

# BREITENSORTVEREIN LAUFEN – NORDIC WALKING – RADFAHREN – TRIATHLON – WINTERSPORT – KINDERTURNEN

Trägerverein der Schwimmgemeinschaft Lauf und der Leichtathletikgemeinschaft Lauf



**MORITZBERGLAUF**  
01. Mai 2025

**53. LAUF-EVENT**  
für Kinder/Schüler  
23. Mai 2025

**SOMMER-FICHELN**  
Sportwochenende am Ochsenkopf  
06. – 08. Juni 2025

**ALTSTADTFESTLAUF**  
27. Juni 2025



WIR SUCHEN NACHFOLGER/INNEN UND ENGAGIERTE !



## WER MÖCHTE SICH EHRENAMTLICH ENGAGIEREN?

Folgende Posten sind ab Frühjahr 2026 offen:



### RAD-TREFF DIENSTAG

- 18.00 – 20.00 Uhr, möglichst regelmäßige Anwesenheit bei den Trainingsterminen
- Ansprechpartner für Fragen und Infos
- Streckenplanung



### LAUF-TREFF DONNERSTAG

- 18.30 – 19.30 Uhr, möglichst regelmäßige Anwesenheit bei den Trainingsterminen
- Ansprechpartner für Fragen und Infos
- Streckenplanung



### KINDERTURNEN DONNERSTAG

- regelmäßige Durchführung der Turnstunde:  
16.30 – 17.15 Uhr für 3 – 6 Jährige und 17.15 – 18.00 Uhr für 7 – 12 Jährige,  
in den Schulferien kein Training
- Auf- und Abbau der Trainingsgeräte
- finanzieller Ausgleich



### PRESSEWART

- Kontakt zu PZ und MIT
- Verfassen von Berichten (ggf. Fotos)
- Meldung der Trainingstermine je Sommer- bzw. Winterhalbjahr

Bei Fragen gerne auf mich zukommen: [liesa@skiclub-lauf.de](mailto:liesa@skiclub-lauf.de) oder 0162 / 433 26 45

Wir DANKEN allen, die diese Positionen bisher mit viel Leidenschaft und Motivation ausgeübt haben!



## LIEBE SKI-CLUB MITGLIEDER!

Ich bleibe meiner Linie treu und nutze das Vorwort um meine Gedanken mit zu euch teilen. Das Heft hat wieder so viele spannende Inhalte, dass eine kurze Zusammenfassung niemals alles wiedergeben könnte.

Eines muss ich trotzdem ankündigen: Wir übernehmen die Ausrichtung des **Altstadtfestlaufs** in diesem Jahr (mehr dazu auf Seite 14/15).

Ich habe mir das Thema  
„Gibt es immer etwas zu meckern?!“  
ausgesucht.

Und schon ist der Winter (wieder) vorbei. Wir freuen uns alle über die länger werdenden Tage, die milden Temperaturen und das Ende der Erkältungszeit. Endlich können die Sommerklamotten herausgeholt werden. Die Vögel zwitschern, die Pflanzen blühen ... und damit fängt bei manchen das Problem schon an. Für viele sind blühende Pflanzen, insbesondere Bäume und Gräser kein Quell der Freude. Pollen fliegen durch die Luft und reizen so manche Sportlernase, Augen und weitere Atemwege. Niesen, rote Augen und triefende Nasen sind da vorprogrammiert. Freuen wir uns anfangs noch über die schönen Sonnenstrahlen, ist es bald schon zu heiß. Sonnenschutz ist angesagt. Trotzdem: Wir schwitzen, bekommen einen roten Kopf, gar einen Hitzschlag! Isotonische Getränke, Gels und weitere Supplemente werden präventiv eingenommen, um Krämpfe und Schwächeanfälle vorzubeugen. Und was die Hitze an Flüssigkeit nicht geraubt hat, das holen sich kleine fiese blutsaugende Insekten. Die Stechmückensaison ist gestartet! Ein Ausweg heißt früh Aufstehen – am

besten vor Sonnenaufgang – um bei menschenwürdigen Temperaturen ohne Plagegeister Sport treiben zu können.

Da wünscht man sich doch wieder den schönen kühlen Winter ohne Allergien und juckende Stiche zurück. Der drohende Kreislaufkollaps durch Überhitzung, die Dehydrierung, das frühe Aufstehen – alles wäre vergessen. ABER es wäre kalt – sehr kalt! Mehrere Schichten Kleidung, um für diverse Temperaturschwankungen gewappnet zu sein, triefende Nasen wegen der Kälte, es ist gefühlt immer dümmrig oder gar dunkel, Rutschpartien über Eis, nasse Schuhe und nicht zuletzt der Erzfeind des Sportlers – die Erkältung!

Um zu meiner Frage zurückzukehren – Ja, es gibt immer etwas zu meckern ... aber auf die fränkische herzliche Art und Weise :-)

Viele Grüße  
Liesa Guttmann-Bindner



**DONNERSTAGS**  
18.30 – 19.30 UHR

## LAUF-TREFF LAUFEN & NORDIC WALKING

**WO** Lauf, Waldparkplatz  
Schützenstraße

**LAUFGRUPPEN** **Gesund & Fit** (ca. 7 km) und  
**Performance** (ca. 10 km)

**NORDIC WALKING** je nach Teilnehmern

**INFO** Andreas Neumann,  
☎️ 📱 0171 28 66 105

Eine Stunde abwechslungsreiches Laufen auf Forst- und Waldwegen unter Leitung erfahrener Läufer. Für alle, die gerne etwas für ihre Fitness und Ausdauer tun möchten oder einfach gerne in einer unterhaltsamen Gruppe laufen wollen.

Weitere Informationen auf unserer Homepage [skiclub-lauf.de](http://skiclub-lauf.de)



Der Laufftreff des Ski-Club Lauf hat die Prädikatsauszeichnung „Gut“ und wird vom Deutschen Leichtathletikverband empfohlen.

**11. JULI 2025**  
18.00 – 19.00 UHR

## URBAN RUNNING

Mitmachen kann beim Lauf durch die Stadt jeder, ob als Sportler, Zuschauer oder einfach nur um dabei zu sein!

**TREFFPUNKT:** Hersbrucker Tor

**INFO:** Andreas Neumann, Tel. 0171 / 28 66 105

## SOMMER-FICHELN

SPORT-WOCHENENDE AM OCHSENKOPF

**06. – 08. JUNI 2025**



### WIR LADEN EUCH ZUM SPORT- WOCHENENDE INS FICHELGEbirGE EIN!

Unser Sommer-Fichteln ist immer wieder ein tolles Erlebnis – für Erst- als auch Wiederholungstäter. Teilnehmen können Familien mit Kindern, Jugendliche und junge und nicht mehr ganz so junge Erwachsene. Einzige Voraussetzung ist, Spaß in der Gemeinschaft zu haben. Mountainbike, Renn- oder Tourenrad, wandern oder laufen, Naturmoorbad, Sommerrodelbahn oder klettern an der In- oder Outdoor-Wand im Sport-Camp usw. – nach Lust, Laune und Kondition organisieren wir uns in bewährter Weise vor Ort.

Im Sportcamp gibt es Halbpension (Frühstück und Abendessen). Das Mittagessen erfolgt in Eigenregie.

**ANFAHRT:** Freitag 06.06.25, in **Eigenregie**,

kein Bus. Zimmerbezug ab ca. 14 Uhr.

**ADRESSE:** Sportcamp Nordbayern, Am Sportcamp 1, 95493 Bischofgrün

**RÜCKFAHRT:** Sonntag 08.06.2025

Das Zimmer steht bis ca. 10 Uhr zur Verfügung.

