DAV Röthenbach

DAV
Deutscher Alpenverein
Sektion Röthenbach

Sektionsmitteilungen

BERGSTEIGEN . . . WANDERN . . . SENIOREN-WANDERN . . . . . .
SKI-ALPIN . . . SKILANGLAUF . . . KLETTERN . . . . . .
JOGGING . . . WALKING . . . NORDIC-WALKING . . . . . .
RADFAHREN . . . TRIATHLON . . . LEISTUNGSTRAINING . . . . . .
FIT FOR FUN . . . SENIORENGYMNASTIK . . . AKTIVE SECHZIGER
JUGENDGRUPPE . . . KINDERGRUPPE . . . . . .

I. Quartal 2010 Nr: 68

Aus dem Inhalt!

Der Vorstand	3
Vorstandschaft und Verwaltung	4
Einladung zur Jahreshauptversammlung	5
Hütten-Informationen und Termine	6
Edelweißfest	7
Jugendgruppe	11
Kletterkurs für Einsteiger	15
Termine für den Klettertreff	16
Bergsteigerberichte	17
Tourenvorschau Bergsteigergruppe	25
Jan - unser Routen-Experte	26
Die historische Seite	28
Sportberichte	29
Fahrradtour 2010 nach Nizza	39
Termine Sportereignisse	40
LG-Seiten	42
Senioren	46
Waldweihnacht am Birkensee	48
Totenehrung in Lehenhammer, Todesfälle	50
Neuaufnahmen	51
Wir gratulieren	52
Das **A**lles **V**ormerken	54

IMPRESSUM:

Redaktion:	**Karin Portelli**
	Die Redaktion behält sich Kürzungen der Beiträge vor.
Druck:	**Druck-Studio O. Heinzelmann,**
	Am Winkelsteig 1a, 91207 Lauf-Wetzendorf
Auflage:	**900 Stück**
V.i.S.d.P.	**Klaus Hacker, Randstr. 1, 90552 Röthenbach**
	Tel.: 0911 95 02 679, eMail: kl-hacker@web.de
	www.dav-roethenbach.de
Deckblatt-Layout	**Birgit Gemple, Diplom-Grafikdesignerin FH**
	Tel.: 0911 50 67 902, eMail: birgitgemple@web.de
Redaktionsschluss:	**DAV SEKTIONSMITTEILUNGEN Nr. 69: 08.03.2010**

Liebe Vereinskameradinnen und Kameraden, liebe Sektionsmitglieder,

unser Nachwuchs ist die zukünftige Stütze des Vereins. Nachwuchsarbeit ist deshalb sehr wichtig, das betonen nicht nur politisch Verantwortliche, sondern das wird auch in unseren Vereinen so gesehen. Viele unserer Vereine klagen zudem, dass sie nicht genügend Nachwuchs haben – andere Interessen, Internet, keine Bindung mit Vereinen, allgemeines Desinteresse oder auch Überfrachtung mögen hier die Ursachen sein. Auch bei uns ist es ein vorrangiges Ziel und eine Aufgabe, Kindern und Jugendlichen Möglichkeiten zu bieten, ihre Freizeit sinnvoll zu verbringen. In großem Maße gelingt uns dies auch.
Bei unserer Strochengruppe allerdings steht Helene Macher, die eigentlich andere Verantwortlichkeiten im Verein hat, seit einiger Zeit alleine auf weiter Flur. Sie ist sehr bemüht, unseren Kleinsten montags eine gute Betreuung zukommen zu lassen. Sie weiß, dass diese Arbeit sehr wichtig ist, darum engagiert sie sich hier, auch über das übliche Maß hinaus! Doch sie braucht Mithilfe, Unterstützung, jemanden, der ihr diese Aufgabe abnimmt und sich für unsere Kleinsten einsetzt! Deshalb geht mein Appell nochmals zum einen an alle Eltern, Mütter, Väter, aber auch Opas und Omas, die einen Sprössling in der Strolchengruppe haben, ob sie nicht eine Stunde in der Woche Verantwortung für den Verein übrig haben, zum anderen natürlich an alle Vereinsmitglieder, sich hier zu engagieren. Es lohnt sich! Unsere Kinder würden sich freuen und den Einsatz mit ihrem Lachen und ihrem Spaß am Spiel zurückgeben.
Natürlich besteht wie immer auch die Möglichkeit den Übungsleiterschein zu erwerben, auch hier gibt es eine zumindest kleine finanzielle Entschädigung.

Ich hoffe, bei euch bleibt 2009 in guter Erinnerung. Sei es beruflich, gesundheitlich oder auch wegen einiger oder vieler schöner und erfüllter Stunden im Verein. Gelegenheit, sich bei der DAV Sektion Röthenbach einzubringen und mitzumachen, gibt es ja genug.

Unser Edelweißfest - zum ersten Mal im katholischen Pfarrsaal - bot, wie mir auch bestätigt wurde, einen würdigen Rahmen für die Ehrungen unserer Jubilarinnen und Jubilare, die sich seit Jahrzehnten um den Verein verdient gemacht haben.
Wir haben auch heuer wieder mit Sigi Werner und Norbert Schmidt zwei Mitglieder, die sich weit über das Übliche hinaus um den Verein verdient gemacht haben, als Ehrenmitglieder ausgezeichnet.

Eine sehr gelungene Veranstaltung war wiederum unsere Waldweihnacht.
Ein ganz großes Lob, nicht nur von mir, an unsere Kletterer um Sylvia Koenen und Jan Luft, die mit viel Spaß, Engagement und Freude diese traditionelle Veranstaltung organisiert und durchgeführt haben. Nicht nur euer Knoblauchbrot war spitze!
Der evangelische Posaunenchor, unsere beiden Alphornbläser vom Duo Alpsang, wie auch Malte von der Kletterabteilung mit seiner Querflöte sorgten mit ihren musikalischen Beiträgen für eine stimmungsvolle Feier. Ein großer Dank auch wiederum an die beiden Nikoläuse sowie die Wasserwacht, die dafür sorgte, dass die Beiden mit ihren Engeln trockenen Fußes über den See kamen.

Ich danke allen, die sich im vergangenen Jahr für den Verein einsetzten, die sportliche Erfolge errungen und sich um den Verein verdient gemacht haben.
Mein Dank gilt auch der Stadt Röthenbach, dem Bürgermeister und dem Stadtrat für die Zuwendungen und die Überlassung der Geschäftsstelle und des Kletterturms.

Wir, die Verwaltung und die Vorstandschaft, wünschen allen Mitgliedern, Freunden und Gönnern ein gesundes, erfolgreiches und unfallfreies Jahr 2010.

Mit einem Berg heil und einem herzlichen Glück auf Euer
Klaus Hacker

Vorstandschaft und Verwaltung

Funktion	Name	Telefon	
1. Vorstand	Klaus Hacker	0911	57 68 00
2. Vorstand	Karl-Heinz Koth	0911	570 97 06
3. Vorstand	Christine Janker	0911	570 91 15
Schatzmeisterin	Petra Merkl	0911	57 01 95
Schriftführerin	Renate Bär	0911	927 08 98
Jugendreferentin	Helene Macher	0911	626 25 22
Sportlergruppe	Elke Geier	0177	840 97 85
	Klaus Petschar	09120	68 32
	Franz Bäumler	0911	540 59 85
	Martin Schlinger	09120	18 02 77
Bergsteigergruppe	Jan Luft	09123	52 13
	Sylvia Koenen	09123	18 25 71
Jugendleiter	Sonja Bald	09120	18 15 78
	Bernhard Bald	09120	18 15 78
Strolchengruppe	NN		
Wanderleiter	Harry Wölfel	0911	570 76 12
Seniorenwanderwart	Reinhold Faltermeier	0911	57 77 38
Hüttenwart	Uwe Büttner	0911	570 97 55
	Peter Merkl (kommissarisch)	0911	57 01 95
Naturschutzreferentin	Charlotte Wölfel	0911	570 76 12
Pressewart	Alfred Unfried	0911	57 99 60
	Erwin Unfried	0911	957 51 16
	Daniel Decombe	09123	98 73 70

Einladung

zur Jahreshauptversammlung am 05. Februar 2010, 20:00 Uhr, im Sportheim des TSV Röthenbach

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Protokoll der ordentlichen Mitgliederversammlung 2009
3. Jahresberichte
   - Vorsitzender
   - Sportlergruppe
   - Jugend
   - Strolchengruppe
   - Bergsteigergruppe
   - Wandergruppe
   - Seniorenwandergruppe
   - Aktive 60er
   - Seniorengymnastik
   - Hüttenwarte
4. Kassenbericht und Bericht der Revisoren
5. Entlastung der gesamten Vorstandschaft
6. Neuwahlen des Verwaltungsrates
7. Genehmigung des Haushaltsetats 2010
8. Anträge und Verschiedenes

Die Vorstandschaft

Hütten-Informationen und Termine

Am 10. Oktober führten wir zum ersten Mal einen Herbst-Arbeitsdienst rund um die Hütte durch.
Dabei wurden von Frank, Günther, Peter und mir ein letztes Mal die Wiese gemäht sowie Bäume, Sträucher und Büsche im Bereich des gesamten Hüttenareals geschnitten.

Günther J. war besonders mit der „SENSE“ am Hang unterhalb des Entsorgungsschachtes nicht zu stoppen.
Beim zünftigen Abendessen wurde er deshalb einstimmig zum „SENSENMANN DES JAHRES“ gewählt.

So, zum Schluss noch die ersten Termine für 2010:

Sa. 17.04.:	Ab 10:00 Uhr Frühjahres-Arbeitsdienst (Der Vesperplatz unterhalb des Ehrenmals muss renoviert werden, **Helfer werden DRINGEND benötigt)**
Sa. 24.04.:	Ab 10:00 Uhr Hüttenputz
Sa. 01.05.:	Hütteneröffnung ab 10:00 Uhr
Sa. 26.06.:	Sonnwendfeier
Sa. 09.10.:	Ab 10:00 Uhr Herbst-Arbeitsdienst - Wir machen die Hütte winterfest

Termine für Wochenend-Hüttendienste wieder ab März 2010 bei mir.

Uwe Büttner

Edelweißfest 2009

Beim Edelweißfest wurden langjährige Mitglieder für ihre Treue zum Verein geehrt. Norbert Schmidt und Siegfried Werner sind neue Ehrenmitglieder der Sektion.

In gemütlicher Atmosphäre fand das Edelweißfest dieses Jahr zum ersten Mal im katholischen Pfarrsaal statt. Für die Anzahl der Teilnehmer erwies sich diese Lösung von der räumlichen Kapazität her als optimal. Vor der Begrüßung durch den ersten Vorsitzenden Klaus Hacker stimmte ein gutes fränkisches Buffet mit Krautwickel und Schweinebraten auf einen harmonischen Abend ein.

Neben den Jubilaren und Ehrenmitgliedern konnte Klaus Hacker zahlreiche Vereinsmitglieder und Gäste an diesem Ehrenabend begrüßen. Als Vertreterin für die Stadt Röthenbach und des 1. Bürgermeisters nahmen Stadträtin Ullrike Knoch sowie vom Vereinskartell der Vorsitzende Georg Fürle und Werner Rümmelein teil. Ebenso konnte er Stadtrat Peter Pauly begrüßen. In ihren Grußworten bedankten sich Ullrike Knoch und Georg Fürle beim DAV für die geleistete Arbeit und das Engagement der Vereinsmitglieder. Zudem überreichte Ullrike Knoch eine Spende der Stadt Röthenbach.

Klaus Hacker ging in seiner Ansprache auf die vielfältigen Aktivitäten des Vereins im Jahr 2009 ein. Ob für Bergsportbegeisterte, Breitensportler, Spitzensportler und Naturliebhaber, der Verein bietet für jedes Alter und jede Leistungsgruppe Möglichkeiten zur aktiven Freizeitgestaltung.
Als besonderen Höhepunkt des Jahres hob er das Blumenfest mit dem „Pegasus“ hervor. Hier ging sein besonderer Dank an den Motivbauer Norbert Schmidt.

Musikalisch umrahmt wurde die festliche Veranstaltung durch die Alphornbläser Thomas Reichel und Jürgen Schütz.

Wie schon im letzten Jahr bereicherte der Chor „InTakt“ aus Röthenbach mit erfrischenden und ausgefallenen Liedern den Abend.

Im Mittelpunkt des Edelweißfestes standen die Ehrungen langjähriger Mitglieder. In würdigem Rahmen konnten Klaus Hacker, Karl-Heinz Koth, Christine Janker und Petra Merkl Vereinskameraden/innen für 25, 40 bzw. 50 Jahre Mitgliedschaft auszeichnen.

Für **25 Jahre** wurden Gabriele Blank, Roland Elsner, Reinhold Feuchtmüller, Peter Hilmar, Günter und Hannelore Postler, Günter, Ingrid und Marion Rupprich und Robert Wildensinn geehrt.

Manuela Bolanz, Lisbeth und Walter Hollfelder, Dieter Frischholz, Günter Donhauser, Udo Eitner und Jörg Schmitz konnten aus unterschiedlichen Gründen leider nicht am Edelweißfest teilnehmen.

Günter Werner, bekannt durch sein Blumengeschäft in Röthenbach, wurde für **40 Jahre** Mitgliedschaft im Deutschen Alpenverein geehrt. Der Allroundsportler, ob Leichtathletik oder Skilaufen, hat sich auch immer besonders in den Bergen wohlgefühlt. Als langjähriger Vorsitzender beim Verschönerungsverein in Röthenbach trägt er dazu bei, dass sich unsere Blumenstadt besonders schön präsentiert. Klaus Hacker bedankte sich besonders für den Tischschmuck, den Günter Werner für das Edelweißfest spendiert hat und ehrte ihn für 40 Jahre Treue zum Alpenverein.

Werner Härtnagel war lange vor seinem Vereinsbeitritt bei vielen Veranstaltungen und Touren des DAV Röthenbach mit dabei. Einige Zeit war er in der Verwaltung als Protokollführer sowie als 2. Vorsitzender des damaligen Vorstands Hermann Fischer für den Verein aktiv. Klaus Hacker bedankte sich herzlich für seinen Einsatz, den er auch zusammen mit seiner Frau für den Verein einbrachte, und für **40 Jahre** Mitgliedschaft in der Sektion Röthenbach.

