



Vereinsmagazin

des Post SV Augsburg e.V.



Alpine: Viertagestour in der Brenta

Preisschafkopf

15.11.2019 - 19 Uhr
Bistro „myPSA“
Startgeld 10,00 €
[Seite 111](#)

Kursplan zum 04.11.2019

31 Kurse / Woche -
von „A“ = After Work
bis „Z“ wie Zumba
[Seite 116](#)

Blutspendeaktion

70 Spender kamen -
Schiedsrichter waren
sehr zufrieden
[Seite 114](#)

Aus den Abteilungen

Alpine, Badminton,
Handball, Schwim-
men, Tischtennis ...
[Seite 120 bis 131](#)



Sehr geehrte Damen und Herren,
werte Sportfreunde,
liebe Leserinnen und Leser,

unseren ersten Geburtstag von „myPSA“ konnten wir mit dem diesjährigen Sheridan-Lauf genial verbinden. Phantastisches Wetter, viele aktive Sportler und Gäste, sowie engagierte Mitarbeiter, also perfekte Voraussetzungen, um Geburtstag zu feiern.

Tagsüber an unserem Stand im Sheridan-Areal und am späteren Nachmittag dann sporadisch in unserem Bistro, mit unseren in myPSA anwesenden Mitgliedern, Trainern und Mitarbeitern.

Nicht nur der Geburtstag, sondern auch der mittlerweile erhebliche Mitgliederzuwachs, gab Anlass zum Feiern. Stiegen doch allein seit der letzten Ausgabe der Vereinszeitung die Gesamtmitglieder um 133 auf nunmehr 1.257 Mitglieder. Auch die Fitness-Mitglieder erhöhten sich im gleichen Zeitraum um 67 auf mittlerweile 461 Mitglieder.

Großtagespflege bald fertig ...

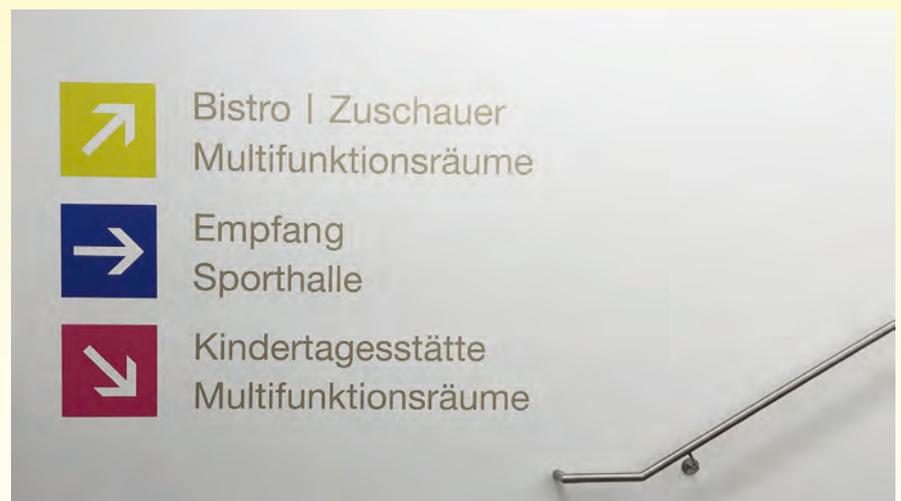
Ärgerlich allerdings ist der lange Ausfall unserer Kindergrößtagespflege. Sie erinnern sich vielleicht: Im Mai hatten wir einen Wasserschaden. Wenn alles gut geht, können wir in der KW 43 / 44 die dafür vorgesehenen Räume beziehen. 5 Monate ist schon eine Hausnummer - siehe auch Kurzbericht auf Seite 115.

Vereinshütte Rinnen

Interessante oder vielleicht trefender „unerfreuliche Post“ erreichte uns aus Tirol. Diskussionen um Maut und Stau auf der Fernpassroute sind nicht genug:

Zum Jahreswechsel wird auch auf unserer Vereinshütte in Rinnen die sogenannte „Freizeitwohnsitzabgabe“ (*umgangssprachlich besser unter Kurtaxe bekannt*) von derzeit 2,00 € auf 3,00 € pro Person und Nacht angehoben.

Der Hüttenausschuss hatte noch nicht einmal die letzte Erhöhung von 1,60 € auf 2,00 € umgelegt und jetzt eine erneute Steigerung um gleich 50% - Respekt - Austria!



Mitgliederumfrage

Mit der Verlegung unsere LED-Wall und einem ergänzendem Wegweisesystem (*Bild*) haben wir erneut weitere Verbesserungsvorschläge unserer Mitglieder veranlasst bzw. umgesetzt.

Abschließend möchte ich noch unsere neue Mitarbeiterin Carolin Villani (*Seite 115*) sowie in Kürze für die Großtagespflege, Jennifer Dillinger herzlich willkommen heißen. Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit.

Ihr Heinz Krötz

Preisschafkopf am 15.11.2019

beim Post SV Augsburg, Max-Josef-Metzger-Str. 5

Start: 19:00 Uhr

Startgeld 10,00 €



1.Preis:

Schweinshaxenessen für 20 Personen
inklusive Bier

Das
K · L · A · S · S · E · R ·
ESSTaurant

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 22.30 Uhr

Kontakt

Mail bistro@postsv.de

Tel. 0821 / 443344

Das KLASSER-Team



Hacker-Ψchorr

MÜNCHEN



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 (6),
Dezember 2019, ist der
Freitag, 05.12.2019.

Redaktion

Frank Bregulla
Sophia Patte

Verantwortlich für die Anzeigen

Heinz Krötz
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

1.257 davon
356 Jugendliche
461 Gesundheitssport

Stand: 04.10.2019

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



Hallo Zusammen!
Wir sind **Dustin Altmann** (links) und **Manuel Baptist** (rechts) und machen seit dem 26.08.2019 ein freiwilliges soziales Jahr beim Post SV. Doch zuerst einmal die Frage, wie sind wir überhaupt auf den Post SV aufmerksam geworden? Aufgrund des Neubaus sind viele Artikel und Bilder im Internet



umhergegangen und die Einrichtung stellte sich als sehr moderne und vielseitige Möglichkeit da, um ein FSJ anzustreben. Bevor wir jedoch die eigentliche Aufgabe in der Einrichtung begonnen haben, machten wir einen Übungsleiter C Schein in Friedberg, welcher einen Zeitraum von drei Wochen umfasste. In der Zeit wurden uns

die verschiedensten Möglichkeiten dargelegt, um Erfahrungen im Sportbereich zu machen. Am 16.09. war dann unser erster Tag im myPSA und wir wurden von allen Teammitgliedern freundlich begrüßt und aufgenommen. Zunächst einmal zu unseren Aufgaben, welche sehr vielseitig sind. Bei der Unterstützung der KISS sammeln wir Erfahrungen beim Sport mit kleineren Kindern. Des Weiteren sind wir beim Schwimmeranfängerkurs eingeteilt, um die Kinder bei ihren ersten Erfahrungen mit dem Element Wasser zu unterstützen. Eine weitere Aufgabe für uns ist die Mittagsbetreuung in der Theresia-Gardinger Schule in Friedberg. Zudem besuchen wir sämtliche Kurse im Post SV, um dort auch einen Einblick zu bekommen. Der Fitnessbereich, welcher sich als sehr modern und vielseitig erweist, ist auch ein Platz unserer Aufgaben. Insgesamt ist das FSJ beim Post SV sehr abwechslungsreich und man gewinnt viele Eindrücke im Bereich Sport, Fitness und macht zahlreiche Erfahrungen im Umgang mit Kindern.

