

Post SV Augsburg e.V.



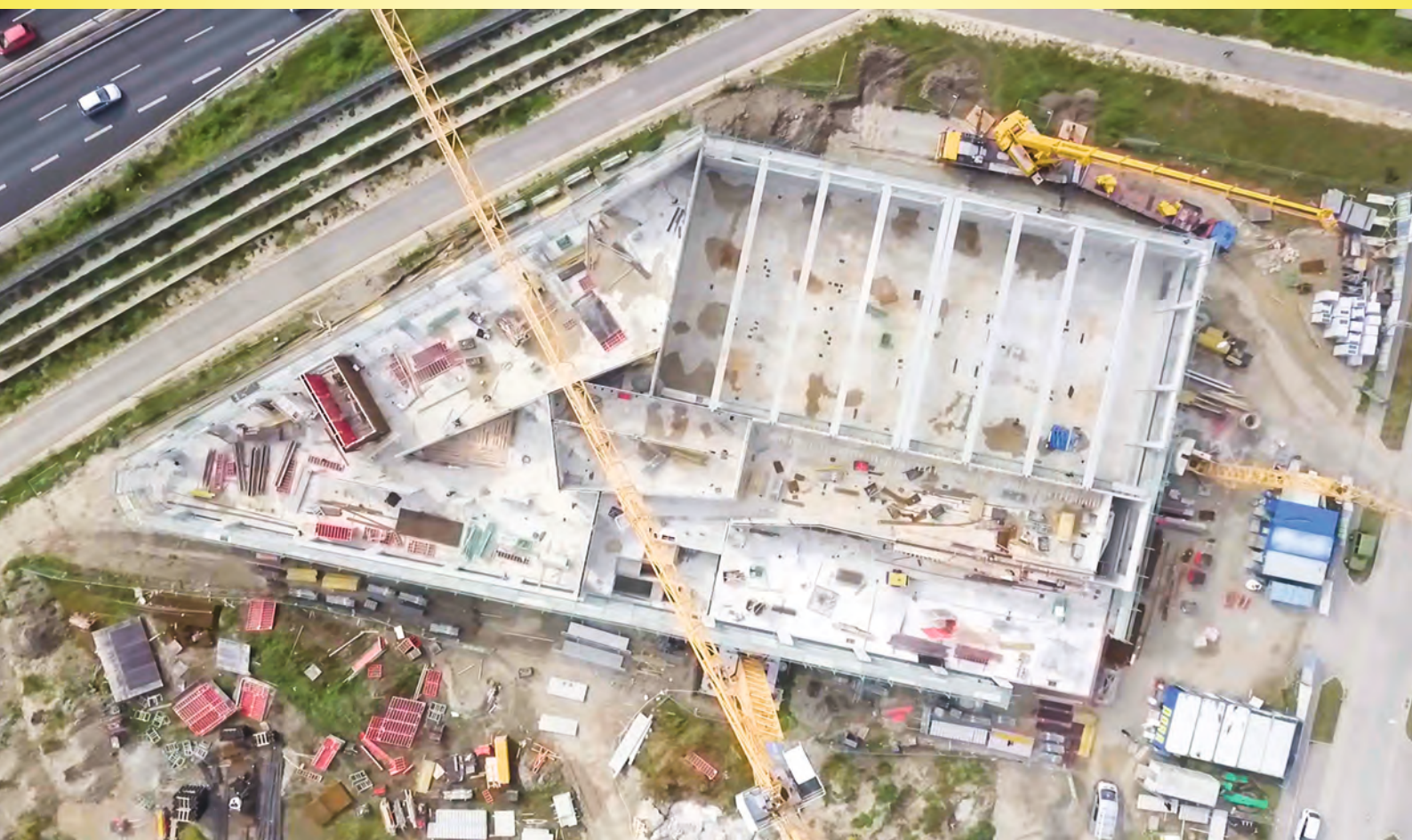
Post SV Augsburg e.V.

Postsport Marketing GmbH

Post SV-Stiftung

www.postsv.de / www.my-PSA.de

gegründet 1927



Inhalt:

- Aikido: Ein Aikidotraining beim Post SV
Alpine: Ehenbichler Alm
Schwimmen: Cambomare Sprintpokal in Kempten
Tischtennis: Herren | Jugend
u.v.m. ...

Richtfest - ein toller Erfolg!
„124 Millionen Kinder weltweit zu dick!“ Spiegelonline



*Werte Sportfreunde,
liebe Postsportlerinnen und
Postsportler,
sehr geehrte Damen und Herren!*

Zum Ende des Jahres unseres 90. Geburtstags können wir eine fortschrittliche Bilanz ziehen. Wenn wir die beiden Bilder (rechts) betrachten, liegen dazwischen genau 8 Monate. Somit eine äußerst positive Entwicklung, was so zwischen dem 28.03.2017 und 28.11.2017 alles entstanden ist.



So sah es noch am 28.03.2017 aus ...

Wenn Sie darüber hinaus auf unserer Homepage, in Facebook, Twitter oder in YouTube die von **Klaus Gronewald** produzierten Video-Clips ansehen, wird es Ihnen ähnlich wie mir gehen: Sie sind begeistert! Es ist wirklich bemerkenswert, was in rund 250 Tagen gewachsen ist.



... und so sah es am 28.11.2017 aus!

Schon bei unserer Grundsteinlegung am 11.05.2017 besuchten uns rund 160 Gäste, die mit Komplimenten nicht sparten und die die abgesteckten Grundflächen schon mehr als beeindruckend empfanden.

Bereits 5 Monate später, am 19.10.2017 war dann endlich Richtfest.

Bereits bei meiner Begrüßung waren einige der über 200 erschienenen Gäste, Mitglieder und Besucher rein optisch von unserem Bauwerk überwältigt: 103 Meter lang, 37.000 m³ Bruttorauminhalt, 3.000 m² Nutzfläche für Sport, Fitness und Freizeit - das hat doch was!

Am Montag waren es noch 102 Anmeldung und dann kamen 200 plus!

Selbst Sportreferent **Dirk Wurm**, der in Abwesenheit von Oberbürgermeister **Dr. Kurt Gribl**, der sich wegen den Jamaika-Verhandlungen entschuldigen musste, die Grußworte der Stadt Augsburg übermittelte, Bürgermeister **Dr. Stefan Kiefer**, Bundestagsabgeordnete **Ulrike Bahr**, Landtagsabgeordneter **Harald Güller** oder der BLSV-Vizepräsident **Bernd Kränzle**, um nur stellvertretend ein paar Politiker zu nennen, zeigten sich

IMPRESSUM

Herausgeber:
Post SV Augsburg e.V.
Grenzstraße 71 c
86156 Augsburg

Redaktion:
Inge Zach, Telefon: 0821/44 22 44

Satz und Gestaltung:
Post SV Augsburg e.V.

Verantwortlich für die Anzeigen:
Frank Bregulla, Vizepräsident

Anzeigenpreise:
Zur Zeit ist die Anzeigenpreisliste Nr. 2 vom 01. Januar 02 gültig.
Erscheinungsweise 6 mal jährlich.
Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Bankverbindung:
Stadtparkasse Augsburg
IBAN: DE 83720500000810502369
BIC: AUGS DE 77

Internet: www.postsv.de

Geschäftszeiten:
Parteiverkehr: Di, Do 15.00 - 19.00 Uhr
sowie nach vorheriger Vereinbarung
Telefon: 08 21 / 44 22 44
Telefax: 08 21 / 44 33 33
E-Mail: info@postsv.de

Redaktionschluss:
für die Ausgabe (1) Februar 2018, ist der Donnerstag, 01.02.2018.

Die namentlich gekennzeichneten Beiträge stellen die Meinung des Verfassers, nicht eine Stellungnahme des Post SV dar. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen.

Die verfassten Beiträge können aus redaktionellen Gründen abgeändert oder gekürzt werden. Nachdruck, auch auszugsweise, ist nur mit vollständiger Quellenangabe gestattet

Aktueller Mitgliederstand:
701 davon 231 Jugendliche Stand: 04.12.2017

Auflage: 1.000 Stück
Druck: WIRmachenDRUCK GmbH,
Mühlbachstr. 7, 71522 Backnang, Deutschland,
0711 / 995982 -20 (Tel), 0711 / 995982 -21 (Fax)
info@wir-machen-druck.de



von dem gewaltigen aber dennoch äußerst ansprechenden Bauwerk beeindruckt. Einen namentlichen Auszug der Teilnehmerliste finden Sie am Ende.