Walter Uebler, bei allen bekannt und geschätzt, trägt mit seiner ausgleichenden Art dazu bei, dass viele sich in der Sektion wohlfühlen und gerne beim Verein sind. Immer da, wenn es etwas zu tun gibt, immer ansprechbar für Probleme, immer für „seinen“ DAV Röthenbach unterwegs. Viele brachte er zum „Laufen“ oder „Walken“. Auch heute noch ist er aus der Vereinsorganisation nicht wegzudenken, sei es in der Geschäftsstelle oder bei der Mitgliederverwaltung. Besonders bemerkenswert ist sein langjähriger Einsatz als 2. Vorsitzender im Verein. Für sein herausragendes Engagement wurde er im letzten Jahr zum Ehrenmitglied ernannt. Klaus Hacker freute sich, Walter Uebler für **40 Jahre** Mitgliedschaft auszuzeichnen.

Entschuldigen ließen sich die Kameraden Dieter Gaag und Michael Rothe, die ebenfalls 40 Jahre Mitglieder im Verein sind.

Jürgen Ascherl, seit **50 Jahren** Mitglied, kam durch einen Freund in sehr jungen Jahren zum Alpenverein. Er war aktiv als guter Fußballer, noch besserer Skifahrer und Bergsteiger. Neben unzähligen Skitouren war er als Kletterer viel in der Fränkischen Schweiz und in den Alpen unterwegs und bezwang einige Viertausender. Jürgen Ascherl hat sich oft an Hüttendiensten beteiligt und auch die Totengedenksäule bei unserer Hütte geht mit auf seine Initiative zurück. Klaus Hacker freute sich, Jürgen Ascherl für 50 Jahre Mitgliedschaft ehren zu dürfen.

Herbert Will, seit **50 Jahren** Mitglied und seit letztem Jahr Ehrenmitglied der Sektion Röthenbach, hat mit seinem Freund Jürgen Ascherl viele Touren unternommen. Bei all seinen Aktivitäten stand für ihn immer der Verein im Mittelpunkt. Als erfolgreicher Kletterer bezwang er bereits mit 18 Jahren die Watzmann Ostwand. Viele sportliche Erfolge gehen auf sein Konto. So war er einer der Ersten im Verein, der sich mit Langlaufskiern über lange Distanzen wagte und den König-Ludwig-Lauf mehrmals absolvierte. Seine Tätigkeit als Jugendleiter, zusammen mit Alfred Unfried, führte zu großen Erfolgen der damaligen Jugend. Lange Jahre war er als Übungsleiter und Vewaltungsratsmitglied im Verein tätig. Besonders lag ihm auch schon immer unsere Hütte am Herzen. Vor allem beim Hüttenausbau war er mit seinen handwerklichen Fähigkeiten unentbehrlich. Klaus Hacker bedankte sich für sein großes Engagement und für 50 Jahre Treue zum Verein.

Für die Festteilnehmer gab es im Anschluss an die Ehrungen einen besonderen Ohrenschmaus. Gespannt verfolgten sie die von unserem Kameraden Jürgen Ascherl sehr amüsant vorgetragenen Geschichten aus dem Vereinsleben von früher, die bei allen Anwesenden sehr für Heiterkeit sorgten.

Ein weiterer Höhepunkt des Abends waren die Ernennungen von Siegfried Werner und Norbert Schmidt zu Ehrenmitgliedern des Vereins. Beide kennen sich seit 50 Jahren und sind im Jahr 1981 der DAV Sektion Röthenbach beigetreten.

Siegfried Werner ist ein ruhiger, ausgleichender Vereinskamerad, der nicht gerne im Rampenlicht steht, aber der seit Jahren durch sein unermüdliches Engagement für den Verein von ganz besonderer Bedeutung ist. Hervorzuheben ist sein organisatorischer Einsatz beim 10-km-Lauf von Röthenbach. Ob die Erstellung der Laufbroschüre, Online-Anmeldungen oder Ergebnisauswertung, seine hervorragenden EDV-Kenntnisse kommen dem Verein dabei sehr zugute. Viele Jahre hat er die Sektionsmitteilungen organisiert, gesetzt und gestaltet. Auch die Datenpflege der Mitgliederverwaltung und

die verwaltungstechnische Organisation hat er vor Jahren übernommen. Bei vielen Festen des Vereins hat Siegfried Werner mitgeholfen. Seit Jahren unterstützt er Norbert Schmidt wochenlang entscheidend beim Bau des Blumenfestmotivs. Seine handwerklichen, planerischen und technischen Fähigkeiten sind dabei von immenser Bedeutung.

Norbert Schmidt ist ein beliebter Kamerad, mit dem keine Langeweile aufkommt. 5 Jahre war er für den Verein als Vergnügungsleiter aktiv und in dieser Funktion Mitglied im Verwaltungsrat. Viele Feste und Veranstaltungen hat er organisiert und durchgeführt, sei es auf der Hütte oder beim Stadtfest.
Bekannt ist unser Norbert allerdings als „Mr. Blumenfest". Seit 1988 gestaltet und baut er die Blumenfestmotive für den DAV Röthenbach. 22 Motive und Festwagen hat er selbst entworfen und daran wochenlang gearbeitet. Weiß, mit Styroporbröseln bedeckt, kann man ihn im Bauhof in seinem Element erleben. Mit seinen Motiven hat Norbert Schmidt vielen Menschen Freude bereitet und auch unseren Verein weit über die Stadtgrenzen hinaus ins Gespräch gebracht.

Klaus Hacker bezeichnete es als große Ehre, die zwei Freunde Siegfried Werner und Norbert Schmidt, die sich mit ihrem herausragenden Einsatz weit über das übliche Maß hinaus für den Verein verdient gemacht haben, zu Ehrenmitgliedern zu ernennen.

Eine Fotoshow der diesjährigen Sektionsfahrt in die Bayerischen Voralpen sowie Bilder des Blumenfestes 2009 rundeten den schönen Abend ab.

Karin Portelli

Wie schon im letzten Jahr ein herzliches Dankeschön an unsere vier Youngsters
Sydney Büttner, Lisa Merkl, Michaela Egerer und Manuel Janker,
die beim Edelweißfest wieder profimäßig bedienten.

JUGEND

10 km von Röthenbach

Beim diesjährigen 10-km-Lauf von Röthenbach kämpften unsere DAV-Youngsters wieder um die Podestplätze beim Schülerlauf.
Schnellster und somit 1. Sch A mit einer Zeit von 6:56 min. war Florian Kinder. Dritter und somit 3. Sch A wurde Christoph Bald mit einer Zeit von 7:14 min. Nathalie Kinder war das drittschnellste Mädchen (Gesamt 7.) und mit einem klaren Vorsprung 1. in der AK Sch C mit einer Zeit von 8:16 min. Direkt dahinter folgte unser Neuzugang Juri Strattner mit einer Zeit von 8:27 min. Er wurde damit 1. in der AK Sch B. Zweiter in der AK Sch B wurde sein Vereinskollege Philipp Bald mit einer Zeit von 8:50 min. An dessen Fersen wiederum heftete sich sein kleiner Bruder Linus Bald. Er lief nach 8:53 min. über die Ziellinie und wurde 2. in der AK Sch C. Oliver Winkler wurde mit einer Zeit von 9:52 min. 4. in der gleichen AK. Dritte in der AK Sch D wurde Sirka Eckhoff mit einer Zeit von 10:24 min. Unser Jüngster im Team, Tim Strobl, wurde 10. mit einer Zeit von 10:44 min.

Alle Läufer sind erschöpft und glücklich im Ziel angelangt. Für jeden Einzelnen war es ein persönlicher Erfolg, sei es nach langer Krankheitspause wieder intensiver mit dem Sport zu beginnen oder es mal endlich geschafft zu haben, sein Potenzial voll auszuschöpfen oder gar der erste Wettkampf auf eine so lange Distanz oder einfach, um wieder mit dabei zu sein.
Jeder Einzelne der Kinder und Jugendlichen hat seinen eigenen Hintergrund und seine eigene Geschichte, die ich begleiten darf und jeder Erfolg macht ihnen und ihren Eltern Mut.

Liebe Kinder, groß und klein, schön, dass ihr dabei ward – macht weiter so und verliert nie den Spaß dabei.

Sonja

14. Nürnberger Stadtlauf

Bei herrlichstem Herbstwetter nahmen sieben Youngsters am 14. Nürnberger Stadtlauf am 3. Oktober teil. Als erstes gingen Christian Zent und Christoph Bald beim 6-km-Lauf an den Start. Christoph wurde 12. gesamt, AK 2. mit einer Zeit von 24:47 min. und Christian wurde gesamt 36., AK 3. mit einer Zeit von 27:51min.
Anschließend startete Florian Kinder beim 10-km-Lauf. Dies war sein erster Wettkampf über diese Distanz und er bewies eine sehr gute sportliche Form. Mit einer Zeit von 42:57 min erreichte er den 3. Platz in seiner Altersklasse.
Zum Schluss machten unsere eifrigen Nachwuchs – Youngsters Nathalie Kinder, Oliver Winkler, Linus und Philipp Bald beim Kinderlauf über eine Länge von 2 km mit. Jeder Finisher erhielt eine Medaille.

Bitte folgende Termine vormerken:

24.01.10	Crosslauf Eckental (Bambini, Schüler, Jugendliche, Erw.)
27.03.10	Swim & Run Forchheim (Schüler, Jugendliche, Erw.)
25.04.10	Citytriathlon Amberg (Jugend A, Erw.)
01.05.10	Hilpoltsteiner Duathlon Day (Schüler, Jugendliche, Erw.)

Sportabzeichen Schüler und Jugend

Folgende Schüler und Jugendliche legten das Sportabzeichen erfolgreich ab:

4 x Bronze :	Tim Strobel - Emeli Jennemann - Mona Müller - Oliver Winkler
4 x Silber:	Anna Volkholz - Thomas März - Nathalie Kinder - Florian Kinder
6 x Gold:	Sirka Eckhoff - Rose Hornung - Jonathan Reiß - Linus Bald - Philipp Bald - Clara Hornung
2 x Gold mit Zahl 6:	Christoph Bald - Christian Zent

Die erfolgreichen Schüler und Jugendlichen mit den erwachsenen Teilnehmern

Buchbesprechungen

Carmen Egelhaaf

Leichte Wanderungen

Genusstouren in den Münchner Bergen

1. Auflage 2009; 144 Seiten, 88 Farbfotos, 40 Wanderkärtchen, 40 Höhenprofile, eine Übersichtskarte
Preis € 14,90, Bergverlag Rother GmbH, Ottobrunn

Dieses Rother Wanderbuch stellt 40 leichte Wanderungen zu besonders schönen Zielen in den Bayerischen und Tiroler Bergen sowie im Alpenvorland vor. Sie führen mit wenig Steigung auf aussichtsreichen Wegen durch wunderschöne Natur. In alpinem Gelände warten Panoramawege und Gipfel mit beeindruckender Fernsicht auf Sie, auf den Talwanderungen idyllische Fluss- und Seenlandschaften mit Aussichtsplätzen zum Innehalten und Genießen. Auf allen Wanderungen laden gemütliche Almen und Gasthäuser zur Einkehr ein. Die einfach zu gehenden Touren eignen sich besonders für weniger geübte Wanderer, Senioren und Familien mit Kindern. Ein Tourengenussführer für den Kurzurlaub in den Münchner Hausbergen.

Herbstausflug

Spontan entschlossen wir uns, für die DAV-Youngsters mit ihren Eltern einen Herbstausflug anzubieten.
Eine Gruppe ist mit Bernhard und Birger mit den Mountainbikes durch den Nürnberger Reichswald zum Schmausenbuck gefahren. Dort konnte die Jugend ihre Geschicklichkeit zwischen den Sandsteinformationen testen. Anschließend ging es über den Anton–Leidinger–Weg wieder zurück.
Die Jüngeren haben sich mit ihren Eltern zum „Eibgrad“ in der Nähe von Spieß aufgemacht. Hier erkletterten Groß und Klein mit viel Geschick den „fränkischen Gebirgsweg“.
Glücklicherweise hat das Wetter wunderbar mitgespielt. Auch wenn wir die Sonne etwas vermisst haben sind wir von oben her auf jeden Fall trocken geblieben.
Die beiden Gruppen trafen sich dann im Gasthof Rockenbrunn zum gemeinsamen späten Mittagessen und ließen die Tour gemütlich ausklingen.

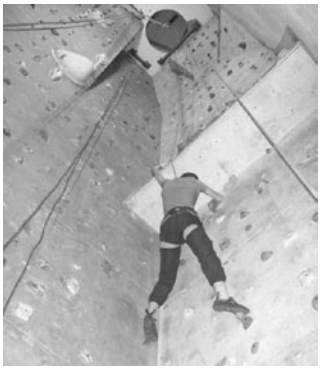
Bernhard und Sonja

BERGSTEIGEN

Kletterkurs für Einsteiger

Am 22.11.2009 fand wieder mal ein Einsteigerkurs in unserem Röthenbacher Kletterturm statt. Mit großer Begeisterung wurden Knoten und Sicherungstechniken geübt, um dann endlich mit großem Erfolg die 16 m hohen Wände zu erzwingen.
Anfang des Jahres wird es einen Aufbaukurs für Vorstiege geben. Der Termin wird baldmöglichst auf der Homepage veröffentlicht.
Es war ein toller Tag mit Euch :-).

Schöne Grüße
Sylvia



Servus Leute,

hier nun die Planung für den Klettertreff.

Wie immer werden wir nach den Osterferien am Wolfstein beginnen und den Klettertreff in den Sommerferien beenden. Da ich teilweise spontan Änderungen vornehme, sollten diejenigen, die neu dazukommen wollen, sich kurz rückversichern, ob es bei dem geplanten Fels bleibt.
Gedacht ist die Veranstaltung für Leute, die klettern und sichern können. Wir treffen uns gegen 17.00 Uhr am Fels (nicht bei Regen). Bitte bringt eigenes Material mit und schaut auch jeweils in den aktuellen Kalender auf der Homepage, falls kurzfristige Änderungen notwendig werden.

