

LG SportZeit



Terminankündigung:

Erste Jugendvollversammlung
am Freitag, 31. März, 18 Uhr

Mitgliederversammlung
am Freitag, 31. März, 20 Uhr

Unsere Top-Events:



Athlet des Jahres 2016



Alle unsere Bierspezialitäten



Fischer's
Dreifürsten Pils



Fischer's
Pilsner



Fischer's
Hefeweizen



Fischer's
Kristallweizen



Fischer's
Dunkles Weizen



Fischer's
Feschtbier
(ab Dez. 2017)



Fischer's
Böckle
(ab Dez. 2017)



*Regional
schmeckt optimal!*



Auf der Lehr 30 - Mössingen



Fischer's
Kellerbier



Neckarmüller
Weiße



Fischer's
Heinerle Weizen



Fischer's
Heinerle



Fischer's
Saphir
(ab Mrz. 2017)



Fischer's
Rubin
(ab Okt. 2017)

exklusiv in Fischer's Getränkemarkt erhältlich
www.brauhaus-moessingen.de

INHALT

WILLKOMMEN IN DER LG STEINLACH-ZOLLERN E.V.	4
GRUSSWORT DES MÖSSINGER OBERBÜRGERMEISTERS	5
GRUSSWORT DER HECHINGER BÜRGERMEISTERIN	5
EINLADUNG ZUR JUGENDVOLLVERSAMMLUNG UND ZUR MITGLIEDERVERSAMMLUNG	6
VEREINSGRÜNDUNG	7
UNSERE ZIELE	8
VORSTELLUNG VORSTAND UND GESCHÄFTSSTELLE	9
KOOPERATION MIT DEM TV HECHINGEN	12
ZUR VEREINSZEITSCHRIFT UND ZUR TITELFINDUNG	13
LAUFEN	14
WALKING	23
LEICHTATHLETIK	25
KAMPFRICHTER	31
TRIATHLON	31
BEITRITTSERKLÄRUNG	37



Innovative Alarmanlagen
der neuesten Generation - Made in Germany

BEALARM
Alarmanlagen

Ihr Experte für
Sicherheitslösungen: **07121-6970673**

Werner Bertsch GmbH · Schloßgartenstr. 109 · 72793 Pfullingen · info@bealarm.de

Liebe Mitglieder und Freunde der LG Steinlach-Zollern,

WILLKOMMEN IN DER LG STEINLACH-ZOLLERN E.V.

Sie halten die erste Ausgabe der LG SportZeit, unserer Vereinszeitschrift, in den Händen. Auch dies ist ein Ausdruck unserer neuen Struktur als selbstständiger e.V.. Die gewählte, orthografisch nicht ganz korrekte Schreibweise des Titels bringt nicht nur unseren Vereinsnamen in der Abkürzung LG SZ zum Ausdruck. Die Wortkombination SportZeit mag als Appell verstanden werden, es ist Zeit für Sport, aber sie gibt darüber hinaus die Gelegenheit, in ganz unterschiedlicher Richtung über Zeit und Sport nachzudenken.

Geburtsstunde der LG Steinlach-Zollern war am 23. September 2016. In der gut besuchten Gründungsversammlung im Mössinger Feuerwehrhaus haben 87 Anwesende die Satzung als Gründungsmitglieder unterschrieben. Ein sehr erfreulicher Start! Mit den in der Gründungsversammlung unmittelbar folgenden Wahlen des Vorstandes und der Abteilungsleiter war die Handlungsfähigkeit des neuen Vereins geschaffen. Alle Formalitäten zur Eintragung ins Vereinsregister, Anerkennung der Gemeinnützigkeit und Mitgliedschaft in den Sportverbänden konnten zügig erledigt werden.

Seit 1. Januar 2017 hat die LG Steinlach-Zollern den bis zu diesem Zeitpunkt von der LG Steinlach verantworteten Sportbetrieb übernommen. Die LG Steinlach wurde zum Jahresende aufgelöst, die Abwicklung ist im Gange.

Als eigenständiger Verein stehen wir am Anfang. Sportlich setzen wir einen guten, erfolgreichen Weg fort. Das geschieht aber nicht von alleine, sondern setzt voraus, dass der Verein von allen Mitgliedern gemeinsam getragen und aktiv gestaltet wird.

Der Verein, unsere LG Steinlach-Zollern, ist kein abstraktes Gebilde. Der Verein, das sind wir, das ist jedes einzelne Mitglied. Angebote, Leistungen, Aktivitäten sind keine virtuell abrufbaren Dienstleistungen. Sie sind auch nicht „eh da“, sondern werden von Mitgliedern für Mitglieder erbracht. Solidarität und Engagement sind die tragenden Säulen der LG Steinlach-Zollern. Es liegt an uns allen, diese Säulen stark zu machen. Jede und Jeder ist dabei gefordert.

Wohin führt unser Weg?

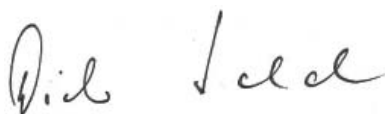
In einer Klausursitzung im Januar haben wir unsere Ziele eingehend diskutiert und formuliert. Wir sind ein Sportverein für Laufen, Walking, Leichtathletik und Triathlon, deshalb steht natürlich der Sport im Mittelpunkt; aber nicht nur. Wir sehen uns in Verbindung mit dem Sport auch in der Verantwortung, Beiträge zur Jugend- und Bildungsarbeit zu leisten. Unsere Vereinsarbeit ist Teil eines lebendigen, gedeihlichen Zusammenlebens einer aktiven Gesellschaft. Und ebenso wichtig ist es uns, den Verein als Plattform für soziale Beziehungen, Kontakte, Freundschaften zu nutzen. Wir wollen allen sportlich interessierten Menschen eine Heimat bieten und das ohne Hemmschwelle für jedes Niveau sportlicher Bewegung. Die ausgewogene Balance zwischen „Breite“ und „Spitze“ ist uns wichtig. Sie finden unsere Ziele in dieser Ausgabe unserer LG SportZeit. Diese Ziele zu verfolgen und umzusetzen, ist unser aller Bestreben.

Es ist mir ein großes Bedürfnis, mich für die Unterstützung, für Impulse, für Engagement, für die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen, herzlich zu bedanken. Das war in der Startphase im hinter uns liegenden ersten halben Jahr elementar. Aber es ist auch weiterhin unabdingbar, dass sich möglichst viele in die Vereinsarbeit einbringen. Lasst uns das solidarische Miteinander über alle unsere Abteilungen hinweg ungeachtet der individuellen sportlichen Ambitionen pflegen.