### INKLUSIVLEISTUNGEN:

- 2 Übernachtungen im Sportcamp Nordbayern
- Zimmer mit Dusche/WC, TV, Safe
- 2x Halbpension im Lodge-Restaurant

### KOSTEN:

	Mitglieder	Gäste
Erwachsene im DZ	€ 137,-	€ 167,-
Kinder/Schüler im DZ	€ 127,-	€ 157,-

Doppelzimmer zur Einzelnutzung nur in sehr begrenzter Anzahl und mit Aufpreis möglich.

### ANMELDUNG / INFO / KONTAKT:

Schriftliche Anmeldung bitte **bis 09.05.2025**

an Susanne Stumpf, Tel. 09123 / 98 17 71 oder

0171 / 78 65 464, [stumpf@stumpf-design.de](mailto:stumpf@stumpf-design.de) bei gleichzeitiger Überweisung des Reisepreises auf folgendes Konto: SKI-CLUB Lauf e.V., Sparkasse Nürnberg, IBAN DE70 7605 0101 0240 1625 29, BIC SSKNDE77XXX, Kennwort: Sommer-Fichteln 2025

Gemäß Artikel 651a BGB ist der Ski-Club Lauf e.V. als Reiseveranstalter verpflichtet, mit einem Formblatt alle Reisenden vor Buchung einer Pauschalreise über grundlegende Rechte der Reisenden zu unterrichten. Dieses Formblatt finden Sie auf unserer Homepage oder bei Bedarf können Sie dieses unter der Adresse Ski-Club Lauf e.V.; Liesa Guttmann-Bindner, [liesa@skiclub-lauf.de](mailto:liesa@skiclub-lauf.de), anfordern. Information zur Datenerhebung lt. DSGVO: Für diese Veranstaltung verarbeiten und speichern wir Ihre Daten. Eine detailliertere Information liegt zum Veranstaltungsbeginn aus und findet sich auch auf unserer Homepage [www.skiclub-lauf.de](http://www.skiclub-lauf.de)



31. MAI 2025

# 24. LANDKREIS-LAUF



DER SKI-CLUB LAUF IST MIT MEHREREN MANNschaften VERTRETEN – ES IST FÜR JEDEN DIE PASSENDE GRUPPE DABEI.

**ORGANISATION:**

- Laufen Damen Alex Weismantel
- Laufen Herren Thomas Rink, Klaus Pfister
- Nordic Walking Roland Keppler



INFO: [www.landkreislauf.de](http://www.landkreislauf.de)

	Start	Ziel	km	Start
1	Entenberg	Weißbrunn	3,7	7.00 Uhr
2	Weißbrunn (NW)	Eismannsberg	9,2	7.30 Uhr
3	Eismannsberg	Hagenhausen	4,3	9.20 Uhr
4	Hagenhausen	Rasch	3,8	9.55 Uhr
5	Rasch (NW)	Schwarzenbach	5,3	10.25 Uhr
6	Schwarzenbach	Burgthann	5,6	11.15 Uhr
7	Burgthann	Pfeifferhütte	5,0	12.15 Uhr
8	Pfeifferhütte (NW)	Lindelburg	4,1	13.30 Uhr
9	Lindelburg (NW)	Oberferrieden	7,2	14.30 Uhr
10	Oberferrieden (NW)	Ezelsdorf	5,1	15.50 Uhr



# 53. LAUF-EVENT

DES SKI-CLUB LAUF E.V. FÜR KINDER UND SCHÜLER MIT LAUFER-STADTMEISTERSCHAFT



**FREITAG,  
23. MAI 2025  
17.00 UHR**

**SCHIRMHERR  
VERANSTALTER  
START / ZIEL**

Thomas Lang, 1. Bürgermeister der Stadt Lauf  
Ski-Club Lauf e.V.  
**17.00 Uhr, Pegnitz-Wiese, Wettkampfende ca. 19.00 Uhr**  
neben dem kleinen Parkplatz gegenüber dem Parkplatz Pegnitz-Wiese

**WETTBEWERBE**

		JAHRGANG					
ca. 400 m	w/m	2021	2020	2019	2018		
ca. 833 m	w/m	2017		2016			
ca. 1233 m	w/m	2015	2014	2013	2012	2011	2010

**WERTUNG**

Lauf Stadtmeister/in kann **nur** werden, wer im Stadtgebiet von Lauf wohnt oder einen Laufer Kindergarten oder Schule besucht oder Mitglied eines Laufer Vereins ist.

**MELDUNGEN**

**über Laufer Kindergarten / Schule / Verein** oder direkt an Alexandra Fischer, Galgenbühlstr. 20, 91207 Lauf oder [lauf-event@gmx.de](mailto:lauf-event@gmx.de) unter Angabe von Name, Vorname, Geschlecht, Jahrgang, Kindergarten / Schule / Verein.

**MELDESCHLUSS  
STARTNUMMERN**

**Donnerstag, 15. Mai 2025 18.00 Uhr. ACHTUNG: Keine Nachmeldung möglich.** werden in den Schulen und Kindergärten bis Donnerstag, 22. Mai abgegeben, Restausgabe ab 16.00 Uhr am Startplatz. Keine Startgebühr!  
**4 Sicherheitsnadeln für Startnummerbefestigung bitte mitbringen.**

**HAFTUNG**

Für Unfälle jeglicher Art übernimmt der Veranstalter keine Haftung.  
**SIEGEREHRUNG** zeitnah nach jeweiligem Lauf-Ende, ab ca. 18.00 Uhr am Sammelplatz. Auswertung pro Jahrgang w/m.

**PREISE**

Die Klassenbesten erhalten Pokale und werden Stadtmeister/in. Jeder Teilnehmer in der Wertung erhält eine Urkunde.

**WIR WÜNSCHEN ALLEN TEILNEHMERN VIEL ERFOLG !**

Liesa Guttman-Bindner  
(1. Vorsitzende)



Sabine Martens  
Kinderturnen

Information zur Datenerhebung lt. DSGVO: Für diese Veranstaltung verarbeiten und speichern wir die Daten der Teilnehmer. Veröffentlicht werden Name, KiGa/Schule/ Verein/Organisation sowie Platzierung und Zeit auf der Ski-Club Homepage und in den Vereinsinformationen für Mitglieder. Die Pegnitz-Zeitung in Lauf erhält die Ergebnisliste. Zusätzl. Weitergabe findet nicht statt. Eine detaillierte Information liegt zum Veranstaltungsbeginn aus und findet sich auch auf unserer Homepage [www.skiclub-lauf.de](http://www.skiclub-lauf.de). Kontakt: Ski-Club Lauf, Lindenweg 3a, 91189 Rohr, [liesa@skiclub-lauf.de](mailto:liesa@skiclub-lauf.de)

Wir drucken und binden deine  
**FACHARBEIT,**  
Bachelor-, Master- & Doktorarbeiten u. ä.  
**ULTRASCHNELL!**  
Alles ONLINE:  
Konfigurieren. Hochladen. Bestellen. Abholen. :-)  
**www.Copy-Shop-Lauf.de**



# KINDER-TURNEN



Neue Kinder sind jederzeit herzlich willkommen und können gerne zum Schnuppern vorbei kommen.



## KURSDAUER UND -ZEITEN:

Die Kursdauer beträgt **45 Minuten** (vorher 60 Min.).