B4B WIRTSCHAFTSLEBEN
SCHWABEN

REGIONAL
UND
RELEVANT.

www.B4BSCHWABEN.de

Post SV und Fußballschiedsrichter engagieren sich miteinander für eine gute Sache



Claus-Peter Lang (Blutspendedienst) Heinz Krötz und Manfred Stranzinger



Das Blutspendemobil vor unserem Gebäude



Im Mobil gab es über rund 6 Stunden viel zu tun

Die Fußball-Schiedsrichter aus dem Großraum Augsburg unterstützen einmal im Jahr eine Person oder Organisation, die Hilfe braucht. In diesem Jahr spenden die Unparteiischen ihren „roten Saft des Lebens“. Anlass hierfür ist das 100-jährige Bestehen der Schiedsrichtervereinigung Augsburg.

Da sich bei uns im Post SV vieles um Gesundheit, Sport und Fitness dreht, war es für uns eine gesellschaftliche Verpflichtung und Selbstverständlichkeit, zusammen mit den Schiedsrichtern, dieses Vorhaben in die Tat umzusetzen.

Blutspenden konnte jeder gesunde Mensch ab dem 18. Geburtstag bis einen Tag vor seinem 73. Geburtstag.

Wie wichtig Blutspenden ist, zeigt die Statistik, nach der deutschlandweit rund 15.000 Spenden pro Tag benötigt werden, um Unfallopfer oder Krebskranken und vielen anderen eine Bluttransfusion zu ermöglichen. Leider sind es jedes Jahr zu wenige Spender.

Besonders nach den Sommermonaten werden viele Spender benötigt, da an warmen Tagen der Kreislauf häufig eine Blutabnahme nicht akzeptiert, potenzielle Spender sich für Badetage am See oder Grillabende entscheiden, anstatt Blutspenden zu gehen. Auch die erhöhte Unfallquote von Motorradfahrern, wirkt sich kritisch auf die nicht vorhandenen, aber benötigten Blutkonserven aus.

Jeder Mensch besitzt ein ganz bestimmtes Blutgruppenmuster. Aus diesen Mustern ergeben sich die unterschiedlichen Blutgruppen. Durch die Kombination aus Antigenen und Rhesusfaktoren ergeben sich insgesamt acht unterschiedliche Gruppen. Blutgruppe 0 spielt eine besondere Rolle, da diese von allen Empfängern aufgenommen werden kann.

Rund 70 Spender waren gekommen. Georg Schalk zeigte zwar mit seiner Prognose von 100 teilnehmenden Spendern etwas mehr Optimismus, war aber am Schluss ebenso wie die restlichen Organisatoren mit dem Ergebnis sehr zufrieden.



Helga Joas, Leiterin

Kindergroßtagespflege gestartet

Wie bereits in der letzten Ausgabe des Vereinsmagazin kurz angesprochen, hat der Wasserschaden vom Mai 2019 doch größere Ausmaße angenommen, so dass unsere Großtagespflege am 01.09.2019 nur sehr eingeschränkt an den Start gehen konnte.

Derzeit können gerade einmal fünf Kinder von der Leiterin Helga Joas ganztags und in improvisierten Räumlichkeiten betreut werden, ob wohl die Nachfrage groß ist und der Bedarf weit darüber hinaus geht.

Nur der unermüdlichen Arbeit des Architekten **Peter Kögl** ist es zu verdanken, dass wir mit hoher Wahrscheinlichkeit Ende Oktober nun wieder in die dafür vorgesehenen und vom Jugendamt der Stadt Augsburg genehmigten Räume wieder einziehen können.

Es ist mehr als beachtlich, dass in Zeiten voller Auftragsbücher die beteiligten Firmen auf unsere leider mehrfach verschobene Zeitschiene individuell und mit größtem Engagement reagiert haben. Dafür gilt unser herzlicher Dank!

Am finalen Standort, in welchem derzeit eine Empore für separates Spielen und Schlafen integriert wird, schaffen wir für fünf weitere Kinder Kapazitäten. Auch die dafür zusätzlich erforderliche Tagesmutter konnte bereits vertraglich verpflichtet werden.



Hallo an Alle,
mein Name ist **Carolin Villani!**

Ich bin 27 Jahre jung und komme aus Neusäß. Als ausgebildete Rechtsanwaltsfachangestellte und leidenschaftliche Sportlerin unterstütze ich seit dem 01.10.2019 den Post SV Augsburg.

Ich freue mich Euch in den Kursstunden „plagen“ zu dürfen und stehe darüber hinaus auch als Assistentin des Vorstandes für alle weiteren Fragen und Anregungen gerne zur Verfügung.

Viele Grüße

Carolin



asset
www.asset-gmbh.net



Wir entwickeln und bauen.

Stilvoll. Energieeffizient. Individuell. BauGesund.



Wir sind an passenden Baugrundstücken interessiert! Gerne auch auf Provisionsbasis! Rufen Sie uns an: 0821.227 90 - 0

asset bauen wohnen gmbh
SBQ | Graf-Bothmer-Straße 8
D-86157 Augsburg
www.asset-gmbh.net





Tag	Uhrzeit	Kurs	Raum
Montag	10:00 - 11:00	Fit 50+	OG Inspiration
	15:00 - 16:00	Dancefloor for KISS	OG Kreation
	18:15 - 19:00	Dance Workout	OG Dynamik
	19:00 - 19:45	Bauch-Beine-Po	OG Dynamik
	20:00 - 20:30	Faszientraining	OG Kragler S1
Dienstag	09:00 - 10:00	Pilates	OG Inspiration
	10:00 - 11:00	Bodystyling	OG Inspiration
	17:30 - 18:30	After Work Fitness	OG Kreation
	18:30 - 19:00	Bauch Workout	OG Kragler S1
	18:30 - 19:30	Zumba-Fitness	OG Kreation
	19:15 - 20:00	TRX Schlingentraining	UG Innovation
Mittwoch	10:00 - 10:30	TRX Schlingentraining	UG Innovation
	10:30 - 11:00	TRX Yoga	UG Innovation
	17:00 - 17:30	Bauch Workout	OG Dynamik
	17:30 - 18:30	Step Workout	OG Dynamik
	18:30 - 19:30	Yoga	OG Kragler S1
	19:00 - 19:45	Functional Workout	UG Innovation
Donnerstag	16:00 - 17:00	Vitaler Rücken	OG Kreation
	17:00 - 17:30	Faszientraining	OG Kreation
	17:45 - 18:15	TRX Schlingentraining	UG Innovation
	18:15 - 18:45	TRX Yoga	UG Innovation
	19:00 - 20:00	Bodyfit	OG Motivation
	20:00 - 20:30	Faszientraining	OG Kragler S1
	20:00 - 22:30	Showtanz	OG Kreation
Freitag	09:00 - 10:00	Wirbelsäulengymnastik	OG Kreation
	10:00 - 11:00	Fatburner	OG Kreation
	17:30 - 18:30	After Work Fitness	OG Kragler S1
	17:30 - 18:30	Zumba für Erwachsene	OG Inspiration
	18:30 - 19:30	Bodystyling	OG Dynamik
Samstag	10:00 - 11:00	Bodyforming	OG Kreation
Sonntag	17:00 - 18:00	Bauch-Beine-Po	OG Inspiration
	18:30 - 19:00	HIIT (Intervalltraining) mit Nico	OG Kreation

Ob Zuhause oder in einem unserer Kurse - Übungen mit dem Thera-Band können sie überall durchführen. Durch das Training wird der gesamte Körper gekräftigt. Sie können aber gezielt auch einzelne Partien wie den Rücken, die Schultern, die Brust, oder die Bauchmuskeln stärken. Das Training mit dem elastischen Band ist einfach durchführbar und somit für Jung und Alt geeignet. Je nach Trainingszustand können Sie das Thera-Band in unterschiedlichen Stärken wählen.