Gestalten wir das Miteinander zum Markenzeichen unserer Vereinskultur, in der sich Jede und Jeder wohlfühlen kann. In diesem Sinne:

Herzlich willkommen in der LG Steinlach-Zollern!

Auf ein gutes Miteinander
mit sportlichen Grüßen



Dieter Schneider
1. Vorsitzender

Vereinsregister des Amtsgerichts Stuttgart

Abruf vom 27.10.2016 14:53

Nummer der Eintragung	a) Name b) Sitz	a) Allgemeine Vertretungsregelung b) Vertretungsberechtigte und besondere Vertretungsbefugnis	a) Satzung b) Sonstige Rechts
1	2	3	
1	a) Leichtathletikgemeinschaft Steinlach-Zollern e.V. b) Mössingen	a) Der Vorstand im Sinne des § 26 BGB besteht mindestens aus dem 1. Vorsitzenden und dem 2. Vorsitzenden sowie maximal vier weiteren Personen. Der 1. Vorsitzende, der 2. Vorsitzende und der Vorstand Finanzen vertreten jeweils einzeln, von den übrigen Vorstandsmitgliedern vertreten jeweils zwei gemeinsam. b) 1. Vorsitzender: Schneider, Dieter, Mössingen, *28.03.1954 2. Vorsitzender: Zinnebner, Michael, Hechingen, *24.07.1971 Vorstand Finanzen: Dearth, Nina, Mössingen, *15.06.1969 Vorstand Sport: Grundmann, Martin, Hechingen, *06.01.1965 Vorstand Öffentlichkeitsarbeit / Marketing / Sponsoring: Stegmeier, Michael, Pfällingen, *18.10.1961	a) Verein Satzung vom 23.09.

GRUSSWORT DES MÖSSINGER OBERBÜRGERMEISTERS

Liebe Mitglieder der LG Steinlach-Zollern e.V.,
liebe Leser des ersten Vereinsheftes,

Sport hat viele positive Effekte - für den Einzelnen wie für die Gesellschaft. Er ist gesund, fördert das Miteinander, bringt Jung und Alt sowie Menschen unterschiedlicher Herkunft zusammen. Sport verbindet!

Auch die LG Steinlach-Zollern e.V. vereinigt Sportbegeisterte über geografische, politische, kulturelle und auch sportliche Grenzen hinweg. Denn der neue Verein setzt die bewährte Kooperation zwischen den Leichtathleten, Läufern, Walkern und Triathleten aus den Regionen Steinlach und Zollern fort. Zugleich bündelt er damit Interessen und Kräfte mit dem Ziel, noch besser zu werden.

Ein afrikanisches Sprichwort sagt: „Wenn du schnell laufen willst, dann laufe allein, wenn du aber lang laufen willst, dann laufe mit anderen gemeinsam.“

Auch wenn es natürlich der Wunsch jedes ambitionierten Leichtathleten ist, je nach Disziplin möglichst schnell zu laufen oder zu walken bzw. möglichst hoch oder weit zu springen, so kann er diese Absicht eben am besten in einer Gemeinschaft Gleichgesinnter erreichen, die ihn durch optimale Rahmenbedingungen unterstützt und in seinen Stärken fördert. Genau dies hat sich die LG Steinlach-Zollern e.V. zum Ziel gesetzt.

Sport ist bereits in jungen Jahren wichtig. Ich bin der LG daher sehr dankbar, dass es ihr durch großen ehrenamtlichen Einsatz sehr erfolgreich gelingt, Kinder und Jugendliche für Sport und Bewegung zu begeistern.

Bereits in seinen Vorgängerstrukturen war der Verein überaus erfolgreich und ich habe keinen Zweifel, dass dieses hohe Leistungsniveau anhalten wird.

Dem frisch gegründeten Verein LG Steinlach-Zollern wünsche ich am Beginn seiner nun neuen „Laufstrecke“ alles Gute, Ausdauer und den erhofften langfristigen Erfolg.



Michael Bulander



GRUSSWORT DER HECHINGER BÜRGERMEISTERIN

Liebe Mitglieder der LG Steinlach-Zollern e.V.,
liebe Leser des ersten Vereinsheftes,

Rennen, Springen, Werfen - die leichtathletischen Disziplinen gehören mit zu den ältesten Sportarten und waren bekanntermaßen Teil der antiken Olympischen Spiele. Auch heute haben sie eine große Anziehungskraft: der schnellste 100m-Läufer, oder diejenigen, die am höchsten oder weitesten springen, gehören immer noch zu den ganz großen Stars auf der Bühne des Sports.

Es geht aber nicht um die Stars, es geht um die Sportler hier vor Ort. Um die vielen Amateure, die in ihrer Freizeit nach Rekorden streben. Dass die Leichtathleten darin durchaus erfolgreich sind, bestätigt alle Jahre wieder die Sportlerehrung der Stadt Hechingen.

Die Erfolge und die rege Trainings- und Wettkampftätigkeit der Leichtathleten sind mit ein Resultat der Zusammenarbeit der Leichtathletikgemeinschaft Steinlach-Zollern e.V. mit dem Turnverein Hechingen e.V.. Bereits seit 2012 besteht die Kooperation, die auch nach der Umwandlung der LG Steinlach zum heutigen Verein weitergeführt wird.

Und die Leichtathletik wird weiter Auftrieb bekommen: aktuell wurden in Hechingen die Arbeiten für die Sanierung des Weiherstadions gestartet. Gebaut werden eine neue Laufbahn und Einrichtungen für sämtliche Sprung- und Wurfdisziplinen. Ab Ende Juli können also in Hechingen mit besten Voraussetzungen Trainingseinheiten und Wettkämpfe absolviert werden.

Den Sportlern, den Trainern und den Verantwortlichen des Vereins - Mössingen und Hechingen sind jeweils gut vertreten - gilt mein herzlicher Dank für ihr Engagement. Der Leichtathletikgemeinschaft wünsche ich weiterhin viel Erfolg und viele Rekorde. Möge die vorliegende Vereinszeitschrift eine gute Verbreitung finden und Interesse wecken an der Leichtathletik und der LG Steinlach-Zollern e.V..



Dorothea Bachmann





**Einladung
zur
Jugendvollversammlung
31. März 2017, 18 Uhr,
Lehrsaal Feuerwehrhaus Mössingen, Goethestraße 9**

Tagesordnung

- TOP 1 - Informationen zur Vereinsjugend**
- TOP 2 - Jugendordnung der LG Steinlach-Zollern
Vorstellung des Entwurfs, Aussprache, Abstimmung**
- TOP 3 - Wahl des Vereinsjugendleiters und des Vereinsjugendsprechers**
- TOP 4 - Verschiedenes**

Hinweise:

- **Der Vereinsjugend gehören alle jugendlichen Mitglieder vom vollendeten 6. Lebensjahr bis zum vollendeten 18. Lebensjahr an.**
- **Stimmberechtigt sind alle Mitglieder im Alter von 10 bis 17 Jahren.**
- **Der Entwurf der Jugendordnung ist bereits vorab auf der Homepage unter www.lg-steinlach-zollern.de einzusehen.**

Der Vorstand bittet um zahlreiche Teilnahme.

