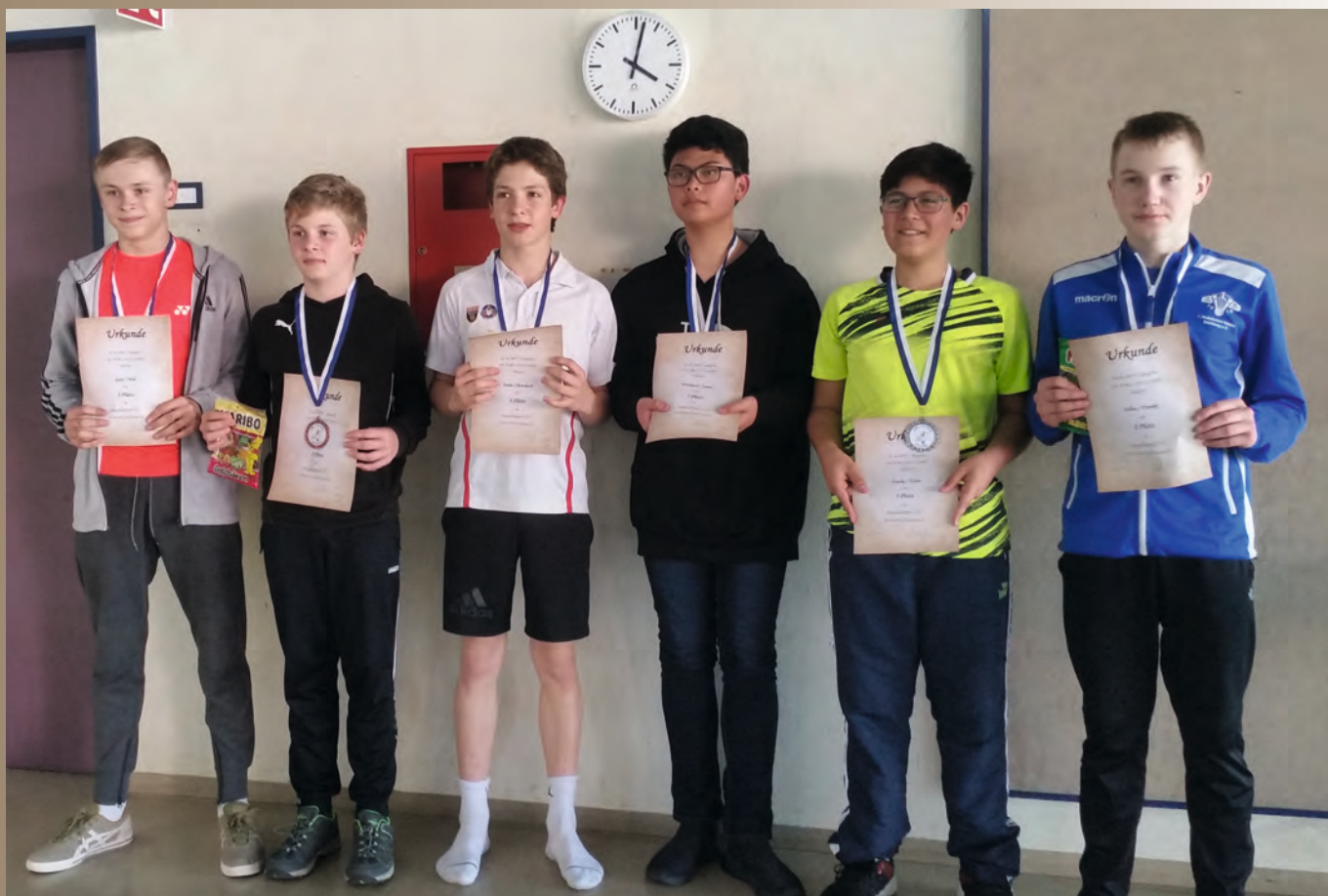




Vereinsmagazin

des Post SV Augsburg e.V.



Badminton: Top Ergebnisse unserer Jugend beim C-Ranglistenturnier in Lohhof



Tag der offenen Türe

Ab 10:00 Uhr
„Schnupperkurse“ in
„myPSA“
Seite 58 + 60

Sportentwicklung

- Bevölkerung
- Ehrenamtliche
- Bezahlte Kräfte
Seite 61 + 63

Bistro-Geheimtipp

Der Sommerhit:
Tellersulze mit Breze
plus Kellerbier 6,00 €
Seite 59

Aus den Abteilungen

Alpine, Badminton,
Handball, Schwimm-
men, Tischtennis
Seite 68 bis 83

Hallo Mitglieder,
werte Sportfreunde,
liebe Leserinnen und Leser!

Aufgrund der Osterferien und der schönem Wetter ist es in unserem Sport- und Gesundheitszentrum sportlich wieder etwas ruhiger geworden. Umso wichtiger für uns, dass wir mit dem Staatsinstitut für die Ausbildung von Fachlehrern „**Fachlehrerakademie**“, ein langfristigen Vertrag abschließen konnten. Somit werden wir speziell die Vormittags- und frühen Nachmittagsstunden in unseren Hallen zusätzlich frequentiert. **Ernst Kröner**, der Leiter der Abteilung IR, freute sich bei der Vertragsunterzeichnung auf ein neues schönes Ambiente und auf eine gute Zusammenarbeit.

Konstruktive Gespräche haben auch bereits mit den beiden Chefarzten Dr. med. **Jens-Ulrich Otto** und Dr. med. **Karsten Bogner**, von der **Athro-Klinik Augsburg**, stattgefunden. Unsere neuen Nachbarn werden annähernd 300 Beschäftigte und mit über 1.000 Patienten pro Tag haben, so dass hier viele Synergienmöglich sind und in der Diskussion stehen.

Ein voller Erfolg für alle waren auch unsere Theatertage. Drei von vier Aufführungen waren jeweils mit 150 Personen ausverkauft. Der Schwank von Ralph Wallner „**Gspenstermacher**“ fand nicht nur beim Publikum großen Beifall, sondern bekam auch von der Augsburger Allgemeine sehr gute Kritiken. Alle Besucher zeigten sich darüber hinaus mit dem neuen Ambiente „myPSA“ und einem hervorragenden Cateringservice, durch die Familie Schnörzinger, hoch zufrieden.

Apropos Bistro und Catering:

Wir, das Präsidium und unser Wirt haben uns ein „Spezial“ für die Sommermonate einfallen lassen! Unser „Geheimtipp“ für alle Mitglieder. Im myPSA-Bistro gibt es ab sofort eine **hausgemachte Tellersulz** mit Semmel oder Breze und **gratis ein Kellerbier** oder alkoholfreies Bier dazu. Das Ganze für **€ 6,00!** Ganz einfach das Band mitbringen und genießen - z.B. auch in dem wahrscheinlich höchsten Biergarten Augsburgs.

Leider gibt es auch negative Nachrichten. Wir erinnern uns an den 20.05.2019, als bei uns im Sheridan-Park rund 50 Liter / m² Regen fiel. Stunden später stand in unserer Kindersportschule Wasser. Zunächst eigentlich nur ein Pfütze. Doch nachdem sich eine Trocknungsfirma das Ergebnis angesehen hat, wurde der Schaden doch deutlich höher qualifiziert, als dies zunächst vermutet wurde.

Mittlerweile geben sich die Sachverständigen und Fachplaner die Türschnallen in die Hand, um im September unserer Großtagespflege eröffnen zu können. Noch scheint der Eröffnungstermin nicht gefährdet, aber der Ärger ist natürlich schon wieder groß und wir haben alle beim Bau gelernt, dass die trivialsten Dinge, oft die Nachhaltigsten sein können.

Herzlich einladen möchten wir Sie schon heute zum:

„Tag der offenen Türe 29.06.2019“

Bereits ab 10:00 Uhr werden unsere Abteilungen präsent sein und wir werden Ihnen ein breites Kursangebot zum Schnuppern anbieten.

Bequeme Sportkleidung, Handtuch und gute Laune, ist das Einzige, das Sie mitbringen sollten.

Auch unsere Partner EB Berchtold, mit Themen wie „Gesund arbeiten“ oder „Stress lass nach“, Dance Emotion und neu Fit AG Europe“ werden Sie gerne begrüßen.

