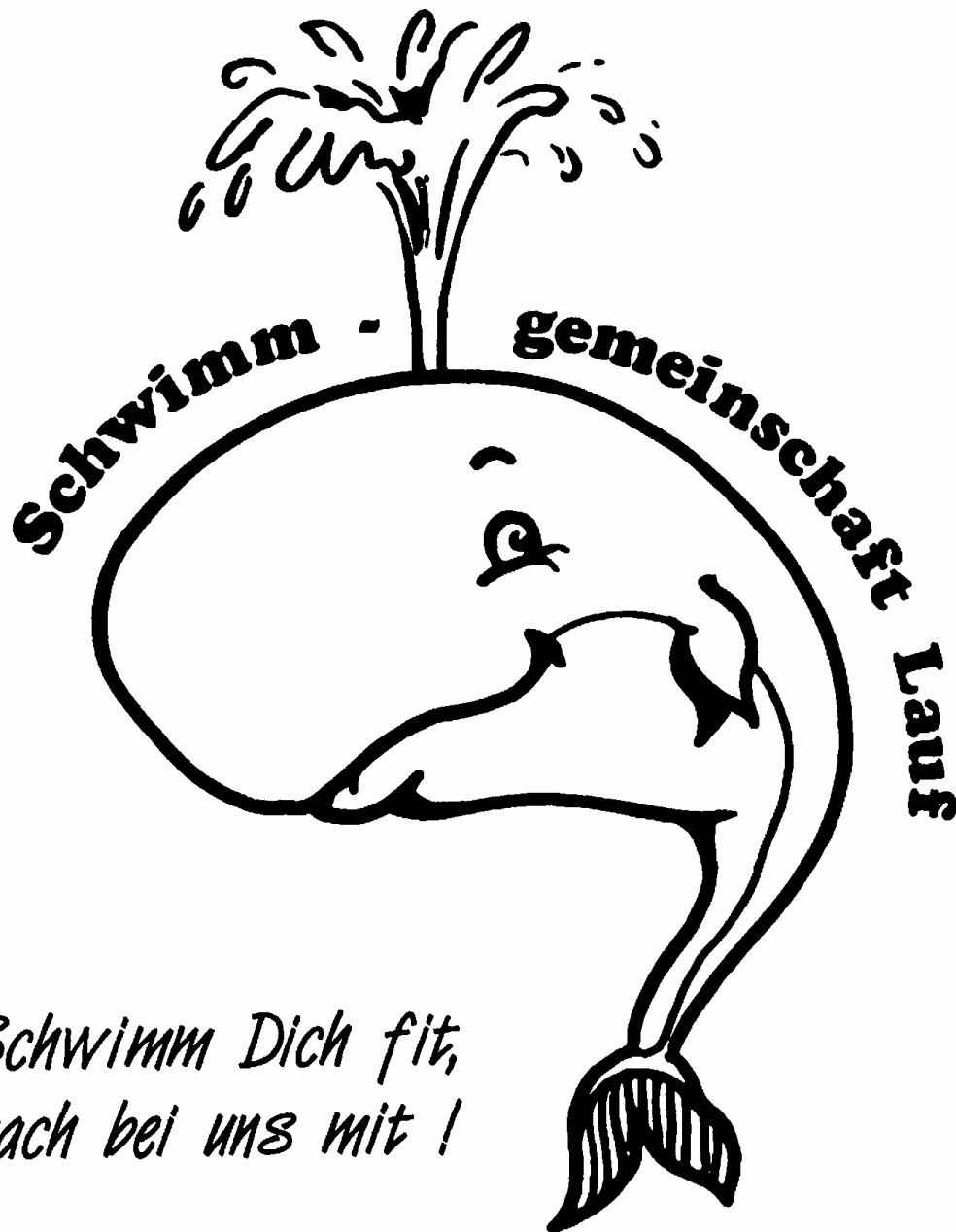


# Ausgabe 1 / 2008



*Schwimm Dich fit,  
mach bei uns mit!*

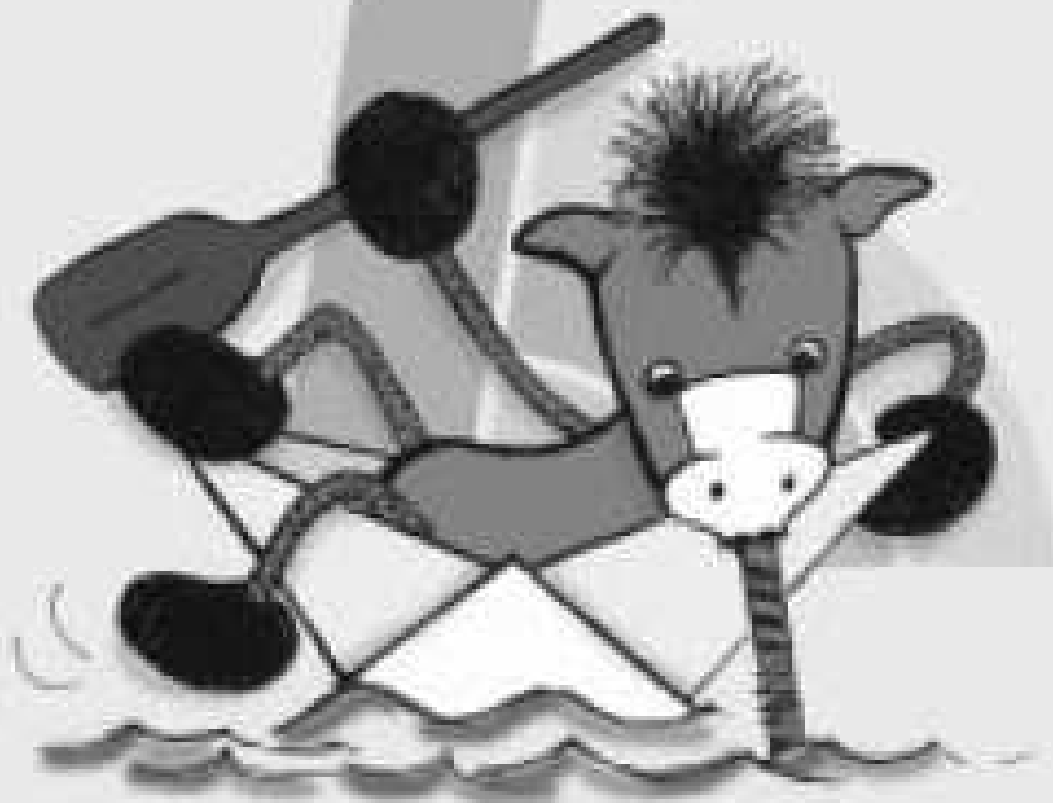
## **S P E E D**

Info der Schwimmgemeinschaft Lauf

# Klares Wasser, auch zum Trinken!

*Mit uns setzen Sie auf's richtige Pferd!*

- Saubere Energie
- Faire Angebote
- Beratung und Betreuung vor Ort



StWL Städtische Werke Lauf a.d. Pegnitz GmbH  
Stromversorgung Neunkirchen GmbH  
GVL Gasversorgung Lauf a.d. Pegnitz GmbH

Sieharlstraße 49 · 91207 Lauf a.d. Pegnitz  
Telefon 091 23/1 73-0 · Fax 091 23/1 73-135



Liebe SG-Ler,  
sehr geehrte Eltern, Freunde und Förderer der SG-LAUF,

mit dem 22. Pokal-Weihnachtsschwimmen und unserer traditionellen Weihnachtsfeier beenden wir das Schwimmjahr 2007. Attraktive Höhepunkte kennzeichnen wieder die vergangenen 12 Monate:

Die offenen Meisterschaften des Schwimmkreises Nord-Ost im Gymnasium-Hallenbad, das einwöchige Trainingslager unserer Leistungsgruppen in Heidenheim, eine Rettungsschwimmeinheit mit der Wasserwacht Lauf, die Jugendfreizeit in Augsburg, die Jahreshauptversammlung im SK-Lauf Sportheim, der 34. Kirchweihwagen der SG-Lauf, die Stadtmeisterschaften im Schwimmen der Stadt Lauf, das Sommerfest – organisiert durch die Jugendwarte - im Haberloh des TV 1877 Lauf, das Trainingswochenende in Lauf mit Angeboten für die ganz Kleinen bis hin zu den Leistungsgruppen sowie zahlreiche Wettkämpfe außerhalb Laufs.

Besonders erfolgreich waren hier Peter Müller, als mehrfacher Bayerischer Meister sowie zweifacher deutscher Vizemeister und Lara Reiser mit zwei deutschen Rekorden und drei Titeln bei den Deutschen Meisterschaften.  
Herzlichen Glückwunsch zu diesen herausragenden Leistungen!

In gewohnter Weise haben wir im neuesten SPEED wieder einige Berichte zu den Wettkämpfen und den weiteren Aktivitäten für Sie als Rückblick zusammengetragen - viel Spaß bei der Lektüre.

Ich wünsche frohe Festtage und alles Glück der Welt, Gesundheit und viel Freude für das neue Jahr sowie zahlreiche sportliche Erfolge für unsere Aktiven!

Ihr Frank Hacker



## Hart umkämpfte Stadtmeistertitel

Bei sonnigem Wettkampfwetter eröffnete Herr Dienstbier, 3. Bürgermeister der Stadt Lauf, die diesjährigen Stadtmeisterschaften im Schwimmen. In seiner Begrüßung bedankte er sich bei der SG Lauf insbesondere bei ihren Leitern Frank Hacker und Christian Gärtner für das Engagement bei der Vorbereitung und Durchführung der Stadtmeisterschaften im Schwimmen, das jedes Jahr für eine hohe Beteiligung sorgt und wünschte allen teilnehmenden Schwimmerinnen und Schwimmern Bestzeiten.