Diese vier Bilder zeigen das allgemeine Erstaunen, als Projektleiter **Klaus Rehberger** aus über 12 Meter Höhe mit seinem Richtspruch den Dank an den Bauherren, an die Architekten und an alle an diesem Bauwerk beteiligten Mitwirkenden richtete:

Nun ist die Halle aufgerichtet,
wozu uns Fürsorg hat verpflichtet,
damit frisch, fromm, und frei an Leib
und Seele jeder sei.

In edlem Wettstreit sich Vereine
gar willig, wer sich draußen Feind,
dass unser Schaffen Eintracht kröne,
denn also war das Werk gemeint!

Das Haus des Sportes ruft nun alle:
wenn sie am Tag sich müd geschafft,
so werde ihnen unsre Halle
ein muntre Springquell froher Kraft!

Nun mag vor Feuer und Gefahren
der Herrgott diesen Bau bewahren
und auch die Sportler drinnen schützen,
damit sie sich und andern nützen!

Er segne ferner auch die Leute,
die aufgerichtet dies Gebäude,
die Meister und die Baugenossen,
die sich bemüht so unverdrossen.

Doch lasst uns jetzt zum Richtschmaus sitzen
und gebt uns Braten und auch Wein,
es ist jetzt Schluss mit allem Schwitzen;
denn einmal will gefeiert sein.

Und nun, du Glas, fahr hin zum Grunde,
geweiht sei dieser Bau zur Stunde!

Zum Ende meiner Begrüßungsansprache konnte ich den vielen Gästen auch ein wenig Transparenz zu unserer Neuausrichtung „**zwischen Tradition und Trend**“ vermitteln:

Unsere Tradition:

Wir werden an allem Altem, Bewährten festhalten, dort wo wir Perspektiven für die Zukunft sehen und erkennen. Wir verabschieden uns aber von der traditionellen Kultur, so nach dem Motto: „**Wir machen es so, weil wir es immer so gemacht haben**“.

Unser Trend:

Wir werden zusammen mit unseren vielen Partnern, insbesondere mit der VHS, in unseren 10 neuen und von der Größe her flexiblen Kleinhallen, einer 3-fach Halle, einem Fitness- und Wellnessbereich - der sich Benchmarks gerne stellen wird - völlig neue Interessensgruppen ansprechen (*weiter Seite 104 - Mitte*).



Wir gratulieren zum Geburtstag

30 Jahre	Geboren	Abteilung
Fischer, Maximilian	07.01.1988	Schwimmen
40 Jahre	Geboren	Abteilung
Ungefug, Sergej	31.01.1978	Schwimmen
50 Jahre	Geboren	Abteilung
Kurzmann, Bernd	02.01.1968	Hütte
Schnee, Thomas	18.12.1967	Fußball
Schwarz, Monika	04.01.1968	Hütte
65 Jahre	Geboren	Abteilung
Neußer, Werner	25.01.1953	Tischtennis
70 Jahre	Geboren	Abteilung
Kappeller, Erich	29.12.1947	Alpine
80 Jahre	Geboren	Abteilung
Fuchs, Johann	17.01.1938	Handball

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder

Name, Vorname	Abteilung
Erdle, Emily	Schwimmen
Götz, Christine	Schwimmen
Kragler, Philipp	Gesundheitssport
Kragler, Martina	Gesundheitssport
Kragler, Peter	Gesundheitssport
Kragler, Verena	Gesundheitssport
Langosch, Sabrina	Ju-Jitsu
Markova, Antons	Schwimmen
Metzner, Karla	Schwimmen
Metzner, Simon	Schwimmen
Metzner, Laurenz	Schwimmen
Metzner, Sandra	Schwimmen
Mjalizin, Daniel	Schwimmen
Mjalizin, Alex	Schwimmen
Mjalizin, Svetlana	Schwimmen
Mjalizin, Xenia	Schwimmen
Rager, Tanja	Schwimmen
Saglam, Ömer-Faruk	Schwimmen
Tamer, Muhammet-Enes	Schwimmen
Tröger, Bela	Tischtennis
Wohlgemuth, Simone	Schwimmen
Wurm, Dirk	Gesundheitssport



(...) Wir haben die Zeichen der Zeit erkannt, dass unsere Gesellschaft neue Angebote wünscht und einen hohen Fokus auf freie Zeiteinteilung und Individualisierung im Sport hat.

Dirk Wurm dankte mir in seiner Ansprache (*im Bild links*) für das jahrelange Engagement, das Durchhaltevermögen und die Ausdauer etwas für den Sport und die Gesellschaft zu bewirken. Er bezeichnet das Sport- & Gesundheitszentrum des Post SV als Leuchtturmprojekt für die Region, für den Augsburger Sport, aber natürlich auch für den Post SV. Dieses einmalige Vereinsprojekt stehe auch in völliger Konformität zum Augsburger Sport- und Bäderentwicklungsplan.

Im letzten Punkt meiner Rede richtete ich noch ein herzliches Dankeschön an die vielen Helferinnen und Helfer, an Partner und Zuschussgeber, an den Vereinsvorstand, aber auch und insbesondere an meine eigene Familie und meine Frau.

Völlig neue Anforderungen an die Sportwelt

Die Sportler von Heute und Morgen haben deutlich andere Interessen und ganz neue gesellschaftliche Herausforderungen zu meistern, als frühere Generationen. Es gibt beispielsweise immer mehr Single-Haushalte. Es gibt aber auch zunehmend immer mehr Familien, bei denen beide Elternteile länger oder normabweichend zur Arbeit gehen müssen. Wir haben Ganztagschulen, bei denen die Kinder viel mehr Zeit verbringen als früher und wir haben eine weitaus größere Auswahl an Sport- und Freizeitangeboten, um nur exemplarisch einige gesellschaftliche Veränderungen zu skizzieren.



Die Eltern kämpfen stärker denn je, um ihren Tagesablauf stressfrei organisiert zu bekommen. Die Großeltern sind heute intensiver im Familienalltag eingebunden, als jemals zu vor und trotzdem reicht oft die Zeit nicht aus, um gesund zu kochen, um gemeinsam zu essen, um sich regelmäßig selbst fit zu halten und um vielleicht sogar noch innerhalb der Familie Sport zu treiben. Bei dieser Aufzählung wurden bisher noch keine berufliche Aus- und Fortbildung oder kulturelle Ereignisse berücksichtigt.

124 Mio. Kinder sind weltweit zu dick

(Spiegel Online 11.10.2017)

Die Zahl extrem dicker Kinder und Jugendlicher steigt und steigt, in den vergangenen vier Jahrzehnten hat sie sich mehr als verzehnfacht. Während 1975 weltweit noch etwa elf Millionen Fünf- bis 19-Jährige fettleibig waren, stieg die Anzahl im vergangenen Jahr auf 124 Millionen, berichten die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und das Imperial College London im Fachblatt „The Lancet“.

Hinzu kommen weitere **213 Millionen Kinder**, die bereits übergewichtig, aber noch nicht fettleibig sind.

Schuld sind vor allem Veränderungen im Lebensstil. Die WHO zählt unter anderem Werbung für ungesunde Snacks, hohe Preise für gesunde Nahrungsmittel und zu wenig Bewegung zu den Ursachen, an denen die Gesellschaft arbeiten sollte.