Innerhalb der nächsten Wochen werden wir unsere erste **Mitgliederzufriedenheitsumfrage** starten:

Wie zufrieden sind Sie mit dem Post SV, was gefällt Ihnen besonders gut und wo gibt es Verbesserungspotenziale. Das sind die wesentlichen Fragen, die wir Ihnen via E-mail stellen möchten und für dessen Beantwortung Sie vielleicht 5 Minuten investieren müssten. Wir wären für ein konstruktives Feedback sehr dankbar und dürfen Ihnen schon heute versprechen, dass wir die Ergebnisse sehr ernst nehmen werden.

Die meisten Abteilungen befinden sich bereits schon in der Sommerpause und es beginnen schon die Planungen für die nächste Saison. Nicht so bei unseren Alpinisten:

Nach ihrer Fahrradtour zu den Spielen FCA gegen Schalke (2016) und Berlin (2018), steht nur eine Alpenüberquerung an. Wir wünschen viel Spaß und kommt gesund wieder. Wir brauchen Euch.

Ich wünsche uns allen schöne und erfolgreiche Sporttage und würde mich sehr freuen, Sie an unserem Tag der offenen Türe begrüßen zu dürfen. Bis dahin

Ihr


Heinz Krötz





KLASSEResstaurant

Lassen Sie sich ins KLASSEResstaurant entführen und begeistern. Im Restaurant mit Panoramablick verwöhnt Sie unser Team mit kulinarischen Highlights für höchste Ansprüche.

Freuen Sie sich auf Raffinesse für alle Sinne: Traditionelles und internationale Trends in verschiedenen Variationen wie kalorienreduzierte Wellnessküche oder komplett vegetarisch. Unser aufmerksames Team erfüllt Ihnen gern individuelle Wünsche.

Öffnungszeiten

Montag bis Sonntag | 10.00 Uhr bis

Kontakt

Mail bistro@postsv.de

Tel. 0821 / 443344

Das KLASSER-Team

**Unser „Geheimtipp“
für alle Mitglieder in
den Sommermonaten!**

Im myPSA-Bistro gibt es ab sofort eine hausgemachte Tellersalz mit Semmel oder Breze und gratis ein Kellerbier oder alkoholfreies Bier dazu. Das ganze für € 6,00 !!!!



www.PostSV.de



Kurse von A-Z

Vereinssport

- Badminton

- Schwimmen

- u.v.m.

Kinder-

- sportschule

- betreuung

- tagespflege

Fitness

Wellness

Gastronomie

Onlinekurse

Post SV Augsburg

Max-Josef-Metzger-Str. 5

86157 Augsburg

T 0821 40 40 40



www.myPSA.de

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



Im Sportentwicklungsbericht für Deutschland 2017/2018 schreibt Christoph Breuer und Svenja Feiler im Auftrag des Bundesinstitut für Sportwissenschaft folgendes:

2.1.3. Gesundheitsversorgung der Bevölkerung

Im Bereich der Gesundheitsversorgung der Bevölkerung bietet fast jeder dritte Sportverein bzw. rund 28.000 Sportvereine in Deutschland Programme mit Gesundheitsbezug an.

Differenziert betrachtet bieten die meisten Vereine, welche über Sportangebote im Gesundheitsbereich verfügen, diese im Bereich des allgemeinen Gesundheitssports an (rund 29 %).

Über Angebote im Bereich Rehabilitation und Tertiärprävention, d.h. insbesondere über therapeutische Angebote, verfügen gut 5 % der Sportvereine. Etwas weniger Vereine, nämlich knapp 5 %, bieten Sport für behinderte und chronisch kranke Menschen an. Insgesamt, sowie in den Bereichen des allgemeinen Gesundheitssports und

bei Angeboten für Behinderte und chronisch Kranke, bieten anteilig signifikant mehr Vereine Angebote an als noch 2015.

Betrachtet man die Angebote mit Gesundheitsbezug in Relation zu den gesamten Sportangeboten der Vereine, so zeigt sich, dass im Mittel 11,6 % der Sportangebote einen Gesundheitsbezug aufweisen. Der größte Anteil entfällt mit gut 9 % aller Sportangebote auf Maßnahmen im Bereich des allgemeinen Gesundheitssports, wohingegen ein geringerer Anteil (1 %) aller Sportangebote aus dem Bereich der Angebote für Behinderte und chronisch Kranke kommt.

Angebote im Bereich Rehabilitation und Tertiärprävention machen einen Anteil von 1,3 % aller Sportangebote aus. Insgesamt sowie im Bereich des allgemeinen Gesundheitssports zeigen sich signifikante Zuwächse im Vergleich zu 2015.

B4B WIRTSCHAFTSLEBEN
SCHWABEN

REGIONAL
UND
RELEVANT.

www.B4BSCHWABEN.de



Das Vereinsmagazin des Post SV Augsburg erscheint im 31. Jahrgang und mit einer derzeitigen Auflage von 1.500 Exemplaren.

Darüber hinaus werden auch die jeweiligen Ausgaben digital auf unserer Homepage www.postsv.de veröffentlicht und archiviert.

Post SV-Stiftung

Max-Josef-Metzger-Str. 5
86157 Augsburg
 stiftung@postsv.de

Stiftungsrat



Roman Still
(Vorsitzender)



Klaus Gronewald



Heinz Krötz

Post SV-Hütte

Rinnen 7
A-6622 Berwang | Tirol

Hüttenbelegung

Anfragen bitte an
 huette@postsv.de

Herausgeber

Post SV Augsburg e.V.
Max-Josef-Metzger-Str. 5
86157 Augsburg

Postanschrift

Post SV Augsburg e.V.
Max-Josef-Metzger-Str. 5
86157 Augsburg

Verantwortlich für den Herausgeber

Heinz Krötz
Frank Bregulla

Satz und Gestaltung

Heinz Krötz

Auflage

1.500 Stück

Druck

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

Internet

www.postsv.de
www.myPSA.de

Das Vereinsmagazin ist digital im Internet unter www.postsv.de zu lesen.

 @PostSVAugsburg
 @myPSAa
 @PStiftung
 @PostSV

Post SV e.V.

Heinz Krötz, Präsident
Frank Bregulla (V)
Rudolf Reisch (V),
Fabian Krötz (V),
(V=Vizepräsidenten)

Geschäftsstelle

Tel.: 08 21 / 44 22 44
 info@postsv.de

Redaktionsschluss

für die Ausgabe (4),
August 2019, ist der
Donnerstag, 01.08.2019.

Redaktion

Frank Bregulla
Sophia Patte

Verantwortlich für die Anzeigen

Rudolf Reisch
Frank Bregulla

Rechte

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. Das Vereinsmagazin erscheint 6 mal im Jahr. Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Anzeigenpreise

Anzeigenpreisliste Nr. 2
vom 01. Januar 2002.

Aktueller Mitgliederstand

1.171 davon
321 Jugendliche
383 Gesundheitssport

Stand: 30.05.2019

Bankverbindung:

Stadtparkasse Augsburg
IBAN: DE83 7205 0000 0810 5023 69
BIC: AUGS DE 77

PSD-Bank München
IBAN: DE38 7209 0900 8298 4406 03
BIC: GENODEF1P14

Neben den beschriebenen Sportangeboten mit Gesundheitsbezug, welche z. B. auch Angebote aus den Bereichen Gymnastik und Nordic Walking miteinschließen, gibt es weiterhin spezielle Gesundheits-sportkurse, welche von den Vereinen angeboten werden. Rund 17 % der Vereine geben an, derartige Gesundheitssportkurse im Angebot zu haben. Im Vergleich zu 2015 sind das anteilig etwas weniger Sportvereine (-6,5 %). Zertifizierte Gesundheitssportkurse mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT werden von knapp 6 % der Sportvereine (insgesamt rund 5.200 Vereine) angeboten.