**Dieter Schneider
1. Vorsitzender**



**Einladung
zur
Mitgliederversammlung
31. März 2017, 20 Uhr,
Lehrsaal Feuerwehrhaus Mössingen, Goethestraße 9**

Tagesordnung

- TOP 1 - Jahresbericht des 1. Vorsitzenden**
- TOP 2 - Jahresbericht des Vorstands Finanzen**
- TOP 3 - Bericht der Kassenprüfer**
- TOP 4 - Aussprache zu den Berichten TOP 1 bis 3
und den Berichten der Abteilungen in der LG SportZeit**
- TOP 5 - Wahlen**
- TOP 6 - Anträge**
- TOP 7 - Verschiedenes**

Anträge sind gemäß Satzung mit Begründung bis 24. März 2017 beim 1. Vorsitzenden einzureichen.

Der Vorstand bittet um zahlreiche Teilnahme.

**Dieter Schneider
1. Vorsitzender**

VEREINSGRÜNDUNG MIT MEHR ALS 100 TEILNEHMERN

Zur Gründung des Vereins LG Steinlach-Zollern waren am 23. September 2016 mehr als 100 Interessierte ins Mössinger Feuerwehrhaus gekommen. Das war eine erfreulich große Basis für den Start. Vorweg wurde die Entwicklung der LG Steinlach aufgezeigt. Ausgeprägte Jugendarbeit, Breitensport und Spitzensport sind die tragenden Säulen - und das soll auch weiterhin so bleiben. Die Vereinsgründung war notwendig geworden, um die juristische und steuerliche Behandlung auf eine klare Grundlage zu stellen und dabei die Gemeinnützigkeit weiterhin zu gewährleisten.

Nach den Informationen und einer Aussprache wurden die Gründung des Vereins LG Steinlach-Zollern und die Satzung von allen Anwesenden ohne Gegenstimmen beschlossen. 87 Anwesende haben die Satzung als Gründungsmitglieder unterschrieben.

Bürgermeister Martin Gönner als Vertreter der Stadt Mössingen und Fachbereichsleiter Jürgen Rohleder als Vertreter der Stadt Hechingen leiteten die anschließende Wahl des 1. Vorsitzenden der LG Steinlach-Zollern. Dieter Schneider wurde einstimmig (bei seiner eigenen Enthaltung) zum Vorsitzenden gewählt. Der im Anschluss zur Wahl vorgeschlagene Hechinger Michael Zinnebner hielt sich bereits in der Bundeshauptstadt zum Berlin Marathon auf. In einer Live-Schaltung in die Gründungsversammlung stellte sich Zinnebner den Anwesenden vor und wurde dann mit großer Mehrheit zum 2. Vorsitzenden der LG Steinlach-Zollern gewählt. Die Wahlen der weiteren Vorstandsmitglieder, der Abteilungsleiter und Kassenprüfer erfolgten ebenfalls mit überzeugenden Mehrheiten bzw. einstimmig. Das Einzugsgebiet Steinlach-Zollern des neuen Vereins spiegelt sich auch bei der Besetzung der Vorstands- und Abteilungsleiterfunktionen wider. Die in der Gründungsversammlung gezeigte Bereitschaft der Mitglieder, sich in verschiedene Aufgabenbereiche aktiv einzubringen, Verantwortung und Aufgaben zu übernehmen, zeugt von ausgeprägter Solidarität. Dieses positive Klima lässt mit großer Zuversicht in die Zukunft des Vereins blicken. Dazu der Vorsitzende Dieter Schneider: „Wir wollen gemeinsam den erfolgreichen Weg fortsetzen, die Jugend fördern und fordern und eine ausgewogene Balance zwischen Breitensport und Spitzensport in allen Altersgruppen wahren. Wir werden alles daran setzen, Leichtathletik, Lauftreff, Nordic Walking und Triathlon bei der LG Steinlach-Zollern in Schwung und weiterhin auf einem guten Kurs zu halten.“

Nach zweieinhalb Stunden umfassender Information, konstruktiver Aussprache und klaren Wahlergebnissen konnte die harmonische Gründungsversammlung beendet werden.

Die in der Folge notwendigen Formalitäten, wie die Eintragung ins Vereinsregister, die Anerkennung der Gemeinnützigkeit durch das Finanzamt, die Mitgliedschaft im Württembergischen Landessportbund und in den Fachverbänden Leichtathletik und Triathlon, konnten in verhältnismäßig kurzer Zeit erfüllt werden. Bereits mit Datum vom 27.10.2016 wurde die LG Steinlach-Zollern in das Vereinsregister des Amtsgerichts Stuttgart eingetragen.

Damit sind alle formalen Voraussetzungen für die Tätigkeit als eigenständiger Sportverein geschaffen. Am 1. Januar 2017 hat die LG Steinlach-Zollern schließlich den Sportbetrieb in eigener Verantwortung aufgenommen.

In unserem sportlichen Wirken machen wir dort weiter, wo wir mit der LG Steinlach aufgehört haben. Die Ziele der LG Steinlach-Zollern haben wir in einer Klausursitzung von Vorstand und Hauptausschuss intensiv erörtert und formuliert. Das ist die Richtschnur für unsere Ausrichtung. Nun gilt es, diese Ziele im Gesamtverein und in den einzelnen Abteilungen konkret mit Leben zu erfüllen.

Packen wir es an - Carpe diem!



UNSERE ZIELE

Willkommen in der LG Steinlach-Zollern e.V.

SPORTLICH - SOZIAL - KOMMUNAL - PARTNERSCHAFTLICH

SPORT

- Wir wollen mit Schwerpunkt in der Region Steinlach-Zollern Leichtathletik, Laufftreff, Walkingtreff und Triathlon weiter ausbauen, attraktiv gestalten und verbreitern.
- Wir wollen mit Leichtathletik, Laufftreff, Walkingtreff sowie Triathlon ein Angebot für sportinteressierte Menschen aller Altersgruppen bieten.
- Wir wollen sportliche Aktivitäten für jedes Niveau und in differenzierter Intensität und Spezialisierung anbieten. Jede und Jeder ist bei uns herzlich willkommen!
- Wir wollen den Walkingtreff als Fitness-, Gesundheits- und Präventionssportangebot weiter ausbauen.
- Wir wollen in der Nachwuchsarbeit einen anhaltenden Schwerpunkt setzen und Anleitung, Betreuung und Training altersgerecht, motivierend und begeisternd gestalten.
- Wir wollen uns als facettenreicher Breitensport auch an Wettkämpfen beteiligen.
- Wir wollen eine fachlich und pädagogisch qualifizierte Betreuung gewährleisten.
- Wir wollen Talente in allen Bereichen gezielt und nachhaltig fördern, sie in die Landeskader bringen und bis hin zu Landes- und Nationalen Meisterschaften führen.
- Wir wollen attraktive Wettkämpfe und Veranstaltungen des Breiten- und des Spitzensportes anbieten.