Ca. 170 Teilnehmer der Laufer Schulen, Sportvereine und auch privat gemeldete kämpften zu den Stadtmeisterschaften an 420 Einzelstarts und in 23 Staffeln um die Meistertitel der Stadt Lauf im Schwimmen. Auffallend in diesem Jahr ist die Beteiligung besonders vieler junger Schwimmerinnen und Schwimmer. Eltern, Zuschauer und Wettkampfteilnehmer erlebten spannende Einzel- und Staffelwettkämpfe mit achtbaren Resultaten.

Die Schirmherrschaft übernahm Rüdiger Pompl, 1. Bürgermeister der Stadt Lauf. Die Städtischen Werke Lauf unterstützten die Stadtmeisterschaften mit einer Spende. Ein besonderer Dank geht auch an die vielen Eltern und freiwilligen Helfer, die uns mit Kuchenspenden, an den Verkaufsständen, bei der Wettkampfdurchführung und beim Auf- und Abbau tatkräftig unterstützt haben. Auch in diesem Jahr wurde eine Verkaufs- und Tauschbörse der SG Lauf zum Erwerb von zu klein gewordenen Schwimm- und Trainingssachen von den Teilnehmern genutzt.



Die Aktiven, die für ihre Schulen, ihren Verein oder privat an den Start gingen, waren bis zu fünfmal in einem Einzelwettbewerb und unbegrenzt in Staffelwettkämpfen startberechtigt. Auch in diesem Jahr haben die Schülerinnen und Schüler des CJT-Gymnasiums Lauf die Anmeldung von Wettkampfteilnehmern selber organisiert.



Wie im letzten Jahr wurden die absoluten Stadtmeister aus der Summe der geschwommenen Zeiten über je 100m Schmetterling, Rücken, Brust und Freistil ermittelt.

Dabei konnte Vincent Liebig, Jahrgang 94, trotz Verletzung mit hervorragenden Zeiten seinen Titel vom letzten Jahr verteidigen. Er erreichte in den Disziplinen 100m Schmetterling, 100m Rücken und 100m Brust die besten Zeiten und wurde somit absoluter Laufer Stadtmeister der Herren. Er setzte damit seine Erfolgsserie nach einem 9. Platz im Jugendmehrkampf bei den Deutschen Meisterschaften in Dortmund und mehreren 5. Plätzen bei den Süddeutschen Meisterschaften fort.



Bei den Damen konnte Jennifer Leicht ebenfalls ihren Titel vom Vorjahr verteidigen. Auch Jennifer musste verletzungsbedingt einige Zeit pausieren. Sie konnte sich bei den Deutschen Meisterschaften in Dortmund einen 10. Platz über 100m Rücken erkämpfen und wurde bei den Süddeutschen Meisterschaften sogar Vizemeisterin über 200m Rücken.

Die zweit- und drittbesten Schwimmerinnen und Schwimmer im Kampf um den absoluten Stadtmeister waren Sonja Gaag vor Jana Gösl bzw. Jan Fankhänel vor Michael Schneider.

Besonders spannender Schwimmsport wurde auch in diesem Jahr wieder bei den Staffelwettkämpfen geboten.

Die 4 x 50m Freilstaffel mixed gewann die 1. Mannschaft Bertleinschule GS II (Konstanze Pfister, Nadine Decker, Franziska Mader, Corinna Schriefer) vor der 1. Mannschaft Nina und Markus (Melanie Mühlmeister, Anna Jähnigen, Paul Hollerbach, Michelle Braun) und holte sich somit den Pokal.

Bei der offenen Mixed-Staffel über 6 x 50m Freistil verwies in diesem Jahr die 1. Mannschaft WW Diablos (Vincent Liebig, Bernd Haas, Christopher Krois, Christoph Birkmann, Frank Schmidt, Jennifer Leicht) den Vorjahressieger 1. Mannschaft CJT & Friend's (Christoph Hacker, Christoph Kämmerer, Sonja Gaag, Nergis Kuru, Markus Schöneich, Marcella Oberst) auf den 2. Platz und holte sich somit den Wanderpokal. Den 3. Platz erschwamm sich wie im letzten Jahr die 1. Mannschaft Oldies but Goldies (Nina Hueber, Julia Oberst, Stephanie Bajus, Michael Wunsch, Michael Schneider, Christian Gärtner).

Bei den traditionellen Familienstaffeln über 3 x 50m Freistil mixed gewann die Familie Liebig den Wanderpokal. Zweite wurde in einem spannenden Endspurt die Familie Oberst vor der Familie Fankhänel. Auf den weiteren Plätzen folgten die Familien Müller/Röthling, Conrad/Tissot, Schadde, Turba, Mader, Lutz, Felsberger, Gärtner, Lederer, Wilsdorf, Müller und Kolb.



Parallel zu den Stadtmeisterschaften bestand für alle die Möglichkeit im Schwimmen über verschiedene Distanzen Leistungen für das Sportabzeichen zu erbringen. Vom Veranstalter: Barmer Lauf, Bayerischer Landessportverband e.V., Bayerische Sportjugend (BSJ) im BLSV e.V. und TV 1877 e.V. standen qualifizierte Betreuer zur Verfügung. Von 8.00 – 12.00 Uhr nutzten ca. 20 Schwimmerinnen und Schwimmer vereinsunabhängig diese Möglichkeit. Davon haben sich 12 Teilnehmer spontan vor Ort entschlossen, Leistungen für das Sportabzeichen zu erbringen. Am stärksten vertreten waren dabei junge Schwimmerinnen. Bei Interesse können die Leistungen für das Sportabzeichen nach Absprache das ganze Jahr über erbracht werden.

#### **Jahrgangsstadtmeister über 50m Schmetterling:**

Stephanie Bajus, Melanie Zehentbauer, Sabrina Brantl, Charlotte Gärtner, Nadja Zehentbauer, Isabella Wittner, Ines Lehnert, Konstanze Pfister; Markus Schöneich, Christoph Hacker, Manuel Neumann, Daniel Henselmann, Moritz Hohmann, Jonas Fankhänel, Max Schmidt



#### **Jahrgangsstadtmeister über 100m Schmetterling:**

Julia Oberst, Jennifer Leicht, Sonja Gaag, Jana Gösl; Christoph Kämmerer, Michael Schneider, Fabian Oriold, Vincent Liebig, Jan Fankhänel

#### **Jahrgangsstadtmeister über 200m Lagen:**

Stephanie Bajus, Jennifer Leicht, Sonja Gaag, Kathrin Britting, Johanna Siebenkees, Sabrina Decker, Isabella Wittner; Markus Schöneich, Christoph Hacker, Michael Schneider, Vincent Liebig, Jan Fankhänel, Christoph Britting

#### **Jahrgangsstadtmeister über 50m Rücken:**

Nina Hueber, Nina Felsberger, Charlotte Gärtner, Sabrina Dier, Maike Hofmann, Corinna Schriefer, Franziska Mader, Corinna Rauschenbach, Svenja Lederer; Markus Schöneich, Thomas Jennemann, Florian Heublein, Benjamin Schadde, Manuel Neumann, Konstantin Schadde, Christoph Britting, Lukas Hofer, Jonas Fankhänel, Max Schmidt, Anton Gärtner



#### **Jahrgangsstadtmeister über 100m Rücken:**

Julia Oberst, Jennifer Leicht, Sonja Gaag, Kathrin Britting, Jana Gösl, Sabrina Decker; Christoph Kämmerer, Michael Schneider, Matthias Baier, Vincent Liebig, Jan Fankhänel

### **Jahrgangsstadtmeister über 50m Freistil:**

Stephanie Bajus, Annemarie Bening, Kathrin Britting, Sabrina Brantl, Jana Gösl, Carina Jahn, Rike Weimann, Ines Lehnert, Franziska Mader, Milena Mühlmeister, Dominique Freisleben; Markus Schöneich, Christoph Hacker, Florian Heublein, Benjamin Schadde, Manuel Neumann, Daniel Henselmann, Daniel Walcher, Lukas Hofer, Jonas Fankhänel, Max Schmidt, Simon Weichselbaum, Lars Wilsdorf

### **Jahrgangsstadtmeister über 100m Freistil:**

Julia Oberst, Jennifer Leicht, Sonja Gaag, Kathrin Britting, Sabrina Brantl, Jana Gösl, Sabrian Decker, Maike Hofmann; Christoph Kämmerer, Michael Wünsch, Michael Schneider, Florian Heublein, Vincent Liebig, Jan Fankhänel, Paul Hollerbach



### **Jahrgangsstadtmeister über 50m Brust:**

Stephanie Bajus, Ines Turba, Melanie Zehentbauer, Nina Felsberger, Marleen Turba, Nadine Ottmann, Rike Weimann, Ines Lehnert, Franziska Mader, Zoe Mayer, Svenja Lederer; Markus Schöneich, Michael Wünsch, Matthias Baier, Benjamin Schadde, Manuel Neumann, Konstantin Schadde, Daniel Walcher, Lukas Hofer, Jonas Fankhänel, Max Schmidt, Anton Hollerbach

### **Jahrgangsstadtmeister über 100m Brust:**

Julia Oberst, Jennifer Leicht, Sonja Gaag, Sabrina Brantl, Marleen Turba, Nadine Ottmann, Maike Hofmann; Christoph Kämmerer, Michael Schneider, Frank Oriold, Vincent Liebig, Jan Fankhänel, Daniel Walcher, Moritz Hohmann



# Silber für CJT-Triathletinnen

Lauf Mädchen sind bayerischer Schul-Vizemeister



Die Mädchenmannschaft des CJT-Gymnasiums Lauf hat bei der bayerischen Schulmeisterschaft im Triathlon Platz zwei geholt.