Kleines Band aber mit großer Wirkung.

Das elastische Band ermöglicht ein sehr vielseitiges Training. Egal ob Muskelkräftigung, Straffung der Haut oder auch Koordination, mit dem Thera-Band können sie ein gelenkschonendes Training für den ganzen Körper absolvieren. Der lineare Kraftaufbau ist besonders schonend für den Körper und beugt Verletzungen vor. Für die verschiedenen Fitnesslevel gibt es die Bänder in verschiedener Stärke, so kann wirklich jeder, ob Jung, ob Alt, ob Profi oder Einsteiger, mit dem Thera-Band trainieren.

Beim Training mit dem Band wird vor allem auch die intramuskuläre Koordination geschult, welche die Zusammenarbeit der einzelnen Muskelgruppen fördert und somit besonders gut für Bewegungsabläufe aus dem Alltag ist.

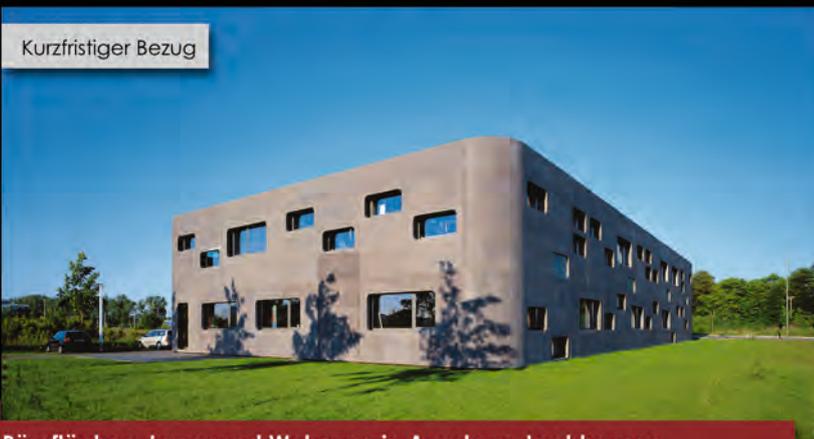
Probieren Sie es einfach aus, unsere Trainer helfen Ihnen gerne weiter!

Dustin Altmann



Aktuelle Immobilien

Kurzfristiger Bezug



Büroflächen, Lager und Wohnung in Augsburg-Lechhausen

Zur sofortigen Vermietung stehen drei Büroflächen ab 160 m², eine Lagerfläche mit 250 m², sowie eine 115 m² Penthousewohnung in Augsburg-Lechhausen. Das Architektengebäude besticht durch seine einzigartige Architektur und die optimale Verkehrsanbindung.



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





Neu: Mini - KISS
2 - 4 Jahre (mit Eltern)
Mittwoch
14:15 - 15:00 Uhr

Blüte - KISS
4 - 6 Jahre
Montag & Mittwoch
15:00 - 16:00 Uhr

Boom - KISS
6 - 8 Jahre | 1/2 Kl.
Montag & Mittwoch
16:00 - 17:00 Uhr

Power - KISS
8 - 10 Jahre | 3/4 Kl.
Montag & Mittwoch
17:00 - 18:00 Uhr



**Im Winter (Oktober bis Mai) haben wir den
WELLNESS-Bereich wieder täglich von
10:00 Uhr bis 22:00 Uhr geöffnet!**

Unsere Kindersportschule ist wieder in vollem Gange!

Zu Beginn des neuen Schuljahres und des neuen Kindersportschuljahres waren wir in der Westparkschule unterwegs und haben erneut uns und unser Kindersportprogramm in den einzelnen Schulklassen vorgestellt.

Wir haben dieses Jahr neu eine MINI-KISS mit im Programm für Kinder von 2 bis 4 Jahre, die zusammen mit Mama oder Papa zum sporteln kommen können!

Nachdem die Nachfrage letztes Jahr so groß war, konnten wir dieses Jahr dank einer vom Vorstand forcierten Personalmehrung die Teilnehmerzahl unserer einzelnen Gruppen sogar verdoppeln. Noch können wir in den bisherigen Strukturen vereinzelt Plätze integrieren. Sofern der Run weiter so anhält, müssen wir dies über Parallelgruppen /-zeiten lösen.



v.l.n.r.: **Dustin Altmann (FSJ), Lisa Konietzka und Heike Weyer**

Komm einfach vorbei uns probiere es aus!
Mittlerweile sind wir auch den vielen Anregungen der Eltern gefolgt und bieten immer am Montag - zeit-

gleich zur KISS - „Dancefloor for KISS“ für die Erwachsenen an.

Wir freuen uns auf Euch alle...
Lisa & Heike mit Team

Das Konzept der KiSS: Es stehen gesundheitliche und soziale Aspekte im Vordergrund. Koordinative Grundfähigkeiten, allgemeine sportliche Handlungsfähigkeiten und soziale Kompetenzen sind maßgebliche Faktoren für die kindliche Entwicklung. Außerdem werden die motorischen Fähigkeiten verbessert und die kindliche Kreativität unterstützt.

Aktuelle Immobilien



Ärzte- und Therapiezentrum in Augsburg, Göggingerstraße

Zur sofortigen Vermietung stehen kleinteilige Flächen 20 m² bis Etagen zu 300 m². Aktuell sind Wünsche an Raumaufteilung und Ausstattung noch realisierbar. Parkplätze und Tiefgarage vorhanden. Straßenbahnhaltstelle direkt vor dem Haus.



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



Hans Horn



Genußtour Höllentalanger - Südliche Riffelspitze - Eibsee

Zeitig waren wir zu siebt in Augsburg mit dem PSA Bus zur Genußtour ins Zugspitzgebiet aufgebrochen. In Oberau stieg Elfi noch zu und die Runde war komplett. Nachdem wir den Bus in Hammersbach abgestellt hatten stiegen wir stets bergan zur Eingangshütte der Höllentalklamm. Ein kurzer Besuch im Museum gab uns Einblick in die Geologie und die bergbaulichen Aktivitäten in der Klamm. Auch wer diese Schlucht schon mehrmals besucht und durchgegangen oder über den Stangensteig hoch oben überschritten hat, ist von der Kraft des Wassers und der wuchtigen Eindrücke immer wieder gefangen. Mit ein paar Pausen zur Stärkung und für eindrucksvolle Fotos erreichten wir unser Quartier für die Nacht, die 2015 eröffnete neue Höllentalangerhütte.