Dienstag	17.00 – 17.45	für 3- bis 6-jährige
	17.45 – 18.30	für 7- bis 12-jährige
Donnerstag	16.30 – 17.15	für 3- bis 6-jährige
	17.15 – 18.00	für 7- bis 12-jährige

**SOMMERKURS:** Beginn mit Ende der Sommerferien bis zum Beginn der Faschingsferien.

**WINTERKURS:** Beginn mit Ende der Faschingsferien bis zum Beginn der Sommerferien.

Mindestteilnehmerzahl pro Kurs ca. 20 Kinder.

## ANMELDUNG/INFOS

Die Teilnahme am Kinderturnen erfolgt **NUR mit Anmeldung UND einer Teilnahmebestätigung** unsererseits.

Die Anmeldung erfolgt bitte nur über die E-Mail-Adresse [kinderturnen@skiclub-lauf.de](mailto:kinderturnen@skiclub-lauf.de) unter Angabe von folgenden **Informationen:**

- Welcher Kurs? Dienstag und/oder Donnerstag
- Vor- und Nachname und Alter des Kindes
- Bereits Ski-Club-Mitglied? ja/nein

Bei allen weiteren Fragen zur Anmeldung und den Kurszeiten könnt ihr euch gerne an [kinderturnen@skiclub-lauf.de](mailto:kinderturnen@skiclub-lauf.de) wenden.

Bei Fragen zum Inhalt und Ablauf wendet euch bitte direkt an Lisa, Tel. 01511 / 559 02 18, bzw. an Sina, Tel. 0160 / 646 92 66.

Spaß und Bewegung für alle Kinder war dieses Halbjahr unser Motto beim Kinderturnen des Ski-Club Lauf.

Wir, Lisa und Sina, haben den Kindern mit Spielen sowie mit Equipment wie Ringen, Seilen, Reifen und Bällen die Freude an der Bewegung nähergebracht. Kindgerecht standen Reaktionsgeschwindigkeit, Schnelligkeit, Koordination und auch Kraft im Mittelpunkt.

Wir hatten tolle Stunden mit den Kindern!

Liebe Grüße

Sina (und Lisa ;-))

# SAISON-ABSCHLUSS KINDERTURNEN



17. JULI 2025

## LIEBE KINDER UND ELTERN,

**WIR LADEN EUCH HERZLICH ZU UNSEREM SAISONABSCHLUSS KINDERTURNEN EIN.**

**WANN:** Donnerstag, den 17.07.2025 um 16.30 Uhr

**WO:** Lauf, Waldparkplatz Trimpark

**WAS:** verschiedene sportliche Aktivitäten (bspw. MTB/Laufrad-Parcour, Yoga, Spiele etc.) und gemeinsame Vesper  
Für Getränke und Verpflegung wird gesorgt.  
Gerne darf auch selbst etwas beige-steuert werden.

**FÜR:** Unsere (Turn-)Kinder und Jugendlichen mit Eltern, Geschwistern, Großeltern etc.

Wir befinden uns noch in der Planung. Eine weitere Einladung mit Details erfolgt im Sommer über die verschiedenen Kanäle. Wenn ihr euch einbringen möchtet (Kuchen, Ideen etc.), meldet euch gerne bei [kinderturnen@skiclub-lauf.de](mailto:kinderturnen@skiclub-lauf.de) oder 0162 / 433 26 45.

Im Anschluss beginnt unsere Vereinsmeisterschaft mit Start um 18.45 Uhr. Bleibt gerne da und feuert unsere Läufer mit an oder startet selbst!

## Gasthaus Wollnersaal

### „Zur Linde“

Familie Hölzel  
Neunkirchner Str. 6 - 91207 Lauf/Pegnitz - Heuchling  
Telefon 09123/2800 - Fax 09123/85878

- \* stilvoll gemütliche Gasträume
- \* Saal für Familien- und Betriebsfeiern bis ca. 450 Personen
- \* Gästezimmer mit Dusche/WC
- \* bekannt gute fränkische Küche
- \* Hausschlachtung
- \* jeden Mittwoch Schnitzel- und Steakabend
- \* schattiger Biergarten
- \* Parkplätze am Haus, auch für Busse

*Auf Ihren Besuch freut sich Familie Hölzel*





**MONTAGS, 18.30 UHR**  
AB 07. APRIL 2025

## MTB/RAD-TREFF

Jeweils montags fahren wir **ca. 1,5 Stunden** verschiedene moderate Touren rund um Lauf. Wir sprechen uns ab und beschließen gemeinsam, welche Tour wir „beradeln“. Selbstverständlich mit Helm.

**TREFFPUNKT:** Heldenwiese

**INFO:** Susanne Stumpf, Tel. 0171 / 78 65 464

**DIENSTAGS, 18.00 UHR**  
AB 01. APRIL 2025

## RENNRAD- & MTB-TREFF

Hallo Radsportler,  
ab Dienstag, 01. April, fahren wir wieder. Es gibt zwei Rennrad- und eine MTB-Gruppe, wir fahren **ca. 1,5 – 2 Stunden**. Das Fahren mit Helm ist für uns selbstverständlich.

Wir freuen uns auf viele schöne Ausfahrten!

**TREFFPUNKT:** Heldenwiese

**INFO:** Andreas Neumann, Tel. 0171 / 28 66 105

**MONTAGS**  
VORMITTAG 10.00 – 11.30 UHR  
NACHMITTAG 15.00 – 16.30 UHR  
(IM SOMMER SPÄTER)  
AB 01. APRIL 2025

## NORDIC WALKING TREFF FÜR GEÜBTE

**TREFFPUNKT:** Lauf, Waldparkplatz Trimmpark

**INFO:** Otto Köhn

**DIENSTAGS, 17.00 UHR**

## LAUFTRAINING FÜR LEISTUNGSORIENTIERTE LÄUFER

Strecken und Kilometer werden vorher mitgeteilt.

**TREFFPUNKT:** Bräunleinsberg 29, Ottensoos

**INFO:** Thomas Rink, Tel. 0173 / 38 19 834

**MITTWOCHS, 17.00 UHR**

## BAHNTRAINING LAUFEN

ca. 1 – 1,5 Std. mit individuellem Trainingsplan

**TREFFPUNKT:** CJT Gymnasium Sportplatz

**INFO:** Florian Hartmann, Tel. 0163 / 66 50 745

**SONNTAGS, 9.00 UHR**

## LAUFTRAINING

ca. 1,5 – 2 Std., Ausdauerlauf je nach Teilnehmern

**TREFFPUNKT:** Parkplatz SK Lauf, Schützenstraße

**INFO:** Jürgen Schrauf, Tel. 0171 / 446 35 35



In der **komoot Ski-Club Collection** sind die schönsten Touren unserer Ausdauertreffs und Touren unserer Mitglieder zum Nachfahren und Nachlaufen hinterlegt.



# MORITZBERGLAUF

01. MAI 2025



- START:** 10 Uhr, Sportplatz FSV Schönberg, 91207 Lauf-Schönberg, Nessenmühlstr. 100
- ZIEL:** Moritzberg
- STRECKE:** 10 km Berglauf, Höhendifferenz: 300 m
- KLASSEN:** H 20 - 30 - 35 - 40 - 45 - 50 - 55 - 60 - 65+  
W 20 / 30 - 35 - 40 - 45 - 50 - 55 - 60 - 65+

Die Anmeldung **muss** enthalten: Name, Vorname, Geschlecht, Jahrgang, Startpassnummer sowie Verein. Mit der Anmeldung muss gleichzeitig die Startgebühr in Höhe von € 12,- pro Person auf folgendes Konto überwiesen werden: Sparkasse Nürnberg, IBAN: DE70 7605 0101 0240 1625 29, Verwendungszweck: MBL2025, Name, Vorname

- SIEGEREHRUNG:** ab 12.45 Uhr im FSV-Sportheim
- STARTGEBÜHR:** € 12,- je Teilnehmer
- MELDESCHLUSS:** 25. April 2025

**ANMELDUNG / INFO:**  
Online unter [www.skiclub-lauf.de/sportarten/moritzberglauf](http://www.skiclub-lauf.de/sportarten/moritzberglauf)  
oder per Mail an:  
[moritzberglauf@aol.com](mailto:moritzberglauf@aol.com)



Nachmeldungen sind bis 09.00 Uhr im Wettkampfbüro möglich, Nachmeldegebühr: € 3,- /Teilnehmer.