SOZIALES

- Wir sehen Sport im Allgemeinen und Leichtathletik, Laufftreff, Walkingtreff sowie Triathlon im Speziellen als Bestandteil eines lebendigen kommunalen Gemeinwesens und einer aktiven Gesellschaft. Wir wollen mit unserem gesamten Angebot Beiträge dazu leisten.
- Wir wollen mit unserem Vereinsangebot als Teil der Jugend- und Bildungsarbeit an der sozialen Entwicklung junger Menschen mitwirken. Dabei wollen wir insbesondere zu strukturiertem Freizeitverhalten, zur Entwicklung von Fairness, Toleranz, Gemeinschaftssinn, Leistungsbereitschaft, Verantwortungsbewusstsein und gesundheitsbewusster Lebensführung beitragen.
- Wir wollen durch Offenheit gegenüber Jedermann die Integration ausländischer Mitbürger und Migranten unterstützen.

KOMMUNALES

- Wir wollen in fairer Partnerschaft die Unterstützung unserer Vereinsarbeit durch die Kommunen nachhaltig gestalten und ausbauen, insbesondere bei der Schaffung, Bereitstellung und Erhaltung der notwendigen Infrastruktur sowie bei Veranstaltungen.
- Wir wollen mit unserem Vereinsangebot sowie breiten- und spitzensportorientierten Veranstaltungen zur Steigerung der Attraktivität der Städte Mössingen und Hechingen beitragen.

KOOPERATIONEN

- Wir wollen den Sportbetrieb in den Bereichen Leichtathletik, Laufftreff und Walkingtreff in enger Kooperation mit dem TV Hechingen durchführen und sind für weitere Kooperationen offen.
- Wir pflegen die Kooperation mit den Schulen und streben Kooperationen mit den Kindergärten an.
- Wir suchen und pflegen die Kooperation mit Unternehmen, auch zur Unterstützung des Betrieblichen Gesundheitsmanagements.
- Wir arbeiten mit anderen Vereinen in der Region zusammen und unterstützen uns gegenseitig.
- Wir suchen die Unterstützung von Sponsoren, die sich mit unseren Zielen identifizieren.

VORSTELLUNG VORSTAND

DIETER SCHNEIDER

1. Vorsitzender

Meine Grundmotivati- on, mich für die Leichtath- letik zu engagieren, war, ist und bleibt die Jugend- arbeit. Ich bin der fes- ten Überzeugung, dass wir mit einem qualifiziert betreuten Sportangebot sehr viel Positives für die persönliche und soziale Entwicklung unserer Kin- der und Jugendlichen be- wirken und ihnen Halt und Richtung geben können.



Über alle Altersgruppen hinweg bietet der Verein vielfältige Möglichkeiten für Kontakte, Gespräche, ge- meinsame Erlebnisse - und das ganz real und nicht nur virtuell, indem wir uns gegenseitig mit dem Zeigefinger die Bits und Bytes übers Display wischen.

Als Vorsitzender ist es mir wichtig, dass alle, die sich für unser Sportangebot interessieren, in der LG Stein- lach-Zollern herzlich willkommen sind und eine per- sönliche Wertschätzung genießen. Die ausgewogene Berücksichtigung der Interessen der „Breite“ und der Spitze ist ein Balanceakt, der ständig austariert werden muss. Wenn uns das im Miteinander gelingt, wird auch die Solidarität als Grundprinzip des Vereins zur tragen- den Säule.

Ich habe persönlich zeit meines Lebens „a bissle“ Sport betrieben. Die Zehnkämpfer habe ich schon in jungen Jahren bewundert. Vom Laufvirus wurde ich erst als Senior richtig angesteckt, aber dafür wurde ich ihn nicht mehr los - und ich pflege ihn, denn ich möch- te ihn gerne noch viele Jahre behalten. Er ist Herr mei- ner Freizeit und hat meine italienische Freundin zum Nichtstun in die Garage verbannt. So steht meine Guzzi blitzblank geputzt und staubgeschützt und wartet auf einen sonnigen Tag für eine Ausfahrt auf möglichst kur- vigen Landstraßen.

Oft werde ich gefragt, was ich in meiner „vielen Frei- zeit“ im Ruhestand denn mache. So richtig im Ruhe- stand bin ich gar nicht. Beruflich bin ich in Sachen in- nere Sicherheit und Kriminalitätsbekämpfung oft in der Republik unterwegs und versuche, meine langjährige Erfahrung in die Lösung aktueller Probleme einzubrin- gen. Sportlich bin ich neben der Arbeit in unserem Ver- ein als Verantwortlicher für den Breitensport im Würt- tembergischen Leichtathletikverband ehrenamtlich tätig und für die neue Bürgerstiftung Mössingen enga- giere ich mich ebenfalls im Vorstand. Und natürlich lie- be ich es, in unserer herrlichen Umgebung Wald und Flur auf Joggingsschuhen zu durchstreifen. - Von Lange- weile keine Spur. Die Weisheit: „Wer sich bewegt, sam- melt ein; wer still steht, vertrocknet.“, wird mir und mei- nem Umfeld manchmal zum Verhängnis, wenn ich zu

viel in zu kurzer Zeit will. Alle, die darunter leiden, bitte ich um Nachsicht. Es ist kein böser Wille, sondern ge- tragen von der Überzeugung, man muss etwas nicht nur wollen, man muss es auch tun. Mein Wollen und Tun will ich gerne frei nach Kants kategorischem Impe- rativ unter die Maxime stellen: Verhalte dich fair!

MICHAEL ZINNEBNER

2. Vorsitzender

Mein Name ist Micha- el Zinnebner. Ich bin 45 Jahre alt und verheiratet mit Kristina Zinnebner, die die Hechinger Kinder in der Leichtathletik trai- niert. Gemeinsam haben wir Kinder im Alter von 19, 18, 14 und 10 Jahren. Seit ca. 2½ Jahren bin ich Mit- glied in unserem Verein. Begonnen habe ich in frü- hen Jahren schon mit dem Fußball spielen, was auch noch heute meine Leidenschaft in der AH-Mannschaft beim SV Weilheim ist. Etwas später kamen Handball, Tennis, Tischtennis sowie auch Radfahren dazu. Mit dem Laufen habe ich allerdings erst angefangen, als ich in Hechingen an der Aktion „Hohenzollern - da läuft was“ teilgenommen habe. Davor machte mir das Lau- fen weniger Spaß. Mittlerweile bewegen sich meine Strecken von 10 bis hin zu 42 Kilometern. Die Begeis- terung des Laufsports geht sogar soweit, dass ich mich dazu entschlossen habe, den Trainerschein für Brei- tensport abzulegen.