Ansprechpartner ist: Sylvia Koenen, Tel.: 09123/18 25 71

Ich freue mich auf Euch
Sylvia

Datum	**Fels**	**Sebastian Schwertner 5. Auflage, Seite**	**Internet**
14.04.2010	Wolfstein	130	ja
21.04.2010	Weißenstein	272	ja
28.04.2010	Röthenbacher Wand	331	ja
05.05.2010	Mittelbergwand	346	ja
12.05.2010	Riesturm	383	ja
19.05.2010	Leinfelser Pfeiler	154	ja
26.05.2010	Algersdorfer Wand	214	ja
02.06.2010	Schwarzbrennerei	341	ja
09.06.2010	Starenfels	342	ja
16.06.2010	Weiße Wand	328	ja
23.06.2010	Schlaraffenland	353	ja
30.06.2010	Lug ins Land	339	ja
07.07.2010	Hexenküche	160 ff	ja
14.07.2010	Hartensteiner Wand	254	ja
21.07.2010	Schwarzbrennerei	341	ja
28.07.2010	Hammetalwand	384	ja
04.08.2010	Kalmusfels	406	ja
11.08.2010	Hohler Fels	414	ja

Gletscherschloss wir kommen!

Geführte Hochtour vom 14. – 16.07.2009

Als Neumitglied der Sektion Röthenbach wurde ich gleich zum Tourenbericht verdonnert, was ich aber auch gerne hiermit mache. Kurz noch zu mir: Ich bin der Michael, 50 Jahre jung und leidenschaftlicher Bergsteiger in Fels und Eis. Im DAV bin ich schon sehr lange und gehöre auch der Sektion Mittelfranken an. Jan habe ich letztes Jahr auf einer Bergfahrt kennen gelernt und möchte in Zukunft seine schönen und gut geplanten Touren nicht missen. Flexibel bin ich ja, denn das sollte man bei seinen Touren unbedingt sein.
Treffpunkt wie so oft war der Aldi Parkplatz in Wetzendorf. Start war Sonntag, 14.07.2009 um 10:00 Uhr und das bedeutete erstmal ausschlafen vor der Tour – nicht schlecht! Wie kann es anders sein – wir starteten gleich mit 2 Änderungen. Zum einen konnte leider Jürgen Zenger nicht mit, da er am Tag zuvor Schmerzen in seiner Ferse vom Joggen bekommen hatte und zum anderen wurde „jetzt schon“ (dazu später noch mehr!) die Tour von Jan leicht modifiziert. So kennen wir ihn und alles andere wäre eine Überraschung gewesen. Nun sollte es am Montag von der Langtauferer Spitze über die Vernagl Wand und die 3 Hintereisspitzen zum Brandenburger Haus gehen. Der Dienstagmorgen sollte dann mit Sonnenaufgang auf dem Fluchtkogl beginnen, klang super – na dann schau-ma-mal!

Mit 2 Autos ging es zuerst nach Melag im Langtauferertal, von wo aus wir noch am gleichen Tag zur Weißkugelhütte aufstiegen. Fahrer Jan hatte den Günter und den nicht „kaputt-zu-kriegenden“ Burckhard dabei. Jürgen (Charly) und ich fuhren bei Helmut im Auto mit. Erika sollten wir erst in der Hütte treffen. Schönes Wetter war vom Innsbrucker Wetterdienst für die nächsten 3 Tage angesagt, aber davon merkten wir bei der Fahrt nach Melag nicht viel. 16:00 Uhr Ankunft in Melag (1919 m) bei leichtem Regen. Also war erstmal ein Cappuccino in der Bar angesagt. Als der Regen nachließ starteten wir. Um 18:15 Uhr erreichten wir die Weißkugelhütte (2544 m) mit dem üblichen Begrüßungsschnaps von der netten Wirtin. Burckhard konnte das Flirten mit ihr nicht lassen und bekam wie Erika, die ja schon etwas länger auf uns wartete und uns nicht alleine trinken lassen konnte, einen zweiten Schnaps. Später gab es dann ein super 4-Gänge Abendessen bei gemütlichem Beisammensein.

Montagmorgen 4:30 Uhr war Wecken. Eines der besten Frühstücke auf Hütten gab’s dann um 5:00 Uhr. 5:45 Uhr brachen wir zur Langtauferer Spitze auf, die wir über das Langtauferer Joch und den Nordgrat erreichen wollten. Hier sollte uns auch schon die erste große Herausforderung begegnen. Wir gingen seilfrei, aber mit Steigeisen und Pickel eine Schnee- und Eisrinne hoch, die im obersten Teil unter einer großen Wechte locker 50 Grad steil war. Dies war noch relativ leicht zu meistern. Aber wie über die Wechte kommen? Jan ging natürlich voraus und versuchte sich mit zwei Pickeln direkt über die Wechte zu ziehen. Nach mehreren Versuchen gab

er auf und suchte nach einer Alternative. Charly und ich sahen von weiter unten aus der Rinne zu, die anderen von etwas unterhalb der Wechte. Jans zweite Idee war erfolgreich, aber nicht ganz ungefährlich für ihn.
Er querte kurz entschlossen mit zwei Pickeln und dem Seil im Rucksack ungesichert nach rechts in eine fast senkrechte Eiswand und umging so ruckzuck die Wechte. Am Seil gesichert folgten wir dann einer nach dem anderen Jans Spuren in der Wand. Uff – geschafft! Helmut tönte gleich: „Das kann doch nicht gesund sein!“
Vom Joch aus war der restliche Gipfelanstieg kein Problem mehr. Es ging über Eis, einen Firngrat und Kletterei im 1. Schwierigkeitsgrad zum Gipfelkreuz. Übrigens das Wetter war nun schön mit ein paar Wolkenfeldern und nur leichtem Wind. Am Gipfel der Langtauferer Spitze (3529 m) angelangt gab es die verdiente Brotzeit und es wurden bei herrlichem Panorama viele Fotos geschossen.

Nach ausgiebiger Rast ging es dann eine schmale Schneerinne Richtung Osten vom Gipfel herunter. Unser nächstes Ziel war die Vernagl Wand. Über Schnee und Eis ging es unterhalb dieser in eine weitere, aber längst nicht so steile Firnrinne hinauf zu einem Joch mit erneuter Wechte. Gleichmäßig ging es stetig 30-40 Grad bergauf. Kurz vor dem Joch machten wir eine Verschnaufpause in den Felsen. Gerade als wir wieder starten wollten löste sich ein kleines Schneebrett über uns. Helmut konnte seinen Rucksack nicht rechtzeitig schließen und so füllte er sich mit Schnee. Dumm gelaufen! Unterhalb der Wechte querten wir nach links, ein tolles Gefühl aus der Rinne herauszusteigen um dann auf dem Joch zu stehen. Nach kurzer Sammelpause ging es über einen Felsgrat in leichter Blockkletterei zum Vernagl Wand Gipfel (3436 m). Das Brandenburger Haus, auch Gletscherschloss genannt, war bereits in Sicht. Nun rief das Weizen-Bier und nicht der Berg! Die folgenden drei Hintereis Spitzen zu überschreiten vertagten wir kurzer Hand auf unseren Rückwegtag. Na, schau-ma-mal!

Es ging zielstrebig, immer das Weizen, äh natürlich die Hütte vor Augen, leicht absteigend über das gewaltige Gletscherfeld. Nach 1 ½ Stunden erreichten wir, angetrieben von Burckhard, das 3.272m hoch gelegene „Gletscherschloss“. Nach 11 Stunden und 1500 Hm waren wir doch etwas geschafft an diesem Tag. Das Wetter wurde zum Abend hin immer besser und fast wolkenlos. Es versprach ein toller 3. Tag mit geplantem Sonnenaufgang auf dem Fluchtkogel zu werden.

Nun bekam Burckhard endlich sein Bier und bei einem guten Abendessen und aufkommender Müdigkeit wurde der Plan abermals ein wenig umgeschmissen. Einen Sonnenaufgang am nächsten Tag auf dem Fluchtkogel (3500 m), in gut 1 Stunde Entfernung vom Haus, würde bedeuten, wir müssten um ca. 3:00 Uhr aufstehen. Jan meinte, das könnten wir auch etwas „günstiger“ haben, indem wir auf den nur etwas niedrigeren aber viel näher gelegenen Hausberg des Brandenburger Hauses, die Dahmannspitze (3.401m) gehen würden. Gesagt und „fast“ getan! Günther stellte den Wecker auf 4:00 Uhr statt auf 3:00 Uhr. Losgehen war für 4:30 Uhr und Frühstück für 6:00 Uhr geplant. Soweit so gut. Nur den Wecker hörte am nächsten Morgen keiner von uns und so verschliefen wir. Es war schon hell, aber noch kein Sonnenaufgang und leider, nein nun zum Glück, nicht wolkenlos. Außerdem pfiff ein eiskalter Wind vor der Hütte. Jan, Helmut, Günter und Erika gingen dann tatsächlich noch los - die anderen schon mal frühstücken!

Das Wetter wurde schnell besser, der Wind legte sich und es wurde wolkenlos. Charly und ich sahen den Sonnenaufgang vom Haus aus und die anderen auf dem Weg zum Gipfel. Nach dem Frühstück der Hausberggipfelstürmer ging es um 7:30 Uhr los in Richtung Weißseespitze (3.510 m) über das gewaltige Gletscherplateau. Um Punkt 10:00 Uhr standen wir dann nach einer landschaftlich wunderschönen Gletscherwanderung oben am großen Gipfelkreuz und genossen bei wolkenlosem Himmel die traumhafte Aussicht. Ein zweites Frühstück war angesagt. Nun, wir kennen ja Jan, der Tag war noch nicht gelaufen! Es dauerte nicht lange da rückte er mit einer neuen Varianten-Idee raus, über den Westgrat direkt nach Melag abzusteigen. Gedacht, gesagt und getan! Damit zählte die Weißseespitze auch als Überschreitung, was mir persönlich immer lieber ist. Übrigens, wir sechs waren ganz alleine auf dem Gipfel, was für diesen „leichten“ 3.500er

nicht selbstverständlich ist.
Der Abstieg über den Firn- und Felsgrat bis zu dem Joch war nicht schwer. Am Joch angekommen erwartete uns die letzte Herausforderung unserer Tour. Der Abstieg vom Joch bis zum Gletscher war sehr steil und mit losem Schutt und Geröll bedeckt. Wir entschlossen uns, lieber die Steigeisen anzulegen, was sich im Nachhinein auch als gut herausgestellt hatte. Einer nach dem anderen meisterte auch diese Passage. Nun ging es stetig bergab, zuerst im Firn, dann über Geröll und anschließend auf dem Wanderweg in Richtung Melag, wo wir bei der Schaefer Hütte wieder auf unseren Weißkugelhütten-Anstieg gestoßen sind. Um 14:15 Uhr erreichten wir unsere Autos in Melag. Das Wetter hatte den ganzen Tag fantastisch gehalten. So konnten wir in der Sonne bei einigen Abschluss-Weizen im Biergarten auf unsere Langtauferer Spitze zurückblicken und die 3 tollen Bergtage noch mal an uns vorüberziehen lassen.

Ein großes Lob unserm Jan, der mit seiner Erfahrung und Ideen diese Tour geführt hat.
Jan, Burckhard, Günter und Erika hatten noch ein paar Tage mehr Urlaub und setzten ihre Fahrt in den Vinschgau fort. Helmut, Charly und ich fuhren in Richtung Heimat.
Für die Heimfahrer gab es nun noch ein ganz besonderes Schmankerl als wir zu Hause ankamen und welches nicht so selbstverständlich ist: Sonnenaufgang am Brandenburger Haus in 3200m Höhe inmitten der Ötztaler Gletscherwelt und Sonnenuntergang in Lauf am gleichen Tag! Wow!

Michael Niegel

Buchbesprechungen

Rother Wanderbuch

Trentino - Gardasee

Adamello - Brenta - Dolomiten

1. Auflage 2009; 192 Seiten, 137 Farbfotos, 53 Wanderkärtchen,
51 Höhenprofile, zwei Übersichtskarten
Preis € 14,90, Bergverlag Rother GmbH, Ottobrunn

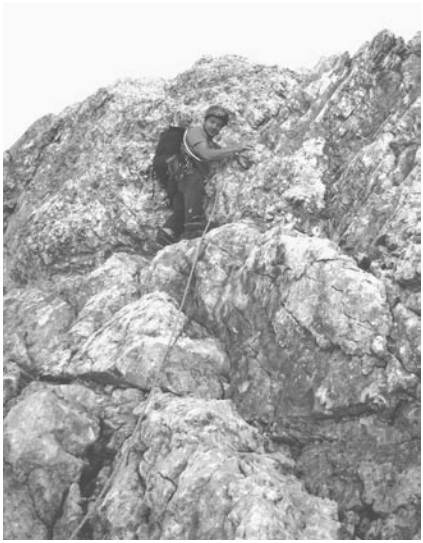
Der Trentino gehört aufgrund seiner enormen landschaftlichen Vielfalt zu den attraktivsten Alpenregionen und ist für Wanderaktivitäten wie geschaffen. Stattliche Gipfel bis ins hohe Dreitausenderniveau sind hier ebenso zu finden wie die bereits von einem typisch südländischen Charme geprägten Gefilde von „Bella Italia“. Die bizarren Felsenreiche der Brenta und der Dolomiten ziehen Wanderer und Bergsteiger seit jeher in ihren Bann. Anhand einer Auswahl von 50 Touren, die in sämtliche Gebirgsgruppen führen, hier und da sogar etwas über die eigentlichen Grenzen hinaus, wird dem Leser das Trentino als Bergwanderdorado schmackhaft gemacht. Das Spektrum reicht von leichten Wanderungen für Genießer bis zu hochalpinen Unternehmungen und einigen Mehrtagestouren. Durch die Schwierigkeitsbewertung nach „leicht“ - „mittel“ - „schwer“, sollte jeder schnell eine passende Tour für sich finden.