**AUSRICHTER:**  
Ski-Club Lauf e. V.,  
Richard Guttman



# VEREINSMEISTERSCHAFTEN



17. JULI 2025

## WALDLAUF

Die Vereinsmeisterschaft im Waldlauf wird in folgenden Distanzen ausgetragen:

- Laufen:** Frauen 5,2 km  
Männer 7,8 km
- Nordic Walking:** Frauen und Männer 5,2 km

Bei gutem Wetter mit Brezenfest, der Lauf-Treff findet parallel dazu statt.

**TREFFPUNKT:** Lauf, Waldparkplatz Trimpark

- START:** 18.45 Uhr
- ORGA:** Thomas Rink,  
Tel. 0173 / 38 19 834,  
[rthomas1666@aol.com](mailto:rthomas1666@aol.com)

**ANMELDUNG:** Liesa Guttman-Bindner,  
[liesa@skiclub-lauf.de](mailto:liesa@skiclub-lauf.de)



29. JUNI 2025

## TRIATHLON

Auch in diesem Jahr findet unsere Vereinsmeisterschaft im Triathlon wieder im Rahmen des Hersbrucker Triathlon statt.

Für den 37. Hersbrucker Volkstriathlon mit den **Distanzen 300 m Schwimmen, 20 km Radfahren und 5 km Laufen** bitte wie gehabt über [www.volkstriathlon-hersbruck.de](http://www.volkstriathlon-hersbruck.de) selbst anmelden.



Begrenzte Teilnehmerzahl.

**ANSPRECHPARTNER:** Rainer Seuling





27. JUNI 2025

# ALTSTADTFESTLAUF

Der erste Altstadtfestlauf wurde 2001 von der Lebenshilfe Nürnberger Land ins Leben gerufen. Seitdem hat sich das Event zu einem festen Bestandteil des Altstadtfestes entwickelt und ist bei vielen Läufern und Zuschauern sehr beliebt. Vor einigen Monaten ist die Lebenshilfe auf unseren Verein zugekommen, mit der Bitte den Altstadtfestlauf und die damit verbundene Organisation zu übernehmen, da die Lebenshilfe dies bedauerlicherweise nicht mehr leisten kann.

Schnell hatte sich ein Projektteam gebildet, um zu prüfen, ob wir das leisten und umsetzen können. Nach reiflichen Überlegungen haben wir uns dazu entschlossen, die Organisation des Altstadtfestlauf zu übernehmen und im Jahr 2025 fortzuführen. Die steigende Teilnehmerzahl der Veranstaltung, die



positive Resonanz in vielen persönlichen Gesprächen und die Liebe zu diesem Lauf im Herzen unserer wunderschönen Altstadt haben uns letztlich dazu bewegt.

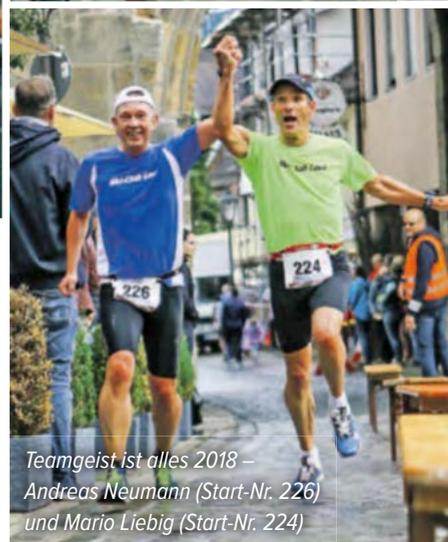
Vieles bleibt gleich, aber einiges ändert sich doch. Neben dem 10 km Hauptlauf wird es einen 5 km Hobbylauf geben. Die Streckenführung bleibt (erstmal) gleich. Der Wunsch nach der „alten“ Strecke durch die Laufer Altstadt ist groß. Vielleicht gibt es hier in Zukunft gute Nachrichten. Für jeden Läufer der erfolgreich die Ziellinie passiert, wird es ein Finishergeschenk geben. Was es wird bleibt eine Überraschung!



2006 – auch damals war schon der Ski-Club vertreten (Richard Guttman mit Start-Nr. 126)



Alle Altersklassen sind dabei – ebenfalls 2006 mit Ski-Club Läufer (Start-Nr. 128)



Teamgeist ist alles 2018 – Andreas Neumann (Start-Nr. 226) und Mario Liebig (Start-Nr. 224)

Der Altstadtfestlauf ist nicht nur ein sportliches Event, sondern auch der perfekte Auftakt zum Altstadtfest. Es erwartet euch eine großartige Atmosphäre, viel Stimmung und jede Menge Spaß. Also schnappt euch eure Laufschuhe, meldet euch an und seid dabei!

Wer nicht mitlaufen kann/will, ist als Helfer herzlich willkommen. Jeder Helfer erhält ein Helfershirt sowie ein Überraschungsgeschenk. Meldet euch sehr gerne bei unserem Organisationsteam unter [altstadtfestlauf@skiclub-lauf.de](mailto:altstadtfestlauf@skiclub-lauf.de)

**Vielen Dank an unser fleißiges Projektteam:**

Alex Weismantel, Juliane Buchholz, Christoph Decker, Thomas Rink, Richard Guttman, Florian Lang und Katharina Hanel.

**LIEB DEIN(EN)  
LAUF**

Alle weiteren Infos zur Anmeldung, den Strecken und vielem mehr findet ihr auf unserer Website



unter: [www.skiclub-lauf.de/ausdauer-sport/altstadtfestlauf-ausschreibung](http://www.skiclub-lauf.de/ausdauer-sport/altstadtfestlauf-ausschreibung)

# SKI-CLUB TRAINING Breitensport – regelmäßige Termine Sommerhalbjahr

- 

ab 31.03.2025  
Mo. vormittag 10.00 – 11.30 Uhr  
Nachmittag 15.00 – 16.30 Uhr  
(im Sommer später)

**NORDIC WALKING TREFF\*** für Geübte, s. Seite 11  
TREFFPUNKT: Lauf, Waldparkplatz Trimpark  
INFO: Otto Koehn
- 

Di. 3 – 6 Jahre 17.00 – 17.45 Uhr  
7 – 12 Jahre 17.45 – 18.30 Uhr

**KINDERTURNEN** s. Seite 8  
mit Lisa, ganzjährig in den Schulwochen. Probestunde möglich.  
INFO: Lisa, Tel. 01511 / 559 02 18
- 

Mo. 18.30 – 20.00 Uhr  
ab 07.04.2025 – Mitte Sept.

**MTB/RAD-TREFF\*** s. Seite 10  
TREFFPUNKT: Lauf, Heldenwiese; Helmpflicht  
INFO: Susanne Stumpf, Tel. 09123 / 98 17 71, 0171 / 78 65 464
- 

Di. 17.00 Uhr

**LAUFTRAINING** für leistungsorientierte Läufer, s. Seite 11  
TREFFPUNKT: Bräunleinsberg 29, Ottensoos  
INFO: Thomas Rink
- 

Di. 18.00 – 20.00 Uhr  
ab 01.04.2025 – Mitte Sept.