Es war erst früher Nachmittag. So beschlossen wir bei Buttermilch, Kaffee und Apfelstrudel noch einen Spaziergang bergan zu machen und den weiteren Weg für die am nächsten Tag anstehende Etappe zu erkunden. Durch den Höllentalanger stiegen wir noch ein paar Kehren Richtung Riffelspitzen und Riffelköpfe bergan, bis sich der Weg teilte Richtung Riffelscharte und Klettersteig zur Zugspitze. Mit Blick auf Brett und Leiter schlug Jürgen vor, für die August-Tour im kommenden Jahr vielleicht den Klettersteig zur Zugspitze ins Auge zu fassen. Mit ordentlich Durst und Hunger und ersten dicken Regenwolken im Nacken machten wir uns auf den Rückweg zur Hütte. Am Abend genossen wir die Annehmlichkeiten der neuen Unterkunft und freuten uns über den flotten Service der Hüttencrew.

Nach einem ausgedehnten Frühstück ging es gestärkt wieder Richtung Riffelspitzen und Riffelscharte.

Während zwei von uns die sonnenbeschienene Wiese am Sattel für eine kontemplative Pause nutzten, stieg der Rest auf die südliche Riffelspitze und freute sich über den wunderbaren Rundblick und die kleine Ruhebänk am Gipfel bevor es vereint, immer entlang des Klettersteigs, hinunter ging zur Station der Zugspitz-Zahnradbahn am Riffelriß. Um noch die Nachmittags-sonne bei Kaffee, Kuchen und dem einen oder anderen Weizenbier zu genießen stiegen wir spontan am Eibsee aus. Nachdem Wolfi den Bus holte traten wir die Heimreise an und freuten uns über die gelungene und genussvolle Zweitage-tour.

Über ein erstes Felsband mit Seilversicherung und dann teilweise ungesicherten Wegen führte der Steig zur Gamsscharte. Hier bot sich ein herrlicher Ausblick zur Adamellogruppe im Westen. Weiter am gesicherten Steig zum höchsten Klettersteigpunkt der heutigen Tagestour auf 2.905 Metern. Hier legten wir unsere Rucksäcke ab und stiegen auf einem ungesicherten Steig zur Cima Falkner, einem knapp 3.000 Meter hohen Gipfel, auf. Ein herrlicher Rundblick und vor allem, wenn die Wolken gerade weniger wurden, die Sicht auf den Hängegletscher der Cima Brenta waren der Lohn für die Mühe.



Viertagestour in der Brenta

Sommerzeit ist Bergzeit! So machten wir uns zu sechst am Mittwoch unmittelbar nach der Genußtour im Zugspitzgebiet auf in die Dolomiten. Da die Anreise mit 6 Stunden doch sehr lange ist, legten wir zuerst einen Übernachtungsstopp in Trento ein. Am Donnerstagmorgen dann noch mal eineinhalb Stunden bis zum Passo Carlo Mango oberhalb von Madonna di Campiglio.

Nachdem der Vereinsbus geparkt und die Rucksäcke endgültig gepackt waren ließen wir uns mit der Crosté Seilbahn auf 2.500 m Höhe transportieren. Dort ist der Zustieg zu unserem Ziel, dem Bochette Klettersteig, dem Klassiker in der Brenta. Über teilweise Geröllfelder wanderten wir südlicher Richtung Cima Crosté. Dort dann in 2.750 m Höhe der Einstieg in den Klettersteig.

Nach einer kurzen Brotzeit folgte zuerst eine längere Abstiegsklettere auf stufigen Felswänden, dann Geröllfelder zu einem aussichtsreichen Plateau oberhalb der Bocca Alta di Vallesina, mit einer tollen Aussicht auf den mächtigen Brentastock im Westen.

Den Weg weiter folgend erreichten wir eine Weggabelung. Dort entschieden wir uns für den leichteren Sentiero Dallagiaco, der über Geröll und Schneefelder zum Rifugio Tuckett führt. Dort, nachdem wir uns unserer Schuhe und des Rucksacks entledigt hatten, ein kühles Getränk zum Flüssigkeitsausgleich. Am nächsten Morgen um sieben Uhr Frühstück. Um kurz nach acht dann der Aufbruch. Zuerst wieder über Bänder und Geröll zu einem großen Schneefeld und auf diesem hinauf zur Bocca del Tuckett. Auf Felsstufen gelangten wir zu einer langen Leiter, weiteren stufigen

Alpine



lone dei Massodi. Nun folgte eine lange Kletterei auf Felsbändern und Leitern zu einer Hinweistafel. Hier konnten wir wieder zwischen zwei Wegen wählen. Wir wählten den Sentiero Oliva Detassis.

Hier erwartete uns ein Leitersystem im Schwierigkeitsgrad C, auf dem wir, meist senkrecht von einer Leiter zur anderen hangelnd, über 100 Meter abstiegen. Nach den Leitern über die Reste des Brentagletschers um eine massive Bergkuppe herum zum Rifugio Alimonta, unserem Tagesziel. Wir genossen die Abendsonne auf der Terrasse bei einem kühlen Getränk und freuten

Aufschwüngen und noch weiteren kurzen Leitern. Nach dem Überschreiten des nur teilweise gesicherten Garbaribandes ein Abstieg über Leitern in eine Rinne. Über die folgenden Felsbänder erreichen wir bei knapp über 3000 Metern Höhe ein kleines Plateau, dem höchsten Punkt des Tages.

Der Platz war wie geschaffen für eine kleine Pause. Anschließend ein kurzer Abstieg über Leitern und die Querung eines exponierten Grates zur Leiter der Freundschaft. Nachdem wir die 20 Meter mit der Leiter hochgestiegen waren und noch ein paar Kletterpassagen waren wir auf dem Plateau des Spal-



Aktuelle Immobilien



Büro-, Lager- und Hallenflächen in 86368 Gersthofen

Im neuen Gewerbepark Gersthofen an der B2 entstehen derzeit 2.200 m² Büroflächen und 2.500 m² Hallenflächen. Auf die Ausstattung und Gestaltung kann zum jetzigen Zeitpunkt noch Einfluss genommen werden.



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



uns über den zweiten gelungenen Tag.

Nach dem Frühstück am Samstag wieder ein früher Aufbruch. Über den Sfulminigletscher liefen wir auf die Bocca degli Armi, dem Einstieg in den Klettersteig. Nachdem wir uns wieder mit Sitzgurt und Klettersteigset ausgerüstet hatten nahmen wir die ersten Leitern in Angriff. Dann das erste lange ausgesetzte Brentaband. Wir genießen die spektakuläre Wegführung und erreichen ein Plateau, von dem aus wir die Kletterer in der Gulia Brenta, einer hohen, freistehenden Felsnadel, bewundern können.