Hier zeigen sich keine signifikanten Veränderungen

Ein eher geringer Anteil an Vereinen (3,3 %) verfügt über ein vereinseigenes Fitnessstudio. Insgesamt trifft dies somit auf rund 3.000 Vereine zu. Allerdings ist das vereinseigene Fitnessstudio nur bei rund 180 Vereinen mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO FITNESS ausgezeichnet. Hier zeigen sich im Vergleich zu 2015 keine signifikanten Veränderungen

2.1.5. Ehrenamtliches Engagement

Insgesamt engagieren sich in den Sportvereinen Deutschlands Mitglieder in knapp 1,7 Mio. ehrenamtlichen Positionen. Dabei werden rund 1,1 Mio. Positionen von Männern und mehr als 0,5 Mio. Positionen von Frauen besetzt. Beim ehrenamtlichen Engagement in Sportvereinen ist zwischen Vorstands- und Ausführungsebene zu unterscheiden. Die Ausführungsebene fasst in Sportvereinen die Funktionen unterhalb des Vorstands zusammen. Diese Funktionen sind auf Dauer ausgelegt, weisen mehr als geringfügigen Umfang auf und sind für die Gewährleistung der Vereinsangebote und des Wettkampfbetriebs von hoher Bedeutung. Hierzu zählen insbesondere TrainerInnen und ÜbungsleiterInnen sowie Schieds- und KampfrichterInnen. Auf der Vorstandsebene gibt es insgesamt rund 753.000 Positionen, während auf der Ausführungsebene insgesamt knapp 780.000 Positionen existieren. Zudem gibt es insgesamt gut 152.000 KassenprüferInnen. Im Vergleich zu 2015 zeigen sich leichte Rückgänge bei der Gesamtzahl der ehrenamtlichen Positionen, auf der Ausführungsebene sowie bei den männlichen ehrenamtlich Engagierten. Signifikant zugenommen hat hingegen die Anzahl der KassenprüferInnen.

2.1.6. Bezahlte Mitarbeit

Neben ehrenamtlich Engagierten gibt es in einigen Vereinen auch hauptberuflich Beschäftigte. So verfügt eine überschaubare Anzahl an Vereinen über mindestens eine bezahlte Führungsposition (z. B. eine(n) bezahlte(n) GeschäftsführerIn). Insgesamt beschäftigen rund 5.700 Vereine in Deutschland mindestens einen bezahlten Mitarbeiter bzw. eine bezahlte Mitarbeiterin in einer Führungsposition.

Diese Führungsposition ist überwiegend in Teilzeit besetzt. Im Vergleich zu 2015 sind die Werte stabil

2.1.7. Kommunikationsmedien

Um zu kommunizieren, nutzen die Sportvereine in Deutschland verschiedene Kommunikationsmedien. Hierbei wird sowohl auf neue und soziale Medien wie auch auf klassische Kommunikationsformen zurückgegriffen.

Knapp vier von fünf Vereinen setzen zur Kommunikation auf eine Webseite, gut 60 % nutzen WhatsApp zur Kommunikation und knapp die Hälfte nutzt zudem eine eigene Facebook-Seite des Vereins. Jeweils rund 47 % der Vereine greifen allerdings auch auf die Lokalzeitung sowie Aushänge in Schaukästen zurück, während etwas weniger als jeweils 30 % der Vereine Aushänge in Geschäften und das Wochenblatt zur Kommunikation von Neuigkeiten nutzen.

Newsletter, eine Vereinszeitung sowie Plakatwerbung werden von rund 15 % der Vereine in Deutschland genutzt. Weniger stark genutzt werden hingegen bis dato eine eigene Vereins-App, Instagram, eine Teammanagement-App sowie Twitter. Rund 17 % der Vereine geben darüber hinaus an, auf weitere Medien zur Kommunikation zurückzugreifen. Hier wurden vor allem Email, Flyer bzw. Handzettel sowie das Gemeinde- bzw. Amtsblatt genannt.

2.2.1 Allgemeine und existenzielle Probleme

Die Sportvereine in Deutschland sehen sich mit diversen Herausforderungen konfrontiert. Im Mittelpunkt stehen nach wie vor Personalprobleme. Die Bindung und Gewinnung von ehrenamtlichen FunktionsträgerInnen, jugendlichen LeistungssportlerInnen sowie ÜbungsleiterInnen und TrainerInnen stellen die durchschnittlich größten Probleme für die Vereine

dar. Zudem haben die Vereine vermehrt mit der Bindung und Gewinnung von Mitgliedern zu kämpfen und auch die Bindung und Gewinnung von Schieds- bzw. KampfrichterInnen stellt die Vereine vor Probleme. Weiterhin sehen sich die Vereine vermehrt durch bürokratische Hürden wie die Anzahl an Gesetzen, Verordnungen und Vorschriften eingeschränkt, bei einem gleichzeitigen gefühlten Mangel an Unterstützung durch Politik und Verwaltung. Jeweils rund 30 % der Vereine empfinden diese beiden Probleme als groß bzw. sehr groß. Was Kooperationen angeht, so sehen jeweils etwa ein Viertel der Vereine ein großes oder sehr großes Problem in der Zusammenarbeit mit Schulen und Kindergärten. Durchschnittlich wird die Kooperation mit Schulen etwas schwieriger eingeschätzt als mit Kindergärten).

Im Vergleich zu den bereits genannten Problemen fallen andererseits Herausforderungen aufgrund der finanziellen Situation des Vereins oder auch in Bezug auf die zeitliche Verfügbarkeit sowie den Zustand von Sportstätten geringer aus. In Bezug auf die zeitliche Verfügbarkeit der genutzten Sportstätten hat der wahrgenommene Problemdruck innerhalb der letzten zwei Jahre sogar signifikant abgenommen. Hier gibt die Hälfte der Vereine an, kein Problem zu haben, und 20 % der Vereine schätzen das Problem als klein ein.

Ein Grund könnte die sukzessive Rückgabe der für Flüchtlinge genutzten Sportstätten an die Vereine sein. Im Gegensatz zur zeitlichen Verfügbarkeit hat sich allerdings der empfundene Zustand der Sportstätten seit 2015 tendenziell verschlechtert, auch wenn das Problem insgesamt im Schnitt eher gering ausgeprägt ist. Außerdem hat der wahrgenommene Problemdruck im Bereich der Bindung und Gewinnung von Mitgliedern, ehrenamtlichen FunktionsträgerInnen, TrainerInnen und ÜbungsleiterInnen sowie aufgrund der Anzahl an Gesetzen, Verordnungen und Vorschriften weiterhin zugenommen.

Andererseits haben jeweils mehr als 60 % der Vereine kein oder nur ein sehr kleines Problem in den Bereichen Sportstätten, finanzielle Situation, Fähigkeiten im Bereich Internet und Social Media, bei der Organisation von Arbeitsteilung und Zuständigkeiten im Verein sowie in Bezug auf die Klarheit über eine Strategie und die zukünftige Entwicklung des Vereins.

my-PSA | Unser Kursplan



Tag	Uhrzeit	Kurs	Raum
Montag	09:00 - 10:00	Fit + 50 mit Angelika	OG Kreation
	18:15 - 19:00	Dance Workout mit Lisa	OG VHS 2
	19:00 - 19:45	Bauch-Beine-Po mit Lisa	OG VHS 2
Dienstag	09:00 - 10:00	Pilates mit Jenny	OG VHS 1
	10:00 - 11:00	Bodyfit mit Lisa	OG VHS 1
	11:00 - 11:30	Mobilität & Beweglichkeit mit Lisa	OG VHS 1
	17:30 - 18:30	After Work Fit & Stretch mit Angelika	OG Kreation
	18:30 - 19:00	Bauch Workout mit Angelika	OG Kreation
	19:15 - 20:00	TRX Schlingentrainer mit Angelika	UG Innovation
Mittwoch	10:00 - 10:30	TRX Schlingentraining mit Heike	UG Innovation
	10:30 - 11:00	TRX Yoga mit Heike	UG Innovation
	17:00 - 17:30	Bauch Workout mit Angelika	OG VHS 2
	17:30 - 18:30	Step Workout mit Lisa	OG VHS 2
	18:30 - 19:30	Yoga mit Wolfgang	OG Kragler S1
	19:45 - 20:45	Nordic Walking mit Wolfgang	Sheridan Outdoor
	19:30 - 20:15	Functional Workout mit Angelika	UG Innovation
Donnerstag	16:00 - 17:00	Vitaler Rücken mit Heike	OG Kreation
	17:00 - 17:30	Faszientraining mit Heike	OG Kreation
	17:45 - 18:15	TRX Schlingentraining mit Heike	UG Innovation
	18:15 - 18:45	TRX Yoga mit Heike	UG Innovation
	19:00 - 20:00	Bodyfit mit Heike	OG Motivation
	20:00 - 20:30	Faszientraining mit Heike	OG Kragler / S 1
Freitag	09:00 - 10:00	Mobiler Rücken & Stretching mit Lisa	OG Kreation
	10:00 - 11:00	Ganzkörper Workout mit Lisa	OG Kreation
	16:30 - 17:30	Zumba für Kinder mit Helga	OG VHS 1
	17:30 - 18:30	After Work Fit & Stretch mit Angelika	OG Kragler S1
	17:30 - 18:30	Zumba für Erwachsene mit Helga	OG VHS 1
Sonntag	18:30 - 19:00	HIIT (Intervalltraining) mit Nico	OG Kreation

Hast Du es einmal geschafft Freude am Training zu finden. Hast Du es einmal geschafft deinen inneren Schweinehund zu überwinden und siehst Resultate aus deinem Training dann wirst du merken, dass du dich nach regelmäßigem Training körperlich und geistig wohler fühlst. Hier im Post SV haben wir verschiedenste Trainingsbereiche und Trainingsräume. Warum?