2000 Meter Fels

Am 03.10.2009 starteten wir bei bestem Wetter das Unternehmen „Watzmann – Ostwand“!
Vor drei Jahren sind wir schon einmal über den selten begangenen „Münchner Weg“ durch diese großartige Wand geklettert, diesmal haben wir uns den „Berchtesgadener Weg“ vorgenommen.
Der schönste Start zum Abenteuer Watzmann-Ost ist eine Schifffahrt über den Königssee zum wunderbar gelegenen Wallfahrtsort St. Bartholomä. Im Watzmann-Ostwand-Lager, einer alten Jagdhütte, die jetzt den Ostwandbegehern als Schlafplatz dient, bezogen wir unser Nachtlager. Am Abend, als die letzten Touristen die Insel verlassen hatten, genossen wir am See den Sonnenuntergang, die himmlische Ruhe und die besinnliche, abendliche Stimmung an dem so schön gelegenen See. Während sich die Familie „Watzmann“(Watzmann mit Frau und 7 Kindern) im See malerisch spiegelten ging jeder seinen eigenen Gedanken nach.

Es war schon spät, als wir uns in die Decken rollten, und jeder versuchte zu schlafen, denn um 4.30 Uhr war die Nacht zu Ende. Punkt 5.15 Uhr starteten wir in Richtung „Watzmann-Ostwand“.
Dies hatten auch einige andere Bergsteiger vor, da der Herbst unter den Kennern der Ostwand als die beste Zeit für eine Durchsteigung bekannt ist. Unter ihnen war auch Heinz Zembsch als Bergführer - mit seinen 68 Jahren und 375 Ostwand-Begehungen – alle Achtung! Auch Thomas Huber, der Vater der Huber “Buam”, war mit von der Partie.

Mit Stirnlampen erreichten wir bei Morgendämmerung über ein Schuttfeld die Eiskapelle – aus der Vogelperspektive ähnelt dieses Schneefeld einer Glocke, daher der Name. Nun begann der direkte Aufstieg zur Südspitze. Man muss wissen, dass es in der Wand keinerlei Wegmarkierungen gibt. Die Orientierung erfolgt ausschließlich auf Grund der Führerbeschreibung und des Gespürs für das Gelände. Wegen Steinschlaggefahr ist der Helm unerlässlich! Schuttkar, Wasserfallwand, Rampe und Gipfelschlucht, so hießen die wichtigsten Zwischenstationen unseres Aufstiegs, wobei nur an wenigen Stellen gesichert wurde. Durch die wirklich schöne Wegführung und Ausgesetztheit hatten wir stets einen wundervollen Tiefblick auf St. Bartholomä und den Königssee. Am Beginn der Gipfelschlucht



angekommen machten wir erst mal eine ausgiebige Rast. Ein wunderbarer Ort, von dem die Watzmannkinder wie Dolomitentürme aussehen.

Danach ging es in dem auffallend weißen und glattgescheuerten Fels der Gipfelschlucht zur Biwakschachtel. Diese schützende Notunterkunft ist vor allem für in Not geratene Bergsteiger gedacht. Es ist ein unter einem auffälligen Pfeiler gelegener, kleiner Container mit Pritschen und Schlafsäcken. Hier an der Biwakschachtel kommen alle „Wege“ durch die Ostwand vorbei, um dann gemeinsam durch die markanten Ausstiegskamine zur Südspitze auszusteigen. Etwa zwei Seillängen vor dem Ausstieg wartete noch eine 8 Meter hohe senkrechte Wandstelle im oberen dritten Schwierigkeitsgrad, die eigentliche Schlüsselstelle des Aufstiegs, auf ihre Bezwingung. Die letzten 20 Höhenmeter waren vereist, das Gestein war sehr glatt und es lag Schnee. Wir mussten noch einmal gut aufpassen - dann war der Grat erreicht.

Um 14.15 Uhr standen wir am Gipfelkreuz der Watzmann-Südspitze. Die Kreuzglocke begrüßte uns mit ihrem „Ding – Ding – Ding“. Wir hatten es geschafft! Die phantastische Aussicht, das Panorama und das Glücksgefühl, es geschafft zu haben, entschädigte uns für alle Anstrengung. Auf dem Gipfel in sich gekehrt, durchlebte noch mal jeder die 8-Stunden des anspruchsvollen und gefahrvollen Aufstiegs!

Der Abstieg war nicht leicht und ungefährlich! Er war zum Teil sehr steil und ausgesetzt und verlangte wirklich volle Konzentration. Nach einer Weile des Abstiegs sahen wir, dass auf einem Stein etwas benommen ein Verletzter saß. Er war beim Abstieg nach Überschreitung des Watzmanngrates, einer sehr beliebten und schönen Bergtour, ins Stolpern geraten. Eine Platzwunde auf der Stirn und am Auge waren die Folgen.

Bei dem “Stolperer” hatte er sich mehrmals überschlagen. Er hatte hierbei noch Glück im Unglück, denn er besaß keinen Helm! Günter und Burckhard setzten gleich wieder ihren Helm auf – Martin und Jan hatten ihn gar nicht erst abgenommen. Wir fragten, ob er Hilfe brauche. Sein Begleiter sagte, dass der Hubschrauber schon unterwegs sei.
Endlich, nach 3 Std. Abstieg von der Südspitze, war die Wimbachgrieshütte (ca.1327 Hm) erreicht. „Hurraaa – ein Weizen”, riefen 4 durstige Kehlen. Jan war gedanklich der Schnellste und er holte das edle Getränk. “Prost!”, schallte es auf der Terrasse, die Gläser klirrten und es “zischte” nur so. Eine Weile genossen wir noch den schon kühlen Abend und dann brachen wir zur letzten Etappe nach Ramsau auf. Nach einer langen „Mondscheinwanderung“ bis zur Wimbachbrücke brachte uns ein Taxi zu unserem Auto, das ja auf dem Parkplatz des Königssees stand. Nach einer zünftigen Brotzeit mit Wein, Bier, Käse, Wurst, Brot und auch Süßigkeiten legten wir uns satt und zufrieden auf dem jetzt autolosen Parkplatz für 2 Stunden in unsere Schlafsäcke. Ausgeruht und etwas erholt begannen wir die Heimfahrt. Gegen 5.30 Uhr landeten wir dann problemlos in Röthenbach. Jan, der Arme, hatte nicht mehr viel Zeit, denn er musste gleich zur Arbeit. Es war, wie so oft, eine sehr schöne, erlebnisreiche und anspruchsvolle Tour, an die jeder auf seine Art noch lange denken wird!

Die Tour dauerte fast 15 Stunden und wir bewältigten ca. 3000 Höhenmeter bei idealem Wetter und besten Wandverhältnissen. Der Berchtesgadener Weg ist zwar der leichteste Durchstieg der Ostwand mit nur wenigen Stellen im 3. Schwierigkeitsgrad, er bleibt dennoch anspruchsvoll, verlangt volle Konzentration und eine gute Kondition.
Wir alle danken unserem Jan für die sichere Führung!

Burckhard Polley

Abschlusstour 2009

Am 31.10.09 gegen Mittag trafen sich elf Bergsteiger des DAV Röthenbach am Grundlsee, welcher idyllisch im steirischen Teil des Salzkammergutes am Südende des Toten Gebirges liegt. Ziel des Tages war die Pühringer Hütte mit einem geräumigen Winterraum für 20 Personen. Die Hütte selbst ist idealer Ausgangspunkt für die Aufstiege zum Rotgschirr (2.246 m) oder zum höchsten Berg des Toten Gebirges, dem Großen Priel (2.515m). Auch Übergänge zum Prielschutzhaus, zur Welser Hütte oder zum Albert-Appel-Haus bieten sich an.

Nach anfänglichen Schwierigkeiten der Wegfindung führte der Aufstieg nach Erreichen der Hochebene durch pures Wintervergnügen mit mehr als einem halben Meter Schnee. Da die Temperatur anzog war kein Spuren nötig, denn die Schneedecke war gefroren.
Besonders reizvoll war der Weg am Ufer der Gebirgsseen Vorderer und Hinterer Lahngangsee und des Elmsees. Nach gut vier Stunden erreich-

ten wir im letzten Abendlicht die wunderbar an einem See gelegene Pühringer Hütte am Fuße des Rotgschirr.

Und dann ging es ans Kochen. Burckhard bemühte sich nach Kräften erfolgreich, alle mit einem seiner speziellen Nudelgerichte satt zu kriegen. Mit nur zwei vorhandenen Töpfen keine einfache Sache, aber unser „Chefkoch“ schaffte es wieder einmal – ein dickes Lob an ihn. Im Anschluss stimmten wir das eine oder andere Lied an – keine mitgebrachte Flasche sollte im weiteren Verlauf voll bleiben.

Der nächste Tag sah die Begehung des Rotgschirr vor. Von seinem Gipfel ist das einzigartige vegetationsfreie Karstplateau „Totes Gebirge“ zu überblicken. Bei minus acht Grad brachen wir in der Früh auf, entschieden uns jedoch vor dem entscheidenden Abzweig auf Anraten unseres Jans gegen eine Besteigung. Die Rinnen des Gipfelausstiegs schienen ohne Pickel und Steigeisen nicht gefahrlos begehbar zu sein. Zudem musste man damit rechnen, dass wir den versicherten Steig aus dem Schnee hätten ausgraben müssen. Gemeinsam kehrten wir deshalb um und wählten den schönsten Aussichtsberg im Bereich der Pühringer Hütte – den Elm (2.129 m) als Tagesziel. Wir sollten nicht enttäuscht werden. Eine grandiose Fernsicht auf die Venedigergruppe, das Dachstein- und Watzmannmassiv und viele Bergziele mehr machte jeden von uns glücklich. Dank der angenehmen Temperaturen blieben wir eine zeitlang auf dieser herrlichen Aussichtskanzel und genossen das Panorama ausgiebig.

Nach einem Abstieg ohne Verhauer und einem Ausklingen in einer Wirtschaft am Grundlsee, die ihre besten Zeiten bereits hinter sich hatte, trennten sich am späten Nachmittag wieder unsere Wege. Es war eine rundum gelungene Tour.
Die Tourenwahl war wie jedes Jahr goldrichtig – Danke Jan!

Martin Weimer

Tourenvorschau der Bergsteigergruppe für 2010

27.06. bis 29.06.2010
Anspruchsvolle Hochtour zum Hochgall 3.436 m/Riesenfernergruppe von der Barmer Hütte (Osttirol) aus. Tourenleiter: Jan Luft

02.07. bis 04.07.2010
Mittelschwere Hochtour zum Gabler 3.263 m/Zillertaler Alpen von der Zittauer Hütte aus. Tourenleiter: Jürgen Zenger

11.07. bis 13.07.2010
Mittelschwere Hochtour zum Hohen Weißzint 3.371 m/Zillertaler Alpen von der Edelrautehütte (Südtirol) aus. Tourenleiter: Jan Luft

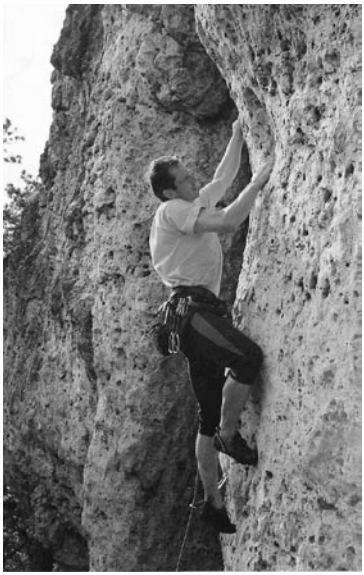
16.07. bis 18.07.2010
Hochtour für Einsteiger zur Hohen Fürleg 3.243 m/Venedigergruppe von der Neuen Thüringer Hütte aus. Tourenleiter: Jürgen Zenger

Begehung des Augsburger Höhenweges, mittelschwer (Lechtaler Alpen) Von der Ansbacher Hütte über die Augsburger Hütte zur Memminger Hütte. Dauer: 3 Tage Tourenleiter: Rainer Braungardt
Termin wird in der nächsten Ausgabe bekannt gegeben

Außerdem werden noch ein Kletterkurs, ein Spaltenbergungskurs und ein Klettersteigkurs mit anschließender Begehung eines alpinen Klettersteiges angeboten. Die Termine werden in der nächsten Ausgabe bekannt gegeben.

JAN - Unser Routen-Experte

*Im Oktober 2009 stellte Jan seine **dreihundertste** Route in der Fränkischen fertig. Die Fränkische, die er doch so sehr liebt!*



Angefangen hat das alles, als er ungefähr 22 Jahre alt war, also vor ca. 25 Jahren. Es begann in der Fränkischen, an der "Düsselbacher Wand". Mit Bohrmeißel und Fäustel schlug er Löcher für seine erst Route - damals ohne Akkubohrmaschine - alles schwere Handarbeit.
Heute startet er ausgerüstet mit der „Hilti", Bohrer, Hammer, Seil, Stirnlampe und diversen Werkzeugen (alles bestimmt 20 kg), bei Sonnenschein und Regen, bei Eis und Schnee, bei Wind und Wetter, wirklich - auch bei Tag und Nacht, zum Bohren im fränkischen Fels. Weder Zeit, noch Geld, noch Benzinkosten, noch der Einsatz seines Pkw - nichts kann ihn von seinem Vorhaben abhalten.
Selbst die Routen und Routennamen sind wie z.B. im 8. Grat "Mal zart, dann hammerhart" oder im 5. Grat "Schlapper Seppel" originell und zutreffend.

Anerkennung auch seiner Familie, die ja wirklich mit vier Kindern nicht klein ist. Viel Toleranz und Verständnis bringt sie für Jan`s Hobby auf – alle Achtung!

Besonders hervorzuheben ist sein Engagement als Bergsteiger-Leiter in der Bergsteigergruppe als exzellenter Bergführer.
Zudem lernt er den Kid´s das Klettern in unserem Kletterturm.

Für den Verein ist unser Jan ein „Juwel"!

Wir wünschen Dir alles Gute Jan – und herzlichen Dank – mach weiter so!

Burckhard Polley

W&W württembergische
Partner von Wüstenrot

Die einfache und günstige Krankenzusatzversicherung

Preiswert und ohne Gesundheitsprüfung
Männer 8,34 Euro monatlich
Frauen 9,75 Euro monatlich

- **Professionelle Zahnreinigung, Fluoridierungsmaßnahmen und Fissurenversiegelung**
  100 % (jährlich bis zu 80 EUR)

- **Kosten für Zahnersatz**
  20 %

- **Sehhilfen – modische Brillen sind heute kein Luxus**
  bis zu 125 EUR alle zwei Jahre

Württembergische Versicherung AG
Generalagentur
Michael Hartwig
Versicherungsfachmann (BWV)
Rückersdorfer Str. 73
90552 Röthenbach
Telefon: 0911 577347
Fax: 0911 577275
Mobil: 0172 7188151

Die historische Seite

Die Bilder zeigen Vereinskameraden/-innen bei einer Faschingsfeier in den 50er-Jahren.