Beruflich orientierte ich mich zunächst als Werk- zeugmechaniker. Nach 6½ Jahren als Mechaniker ha- be ich mich entschlossen, einen anderen Berufsweg einzuschlagen. So kam es, dass ich eine Ausbildung bei der Polizei in Biberach begonnen habe. Der Beruf macht mir, auch nach 22 Jahren und trotz vieler Um- strukturierungen, immer noch sehr viel Spaß. Aus die- sem Grund bin ich auch in der Vorstandschaft der Ge- werkschaft der Polizei sowie im Personalrat der Polizei vertreten. Beim Polizeirevier Hechingen bin ich unter anderem Praxisausbilder sowie Ansprechpartner für diverse polizeiliche Aufgabengebiete. Eine weitere Ver- einstätigkeit übe ich im Post- und Telekommunikationsverein Hechingen als Hauptkassierer aus.

Als 2. Vorsitzender vertere ich Dieter Schneider. Für mich ist die ehrenamtliche Arbeit sehr wichtig, denn nur so kann Gemeinschaft funktionieren. Weiterhin liegt mir am Herzen, die Gemeinschaft zu erhalten und diese auch zu leben. Die Verantwortung ist groß, aber ich freue mich auf die Herausforderung und werde al- les daran setzen, meine Begeisterung weiterzugeben.

So wie Herrmann Hesse schon zitierte: „Damit das Mögliche entsteht, muss immer wieder das Unmögli- che versucht werden“.

NINA DEARTH

Vorstand Finanzen

Mein Name ist Nina Dearth, ich bin Jahrgang 1969 und habe 2 Kinder. Ich arbeite als Rechtsanwältin und bin bei der LG Steinlach-Zollern für das Rechtliche und die Finanzen zuständig.

Ich bin passionierte Langstrecken- und Trailläuferin. Ich liebe die Berge und die Strecken am Albtrauf.



Mein Lebensmotto: „Life is better on a trail.“

Für 2017 habe ich die Teilnahme am STUBAI ULTRA-TRAIL auf dem Programm. Das ist ein Lauf von der Altstadt in Innsbruck bis ans Ende des Gletschertals.

MARTIN GRUNDMANN

Vorstand Sport

Geboren 1965 in Hechingen, Dipl. Kaufmann. Ich habe in meiner Jugend und auch noch im Aktivenalter selbst mal ziemlich intensiv Leichtathletik und dort insbesondere den Zehnkampf betrieben. Meine Bestleistung betrug 7850 Punkte. Meine Stärken lagen im Hürdensprint und Weitsprung, obwohl ich - vorsichtig ausgedrückt - nicht der sprintstärkste Athlet war.



Meine größten Erfolge waren der Deutsche Juniorenmeistertitel und die Qualifikation für das deutsche Europacup-Team im Jahre 1989. Sport war schon immer etwas Bedeutendes für mich. Neben der Leichtathletik war ich nämlich als Schüler auch noch im Skilanglauf wettkampfmäßig unterwegs und auch dort im Landeskader. Nach meiner aktiven Leichtathletikzeit spielte ich noch Basketball (Landesliga und Oberliga). In späteren Jahren bin ich sogar ein paar Marathons gelaufen (und der 3-Stunden-Marke ziemlich nahe gekommen). In den letzten beiden Jahren habe ich jeweils einen olympischen Triathlon absolviert.

Beruflich habe ich mich nach dem Studium des Wirtschaftsingenieurs schon vor ca. 20 Jahren mit einer Handelsvertretung für ökologische Heizungssysteme selbstständig gemacht. Aber auch Wasserkraftanlagen gehören zu meinem heutigen Tätigkeitsspektrum.

Privat bin ich seit 25 Jahren mit meiner Frau Elke verheiratet, die aus Bodelshausen stammt. Unsere beiden Söhne Björn und Simon sind inzwischen 21 und 19 Jahre alt. Wir wohnen in Sickingen, nachdem wir zwischenzeitlich einmal für 10 Jahre in Nürtingen beheimatet waren. Durch die Doppelverpflichtung Beruf und LG Steinlach kam die Familie in den letzten Jahren leider viel zu kurz - ebenso wie meine Hobbies: ich fotografiere gerne, habe in früheren Jahren sogar mal öfters Ölbilder gemalt. Ich bin gerne in den Ber-

gen beim Bergsteigen oder auch bei Hochtouren. Ansonsten kann man mich beim Holzmachen im eigenen Wald oder beim Baumschneiden auf der Streuobstwiese antreffen.

Ende 2009 bin ich bei der LG Steinlach als Trainer eingestiegen. Meine Motivation war, einen Teil der Dinge, die ich über all die Jahre bei verschiedenen Trainern im Verein und im Bundeskader gelernt hatte, wieder an die nächste Generation weitergeben zu wollen. Zudem finde ich es wichtig, dass der heutigen Jugend neben Handy und Playstation auch sinnvolle Alternativen angeboten werden, damit die Bewegung nicht zu kurz kommt. Außerdem ist die Leichtathletik auch eine gute Lebensschule - man lernt, längerfristig auf ein Ziel hinzuarbeiten, immer wieder aufzustehen, wenn man mal auf die Nase gefallen ist und sich durchzubeißen. Zudem fördert die Leichtathletik auch das Sozialverhalten, insbesondere, wenn man auch in der Leichtathletik in Mannschaften oder Staffeln antritt. In diesem Sinne finde ich es gut, dass in der LG Steinlach-Zollern nicht nur der Leistungssport, sondern auch der Breitensport ein gleichberechtigtes Dasein hat.

MICHAEL STEGMEIER

Vorstand Öffentlichkeitsarbeit

Mein Name ist Michael Stegmeier, ich bin 55 Jahre alt, Polizeibeamter, verheiratet und Vater von zwei Söhnen und einer Tochter. Seit Herbst letzten Jahres bin ich Teil der LG Steinlach-Zollern-Familie. Ich bin nicht nur im Vorstand tätig und dort bestrebt, den Verein nach außen hin bestmöglich zu vertreten, sondern auch sportlich noch als Triathlet aktiv. Mit dem Triathlontraining ist auch ein großer Teil meiner Freizeit ausgefüllt, wie überhaupt Sport in meinem Leben eine sehr große Bedeutung hat.