**LAUF (cjt)— Beim Landesfinale Triathlon der bayerischen Schulen gelang der Mädchenmannschaft des CJT-Gymnasiums ein Überraschungserfolg. In der Altersklasse II (Jahrgänge 1989 – 1992) belegten sie den zweiten Platz.**

Die erste Disziplin, das Schwimmen, wurde im Freibad der Stadt Eichstätt absolviert. 200 Meter waren zurückzulegen und Sonja Gaag, Laura Wiesel und Marcella Oberst legten mit einer sehr guten Gesamtzeit die Grundlage für den späteren Erfolg.

Im Gegensatz zu außerschulischen Triathlonveranstaltungen wurde der Wettkampf nach dem Schwimmen unterbrochen und die Mädchen durften sich in aller Ruhe umziehen. Das Radfahren und das Laufen fand etwas später auf dem Sportgelände des SV Marienstein statt.

3000 Meter waren auf dem Mountainbike zurückzulegen und dann ging es unmittelbar anschließend auf die Laufstrecke. Auf 1500 Metern galt es noch einmal alle Reserven zu mobilisieren, um für die Mannschaft eine möglichst gute Zeit zu erlaufen.

Am Ende belegten die Allroundsportlerinnen des CJT-Gymnasiums hinter den Triathlonspezialisten der Realschule Hilpoltstein einen hervorragenden zweiten Platz.

Auch eine Jungenmannschaft des CJT-Gymnasiums war in der Altersklasse II in Eichstätt am Start. Michael Müller, Michael Stiel, Tobias Rackl, Siegfried Staar und Joachim Busch hatten die gleichen Distanzen zurückzulegen wie die Mädchen. In einer Konkurrenz, die mit vielen Kaderathleten des Bayerischen Triathlonverbands hochkarätig besetzt war, schlugen sie sich beachtlich und belegten schließlich den 7. Rang.

Ein Gemeinschaftsteam von Montessori-Schule und Kunigundenschule Lauf belegte den 10. Rang. Es starteten Victor Gradert, Patrik Klose und Robin Deglmann.

In der Wettkampfklasse III der Jungen (Jahrgänge 1992 – 1995) war ebenfalls ein Gemeinschaftsteam von Montessori-Schule und Kunigundenschule am Start. Christian Meier, Raphael Maul, Jan Eisfeld und Lukas Spitzbart belegten am Ende den 9. Rang.



# Zweimal Silber für Peter Müller bei Deutschen Schwimmmeisterschaften

## Bayerischer Sprintmeister über 100m Freistil auch auf Bundesebene erfolgreich

FÜRTH/REGENSBURG - Die SG Fürth veranstaltete vor zwei Wochen die Bayerischen Meisterschaften der Masters im Schwimmen 2007 für die Kurzstrecken. In dem neu gestalteten Freibad am Scherbsgraben kämpften 466 Aktive aus 79 Vereinen um den Titel eines Bayerischen Meisters. Dabei konnte der Laufer Schwimmer Peter Müller (SG Lauf) seinen Erfolg von den Langstrecken komplettieren und bei allen fünf Starts Platzierungen unter den ersten drei erreichen.

Das beste Ergebnis erzielte der Röthenbacher Realschulrektor über 100m Freistil, hier wurde er in 1:01,40 min. unangefochten Bayerischer Meister in der Altersklasse 50.

In einem Kopf-an-Kopf-Rennen über 50m Freistil musste sich der Laufer Schwimmer in 0:27,68 min. dem bayerischen Rekordhalter Stefan Baumgärtel aus Regensburg mit zwei Zehntelsekunden Differenz geschlagen geben und mit dem zweiten Platz zufrieden sein. Weitere Vizemeisterschaften erzielte der Mastersschwimmer über 200m Freistil in 2:19,70 min. und 100m Schmetterling in 1:15,84 min. jeweils in deutlichem Vorsprung vor den nachfolgenden Schwimmern. Den fünften Start absolvierte Müller über 50m Schmetterling, auch hier gelang ihm eine Platzierung auf dem Treppchen, die Zeit von 0:30,9 min. bedeutete den dritten Rang.



Nach den insgesamt acht Medaillen auf bayerischer Ebene trat Peter Müller am vergangenen Wochenende bei den Deutschen Meisterschaften in Regensburg an. 312 Vereine schickten in der Drei-Flüsse-Stadt fast 1200 Schwimmer/innen an den Start.

Mit zwei Titeln als Deutscher Vizemeister gelang dem Laufer Schwimmer eine eindrucksvolle Bilanz bei seinen drei Starts.

Das härteste Rennen schwamm Peter Müller über 100 m Freistil. Bis etwa 80 m führte der Sportler deutlich vor seinen Konkurrenten, musste dann aber seinem hohen Anfangstempo Tribut zollen und sich dem Düsseldorfer Ernst Denzer um 6 Zehntelsekunden geschlagen geben. Mit der Zeit von 1:01,39 min. erzielte der Schwimmsenior seine erste Platzierung auf dem Treppchen.

Die 200m Freistil machten Bayerns Schwimmer unter sich aus. Peter Müller erkämpfte sich hier den zweiten Platz in 2:16,16 min. hinter Klaus Dahlinger aus München. Dabei starteten die beiden Schwimmer über 100m in 1:06 min., einer Zeit, die bei den bayerischen Meisterschaften kein weiterer Schwimmer über 100m Freistil als Einzelstrecke erreicht hatte.

Größte Konkurrenz gab es über 50m Schmetterling. Hier musste Peter Müller gegen den ehemaligen Europarekordhalter und Olympiamedaillengewinner Peter Nocke von den Wasserfreunden Wuppertal antreten. In der Zeit von 0:29,91 min. verbesserte der Laufer Schwimmsenior seine Zeit von den Bayerischen um eine Sekunde und erreichte den 5. Rang.

## Lara Reiser mit zwei Deutschen Rekorden



Bei den 21. Internationalen Deutschen Meisterschaften im Schwimmen im Berliner Europa Sportpark holte unsere Schwimmerin Lara Reiser (Jahrgang 1993) zwei deutsche Rekorde.

Lara Reiser ging mit drei Goldmedaillen sowie einer Silbermedaille nach Hause und freute sich über zwei Deutsche Rekorde. Gleich zu Veranstaltungsbeginn gelang der jungen Ausdauerspezialistin eine nationale Bestmarke über 800m Freistil und über 200m Brust war sie dann ebenfalls so schnell wie bislang keine deutsche Konkurrentin. Vor allem ihre erstaunlichen Leistungssteigerungen rückten sie noch deutlicher in den Fokus der Verbandstrainer.

Bei den Paralympics in Peking 2008 werden wir Lara als Aktive noch nicht erleben können, aber für London 2012 rechnen wir fest mit ihr!

**S ELEKTRO**  
**STIEL** 

**90411 Nürnberg, Klingenhofstraße 60**

**Telefon 0911 562011**

**Telefax 0911 562055**

**E-Mail: [info@elektro-stiel.de](mailto:info@elektro-stiel.de)**

**[www.elektro-stiel.de](http://www.elektro-stiel.de)**

# SG-LAUF Jahresplanung 2008

aktuelle Liste unter [www.sg-lauf.de](http://www.sg-lauf.de)

Tag	Datum	Zeit	Veranstaltung	Ort
	ab 22.12.		<b>Weihnachtsferien bis 06.01.08</b>	
Mo	07.01.08		Trainingsbeginn	
WE	19.-20.01.		29. Intern. Jahrgangsschwimmen	Bad Reichenhall
	<b>04.-09.02.</b>		<b>Winterferien</b>	
			Anmeldung Wassergewöhnungs- und Anfängerschwimmkurse	Lauf
Sa	23.02.	9:00	5. Frühjahrs Sprinter Meeting	Forchheim
WE	08.-09.03.		Bayerische Meisterschaften Lange Strecken MASTERS	Bayreuth
	15.-22.03.		Trainingslager SG-LAUF	
	18.-24.03.		<i>Europameisterschaften</i>	<i>Eindhoven/NL</i>
			Hauptversammlung SG-LAUF	Lauf
	<b>17.-29.03.</b>		<b>Osterferien</b>	
Sa	12.04.	9:00	Kreismeisterschaften	Lauf, CJT Hallenbad
	09.-13.04.		<i>Weltmeisterschaften</i>	<i>Manchester/GB</i>
	14.-19.04.		<i>Deutsche Meisterschaften</i>	<i>Berlin</i>
Sa	19.04.	8:00	16. Offenes Kinderschwimmen	Forchheim
			SG-Freizeit	
WE	25.-27.04.		4. Intern. Speedo Schwimm Meeting	Regensburg
WE	03.-04.05.		11. TB Erlangen Einladungsschwimmen	Erlangen
	<b>13.-24.05.</b>		<b>Pfingstferien</b>	
WE	07.-08.06.		Bayerische Meisterschaft; Kurze Strecke MASTERS	
So	22.06.		2. Nürnberger Sprintermeeting des TSV Altenfurt	Nürnberg, Stadionbad
	27.-29.06.		Altstadtfest	Lauf
WE	28.-29.06.		7. Intern. Pulverseeschwimmen	Nürnberg Bayern 07
So Mo	06.-07.07.	13:30	201. Kunigundenfest Teilnahme mit Festwagen So/Mo	Lauf
Sa		8:00	Stadtmeisterschaften Lauf + Sportabzeichen	Lauf, Freibad
WE			Haberloh-Kirchweih TV 1877	Lauf, Haberloh
WE	12.-13.07.		Mittelfränk. Bezirksmeisterschaften	Fürth
			Sommerfest SG-Lauf	Lauf
WE	25.-26.07.		Bayerische Meisterschaften	Erlangen
	<b>4.8.-15.9.</b>		<b>Sommerferien</b>	
	09.-17.08.		<i>Olympiade - Schwimmen</i>	<i>Peking/China</i>
Mo	22.09.	19:00	Trainingsbeginn alle Gruppen	Lauf
			Anmeldung Wassergewöhnungs- und Anfängerschwimmkurse	Lauf

## Das Trainingswochenende SG-Lauf!

2007 hat die SG-Lauf **47** Schwimmerinnen und Schwimmern zu einem Trainingswochenende vom 19. bis 21. Oktober 2007 eingeladen.