Damit du genau das machen kannst, was dir am meisten bringt und du die Freude am Trainieren nicht verlierst.

Unsere ausgebildeten Trainer sorgen mit Deinem persönlichen Trainingsplänen dafür, dass Dein Training abwechslungsreich und reizvoll bleibt.

Die hochmodernen Trainingsgeräte können Deine Motivation und unsere Trainer nicht ersetzen, aber sie werden Dir helfen die Ziel-Muskulatur genau zu treffen und die unterschiedlichen Bewegungen exakt auszuführen.

Neben dem normalen Fitness-Training kannst du einen der Kurse besuchen. Wir bieten Dir alles von A wie After Work Fitness über F wie Faszien-Training bis hin zu Z wie Zumba.



Senioren - Sport - Wer rastet der rostet!

Lass dich von der Gruppendynamik in einem der Group Fitness Kursen mitreisen, begeistern und motivieren.

Da es zusammen bekanntlich mehr Spaß macht, wirst auch Du Deine persönlichen Ziele mit der Energie, welche in der Gruppe entsteht, meistern und erreichen.

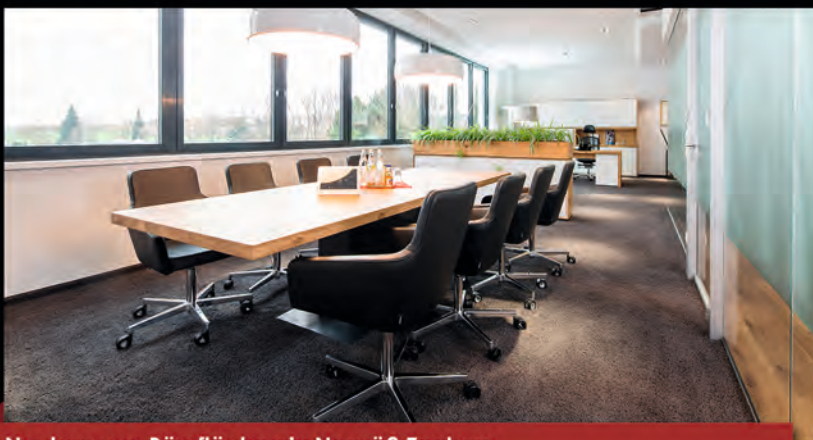
Nachdem du dich sportlich betätigt hast, ist unser Wellnessbereich der optimale Ort, um dich zu entspan-

nen. Hier stehen dir zwei klassische Saunen, eine finnische mit 90° sowie eine Bio Sauna mit 60° und ein Dampfbad zur Verfügung.

Ein eiskaltes Bad im Tauchbecken oder Entspannung in der Infrarotkammer hilft dir die Muskulatur schneller zu regenerieren indem der Stoffwechsel, die Durchblutung und die Fettverbrennung angeregt wird.

Lukas Braun

Aktuelle Immobilien



Neubau von Büroflächen in Neusäß Zentrum

Neubauobjekt mit 900 m²
Flächen ab 150 m² nach Mieterwünschen frei gestaltbar
Optimale Lage am Uniklinikum



KRAGLER Immobilien GmbH
Office. Business. Projects. Home.

KRAGLER Immobilien GmbH
Pröllstraße 24, 86157 Augsburg
0821 4861889 | immo@kragler.de
www.kragler-immobilien.de



Gold-Partner des



Wir dürfen vorstellen:

Anton Wildfeuer ist mit 85 Jahren unser ältestes Fitnessmitglied, aber dies merkt man ihm in keinerlei Hinsicht an. Er hat immer ein Lächeln im Gesicht und ist stets motiviert – ein echtes Vorbild für uns! Schön dich bei uns zu haben!

Angelika Spengler

Drei Gründe warum Sie regelmäßig Sport treiben sollten

Sport macht Sie stark: Wenn Sie sich bewegen, bauen Sie Muskeln und Knochen auf. Das bringt Ihnen Kraft und Ausdauer.

Sport macht Sie aktiv: Ihr Organismus tankt beim Sport zehnmals mehr Sauerstoff als in Ruhephasen. Das lebenswichtige Molekül versorgt Ihre Organe mit neuer Energie, Ihr Stoffwechsel wird angekurbelt, Ihre Durchblutung verbessert sich. Ihre Zellen verbrennen Fett und scheiden Abbauprodukte schneller aus.

Sport macht Sie klug: Auch Ihr Gehirn erhält eine Extraportion Sauerstoff. Es schüttet vermehrt das Kreativitätshormon ACTH aus. Dieses Hormon senkt den Blutdruck, weckt den Geist und verbessert Konzentration und Denkleistung.

Susanna Cattide



Im Sommer (Juni bis September) haben wir im WELLNESS-Bereich andere Öffnungszeiten: täglich 16:00 Uhr bis 22:00 Uhr





Sport in der Schwangerschaft

Angepasste sportliche Aktivitäten können den Verlauf einer unkomplizierten Schwangerschaft und auch der Geburt positiv beeinflussen.

Für alle werdenden Mütter gilt: Moderater Ausdauersport, Muskeltraining wie Pilates und Yoga und leichtes Krafttraining ist empfehlenswert. Generell tabu sind extreme Belastungen und Kampf- und Risikosportarten.

Schwangere sollten ihr Training jedoch vorher mit ihrem Arzt absprechen. Nur der kann grünes Licht für Sportart und Pensum geben.

Jennifer Argun



Freundschaft im Fitness

Ursula, unser Mitglied der ersten Stunde, kommt jede Woche mehrmals zum Training mit ihrer Freundin **Waltraud**. Die beiden haben sich hier im Studio kennen gelernt und motivieren sich immer gegenseitig.

Wir sind froh, dass Ihr bei uns seid, macht weiter so!

Angelika Spengler

Aktuelle Immobilien



Neubau von Hallen- und/oder Büroflächen in Neusäß-Nord

Neubauobjekt mit 6.500 m²
Flächen ab 500 m² nach Mieterwünschen frei gestaltbar
Optimale Lage unweit der A8 / GVZ / Uniklinikum



KRAGLER Immobilien GmbH
Office. Business. Projects. Home.

KRAGLER Immobilien GmbH
Pröllstraße 24, 86157 Augsburg
0821 4861889 | immo@kragler.de
www.kragler-immobilien.de



Gold-Partner des





Wie gesund sind Smoothies?

Sie sind frisch und fruchtig. Aber hält der Smoothie wirklich das was er verspricht. Der Smoothie ist eine sehr sinnvolle Alternative, wenn kein frisches Obst zur Verfügung steht, ein dauerhafter Ersatz sollte es aber nicht Sein. Ein guter Smoothie kann gelegentlich ein bis zwei Portionen Obst ersetzen.

Ein Tipp, wer sich ab und zu einen Smoothie gönnen möchte: Selbst mischen! Der selbstgemachte Smoothie ist garantiert frei von künstlichen Zusatzstoffen und super frisch.

Sophia Patte



Schlingentraining - TRX

Wer bis jetzt noch nicht in den Genuss unseres TRX-Kurses gekommen ist, sollte es unbedingt mal ausprobieren. Neben einem effektiven Ganzkörpertraining, welches selbst Profisportler vor neue He-

rausforderungen stellt und an ihre Grenzen bringen kann, ist es auch gleichermaßen für Einsteiger in die Fitnesswelt geeignet.

Mit dem Schlingentraining wird das Zusammenspiel vieler Muskelgruppen trainiert und die Koordinati-

on gefördert. Der Kurs bietet eine Menge Spaß und ist eine herausfordernde Alternative, mit vielen Übungsvariationen, zu den klassischen Geräten und Hanteln.

Lukas Braun

Yoga macht gesund!

Ob Bluthochdruck, Rückenschmerzen oder Diabetes: Yoga heilt!