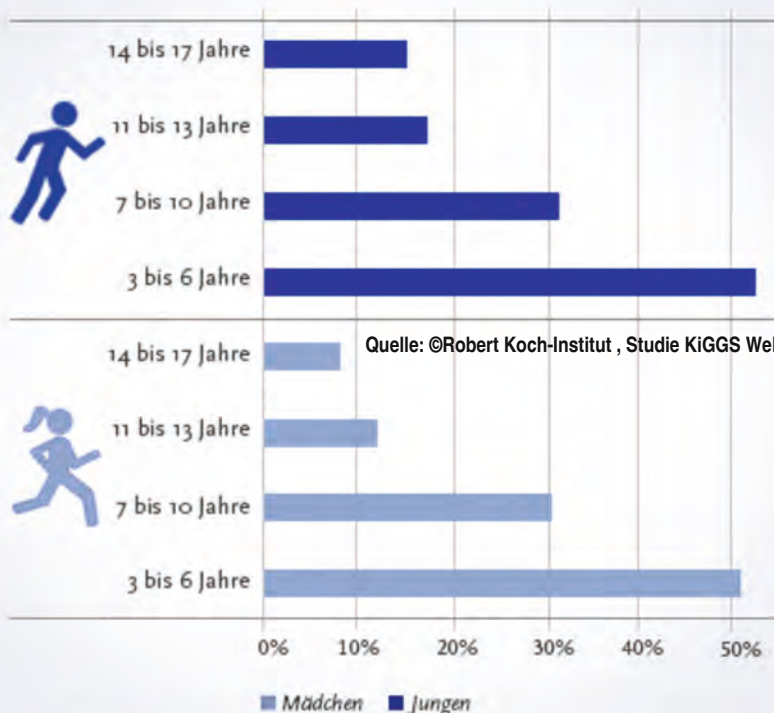
Bei der rechts nebenstehenden Statistik des Robert Koch-Institut aus Berlin, ist unschwer erkennbar, dass von der empfohlenen Aktivität der WHO, mit 60 Minuten pro Tag, bei Kindern im Alter von 7-10 Jahren gerade noch rund 30 % und bei den 14-17-jährigen, es nur noch 8% bzw. 15% schaffen, sich entsprechend zu bewegen.

Themen, mit denen wir uns in den vergangenen 7 Jahren Planung intensiv beschäftigt und viele davon, zusammen mit Sportwissenschaftlern, aufgearbeitet haben. Ziel ist und war es, in unserem innovativen Neubau, neben einem selbst-

Deutschland: jedes 4 Kind ist betroffen

Geschlecht	Jahr	Übergewichtig	Fettleibig
Jungen	1975	13,4 %	3,3 %
Jungen	2016	28,4 %	11,2 %
Mädchen	1975	14,2 %	2,5 %
Mädchen	2016	24,7 %	6,9 %

Quelle: The Lancet



Quelle: ©Robert Koch-Institut, Studie KiGGS Welle 1

Kinder und Jugendliche, die täglich mindestens 60 Minuten körperlich aktiv sind - Anteile an der gleichaltrigen Bevölkerung, differenziert nach Geschlecht



Schwaben Coating
Lacke
und Farben

Schwaben Coating GmbH · Lacke und Farben
Max-Josef-Metzger-Straße 16 · 86157 Augsburg
Tel.: 0821 455460-0 · Fax: 0821 455460-11
info@schwabencoating.de



Im Bild: Die wieder einmal fleißigen Helfer beim Aufbau zum Richtfest. Auch Euch besten Dank!



Danke auch für die herzlichen Wünsche zum Hebauf:



Ein kleiner Gruß und die besten Wünsche

Thierhaupten

zum HEBAUF aus

Lieber Heinz, liebe Familie Krötz, lieber Frank, liebes Bau & Vereinsteam,
wir gratulieren Euch herzlichst zu Eurem heutigen Fest! Viel ist passiert und
noch viel mehr wird passieren :-)) Klasse! Lasst uns dies ausgiebig feiern und
begießen ☺



Diesen Spruch fanden wir auf Grund der Historie für Euch am besten:

„Wenn dieses Haus so lang nur steht, bis aller Neid und
Haß vergeht, dann bleibt's für wahr so lange stehn, bis
die Welt wird untergehn.
Glück und Segen soll Euch in Eurem Hause stets
begegnen!“

Herzlichst ALLES GUTE und GUTE NERVEN UND VIELE GUTE
GEWERK-HANDWERKER wünschen Euch

EURE Familie Drommershausen / Machmerth

verständlich zeitgemäßen, hochwertigen Sport- und Freizeitangebot, auch Lösungen für die neuen gesellschaftlichen Herausforderungen und Problemstellungen unserer Familien zu schaffen.

An so manche technischen Raffinessen werden sich unsere Mitglieder erst noch gewöhnen müssen!

Die Zufahrt zu den knapp 70 Tiefgaragenstellplätzen wird mittels einer automatisierten Kfz-Kennzeichenerkennung erfolgen. Der Zutritt zum Gebäude wird durch Fingerabdruck oder berührungsloser Handvenenerkennung administriert. Diese Technik findet bereits große Akzeptanz bei nationalen und internationalen Fitnessketten, in gehobenen Kurkliniken oder auch in komfortablen SPA-Bereichen von Sternehotels.

Mit dieser Akkreditierung werden dann alle vergebenen (Gebäude-) Rechte auf ein RFID-Armband übertragen. D.h.: egal ob ein Mitglied (s)einen Kleiderspind belegen, eine Türe zur Sporthalle öffnen, eine der vollautomatisierten Fitnessgeräte bedienen oder im Bistro bezahlen möchte, all dies kann er i.d.R. „nur“ mit seinem Band erledigen.

Dieses System ist sogar so intelligent, dass sofern ein Mitglied das Studio verlassen möchte, ohne seinen Kleiderspind geräumt zu haben, er beim auschecken nochmals an diesen Umstand erinnert wird.

Derzeit sicherlich noch ziemlich einmalig ist ein weiterer Service:

Die Elektrotankstelle in der Tiefgarage! Auf eigene Abrechnung kann jedes Mitglied im Fitnessbereich sein Cardio-Training absolvieren, während in der Tiefgarage sein Elektroauto / -fahrrad aufgeladen wird. „Beide“ sind nach ein paar Stunden „ready“ - das Mitglied und das jeweilige Gefährt!

Werte Damen und Herren, liebe Mitglieder, ein ereignisreiches Jahr neigt sich dem Ende. Ich bedanke mich stellvertretend bei der Stadt Augsburg bei Herrn Oberbürgermeister **Dr. Kurt Gribl** und dem Sportreferent **Dirk Wurm**, für die hervorragende Zusammenarbeit. Ferner danke ich unserem Präsidiumsbeirat, **Gudrun Schulz**, **Bernd Kränzle**, **Willi Leichte**, **Peter Uhl**, **Ulrich Wagner** und **Hans Rost**.

Mein besonderer Dank gilt dem Präsidium, namentlich bei **Frank Bregulla**, **Thomas** und **Fabian Krötz**, **Rainer Schinke**, **Petra Holland**, **Peter Kretzinger**, sowie den Spartenverantwortlichen **Hans Horn**, **Ortwin Stegherr**, **Florian Brandhuber**, **Sebastian Schinke**, **Igor Juric**, **Max Hermann**, **Kilian Kupke**, **Tanja Huber**, **Raimund Lesser**, **Heinz Kreupl**, **Thomas Schober**, **Rainer Storz**. Ebeso danke ich der Geschäftsführung, **Inge Zach** und **Sascha Buschmann**, für die stets konstruktive und dabei immer harmonische Zusammenarbeit.

Ich wünsche uns allen frohe, besinnliche Weihnachten, ein gutes, vor allem gesundes sowie sportlich erfolgreiches neues Jahr 2018.