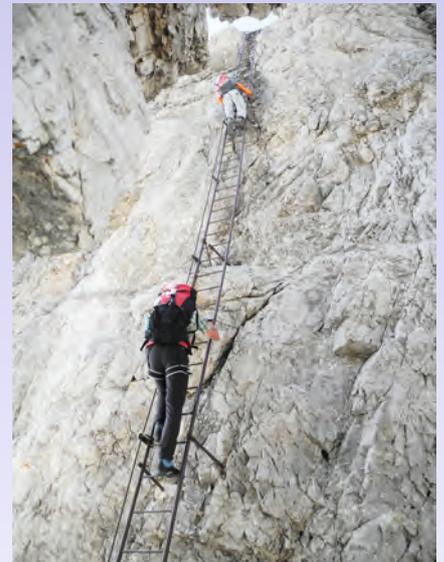
Kurz danach ein steiler Abstieg, teilweise ungesichert und auf feuchtem Fels zur Bocchetta di



Campanile Basso. Auf einem weiteren ausgesetzten Felsband, Leitern und Stufen Richtung Bocca die Brenta. Dann kam das absolute Highlight des Klettersteiges. Alternativ zum eigentlichen Weg, dem Abstieg auf einer Leiter vom Felsband und dann der Aufstieg auf Schnee und Geröll, wurde das Band, auf dem wir liefen, einfach verlängert. Da aber ca. 50 Meter begehbares Band fehlten, wurden in den senkrechten Fels Metallstufen eingbohrt, auf denen wir uns, oben am Sicherungsseil eingehängt, horizontal fortbewegten.

Von der Bocca di Brenta war es dann noch eine viertel Stunde bis zum Rifugio Pedrotti-Tosa, die wir gegen Mittag erreichten. Also genug Zeit für einen weiteren Höhe-

punkt. In eineinhalb Stunden, so laut Jürgen, können wir die Cima Tosa erklimmen. Die Cima Tosa war vor dem Abschmelzen des Schneegipfels der höchste Berg der Brentagruppe. Nun ist er mit 3.170 Metern Höhe der zweithöchste Gipfel.



Das mit den eineinhalb Stunden hat sich dann doch schnell relativiert. In der Zeit waren wir gerade am Einstieg in die Kletterpassage. Zu unserer Sicherheit kletterte Jürgen voraus und sicherte uns nach und nach auf für uns wiederbegehbare Gelände. Dann folgte noch ein langer Anstieg und zum Schluss der nicht enden wollende Weg auf dem Plateau zur Madonna am höchsten Punkt.

Es war bereits viertel nach vier als wir uns wieder auf den Rückweg machten. Jürgen seilte uns an der



**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

Alpine



Kletterpassage zwei Seillängen ab. Dann eine Abfahrt über ein Schneefeld und der lange Hatsch zurück zur Pedrottihütte, die wir um neunzehn Uhr am Abend erreichten. Da die Küche bald schloss zuerst das Abendessen. Duschen kann warten. Am nächsten Tag dann der Rückweg. Waren wir doch drei Tage lang immer auf Klettersteigen Richtung Süden gelaufen, so mussten wir jetzt diese Distanz zurück. Nicht auf Klettersteigen, sondern auf Bergpfaden. Doch zuerst gaben wir uns noch einmal den neu gebohrten Steig am Ende des Bochetweges. Dann die Leiter absteigen und auf steilen Felsstufen den ersten Teil hinab. Bergauf



und bergab führte der Weg zur Brenteihütte und weiter zur Tuckethütte. Dort machten wir erst einmal Mittagspause. Dann noch einmal knapp zwei Stunden bis zur Seilbahn am Passo del Crosté. Mit der Bahn fiel der Abstieg richtig locker aus. Und nachdem wir

uns umgezogen und alles verladen hatten, fuhr uns Wolfgang mit dem Vereinsbus nach Hause. Nicht ohne einen Zwischenstopp in einer Pizzeria in Schongau. Sonntagnacht um zweiundzwanzig Uhr dreißig öffnete sich dann die Schranke an der Tiefgarage von myPSA.



Mehr unter: www.psd-muenchen.de

A woman with curly hair, wearing a red and black checkered shirt, is sitting in a yellow chair and looking at her smartphone. The background is a soft, pinkish light. The text "„Ich will Banking, das schnell und direkt ist.“" is overlaid on the image. Below the image, the text "Die Bank passt zu mir." is written in a yellow box.

Passt.

Attraktive Konditionen und super Service. Für alle, die ihr eigenes Ding machen – und denen schnelle Entscheidungen genauso wichtig sind wie kurze Bearbeitungszeiten.

Was passiert hier eigentlich?



swa City



www.dukannstnichtalleswissen.de

 **swa**
Energie Wasser Mobilität

Badminton

Augsburger Stadtmeisterschaften 06.07.2019

Post SV Spieler erzielten sehr gute Ergebnisse (Bild rechts)

Teilnehmer Post SV:

Sandra Hoch - Damen Doppel Freizeit mit **Marion Weishaupt**

Tobias Steil - Herren Einzel Standard und Herren Doppel Standard mit **Thomas**

Thomas Bernhard - Herren Einzel und Herren Doppel Standard

Sandra wurde mit neuer Partnerin gleich Gewinnerin im Damendoppel. Da im Jungeneinzel U 15 keine Teilnehmer da waren, spielte Thomas bei den Herren mit.

Thomas konnte seine Gruppenspiele gewinnen. Danach ging das Spiel um Platz drei leider verloren, also erspielte sich unser Youngster den 4. Platz.

Im Herrendoppel setzte sich die Überraschungspaarung, bestehend aus **Tobias** und **Thomas** mit tollen Spielen bis ins Finale durch, wo sie der Paarung Andi Cuber und Robert Nebel aus Gersthofen nach spannendem Spiel knapp unterlagen. Somit der zweite Platz für die beiden.

Gratulation an alle SpielerInnen zu den tollen Platzierungen und macht weiter so.

Carmen Winter räumt auf Erlanger Sommerturnier ab

Am 13.07. u. 14.07.2019 fand das Erlanger Sommerturnier statt.

Als Einzige Spielerin vom Post SV trat Carmen Winter an (*Bild mitte*) die sowohl im Mixed- als auch im Einzelwettbewerb an den Start ging und dabei sensationell bei sehr starker Konkurrenz zweimal den 2. Platz belegen konnte.

Im Einzel musste sie sich im Finalspiel knapp mit 21:23 im dritten Satz geschlagen geben- doch die im Anschluss an das Spiel stattgefundenen Standing Ovationen des Publikums konnten über die knappe Niederlage schnell hinweg trösten.



Es war ein toller Turniertag, mit vielen spannenden Spielen und tollem Publikum. Nächstes Jahr gerne wieder!

Triumph auf Schwäbischer Einzelmeisterschaft

Am 20.07.2019 fanden in der Sporthalle des TSV Haunstetten die schwäbischen Einzelmeisterschaften statt. An dem heißen Tag gingen neun Jugendliche des Post SV auf die Pokaljagd (Bild unten).

Thomas gelang es sogar einen Triple zu landen: Er kassierte je einen Goldpokal in allen drei Disziplinen.

Fenja schaffte es „leider“ nur zwei Mal auf den ersten Platz. Sie verpasste ganz knapp den ersten Platz im Einzel.

Markus und **Philip** haben wieder einen Klassiker abgeliefert: Im kleinen Finale der Herreneinzel U17 haben sich zwei Brüder nichts nehmen lassen.

Diesmal war Philip erfolgreicher und erspielte sich den Bronzerang.

Das Jugenddoppel gewann **Philip** mit seinem Partner Konstantin von TV Augsburg.



Badminton

Markus und **Felix** wurden dabei Zweiter.

Im U19 Damendoppel holte sich **Nicole** mit ihrer Partnerin **Jana** vom TSV Haunstetten den zweiten Platz. Die Mädels verloren im Finale in einem langatmigen zweiten Satz nur ganz knapp mit 20-22.

