea.de](http://www.sparkasse-nea.de). **Wenn's um Geld geht - Sparkasse.**