Neben meiner beruflichen Tätigkeit im Streifen-dienst bei der Polizei betreue ich außerdem die Handballmannschaften der Frauen der Polizei auf Landes- und Bundesebene. Neben dem Wasserspringen liegen meine sportlichen Wurzeln beim Handball. Über das Radfahren kam ich 2006 zum Triathlon. In den zurückliegenden Jahren war ich bei verschiedenen Vereinen in der Region neben meinen sportlichen Aktivitäten für die Pressearbeit zuständig.

Bei der LG Steinlach-Zollern habe ich nach mehreren Jahren der Suche, eine sportliche Heimat gefunden. Ich hoffe, dass ich durch die Mitarbeit im Vorstand und die Identifikation mit den Zielen und den Leitbildern der LG Steinlach-Zollern zur Fortführung der bislang sehr guten Außendarstellung beitragen kann.

Ich brauche bestimmt noch einige Zeit, um mich in die Strukturen und Abläufe einzuarbeiten. Meine bisherige Arbeit hat mir aber gezeigt, dass mir viel Unterstützung und Vertrauen entgegengebracht wird, was ich gerne auch zurückgeben möchte. In meiner knapp

bemessenen Freizeit versuche ich, mit Lesen etwas Abstand zum Alltag zu finden. Ich koche hin und wieder sehr gerne und lege sehr viel Wert auf gesunde und ausgewogene Ernährung. Darüber hinaus interessiere ich mich für alles, was mit Sport zu tun hat.

Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit meinen Vorstandskolleginnen und -kollegen und das gemeinsame Training im Kreis der LG Steinlach-Zollern-Athleten. Die Mitarbeit im Vorstand sowie das sehr zeitintensive Triathlontraining sind aber nur möglich, weil meine Familie hierfür sehr viel Verständnis aufbringt und meine Aktivitäten seit vielen Jahren unterstützt.

„Das größte Vergnügen im Leben ist es, Dinge zu tun, die nicht getan werden können.“ – Walter Bagehot

JUTTA WAGNER
Geschäftsstelle

Das Motto von Jutta Wagner, unserer Fee von der Geschäftsstelle, lautet frei nach den Worten von John Steinbeck:

„Alles Große in unserer Welt geschieht nur, weil jemand mehr tut, als er muss.“

Mein Name ist Jutta Wagner. Ich bin 53 Jahre alt, verheiratet und habe zwei erwachsene Söhne. Beruflich bin ich seit 1979 bei der VR Bank eG Steinlach-Wiesaz-Härten zwischenzeitlich als Innenrevisorin tätig. Privat bin ich sehr gerne in den Bergen beim Wandern, natürlich auch auf der Schwäbischen Alb, beim Nordic Walking, beim Radfahren und im Winter beim Skifahren.

Von 2000 bis 2008 habe ich neben meinem Be-

ruf die Geschäftsstelle der Spvgg 1904 e.V. Mössingen geleitet. In dieser Zeit habe ich die Vereinsmanager B-Lizenz erworben. Bei der Spvgg bin ich noch als Kursleiterin tätig.

Ich freue mich, den Aufbau der LG Steinlach-Zollern e.V. mitbegleiten und mitgestalten zu dürfen. Es wird sicherlich eine spannende Aufgabe sein. Ich hoffe, dass ich mit meinem Wissen und meinen Erfahrungen einiges dazu beitragen kann. Da ich eine "Urmössingerin" bin, kenne ich einige Mitglieder der LG persönlich. Ich hoffe, auf eine angenehme und konstruktive Zusammenarbeit, sei es mit den Vorständen, den Verantwortlichen im Ausschuss, den Trainern und Übungsleitern sowie den Mitgliedern des Vereins.

Ich habe die obigen Worte ausgewählt, da die LG Steinlach-Zollern ihre bisherigen Aufgaben, Ziele und Erfolge nur erzielt hat, da viele von euch mehr getan haben, als sie mussten. In den letzten Monaten seit Gründung unserer LG Steinlach-Zollern e.V. haben wir schon Vieles auf den Weg gebracht. Machen wir weiter so, um auch im neuen Verein die Ziele, Erfolge und den Zusammenhalt zu schaffen.

Ich freue mich auf Euch!



Unsere Mission, Leben zu retten und zu erhalten, inspiriert uns täglich.

Baxter bietet ein breites Portfolio an lebenswichtigen Renal und Hospital Products an. Diese umfassen die Akut-Dialyse sowie Heim- und Zentrumsdialyse, sterile intravenöse Lösungen, Infusionssysteme und -geräte, Zytostatika, parenterale Ernährung, Biomaterialien für die Chirurgie und Anästhetika; zusätzlich Automatisierungs-Software und Geräte sowie Dienstleistungen für die Apotheke.

Am Standort Gambro Dialysatoren GmbH sind wir innerhalb des Baxter-Konzerns auf die Entwicklung und Herstellung von innovativen Dialysatoren und Dialyse-Kathetern spezialisiert.

Rund 1400 hochqualifizierte Mitarbeiter engagieren sich täglich, die Lebensqualität von Patienten mit Nierenerkrankungen oder Nierenversagen zu verbessern.

Gambro Dialysatoren GmbH
Holger-Crafoord-Straße 26, 72379 Hechingen
www.baxter.com



KOOPERATION BESIEGELT



Jung und Alt bewegen sich gemeinsam mit viel Schwung und Freude bei der Unterzeichnung der Kooperationsvereinbarung der LG Steinlach-Zollern und des TV Hechingen

Die bewährte Kooperation zwischen den Leichtathleten, Läufern, Walkern und Triathleten aus den Regionen Steinlach und Zollern wird auch nach der Gründung der LG Steinlach-Zollern e.V. fortgesetzt. Eine entsprechende Vereinbarung haben die 1. Vorsitzenden des TV Hechingen, Michael Dietmann, und der LG Steinlach-Zollern, Dieter Schneider, in der Hechinger Lichtenauhalle unterzeichnet. Mit dabei zahlreiche Kinder, Jugendliche und Erwachsene beider Vereine, die das gemeinsame Training auch gleich in der Halle in die Praxis umsetzen. „Die Kooperationsvereinbarung ist im Interesse unserer Mitglieder, denn sie ermöglicht es ihnen, am qualifizierten Training der Leichtathletik und an den betreuten Lauf- und Walkingtreffs teilzunehmen“, sagte Michael Dietmann anlässlich der Unterzeichnung. Dieter Schneider ergänzte: „Mit der Vereinskoooperation können wir die Ressourcen beider Vereine bündeln, zum Beispiel Hallenkapazitäten gemeinsam nutzen, oder Betreuer und Trainer übergreifend einsetzen, und damit allen Sporttreibenden ein optimales Angebot bieten. Dies gilt sowohl im Breiten- und Freizeitsport, als auch für die eher leistungsorientierten Athletinnen und Athleten.“ Für die Vereine und deren Mitglieder ist diese Kooperation eine Win-Win-Situation, die für alle vielfältige Vorteile bietet.