**RENNRAD & MOUNTAINBIKE-TREFF\*** s. Seite 10  
unterschiedliche Distanzen  
TREFFPUNKT: Lauf, Heldenwiese; Helmpflicht  
INFO: Andreas Neumann, Tel. 0171 / 28 66 105
- 

Mi. 17.00 – 19.00 Uhr  
auf Anfrage Samstag vormittags

**BAHNTRAINING LAUFEN** s. Seite 11  
TREFFPUNKT: CJT Gymnasium Sportplatz, INFO: Flo Hartmann
- 

Do. 3 – 6 Jahre 16.30 – 17.15 Uhr  
7 – 12 Jahre 17.15 – 18.00 Uhr

**KINDERTURNEN** s. Seite 8  
mit Sina, ganzjährig in den Schulwochen. Probestunde möglich.  
INFO: Sina, Tel. 0160 / 646 92 66
- 

Do. 18.30 – 19.30 Uhr  
ab 03.04.2025 – bis Ende Sept.  
(außer feiertags)

**LAUF & NORDIC WALKING-TREFF** s. Seite 4  
Laufgruppen: Gesund & Fit (ca. 7 km) und Performance (ca. 10 km),  
NW Gruppen nach Teilnehmern. TREFFPUNKT: Lauf, Waldparkplatz Trimpark. INFO: Andreas Neumann, Tel. 0171 / 28 66 105
- 

So. 09.00 Uhr

**LAUFTRAINING\*** s. Seite 11  
ca. 1,5 – 2 Std., Ausdauerlauf je nach Teilnehmern  
TREFFPUNKT: Parkplatz Sportklub Lauf, Schützenstr.  
INFO: Jürgen Schrauf, Tel. 0171 / 446 35 35

\* Offen für Nichtmitglieder, Teilnahme auf eigenes Risiko.

**Weitere Termine, Absagen, Änderungen und Informationen** werden über den E-Mail Verteiler, unter [www.skiclub-lauf.de](http://www.skiclub-lauf.de), in der Tageszeitung unter Vereinsnachrichten sowie im Mitteilungsblatt der Stadt Lauf „MIT“ bekannt gegeben.

# SKI-CLUB VERANSTALTUNGEN

- 

Do. 01.05.2025  
10.00 Uhr

**MORITZBERGLAUF** s. Seite 12  
10 km Berglauf, Höhendifferenz 300 m, Start 10 Uhr Lauf-Schönberg, Sportplatz, Nessenmühlstr. 100, Siegerehrung ca. 13 Uhr (am Start)  
ANMELDUNG/INFO: [www.skiclub-lauf.de/ausdauersport/moritzberglauf](http://www.skiclub-lauf.de/ausdauersport/moritzberglauf) oder per Mail an: [moritzberglauf@aol.com](mailto:moritzberglauf@aol.com)
- 


Fr. 23.05.2025  
17.00 Uhr

**53. LAUF-EVENT** s. Seite 7  
mit Stadtmeisterschaft Kinder und Jugendliche, Pegnitzwiese Lauf
- 


Sa. 31.05.2025

**24. LANDKREISLAUF** s. Seite 6  
Start in Entenberg, Ziel in Ezelsdorf, INFO: [www.landkreislauf.de](http://www.landkreislauf.de)  
ORGANISATION: Laufen Herren Thomas Rink, Klaus Pfister  
Laufen Damen Alex Weismantel  
Nordic Walking Roland Keppler
- 


Fr. 27.06.2025

**ALTSTADTFESTLAUF** s. Seite 14/15  
INFO: Alex Weismantel, Tel. 0172 / 28 69 098,  
[altstadtfestlauf@skiclub-lauf.de](mailto:altstadtfestlauf@skiclub-lauf.de)  
ANMELDUNG: [www.skiclub-lauf.de/ausdauersport/altstadtfestlauf](http://www.skiclub-lauf.de/ausdauersport/altstadtfestlauf)
- 

So. 29.06.2025

**TRIATHLON-VEREINSMEISTERSCHAFTEN** s. Seite 13  
beim Volks-Triathlon DAV-Hersbruck  
Distanz: 300 m / 20 km / 5 km, Start Happurger Baggersee, Ziel Waller (bei Schupf). Selbstorganisation, [www.volkstriathlon-hersbruck.de](http://www.volkstriathlon-hersbruck.de)  
ANSPRECHPARTNER: Rainer Seuling
- 


Fr. 11.07.2025  
18.00 – 19.00 Uhr

**URBAN RUNNING** s. Seite 6, TREFFPUNKT: Hersbrucker Tor,  
INFO: Andreas Neumann, Tel. 0171 / 28 66 105
- 



06. – 08.06.2025

**SOMMER-FICHELN, SPORT-WOCHENENDE** s. Seite 5  
Bischofsgrün, mit Eigenanreise  
INFO: Susanne Stumpf, Tel. 09123 / 98 17 71, 0171 / 78 65 464
- 

Do. 17.07.2025

**SAISONABSCHLUSS KINDERTURNEN** s. Seite 9  
MTB/Lauftrad-Parcour, Yoga, Spiele etc.  
INFO: [kinderturnen@skiclub-lauf.de](mailto:kinderturnen@skiclub-lauf.de) oder Tel. 0162 / 433 26 45
- 


Do. 17.07.2025  
Start 18.45 Uhr

**VEREINSMEISTERSCHAFTEN WALDLAUF** s. Seite 13  
TREFFPUNKT: Lauf, Waldparkplatz Trimpark, bei gutem Wetter mit Brezenfest, der Lauf-Treff findet parallel dazu statt  
ORGANISATION: Thomas Rink, Markus Zänkmann
- 



nach Absprache

**SPORT-NACHMITTAG**  
MTB, Laufen, Nordic Walking

## SKI ALPIN

VORWIEGEND  
HEITER



### Mit vier Fahrten blicken wir auf schöne alpine Wintertage zurück.

Leons Eröffnungsfahrt, Liesas Jugendfahrt, die Familienfahrt und eine Abschlussfahrt zeigen, dass weiterhin Interesse am alpinen Skifahren und vor allem am Skifahren in einer Gruppe besteht.

Bei der diesjährigen Familienfahrt hat sich eine neue Gruppe kleiner angehender Skifahrer formiert, die mit viel Elan dabei sind. Roland und ich haben alle Hände voll zu tun die kleinen Anfänger (4-/Jahre) zu betreuen. Die Fortschritte an einem solchen Wochenende sind enorm, der Zusammenhalt unter den Kindern ist schön zu beobachten. Die älteren Kurs-

teilnehmer werden von Stefan mit viel Technikwissen geschult. Bei der Abreise nach zwei Sonnentagen wirken alle sehr zufrieden. Vielen Dank an die Helfer Roland und Stefan. Unsere Unterkunft wird 2025 zum Teil in Apartments umgestaltet. Künftig kann nur noch eine kleinere Gruppe in Gästezimmern untergebracht werden. Für 2026 habe ich für den Zeitraum 06. – 08.03.2026 reserviert.

Mit der Abschlussfahrt nach Neukirchen am Großvenediger beschließen wir den alpinen Winter und freuen uns auf die nächste Saison mit Euch.

*Angelika Reinert*

## SAISON- AUFTAKT!

### SKI & SNOWBOARD

AXAMER LIZUM 13. – 15.12.2024



Eigentlich rechnet man Mitte Dezember ja eher mit grauem Himmel, Schneegestöber und klammen Händen. Aber unser Ski- und Snowboard-Wochenende am 3. Advent in Axamer Lizum hat uns eines Besseren belehrt: teils blauer Himmel, richtig gute Bedingungen und die Pisten gut präpariert.