Yoga hat einen umfassenden und tiefgreifenden Effekt auf das geistige und körperliche Befinden.

So tiefgreifend, dass Yoga sogar eine Vielzahl von Beschwerden nicht nur vorbeugen, sondern auch lindern, und manche sogar heilen kann. Probieren Sie es aus bei einem Yoga Kurs, Mittwochs um 18:30 Uhr. Wir freuen uns auf Sie!

Sophia Patte



Förderung von Firmen im Sport

Immer mehr Unternehmen möchten die Gesundheit ihrer Mitarbeiter fördern. Schließlich zeigen Untersuchungen, dass in Unternehmen in denen die Mitarbeiter regelmäßig Sport treiben, der Krankenstand sinkt. Firmensport reduziert Stress, stärkt das Wohlbefinden und verbessert das Betriebsklima.

Haben Sie gewusst, dass wir Business-Verträge für Unternehmen anbieten? Wenn Sie mehr darüber wissen möchten, dann rufen Sie uns einfach unter 0821/404040 an oder schreiben uns eine Mail an info@postsv.de.



Aktuelle Immobilien



Neubau von Halleneinheiten in Augsburg-Lechhausen

Neubauobjekt mit 40 Hallen ab 200 m² - kombinierbar
Alle Flächen mit Büro, Rolltor und Schwerlastboden
Bezug binnen 4 Wochen



KRAGLER Immobilien GmbH
Office. Business. Projects. Home.

KRAGLER Immobilien GmbH
Pröllstraße 24, 86157 Augsburg
0821 4861889 | immo@kragler.de
www.kragler-immobilien.de



Gold-Partner des



Alpine

Hans Horn



Im Jahr 2016 radelten unsere Alpinisten 650 km nach Gelsenkirchen zum Spiel des FC Augsburg gegen Schalke 04. Dabei wurden auch 1700 Höhenmeter abgestrampelt.

2018 folgte dann eine weitere Fan-Tour zum FCA-Auswärtsspiel nach Berlin. In fünf Tagen bewältigten sie eine Strecke von 670 km.

Dieses Jahr haben sie sich eine Alpenüberquerung vorgenommen. Dafür wurden sie vom Post SV und Schwaben Coating mit neuen Rad-Trikots ausgestattet.

Wir wünschen euch viel Spaß und viel Erfolg dabei!



Alpine

Nach der Wintersaison wollten die Alpinen eigentlich mehr im Freien sporteln. Doch der nasse Mai machte uns einen Strich durch die Rechnung. Statt laufen im Wald trafen wir uns weiterhin zur Gymnastik in der Halle.

Das funktioniert, dank kurzer Benachrichtigungswege, sehr gut. Allerdings hoffen wir jetzt auf besseres Wetter im Juni, damit wir unsere Aktivitäten im Freien ausbauen können.

Die Vorbereitungen auf unsere Alpenüberquerung Ende Juni sind so gut wie abgeschlossen. Mitte Mai kamen die Trikots, die wir stolz mit unserem Präsidenten vorstellen konnten.

Als Training trafen wir uns auch ein paar Mal zum Radeln in den westlichen Wäldern oder aber zu einer Tour nach Blumenthal bei Aichach. Über die Alpentour habe ich hoffentlich in der nächsten Ausgabe mehr zu berichten. Auch wollen wir versuchen, Euch mit kurzen Tagesberichten und Bildern auf dem Laufenden zu halten.

Auch bereits fertig gebucht ist unsere Mountainbiketour im Juli im Bereich des Gunzesrieder- und Rotmoostales. Hier ist der Startpunkt am Fuße des Grüntens.

Die Anmeldungen für unsere beiden Touren in den Bergen, am 3. und 4. August im Bereich der Zugspitze und vom 8. bis 11. August in der Brenta sind ebenfalls abgeschlossen.

Mit so zwölf Bergfreunden gehen wir im Hölltal zum Riffeltalschartensteig. Die zweite Tour führt über verschiedene Wandersteige im Bereich der Brenta mit Ausgangspunkt Madonna di Campiglio.

Hans



Immer im Training - Peter, Horst, Hans, Bobo, Claudia und Petra!



**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



Dirk
Lukaszewicz

E-Ranglistenturnier in Regensburg am 31.03.2019

Teilnehmer Post SV Augsburg:

- Thomas Bernhard,
- Markus / Philip Hoch und
- Felix Matejek

Wir sind diesmal in der U 19 angetreten, um zu sehen, wie stark dort die Konkurrenz ist und um möglichst viele Ranglistenpunkte zu ergattern.

Erst wurden die Doppel gespielt.

Philip und Thomas gewannen ihr erstes Doppel gegen Brockmann und Hofer locker in 2 Sätzen.

Das zweite Doppel mit Felix und Markus gestaltete sich schon etwas spannender. Im Dreisatz ringen sie Sakwa und Schmid nieder. Sie hatten es nicht eilig und genehmigten sich im dritten Satz ein 27:25.

Im Halbfinale gewannen Philip und Thomas deutlich mit 21:14 und 21:19 gegen Krimmel und Schad während Felix und Markus gegen die favorisierten Leander Benninger und Kim Schmid mit 8:21 und 11:21 unterlagen.

Trotzdem eine tolle Bilanz - ein Team im Spiel um den Finalsieg und das Andere um den 3. Platz.

Im Finale verloren Philip und Thomas gegen Benninger und Schmid mit 21:23 und 13:21 und waren somit Zweite.

Auch Felix und Markus verloren ihr Spiel, mit 13:21 und 22:24 eigentlich knapp, und mit etwas Glück hätte der dritte Platz möglich sein können.

Die Einzel litten unter der unglücklichen Auslosung – Markus und Felix mussten gleich im ersten Spiel gegeneinander antreten und Philip gleich gegen Leander Benninger, der als Favorit galt.



Thomas hatte eine lösbare Aufgabe und gewann dann, doch etwas holprig, im Dreisatz gegen Clemens Bein. Markus gewann deutlich gegen Felix und Philip unterlag Leander Benninger mit einem guten 15:21 und 13:21.

Im Viertelfinale unterlag Markus mit 20:22 und 12:21 Julius Matthey, wobei er im ersten Satz ganz knapp dran war. Thomas gewann deutlich in zwei Sätzen gegen Jannis Sakwa mit zweimal 21:12.

Philip gewann seine nächsten beiden Spiele um Platz 9 gegen Daniel Hys und Clemens Bein jeweils deutlich in zwei Sätzen. Felix verlor gegen Enrico Regner und Daniel Hys und wurde somit Vierzehnter.

Markus setzt sich bei seinem letzten Spiel gegen Gregor Schad in zwei Sätzen durch und wird Fünfter.

Im Halbfinale trifft auch Thomas auf Leander Benninger. Den ersten Satz verliert er noch zu 14, aber im zweiten Satz gelingt es ihm mehrfach in Führung zu gehen und Leander muss alles geben um gegen Thomas 22:20 zu gewinnen. Danach ist Leander erstmal so fertig, dass er sich eine Zeitlang hinlegen muss und auch im Finale gegen Kim Schmid keine Power mehr hatte. Thomas' Gegner um Platz drei trat nicht mehr an und somit war er Dritter. Tolles Ergebnis beim ersten U 19 Turnier und eine klasse Mannschaftsleistung mit den Plätzen 3, 5, 9 und 14.



Ein paar Impressionen von unserem Ostercamp 1 (19.-21.04.2019).

Es war alles in allem ein sehr gelungenes Ostercamp, danke an alle HelferInnen und natürlich auch an die Trainer. Wir haben sehr viele positive Rückmeldungen der Teilnehmer zu den abwechslungsreichen Trainingseinheiten bekommen und es wurde an diesem Wochenende viel trainiert und geschwitzt.

Badminton

... und auch unser zweites Ostercamp vom 26.-28.04 (Bild rechts) ist gut bei den Teilnehmern angekommen.

So waren auch viele altbekannte Gesichter unter den Teilnehmern, die es sich nicht nehmen ließen und gleich an beiden Ostercamps teilnahmen. Es kamen aber auch viele junge ambitionierte Spieler, teils auch aus dem eigenen Verein, die mit viel Spaß und dem Ehrgeiz sich zu verbessern und Neues dazu zu lernen, an unserem Ostercamp 2 teilnahmen.

Wir freuen uns schon auf das nächste Camp mit Euch.