Herzlichen Dank an Lilo Miesbauer, die die Fotos zur Verfügung gestellt hat.

-SPORT --- SPORT --- SPORT --- SPORT-

Mountainbiketour „Vier Quellen und 4 Gipfel" im Fichtelgebirge

Am Sonntag, den 04.10.09, starteten wir zu einer Mountainbiketour im Fichtelgebirge. Zusammen mit den Freunden aus Neubau trafen sich 22 Radlerinnen und Radler zur „Vier Quellen und 4 Gipfel-Tour".
Wolfgang „Skating-Gott" Heider hatte die Tour hervorragend ausgearbeitet. Insgesamt fuhren wir 6 Stunden und kamen dabei auf 78 km. Die Anstiege und die technischen Passagen forderten uns einiges ab. Unsere „Geheimwaffe" Vanessa Tempcke zeigte unseren „Fichtlern" wie man richtig auf dem MTB sitzt. Wir bezwangen den Ochsenkopf, Helmut Müller legte sich diesem am Gipfel gleich „zu Füßen", den Waldstein, den Schneeberg und die Kösseine. Die Quellen der Naab, des Main, der Eger und der Saale wurden im rasanten Tempo passiert.

Stärkung fanden wir in einem alten Bauernhof, dem „Falter". Gestärkt durch Wurstplatten und Zoigi-Bier gingen wir auf den Rest der Strecke. Im Vereinsheim des Skiclub Neubau ließen wir den Tag ausklingen.
Im Sommer wollen wir auf der Hütte in Lehenhammer die Gegenveranstaltung planen. Ich suche noch einen Hüttendienst, der uns aufnimmt.

Erwin Unfried

Vereinsmeisterschaft Laufen und Walking

Bei regnerischem Wetter trafen sich am 17.10.09 die Läufer und Walker des DAV am Hersbrucker Baggersee, um ihre Vereinsmeister zu küren. Keine Überraschungen gab es bei den Herren!

Roland Elsner wurde seiner Favoritenrolle gerecht und verwies Matthias Schödlbauer auf den 2. Rang. Den 3. Platz belegte Walter Luft. Das Frauenfeld wurde heuer von Ulrike Praß angeführt, die damit zum ersten Mal die Vereinsmeisterschaft gewann. Auf dem 2. Platz landete Renate Kühnlein vor der drittplatzierten Sylvia Elsner. Sonja Bald auf Rang 4 und Rose Maiwald auf dem 5. Platz komplettierten das Frauenfeld.

Unsere Vereinsmeister

Ulrike Praß und
Roland Elsner

3 Walker/innen waren ebenfalls am Start. Ernst Fischer gewann die Gesamtwertung vor Ute Iftner und Walter Uebler, die zeitgleich über die Ziellinie schritten.
Auch unser Nachwuchs trotzte dem schlechten Wetter und trat über die Strecken 2,2 bzw. 4,4 KM an. Christian Zent gewann vor Philipp Bald und Juri Strattner, die sich ebenfalls zeitgleich den 2. Rang teilen. Die einzige Dame im Feld, Sirka Eckhoff, behauptete sich gut im Männerfeld und konnte ihre Zeit aus dem Vorjahr verbessern.
Die Tapfersten an diesem Tag waren eindeutig unsere 3 Bambinis. Emilie und Jakob Elsner sowie Sarina Eckhoff mussten ihre 400m lange Strecke im strömenden Regen bewältigen. Bravourös meisterten sie alle diese Aufgabe und durften sich im Ziel über eine Goldmedaille und eine kleine Überraschung freuen.

Im Anschluss an das Rennen fuhren wir alle auf unsere Vereinshütte in Lehenhammer, wo die Siegerehrung stattfand und das legendäre DAV-Buffet den schönen Abend versüßte!
Vielen Dank an alle Helfer, Fans, Photographen, Teilnehmer und sonstige Unterstützer der Veranstaltung.

Die Sportwarte

Bestleistung in Frankfurt

Röthenbacher Andreas Janker läuft Marathon in 2:39:16

Die 28. Auflage des ältesten Stadtmarathons Deutschlands war zugleich die schnellste und bestbesetzte in ihrer Geschichte. Bei keinem anderen Marathon in Deutschland war in diesem Jahr mehr Weltklasse am Start als in der Mainmetropole. Über 21000 Sportler, darunter knapp 13000 Marathonis aus 71 Ländern, machen den Frankfurt Marathon zu einem der mittlerweile 10 bedeutendsten Marathonläufe weltweit.

Andreas Janker vom DAV Röthenbach hatte in diesem hochklassigen Feld das Ziel, seine persönliche Bestleistung auf eine Zeit von unter 2:40 Std. zu verbessern. Für dieses Ziel hatte sich der 26-jährige über 3 Monate mit bis zu 150 Laufkilometern in der Woche konsequent vorbereitet. Bei idealen äußeren Bedingungen ging es für die Läufer vom Start am Messeturm die ersten 10 km quer durch die Innenstadt und das Bankenviertel, bevor die Strecke über den Main in Richtung Niederrad und Schwanheim verlief. Bei der Halbmarathonmarke lag Janker mit 1:18:54 Std. genau im Plan. Während es nun über die Stadtteile Höchst, Nied und Griesheim zurück in die Innenstadt ging konnte er sein Tempo weiterhin gleichmäßig hoch halten. Ab km 35 musste er allerdings noch einmal kämpfen. Dank der etwa 350000 Zuschauer entlang der Strecke konnte er aber in der Endphase einen größeren Zeitverlust abwenden und den Zieleinlauf über den roten Teppich der vollbesetzten Frankfurter Festhalle genießen, den er schließlich in einer Topzeit von 2:39:16 Std. erreichte. Neben der Verbesserung seiner persönlichen Bestleistung um genau 2:30 Minuten, bedeutete es auch Gesamtrang 95 und Platz 39 in der Hauptklasse der Männer. Dass lediglich 24 Deutsche, darunter nur 8 Läufer seiner Altersklasse, schneller waren, unterstrich noch einmal die hervorragende Leistung des Röthenbachers.

Mit **Reinhard Teige** war noch ein weiterer Läufer des DAV Röthenbach am Start, der ebenfalls sein persönliches Ziel an diesem Tag erreichte. 3:30:07 Std. benötigte Teige für den Lauf, was am Ende Gesamtrang 1953 und Platz 165 in der AK 50 brachte.
Den Marathon gewann der Kenianer Gilbert Kirwa mit der Weltklassezeit von 2:06:14 Std. und stellte damit einen neuen Streckenrekord auf.

Finallauf des Bayern Lauf-Cup des BLSV

348 Teilnehmer waren am Start des Fürther Kärwa Laufes, der LAG Quelle Fürth, der zugleich das Abschlussrennen des BLV Lauf Cup 2009 war. Insgesamt hatten die Läufer bayernweit die Möglichkeit, an 10 angebotenen Rennen zu starten, die von Oberbayern bis Oberfranken angeboten wurden (Kersbach - Neuhaus - Burghaslach - Neuburg/Donau - Weiden - Mettenheim - Haßfurt - Dachau - Freising und Fürth). In die Wertung kommen nur Teilnehmer, die mindestens 4 Rennen bestritten haben. Der Sieger eines Rennens bekommt 21 Punkte, 2. Platz 19 Punkte, 3. Platz 18 Punkte u.s.w. Die Streckenlängen schwanken zwischen 7,5 und 12 Kilometer. In Fürth waren 96 Aktive vom Jugendläufer/in bis zur Altersklasse 70 am Start, die für die Gesamtwertung in Frage kamen. Darunter auch 4 Starter vom TSV Thüngersheim, die bei allen 10 Rennen am Start waren. Aus dem Nürnberger Land waren nur 2 Starter in der Endwertung, die aber beide einen Podestplatz erreichten. Uwe Trendelburg von der LG Eckental startete in der AK 30 bei 8 Rennen und belegte mit 92 Punkten Rang 3.
Alfred Unfried vom DAV Röthenbach konnte verletzungsbedingt nur bei 6 Rennen an den Start gehen, kam aber mit 102 erreichten Punkten auf Platz 2 in der AK 70 hinter Bernhard Minde mit 124 Punkten und vor Otto Helmuth Zeil am Main mit 83 Punkten.

Alfred Unfried

New-York-Marathon am 01.11.09

Läuferduo **Ulrike Praß** und **Matthias (Dave) Lehnert** haben erfolgreich am berühmten New-York-Marathon teilgenommen.
Nach einem ergreifendem Start auf Staten Island mit den Klängen von Frank Sinatras „New York, New York“ liefen sie unter kreisenden Hubschraubern bei optimalen 10°C durch das Starttor auf die Verrazano-Narrow-Bridge, über das Meer nach Brooklyn, wo die Läufer gleich begeistert empfangen wurden („Welcome to Brooklyn, Brooklyn loves you“). Über eine Million Fans standen an der Strecke und feuerten die Athleten an, in jedem weiteren Stadtteil (Queens, Bronx und Manhatten) wurden sie so frenetisch empfangen, dass so manches Tränchen der Rührung dem einen oder anderen Läufer über die Wangen rollte. Die abwechlungsreiche

Laufstrecke endete schließlich nach gut 26 Meilen in Manhatten im Central Park. „Fast zu früh“ befand Ulrike, die das Ziel nach flotten 3:54h erreichte, und getragen von den jubelnden Zuschauern gerne noch ein paar Kilometer weiter gelaufen wäre. „Es hat einfach nur Spaß gemacht! Diesmal hatte ich kein festes Zeitziel, aber unter 4 Stunden wollte ich natürlich laufen“. Auch Genussläufer Matthias freute sich über sein Finish nach 5:54h. Die Zeiten sind ihm nicht so wichtig, bei ihm steht der olympische Gedanke „Dabei sein ist alles“ im Vordergrund. Besonders gefallen hat ihm, dass die Zuschauer „DAV-Röthenbach“ auf seinem Trikot als „Dave Rothenbac“ interpretierten und ihn als solchen anfeuerten. Der neue Spitzname „Dave“ wird ihm nun wohl erhalten bleiben.
Für beide steht fest: „Das war nicht unser letzter Marathon!“

Ulrike Praß

Nizza - Marathon

Unter dem Motto „ZUSAMMEN WACHSEN-GEMEINSAM LAUFEN“ veranstaltete das TEAM NEVER WALK ALONE im Auftrag des Amtes für Internationale Beziehungen der Stadt Nürnberg im Rahmen der Städtepartnerschaft Nürnberg-Nizza eine Fahrt vom 06.-09.11.09 zum „MARATHON DES ALPES-MARITIMES“.

Zusammen mit weiteren Läuferinnen und Läufern aus der Metropolregion Nürnberg nahmen auch die beiden DAVler **Helene Macher** und **Klaus Zent** an dieser Fahrt teil. Die Strecke führte mit Start in Nizza an der „Promenade des Anglais“ größtenteils entlang des Meeres und mit Blick auf die Seealpen über Cape d‘Antibes, weiter zum Ziel am „Palais des Festivals et des Congrès“ an der Promenade in Cannes. Während die erste Streckenhälfte ohne nennenswerte Steigungen zu absolvieren war, wurde es auf der zweiten Hälfte welliger und kräftezehrender. Bei optimalem Laufwetter erreichten von zunächst ca. 10300 angemeldeten Teilnehmern 7856 Läufer/innen das Ziel.
Helene Macher konnte in der Zeit von 04.30:20 h den 6517. Platz und Klaus Zent in 3.21:47 h den 1190. Platz erreichen. In der internen Team-Wertung erreichte Helene von 60 Läufer/innen den 41. und Klaus den 3. Platz.

Klaus Zent

Zweistundenlauf in Diepersdorf

Ca. 50 Läufer und Walker trafen sich am 07.11.09 bei herrlichem Läuferwetter in Diepersdorf bei den ,,Elsners“, um ihren 28-ten Zweistundenlauf abzuhalten.

Beim Zweistundenlauf, der im Jahr 1981 von Alois Baumgartl in Laufamholz eingeführt wurde, ist Ausdauer gefragt. Die Teilnehmer müssen in der Lage sein, 2 Stunden am Stück ohne größere Unterbrechungen zu Laufen oder zu Walken. Es wurde in verschiedenen Leistungsgruppen gestartet. In dem Gelände am Moritzberg und bis zum Birkensee wurden Strecken bis zu 20 Kilometer bewältigt. Die Gruppen wurden von den fachkundigen Übungsleitern und Trainern der DAV Sektion betreut. Der Höhepunkt war wie alle Jahre vorher der gemütliche „Zusammenhock“ am Schluss der Veranstaltung im „Elsnerstodel“. Beim traditionellen „Ausdauer-Buffet“ regenerierten sich die Teilnehmer erstaunlich schnell von dem anstrengenden Einsatz.

Auf Punktejagd beim Walking-Test

Die Walker der DAV Sektion Röthenbach nutzten am 20.11.09 das herrliche Wetter, um auf der 400-Meter-Bahn am Steinberg einen Walking-Test über 2000 Meter durchzuführen.

Beim Test mussten 5 Runden über 400 Meter in zügigem Walker-Tempo bewältigt werden. Für die Testbeurteilung wurde die erzielte Zeit und die Pulsfrequenz herangezogen und in einer Tabelle ausgewertet. Vor Beginn wurden die Teilnehmer auf eventuelle Risiken und über Sinn und Zweck des Testes von den fachkundigen Übungsleitern des DAV hingewiesen. Begehrt sind die Testergebnisse bei den Teilnehmern, da sie von den einzelnen Krankenkassen mit bis zu 400 Prämienpunkten in den verschie-

denen Punktesystemen belohnt werden.

Den Test am Steinberg haben alle Teilnehmer mit Erfolg bestanden.

Alfred Unfried

Mountainbiketour zur Kommun-Bräu nach Neuhaus

Am 21.11.2009 fand zum vierten Male die Fahrt mit dem Mountainbike zur Kommun-Brauerei nach Neuhaus a.d. Pegnitz statt.