Insgesamt wurden vier Trainingseinheiten in den Hallenbädern geschwommen:

Bertlein- bzw. Kunigundenschule (jüngere Aktive)

**Freitag, 19. Oktober 2007, 18:00 - 20:00 Uhr**

**Samstag, 20. Oktober 2007, 10:30 - 12:30 Uhr**

CJT-Gymnasium (Leistungs- u. Fördergruppen)

**Samstag, 20. Oktober 2007, 10:30 - 12:30 Uhr**

**Sonntag, 21. Oktober 2007, 7:00 - 8:30 Uhr**



Es konnten jeweils nur beide Tage zusammen gebucht werden! Alle Anmeldungen wurden berücksichtigt.

Ein herzliches Dankeschön an die Betreuer, ohne deren Einsatz das TWE überhaupt und insbesondere die Aufteilung auf zwei Gruppen, nicht möglich gewesen wäre.

Gruppe Bert/Kuni: Michi Müller und Michi Stiel am Freitag zum Aufwärmen. Nina Hueber, Babsi Lederer und Helga Herrgottshöfer am Freitag im Bad, sowie am Samstag als Ersatz für Nina Werner Sommer. Die Gym-Gruppen wurden von Christian Gärtner, Nina Hueber und Diana Ludewig am Samstag, am Sonntag von Markus Rössel, Christian Gärtner und Stephanie Bajus betreut.

Nach dem gemeinsamen **Mittagessen** bei Platzi (TV 1877) gab es am Samstag Spaß und Spiel mit unseren Jugendwarten.

Im Spiegelsaal bot Sonja Gaag, unterstützt durch Heike Otte, den Workshop **Cappoeira** (brasilianischer Kampftanz) an, der mit großer Begeisterung der Teilnehmer absolviert wurde.

Bei Platzi besuchten die Kids nacheinander drei Workshops mit verschiedenen Themen bei Michi Wünsch, Diana Ludewig, Stephanie Bajus, Julia Oberst und Christoph Kämmerer.

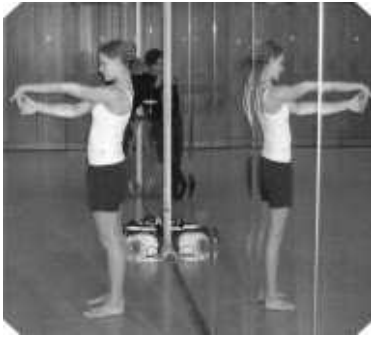
Workshop 1 **Internetauftritt der SG-LAUF**. Die Aktiven lernten die Site und die Inhalte kennen, wurden zur Anmeldung im geschützten Bereich motiviert und gaben konstruktive Rückmeldung aus User-Sicht.

Workshop 2 **Berichte fürs Speed und Internet erstellen**. Die Aktiven gestalteten eigene Berichte, die sowohl im Speed als auch im Internet veröffentlicht werden. So wurde die Motivation am Internet und für das Speed gesteigert. Die Kleineren erhielten Malstifte und brachten Farbe in die vorbereiteten Baderegeln. Jeder bekam ein eigenes Blatt zum Ausmalen und zum mit nach Hause nehmen.

Workshop 3 **Trainingspläne für die jeweils eigene Gruppe erstellen**. Die Aktiven setzten sich mit den Trainingsinhalten auseinander und werden Anfang 2008 nach ihrem eigenen Plan eine Trainingseinheit schwimmen. Dies soll die Motivation zu Jahresbeginn steigern.

So verging die Zeit wie im Flug und schon bald wurden die Aktiven von ihren Eltern abgeholt. Fazit: Die Gruppenaufteilung ist ebenso gut angekommen wie das Samstagnachmittag-Programm. Ach ja, geschwommen wurde auch. Einige Rückmeldungen dazu können Sie in den „Erlebnisberichten“ der Kids nachlesen. Dass es sportlich auch eine gute Grundlage für die kommenden Wettkämpfe war, zeigen die guten Ergebnisse in Fürth und Erlangen sowie beim 22. Pokal-Weihnachtsschwimmen!

Frank Hacker



Hier die Ergebnisse aus unserem Workshop 2 beim Trainingswochenende.  
Wir sammelten Berichte zum TWE, zu den Gruppen,  
zum "Schwimmstiel" und zu "Wetkemfe". Viel Spaß beim Lesen:

### Trainingswochenende

*Weil wir uns verbessern wollten und weil wir uns gedacht haben es ist schön ein Wochenende mit Freundinnen aus der SG-Lauf zusammenzusein und neue kennen zu lernen. Was für uns neu war: ist Delphinsprünge, Delphinseitenlagen, Rigschafahren, Schupkarenfahren, Badewannenschwimmen und noch viel mehr. Sicher haben wir unsere Technik und Schnelllichkeit verbessert. Der Kampftanz hat uns gefallen und das Mittagessen hat uns geschmeckt. Uns hat das ganze Trainingswochenende gefallen.*



Das Schönste war der Kampfsport wir haben von Sonja Das Kämpfen gelernt. Schwimmen und Tauchen war schön ich freue mich aufs nächste Trainingslager.

*Super!!! Es hat mir gut gefallen weil: Wir haben viel gelernt und es hat viel spaß gemacht. Das Essen hat auch gut geschmeckt.*



Wir schwimmen bei Babsi in der Bertleinschule und haben uns für das Dreiningswochenende angemeldet. Wir schwammen auch in der Kunigundenschule. Wir haben Delfinsprünge, Schupkarenfahren, Rick-schafahren und ser vil Technik gelernt. Es gab bei Platzi ein leckeres Mittagessen mit Nachtsch. Mit Sonja und Heike machten wir spiele und jetzt giebt es noch Berichte und Informatzionen.

Was wir in der SG machen: Wir lernen Schwimmen. Und manchmal spielen wir auch Spiele. Es sind auch gans nette Schwimmlerer. Wir freuen uns auf euch. Eure SG.

*Im Träningswochenende schwimmt man Freitag, Samstag und manch am Sonntag.*

*Am Freitag Abend den 19.10.07 began das Trainingswochenende mit den Kleinsten in der Bertleinschule. Dafür mussten die Großen schon um 10 Uhr auf den Beinen sein um ihr Training zu absolvieren. Sie mussten 2 Stunden hart trainieren um sich danach bei Platzi ein gutes Mittagessen mit leckeren Dessert zu verdienen. Nachdem sie Kräfte zu sich genommen hatten, durften die Kleinen in den Spiegelsaal und die Großen mussten sich in drei kleine Gruppen aufteilen. Aber später tauschten die Kleinen mit den Großen und alle hatten noch einen schönen Tag!*



Freitag, Samstag – Bertleinschule Wasser tif – Guniguntenschule Wasser nicht so tif.



Drei verschiedene Bahnen wurden eingeteilt. Haben uns erste einmal aufgewärmt. In Bertleinschule Freitag, Samstag mit Mittagessen. Trainer: Babsi, Helga, Nina. Technik + Schnelligkeit gelernt. Kunigundenschule = kann man besser Delphinsprünge machen!

Freitagabend Bertleinschule. Samstag Kunigundenschule/Delfinsprünge. Waagrecht schwimmen. Trainer: Nina am Freitag, Babsi und Helga am Samstag. Gruppe: schnell, zugig, training, ausdauer, technik, starts. Wasser man konnte über all stehen.



Wir können besser schwimmen! Wir lernen mehr bessere Startegien!

Wir haben Spaß! Wir haben uns angemeldet weil: Weil wir lernen wollen. Und weil wir für Wettkämpfe üben wollen. Wie sind wir in einer Gemeinde zusammen: Mit Freude und netligkeit. Ohne Hass, Zoff und Streit!

Freitag abend 18 Uhr bis Samstag 16 Uhr. Nach der Begrüßung wärmten wir uns mit den 2 Michis in der Pausenhalle auf. Hier war Aufwärmen etwas abwechslungsreicher als sonst in der Schwimmhalle. Die Komandos wurden durch Pfeifen oder Klatschen gegeben, dass wir das Tempo steigerten oder verlangsamten. Nach ca. 10 minuten aufwärmen gings zum umziehen und Duschen; und ab in die Schwimmhalle. Nun wurden wir in 3 Leistungsgruppen eingeteilt. Dadurch wurde unsere Technik und Schnelligkeit verbessert. Unsere Trainer Nina, Helga und Babsi und Werner haben uns Technische Knifs und Triks für unsere Optimale Schwimm Lage beigebracht. Vorteile der Bertleinschule: Besser für Startsprünge und Rollwenden. Kunigundenschule: Besser für Delfinsprünge und das Becken Quer besser nutzen kann. Am Samstag gab es anschliesend Mittagessen und Sport und Spiele.