ZUR VEREINSZEITSCHRIFT - UND DER SPAN- NENDEN TITELAUSSWAHL

LG SportZeit

Mit der Gründung der LG Steinlach-Zollern überlegten die Vorstandsmitglieder, neben den vielfältigen aktuellen Informationen auch eine jährliche Vereinszeitschrift herauszugeben. Damit sollten in einem Jahresrückblick die wesentlichen Aktivitäten übergreifend über alle Bereiche des Vereins dargestellt und die Entwicklungen aufgezeigt werden. Ziel ist es, die Vereinszeitschrift jeweils vor der Mitgliederversammlung herauszugeben. Alle Mitglieder erhalten so die Gelegenheit, sich bereits vor der Versammlung einen Überblick über die Vereinsaktivitäten abteilungsübergreifend zu verschaffen, um bei Bedarf in der Mitgliederversammlung dazu Fragen stellen und darüber diskutieren zu können.

Es war Vorstand und Abteilungsleitungen ein wichtiges Anliegen, die Vereinsmitglieder in die Namensfindung einzubeziehen. Deshalb wurde ein Wettbewerb für die Namensgebung veranstaltet, bei dem für den Gewinner eine 1-jährige kostenlose Mitgliedschaft bei der LG Steinlach-Zollern ausgelobt wurde.

Die Beteiligung der Mitglieder war erfreulich groß und zeigt, dass sich diese mit der LG in hohem Maße identifizieren. Bis zum Abgabetermin im Januar lagen 87 Vorschläge für den Titel der Vereinszeitschrift vor. - Das machte die Auswahl nicht gerade einfach.

Nach einer Vorauswahl wurden den Mitgliedern des Vorstandes und des Hauptausschusses fünf Titelvorschläge zur Abstimmung vorgelegt. Mit überwältigender Mehrheit hat sich dieses Gremium für

LG SportZeit

als Titel für die Vereinszeitschrift der LG Steinlach-Zollern entschieden. Neben dem Spiel mit den Buchstaben „LG SZ“ hat die inhaltliche Aussagekraft dieses Titels überzeugt.

Ein herzliches Dankeschön gilt allen Mitgliedern, die sich an dem Wettbewerb mit ihren guten und kreativen Vorschlägen beteiligt haben!

Neben der Gründung der LG Steinlach-Zollern, der Kooperationsvereinbarung mit dem TV Hechingen und den für die LG Steinlach-Zollern formulierten Zielen, stellt die Namensgebung für die Vereinszeitschrift einen ebenfalls wichtigen Baustein im Gefüge der LG Steinlach-Zollern dar.

Wer ist nun der Namensgeber und verdienter Gewinner der 1-jährigen kostenlosen Mitgliedschaft?

Für den Vorschlag „LG SportZeit“ zeichnet nicht eine Einzelperson verantwortlich, sondern die **Familie Herter** (Stefan, Tanja, Tom, Emily und Leni) aus Mössingen. Eine Teamproduktion, was bei der Auswahl nicht bekannt war und - was für ein Zufall - die auch auch symbolisch für den Teamgedanken in der LG Steinlach-Zol-

lern steht!

Stellvertretend für die Familie beantwortete Tanja Herter die Fragen der Redaktion:

Wie habt ihr von dem Namensgebungswettbewerb erfahren?

Wir haben die Stimmzettel bei der Weihnachtsfeier auf den Tischen liegen sehen.

Habt ihr die Stimmzettel bei der Weihnachtsfeier ausgefüllt?

Nein, wir haben sie mit nach Hause genommen und da lagen sie dann zunächst einmal unangetastet, bis eine(r) von uns angefangen hat, einen ersten Vorschlag aufzuschreiben.

Wie seid ihr dann weiter vorgegangen?

Wir haben uns Zeit gelassen und immer wieder einen Vorschlag aufgeschrieben. So kamen unsere Titelvorschläge nach und nach zusammen. Oft war ein Vorschlag der Denkanstoß für einen nächsten Namen.

Wer von euch hatte die Idee mit dem Vorschlag LG SportZeit?

Das weiß ich gar nicht mehr. Es kamen immer mehr Vorschläge zusammen und wir haben sie zum nahenden Abgabetermin uns und den Kindern zugeordnet.

Von euch kamen insgesamt 15 Vorschläge. Nach welchen Kriterien habt ihr diese ausgewählt?

Wir wollten mit unseren Vorschlägen die Mitglieder aller Abteilungen ansprechen. Es ist ja eine Vereinszeitschrift für alle.

Wie lange seid ihr schon Mitglied bei der LG Steinlach-Zollern?

Emily war gleich von Anfang an bei der LG Steinlach. Nach und nach sind wir dann alle dazugekommen.

Welcher Abteilung gehört ihr an?

Stefan und ich sind beim Lauffreizeit. Unsere Kinder Tom, Emily und Leni betreiben Leichtathletik, wobei Tom gerade nicht so aktiv ist.

Ihr habt mit einem eurer Vorschläge, der sogar von zwei Familienmitgliedern genannt wurde, den Titel für die Vereinszeitschrift geliefert und kommt damit in den Genuss einer 1-jährigen kostenlosen Mitgliedschaft für eure Familie.

Herzlichen Glückwunsch von den Vorstandsmitgliedern der LG Steinlach-Zollern!





LAUFEN

LAUFTREFF

Der Lauftreff Mössingen ist die Wurzel des noch jungen, stetig wachsenden Pflänzchens Leichtathletik im Steinlachtal. Der Lauftreff wurde vor inzwischen bereits 29 Jahren, damals noch unter dem Dach der Spvgg Mössingen, gegründet. Seit der Kooperation der LG Steinlach mit dem TV Hechingen ab dem Jahr 2012 sind auch die Lauftreffs Hechingen und Mössingen nach und nach enger zusammengewachsen. Die gemeinsame Teilnahme bei der WLV-Volkslaufmannschaftsmeisterschaft hat zu Beginn das Kennenlernen und das gemeinsame Laufen gefördert. Bei den Laufveranstaltungen in der Region treten die LG-Läufer als starkes Team in „weiß-schwarz“ auf und stellen in aller Regel die Mannschaft mit den meisten Teilnehmern. Es macht richtig Freude, bei den Läufen so viele Mitstreiter im gleichen Trikot zu haben, die sich gegenseitig unterstützen. Um den Läufer Nachwuchs braucht der LG Steinlach-Zollern nicht bange zu sein. Ein Blick auf die Schülerläufe zeigt auch hier ein beeindruckendes Bild in den Vereinsfarben.