Ihr Heinz Krötz

Sarah Ableitner (Sportbeirat)
 Wolfgang Appelt (BLSV)
 Helmut Augste (Ehrenmitglied)
 Markus Bäurle (GW-tec)
 Ulrike Bahr (MdB)
 Marcus Barnstorf (Sportbeirat)
 Walter Bodenmüller (Gewerbeimmobilien Kempten)
 Andrea Bogenreuther (Augsburger Allgemeine)
 Andreas Bogenreuther (ERHA Werbetechnik)
 Dipl.-Ing. Jörg Böhler (Ing.-Büro Wimmer)
 Dominik Branner (LEW)
 Reinhold Demel (Arbeitsagentur)
 Stephan Deurer (asset GmbH)
 Birgit-L. Drommershausen (Deutsche Telekom)
 Sayeh Farahpour (A³)
 Jeremias Gebler (Fa. Kögl)
 Nicole Gergen (Stadtparkasse)
 Anna-Lena Glenk (Stadt Augsburg)
 Donald Görgens (Zusmarshausen)
 Angi Görgens (Zusmarshausen)
 Günter Götzling (Stadttrat)
 Peter Grab (Stadttrat)
 Carola Graul (Küchenstudio Carola Graul)
 Klaus Gronewald (KG Media Factory)
 Harald Güller (MdL)
 Sandra Gutmann (Werk 86)
 Patricia Haas (PORR)
 Philipp Hampp (Brandschutz)
 Mirjam Harthauer (asset GmbH)
 Helmut Hauser (Schnell Trainingsgeräte)
 Dipl.-Ing. Rudolf Hillebrand (Prüfstatiker)
 Barbara Hölzle (Stadtparkasse)
 Thomas Hornung (SWA)
 Klaus Huber (Stadttrat)
 Thomas John (Alpenverein)
 Tim Kesselring (GW-tec)
 Roman Kesselring (GW-tec)
 Dr. Stefan Kiefer (Bürgermeister)
 Marcus Klopfer (Sportbeirat)
 Peter Kögl (Architekt)
 Stefan Köhler (SWA)
 Hannelore Köppl (CSU Oberhausen)
 Dipl.-Ing. Holger Königsmann
 Horst Koristka (BLSV)
 Thomas Kotnig (Hacker-Brauerei)
 Peter Kragler (Kragler Immobilien)
 Martina Kragler (Kragler Immobilien)
 Bernd Kränzle (BLSV-Vizepräsident)
 Robert Kratsch (Sportbeirat)
 Henning Krebel (Par-IT)
 Olaf Künstler
 Julius Kupke (Schrauben Lutz)
 Josef Lampert (PORR)
 Ulrich Längle (SWA)
 Walter Lenz (TSV 1871)
 Dr. Klaus Leuthe (Sonntag & Partner)
 Markus Lutz (Lutzgruppe)
 Johann Machmerth (KUKA)
 Dr.-Ing. Reinhard Mang (Büchting & Streit)
 Herbert Mayr
 Nathalie Mayer (CSU)
 Werner Mittermaier (ehemals GF der AZ)
 Daniel Moder (Schuster Klima & Lüftung)
 Alberto Motti (Ing.-Büro Reisch)
 Claudia Nickl (Behindertenvertreterin Stadt)
 Gunnar Olms (Der Pferseer)
 Klaus Rehberger (PORR)
 Manfred Reich (Hampp Brandschutz)
 Rudolf Otto Reisch (Ing.-Büro Reisch)
 Andreas Renner (Andreas Renner GmbH)
 Bettina Riegelneegg (Laden mit Pfiff - Berwang)
 Carina Riegelneegg (Laden mit Pfiff - Berwang)
 Reinhold Ritter (Sauter Deutschland)
 Andres Santiago (VMM-Verlag)
 Alexej Schneider (Ing.-Büro Wimmer)
 Achim Schnell (Schnell Trainingsgeräte)
 Bruno Schnitzer (Schnitzer & Sohn)
 Daniela Schnörzinger (DTS Catering)
 Thomas Schnörzinger (DTS Catering)
 Gudrun Schulz (Stadträtin a.D.)
 Christian Schulze (VHS)
 Roman Still (AVAG Holding)
 Albert Stoll (Deutsche Telekom)
 Sascha Strunck (KG Media Factory)
 Ingrid Taubert (Alpenverein)
 Helmut Truschies (Stadt Augsburg)
 Herbert Vetter (Ehrenmitglied)
 Alena Vogt (Deutsche Telekom)
 Ulrich Wagner (Stadttrat)
 Rebecca Weingarten (VMM-Verlag)
 Hans Wengenmeier (Sportbeirat)
 Daniel Wilms (KG Media Factory)
 Dirk Wurm (Sportreferent der Stadt)
 Marc Zander (Stadttrat)
 Iris Zeilhofer (VMM-Verlag)
 Bernd Zitzelsberger (CSU Pfersee)



PSD Bank München Hier ist günstig sicher

Nur wir verbinden die Vorteile einer regionalen Direktbank mit einfachen Produkten, günstigen Konditionen, schnellen Entscheidungen und bequemer Abwicklung. Damit überzeugen wir, mit der PSD Bankengruppe zusammen, deutschlandweit heute schon über eine Million Kunden.

Lernen Sie jetzt unser **kostenloses Gehaltsgirokonto** kennen! Sie profitieren vom einfachen digitalen Kontowechselservice und vielen attraktiven Zusatzleistungen.

Weitere Informationen und Konto-Eröffnung unter:
www.psd-muenchen.de/giro oder 0821 5049 333

Kostenfrei beim Gehaltskonto mit dabei!

- ✓ Kontoauszüge in Ihr elektronisches Postfach
- ✓ Bargeld an rund 19.000 Geldautomaten des BankCard ServiceNetzes in Deutschland und in vielen Supermärkten
- ✓ Digitaler Kontowechselservice
- ✓ Kontoführung über PSD OnlineBanking

Bei Gehaltseingang:

- ✓ Kostenlose BankCard
- ✓ PSD MasterCard



Jetzt Konto eröffnen unter
www.psd-muenchen.de/giro.

PSD Bank München eG, Sitz Augsburg, 86135 Augsburg, Stand: 18.07.2017



Aikidotraining beim Post SV

„O negai shimasu“, ertönt es zu Beginn des Aikido-Trainings nach einer kurzen gemeinsamen Meditation. Frei übersetzt in etwa: „Lasst uns [mit dem Training] beginnen“. Aus dieser Begrüßung lässt sich vielleicht schon erahnen, dass Aikido etwas zunächst Ungewöhnliches ist. Wer nun einen Aikido-Ausübenden (jap.: Aikidoka)

nach einer Definition von Aikido fragt, wird diesen meist genauso ins Schwitzen bringen, wie jeden anderen mit der Frage: „Was ist Wasser?“. Würde man es nicht kennen, würde einem auch die Antwort: „Wasser ist ein Molekül mit der Formel H₂O.“ nicht viel helfen. Eine Definition ist hier unzureichend, um die Bedeutung des Wassers für einen selbst oder andere darzustellen. Und so möchte ein Aikidoka auch ungern eine Definition von Aikido geben, denn diese beantwortet die gestellte Frage zwangsläufig nur unzureichend. Aikido ist nun einmal sehr vielfältig und facettenreich, was dazu führt, dass es individuell verschieden wahrgenommen wird. Es ist für jeden ein kleines Bisschen anders.

Dennoch werde ich hier den Versuch einer aussagekräftigen Definition von Aikido unternehmen: Aikido ist eine japanische Kampfkunst, in der Runde und harmo-

nische Bewegungen zum Einsatz kommen, um einen oder mehrere Gegner zu kontrollieren. Es ist eine Kampfkunst, deren Philosophie es ist, den Frieden zu wahren und den Angriff zu beenden ohne den Gegner zu zerstören. Oder eine weitere persönliche Definition: Aikido ist effiziente Bewegung mit dem Ziel einen Angreifer zu kontrollieren und den Angriff friedlich zu beenden. Etwas leichter lässt sich eine Antwort auf die Frage „Was tut man beim Aikido?“ geben, wobei dies meist in ausschweifenden Erklärungen mündet. Ich werde mich bemühen, die Erklärungen knapp zu halten und einen typischen Trainingsablauf zu beschreiben.

Nach der eingangs bereits beschriebenen gemeinsamen Meditation wärmt man sich auf. Dies geschieht nach einem festgelegten Schema aus Bewegungs- und Dehnungsübungen, welche sich viel am östlichen Meridiansystem orientieren, das man z.B. auch aus der Akupunktur und Akupressur kennt. Danach fühlt man sich aufgewärmt und vorbereitet auf die nächsten Etappen des Trainings.

Es geht weiter mit dem Rollen und Fallen (jap.: Ukemi), welches geübt wird, damit später bedenkenlos Würfe und Hebel angesetzt werden können, ohne dass es zu Verletzungen kommt. Gleichzeitig schult das die Beweglichkeit und stärkt den Körper. Zunächst wird - auch für Anfänger geeignetes - Rollen am Boden geübt. Anschließend wird die Schwierigkeit je nach Können erhöht und auch schwierigere Übungen durchgeführt.