Eine Premiere hatten diesmal gleich drei Post SV Jugendliche: **Lilli** und **Aemillia** haben zum ersten Mal Einzel und zusammen Damendoppel gespielt.

Jonathan hat zwar nur Jungen-einzel gespielt, hat aber auch wie die Mädchen seine ersten Wettkampferfahrungen sammeln können und dabei Spaß gehabt.

Am Ende des Tages haben unsere Post SV Kids 6 Mal Gold, 5 Mal Silber und 1 Mal Bronze - und jeder von Ihnen an Erfahrung dazu gewonnen...

C-Ranglistenturnier in Diedorf am 13./14.07.2019

Beim Ranglistenturnier in Diedorf waren nur zwei unserer Jugendlichen am Start. **Thomas** spielte das erste Mal mit **Patrick** vom TSV Wolfstein im Doppel U15 und konnten einen tollen 2. Platz erreichen.

Auch **Philip** trat mit einem anderen Partner an, **Jannik** vom TSV Haunstetten. Die beiden zeigten tolle Ballwechsel und wurden vierte in der Altersklasse U 17.

Einzel bestritten **Thomas** u. **Philip** in der Altersklasse U 17. Philip wurde hier Neunter und Thomas konnte sich den siebten Platz erspielen. Eine gute Leistung mit der alle zufrieden waren und wir hoffen, dass bei den nächsten Turnieren wieder mehr unserer Spieler vertreten sind.



Geretsrieder Stadtmeisterschaft am 31.08. / 01.09.2019

HE A: Robin Fiedler, DD A: Verena Krug und Anna Hagspiel (UBSC Wolfurt)
HD A: Pascal Scheiel und Jakob Schilling Platz 5-8, MX A: Verena Krug und Jakob Schilling, DE B: Carmen Winter, HE B: Patrick Öttl, MX B: Carmen Winter und Stefan Edbauer (MTV Schrobenhausen) Halbfinale

38. Erdinger Semptturnier am 07. / 08. September 2019

Carmen trat am Wochenende als Alleinkämpferin auf dem 38. Semptturnier in Erding an.

Im Einzel A (bis Bayernliga) und im Mixed A mit Christian Grieszl (Freilassing) trat Carmen auf dem Turnier an.

Im Einzel konnte sich Carmen einen hervorragenden 2. Platz erkämpfen und musste sich nur im Finale Christina Weigert geschlagen geben.

Im Mixed waren die Spiele ebenfalls heiß umkämpft und so sicherten sich die beiden am Ende den 4. Platz, nachdem sie im Halbfinale gegen die späteren 2. Platzierten zu 18 im dritten Satz und gegen die späteren 3. platzierten im kleinen Finale zu 19 im dritten Satz verloren haben.

„Das waren aber alles super coole und spannende Spiele nächstes Jahr wieder.« (Carmen) Und der 4. Platz bekam sogar einen Trostsekt als Preis.

Glückwunsch Carmen



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



Kilian Kupke

Fuchs-Pokal 2019

Wie jedes Jahr, diesmal am 31. August, fand auch heuer wieder das „Fuchs-Cup“ - Handballturnier in Pfaffenhofen a.d.Ilm statt. Diesmal traten 9 Mannschaften in 2 Gruppen an.

Unsere Mannschaft mit **Robert Grill u. Mladen Baksa** im Tor, sowie **Axel Bellmann, Max Gründl, Martin u. Stefan Lupper, David Stork, Daniel Schauppel, Francois Lux** und **Bernd Pommé** bestritten ihr erstes von 4 Vorrundenspielen um 9:56 Uhr gegen den späteren Turniersieger TSV Gaimersheim.

Dieses wurde mit 6:4 verloren da sich bei uns etliche Fangfehler eingeschlichen hatten und mehrere sichere Torabschlüsse kläglich vergeben wurden. Auch das 2. Spiel gegen SV München Laim wurde mit 10:6 verloren da diesmal die Abwehr nicht richtig stand und im Angriff zu schnell und unkonzentriert abgeschlossen wurde.

Im 3. Spiel gegen die SpVgg Erdweg (spätere Turnier-Zweite) wurden wieder einige sichere Torchancen vergeben. Konditionell machten sich die tropischen Temperaturen in der Halle bemerkbar, sodass wir dieses mit 9:5 auch verloren.

Im letzten Vorrundenspiel gegen die Handball Füchse Scheyern II hatte dann endlich alles geklappt und wir konnten dieses Match mit 10:3 souverän in der 16-minütigen Spielzeit gewinnen. Es folgten im weiteren Verlauf des Turniers die Platzierungsspiele von je 20 Minuten.

Das erste Spiel gegen die Füchse Scheyern I wurde knapp mit 11:9 verloren, obwohl wir dieses hätten gewinnen können. Mit 2 entscheidenden Fehlpässen ca. 2 Minuten vor Spielende und nur 1 Tor zurück,



leiteten wir jeweils einen Konter des Gegners ein der letztlich deren Sieg sicherstellte.

Im zweiten Platzierungsspiel gegen DJK Ingolstadt zeigten wir unser bestes Spiel. Da sowohl die Abwehr gut stand und auch der Angriff mit mehreren Kontern zum Erfolg führte, konnten wir uns mit dem 13:7 Sieg den 7. Turnierplatz sichern, was eine Steigerung zum vorigen Jahr bedeutete.

Alles in allem waren wir einigermaßen zufrieden, zumal wir ja trainingsmäßig noch in der Vorbereitung stecken und zudem wichtige Spieler unseres Kaders fehlten. Wenn auch viele Fehler gemacht wurden an einem mangelte es nicht, an unserem EINSATZ, wie man z.B. auf dem Bild von Stefan sehen kann.

Dank an unseren Stefan und Dave, die nebenbei über den gesamten Turnierverlauf die Listen für Spieler- u. Torwartbewertung ausgefüllt haben. Leider konnten wir dieses Jahr keinen der Zusatzpokale mitnehmen und der Pokal für den ältesten aktiven Teilnehmer (Bernd) des Turniers wird inzwischen nicht mehr vergeben. Wäre eine sichere Sache gewesen, aberdabei sein ist alles.

Wir hoffen jetzt für die Zukunft eine rege Trainingsbeteiligung, so dass wir die kommende Saison, welche für uns Ende September gg. Bobingen beginnt, doch mit einigen Siegen belohnen können.



Für alle Interessierten, das Handballtraining findet immer Mittwochs um 20 Uhr in der Halle des neuen Sport und Gesundheitszentrums „myPSA“ des PostSV statt.

Bernd Pommé

Stopp heißt Stopp!

Offenes Gewaltpräventions-, Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungs-Training für Frauen und Männer!

Gewaltprävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung sind Themen, die heutzutage leider immer mehr an Bedeutung zunehmen. Einen 100%igen Schutz vor jeglicher Form von Gewalt gibt es leider nicht. Allerdings ist es möglich durch einfache Maßnahmen brenzlige Situationen im Vorfeld effektiv zu vermeiden oder durch Selbstbehauptung und einfache Selbstverteidigungstechniken seine Chancen in einer gefährlichen Situation deutlich zu erhöhen.

Anhand des Ampelprinzips (Bild rechts) werden die Schwerpunkte Prävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung im Ju-Jutsu anschaulich vermittelt.