Unsere Gastgeber waren freundlich, zuvorkommend und das Essen war richtig lecker. Nachdem wir uns morgens am Buffet gestärkt hatten, ging's los: nur 100 Meter bis zur Skibusstation, rauf auf den Berg und schon standen wir auf der Piste.

Und wie es sich für ein richtiges Skiwochenende gehört, wurde auch noch gefeiert. Die Studentenparty an der Talstation war der Place-to-be am Samstagabend. Einige von uns haben die Gelegenheit natür-



lich genutzt, um Kontakte zu knüpfen und den ein oder anderen Drink zu genießen. Wer's gemütlicher mochte, ließ den Abend entspannt in der Unterkunft ausklingen.

Zwei Tage wirklich gute Bedingungen, schöne Abfahrten und eine klasse Stimmung – Axamer Lizum hat alles gut gepasst. Da können wir nur sagen: Wiederholungsbedarf!

*Leon Stumpf*

# JUGEND-SKIFREIZEIT

WILDSCHÖNAU 10. – 11.01.2025



Bei der Jugend-Skifreizeit des Ski-Club Lauf waren insgesamt 14 Kinder dabei – darunter bemerkenswerte neun Mädels! Ziel der Reise war die Wildschönau, ein beliebtes Skigebiet in den Tiroler Alpen, das mit abwechslungsreichen Pisten und wunderbaren Schneeverhältnissen aufwartete.

### Samstag: Strahlender Sonnenschein

Am Samstag startete die Gruppe bei strahlendem Sonnenschein und besten Bedingungen in den ersten Skitag. Die Kinder, sowohl Anfänger als auch erfahrene Skifahrer, hatten viel Spaß auf den Pisten. Dank der hervorragenden Schneeverhältnisse und dem tollen Wetter war der Tag für alle ein Highlight.

### Sonntag: Neuschnee

Am Sonntag zog der Himmel zu, aber auch der frisch gefallene Neuschnee sorgte für zusätzliche Freude und ein ganz besonderes Erlebnis. Die Pisten waren nun noch griffiger und die Kinder genossen es im weichen Schnee zu fahren. Auch am zweiten Tag standen der Spaß und das gemeinsame Erlebnis im Vordergrund.

### Fazit

Die Ski-Club Jugend-Skifreizeit war ein voller Erfolg. Das tolle Wetter und die guten Schneebedingungen hatten wir natürlich wieder extra „gebucht“. Alle Teilnehmer konnten ihre Skifähigkeiten verbessern und genossen eine unbeschwerte Zeit im Schnee. Sicherlich freuen sich alle auf die nächste Skifreizeit 2026!

Liesja Guttmann-Bindner



© Marianne Grünebach (privat)

Ein Taum! Es hat geklappt! Einen WM-Titel hatte ich noch nicht in 49 Wettkampffahren – vom Laufen, bis hin zu 100 km und Skilanglauf (Masters World Cup) über Duathlon- und Triathlon-Ironman bis hin zum Wintertriathlon und -duathlon.

Meine ganz große Konkurrentin hier ist die Multi-sport-Legende Sabine Greipel, die bei 91 Welt- und Europameisterschaften mit 67 Podestplätzen schon 28 mal (!) Weltmeisterin wurde.

Der Schnee am Wettkampftag war weich und kräftezehrend mit Plustemperaturen. Das kam mir entgegen. Mein Plan war, dass ich ihr beim Laufen (schwere 6 km durch knöchelhohen Schnee) auf den Fersen bleibe und dann meine Stärke beim Langlauf (vier profilierte Runden mit Steilanstiegen) ausspiele. Würde es reichen? Sie zog am Start davon, aber ich konnte nach 2,5 km zu ihr aufschließen, sie überholen und mit gut einer halben Minute Vorsprung zum Skaten wechseln. Es war voll aufregend, ich dachte

ONCE IN A LIFETIME –  
WELTMEISTER!



© Wolfgang Lednhard (privat)

immer, sie kommt noch. Alles geben, mit voller Kraft die Hügel hinauf, Gas geben im 1-1 bei leichteren Anstiegen und bei Abfahrten mit voller Konzentration um die Kurven treten, das war die Devise. Eine Runde noch ... und dann kaputt und überglücklich im Ziel ankommen. Ich hab mich so gefreut. WM-Sieg-Premiere! Und staunen danach über den doch recht großen Abstand zum 2. und 3. Platz.

Am nächsten Tag beim Wintertriathlon kam ich auf dem MTB mit dem weichen Schnee nicht zurecht. Der volle Einsatz vom Vortag machte sich auch bemerkbar, der Helm ging in der Wechselzone nicht zu, der LL-Schuh auch nicht gleich ... und so reichte es nur für den 4. Platz.

Gertrud Härer



## -Bauservice

**Mario Liebig** Dipl.-Bauingenieur  
 Tel./Fax: +49 911 89 35 60 33  
 info@mlbauservice.de  
 www.mlbauservice.de

- Bauplanung u. Beratung
- Baukoordination



# THERMEN- MARATHON

## BAD FÜSSING

Zwölf Läufer des Ski-Club Lauf reisten zum 30. Thermenmarathon nach Bad Füssing, um die „Sportstadt Lauf“ zu repräsentieren.

Das sonnige Wetter, die tolle Organisation und gute Leistungen unserer Läufer sorgten für ein gelungenes Sportwochenende. Bei Temperaturen um 0 Grad starteten 8 Sportler auf der Halbmarathondistanz und 4 Läufer beim 10 Kilometer Lauf. In der Mannschaftswertung der Halbmarathondistanz erreichte die Mannschaft des Ski-Club Lauf mit Platz 9 von 47 Teams erstmals einen „Top 10“ Platz. Dabei ist das Ergebnis von Lutz Hanel hervorzuheben. Er lief mit 1:28:44 Std. persönliche Halbmarathon-Bestzeit und belegte in der Klasse M40 den 14. Platz.

Thomas Rink



### Die weiteren Resultate unserer Sportler:

**10 km Strecke:** Tobias Kober 53:07 min (M40 Platz 24)  
Katharina Hanel 53:28 min (W35 Platz13)  
Petra Müller 1:12:10 Std. (W55 Platz 21)  
Alexandra Akgül 1:31:00 Std. (W45 Platz 21)

**Halbmarathon:** Stephanie Kober 1:57:15 Std. (W35 Platz 20)  
Andreas Neumann 1:51:46 Std. (M60 Platz 18)  
Thomas Müller 1:49:37 Std. (M60 Platz 16)  
Mario Liebig 1:46:50 Std. (M60 Platz 12)  
Florian Hartmann 1:36:40 Std. (M35 Platz 20)  
Thomas Rink 1:31:34 Std. (M55 Platz 6)  
Lutz Hanel 1:28:44 Std. (M40 Platz 14)

## AUS DEM LEBEN EINES LAUFWARTS (INSIDERBERICHT)

Eigentlich total einfach, so eine Laufreise zu organisieren. Pension aussuchen, paar Leute „aktivieren“ und ab geht's ...

Aber ... „Nee, da schmeckt das Frühstück nicht, hat man mir erzählt“. Okay, kein Problem, die Zimmer bekommen wir schon voll. Eins übrig – also Kumpel extern aktiviert. „Wir laufen den Thermenmarathon in Bad Füssing, nach dem Ziel geht's in die Therme!“ Er zu mir 2 Tage vorm Event: „Ich komme mit dem Zug nach Füssen!“ Alter ... nach-„korrigieren“ – hab ihn vom Laufer Bahnhof nach Bad Füssing mitgenommen. Alle anderen Laufexperten waren schon vor Ort.