Trevor Stewart Cup Neubiberg, D-Ranglistenturnier am Samstag, den 4. Mai

Teilnehmer Post SV Augsburg:

- Thomas Bernhard,
 - Markus / Philip Hoch
- alle in der Altersklasse U 17.

Im Einzel hatten unsere Jungs in der ersten Runde alle ein Freilos, aber dann ging es bei Markus gleich mit einem dicken Brocken los. Er musste gegen Mo Tan spielen und der hat ihn anscheinend auf dem falschen Fuß erwischt; Markus verlor in zwei Sätzen.

Philip gewann locker gegen den ungesetzten Christian Thissen. Genauso wie Thomas gegen Duc Viet Phung.

Im Viertelfinale konnten sich Philip und Thomas gegen Ihre Gegner Christian Hueck und Kim Schmid durchsetzen. Wobei der an Nummer 2 gesetzte Schmid für Thomas im ersten Satz noch eine harte Aufgabe war. Aber er hat schließlich mit 22:20 und im zweiten Satz dann doch deutlich mit 21:10 gewonnen.

Markus gewann ab nun seine beiden Spiele gegen Josef Bösl und Christian Hueck und wurde Neunter.

Im Halbfinale unterlag Philip dem an eins gesetzten Tamino Procida zweimal zu 13 und danach im Spiel um Platz 3 David Klamt (Setzplatz 2) zu 14 und zu 18. Aber immerhin Vierter.



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

Was passiert hier eigentlich?



swa City



www.dukannstnichtalleswissen.de



Badminton

Thomas besiegte überraschenderweise im Halbfinale David Klamt zu 17 und zu 19 und stand somit im Finale! Dort verlor er knapp gegen Tamino mit 19:21 und 20:22 nach einem tollen Spiel, bei dem er Tamino einiges abverlangt hat.

Im Mixed trat nur Thomas mit Charlotte Maag an. Dort verloren sie im Halbfinale ihr erstes Spiel gegen die späteren Sieger Kim Schmid und Villö Futo.

Im Spiel um Platz drei konnten sie sich gegen Josef Bösel und Emily Männel in zwei Sätzen durchsetzen. Damit zweites Podest für Thomas. Insgesamt eine tolle Leistung von unseren drei Talentkids.



6. Victor-Hofsteig-Youth-International vom 10. bis 12. Mai 2019

Unsere Jugendspieler Fenja Schilling und Thomas Bernhard, beide U 15, konnten auf Einladung vom BBV am international besetzten Hofsteigcup in Österreich in der Nähe von Bregenz teilnehmen.

Dass sie dazu für den Freitag eine Schulbefreiung brauchten, war für sie ein schöner Nebeneffekt.

Bei den Teilnehmern aus sechs Nationen (sogar ein Brasilianer war da) war sowohl Masse, als auch Klasse vertreten.

Bei den Mädchen U 15 waren 39 Spieler und bei den Jungen U15 gar 59 gemeldet.

Am Freitag morgen traten Fenja und Thomas zuerst zusammen im Mixed, wo es auch 41 Meldungen gab, gegen die österreichische Paarung Julian Goripow und Amelie Thurnherr an.

Diese Begegnung konnten sie deutlich in zwei Sätzen zu 13 und zu 12 gewinnen. Danach ging es gegen die Schweizer Hugo Chant-hakesone und Leila Zarrouk. Die Beiden waren wesentlich besser miteinander eingespielt und so war mit 14:21 und 12:21 Endstation im Mixed für Fenja und Thomas.

Da es in den Einzeldisziplinen so viele Meldungen waren, gab es erst eine Gruppenphase und danach ging es im KO-System weiter.



Fenja musste in ihrer Gruppe gleich gegen die auf 9/16 gesetzte Österreicherin Aylin Raminhos ran. Da gab es leider für sie nichts zu holen und mit 9 und 10 Punkten war das Spiel auch bald vorbei. Das zweite Spiel der Gruppe musste sie gegen die ebenfalls auf 9/16 gesetzte Deutsche Jolina Abel bestreiten. Konnte Fenja im ersten Satz noch gut mit 15 Punkten dagegen halten, verlor sie im Zweiten irgendwie den Faden und musste sich mit 7 Punkten geschlagen geben. Auch in ihrem letzten Gruppenspiel gegen Noémie Brand aus Österreich musste sich Fenja mit 16:21 und 8:21 geschlagen geben. Damit war Fee leider in den Einzeln ausgeschieden.

Thomas' erstes Spiel in der Gruppe war wieder gegen den Österreicher Julian Goripow. Auch im Einzel konnte er sehr deutlich zu 12 und zu 7 gegen ihn gewinnen. Das nächste Gruppenspiel hatte es für Thomas in sich; er musste gegen den auf Nummer 3/4 gesetzten und späteren Turniersieger David Eckerlin aus Deutschland antreten. Aber Thomas zeigte eine tolle Leistung und kämpfte ihm einmal 12 und einmal 15 Punkte ab. Da die ersten Beiden der Gruppe weiter kamen, ging es für ihn aber trotzdem weiter. Nächstes Spiel für ihn ging gegen Noah Willemin aus der Schweiz, auf 17/32 gesetzt. Thomas fand schnell ins Spiel und wusste wie er gegen ihn agieren musste und kam so zu einem 21:18 und 21:14 Sieg.

Mark Obermeier (9/16) war in der nächsten Begegnung schon eine größere Hürde. Thomas konnte seine Konzentration nicht über das ganze Spiel halten und so verlor er zu 17 und zu 15. Damit war auch er aus den Einzeln raus. Fenja und Thomas haben aber Power und Ausdauer und sind auch noch im Doppel angetreten. Fee hatte Lena Schindler aus Österreich als Partnerin, die sie vorher nicht kannte, geschweige denn, mit ihr trainiert hatte.

Um so höher ist es ihnen anzurechnen, dass sie gegen die auf 5/8 gesetzten Feline Stieler und Anna-Lena Zorn nur denkbar knapp in drei Sätzen 21:18, 17:21 und 22:24 verloren.

Wie hart das Spiel umkämpft war zeigt auch die Spielzeit von 49 Minuten.

Thomas hatte im Doppel Maximilian Steimer aus Augsburg als Partner. Sie spielten zweimal gegen Schweizer Paarungen. Das erste Match konnten sie gegen die auf 9/16 gesetzten Yannik Güntert und Lars Heeb in zwei Sätzen zu 16 und 17 gewinnen, danach verloren sie deutlich gegen die auf 2 gesetzten Josua Hardmeier und Jonas Pfister.

Fazit:

Ein schönes Turnier auf hohem Niveau, tolle internationale Stimmung und viele neue Eindrücke. Und unsere Beiden haben sich wacker geschlagen - Gratulation!

Top Ergebnisse unserer Jugend beim C-Ranglistenturnier vom 18./19.05.2019 in Lohhof!

Vier unserer U17ner starteten am Samstag beim Lohhof Cup im Herrendoppel (siehe Titelfoto).

Felix M. und Markus H. sowie Silas G. und Philip H. konnten als junger Jahrgang in dieser Gruppe gut mitspielen. Am Ende mussten sie sich aber einmal im kleinen Finale und auch im Spiel um Platz 1 geschlagen geben, sodass Felix und Markus Vierter wurden und Silas und Philip Zweiter. Tolle Leistung! Weiter so!

Am Sonntag konnten unsere U 15 Junioren Fenja Schilling und Tho-

mas Bernhard im Mixed Finale in zwei Sätzen gegen Emily Männel und Josef Bösl gewinnen. Im Jungendoppel gewann Thomas, der zusammen mit Matthew Jaime vom TVA spielte, nach einem starken Spiel gegen Noah Fehse und David Franke in zwei Sätzen mit je 21:8. Damit wurde sowohl das Mixed als auch das Jungendoppel vom Post SV gewonnen.

In der Altersklasse U19 trat Nicole Schaab für den Post SV an. Im Damendoppel konnte sie sich mit ihrer Partnerin Jana Titze aus Haunstein nach 4 Gruppenspielen, eins gewonnen, drei verloren, den 4. Platz erspielen.

Insgesamt von allen SpielerInnen eine tolle Leistung. Gut gemacht!

Gutes Abschneiden der Post SVler auf 1. Karlsfeld Cup

An diesem Wochenende machten sich 7 Post SVler auf den Weg nach Karlsfeld, um am 1. Karlsfeld Cup teilzunehmen.