### Über unsere Gruppe

Wir haben in der Bertleinschule, Gimnasium Schwimmtraining unsere Schwimmlehrer sind: Nina und Markus wir Treniren einmal in der Woche.

### Schwimmstil

Zu Brust: Man muss ein Tauchzug. Man mus nach dem Tauchzug einen Brustzug auf Tauchen. Denn Brusttauchzug unter Wasser.

### Wettkämpfe

Es ist schön Wetkempff mitmachen.  
Ich mak Sizarungen.



Die SG-Kinder!

# Die Schwimm- gemeinschaft Lauf ist online



... und das schon seit fast einem Jahr!

Vor gut einem Jahr ist unsere neue, funktionsreiche Website ins Internet gestellt worden, wo sie seitdem unter der Adresse [www.sg-lauf.de](http://www.sg-lauf.de) erreichbar ist. Damals war sie noch recht kahl, nur die nötigsten Informationen waren vorhanden, doch als sie dann Anfang Mai offiziell in die Hände der SG Lauf gelegt wurde, ging es stetig voran.

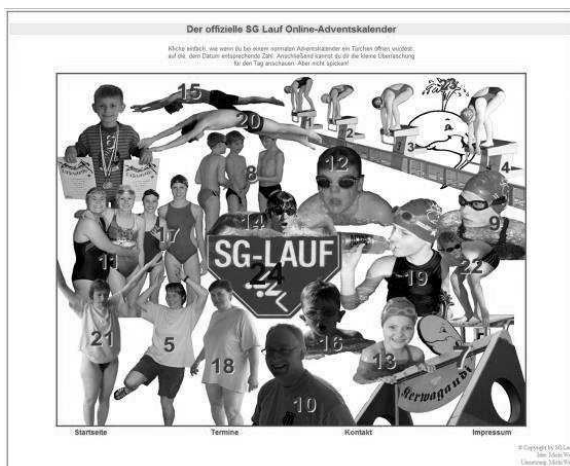
## Was sich schon getan hat

Zunächst wurden die wichtigsten Informationen über die SG Lauf veröffentlicht, wie Mitgliedsbeiträge, Liste der Funktionäre und Trainer, Hallenbelegungsplan und vieles mehr. Anschließend kam die umfangreiche Terminliste. Hier haben wir besonders auf die Benutzerfreundlichkeit geachtet, denn zu den wichtigen Terminen gibt es noch zusätzliche Informationen die man direkt über das „I“-Symbol erreichen kann.

Außerdem haben wir natürlich ständig die Neuigkeiten, Veranstaltungen und Wettkämpfe auf der Startseite als News veröffentlicht.



Die Startseite der Website der SG Lauf mit den aktuellen News



Online Adventskalender der SG Lauf

Nachdem also alle allgemeinen Informationen online waren, konnten wir beginnen die speziellen Inhalte für die Mitglieder der SG Lauf aufzubauen. Dazu gehörte zum Beispiel die Fotogalerie, die Bestenliste und nicht zu vergessen der Mitgliedsbereich. Letzterer bestand zwar schon, jedoch musste darauf geachtet werden, dass sich hier hauptsächlich Mitglieder und Funktionäre der SG anmelden.



Schließlich stand schon fast der Dezember vor der Tür und so begann ich Anfang November das erste größere Projekt für die Website: Den offiziellen SG Lauf Online Adventskalender. Das Ergebnis lässt sich noch immer jeden Tag auf der Website begutachten. Natürlich verstecken sich hinter den ‚Türchen‘ keine anspruchsvollen Rätsel oder Gewinnspiele, sondern eher kleinere Rätsel über die SG Lauf, Witze, Scherzfragen und erstaunliche Fakten. Das besondere an diesem Adventskalender ist das er für jedermann zugänglich ist und speziell auf die SG Lauf bezogen ist.

## Was noch kommen kann

Die wichtigsten Inhalte sind online, es werden ständig News veröffentlicht und Fotos werden hochgeladen. Durch all dies versuchen wir, immer dafür zu sorgen, dass die Website auf dem neusten Stand ist und jeden überall über die SG Lauf informieren kann.

Neue Funktionen können wir vor allem für die registrierten Mitglieder anbieten, die schon jetzt die Möglichkeit haben untereinander Nachrichten zu schreiben. Dies können wir demnächst durch ein Forum ergänzen. Auch Umfragen im Kreise der SG Lauf wären möglich.

Wir würden uns freuen wenn du uns auf unserer Website besuchen würdest und dich vielleicht sogar registrierst. Falls du noch Fragen, Kritik oder Verbesserungsvorschläge hast, nutze einfach das Kontaktformular auf unserer Website, oder schreibe direkt eine E-Mail an [admin@sg-lauf.de](mailto:admin@sg-lauf.de). Wir freuen uns immer über Anregungen.

Michael Wunsch  
*Website –Administrator*



## Die Kuriosität des Schwimmsports

(Über die fünfte „Schwimmart“ und warum wir sie nie am Wettkampf schwimmen)

Das Rätselraten fing einmal im Schwimmtraining an. Unser Trainer Markus sagte uns, wir sollen 50 Meter Schmetterling schwimmen. Ich habe mir nichts weiter dabei gedacht und bin halt ‚Schmetterling‘ geschwommen, dachte ich jedenfalls. Doch als ich wieder ankam, wurde mir gesagt ich sollte doch Schmetterling schwimmen, nicht Delfin. Hää? Was soll denn das jetzt?! Ich dachte Delfin und Schmetterling wäre dasselbe, zugegeben am Anfang habe ich mich schon gefragt warum es da zwei Bezeichnungen für eine Schwimmart gibt, aber nachdem fast jeder mal diese, mal diese benutzte, dachte ich die Bezeichnungen meinen beide dieselbe Schwimmart. Doch weit gefehlt!



Ich fragte also nochmal nach, was denn nun eigentlich der Unterschied zwischen Delfin und Schmetterling sei und unser Trainer Markus, der ja Sportstudent ist, konnte mir eine Antwort geben, die ungefähr Folgendes zum Inhalt hatte:

Bei Schmetterling schwimmt man Brustbeine und bei Delfin dagegen die üblichen Delfin-Kicks. Die Armbewegungen sind bei beiden Bezeichnungen gleich, sie unterscheiden sich eben nur in den Beinbewegungen.

Das Ganze kommt daher, dass sich Schmetterling (=mit Brustbeinen) aus Brust entwickelt hat. Dabei hat man zunächst nur die Arme über den Kopf hinweg wieder zusammengeführt, um weniger Wasserwiderstand zu haben, und die Beinbewegung wie bei Brust beibehalten. Da dieser Bewegungsablauf zwischen Armen und Beinen wie die Form eines Schmetterlings aussah, hat man dieser neuen Schwimmart die Bezeichnung Schmetterling gegeben. Daraus entwickelte sich nun wieder unser heutiges Delfin. Man erkannte dass man sich das Schmetterlingschwimmen vereinfachen konnte, indem man anstatt Brustbeinen die typischen Delfin-Kicks macht. Diese Kicks sahen denen eines Delfins mit seiner Schwanzflosse ähnlich, wodurch diese Schwimmart ab sofort ‚Delfin‘ hieß. Damit hatte man zwei sehr ähnliche „Schwimmarten“ mit unterschiedlichen Bezeichnungen geschaffen. Man könnte also sagen es gibt hier zwei Versionen von ein und derselben Schwimmart.



Nun galt ab sofort Delfin offiziell als die vierte Schwimmart nach Brust, Rücken und Kraul. Deshalb schwimmen wir auch heute noch Delfin an Wettkämpfen. Das kuriose ist nur, dass in allen Wettkampfausschreibungen, Meldeergebnissen und Protokollen Delfin als Schmetterling bezeichnet wird. Streng nach Bezeichnung müssten wir also Schmetterling schwimmen, was bedeuten würde wir müssten Brustbeine schwimmen. Laut Wettkampfbestimmungen sind aber Brustbeine nicht erlaubt, daher ist es zwingend notwendig, dass wir Delfin schwimmen.



Eine Ausnahme hierbei sind die sogenannten Masters Wettkämpfe. An diesen können alle über 20 Jahren teilnehmen. Hier ist dann auch das richtige Schmetterling, also mit Brustbeinen erlaubt. Aber eben nur an Masters Wettkämpfen.

Hier nochmal zur Übersicht die Unterschiede der beiden Bezeichnungen:

Schmetterling	Delfin
Arme sind bei beiden gleich	
Brustbeine	(Delfin-) Kicks
Darf von über 20 Jährigen <u>nur</u> an Masters Wettkämpfen geschwommen werden	<u>Muss</u> von allen am normalen Wettkampf geschwommen werden
Ist die Bezeichnung für Delfin im Wettkampf	



Da sieht man mal wie seltsam der Schwimmsport sein kann. Aber wichtig ist eigentlich nur, dass ihr jetzt nicht am Wettkampf Brustbeine bei Delfin schwimmt. Immer daran denken: Obwohl da Schmetterling steht musst du Delfin schwimmen oder noch besser: mach es einfach wie bisher, das war bestimmt richtig.