Die Ju-Jutsu-Abteilung bietet nun in regelmäßigen Abständen ein offenes Training für alle Mitglieder des PSA an. Darin werden einzelne Aspekte des Ampelprinzips gezielt trainiert und verinnerlicht.

Der Kurs richtet sich an alle Vereinsmitglieder ab ca. 12 Jahren. Körperliche Fitness oder Kenntnisse im Bereich Kampfkunst/Kampfsport werden nicht vorausgesetzt.



Selbstverteidigung

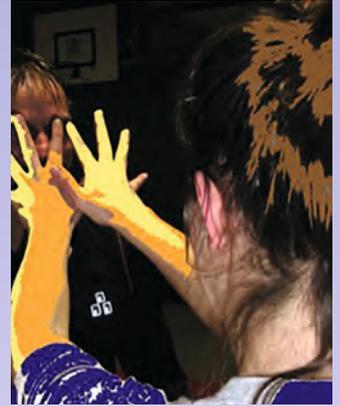
Selbstbehauptung

Prävention

Offenes Selbstverteidigungstraining

Datum: 23.10.2019
Uhrzeit: 20:00 - 21:30 Uhr
Ort: Raum U3
myPSA „Synergie“ in UG
Mitbringen: Hallenschuhe
Sportbekleidung
Voraussetzung: keine
Kosten: Einmalig frei
Anmeldung: Rezeption myPSA

Stopp heißt Stopp!



Die Ju-Jutsu-Abteilung freut sich auf Ihr Kommen.



100 Jahre EE

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

Jetzt bewerben und durchstarten!
Erhardt+Leimer Elektroanlagen GmbH



Bernd
Zitzelsberger

Augsburger Schwimmvereine wollen ein 50-Meter-Hallenbad

Am 04.10.2019 präsentierte die Arbeitsgemeinschaft 50-Meter-Hallenbad ihre Vorstellungen von einem 50-Meter-Hallenbad für Augsburg in myPSA.

Bernd Zitzelsberger, Sprecher der 23 in der Arbeitsgemeinschaft zusammengeschlossenen Vereine, begründete es ausführlich. Mehrere Grußworte erreichten die Arbeitsgemeinschaft, die allesamt für ein 50-Meter-Hallenbad sprechen:

Oberbürgermeister Dr. **Kurt Gribl** betonte in seinem Grußwort, dass Augsburg eine Sportstadt sei. Immerhin gehöre jeder vierte Augsburger einem Sportverein an. Es sei die Aufgabe der Stadt, für Möglichkeiten zu sorgen, dass der Schwimm- und Schulsport in ausreichendem Maße durchgeführt werden könne. Augsburg benötige ein 50-Meter-Hallenbad, um auch sportlich wettbewerbsfähig zu bleiben.

Alfons Hörmann, Präsident Deutscher Olympischer Sportbund, ist der Auffassung, dass Neubauten von Bädern im gesamten Bundesgebiet dringend geboten seien. Das Erreichen dieser Ziele sei ohne die aktive Unterstützung durch engagierte Kommunalpolitiker und Vereine sowie aktive und sportbegeisterte Bürgerinnen und Bürger vor Ort nicht umsetzbar.

Für Kinder sei das Schwimmenlernen eine grundlegende Voraussetzung, damit sie sich sicher im und am Wasser bewegen können. Es sei mehr als eine reine Vorsichtsmaßnahme zur Unfallverhütung. Es gäbe Sicherheit und wirke sich positiv auf die kindliche Entwicklung aus. Schwimmen unterstütze die Unabhängigkeit, stärke Selbstständigkeit und Selbstbewusstsein, so der BLSV-Präsident **Jörg Ammon**.



Harald Walter, der Präsident des Bayerischen Schwimmverbandes, nahm an der Pressekonferenz teil und äußerte, dass es ihm bezüglich des 50-Meter-Hallenbades in erster Linie um den Schulsport gehe, der derzeit nur noch zu einem geringen Prozentsatz durchgeführt werden könne. Schulsport werde von der Bayerischen Staatsregierung gefördert und auch entsprechend bezuschusst. Diese Zuschüsse können dann von den Kommunen an Vereine und gemeinnützige Träger weitergeleitet werden.

Gertrud Nigg-Klee, Vorsitzende Bezirksverband Schwaben des Bayerischen Lehrer- und Lehrerinnenverbandes, war auch zugegen. Die alltägliche und lebensrettende Kompetenz des Schwimmens sei wichtig, diese sei Bestandteil einer ganzheitlichen Bildung von Kindern und Jugendlichen. Es dürfe nicht zugelassen werden, dass die Zahl der Nichtschwimmer weiter steige, nur weil der Schwimmunterricht nicht mehr in ausreichendem Maße gewährleistet werden könne.

Dr. **Andreas Hellmann** Olympiateilnehmer Schwimmen München 1972 und ehemaliges Mitglied der Nationalmannschaft betonte, dass er gerne die Schirmherrschaft für die Arbeitsgemeinschaft 50-Meter-Hallenbad für Augsburg übernommen habe. Seit Anfang der achtziger Jahre arbeite und wohne er wieder in Augsburg und habe sich gewünscht, dass auch hier eine Schwimm- und Trainingsmöglichkeit auf internationalem Niveau mit einer 50-Meter-Schwimmhalle zur Verfügung stehe.

Dass wir mit unserer Ansicht nicht alleine sind, zeigt sich an 23 Ver-

einen aus den Städten Augsburg, Bobingen, Friedberg, Königsbrunn, Landsberg und Stadtbergen mit insgesamt 35.000 Mitgliedern, die sich zu einer Arbeitsgemeinschaft formiert haben und Druck aufbauen, um gemeinsam ihre Ziele zu erreichen. Uns geht es um einen schnellstmöglichen Bau eines wettbewerbsfähigen 50-Meter-Hallenbades in Augsburg, das auch aus Kapazitätsgründen und wegen der Förderfähigkeit zehn 50-Meter-Bahnen aufweisen muss, zusätzlich über Lehrschwimmbecken, Becken für Reha und Tauchsport, Sprungbecken mit einem 10-Meter-Turm sowie eine Tribüne verfügen muss.

Es muss in zentraler, gut erreichbarer Lage für die Öffentlichkeit, die Schulen und die Vereine liegen und innerhalb der nächsten fünf Jahre fertiggestellt werden. Eine Lösung fernab der Schulen auf der grünen Wiese wäre unsinnig, da diese nur gering bis gar nicht gefördert würde.

2024 soll nach dem Willen der Arbeitsgemeinschaft das 50-Meter-Hallenbad in Augsburg eröffnet werden.

Sportliche Höchstleistung in atemberaubender Natur

Trail Running am Dach Tirols

Am 3. August 2019 um 5 Uhr morgens startete unser Mitglied Anke Zitzelsberger beim 7. Pitz Alpine Glacier Trail. Das Wetter war durchwachsen - zeitweise gab es leichten Regen. Die etwa 45 km lange Strecke führte von Mandarfen im Pitztal auf teilweise sehr steilen, schmalen Pfaden teils über Felsblöcke und mit Absturzgefahr zu-

Schwimmen

nächst bis auf 3150 Metern Höhe zur Mittagskogelscharte. Anschließend ging es bergab über den Mittelberggletscher und wieder hinauf zur Braunschweiger Hütte. Von dort zurück ins Tal auf dem europäischen Fernwanderweg E5 nach Mandarfen, ging es dann erneut bergauf zum Riffelsee und auf dem teilweise seilversicherten Fuldaer Höhenweg zum Taschachhaus und weitere neun Kilometer über das Taschachtal zurück.