Angekommen, Startnummern holen und plötzlich die unerwartete Aussage von einem Sportfreund: „Ich habe die Badehose vergessen!“ Kein Problem, Shop bis 17 Uhr auf, gekauft! Auf dem Weg zurück zur Pension kommt uns ein weiteres Ski-Club Mitglied entgegen, total hektisch und stürmt an uns vorbei mit der Aussage: „Badehose vergessen, schnell eine kaufen!“ (es war 17.10 Uhr). Egal, Hauptsache alle haben Durst und Hunger zum gemeinsamen Essen in „Maiers Burgwirtschaft“ zur angekündigten 90-Jahre-Party! Leider war das Event ein Reinfall,

weil die angekündigte „Zeit“ um 20 Jahre zurückversetzt wurde und das Publikum einen enormen „Reifegrad“ hatte. In der Pension fand noch eine ordentliche Wettkampfvorbereitung mit paar Bierchen statt. Sonst nix besonderes, bis auf klopfen an der Tür (eine Zahnpasta lag in Lauf) Ich hatte Ersatz!

Am Wettkampftag alles entspannt, bis ein Sportler von uns beim „Spind reservieren“ statt der Thermen Eintrittskarte den „Nudelgutschein“ vorlegte. Es waren ja noch 45 Min. Zeit bis zum Start. Also konnte sich unser Athlet ordentlich warmlaufen (zur Pension und zurück). Wettkampf war bei allen Startern Top (siehe Ergebnisse).

Danach folgte noch der gemeinsame Thermenbesuch, wobei ein Sportler mit einer eleganten Radlerhose ins Becken stieg. Abschließend muss noch erwähnt werden, dass die versuchten Porträts unserer „Radlerhosenfraktion“ vom Bademeister unterbunden wurden. Es war trotzdem ein Klasse Ausflug und hoffe mit Euch auf eine Wiederholung! In diesem Sinne „Sport Frei!“



## 1. Platz für Hartmut Häber BEIM GMÜNDER STADTLAUF

Am 15.03.2025 absolvierte er in Schwäbisch Gmünd die Strecke von 21,1 km in einer Zeit von 1:46:00 Std. und belegte damit in der Altersklasse M75 den 1. Platz und in der Gesamtwertung den 142. Platz.



### IMPRESSUM

**Herausgeber**  
Ski-Club Lauf e.V.,  
Lindenweg 3a, 91189 Rohr Leitelschhof,  
Tel. 0162 / 433 26 45

**Redaktion, Grafik**  
Susanne Stumpf, Dipl. Designer (FH),  
91207 Lauf

**Auflage**  
500 Stück

### MITGLIEDSBEITRÄGE

Einzelpersonen	€ 48,-
Familienbeitrag	€ 66,-
Kinder, Jugendliche, Auszubildende, Studenten	€ 28,-

### BANKVERBINDUNG

SKI-CLUB Lauf e.V., Sparkasse Nürnberg  
IBAN DE70 7605 0101 0240 1625 29, BIC SSKNDE77XXX

Das Bild zeigt den 50 m Hürdensprint der M13 mit (von li. nach re.) Anton Pfeiffer (Hersbruck), Florian Zimmermann (Röthenbach) und Tim Baas (LG Lauf)

## LEICHTATHLETIK- KREISBESTEN- WETTKÄMPFE IN LAUF

**Am 15.03. fanden in der Laufer Bitterbachhalle die Hallen-Kreisbestenwettkämpfe der Leichtathletik statt.**

Wie bereits in den Vorjahren wurden die Meisterschaften von der LG Lauf Pegnitzgrund ausgerichtet und neben Athleten des TV 1881 Altdorf, der LAV Hersbruck, der LG Hersbrucker Alb, der LG Röthenbach und der veranstaltenden LG Lauf Pegnitzgrund fanden auch Athleten aus anderen bayerischen Kreisen (z. B. aus dem Stadtgebiet Nürnberg) und gar aus Köln (vom Leichtathletik-Team der Deutschen Sporthochschule Köln) den Weg in die Bitterbachhalle, um hier außer Konkurrenz mit anzutreten. Gerade aus Sicht der Veranstalter wurde dies erfreut wahrgenommen, da dies die Popularität des Wettkampfes und der Organisation sowie die Möglichkeiten in der heimischen Bitterbachhalle unterstreicht.

Die Altersspanne der Teilnehmenden reichte von 6-jährigen Kindern bis in den Seniorenbereich, wo Peter Blank von der LG Röthenbach mit Jahrgang 1947 der älteste Teilnehmer des Wettkampfes war. 114 Teilnehmer und Teilnehmerinnen gingen an den Start, die LG Röthenbach und LG Lauf gingen jeweils mit 31 Teilnehmern an den Start.



Die größten Starterfelder von knapp 20 Athletinnen gab es jedoch weder bei den ganz Kleinen noch bei den Senioren, sondern in der weiblichen Jugend der 12- und 13-jährigen, die miteinander antraten, aber getrennt gewertet werden.

Am Ende des Wettkampftages hatten alle Vereine etwas zu feiern, da jeder der teilnehmenden Vereine aus Röthenbach, Altdorf, Hersbruck oder Lauf mit Kreistiteln nach Hause fahren konnte.

Die veranstaltende LG Lauf Pegnitzgrund konnte besonders bei der Altersgruppe W9 (hier lieferten sich Finja Sonntag und Liza Tchouate packende Duelle um die Titel) und M9 (Constantin und Valentin Schultz taten es den beiden erstgenannten gleich) eine Vielzahl an Titeln sammeln – sie hatten in allen Disziplinen ihrer Altersklasse die Nase vorne. Auch Emil Geier (M11) konnte wie die Vorgenannten seine Vielseitigkeit unter Beweis stellen und bei vier Starts einen ersten, zwei zweite und einen dritten Platz für sich verbuchen.

Eine detaillierte Auflistung aller Ergebnisse findet sich auf der Homepage der LG Lauf Pegnitzgrund ([www.lg-lauf.de](http://www.lg-lauf.de)).

**Die LG Lauf Pegnitzgrund freut sich jederzeit über interessierte neue Sportler:innen ab 6 Jahre, Trainingszeiten und Ansprechpartner finden sich auf der Homepage [www.lg-lauf.de](http://www.lg-lauf.de).**



## SCHWIMM- GEMEINSCHAFT LAUF KÜRT IHRE VEREINSMEISTER UND POKALSIEGER

Die Vereinsmeister 2024 der Schwimgemeinschaft Lauf (von li. nach re.): Larissa Lederer, Sarah Meier, Friedrich Nathues, Frederike Bülck und Denis Voitiuk

**Zum 37. Mal organisierte die Schwimgemeinschaft Lauf im Rahmen des sogenannten Pokal-Weihnachtsschwimmens ihre Vereinsmeisterschaften.**

In der kleinen Pokalwertung (Jahrgänge 2014 – 2020) mussten die Kinder jeweils 25 m in den vier Schwimmarten Schmetterling, Rücken, Brust und Freistil zurücklegen. Die geschwommenen Zeiten wurden in Punkte umgerechnet, hier gab es dazu altersbedingt Bonuspunkte, um einen gerechten Vergleich zu gewährleisten zu können. Bei den Mädchen lautete die Reihenfolge auf den Medaillenrängen: 1. Hannah Egger, 2. Ida Wendt und 3. Anastasia Seugling. Die Jungen erkämpften sich folgende Platzierung: 1. Jacob Alexander Friedemann, 2. Valentin Kasaku und 3. Dominik Gross.