Nach dem Roll- und Falltraining folgen einige Einzelübungen von typischen Grundbewegungsabfolgen im Aikido. Dies sind zu einem großen Teil Drehübungen, bei denen der Fokus auf einer aufrechten Haltung und einem dynamischen Gleichgewicht liegt. Auch Übungen zur idealen Kräftezeugung und -übertragung werden geübt. Dies steht damit in Zusammenhang, dass Aikido zur Selbstverteidigung auch gegen körperlich überlegene Gegner funktionieren soll. Man lernt also, sich geschickt zu bewegen und mit möglichst wenig Kräfteinsatz möglichst große Wirkung zu erzielen.



Alfred Moritz Löwenstarker Rundumschutz

Online vergleichen

Online günstig versichern

Persönlich gut beraten und betreut sein

Auf meiner Homepage erhalten Sie schnell und einfach einen Überblick über die besten Angebote aus dem Finanz- und Versicherungsbereich.

Fordern Sie anschließend ein individuelles und unverbindliches Angebot an. So sind Sie kompetent beraten und erhalten das Beste Produkt für Ihre sichere Zukunft.

Alfred Moritz

Versicherungsfachmann IHK
Finanzanlagenfachmann IHK
Haunstetter Straße 234
86179 Augsburg
Fon: 0821 45 03 50-0
Fax : 0821 45 03 50-29
info@versicherungsmakler-moritz.de



www.versicherungsmakler-moritz.de

Beim anschließenden gemeinsamen Trainieren werden eben diese Bewegungen mit Hebel- und Wurftechniken kombiniert und geübt. Der „Gegner“ wird dabei als Trainingspartner, nicht etwa als Feind, angesehen, der einem helfen soll, die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln. Dies steht im Gegensatz zum Wettkampfgedanken, bei dem jeder gewinnen will (und es automatisch einen Verlierer gibt). Beim Aikido wird darauf geachtet, dass beide Trainingspartner einen Lernerfolg haben. Daraus resultiert auch, dass eine Technik nicht „gnadenlos durchgezogen“, sondern je nach körperlicher Verfassung und Erfahrung des Angreifers mit angemessener Intensität ausgeführt wird. Ein Angriff wird so abgewehrt, dass der Angreifer nicht geschädigt, aber erfolgreich von seinem Angriff abgebracht wird (und meist auf dem Boden liegt). Die dabei zur Anwendung kommenden Techniken wurden vom Gründer des Aikido, Morihei Ueshiba, aus diversen Kampfkünsten übernommen und so modifiziert, dass sie bei Durchführung, unter Beibehaltung ihrer Effektivität, keine Schäden anrichten. Dieses gemeinsame Üben macht meist den Hauptteil des Aikidotrainings aus.

Den abschließenden Part macht eine kurze Abschlussmeditation aus, gefolgt von einer traditionellen Verbeugung, mit der man sich bei den Mittrainierenden bedankt. „Domo arigatou gozaimasu“ - „Vielen Dank [fürs Mittrainieren]“.

Ganz ist es dann noch nicht vorbei, denn dann werden noch gemeinsam die Matten aufgeräumt, geredet und gelacht. Am Ende zählt, dass man beim Trainieren Spaß hatte, etwas gelernt hat und man sich ausgeglichener und energiereicher als zuvor fühlt. Mir persönlich geht es jedenfalls so, während und nach jedem Training!

Ich möchte jeden herzlich dazu einladen einmal im Training für alle, Dienstags ab 19:30 Uhr in der Wittelsbacher GS, Elisenstraße 5, 86156 Augsburg, Zugang über Mundingstraße gegenüber der Kirche, vorbeizukommen, um sich diese zunächst ungewöhnlich erscheinende Kampfkunst anzuschauen.



Patrik Hannawald

Das Meisterbad ERICH SCHULZ

HAUSTECHNIK MIT KOMPETENZ & QUALITÄT

Komplett aus einer Hand mit unseren Partnern
Besuchen Sie unsere Ausstellung

„Mit uns können Sie gut baden gehn“

Lange Gasse 10 - 12, 86152 Augsburg, Tel. (08 21) 3 90 89
📍 im Hof





Hans Horn



Ortwin Stegherr

Liebe Sportfreunde,

nach unseren Berg -und Radl-Touren des letzten Sommers läuft das Jahr relativ ruhig aus.

Bei unserer „erlebnisreichen“ Tour im Rosengarten, siehe den Bericht von [Hanna](#) in der letzten Ausgabe, verbrachten wir Mitte September noch ein Wochenende auf unserer Vereinshütte in Rinnen, die Wetterprognose fiel nicht rosig aus und so war ich nicht verwundert, dass sich der während der Woche der Teilnehmerkreis ständig verkleinerte und dann im Rahmen hielt.



Trotzdem konnten wir uns am Samstag in wetterfester Kleidung ins Freie wagen und am Abend noch auf den Geburtstag unserer [Claudia](#) anstoßen. Am Sonntag bei der Heimfahrt hatten wir dann bis Landsberg das schönste Wetter. Neben einigen Mountainbike Touren im vergangenen Herbst steht nun unmittelbar vor dem Schreiben dieser Zeilen zum Jahresabschluss unser alljährliches Skiopening in Ischgl an.

Das neue Jahr beginnen wir wieder wie gewohnt. Am ersten Sportmontag, den 08.01.2018, sind wir nicht in der Halle sondern laden alle Mitglieder der Alpinen Abteilung, unsere Vereinsführung und die Mitarbeiter der Geschäftsstelle als Dank für die gute Zusammenarbeit um 19:00 Uhr im „Bayrischen Löwen“ in der Ulmer Straße zu unserem Jahresrück-/ausblick ein.

Allen ein Frohes Weihnachtsfest, Gesundheit und alles Gute im neuen Jahr

Ortwin und Hans



Ihr leistungsstarker Partner

ESER

**Heizöl • Baustoffe • Natursteine • Steinfiguren • Brennholz • Kohle
Pellets • Autokrane • Transporte • Baggerbetrieb • Containerdienst
Baumaschinen-, Anhänger- und Hebebühnenvermietung**



Jakob-Krause-Str. 1 • 86199 Augsburg • www.eser.de • Tel. (0821) 95018

DIE KISS -

die Kindersportschule stellt sich vor!

Sicherlich fragen sich viele
„WAS ist KISS“??

KISS steht für Kindersportschule und bietet Kindern zwischen 2 und 12 Jahren die Möglichkeit einer breitgefächerten und sportartunabhängigen Bewegungsgrundausbildung.

Die Kinder werden von ausgebildeten Sportlehrern in kleinen Gruppen in ihren motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten, spielerisch und kindgerecht geschult und gefördert.

Motorische und koordinative Schwächen können somit ganz konkret analysiert und beseitigt werden.

Im Schuljahr 2016 / 2017 startete an der Westpark-Schule Augsburg die erste KISS des Post SV Augsburg e.V..

Mit nur 5 Schülerinnen und Schülern der 1. Jahrgangsstufe fand jeden Dienstag in der Sporthalle Spiel, Spaß und Auspowern statt.
Heute sind es knapp 30 Schülerinnen und Schüler.

Es werden in den Sportstunden folgende Inhalte kennengelernt und vermittelt:

- ☑ Fang- und Laufspiele
- ☑ Ballspiele
- ☑ verschiedene, grundlegende Fähigkeiten und Fertigkeiten, wie z.B. Zielwerfen, Drehbewegungen, Tanz
- ☑ Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten, wie z.B. Reifen, Seilspringen, Jonglage, Life-Kinetik,
- ☑ Sportspiele: Basketball, Volleyball, Handball, Fußball, Hockey
- ☑ Rückschlagspiele: Badminton
- ☑ Geräteturnen: Kasten, Bock, Barren, Ringe, Reck, Taue, Bodenturnen: Rolle, Rad, Handstand, Pyramidenbau
- ☑ Erlebnispädagogik: Gerätelandschaften, Schwungtuch

Alle Inhalte werden auf spielerische und kindgerechte Art vermittelt.

**Sei auch Du dabei in der KISS
im Schuljahr „KISS 2018“!**

Melde Dich jetzt in der Westparkschule an!

Wir freuen uns auf Dich.... und schöne Weihnachten!





Grüß Gott , liebe Handballfreunde!