6 Damen und 33 Herren fanden sich Samstag Mittag um 12:00 Uhr zur Abfahrt am Hallenbad ein. Nachmittags kamen mit Werner Strobel und Frank Martin noch zwei Nachzügler hinzu. Insgesamt waren also 41 Radler unterwegs.

Kurz vor dem Start gab Erwin noch einige Erläuterungen über den Ablauf der Tour. Als Stärkung bekamen alle Teilnehmer noch ein kleines „Goldschätzchen“ von Ritter-Sport überreicht.
Es war schon ein beeindruckendes Bild als sich dieser MTB-Wurm über die „Franzosenbrücke“ zog. Nach 9 km wurde Klunky verloren, er hatte einen Abzweig verpasst. Doch der alte Fuchs war dadurch schon eher im Wirtshaus. Die Strecke in den letzten Jahren war immer einfach. Diesmal wählte Erwin die „Harte Variante“. Siegersdorf, Kirchensittenbach, Stöppach mit teilweise 24 % Steigung erforderten manchen Schweißtropfen. Andrea Büttner trat so arg in die Pedale, dass ihr die Kette an ihrem Edel-

Hobel riss. Ironcook Roman nietete sie jedoch in Rekordzeit wieder, so musste auch Andrea weiterfahren.

Als dieser große Trupp dann in der Kommune eintraf und die Plätze schon mit Wanderern und anderen Bikern besetzt waren, gab es kurze Engpässe in der Bewirtung. Dies störte jedoch nicht weiter, der Bierausschank leistete großartige Arbeit. Chaos, Aktion und Gaudi waren dann angesagt. Karel Gott Walter brachte mit seiner gewaltigen Stimme die Gläser zum Zittern und erhielt donnernden Applaus.

Bei der Siegerehrung wurden Andrea Büttner als beste Technikerin und Wieland Engl als bester Bergfahrer ausgezeichnet. Beide genossen den Applaus des Publikums sichtlich.

Für einen weiteren Rekord sorgten Haasi und Tom, der Wirt erzielte einen Rekordumsatz durch nicht abreißende Jägermeisterrunden. So nach und nach wurde dann die Heimreise mit der Bahn angetreten. Als Letzte verließen Lutz, Tom, Haasi, Jörg, Sonja, Wieland und Erwin die Kneipe.

Wir freuen uns schon auf nächstes Jahr mit leichter Strecke.

Erwin Unfried

Sportlerabschluss 2009

Im rappelvollen Saal der Gaststätte Haas in Diepersdorf konnte Sportwart Klaus Petschar die fast vollständige Vorstandschaft und Verwaltung der DAV Sektion und zahlreiche Ausdauersportler/innen begrüßen.
Nach einem weihnachtlichen Glühwein-Empfang und der Plätzchenprobe der von der Wirtin selbstgebackenen, weihnachtlichen Leckereien, wurde das heiße Buffet eröffnet.

Im Anschluss zeigte das Sportwart-Team einen Rückblick über das abgelaufene Sportjahr, das mit vielen einzelnen Erfolgen gespickt war. Die Betroffenen waren bereits vorgewarnt und sollten lt. Sporwart die Computer-Präsentation mit etwas Humor aufnehmen.

Beim Bericht „Sportabzeichen“ wurde der Vortrag unterbrochen und der Sportabzeichen-Obmann der Sektion, Manfred Sopejstal, überreichte die 2009 abgelegten Sportabzeichen. Er war sichtlich erfreut über die Steigerung der Abnahme um fast 100 % gegenüber 2008 und forderte alle Sportler auf, sich 2010 noch mehr zu beteiligen.

Die abgelegten Sportabzeichen 2009 ohne Schüler und Jugend.:

Name	Deutsch	Bayerisch	Sonderleistung
Renate Lehnert	2 x Bronze	2 x Silber	2 x
Heide Sluka	26 x Gold	26 x Gold	3 x
Ingrid Schmidt	23 x Gold	23 x Gold	4 x
Barbara Anclam	1 x Bronze	---	---
Erwin Gillich	4 x Silber	---	---
Manfred Klunk	10 x Gold	10 x Gold	3 x
Matthias Lehnert	5 x Gold	5 x Silber	---
Erich Pischl	26 x Gold	26 x Gold	4 x
Martin Schlinger	1 x Bronze	1 x Silber	3 x
Norbert Schmidt	30 x Gold	26 x Gold	5 x
Walter Uebler	26 x Gold	26 x Gold	4 x
Alfred Unfried	10 x Gold	10 x Gold	2 x
Wolfgang Weiß	1 x Bronze	---	---
Manfred Sopejstal	29 x Gold	26 x Gold	4 x
Pascal Hampel	4 x Gold m.Z.	---	---
Fabian Hampel	4 x Gold m.Z.	---	---
Daniel Oberbillig	1 x Bronze	---	---
Philipp Oberbillig	1 x Bronze	---	---
Jürgen Edinger	1 x Bronze	---	---
Florian Schmidt	1 x Bronze	---	---

Nach der Übergabe der Sportabzeichen konnte Klaus Petschar noch eine kleine Ehrung vornehmen. Der dienstälteste Übungsleiter der Sektion Alfred Unfried (Übungsleiter Ski nordisch seit 1974) bekam die Urkunde Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ überreicht. Seit 2001 betreut er die „Senioren Gymnastik“ mit dem Schwerpunkt „Haltung - Bewegung - Herz/ Kreislauf“ für die Sektion.
Auch die Vereinsmeister im Straßenlauf Ulrike Praß und Roland Elsner und die Vereinsmeister im Walken Ute Iftner und Ernst Fischer bekamen vom Sporwart ein Präsent für ihre Leistungen überreicht. Nach den Ehrungen ging man zum gemütlichen Teil des Abends über.

Alfred Unfried

Fun-race run&bike im Ungerthal

Am Sonntag, den 29.11.2009 fand zum siebten Mal das run&bike im Ungerthal statt. Bei idealen Wettkampfbedingungen machten sich auch zwei Teams des DAV-Röthenbach auf die ca. 17 km lange Wald- und Wurzelstrecke. Ein Team besteht aus zwei Personen, dabei sitzt ein Teammitglied auf dem Bike, das andere Mitglied läuft. Wann und wie oft gewechselt wird bestimmt jedes Team selbst.

Für den DAV gingen als „DER SCHÖNE&DAS BIEST“ (Roman und Vanessa Tempcke) und „DIE STOPFER?????“ (Tobias Golditz und Sydney Büttner) an den Start.
Vanessa und Roman schrammten mit 1:13:31 Std. knapp an einem Podestplatz vorbei und belegten in der Mixed-Wertung den vierten Platz.
Tobias und Sydney waren mit Abstand das jüngste Team und belegten mit einer klasse Zeit von 1:07:19 Std. unter 27 Teams in der Hauptklasse den 18. Platz.

Uwe Büttner

Über 560 Teilnehmer waren am 05.12.09 am Start beim **33. Forchheimer Nikolaus-Lauf**. Das gute Läuferwetter schlug sich auf die Zeiten nieder, sodass neben 8 neuen Streckenrekorden auch viele Teilnehmer ihre persönliche Bestleistung verbessern konnten.

Vom DAV Röthenbach gingen 3 Männer und eine Dame an den Start. Schnellster war Roland Elsner auf Platz 27 gesamt und 4. in der AK M40 mit einer Laufzeit von 36,45 Min.
Erwin Gillich kam auf Platz 74 und gewann souverän die AK 60 mit einer Zeit von 40,55 Min. Er verpasste den Streckenrekord in der AK 60 um nur 6 Sekunden.
Der Dritte im Bund war Jung-Star Sydney Büttner auf Rang 162 und 38. in der AK M 20 in 44,53 Min.
Als einzige Dame vom DAV war Ulrike Praß am Start. Sie belegte Rang 217 und verpasste auf Rang 4 in der AK W45 mit 48,11 Min. nur knapp das Stockerl. In der Damenwertung lag sie auf Platz 18.

Fahrrad - (Doppeljubiläums-) Tour 2010

Über die „Route des Grandes Alpes" nach Nizza

Die alljährliche DAV-Fahrradtour findet 2010 zum 20. Mal statt und wird zum zehnten Mal von Wieland und Hipo organisiert.
Termin ist Freitag, 18. bis Sonntag, 27.Juni 2010, als Ziel wurde Nizza festgelegt.

Wegen der Streckenlänge wird am 18. Juni nicht in Röthenbach, sondern in der Gegend von Basel (CH) gestartet. In den beiden folgenden Tagen geht es zum Genfer See, anschließend wollen wir innerhalb der nächsten fünf Tage die französischen Alpen durchqueren. Wir folgen der „Route des Grandes Alpes" über 16 Hochalpen-Pässe und 15700 Höhenmeter. Bis Donnerstag fahren wir dabei die Etappen neun und zehn der „Tour de France 2010" ab, welche am 13. und 14. Juli durch die französischen Alpen führt. Nach zweitägiger Erholung erfolgt am Sonntag die Rückreise nach Röthenbach.
Die Grundzüge der Strecke können im Internet unter „Route des Grandes Alpes" eingesehen werden, die endgültige Strecke wird wie üblich von Wieland festgelegt.

Die Gestaltung der Anreise nach Basel richtet sich u.a. nach der Teilnehmerzahl und wird selbstverständlich organisiert, individuelle Planung ist aber ebenfalls möglich.

Um die Tour nicht zu schwierig zu gestalten, werden die ca. 950 km nicht (wie sonst üblich) in sechs, sondern in sieben Tagen bewältigt, die Höhenmeter dürften im Durchschnitt täglich ca. 2200 betragen. Somit dürfte gewährleistet sein, dass die Jubiläumstour im Wesentlichen nicht schwieriger als die bisher durchgeführten wird.

Die Teilnahme steht allen DAV-Mitgliedern offen, Neueinsteiger sind herzlich willkommen.

Verbindliche Anmeldung erfolgt durch Anzahlung von 300.- Euro auf das Konto-Nr. 10 200 52299 bei der BBBank Nürnberg, BLZ 660 908 00. Konto-Inhaber ist Herbert Hilpoltsteiner.
Anmeldeschluss ist Freitag, der 19. Februar 2010.

Weitere Auskünfte können bei Wieland, Tel. 0911/50 48 144 oder Hipo, Tel. 0911/50 82 73 eingeholt werden.

Hipo

Termine der Sportereignisse

03.01.10	Sportlerstammtisch	Little Dream Rückersdorf, 20 Uhr
06.01.10	Dreikönigslauf Kersbach	
15.-17.01.10	Langlaufkurs Fichtelgebirge	Anmeldung bei Erwin Unfried Tel.: 0911/576618
31.01.10	49. Prellsteinrennen	MACHT ALLE MIT
04.02.10	Sportlerstammtisch	Little Dream Rückersdorf, 20 Uhr
04.03.10	Sportlerstammtisch	Little Dream Rückersdorf, 20 Uhr
07.03.10	Finish Line Rothseelauf	
01.04.10	Sportlerstammtisch	Little Dream Rückersdorf, 20 Uhr
10.04.10	Frühlingslauf Kallmünz	5/10/21,1 Km
11.04.10	Run up - Trimm Trab Eröffnung	10 Uhr Röthenbach, Hallenbadparkplatz
18.-27.06.10	Fahrradtour 2010 nach Nizza **Anmeldeschluss 19.02.10**	Anmeldung bei Hipo Tel.: 0911/508273

UTE BLAUROCK
HEILPRAKTIKERIN

AKUPUNKTUR
Kleine Nadeln – große Wirkung

KINESIOLOGIE
Der Körper gibt die Antwort

DORN-THERAPIE
Sanft aber wirksam

SPAGYRIK
Heilen mit Pflanzenessenzen

WIRBELSÄULEN-VITALISIERUNG
Schmerzfreier Rücken

TUINA-MASSAGE
Energien harmonisieren

BREUSS-MASSAGE
Wohlfühlen und Entspannen

Sie finden mich in den Räumlichkeiten der Physiotherapiepraxis K. Dobler

GESUNDHEITSZENTRUM
HERMANNSTRASSE 8
91207 LAUF

TELEFON 09123.3318

UTE@BLAUBLUME.DE
WWW.BLAUBLUME.DE

Termine nach Vereinbarung

SPEZIALISIERT AUF SPORTVERLETZUNGEN
TENNISELLENBOGEN · FERSENSPORN · SCHULTERVERLETZUNGEN UND BESCHWERDEN · FINGERVERLETZUNGEN · KNIEBESCHWERDEN · RÜCKENSCHMERZEN

JANKER

Zimmerermeister
Dachdeckermeister
Baubiologe
Geprüfter Gebäude-
energieberater HWK

Meisterhaft
Qualitätsverbund DachKomplett

JANKER GmbH
Mühllach 10
90552 Röthenbach

Tel.: 0911/570 63 34
Fax: 0911/570 76 78

info@janker-dach.de
www.janker-dach.de

Wir bieten:

Für die Wanderer-
Die Brotzeit

Für die Läufer-
Die Zwischenmahlzeit

Für die Radfahrer-
Die Energieträger

Für Ihre Feste-
Leckere Braten-
und Wurstplatten

Fränkische Spezialitäten

Fleischerfachgeschäft
Metzgerei
Partyservice
Roland Lächele

Grabenstraße 22 Tel.:0911/570 67 50
90552 Röthenbach Fax 0911/570 96 97
Im Internet: http://www.metzgerei-laechele.de
Neu ! jetzt mit Online-Shop

Beachten Sie unsere wechselnden **Wochenangebote !**
Haben Sie schon Ihre **Treuekarte** ? Holen Sie sich eine bei Ihrem nächsten Einkauf.