**Erlanger Nikolausschwimmen  
am 25.11.2007**

WK	Name	Jahrgang	Zeit	LEN	Platz
100B	Oberst Marcella	1991	01:41,20	282	2.
100F	Oberst Marcella	1991	01:20,30	296	2.
100R	Oberst Marcella	1991	01:38,03	224	1.
100S	Oberst Marcella	1991	01:49,29	138	2.
100B	Bühler Stefanie	1993	01:40,04	292	3.
100F	Bühler Stefanie	1993	01:30,66	205	3.
100R	Bühler Stefanie	1993	01:37,06	231	3.
100S	Bühler Stefanie	1993	01:41,03	175	3.
100B	Gösl Jana	1994	01:44,98	252	3.
100F	Gösl Jana	1994	01:15,46	356	3.
100R	Gösl Jana	1994	01:29,39	296	2.
50F	Gösl Jana	1994	00:33,16	385	2.
50R	Gösl Jana	1994	00:39,45	367	2.
50S	Gösl Jana	1994	00:39,09	279	2.
100B	Hofmann Maike	1996	01:52,55	205	5.
100F	Hofmann Maike	1996	01:30,42	207	9.
50F	Hofmann Maike	1996	00:39,11	234	2.
50R	Hofmann Maike	1996	00:47,55	209	2.
50S	Hofmann Maike	1996	00:53,00	112	5.
50B	Wagner Leonie	1998	01:02,43	117	19.
50F	Wagner Leonie	1998	01:06,09	48	21.
50R	Wagner Leonie	1998	01:13,93	55	29.
50B	Mader Franziska	1998	00:51,14	213	2.
50F	Mader Franziska	1998	00:38,65	243	2.
50R	Mader Franziska	1998	00:44,53	255	1.
50B	Braun Michelle	1998	01:05,64	101	22.
50F	Braun Michelle	1998	00:49,39	116	10.
50R	Braun Michelle	1998	00:55,23	133	13.
50B	Stiegler Sarah	1999	01:31,58	37	29.
50R	Stiegler Sarah	1999	01:24,54	37	29.
50B	Mayer Zoe	1999	01:05,93	99	18.
50F	Mayer Zoe	1999	01:08,90	42	25.
50F	Mayer Moana	1999	00:56,94	76	17.
50R	Mayer Moana	1999	00:56,65	124	9.

## Ergebnisse

100B	Schneider Michael	1991	01:29,99	286	1.
100R	Schneider Michael	1991	01:24,42	253	1.
100S	Schneider Michael	1991	01:29,01	185	1.
50B	Schneider Michael	1991	00:39,58	323	1.
50F	Schneider Michael	1991	00:28,99	415	1.
100B	Oriold Frank	1992	01:41,86	197	1.
100F	Oriold Frank	1992	01:24,58	180	2.
100R	Oriold Frank	1992	01:40,14	152	2.
50S	Oriold Frank	1992	00:44,20	146	2.
50B	Mühlig Konstantin	1995	00:49,46	165	4.
50F	Mühlig Konstantin	1995	00:40,88	148	8.
50R	Mühlig Konstantin	1995	00:48,61	132	3.
50S	Mühlig Konstantin	1995	00:54,60	77	5.
100F	Henselmann Daniel	1995	01:28,40	158	5.
100R	Henselmann Daniel	1995	01:57,33	94	6.
50F	Henselmann Daniel	1995	00:37,60	190	5.
50R	Henselmann Daniel	1995	00:46,73	149	2.
50S	Henselmann Daniel	1995	00:54,68	77	6.
50B	Reinecke Marc	1997	01:05,43	71	6.
50F	Reinecke Marc	1997	01:00,16	46	8.
50R	Reinecke Marc	1997	01:11,71	41	9.
50S	Reinecke Marc	1997	01:22,80	22	9.
50B	Wilsdorf Eric	1999	01:07,46	65	13.
50F	Wilsdorf Eric	1999	01:06,58	34	11.
50R	Wilsdorf Eric	1999	01:23,58	26	19.
50B	Schmidt Max	1999	00:59,92	93	5.
50F	Schmidt Max	1999	00:44,48	115	1.
50R	Schmidt Max	1999	00:57,69	79	4.
50S	Schmidt Max	1999	01:02,82	51	4.

Markus Rössel und Helga Herrgottshöfer haben eine Mannschaft beim Erlanger Nikolausschwimmen betreut. Es ist schon eine große Herausforderung für unsere Jüngsten auf der 50m-Bahn der Hanna-Stockbauer-Halle. Die Ergebnisse können sich jedenfalls sehen lassen.

## **43 persönliche Rekorde der SG Lauf beim 31. Fürther Kinderschwimmen in Fürth**

Auch in diesem Jahr nahmen 15 aktive Schwimmerinnen und Schwimmer der SG Lauf, gut betreut von Helga Herrgottshöfer, Barbara Lederer, Christian Gärtner und Markus Rössel am schon traditionsreichen Fürther Kinderschwimmen teil.

Unsere Teilnehmer starteten gegen eine große Konkurrenz im Becken. 15 Vereine mit 313 gemeldeten Aktiven absolvierten 917 Einzelstarts. Es herrschte eine ruhige Wettkampfatmosphäre bei gewohnt guter Organisation. Unsere jungen Schwimmerinnen und Schwimmer (JG 2002–1998) starteten am Vormittag und am Nachmittag unsere schon „Etablierten“.

An 44 Einzelstarts konnten sich die Aktiven der SG Lauf gut behaupten und 43 persönliche Rekorde, 4 Vereinsjahresbestleistungen und eine persönliche Jahresbestleistung erzielen.

Als beste Laufer Schwimmerin erkämpfte sich Jana Gösl einen ersten und drei zweite Plätze gefolgt von Franziska Mader mit zwei zweiten Plätzen. Als bester Laufer Schwimmer erkämpfte sich Christoph Britting einen zweiten und Anton Gärtner einen dritten Platz.

Die weiteren Teilnehmer der SG Lauf waren: Dominique Freisleben, Svenja Lederer, Maike Hofmann, Melanie Mühlmeister, Leonie Wagner, Zoe Mayer, Moana Mayer, Milena Mühlmeister, Paul Hollerbach, Clemens Peschel und Tim Stoeßer.

Irmgard Bühler und Stephanie Bajus vertraten die SG Lauf als Kampfrichter.

Am Ende waren alle Schwimmerinnen und Schwimmer der SG Lauf, die mitge-  
reisten Betreuer und Eltern über die erzielten Leistungen und Urkunden begeistert und jeder Teilnehmer erhielt noch einen Schokoladen - Nikolaus mit auf den Heimweg.



**Fürther Kinderschwimmen  
am 11.11.2007**

Dominique Freisleben	00	50mB	1:08,92	12.
		50mR	1:16,02	14.
		50mF	1:10,31	11.
Svenja Lederer	00	50mB	1:08,92	13.
		50mR	1:27,57	15.
		50mF	1:09,55	10.
Jana Gösl	94	100mS	1:29,53	2.
		100mB	1:39,49	4.
		100mR	1:25,02	2.
		200mF	2:48,13	1.
		100mF	1:14,81	2.
Maike Hofmann	96	100mB	1:50,16	11.
		100mR	1:46,30	10.
		200mF	3:26,31	7.
		100mF	1:32,38	14.
Franziska Mader	98	100mB	1:55,49	8.
		50mS	0:47,40	2.
		100mR	1:37,82	2.
		100mF	1:37,54	8.
Melanie Mühlmeister	98	100mB	2:06,74	15.
		50mS	0:53,32	10.
		100mR	2:00,40	12.
		100mF	1:49,84	14.
Leoni Wagner	98	100mB	2:12,78	17.
		100mF	2:22,84	22.
Moana Mayer	99	100mR	2:17,80	20.
		100mF	2:21,10	23.
Zoe Mayer	99	100mB	2:26,31	20.
		100mF	2:43,81	28.
Milena Mühlmeister	99	100mB	2:23,24	19.
		100mF	2:24,77	23.
Anton Gärtner	00	50mB	1:02,30	8.
		50mF	0:59,68	3.
Christoph Britting	96	100mB	1:39,67	2.
		100mR	1:39,16	5.
		100mF	1:25,84	6.
Paul Hollerbach	97	100mB	2:07,85	6.
		100mR	2:06,33	11.
		100mF	1:43,57	11.
Clemens Peschel	98	100mR	2:05,98	14.
		100mF	2:03,32	20.
Tim Stoeßer	99	100mB	2:26,66	11.
		100mR	2:14,30	6.
		100mF	2:10,79	8.

Ergebnisse Fürther Kinderschwimmer

**Fürther Kinderschwimmen  
am 11.11.2007**





# Weihnachtspokalschwimmen 2007



Vielen Dank  
die Familien  
Hercher,  
Porzler und  
Bening, die uns  
die Fotos vom  
WPS zur  
Verfügung  
stellten, damit  
wir auf diesen  
Seiten einen  
guten Eindruck  
vom Wett-  
kampf-  
geschehen  
bekommen  
können.