Auch dieses Jahr haben wir wieder an Stelle einer Weihnachtsfeier ein Gansessen veranstaltet. Es hatten sich, zu meiner Freude, viele Aktive, Ex-Handballer, Faustballer und Freunde mit ihren Familien für ein sehr gutes Essen, lustige Gespräche und viele Erinnerungen eingefunden. So verging die Zeit sehr schnell, mit dem Vorsatz sich öfters zu Treffen und nicht nur einmal im Jahr.

Ich wünsche allen Mitgliedern und allen Handballfreunden ein gesegnetes Weihnachtsfest und ein gutes gesundes Jahr 2018.

Mit sportlichen Grüßen

Kilian Kupke



Hier leben heißt hier Kunde sein.

Ob Bayernliga oder Europa-League: Wir halten dem FC Augsburg als Sponsor die Treue.

100% unseres Gewinns fließen in die **Region zurück**

Wir unterstützen den Sport, hier in unserer Region. Das geht nur gemeinsam mit unseren Kunden von Energie, Wasser und Verkehr. **Danke, dass Sie unser Kunde sind.**

Von hier. Für uns.

swa
Energie Wasser Verkehr





Tanja Huber

Liebe Hüttenfreunde,

am 27. bis 29.10.2017 war wieder Arbeitsdienst angesagt. Heuer einmal wieder mit Holz machen! Dank der tollen Sanierungsarbeiten unserer Eigentümerfamilie haben wir über Jahre nicht mehr die Holz-mengen benötigt, als vorher.

Dabei waren wieder **Blitzi, Christian, Uli, Heinz, Tabs, Bernd, Harry, Josef und von den Mädels, Simone und ich**. Peter Gruber hatte sich dieses Mal entschuldigt, der aufgrund seines 50 Geburtstags - an dieser Stelle nochmals herzlichen Glückwunsch nachträglich - andere Verpflichtungen hatte.

Seit Allerheiligen sind nun alle Umbauarbeiten der Hütte abgeschlossen. Im Sommer wurde noch der Zaun und die Außenanlage fertig gestellt. Jetzt haben wir sogar beschilderte Parkparkplätze - siehe Bild rechts oben, mit Blick in Richtung Abendspitze! Ende Oktober wurde noch im Getränkekeller eine Entkalkungsanlage durch die Familie Zott eingebaut, sodass hoffentlich der Verschleiß an Kaffeemaschinen auch überschaubarer wird. Am Arbeitsdienst haben wir dann auch noch die neuen Vorhänge ausgesucht. Ich denke, damit wird es dann auch innen wieder etwas heimeliger.

Ich wünsche nun abschließend Euch allen frohe Weihnachten und ein gutes, neues und vor allem gesundes Neues Jahr 2018.



Elektro Betz, Inh. **Moris Tülger**,
Koboldstr. 32, 86157 Augsburg

ELEKTRO
Betz

Ausführung sämtlicher Elektroinstallationen

Telefon: 08 21 / 54 22 69 **oder** 08 21 / 59 47 74

Telefax: 08 21 / 58 26 34

eMail: elektro-betz@t-online.de

<http://www.elektro-betz-augsburg.de>



Neue FSJ-Kraft im Ju-Jutsu-Kindertraining

Seit September 2017 ist **Florian Schessl** als FSJ-Kraft beim Post SV und dort insbesondere in der Ju-Jutsu Abteilung tätig. Dort unterstützt er tatkräftig die übrigen Kindertrainer **Flo B.**, **Lena** und **Kosta**.

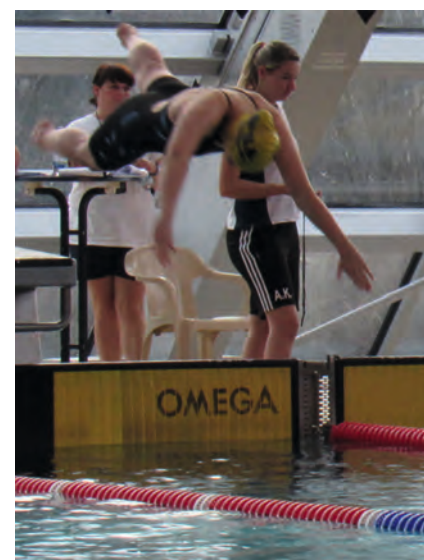
Florian zeigte von Anfang an ein sehr gutes Händchen im Umgang mit den Kindern. Ebenso bringt er



die notwendige Ruhe und Geduld mit, um auch mit den etwas stürmischen Kindern souverän trainieren zu können. Eine Besonderheit, mit der sich Florian sofort die Zuneigung der Kinder verdient hat, ist sich spontan neue Gruppen- und

Bewegungsspiele einfallen lassen zu können. Ein Spiel, das die Kinder immer wieder spielen wollen ist Kettenfangen.

Vielen Dank für deine Unterstützung und Hilfe!





Raimund Lesser

Cambomare Sprintpokal in Kempten

Eine kleine Abordnung unserer Schwimm Mannschaft nahm am 25.11.2017 am diesjährigen Cambomare Sprintpokal im gleichnamigen Bad in Kempten teil. Abfahrt zu diesem traditionsreichen Pokalwettbewerb war bereits in den frühen, dunklen Morgenstunden um 05.30 Uhr. Am Wettbewerb nahmen 28 Vereine aus ganz Deutschland und Österreich teil. Über 2.300 Starts fanden den ganzen Tag über im heißen Hallenbad statt. Unsere fünfköpfige Mannschaft schlug sich wacker:

Regina Bauer (2004), unsere Jüngste und ein großes Talent, schrammte über 100 m Lagen und 100 m Brust zweimal knapp an den Punkteplätzen vorbei. Über die 100 m Kraul konnte sie im vorderen Mittelfeld einen Platz erzielen.

Pauline Weiß (2002) ließ es sich nicht nehmen und nahm trotz einer kleinen Verletzung und an ihrem Geburtstag an diesem Wettkampf teil. Sie kämpfte sich wacker durch drei Disziplinen und konnte sich ebenfalls im Mittelfeld platzieren.

Auch sie schrammt einmal knapp an den zählenden Platzierungen vorbei.

Drei Starts - drei Medaillen.

Das war die Ausbeute für Susanne Hummel (1999). Zweimal Silber über 100 m Lagen und 100 m Brust und Bronze über 100 Kraul. Sie holte für unsere Mannschaft satte 13 Punkte für die Pokalwertung.

Ein heißes Duell lieferten sich die Jungen unserer Mannschaft:

Ewald Bader und Dominik Koch (beide 2006) zogen sich gegenseitig zu neuen Bestzeiten über 50 m Kraul und 50 m Brust. Beide erzielten hierbei beachtliche Plätze im Mittelfeld.

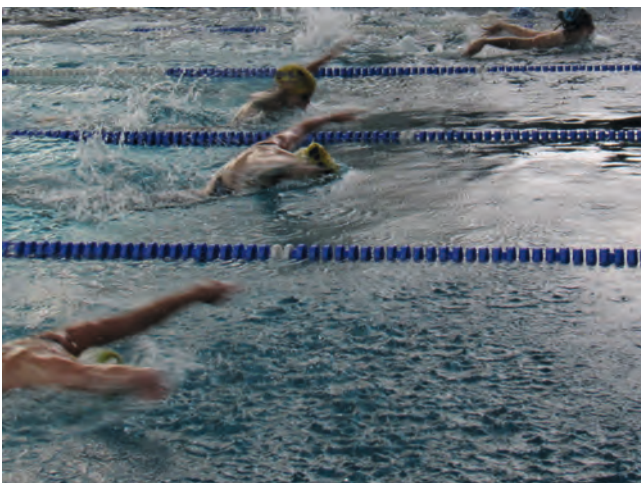
Gesamt gesehen schwammen erneut alle Teilnehmer unserer Abteilung Bestzeiten über die jeweilige Lage. Daher ein großes Kompliment an ihre Trainer Steffi und Svenja!

Unsere Mannschaft konnte sich mit ihren fünf Teilnehmern bei der Pokalwertung auf den 22. Platz setzen und lies hierbei doch den einen oder anderen namhaften Verein hinter sich.

Ein herzlicher Dank geht noch an Karen Beckert, die mit mir zusammen bis in die späten Abendstunden das Team betreute und während den Fahrten für eine ausreichende Verpflegung sorgte.