Stefan Dietz (M40) und Peter Blank (M60) von der LG Röthenbach absolvierten beim **landesoffenen Mehrkampftag des TSV 1860 Ansbach** einen 3-Kampf. Aufgrund der geringen Teilnehmerzahlen gab es nur zwei Läufe über 100m. Stefan startete im ersten und Peter im zweiten Rennen. Beide konnten ihren Lauf für sich entscheiden; Stefan mit 12,21 sek bei strammem Gegenwind, einer Zeit, mit der er einigermaßen zufrieden war, zumal sein Ziel ein Ergebnis unter 12,29 sek gewesen war. Peter erreichte ein für seine Altersklasse ebenfalls respektables Resultat von 14,43 sek; er war umso zufriedener, da er sich um ca. ½ Sekunde verbessert hatte. Im anschließenden Weitsprung setzten beide zu einer gekonnten Flugshow an. Obwohl der Sprinter Dietz aus Angst vor Verletzungen beim Weitsprung stets etwas vorsichtig zu Werke geht, konnte er mit einer soliden Technik und einem Ergebnis von 5,26 m überzeugen. Und auch der Adler Peter, dessen Flügel wohl etwas gestutzt waren, hatte schließlich ein hervorragendes Endergebnis von 3,78 m zu Buche stehen. Und obwohl beide beim Kugelstoßen noch etwas an ihrer Technik feilen könnten, schlossen sie ihren 3-Kampf jeweils mit einem guten Ergebnis ab, das am Ende bei beiden zu Platz 1 im Mehrkampf ihrer Altersklasse taugte. Stefan, der seine Zehnkampferfahrung nicht leugnen kann, erzielte eine gute Weite von 9,13 m und auch Peter, der eine eher spezielle Kugelstoßtechnik einsetzt, schaffte ein zufriedenstellendes Ergebnis von 8,23 m.

Obwohl die Organisation der diesjährigen **Nordbayerischen Seniorenmeisterschaften in Lichtenfels** alles andere als gelungen bezeichnet werden kann, verbuchte die LG Röthenbach trotzdem 4 Siege für sich. Stefan Dietz (M40) war der erfolgreichste Athlet der LG Röthenbach. Über 100m wurde er nur mit einer Hundertstel von Bernd Rühr vom TV 1928 Strössendorf geschlagen und belegte mit 12,15 sek Rang 2. Obwohl er schneller als beim Wettkampf in Ansbach war, zeigte er sich mit seiner Zeit bei einem Rückenwind von 0,8 m/s keinesfalls zufrieden. Über die 200m blieb er jedoch – wenn auch knapp – unter der von ihm gewünschten Zeit von 25 sek. Mit 24,97 sek konnte er Bernd Rühr (25,68 sek) diesmal deutlich hinter sich lassen. Und Sprinter Dietz, der beim Weitsprung stets befürchtet, sich zu verletzen und deshalb regelmäßig nur 1 oder 2 Sprünge absolviert, siegte mit 5,28 m auch im Weitsprung vor Wilfried Nützel von der LG Neumarkt / Freystadt (5,11 m). Peter Blank (M60) sicherte sich trotz seines gewohnten Zickzacklaufs über 100m den 1. Platz in 14,48 sek vor Wolfgang Schäfer vom SV-DJK Schwarzenau und den 3. Rang mit 4,02 m im Weitsprung. In der M65 gewann Werner Gerr beim Weitsprung mit 3,57 m und belegte über 100m den 3. Platz mit 16,22 sek. Erster wurde hier Dr. Klaus Wucherer von der LAC Quelle Fürth/München 1860.

Trotz einiger organisatorischer Schwierigkeiten im Vorfeld des Wettkampfs konnte auch in diesem Jahr das **landesoffene Manfred Stepan-Seniorensportfest der LG Röthenbach** mit knapp 50 Teilnehmern aus allen Altersklassen von 30 – 80 Jahren wieder erfolgreich durchgeführt werden. Die älteste Sportlerin des Tages war Almut Brömmel (Jg. 1935) von der LAC Quelle Fürth/München, die in der Altersklasse W70 an den Start ging. Sie erreichte beim Diskuswurf eine Weite von 21,04 m, beim Speerwerfen eine Leistung von 18,35 m und gewann das Kugelstoßen mit 7,83 m. Bei den 35-jährigen Frauen trat Tanja Schirkonyer von der LG Röthenbach an. Sie beendete den 100m-Lauf in 16,47 sek, sprang 1,26 m hoch, landete beim Weitsprung bei 3,57 m und erreichte beim Kugelstoßen 7,72 m. Im Speerwurf erzielte sie ein Ergebnis von 18,64 m. Den Hochsprung der Damen in der Altersklasse W40 entschied Martina Riedlmeier von der LG Röthenbach mit 1,26 m für sich. Das Kugelstoßen der Damen in dieser Altersklasse gewann Kerstin Kuhne von der LG mit 8,16 m vor Vereinskollegin Martina (8,00 m). Beim Diskuswurf hatte Martina mit 24,41 m die Nase vorn vor Kerstin mit 21,08 m. Den Speerwurf dieser Altersklasse beendete Susanne Frauenberger von der LG mit 21,16 m auf Platz 1 vor Martina mit 19,37 m. Auch bei den Männern der Altersklasse M40 wurden sehr gute Leistungen gezeigt. So erreichte Oliver Kudra von der LG Röthenbach über 100m eine Zeit von 12,95 sek. Bei den 45-Jährigen konnte Hermann Hollmann von der LG Röthenbach das Finale beim Diskuswurf mit 35,08 m vor Dittmar Resch vom TV 07 Wiesenfeld mit 31,90 m für sich entscheiden. Hollmann gewann auch den Speerwurf mit 39,74 m. In der Klasse der M50 konnte Herbert Antes von der LG Röthenbach alle Laufdisziplinen für sich verbuchen: die 100m in 14,95 sek, die 200m in 30,95 sek und auch die 400m in 72,20 sek. Das Finale beim Weitsprung beendete er mit 4,07 m. Bei den 60-jährigen Männern siegte Wolfgang Kinner von der LG Landkreis Aschaffenburg über 100m in 14,37 sek vor Peter Blank von der LG Röthenbach in 14,55 sek. Kinner entschied auch die 200m in 29,31 sek für sich. Und der Weitsprung ging an Peter Blank mit 4,02 m. Beim Kugelstoßen der Männer siegte Robert Schipling von der LAG Mittlere Isar mit genau 12,00 m vor Gerhard Niklas von der LAC Quelle Fürth/München mit 10,89 m und Peter Blank (8,10 m). Er gewann auch den Diskuswurf mit 43,06 m vor Niklas mit 42,06 m und Kinner (28,84 m). Günter Braun vom TSV Crailsheim gewann den Hochsprung in der M70 mit 1,29 m vor Werner Kohnen vom TSV 1861 Zirndorf, der 1,15 m übersprang. Wie beim Hochsprung sicherte sich Braun auch den Sieg beim Weitsprung mit 4,07 m. Den Diskuswurf entschied Duttke mit 35,90 m für sich vor Braun mit 35,29 m und Helmut Friedrich vom TSV 2000 Rothenburg, der 28,62 m erreichte. Auch der Speerwurf ging an Duttke. Hier genügten ihm 43,23 m deutlich zum Sieg. Rang 2 belegte Waldemar Frank von der LG Röthenbach mit 30,19 m. Bei den 75-Jährigen gewann Werner Güntert von der LG Röthenbach sowohl das Kugelstoßen mit 9,76 m, als auch den Diskuswurf mit 31,29 m und den Speerwurf mit 27,41 m. Das Kugelstoßen der Senioren M80 entschied Richard Rzehak vom SC Preußen Erlangen mit 11,91 m für sich. Im Lau-

fe der Siegerehrungen wurden wieder 2 Pokale vergeben: Günter Braun, ein regelmäßiger Gast bei den Sportfesten der LG Röthenbach, erhielt aus den Händen von Christa Kuhne den Fritz Kuhne-Hochsprungpokal. Und Traudl Stepan überreichte den Manfred Stepan-Gedächtnispokal an Robert Schipling, der – wie der früh verstorbene Manfred Stepan – stets besonders bei den Wurfdisziplinen glänzt.

Zwei Saisonbestleistungen, zwei Finalteilnahmen und als i-Tüpfelchen die Silbermedaille mit der deutschen 4x100m-Staffel ist die erfolgreiche Bilanz einer Reise um die halbe Erde zu den **Olympischen Spielen der über 29-Jährigen nach Sydney/Australien**. Vertreten waren in der Hauptstadt von New South Wales 28292 Athleten aus 95 Nationen. Unter ihnen der Leichtathlet Stefan Dietz von der LG Röthenbach. Mit dem Minimalziel, die 2. Runde zu erreichen, ging er in den Vorlauf über 100m am Sonntagnachmittag bei windigem Wetter und 20 Grad. Nach zwei Fehlstarts in seinem Lauf ging er ohne Risiko das Rennen an und war mit Platz 4 im 5. Vorlauf zunächst nicht zufrieden; mit 12,00 sek und der Qualifikation für das Semi-Finale dann aber schon. Im Halbfinale hieß das Motto: Angreifen. Bei Gegenwind und einer Zeit von 12,15 sek konnte er als Neunter das Finale über 100m der Altersklasse „M 40-44“ völlig unerwartet erreichen. Am Abend hatte er in diesem Sprint wenig Chancen gegen Krzysztof

Silbermedaillenstaffel über 4 x 100 m
mit Stefan Dietz (Zweiter von rechts)

Wardecki aus Polen, der als Sieger eine Zeit von 11,56 sek lief. Stefan Dietz erreichte den nie erwarteten siebten Platz mit 12,17 sek. Mit den Leistungen der 100m-Läufe konnte man sich auch Hoffnungen über die 200m-Strecke machen. Auch hier kam es am Donnerstag im Vorlauf unnötig zu Fehlstarts und Verzögerungen. Mit einer Zeit von 24,98 sek konnte sich der Schnaittacher wieder für das Finale qualifizieren. Im Finale am Samstag lief er ein beherztes Rennen und schaffte wieder Platz 7 mit einer

neuen Saisonbestzeit von 24,85 sek. Das Double holte sich der Pole Krzysztof Wardecki mit 23,45 sek, ein ehemaliger Weitspringer, vor Andrew Wilcox aus Australien. Die Temperaturen waren in Sydney mittlerweile auf 25 Grad angestiegen, wobei der Wind im Athletic Center im Olympic Parc weiterhin heftig drehte. Am Ende der Spiele werden die Staffeln ausgetragen. Dazu resümieren die Sprinter jeder Nation die Woche und loten aus, wer für die 4x100m antritt. Stefan Dietz hatte die Ehre, die 2. Position zu laufen, die lange Gerade. Die weiteren Teilnehmer waren: am Start Peter Höll aus Schifferstadt, auf Position 3 Reinhard Michelchen, der dreifache Medaillengewinner in der AK55 aus Sindelfingen und als Schlussläufer Heiko Schmidt von der LG Filder. Nach einer Stunde Staffeltraining auf dem Warm-Up-Track merkte man, dass die Chemie untereinander stimmte und Routiniers am Werke waren. Zwei Zeitendläufe mussten für die zehn angetretenen Staffeln entscheiden. Peter Höll ging sehr gut an im Lauf mit den haushohen Favoriten aus den USA. Der Wechsel auf Stefan Dietz war perfekt. Dieser machte ein fantastisches Rennen gegen den Amerikaner und wechselte sicher auf Reinhard Michelchen. Die Kurve ist wie gemacht für dessen Trippelschritte und er übergab als Dritter an Heiko Schmitt. Dieser zog noch an Australien vorbei und ließ die Staffel von Kanada nicht herankommen. Die USA gewannen den ersten Zeitendlauf mit einer Sekunde Vorsprung vor Deutschland. Jetzt hieß es abwarten. Der zweite Lauf hatte zwei schnelle Staffeln um 47 sek. Nach langen 15 Minuten Wartezeit im Zielraum wurde das Ergebnis bekannt gegeben: USA vor Deutschland und Spanien. Die Deutschen hatten bei einer Zeit von 46,96 sek gerade zwei Hundertstel Vorsprung. Auch die geschlagenen Mitfavoriten aus Kanada und Russland lagen kaum zwei Zehntel dahinter. So knapp ging die Entscheidung um die Medaillen aus. Ohne Verzögerung ging es direkt zur Winning-Ceremony und die deutsche Staffel mit Stefan Dietz von der LG Röthenbach ließ sich die Silbermedaille umhängen.

Herrliches Herbstwetter, eine schöne Cross-Strecke und zwei Siege durch Läufer der LG Röthenbach beim **2. Wettkampf der Ansbacher Cross-Serie in Flachslanden** sind ein erfreulicher Auftakt der Wintersaison. Leider blieb dennoch die richtige Freude aus – denn die Teilnahme war weniger als dünn. So gab es einen Doppelsieg von Simon Schwarz und Stefan Prinz im gemeinsamen Mittelstreckenlauf der männlichen Jugend und Männer - beide waren siegreich in ihrer jeweiligen Altersklasse. Allerdings waren sie hier auch jeweils der einzige Teilnehmer, denn die übrigen 10 (!) Läufer waren Senioren oder B-Jugendliche. Der jüngste Neuling in der Läufergruppe, der neunjährige Fabian Dörr, kam auf den zweiten Platz. Immerhin waren in seiner Altersklasse sieben Jungs am Start.

Monika Barm, Stefan Dietz und Kerstin Kuhne

SENIOREN

Abschluss für das Jahr 2009

Das Wanderjahr geht seinem Ende zu,
nun haben die Wanderstiefel Ruh.
Es waren die letzten Touren im Jahr 2009 sehr schön,
wir konnten über den Eibgrat nach Reuthof geh'n.
Ob wir dann nach Oedenberg, Großengsee,
Diepersdorf oder Bullach gingen,
die Touren waren den Wanderern alle sehr schön erschienen.

Doch der Abschluss des Wanderjahres war auch heuer wieder unsere Weihnachtsfeier. Zuerst ging die Leni mit der Gruppe einen kleinen Rundweg dahin, dann führte sie die Gruppe zur eigentlichen Feier nach Högen hin.

Ob die Musik der Familie Naber, der Senioren-Dreigesang (Michel, Robert und Reinhold) oder der Nikolaus (Werner), der die Tourenführer in einer launisch-fröhlichen und besinnlichen Weise versmäßig aufführte und sich bei ihnen bedankte, oder die Vorträge und Lesungen, die allgemein großen Anklang fanden. Jeder konnte den für sich schönsten Vortrag genießen.