Nach über 13 Stunden war Anke wohlbehalten, müde, aber sehr zufrieden wieder im Tal. Insgesamt

wären es bergauf und bergab jeweils knapp 3.000 Hm gewesen.

Zum Schluss sei gesagt, dass ein solcher Wettkampf natürlich nicht jedermanns Sache und ohne Vorbereitung nicht möglich ist. Anke läuft seit vielen Jahren mehrmals die Woche und ist eine begeisterte Bergsteigerin und Mountainbikerin. Seit einem Jahr hat sie sich zusätzlich mit einem speziellen Trainingsprogramm und einigen wettkampfmäßigen Bergläufen, sowie im Frühjahr dem Engadiner Skimarathon vorbereitet. Auf die Sicherheit der Teilnehmer wurde großer Wert gelegt: Warme Bekleidung, Regenschutz, Handy, Stirnlampe, Karte, Spikes für den Gletscher, Nahrung und eineinhalb Liter Getränk waren für jeden Teilnehmer Pflicht. Es gab vier Verpflegungsstationen, viele Streckenposten und an den ausgesetzten Stellen war die Bergwacht vor Ort.

Bernd Zitzelsberger

Triathlon



Dirk Wohlgemuth

unser neuer Ansprechpartner für Triathlon:

Mobil 0152 / 32083104

Trainingszeiten Schwimmen:

Mo Spickelbad 20-21 Uhr,

Mi Plärrerbad 19:30-21 Uhr,

Do Gögginger Bad 20-21:30 Uhr.

Momentan besteht unsere kleine Triathlon-Abteilung aus 5 Sportlern von denen 3 an Wettkämpfen teilnahmen. Thomas bestritt den Kuhseetriathlon den er als hervorragender Fünfter finishte und er gewann den Sheridan-Lauf über 3,5 Meilen. Jonathan absolvierte ebenfalls den Kuhseetriathlon und die olympische Distanz in Lauingen.

Unser fleißigster Starter ist der Peter mit Starts über die olympische Distanz in Ingolstadt den er mit einer Zeit von 2:24 als 13. seiner AK beendete. Weiterhin startete er über die Mitteldistanzen in Lauingen und in Immenstadt. In Lauingen (2,1 km Schwimmen, 80km Radfahren, 20km Laufen) belegte er in 4:35 den 8. Platz in seiner AK, in Immenstadt mit seinem anspruchsvollen Profil belegte er den 32. Platz in seiner AK in 5:28.

Da unsere Abteilung sehr klein ist würden wir uns sehr freuen, wenn der Eine oder Andere zu uns stoßen würde. Wir können dreimal die Woche im Wasser trainieren und haben deshalb noch reichlich Platz auf unseren Bahnen.



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

Tischtennis



Reinhold Berger

Tischtennis in Deutschlands größtem Gefängnis

Tischtennisspieler des Post SV Augsburg besuchen die JVA in München-Stadelheim und spielen mit Gefangenen Tischtennis - Die Lechwerke (LEW) ermöglichen diese Aktion im Rahmen des Post SV-Projekts „Wir fördern Talente!“

Etwas vorsichtig und befangen waren die Jugendlichen des Post SV Augsburg schon, als das große Tor der JVA sich geöffnet und hinter ihnen wieder geschlossen hatte. Eine solche doch ziemlich unheimliche Situation kannten sie bisher nur von Film und Fernsehen. Doch als es nach einer sehr ausführlichen und äußerst lehrreichen Führung durch die mit 14 ha sehr weitläufige und mit derzeit ca. 1400 Häftlingen größte deutsche Haftanstalt in der sehr schönen Sporthalle der JVA zum unmittelbaren Kontakt mit den jungen Gefangenen kam, änderte sich das Empfinden schlagartig.

Durch die gemeinsamen sportlichen Aktivitäten entstand sofort eine Atmosphäre, als ob die jungen „Postler“ in ihrer eigenen Halle zu Hause im Verein trainieren würden. Alle Beteiligten waren mit Feuereifer bei der Sache. Auch die Gefangenen waren ganz begeistert von dem für sie seltenen zusätzlichen Sportangebot. Die stellvertretende Anstaltsleiterin, Frau Ruß, dankte deshalb den Augsburger Gästen für ihren Besuch und auch für die mitgebrachten Geschenke der Augsburger Tischtennis-Kiste.

Prof. Dr. Arloth, Amtschef im Bayerischen Justizministerium, der seit vielen Jahren das Engagement der Augsburger Tischtennisspieler im Strafvollzug begleitet und unterstützt, freute sich ebenfalls über die Begeisterung der jungen Gefangenen. Dr. Carsten Matthias, Geschäftsführer des Bayerischen Tischtennis-Verbandes, war ebenfalls äußerst angetan von der Intensität und den Wirkungen dieser besonderen Trainingseinheit.

Er würde sich über weitere derartige Aktionen sehr freuen. Auch die „Postler“ aus Augsburg würden sich über Nachahmer ihrer Initiativen sehr freuen. Jedenfalls fuhren die jungen Augsburger und auch

der U-Häftlinge zeigten. Auch Häftlinge müssen lernen. Wir durften sogar während eines Hofgangs für die Häftlinge auf den Hof. Das war eine beklemmende Situation, mit all den Häftlingen gemeinsam auf dem Hof zu stehen. Aber die Gefängniswärter waren ja auch mit dabei.

Mittags durften wir in der Kantine für die Angestellten essen - und das Essen hat erstaunlich gut geschmeckt. Das haben nämlich auch Gefangene mit zubereitet. Nachdem alle fertig gegessen hatten, gingen wir in die Sporthalle.

Die war wirklich super und modern. Dort konnten wir mit den Häftlingen Tischtennis spielen. Wir spielten



ihre erwachsenen Begleiter mit vielen neuen Eindrücken bereichert wieder nach Hause.

An dieser Stelle folgt noch ein Erlebnisbericht der jungen Post-SV-Spieler Fabian und Elias Wiedemeyer:

„Als wir an der JVS ankamen, wirkte das Gefängnis mit den hohen Mauern und den strengen Sicherheitskontrollen im Eingangsbereich sehr erdrückend auf uns. Am Vormittag bekamen wir eine Führung durch das Gefängnis. Das war sehr interessant, z. B. als uns zwei Justizbeamte die kleinen Unterrichtsräume

auch Spiele wie z. B. „Rundlauf“ oder „Minitischtennis“. Das Spielen mit den Häftlingen machte sehr viel Spaß – und alle verstanden sich gut miteinander und lachten auch. Mit ein paar Gefangenen kamen wir sogar ins Gespräch.

Zum Schluss spielten alle auf Dieters Anweisung noch eine Übung, welche nur funktionierte, wenn alle mitmachten. Alles hat super geklappt. Unser Eindruck des Tages war sehr positiv und sehr eindrucksvoll, denn beim Spiel hatten wir alle einfach nur Spaß miteinander, so als wäre man gar nicht in einem Gefängnis.“



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