Freuen wir uns auf nächstes Jahr!

Raimund Lesser





Herren 1: Erfolgreich am Auswärtsspieltag

Nach dem Saisonstart mit einer Niederlage gegen Ligafavorit Starnberg und einem Sieg gegen Rosenheim ging es für uns am Samstag, den 14.10.2017 zum Koppelauswärtsspiel nach Niederbayern. Für Max rutschte dieses Mal Tobi Vogelsang in die Mannschaft, der sich gut einfügte und einen wesentlichen Anteil an den mitgebrachten 3 Punkten hatte. Aber jetzt von vorn...

Pünktlich 15 Uhr war Anpfiff in Altdorf. Wie in den letzten Jahren waren auch dieses Mal alle Spiele hart umkämpft, so dass die Begegnung mit der letzten Ansetzung entschieden werden musste. Nach den Doppeln führten wir 2:1. Soma und Olli gewannen ohne große Probleme ihr Doppel wie auch das Jens und Tobi im immer so wichtigen Duell der 3er-Doppel. Soma stockte das Punktekonto mit seinem klaren 3:0-Erfolg gegen

Gangl auf 3:1 auf. Olli kämpfte auf Augenhöhe gegen Degen, musste sich aber am Ende knapp mit 1:3 geschlagen geben. Im mittleren Paarkreuz lief das Kampfschwein Harti dann zur Höchstform auf. Er rang in einem super Spiel den Youngster Schweiger nieder. Auch am Nebentisch konnte unser argentinischer Import Emmanuel überzeugen.

Nach einem 0:2 Rückstand gewann er schließlich mit 3:2 gegen Schmachtenberger. Zwischenstand 5:2. Im unteren Paarkreuz gingen beide Einzel in den Entscheidungssatz.

Tobi verlor denkbar knapp gegen Feilmayr. Thomas konnte einen 0:2 Satzrückstand aufholen, führte im Entscheidungssatz sogar mit 7:1, konnte diesen aber leider nicht abdichten. Schade! Somit waren die Altdorfer wieder im Rennen - 5:4.

Die nächste Einzelrunde startete dann wieder mit einer Punkteteilung. Soma gewann 3:2 gegen Degen, während Olli klar mit 0:3 Gangl zum Sieg gratulieren musste. In der Mitte setzte Jens seinen Höhenflug fort und gewann sicher gegen Schmachtenberger. Nebenan lief das nächste 5-Satz-Spiel, was Emmanuel leider gegen Schweiger verlor. Zu unkonstant agierte er. Zwischenstand somit 7:6 für uns. Wie im ersten Durchgang verliefen die Duelle im unteren Paarkreuz denkbar knapp und mussten wiederum im Entscheidungssatz ent-

schieden werden. Tobi verlor sein zweites Einzel mit 11:7 im 5ten. Thomas lag - wie man es in diesem Spiel von ihm gewohnt war - mit 0:2 Sätzen zurück. Nach einem zwischenzeitlichen 8:10 im Vierten konnte Thomas dennoch den Satz ausgleich erzwingen.

Nun lief es Gott sei Dank besser und er gewann mit 11:6. 8:7 für uns, das Schlussspiel musste die Entscheidung herbeiführen, welches die jeweiligen Spitzenpaarkreuze unter sich ausmachten. Der erste Satz verlief absolut ausgeglichen, beide Paarungen hatten ihre Satzballen. Dieser ging schließlich mit 17:15 an die Altdorfer Kombination. Das war ein kleiner Knackpunkt. Olli und Soma ließen danach ihre Chancen liegen, während Degen/Gangl konstant auf dem Niveau weiterspielten.

Folgerichtig ging das letzte Spiel an die Altdorfer so dass sich am Ende nach rekordverdächtigen 4,5 Stunden beide Mannschaften mit dem 8:8 begnügen mussten.

Dann hieß es blitzschnell umschalten, umziehen und ab nach Lands- hut. Das Spiel dort hatte offiziell schon vor 30 Minuten begonnen. Nach 2-minütiger Einspielzeit und kurzes Anschwitzen fiel auch dort 19:55 Uhr der Startschuss. In der Doppelrunde zeigte sich das gleiche Bild wie in Altdorf. Während wir in gleicher Aufstellung unser 1er- und 3er-Doppel nach Hause bringen konnten, verloren Thomas und Emmanuel ihr Doppel.



Soma und auch Olli - nach anfänglichen Problemen - bauten das Punktekonto gegen Messmann und Betz auf 4 Zähler aus.

Im mittleren Paarkreuz konnte Jens „Mr. Hundertprozent“ Harti diesem Spitznamen alle Ehre machen und gewann sein erstes Einzel in diesem Spiel gegen Ruhland mit 3:1. Emmanuel fand gegen den unangenehm spielenden Achmann kein Mittel und musste sich mit 3:1 Sätzen geschlagen geben. Unser zweiter Punktverlust. Im unteren Paarkreuz fuhr Thomas, dieses Mal gegen den Sechser Pfannenstein, einen ungefährdeten 3:0 Sieg ein. Nebenbei blieb Tobi seinem Motto „ich will viele Sätze spielen“ treu und spielte sich gegen Pollack wiederum in den 5ten Satz, welchen er dann wiederum verlor. Unser dritter Punktverlust.

Die zweite Einzelrunde startete wieder mit einem klaren Sieg von Soma. Olli tat sich gegen den immer besser spielenden Messmann anfangs schwer, kämpfte sich nach einem 5:1 Rückstand im Entscheidungssatz wieder ran und gewann diesen dann schließlich mit 11:6. Unser mittleres Paarkreuz suchte dann die Entscheidung. Emmanuel konnte sich im letzten Einzel nicht mehr steigern und verlor gegen Ruhland mit 3:1. Doch wir hatten ja noch Teufelskerl Harti im Gepäck. Nach verloren gegangenen ersten Satz kämpfte sich Jens immer besser ins Spiel und gewann auch sein letztes Einzel an diesem Tag mit 3:1.

Der Hallensprecher...

**„Sieg für Post SV Augsburg.
Post SV? 9
DJK Landshut? 3
Danke! Bitte!**

Blöderweise war es schon so spät, dass alle Bordsteine in Landshut hochgeklappt waren und nicht mal ein Döner uns Asyl in seinem Laden gewährte. So blieb nur noch der McDonalds auf dem Weg zur Autobahn.

Nun heißt es erstmal 2 Wochenenden regenerieren, dann folgt das Derby in der Sporthalle der Berufsschule gegen SMÜ steigt.

Bis dahin, eure 1. Herren



Jugend:

Schwäbische Meisterschaft 1. und 2. Platz

Am 12.11.2017 fand in Buttenwiesen die Schwäbische Meisterschaft der Jugend und Schüler statt. Auch Marie und Nina waren dabei.

Sie siegten im Einzel beide in ihrer jeweiligen Gruppe ohne Spielverlust und waren somit für die K.o.-Runde qualifiziert. Dann folgten das Viertel- und Halbfinale im Doppel, wo sie miteinander spielten. Diese konnten sie beide für sich entscheiden.

Auch im Mixed schafften Marie an der Seite von Michael Demmler vom TV Waal und Nina mit Samuel Sepp vom TSV Kraftsried es bis ins Finale.

Dann wurde die K.o.-Runde im Einzel ausgeführt, wo sie nach Siegen im Viertel- und Halbfinale im Finale aufeinandertrafen, was Marie mit 3:1 für sich entschied. Auch im Mixed spielten sie im Endspiel gegeneinander. Dieses konnte Marie mit ihrem Partner gewinnen. Im Doppelfinale siegten sie gemeinsam.

Insgesamt standen am Ende des Tages für Marie der Gewinn in allen drei Konkurrenzen und für Nina der erste Platz im Doppel und der zweite Platz im Einzel und Mixed zu Buche.

Ein erfolgreicher Tag für beide!

Ihr nächstes Turnier wird die Bayerische Meisterschaft im Dezember sein, auf die sie die kommenden Wochen noch fleißig hintrainieren werden.