Zwischen dem guten Mittagessen und der Kaffeetafel zeigte sich die Gruppe wieder sehr gut drauf. Nach dem Singen von zwei Weihnachtsliedern wurden dann nochmals die aktuellen Punkte erörtert.
Hier konnten wir erfreulicherweise den 2. Vorsitzenden, Karl-Heinz Koth begrüßen, der sich leider berufsmäßig früher verabschieden musste. Seine Grußworte fanden großen Anklang bei der Gruppe.

Leider mussten wir uns auch im vergangenen Jahr wieder von einem

guten Freund und Musikus verabschieden. Der Alfred musste leider viel zu früh seine letzte Musikstunde und Wanderung antreten. Wir werden ihn und seine schöne Musik sehr vermissen.

Gegen 17:00 Uhr löste sich die Gruppe dann langsam auf und wir fuhren mit dem Bus zurück.

Mit dem Wunsch auf gute Gesundheit und im kommenden Jahr wieder viele schöne und unfallfreie Wanderungen verabschiedeten sich alle mit einem letzten „weiterhin alles Gute“.

Reinhold Faltermeier

Termine
der Seniorenwandergruppe im Jahr 2010

13.01.2010		14.07.2010	
27.01.2010		28.07.2010	
10.02.2010		11.08.2010	
24.02.2010		25.08.2010	
10.03.2010		08.09.2010	
24.03.2010		22.09.2010	
07.04.2010		06.10.2010	
21.04.2010		20.10.2010	
05.05.2010		03.11.2010	
19.05.2010	Hüttentag	17.11.2010	
02.06.2010		01.12.2010	
16.06.2010	Wanderfahrt	08.12.2010	Weihnachtsfeier
30.06.2010			

Urlaubswoche eventuell vom 05. - 12. September 2010. Alle weiteren Angaben und Informationen in der Tagespresse unter den Vereinsnachrichten.

Waldweihnacht am Birkensee

Die von der Bergsteiger-Abteilung der Sektion ausgerichtete Waldweihnacht am Röthenbacher Birkensee lockte wieder eine große Anzahl von Besuchern an. Mit Spannung warteten vor allem die Kinder auf die Röthenbacher Nikoläuse mit ihren beiden Engeln. Sie kamen mit dem Motorboot der Wasserwacht festlich beleuchtet über den Birkensee angebraust.

Der 1. Vorsitzende der Sektion Klaus Hacker begrüßte bei seiner Ansprache den 1. Bürgermeister Günther Steinbauer, den Geschäftstellenleiter der Sparkasse Thomas Häußler und eine ganze Reihe von Stadträten. Den festlichen Teil umrahmten die beiden Alphornbläser Jürgen Schütz und Thomas Reichel sowie der Röthenbacher Posaunenchor mit weihnachtlichen Weisen.
Nachdem der 1. Bürgermeister und Herr Häußler in kurzen Ansprachen die gute Vereinsarbeit der DAV Sektion in Röthenbach hervorgehoben hatten, überreichte Herr Häußler an den 1. Vorsitzenden das obligatorische Kuvert mit einer Geldspende der Sparkasse.

Der Nachwuchsbergsteiger Malte Koenen spielte anschließend auf seiner Querflöte bekannte Weihnachtslieder und animierte die Anwesenden zum Mitsingen. Dann konnten endlich die Nikoläuse und die beiden Engel an die zahlreichen Kinder die Nikolaustüten verteilen. Auch der rechtzeitig einsetzende Schneefall sorgte am Birkensee für weihnachtliche Stimmung.

Alfred Unfried

Peter Herrmann & Kollegen
Dipl. Sportlehrer / Physiotherapeut

Reha & Therapiepraxis Röthenbach

Bahnhofstr. 18
90552 Röthenbach a d Pegnitz
Tel. 0911 - 570 590 0

- Physiotherapie/Krankengymnastik
  Bobath (Neurologie)
  Med. Trainingstherapie
  (KG am Gerät)
- Manuelle Therapie
- Rückenschule
  für Kinder u. Erwachsene
- Lymphdrainage/Massage
- Fango/Moorpackung/Eis
- Ergotherapie/Gestaltungstherapie
- Hausbesuche
  (auch in Senioren- u. Altenheimen)
- Lasertherapie
- Skintonic
  Narben & Zellulitis Behandlung
- Wirbelsäulenmessung
  (Medi-Mouse®)
- Gutscheine über alle Leistungen

Pegnitz Apotheke

Ihr Partner in allen Fragen rund um die Gesundheit!
Kommen Sie vorbei oder besuchen Sie uns unter:
www.pegnitz-apotheke.de
Grabenstrasse 12 – 90552 Röthenbach
Tel.:0911/577125 - Fax:0911/5707181 – e-mail:pegnitz-apotheke@aponet.de

Jetzt neu:

Punkten Sie bei uns mit Ihrer PAYBACK Karte!*
(*Für den Umsatz mit freiverkäuflichen und apothekenpflichtigen Arzneimitteln sowie mit dem apothekenüblichen Ergänzungssortiment)

Totengedenken
am Ehrenmal oberhalb der Hütte in Lehenhammer

Am Totensonntag trafen sich eine Anzahl Mitglieder der DAV Sektion Röthenbach, um am Ehrenmal in Lehenhammer bei der vereinseigenen Hütte ihrer verstorbenen Vereinsmitglieder zu gedenken.
Der 1. Vorsitzende der Sektion, Klaus Hacker, begrüßte die Anwesenden am Ehrenmal und gedachte aller Mitglieder, die 2009 verstorben sind mit einigen persönlichen Worten.

Vereinskamerad Heinz Buchner hielt eine besinnliche Ansprache und ging auf den Sinn und die Tradition des Totensonntags ein, an dem die Bevölkerung ihrer verstorbenen Familienmitglieder, Freunde und Bekannten gedenkt. Heinz Buchner begleitete die Anwesenden beim Singen einiger Lieder auf dem Akkordeon und ließ die harmonische Feier damit beenden.

Alfred Unfried

Wir trauern um

Baumgartl, Karin	Mitglied seit 1970
Heinle, Alfred	Mitglied seit 1998
Müller, Jakob	Mitglied seit 1946

Wir werden ihnen immer ein ehrendes Gedenken bewahren.

Neuaufnahmen

Wir begrüßen mit einem herzlichen Berg Heil unsere neuen Sektionsmitglieder

Alkov Mario, Leinburg/Gersdorf
Bardehle Anita, Röthenbach
Haas Silvia, Leinburg
Haas Lina, Leinburg
März Matthias, Leinburg
März Thomas, Leinburg
Munkert Rosemarie, Schwaig
Neumeier Anne, Nürnberg
Preller Thomas, Henfenfeld
Preller Mina, Röthenbach
Preller Katja, Röthenbach
Reiß Jannick, Röthenbach
Ruff Kerstin, Leinburg/Gersdorf
Strattner Juri, Schwaig
Wagner Noah, Röthenbach
Wagnetter Hilde, Röthenbach
Weseloh Lynn-Louise, Röthenbach
Zettl Miriam, Rückersdorf

Ausweisgültigkeit und Versicherungsschutz

Der Verbandsrat hat im vergangenen Jahr beschlossen, die Gütligkeit der Mitgliedsausweise bis zum 28./29. Februar des jeweiligen Folgejahres zu verlängern. Um Irritationen der tatsächlichen Beendigung der Mitgliedschaft und des Versicherungsschutzes zu vermeiden, wird der Mitgliedsausweis 2010 um den Hinweis ergänzt, dass der Ausweis nur bei ungekündigter Mitgliedschaft bis zum 28. Februar 2011 gilt.

Die neuen Mitgliedsausweise werden erst bis Anfang Februar ausgeliefert.

Wir gratulieren

Den Geburtstagskindern im I. Quartal 2010, die 50, 60, 65, 70 Jahre und älter werden.

Januar	01.01.1938	Pfaffenberger	Max	72
	01.01.1950	Weigel	Siglinde	**60**
	02.01.1920	Rötzer	Josef	**90**
	03.01.1939	Ambrunn	Helmut	71
	03.01.1940	Thor	Karin	**70**
	04.01.1930	Teufel	Dora	**80**
	05.01.1940	Buchner	Alfred	**70**
	05.01.1960	Gaßner	Michael	**50**
	08.01.1945	Rupprich	Ingrid	65
	09.01.1939	Riess	Rudolf	71
	10.01.1940	Reisser	Horst	**70**
	12.01.1945	Polley	Burckhard	65
	14.01.1939	Dierl	Manfred	71
	17.01.1940	Sopejstal	Manfred	**70**
	21.01.1928	Schaller	Margarete	82
	25.01.1937	Büttner	Fritz	73
	31.01.1933	Kirsch	Ernst	77
	31.01.1945	Barta	Klaus	65
Februar	01.02.1924	Herbst	Marie	86
	02.02.1950	Stobbe	Rudolf	**60**
	03.02.1940	Wagnetter	Hilde	**70**
	04.02.1938	Roch	Georg	72
	12.02.1937	Geiger	Karl	73
	14.02.1929	Rauschert	Willi	81
	14.02.1945	Preißinger	Brigitte	65
	15.02.1950	Hofmann	Willi	**60**
	16.02.1934	Dümler	Manfred	76
	18.02.1950	Kreutzer	Werner	**60**
	18.02.1950	Bezold	Jürgen	**60**
	22.02.1935	Meingast	Werner	75

Wir gratulieren

Den Geburtstagskindern im I. Quartal 2010, die 50, 60, 65, 70 Jahre und älter werden.

Februar	23.02.1940	Bleisteiner	Heinrich	**70**
	24.02.1933	Sluka	Hermann	77
	24.02.1950	Smrcek	Helmut	**60**
	25.02.1950	Engl	Marga	**60**
	27.02.1934	Fanghänel	Anni	76
	27.02.1938	Fuchs	Erika	72
März	01.03.1960	Heining-Triebs	Johann	**50**
	02.03.1925	Wolf	Berta	85
	02.03.1935	Pätzold	Eckhard	75
	09.03.1930	Escherich	Berta	**80**
	09.03.1935	Stiegler	Rudolf	75
	10.03.1936	Fischer	Martha	74
	11.03.1960	Gerber	Heidi	**50**
	13.03.1923	Wittmann	Babette	87
	15.03.1939	Feichtmayr	Jürgen	71
	16.03.1932	Kern	Werner	78
	17.03.1930	Lukas	Alfred	**80**
	19.03.1937	Herdl	Karl-Heinz	73
	19.03.1938	Unfried	Margarete	72
	20.03.1936	Göbel	Erhard	74
	20.03.1937	Zeh	Wolfgang	73
	20.03.1960	Seemüller	Christoph	**50**
	22.03.1950	Bendig	Günter	**60**
	26.03.1933	Trefzger	Gertrud	77
	27.03.1938	Schultheiss	Heinz	72
	28.03.1935	Imolauer	Emil	75
	29.03.1940	Naber	Elfriede	**70**

Auch allen anderen Geburtstagskindern in diesen Monaten unsere Glückwünsche!

Das Alles Vormerken

Januar	10.01.2010	**Rückenschule** mit Günther Janker in der Realschulturnhalle jeweils montags um 18:00 und 19:00 Uhr
	15.-17.01.10	**Skilanglaufkurs** in Neubau, Anmeldung bei Erwin Unfried, Tel.: 0911/576618
	24.01.2010	**Wanderung** mit Harry Wölfel von Röthenbach über den Moritzberg nach Unterhaidelbach, Abmarsch um 9:30 Uhr am Hallenbad
	29.-31.01.10	**Wochenendskifahrt** in die Wildschönau mit Heiner Müller, Tel.: 0911/5706914
Februar	05.02.2010	**Jahreshauptversammlung** im TSV-Sportheim, 20:00 Uhr
	14.02.2010	**Wanderung** mit Harry Wölfel von Rückersdorf nach Neunhof, Abfahrt 09:00 Uhr an der Post
März	21.03.2010	**Wanderung** mit Harry Wölfel von Hirschbach nach Hartenstein, Abfahrt 9:00 Uhr an der Post

Genaue Daten oder Terminänderungen sind den Vereinsnachrichten der Pegnitz-Zeitung oder unter www.dav-roethenbach.de zu entnehmen

Geschäftsstelle:	Donnerstag von 17.00-19.00 Uhr, Friedhofstr. 11
Öffnungszeiten des Kletterturms:	Nach Abholung des Turmschlüssels kann jederzeit bis 23.00 Uhr geklettert werden (Info über Schlüsselausgabestellen bei Jan 09123/5213 oder im Internet)
Hallenprogramm:	Montags in der Steinberghalle: 17:00 Uhr Fußball, 19:15 Uhr Fit for Fun
Lauftreff:	Im Winter montags und mittwochs um 18.00 Uhr sowie sonntags um 9:00 Uhr am Hallenbadparkplatz
Jugendgruppe:	Montags um 18.00 Uhr in der Steinberghalle
Strolchengruppe:	Montags um 17.00 Uhr in der Steinberghalle
Seniorengymnastik:	Dienstags um 9.00 Uhr im Judoraum der Seespitzturnhalle
Aktive Sechziger:	Siehe Tagespresse
Achtung:	Das Hallenprogramm findet nicht in den Schulferien statt!

KANZLEI FÜR ARBEITSRECHT

MATTHIAS WINTER
RECHTSANWALT UND
FACHANWALT FÜR ARBEITSRECHT

FRIEDRICH-NEUPER-STR. 49 (S1 SEESPITZE)
90552 RÖTHENBACH
TERMINE NACH VEREINBARUNG UNTER

0911-570 23 94

Bitte beachten Sie unsere Werbepartner bei Ihrem nächsten Einkauf

Sparkassen-Finanzgruppe
08/15
BANK
Top-Service statt 08/15.
Das Girokonto der Sparkasse.
16.000 Geschäftsstellen, 25.000 Geldautomaten,
130.000 Berater u. v. m.*
Sparkasse
Nürnberg
Geben Sie sich nicht mit 08/15 zufrieden. Denn beim Girokonto der Sparkasse ist mehr für Sie drin: mehr Service, erstklassige Beratung rund ums Thema Geld und ein dichtes Netz an Geschäftsstellen mit den meisten Geldautomaten deutschlandweit. Mehr Infos in Ihrer Geschäftsstelle oder unter www.sparkasse-nuernberg.de. Wenn's um Geld geht – Sparkasse Nürberg.
* Jeweils Gesamtzahl bezogen auf die Sparkassen-Finanzgruppe.