Das Turnier begann gleich um 9 Uhr mit der Disziplin Mixed. Hier traten sowohl Vanessa Paquée mit Tobias Steil, als auch Carmen Winter mit ihrem Partner Stefan Edbauer (SG Aichach/Herbertshofen) in der Klasse Mixed A an. Und es kam so, wie es kommen musste, die beiden Paarungen traten im ersten Spiel des Tages gleich gegeneinander an. In einem spannenden Dreisatzmatch konnten sich Vanessa und Tobias durchsetzen.



Badminton

Somit hatte jede der beiden Paarungen noch zwei weitere Gruppenspiele. Tobias und Vanessa hatten leider in ihren beiden nächsten Partien das Nachsehen, auch wenn die Spiele teilweise sehr knapp erst in der Verlängerung entschieden wurden, aber auch Carmen und Stefan konnten keines ihrer beiden folgenden Spiele gewinnen. Somit Gruppenplatz 3 für Vanessa und Tobi und Gruppenplatz 4 für Carmen und Stefan. Da nur die ersten beiden der 2 Gruppen weiterkamen, war für die beiden Paarungen Schluss im Mixed und Platz 5/6 ging an Vanessa und Tobias und Platz 7/8 an Carmen und Stefan.

Mittags ging es in den Doppeldisziplinen weiter.

Markus Hoch und Felix Matejek traten ebenso wie Philip Hoch und Tobias Steil im Herrendoppel B an.

Markus und Felix hatten in ihrer Vierergruppe insgesamt drei Spiele. Leider gingen alle drei Doppel an die Gegner, die einfach noch einen Tick erfahrener als die beiden Jungs waren. Kopf hoch.

Philip und Tobias mussten sich in einer Fünfergruppe behaupten. Nachdem sie in der ersten Runde ausgesetzt hatten, folgten 4 Spiele Schlag auf Schlag. Die beiden mussten im ersten Spiel erstmal reinkommen und sich aufeinander abstimmen, sodass es leider nicht für einen Sieg gereicht hat.

Ganz anders im zweiten Spiel. Dieses ging an unsere Post SVler. Leider reichte es dann in Spiel drei und vier nicht ganz für einen Sieg und somit endeten die beiden in der Gruppe auf Platz vier.

Bei den Damen traten im Damendoppel A gleich zwei Paarungen mit Post SV Beteiligung an. Sandra Hoch mit Vanessa Paqué und Carmen Winter mit Katrin Köhler (TSV Haunstetten).

Da es insgesamt nur 5 Paarungen waren, spielte jeder gegen jeden.

Carmen und Katrin setzten in Runde 1 aus und spielten danach viermal am Stück. Zwei Spiele gingen, teils sehr knapp, verloren und ein Spiel konnte gewonnen werden.

Ähnlich erging es auch Sandra und Vanessa. Im ersten Spiel mussten sich die beiden erstmal aufeinander abstimmen, sodass dieses noch verloren ging. Dafür konnten die Beiden in ihrem zweiten Spiel gleich jubeln. Dieses konnten sie in zwei Sätzen gewinnen, nachdem die Beiden im zweiten Satz einen Matchball abgewehrt hatten.

Im dritten Spiel verloren sie leider knapp und so ging es im letzten Spiel gegen Carmen und Katrin um Platz 3. Das Spiel war ein hin und her und sehr spannend zum Zuschauen. Während der erste

Satz mit 21:11 an Carmen und Katrin ging, gestaltete sich der zweite Satz sehr eng. Auch hier ging es in die Verlängerung, nachdem Sandra und Vanessa einen Matchball abgewehrt hatten. Bis zum Punktestand von 27:25 für Carmen und Katrin. Spannender ging es auch kaum.

Glückwunsch an Carmen und Katrin zum dritten Platz und an Sandra und Vanessa zu Platz 4.

Insgesamt ein tolles Turnier und es war klasse, dort zu siebt aus dem Verein anzutreten.



PSD Bank München eG



„Wir shoppen schon mit unserer neuen PSD Karte!“

Sonderaktion! 75 Euro
Startguthaben noch vor Eingang des zweiten Gehaltes

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

Kilian Kupke



Nix zu holen gegen Göggingen und Hochzoll

Die beiden letzten Partien dieser Saison wurden leider beide deutlich verloren. Gegen die zweite Mannschaft des TSV Göggingen sah es zwar lange sehr ausgeglichen aus (Halbzeit 16:16) jedoch wurden die blau gelben nach der Pause überascht und bekamen 4-5 schnelle Gegentore. Dieser Rückstand war nicht mehr aufzuholen und man verlor 34:21.

Gegen den späteren Aufsteiger aus Hochzoll war nach 5 Minuten schon klar, dass kein Erfolg für die Postler möglich ist. Die in allen Belangen überlegene Mannschaft des DJK war über die komplette Spieldauer die bessere Mannschaft. So blieb nur noch Schadensbegrenzung.



Zur Halbzeit lag man 10:28 zurück, am Ende war eine 21:52 Niederlage zu verbuchen.

Zu feiern gab es also nichts, man traf sich aber trotzdem im „myPSA“ Bistro um die Saison gemeinsam mit den Fans ausklingen zu lassen. An dieser Stelle möchten wir uns für die hervorragende Unterstützung der Post SV Ultras bedanken die uns, wie gewohnt, immer bei Sieg und Niederlage unterstützen. Einen

ersten Neuzugang für die kommende Saison gibt es schon zu vermelden. Mit Mladen Baksa hat sich ein neuer Torwart und Trainer den Post SV Handballern angeschlossen. Herzlich Willkommen.

Jetzt ist erst einmal Regeneration und Abstand vom Handball angesagt. Die Vorbereitung beginnt dann am 05.06.2019 um 20:00 Uhr im neuen Sport und Gesundheitszentrum des Post SV.





Seit 1996 auf Vertrauen bauen

IMMOBILIEN & ARCHITEKTUR

Nachhaltig. Zukunftsweisend. Hochwertig. Innovativ.



asset
bauen.wohnen.gmbh



asset
immobilienverwaltung



eco office
Sustainable
Human
Urbanism



**eco
residential**
Urban · Human · Responsible

asset bauen wohnen gmbh, Graf-Bothmer-Straße 8, 86157 Augsburg
0821. 227 90 - 0, info@asset-gmbh.net, www.asset-gmbh.net

ECO OFFICE GmbH & Co. KG, Pröllstraße 24, 86157 Augsburg
0821 . 650 913 - 76, mail@eco-office.de, www.eco-office.de

Bernd
Zitzelsberger



20 Vereine mit 25.000 Mitgliedern fordern ein 50-Meter-Hallenbad für Augsburg

Unser Abteilungsleiter Bernd Zitzelsberger setzt sich als Sprecher der Arbeitsgemeinschaft „50-Meter-Hallenbad für Augsburg“ seit über einem Jahr mit seinen Mitstreitern intensiv dafür ein, dass Augsburg bis zum Landesturnfest 2023 ein 50-Meter-Hallenbad bekommt.

Im Sportbad gibt es ja seit 10 Jahren kein Wasser mehr. Die Trainingsbedingungen im Familienbad und im Bärenkellerbad sind für die Vereine unzureichend, unter anderem deshalb:

- Es stehen werktags maximal zwei Bahnen für zwei Stunden zur Verfügung.
- Es gibt keine Startblöcke.
- Markierungen am Boden und den Wänden fehlen.

Augsburg ist Sportstadt! Deshalb wollen wir ein 50-Meter-Hallenbad für Augsburg in möglichst zentraler Lage, für die Öffentlichkeit, die Schulen und die Vereine! Mit 25 Metern Breite und zehn 50-Meter-Bahnen, 10-Meter-Sprungturm mit 6 Meter tiefem Tauchbecken und zwei großen Lehrschwimmbecken für die ebenfalls wichtige Anfängerausbildung. Für den Schul- und Vereinsbetrieb kann das 50-Meter-Becken zum Querschwimmen genutzt werden und hat dann 16 bis 17 25-Meter-Bahnen. Dazu muss noch ein Kinderbecken für die Wassergewöhnung, ein Familienbecken, zwei bis drei Rutschen und eine Liegewiese kommen. Bis zum Landesturnfest 2023 in Augsburg! Ein durchaus sportlicher Zeitplan!