Matthesen

MALERFACHBETRIEB

... das bayerndarke Team

Helmut Matthesen
Rosenhaldenweg 4
86420 Diedorf

Kreative Malertechniken
Betonanierung

Farbberatung im modernen Design
Vollwärmeschutz

Fassadenanstriche
Hebebühnenverleih

Tel. 08238 / 14 83

Fax 08238 / 15 19

Mobil 0172/820 4463

eMail: helmut.matthesen@gmx.de



Herren 1: perfekter Koppelspieltag

Mit sensationellen Punkten aus zwei Spielen festigt die erste Mannschaft den dritten Tabellenplatz. Vor allem der erkämpfte Punkt gegen Aufstiegsaspirant Kolbermoor ist aufgrund der geschwächten Mannschaftsaufstellung ganz hoch einzustufen.

14 Uhr vielen die Startklappen zunächst gegen Ligafavorit Kolbermoor. Im Vorfeld rechneten wir uns in diesem Spiel keine Chancen aus, da wir Max und

Jens ersetzen mussten. Dafür rückten **Reinhold Berger** und **Rainer Ruff** ins Team. An dieser Stelle schon einmal großen Dank für die Unterstützung, Männer! In der Doppelrunde zu Beginn gewannen **Soma** und **Olli** erwartungsgemäß mit 3:0, wobei **Emmanuel** und **Rainer** gegen das Spitzendoppel mit 3:1 die Segel streichen mussten. Dann kam der erste kleine Knackpunkt. **Reinhold** und **Thomas** spielten gegen **Fuchs/Düth** groß auf und gewannen den Entscheidungssatz knapp mit 11:8. In den nachfolgenden Einzeln ließ **Soma** dem Schüler-Nationalspieler **Hollo** keine



Chance und erhöhte das Punktekonto auf 3:1. Am Nebentisch ging es dagegen heiß her. **Olli** spielte sich gegen den südamerikanischen Import **Jimenez Perez** immer besser ins Spiel und gewann schließlich überraschend aller den Entscheidungssatz mit 11:9. Der zweite kleine Knackpunkt! Oha, was ist da los... 4:1 für die Postler. Im mittleren Paarkreuz rückten die Gebirgsläufer aus Kolbermoor den Punktestand aber wieder gerade und verkürzten durch **Kallai** gegen **Thomas** und **Fuchs** gegen **Emmanuel** auf 4:3. Auch die Spiele im unteren Paarkreuz zeigten das gleiche Bild. **Reinhold** musste sich gegen **Düth** mit 3:1 geschlagen geben und auch **Rainer** hatte nach gewonnenem ersten Satz gegen **Buchner** am Ende doch das Nachsehen. Zwischenstand nach der ersten Einzelrunde 4:5 für Kolbermoor.

Die zweite Einzelrunde startete mit einer Punkteteilung. Während **Soma** gegen **Jimenez** mit 3:1 gewann, verlor **Olli** nebenan mit 0:3 ohne wirkliche Chance. Auch **Emmanuel** verlor gegen den Ungarn **Kallai** mit 0:3. Zwischenstand 5:7. Die erwartete Niederlage schien ihren Lauf zu nehmen. Dann schickten wir **Thomas** gegen **Fuchs** ins Rennen. Normalerweise ein Spiel, was laut Papier deutlich oder knapp für Fuchs ausgehen müsste. Doch weit gefehlt. **Thomas** stellte sich gut auf die kurze Noppe von Fuchs ein, spielte immer sicherer und aggressiver und gewann nach großartigen Kampf im 5ten mit 11:6. Der dritte Knackpunkt! **Rainer** musste anschließend auch in seinem zweiten Spiel Gegner **Düth** zum Sieg gratulieren. Zwischenstand somit 6:8. Dann ging **Reinhold** an die Platte, der in dieser Saison schon öfter bei uns aushalf und konstant überzeugte. So dann auch in diesem Spiel, auf ihn ist einfach Verlass. Gegen **Buchner** spielte er sehr clever und gewann schließlich ebenfalls im 5ten denkbar knapp, aber hochverdient mit 11:9. Der vierte Knackpunkt!

Somit musste das aus den Spitzenpaarkreuz zusammengesetzte Schlussspiel die Entscheidung bringen. Sieg für Kolbermoor oder Remis und Punktgewinn für uns? **Soma** und **Olli** agierten bis in die

Haarspitzen konzentriert und motiviert. Noch ein Schlussspiel wollten sie nicht verlieren. Und dann es war soweit. Mit 3:1 Sätzen holten sie den absolut verdienten und überglücklichen Punktgewinn nach Hause. Bravo, eine grandiose Mannschaftsleistung!

Die Euphorie musste dann aber schnell wieder gebremst und der Blick nach vorn gerichtet werden. Um 18 Uhr warteten schon die nächsten Gegner vom MTV Ingolstadt auf uns! Im Vorfeld hatten wir uns gerade in diesem Spiel Punkte eingerechnet, so dass wir den Abwehrspezialist **Eugen** von unserer 2. Mannschaft für dieses Spiel gewinnen konnten. Wie gewohnt spielte als zweiter Ersatzmann Dauerbrenner **Reinhold** wieder mit. Und los gings!

In den Doppeln zeigte sich zu Beginn ein gleiches Bild wie im Spiel zuvor. **Soma** und **Olli** gewannen problemlos, während **Emmanuel** mit seinem jetzigen Doppelpartner **Eugen** mit 3:1 verlor. In ihrem zweiten Doppel des Tages taten sich **Reinhold** und **Thomas** schwer und verloren nach einem 0:2 Satzrückstand und Satzausgleich dennoch mit 2:3. Schade! Die Einzelrunde startete wie gewohnt mit einem ungefährdeten Sieg von **Soma** gegen **Dömel**. Links daneben konnte **Olli** gegen den Tschechen **Urbanek**

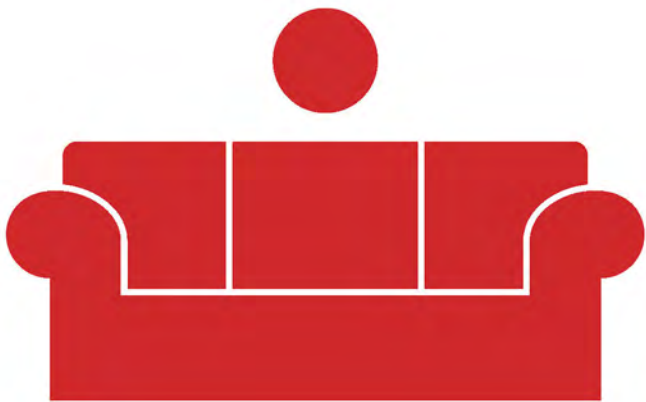
nicht an seine Leistung des Spiels gegen **Jimenez** anknüpfen und verlor im Entscheidungssatz deutlich mit 4:11. Im Anschluss konnte unser mittleres Paarkreuz überzeugen. **Emmanuel** gegen **Teuber**, **Thomas** gegen **Schaer** und schließlich **Reinhold** gegen **Gawlik** ließen unser Punktebarometer auf 5 Zähler ansteigen. Aber die Ingolstädter blieben dran. Nach einem erbitterten Kampf und mehreren Satzbällen im zweiten Durchgang musste sich **Eugen** unglücklich **Guni** mit 9:11 im 5ten geschlagen geben. Zwischenstand 5:4 für uns. In der zweiten Einzelrunde folgten sichere Siege von **Soma** und **Olli** im oberen Paarkreuz. Die Ingolstädter waren aber zäh wie Kaugummi. Auch wenn **Thomas** den 8. Punkt mit einem knappen Sieg gegen **Teuber** einheimste, sah **Emmanuel** gegen **Schaer** keine Sonne und auch **Reinhold** musste **Guni** zum Sieg gratulieren. Aber wir hatten ja noch **Eugen** und das Backup **Olli** und **Soma** im Schlussspiel. **Eugen** spielte konstanter als im ersten Spiel holte den Siegpunkt zum verdienten 9:6. Danke, **Eugen**!

Somit holten wir nicht für möglich gehaltene drei Punkte an diesem Wochenende. Ein wichtiger Meilenstein für das Minimalziel Klassenerhalt. Am kommenden Wochenende reisen wir dann nach Schwabhausen.





Ohne Engagement...



...wären wir auch nur eine Bank.

Wir engagieren uns für den Freizeitsport. Bewegung hält Sie fit und macht Spaß.

Denn wir sind die Couch unter den Banken.