## "Große" Weihnachts-Pokal-Wertung der Mädchen 2007

21 Teilnehmer		50m Schmetterling			50m Rücken			50m Brust			50m Freistil			Total			Platz	
		Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Summe		
Mühlmeister	Melanie	98	308	119	<b>2</b>	268	196	<b>1</b>	330	143	<b>7</b>	368	159	<b>1</b>	1274	617	1891	<b>1</b>
Hofmann	Maike	96	267	113	<b>11</b>	221	242	<b>2</b>	249	243	<b>4</b>	288	221	<b>3</b>	1025	819	1844	<b>2</b>
Siebenkees	Johanna	94	228	204	<b>1</b>	123	285	<b>6</b>	176	336	<b>1</b>	203	260	<b>8</b>	730	1085	1815	<b>3</b>
Decker	Sabrina	95	242	179	<b>3</b>	175	244	<b>5</b>	191	284	<b>6</b>	242	235	<b>7</b>	850	942	1792	<b>4</b>
Lehnert	Ines	97	293	108	<b>5</b>	243	140	<b>7</b>	289	206	<b>3</b>	334	176	<b>2</b>	1159	630	1789	<b>5</b>
Windsheimer	Yvonne	97	293	85	<b>12</b>	243	177	<b>4</b>	289	198	<b>5</b>	334	165	<b>4</b>	1159	625	1784	<b>6</b>
Schriefer	Corinna	97	293	98	<b>8</b>	243	198	<b>3</b>	289	146	<b>10</b>	334	159	<b>5</b>	1159	601	1760	<b>7</b>
Sautter	Sophia	97	293	120	<b>4</b>	243	103	<b>11</b>	289	137	<b>11</b>	334	150	<b>6</b>	1159	510	1669	<b>8</b>
Wittner	Isabella	96	267	133	<b>6</b>	221	148	<b>10</b>	249	190	<b>9</b>	288	148	<b>10</b>	1025	619	1644	<b>9</b>
Bühler	Stefanie	93	162	231	<b>7</b>	107	266	<b>9</b>	143	318	<b>8</b>	153	241	<b>15</b>	565	1056	1621	<b>10</b>
Gramann	Laura	95	242	145	<b>10</b>	175	205	<b>8</b>	191	214	<b>13</b>	242	193	<b>11</b>	850	757	1607	<b>11</b>
Turba	Marleen	94	228	163	<b>8</b>	123	203	<b>16</b>	176	328	<b>2</b>	203	161	<b>18</b>	730	855	1585	<b>12</b>
Herbst	Melanie	97	293	65	<b>13</b>	243	99	<b>13</b>	289	86	<b>17</b>	334	108	<b>9</b>	1159	358	1517	<b>13</b>
Högn	Celina	97	293	49	<b>15</b>	243	64	<b>17</b>	289	133	<b>12</b>	334	94	<b>12</b>	1159	340	1499	<b>14</b>
Felsberger	Nina	93	162	157	<b>18</b>	107	236	<b>12</b>	143	251	<b>15</b>	153	272	<b>13</b>	565	916	1481	<b>15</b>
Kurzdörfer	Julia	97	293	59	<b>14</b>	243	53	<b>18</b>	289	114	<b>14</b>	334	42	<b>16</b>	1159	268	1427	<b>16</b>
Herbst	Christina	94	228	108	<b>16</b>	123	205	<b>15</b>	176	164	<b>20</b>	203	210	<b>14</b>	730	687	1417	<b>17</b>
Blanz	Franziska	95	242	57	<b>20</b>	175	164	<b>14</b>	191	201	<b>16</b>	242	115	<b>19</b>	850	537	1387	<b>18</b>
Wünsch	Manuela	96	267	60	<b>17</b>	221	74	<b>19</b>	249	118	<b>18</b>	288	81	<b>17</b>	1025	333	1358	<b>19</b>
Wagner	Anna-Lena	93	162	125	<b>21</b>	107	120	<b>20</b>	143	219	<b>19</b>	153	187	<b>21</b>	565	651	1216	<b>20</b>
Herbst	Julia	93	162	157	<b>19</b>	107	110	<b>21</b>	143	175	<b>21</b>	153	194	<b>20</b>	565	636	1201	<b>21</b>

## "Große" Weihnachts-Pokal-Wertung der Jungen 2007

18 Teilnehmer		50m Schmetterling			50m Rücken			50m Brust			50m Freistil			Total			Platz	
		Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Summe	Platz	
Neumann	Manuel	94	228	254	<b>1</b>	123	281	<b>1</b>	176	260	<b>2</b>	203	307	<b>1</b>	730	1102	1832	<b>1</b>
Britting	Christoph	96	267	140	<b>2</b>	221	176	<b>2</b>	249	190	<b>1</b>	288	187	<b>2</b>	1025	693	1718	<b>2</b>
Hofer	Lukas	97	293	93	<b>3</b>	243	118	<b>4</b>	289	135	<b>3</b>	334	130	<b>4</b>	1159	476	1635	<b>3</b>
Peschel	Julian	96	267	69	<b>12</b>	221	161	<b>3</b>	249	153	<b>4</b>	288	174	<b>5</b>	1025	557	1582	<b>4</b>
Hollerbach	Paul	97	293	60	<b>6</b>	243	97	<b>6</b>	289	113	<b>4</b>	334	141	<b>2</b>	1159	411	1570	<b>5</b>
Peschel	Clemens	98	308	34	<b>10</b>	268	74	<b>5</b>	330	56	<b>8</b>	368	66	<b>7</b>	1274	230	1504	<b>6</b>
Müller	Michael	97	293	44	<b>11</b>	243	86	<b>7</b>	289	83	<b>12</b>	334	99	<b>8</b>	1159	312	1471	<b>6</b>
Czerney	Patrick	97	293	60	<b>6</b>	243	69	<b>10</b>	289	93	<b>9</b>	334	77	<b>11</b>	1159	299	1458	<b>8</b>
Hohmann	Moritz	97	293	61	<b>5</b>	243	50	<b>12</b>	289	102	<b>6</b>	334	55	<b>13</b>	1159	268	1427	<b>9</b>
Siebenkees	Valentin	95	242	115	<b>4</b>	175	109	<b>15</b>	191	165	<b>14</b>	242	180	<b>9</b>	850	569	1419	<b>10</b>
Mehler	Christoph	97	293	28	<b>15</b>	243	70	<b>9</b>	289	100	<b>7</b>	334	48	<b>14</b>	1159	246	1405	<b>11</b>
Henselmann	Daniel	95	242	108	<b>8</b>	175	132	<b>11</b>	191	116	<b>18</b>	242	192	<b>6</b>	850	548	1398	<b>12</b>
Weier	Jonathan	97	293	38	<b>13</b>	243	46	<b>14</b>	289	89	<b>10</b>	334	63	<b>12</b>	1159	236	1395	<b>13</b>
Bening	Sebastian	96	267	49	<b>16</b>	221	99	<b>8</b>	249	129	<b>10</b>	288	89	<b>15</b>	1025	366	1391	<b>14</b>
Reinecke	Marc	97	293	33	<b>14</b>	243	50	<b>12</b>	289	74	<b>13</b>	334	42	<b>16</b>	1159	199	1358	<b>15</b>
Tissot	Tassilo	94	228	119	<b>9</b>	123	119	<b>18</b>	176	163	<b>15</b>	203	217	<b>10</b>	730	618	1348	<b>16</b>
Tissot	Titus	96	267	38	<b>17</b>	221	37	<b>17</b>	249	81	<b>16</b>	288	41	<b>18</b>	1025	197	1222	<b>17</b>
Hofer	Christoph	93	162	101	<b>18</b>	107	156	<b>16</b>	143	182	<b>17</b>	153	205	<b>17</b>	565	644	1209	<b>18</b>

Der erreichte Platz berücksichtigt immer alle bis dahin erreichten Punkte

# Weihnachtspokalschwimmen 2007



**Vielen Dank auch an alle Helfer!  
Viele werden gebraucht, damit so  
ein Veranstaltung durchgeführt  
werden kann !!!**



## "Kleine" Weihnachts-Pokal-Wertung der Mädchen 2007

12 Teilnehmer			25m Schmetterling			25m Rücken			25m Brust			25m Freistil			Total			
			Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Summe	Platz
Mader	Franziska	1998	308	232	1	268	228	1	330	266	1	368	356	1	1274	1082	2356	1
Pfister	Konstanze	1998	308	220	2	268	120	3	330	238	2	368	208	2	1274	786	2060	2
Decker	Nadine	1998	308	176	3	268	81	9	330	227	3	368	146	5	1274	630	1904	3
Braun	Michelle	1998	308	149	4	268	138	2	330	157	10	368	177	3	1274	621	1895	4
Adlwarth	Antonia	1999	328	81	5	293	80	7	365	189	4	398	79	7	1384	429	1813	5
Freisleben	Dominique	2000	348	38	6	318	57	4	405	106	6	432	94	4	1503	295	1798	6
Lederer	Svenja	2000	348	14	10	318	57	4	405	125	5	432	57	6	1503	253	1756	7
Meyer	Zoe	1999	328	51	7	293	82	4	365	137	8	398	48	11	1384	318	1702	8
Mühlmeister	Milena	1999	328	45	9	293	62	8	365	132	9	398	79	7	1384	318	1702	8
Goller	Janina	1998	308	28	12	268	80	10	330	134	11	368	104	9	1274	346	1620	10
Wagner	Leonie	1998	308	70	8	268	40	12	330	174	7	368	59	12	1274	343	1617	11
Stiegler	Sarah	1999	328	15	11	293	28	11	365	59	12	398	49	10	1384	151	1535	12

## "Kleine" Weihnachts-Pokal-Wertung der Jungen 2007

11 Teilnehmer			25m Schmetterling			25m Rücken			25m Brust			25m Freistil			Total			
			Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Platz	Bonus	LEN	Summe	Platz
Gärtner	Anton	2000	348	43	1	318	88	2	405	131	1	432	78	1	1503	340	1843	1
Stoßner	Tim	1999	328	52	2	293	128	1	365	123	4	398	112	1	1384	415	1799	2
Weichselbaum	Simon	2000	348	31	4	318	61	3	405	66	6	432	38	5	1503	196	1699	3
Hollerbach	Anton	2000	348	15	8	318	40	5	405	91	2	432	42	4	1503	188	1691	4
Felsberger	Nick	1998	308	58	7	268	106	4	330	111	7	368	107	3	1274	382	1656	5
Weier	Samuel	1999	328	45	3	293	52	6	365	109	5	398	43	7	1384	249	1633	6
Wilsdorf	Eric	1999	328	47	5	293	37	9	365	128	3	398	34	9	1384	246	1630	7
Prüner	Christoph	1998	308	30	9	268	73	7	330	105	8	368	96	6	1274	304	1578	8
Heinmüller	Alexander	1999	328	41	6	293	41	8	365	47	9	398	27	8	1384	156	1540	9
Tissot	Tamino	1998	308	33	10	268	53	10	330	31	11	368	50	10	1274	167	1441	10
Kolb	Philipp	1998	308	19	11	268	50	11	330	55	10	368	19	11	1274	143	1417	11