Wir werden sportpolitisch noch einiges unternehmen, damit wir unsere Ziele bestmöglich erreichen! Gute Nachrichten gibt es vom Freistaat: Die derzeit für dieses Bad mögliche Höchstförderung gemäß Finanzausgleichsgesetz von ca. 21 Millionen Euro für neun sogenannte Schuleinheiten (jeweils bis zu 60 Schwimmklassen) soll erhöht werden. Damit die Lücke zwischen den tatsächlichen Baukosten (geschätzt: 30 - 35 Millionen Euro) kleiner wird. Dies hat Ministerpräsident Dr. Markus Söder unserem Abteilungsleiter Bernd Zitzelsberger auf dessen Anfrage persönlich zugesagt. Erst nach dem Bau des 50-Meter-Hallenbades sollen die anderen, in die Jahre gekommenen Hallenbäder saniert werden, damit während der jeweils etwa dreijährigen Schließung keine Engpässe entstehen.



Schwimmzeiten Sommer (18.05. - 26.07.2019)

Tag	Uhrzeit	Teilnehmer	Bad
Montag	19:00 - 20:00	Wettkampfmannschaft II (langsamere)	Plärrerbad
	19:00 - 20:00	Wettkampfmannschaft II (schnellere)	Plärrerbad
	19:00 - 19:30	Breitensport II (langsamere Erw./Jugend)	Plärrerbad B. 4
	19:30 - 21:15	Masters	Plärrerbad B. 4
	20:00 - 21:15	Triathleten	Plärrerbad B. 5
Dienstag	18:00 - 19:00	Wettkampfmannschaft II (langsamere)	Familienbad
	18:00 - 19:30	Wettkampfmannschaft II (schnellere)	Familienbad
	19:00 - 19:30	Breitensport I (schnellere Erw./Jugend)	Familienbad B. 2
Mittwoch	18:00 - 19:00	Anfängerkurs ab 4 Jahre (September)	Plärrerbad
	19:00 - 20:00	Kinderschwimmen I / II / II	Plärrerbad
	19:00 - 20:00	Wettkampfmannschaft II (langsamere)	Plärrerbad
	19:00 - 20:30	Wettkampfmannschaft II (schnellere)	Plärrerbad
	19:00 - 19:45	Breitensport II (langsamere Erw./Jugend)	Plärrerbad B. 3
	19:45 - 21:15	Masters	Plärrerbad B. 2+3
	20:00 - 21:15	Breitensport I (schnellere Erw./Jugend)	Plärrerbad B. 4
	20:00 - 21:15	Triathleten	Plärrerbad B. 5
Freitag	20:30 - 21:15	Trainerschwimmen	Plärrerbad B. 1
	18:00 - 19:00	Breitensport II (langsamere Erw./Jugend)	Familienbad B. 2
	18:00 - 20:00	Trainerschwimmen	Familienbad B. 1
	19:00 - 21:15	Breitensport II (langsamere Erw./Jugend)	Haunstetten B. 3
	19:00 - 20:00	Kinderschwimmen I / II / II (Tanja / Franz)	Haunstetten
	19:00 - 20:00	Breitensport I (schnellere Erw./Jugend)	Familienbad B. 2
	20:00 - 21:15	Breitensport I (schnellere Erw./Jugend)	Haunstetten B. 5
	20:00 - 21:15	Trainerschwimmern	Haunstetten B. 4



Tischtennis



Reinhold Berger

Tischtennis und tschamp, das Ferienprogramm der Stadt Augsburg

Tischtennisspieler des Post SV Augsburg zeigen beim städtischen Ferienprogramm Tschamp in der Villa Jugendzentrum Mitte des Stadtjugendrings (SJR) Augsburg, wie vielfältig Tischtennis ist - Die Lechwerke (LEW) ermöglichen diese Aktion im Rahmen des Post SV-Projekts „Wir fördern Talente!“

„Ey, die sind ja voll klein“, meinten einige der Kids, als Dieter Voigt und seine Begleiter vom Post SV das mitgebrachte Material ausgepackt hatten und dabei auch zwei kleine Tischtennistische zum Vorschein gekommen waren.

Ca. 40 Mädchen und Jungs waren in die Villa Jugendzentrum Mitte des SJR Augsburg (SJR) gekom-



men, um in den Osterferien am Tschamp Ferienspaß in der Stadtmitte teilzunehmen. Die „Postler“ boten in diesem Rahmen eine vielfältige Trainingseinheit mit Tischtennis an.

Im Garten war bei tollem Wetter ein „normaler“ Tischtennis-Tisch aufge-

baut. Von Anfang an wurde dort mit wachsender Begeisterung Rundlauf gespielt. Die Kinder lernten schnell, wie man den Schläger richtig hält und wie man schlagen muss, um den Ball einigermaßen sicher auf die andere Plattenhälfte zu spielen. Wichtig war dabei auch



Tischtennis

die Erfahrung, dass es mehr Spaß macht, beim Rundlauf miteinander zu spielen als gegeneinander. Denn je länger der Ball im Spiel ist, umso länger dauern die Ballwechsel.

Nicht alle Kinder konnten gleichzeitig Rundlauf spielen. Es war nämlich nur eine „richtige“ TT-Platte vorhanden. Die „Profis“ vom Post SV hatten aber auch für diese Situation eine Lösung parat. Auf einem kleineren Tisch lernten die Kids, sich auf andere Größenmaße einzulassen. Es galt dann, sehr viel vorsichtiger und genauer mit Ball und Schläger umzugehen.

Interessant war für sie auch, dass man auch einen Billard-Tisch zur Tischtennis-Spielfläche umfunktionieren kann. Ob mit oder ohne Hindernis in der Mitte kann man auch dort den Ball hin- und herspielen.

Ganz großes Erstaunen löste aber der Mini-Tischtennistisch aus, der

aus der Augsburger Puppenkiste hätte stammen können. Die Jungs und Mädchen waren ganz begeistert zu sehen, dass für die „Profis“ auch auf einer solch kleinen Spielfläche Ballwechsel möglich waren.

Die Kinder und Jugendlichen waren mit so großer Freude und Begeisterung bei der Sache, dass sie gar nicht aufhören wollten. Manche wollen am Ball bleiben und ´mal zum Post SV ins Training kommen. Lamia Simreen vom SJR freute sich sehr über die gemeinsame Aktion und war selbst ganz begeistert, wie das Angebot bei ihren kleinen Gästen ankam.

Auch Nora Strobl vom städtischen Ferienprogramm Tschamp fand das Engagement der „Postler“ toll und würde sich auch über weitere gemeinsame Aktionen freuen.

Mit jährlich mehr als 600 verschiedenen Tschamp Angeboten können Kinder, Jugendliche und Fa-

milien spannende Ferienaktionen und -highlights in allen Schulferien erleben. Organisiert und durchgeführt wird das städtische Ferienprogramm Tschamp vom Amt für Kinder, Jugend und Familie. Neben Ferienbetreuungen bietet das Ferienprogramm auch offene Stadtteilangebote, Tages- und Familienausflüge, Besichtigungen, Workshops und vieles mehr.

Der SJR ist als Körperschaft des öffentlichen Rechts ein Träger der offenen, sowie schulbezogenen Jugendarbeit in Augsburg. Mehrere Jugendzentren und Treffs werden im Stadtgebiet vom Stadtjugendring betreut.

Die Villa Jugendzentrum Mitte in der Kanalstraße ist ein seit den 1980ern bestehendes Jugendhaus im Viertel Obere Bleich und organisiert neben dem offenen Jugendhausbetrieb mitunter Konzerte sowie diverse jugendkulturelle Veranstaltungen von Graffiti bis Cosplay.



100
Jahre
EL

Wenn's um **Strom** geht,
sollten Sie uns **einschalten**

Jetzt bewerben und durchstarten!
Erhardt+Leimer Elektroanlagen GmbH

Erhardt+Leimer Elektroanlagen GmbH | Leitershofen Straße 80 | 86157 Augsburg

www.el-elektroanlagen.com



Zertifizierte Online-Präventionskurse

Trainiere wann und wo du willst

NEU

Verfügbar ab 28.6.

Preis
75,- €

Onlinekurs Wirbelsäulengymnastik für Einsteiger

zertifiziert nach § 20 SGB V



Preis
75,- €

Onlinekurs Ganzkörperkräftigung

zertifiziert nach § 20 SGB V



Preis
98,- €

Onlinekurs Gesunde Ernährung – Grundlagen

zertifiziert nach § 20 SGB V



Bis zu 100% Kostenerstattung von deiner Krankenkasse

Deine Online-Plattform für
Ernährungs- und Bewegungskurse



www.mypsa.de