Bei der großen Pokalwertung für die Jahrgänge 2010 – 2015 mussten jeweils 50 m geschwommen werden. Nach den vier Strecken meldete das Protokoll das nachstehende Ergebnis für die weibliche und männliche Jugend: 1. Emily Zachow und Aaron Holfelder, 2. Lisa Meier und Lando Spielberger, 3. Lise-lotte Bleisteiner und Julian Wunder.

Für den Titel einer Vereinsmeisterschaft waren dann viermal 100 m zu bewältigen. Zugelassen waren die Jahrgänge 2011 und älter, in dieser Gruppe wurden die geschwommenen Einzelzeiten addiert. Während die Erstplatzierten und Vereinsmeister Sarah Meier

und Friedrich Nathues deutlich voraus lagen, waren die nachfolgenden Medaillenränge sehr umkämpft. Larissa Lederer und Jan Regler erreichten die Vizemeisterschaft, Frederike Bülck und Denis Voitiuk landeten auf dem Bronzerang.

Bei den Kreismeisterschaften war mit fünf Meistertiteln Sarah Meier (2011) die erfolgreichste Lauferin. Sie siegte über 50 m Schmetterling, Rücken und Freistil, 100 m Freistil und Lagen. Zwei Goldränge holten Magdalena Zeitler (2007) (50 m Schmetterling und 200 m Brust) und Antonia Beranek (2015) (50 m Brust und Freistil). Je einen Meistertitel errangen Ida Wendt (2014), Anastasia Seugling (2014), Luisa Bauernfeind (2012), Paula Antonia Dechène (2011) und Yara Hörteis (2010).

Erfolgreichster Schwimmer der SG Lauf war Paul Scharer (2009). Ihm gelangen fünf Meistertitel (50 m Brust, Schmetterling und Freistil, 100 m Brust und Lagen). Janek Miethe (2012) setzte sich bei vier Wettkämpfen (100 und 50 m Rücken, 100 und 50 m Freistil) durch. Mit drei Siegen (100 m Lagen, 50 und 100 m Schmetterling) zeigte auch Aaron Holfelder (2010) eine sehr gute Leistung. Paul Wendt war über 100 m Rücken und 50 m Freistil der Schnellste. Aus je einem Wettkampf gingen Valentin Kasaku (2016), Dominik Gross (2015), Linus Kohl (2013), Leon Voitiuk (2013), Justus Babst (2012), Luis Holfelder (2012), Jonas Falk (2011), Simon Werner (2010) und Denis Voitiuk (2008) als Sieger hervor.

## EINTRITTE von Okt. 2024 – Febr. 2025

Mitgliederstand 17.02.2025: 782

De Rosa Luca  
Haas Frida  
Meysel Eduard, Carolina  
Nerowski Eduard  
Ibrahimova Saali  
Schmidt Käthe  
Schmitt Milena  
Berber Kai-Lukas  
Fridlin Daniel  
Pizzuto Antonio  
Zenker Ralf  
Nagy Denisz-Rolland  
Danner Nele  
Fritz Ingo, Viola,  
Adriana, Letizia  
Jampala Swadhi  
Nivanshi

Edel Emilia  
Onnis Emilio  
Philipp Stefanie  
Banner Alexander  
Graf Miriam  
Dan Van Nora  
Kress Merle  
Fischer Lena  
Gualdi Elisa Eleonora  
Shaymaa Dahabra  
Quayalli Sila, Clair,  
Imad, Ayla  
Karakoc Ela Aysenaz  
Schober Susanne, Ralf,  
Isabella, Rosalie, Eric  
Wagner Carola, Jürgen,  
Philipp

Poptcheva Kathrin,  
Stoyan, Liliana,  
Theodor  
Tafakis Noah  
Schmitt Lily Annabell  
Scheppeler Clara  
Dorst Sophie  
Markin Denis, Christian  
Schubert Ruby  
Seltner Beata, Gerhard  
Zachow Emily  
Fridlin Sophie  
Decker Noelia, Tamina  
Werzinger Leni

Wild Ella Marie, Linda  
Ruppert Johannes  
Dyrbusch Mia Sophie  
Kurumahmutoglu Azra  
Michel Maximilian  
Sichelstiel Andreas  
Wernhammer Lina  
Schedel Milo  
Krüger Annette, Lena,  
Jona  
Fabisch Christoph  
Niegel Martina  
Roßkamp Sanna

*Herzlich willkommen!*

## GEBURTSTAGE von Nov. 2024 – April 2025



### 50 JAHRE

Huber Bernhard  
Rupprecht Alexander  
Zenker Ralf

### 60 JAHRE

Turba Ingrid  
Lorenz Michael  
Jungkunz Clemens  
Preisner Veronika  
Kemmler Monika  
Willer Lars  
Adam Florian  
Freisleben Rainer

### 65 JAHRE

Seibold Horst  
Bezold Liane  
Schwägerl Roland

### 70 JAHRE

Pickl Barbara  
Seel Karl  
Urschlechter-Baum Erika  
Graf Wolfgang

### 75 JAHRE

Bendig Günter

### 80 JAHRE

Herrmann Lambert



*Herzlichen  
Glückwunsch!*



## VEREINSFÜHRUNG UND ANSPRECHPARTNER

1. Vorstand	Liesa Guttmann-Bindner	0162 / 43 32 645
2. Vorstand	Susanne Stumpf	09123 / 98 17 71
Kassenwart	Klaus Pfister	09123 / 83 889
Schriftführer	Lara Hartmann	lara-hartmann@freenet.de
Verwaltung	Hermann Höfling	09123 / 32 03
Presse	Bernhard Turba	09123 / 98 12 77
Beisitzer	Katharina Adelman Nele Müller	0170 / 82 51 820
Webmaster & Vereinsheft	Susanne Stumpf	09123 / 98 17 71

## SPORTWARTE & ANSPRECHPARTNER

Ski-Alpin, Sportgymnastik Stellvertreter	Angelika Reinert Leon Stumpf	09123 / 82 664 leon.stumpf88@gmail.com
Ski Nordisch Stellvertreter	Bernhard Turba Richard Guttmann	09123 / 98 12 77 09123 / 75 876
Ski-Touren	Michael Niegel	09123 / 83 610
Kindersport	Sabine Martens	09123 / 18 31 611
Nordic-Walking	Roland Keppler	09123 / 83 277
Lauf-Treff	Andreas Neumann	0171 / 28 66 105
Laufen	Thomas Rink	0173 / 38 19 834
Triathlon	Rainer Seuling	0911 / 57 07 656
Soft-Gymnastik Ansprechpartner	Norbert Ottkowitz	09123 / 98 57 17
Jugendabteilung	Rupprecht Nina	nina@oedenberg.de
Archiv	Elke Riesen	
Schwimmen – SG Lauf	Franz Goebel	09123 / 13 627
Leichtathletik – LG Lauf	Frank Schmidt	0171 / 87 03 866

**nicht vergessen:  
ÄNDERUNGSMITTEILUNG**

Falls sich Ihre Daten geändert haben, z.B. Post- oder E-Mail-Adresse, Name (unter Angabe des bisherigen Namens), Bankverbindung teilen Sie es bitte der Mitgliederverwaltung mit: Hermann Höfling, h.hoeffling.scl@online.de



[www.skiclub-lauf.de](http://www.skiclub-lauf.de)



@skiclub\_lauf\_e.v

Aktuelles, weitere Infos und Berichte auf der Homepage