## "Vereinsmeister" Weihnachts-Pokal-Wertung der Frauen 2007

6 Teilnehmer			100m Schmetterling			100m Rücken			100m Brust			100m Freistil			Total		
			2006	2007	Platz	2006	2007	Platz	2006	2007	Platz	2006	2007	Platz	2006	2007	Platz
Gösl	Jana	94		1:31,81	2		1:25,02	1		1:39,49	4		1:14,81	2		5:51,13	1
Britting	Kathrin	92		1:30,82	1		1:31,16	2		1:40,51	5		1:14,65	1		5:57,14	2
Oberst	Marcella	91	1:31,76	1:36,63	4	1:31,25	1:31,25	3	1:35,04	1:35,04	1	1:16,82	1:16,82	3	5:54,87	5:59,74	3
Ludewig	Diana	83	1:34,58	1:40,06	5	1:33,49	1:32,16	4	1:37,22	1:37,22	2	1:17,36	1:17,36	4	6:02,65	6:06,80	4
Gemmel	Sarah	92	1:35,96	1:34,01	3	1:38,94	1:38,94	6	1:38,52	1:38,25	3	1:21,96	1:21,96	6	6:15,38	6:13,16	5
Bajus	Stephanie	84	1:38,63	1:40,32	6	1:37,03	1:36,54	5	1:41,24	1:41,24	6	1:21,77	1:19,71	5	6:18,67	6:17,81	6

## "Vereinsmeister" Weihnachts-Pokal-Wertung der Herren 2007

6 Teilnehmer			2006			2007			2006			2007			2006			2007		
			2006	2007	Platz	2006	2007	Platz	2006	2007	Platz	2006	2007	Platz	2006	2007	Platz	2006	2007	Platz
Michael	Schneider	91		1:18,25	1		1:17,87	1		1:25,83	2		1:02,60	1		5:04,55	1			
Kämmerer	Christoph	89	1:21,39	1:22,21	2	1:23,71	1:20,20	2	1:27,63	1:25,16	1	1:06,29	1:06,49	2	5:19,02	5:14,06	2			
Wünsch	Michael	90		1:30,17	3		1:34,25	4		1:36,18	4		1:12,01	3		5:52,61	3			
Rackl	Tobias	90	1:42,81	1:39,46	5	1:31,02	1:31,95	3	1:35,53	1:35,55	3	1:13,42	1:12,51	4	6:02,78	5:59,47	4			
Oriold	Frank	92		1:32,44	4		1:40,36	6		1:39,53	6		1:24,01	6		6:16,34	5			
Heublein	Florian	92		1:48,34	6		1:34,73	5		1:36,18	5		1:19,86	5		6:19,11	6			

# Weihnachtspokalschwimmen 2007



Anspannung bis man endlich dran ist  
Anstrengung bis an die Grenzen  
Aufatmen bis zum nächsten Start



Wie schon seit 2005  
haben die Eltern  
unserer Schwimmer  
Johanna und Valentin  
Siebenkees die Pokale  
der großen  
Pokalwertung  
gesponsert. DANKE !

Jürgen Siebenkees  
Dr. Sigrid Stützer

Zahnärztliche  
Gemeinschaftspraxis

Saarstraße 9  
91207 Lauf a.d. Pegnitz

Telefon 09123/82241  
Fax 09123/84241

info@praxis-siebenkees.de  
www.praxis-siebenkees.de



# Jahresbeiträge

## **SG-LAUF**

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

- |                        |        |  |
|------------------------|--------|--|
| 1. Mitglied            | 30 EUR | Zusätzlich ist die Mitgliedschaft in einem der fünf Stammvereine erforderlich (die SG ist die jeweilige Abteilung Schwimmen) |
| 2. Mitglied            | 30 EUR |  |
| ab 3. FamMitglied frei |        |  |

## **TV 1877 Lauf**

[www.tv1877.lauf.de](http://www.tv1877.lauf.de)

- |  |         |
|--|---------|
| Erwachsene, einschließlich Kinder bis 13 Jahre | 108 EUR |
| Ehepartner, Jugendliche ab 14 Jahre, Schüler   |         |
| Studenten und Senioren ab 60 Jahre             | 54 EUR  |

## **TSV Lauf**

[www.tsv.lauf.de](http://www.tsv.lauf.de)

- |  |         |
|--|---------|
| Einzelmitgliedschaft (aktiv)   | 132 EUR |
| Senior (ab 65 Jahre)   | 54 EUR  |
| Familienbeitrag (1 Elternteil + 1 Kind unter 18 Jahren oder Eheleute oder 2 Geschwister unter 18 Jahren)         | 198 EUR |
| Familie plus (Eheleute und Kinder unter 18 Jahren oder 1 Elternteil und ab 2 Kinder oder mehr als 2 Geschwister) | 54 EUR  |
|  | 81 EUR  |

## **Ski-Club Lauf**

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

- |             |        |
|-------------|--------|
| Erwachsener | 48 EUR |
| Schüler     | 28 EUR |
| Familie     | 66 EUR |

## **SK Heuchling**

[www.sk-heuchling.de](http://www.sk-heuchling.de)

- |   |              |
|---|--------------|
| Vollmitglied  | 80 EUR       |
| Rentner, 2. Mitglied, Jugendliche bis 18 Jahre, Schüler + Studenten über 18 Jahre | 40 EUR       |
| Kinder bis 14 Jahre   | 27 EUR       |
| Bundeswehr+Ersatzdienstleistende  | beitragsfrei |
| Familie   | 130 EUR      |

## **SK Lauf**

[www.sklauf.de](http://www.sklauf.de)

- |  |         |
|--|---------|
| Erwachsener (18 – 64 Jahre) einschließlich Kinder bis 14 Jahre | 120 EUR |
| Ehepaar oder Eltern und Kinder unter 18 Jahre                  | 192 EUR |
| Rentner  | 96 EUR  |
| Jugendliche 15 bis 17 Jahre                                    |         |
| Studenten, Azubis und Schüler (ab 18 auf Antrag)               | 72 EUR  |

**Alle Stammvereine sind zwischenzeitlich im Internet vertreten, einschließlich Aufnahmeanträge zum herunterladen.**

# Leitung der SG-LAUF

## Kaufmännische Leitung:

Telefon 6548, Fax 998845

E-Mail: [sg-lauf@web.de](mailto:sg-lauf@web.de)

**Frank Hacker**

## Finanzen und Mitgliederverwaltung:

Telefon 09153 7647

91220 Schnaittach, Am Schlossberg 10

**Barbara Lederer**

## Technische Leitung:

Telefon und Telefax 988194

**Christian Gärtner**

## Schriftführerin:

Telefon 14217

**Beate Rupprecht**

## Übungsleiter, Trainingshelfer und Funktionäre:

Stephanie Bajus	09126 288122	Diana Ludewig	989750
Vera Bening	0911 576638	Monika Masching	12797
Gabriela Beringer	0179 7482846	Andrea Meier	09158 928204
Claudia Brenken	83434	Michael Müller	983601
Christine Britting	09153 8173	Peter Müller	81104
Irmgard Bühler	09126 290826	Julia Oberst	2587
Carola Enhuber	84896	Heike Otte	984897
Andrea Felsberger	84665	Matthias Petre	09153 98707
Sonja Gaag	82305	Fritz Pilz	75345
Christian Gärtner	988194	Uwe Reiser	09126 288042
Ingrid Geier	9989835	Bernhard Rodt	6121
Heinrich Glenk	3155	Markus Rössel	09126 5793
Claudia Goebel	13627	Beate Rupprecht	14217
Berta Gottschalk	3881	Christine Schadde	09153 925847
Christoph Hacker	6548	Michael Schneider	2600
Frank Hacker	6548	Markus Schöneich	09153 8100
Helga Herrgottshöfer	13452	Werner Sommer	74365
Elisabeth Hoffmann	3136	Michael Stiel	4388
Nina Hueber	14490	Steffi Wagner	789864
Herbert Kästel	986520	Nicola Weiher	09151 822859
Barbara Lederer	09153 7647	Michael Wunsch	0911 5700172

*Wer nicht zum Training kommen kann,  
gibt seinem Übungsleiter telefonisch Bescheid!*



# Unsere Sportförderung: Gut für die Jugend. Gut für Nürnberg, Stadt und Land.



 **Sparkasse  
Nürnberg**

Sport ist ein wichtiges Bindeglied der Gesellschaft. Er stärkt den Zusammenhalt und schafft Vorbilder. Deshalb unterstützt und fördert die Sparkasse Nürnberg den Sport und sorgt für die notwendigen Rahmenbedingungen zur Leistungsentwicklung. Besonders am Herzen liegt uns die Nachwuchsförderung, sowohl im Breiten sport als auch im Spitzensport. Eine Förder summe von über 300.000 Euro kommt pro Jahr Vereinen und Sportinitiativen in der Region zu gute. [www.sparkasse-nuernberg.de](http://www.sparkasse-nuernberg.de)