In den beiden Lauftreffs werden das ganze Jahr über jede Menge Trainingsmöglichkeiten während der Woche und am Wochenende angeboten. Hierfür sind natürlich auch fundiert ausgebildete Betreuer erforderlich, die hier kurz vorgestellt werden.

LAUFTREFF MÖSSINGEN

MARCUS STROHMAIER

Lauftreff-Leiter/Betreuer

Laufen ist für mich eine Möglichkeit, Abstand vom beruflichen Alltag zu finden und Stress abzubauen. Ich liebe es, laufend stetig meinen Horizont zu erweitern und mich dabei immer mal wieder so richtig schön auszupowern. Neben dem Laufen mache ich als Ergänzung gerne Functional Training. Ohne Sport fehlt mir etwas, da werde ich schnell launig und unausgeglichen.



Diese Liebe zum Laufsport bringe ich gerne anderen nahe und leite diese auch gerne an, wenn es darum geht, erste Wettkampferfahrungen zu sammeln oder gesetzte Ziele zu realisieren.

Nachdem ich jahrelang überwiegend auf Asphalt oder befestigten Waldwegen gelaufen bin und gerne profiliertes Gelände gemieden habe, laufe ich inzwischen seit einiger Zeit überwiegend und mit wachsender Begeisterung Trails - und das zu jeder Tageszeit

und bei jedem Wetter. Meine Lieblingsstrecken sind am Dreifürstenstein und Farrenberg - da darf es gerne auch mal dreckig werden...

Meine Wettkampfdistanzen sind von 5 km bis Halbmarathon, gerne auch Cross- oder Hindernisläufe.

Ich arbeite daran, meine 10er-Zeit in Richtung 0:40 h und meine HM-Zeit auf 1:30 h herunterzuschrauben. Neben dem VR-Cup und verschiedenen Halbmarathons möchte ich dieses Jahr wieder einen Tough Mudder oder gerne auch eine Xletic-Challenge absolvieren und eventuell beim Red Bull 400 an der Hochfirschanze in Titisee-Neustadt an den Start gehen.

MICHAEL BAUMANN

Lauftreff-Betreuer

Das Laufen bietet mir Entspannung und Ausgleich vom Alltag. Ich finde es toll, auch mit neuen Leuten teilweise bekannte Strecken zu laufen. Dabei darf auch mal gelacht werden, wenn es einem auch nicht zum Lachen ist.

Ich mag alle Terrains, am Berg, aber auch langsamer :-). Eine Lieblingsstrecke gibt es eigentlich nicht, es gibt nur einige die ich nicht "immer" laufen möchte.

Meine Wettkampfdistanzen sind von 10 km bis Halbmarathon.

Nach verletzungsbedingtem Trainingsrückstand möchte ich wieder fit werden und in diesem Jahr an den VR-Cup-Läufen und evtl. am Nikolauslauf teilnehmen.



THOMAS FINNERN

Lauftreff-Betreuer

Meine persönliche Motivation zum Laufen: Lieber gut essen und dafür länger laufen!

Im Jahr 2004 durfte ich mein Training für den 1. Mössinger Stadtlauf genießen. Das inzwischen Erlernte gebe ich nun gerne weiter. Bevorzugtes Laufterrain ist der Schönbuch. Meine Lieblingsstrecke: Vollmondlauf.

Meine Wettkampfdistanzen sind 10 km, Halbmarathon und ein Marathon im Jahr.

Meine persönlichen sportlichen Ziele und Vorhaben in 2017: Unterstützung der Einsteiger und langsameren Läufer beim diesjährigen 14. Mössinger RÖWA-Stadtlauf, Syltlauf 33 km, Herbstmarathon.



MICHAEL KAUFMANN

Lauftreff-Betreuer

Laufen ist so einfach und kann ohne Aufwand betrieben werden und trotzdem so vielfältig: ob in der Gruppe oder ganz allein, ob im Morgengrauen oder am Abend, ob im Wald oder auf der Bahn.



Ich möchte einerseits die Freude am Laufen weitervermitteln und außerdem aktiver Teil unserer Laufgruppe sein, die ohne ihre Mitglieder nicht funktionieren kann.

Meine Lieblingsstrecken sind:

1. zum Dreifürstenstein hoch (kurz)
2. die Beurener Runde (mittel)
3. zur Salmendinger Kapelle (lang)
4. über Beuren zum Zellerhorn, Raichberg und Dreifürstenstein (gaaanz laaang)

Keine Wettkämpfe mehr! Ich bin aber schon "alles" gelaufen, von 1500 m (4:32min) bis 78km (9:35h).

Spaß haben und gesund bleiben!

BETTINA PRILLINGER

Lauftreff-Betreuerin

Mein Lebensmotto: „Lachen, Lieben, Leben, Laufen“. Ohne Lachen und Liebe kann ich mir mein Leben nicht vorstellen und das Laufen setzt dem Ganzen die Krone auf. Laufen gibt mir mehr Kraft und Energie, man sieht das Leben anders und erlebt es intensiver.



Ich laufe zu jeder Jahreszeit, zu jeder Tageszeit und bei jedem Wetter. Beim Laufen kann ich mich abregieren, einen klaren Kopf bekommen, es befreit mich. Das Laufen ist fest in mein Leben integriert, ist meine Leidenschaft. Es gehört zu mir.

Diese Leidenschaft anderen näherzubringen, andere zum Laufen zu motivieren, kann ich mit meiner Betreuertätigkeit ausüben. Vielen gelingt es nicht alleine, vor allem Laufanfängern, den inneren Schweinhund zu überwinden. Da bringt es was, sich einer Laufgruppe anzuschließen. Laufen in einer Laufgruppe verbindet. Verbindet alle Läufer, egal welcher Nation, Geschlecht oder Religion sie angehören. Die Liebe zum Laufen verbindet, und das motiviert mich zur Betreuertätigkeit, um auch anderen diese Liebe und Begeisterung zum Laufen zu vermitteln.

Grundsätzlich laufe ich auf jedem Terrain. Ich laufe im Dunkeln (vor allem im Winter) bevorzugt auf Asphalt und festen Wegen, laufe aber auch regelmäßig auf der Bahn und absolviere meine Intervalle. Meine besondere Leidenschaft aber gilt den Trails. Hier kann man sich

so richtig auspowern und mit der Natur eins werden. Hier kommt keine Langeweile auf, man ist mit jedem Schritt und Tritt gefordert, Geist und Körper müssen hellwach sein. Meine Lieblingsstrecke ist definitiv der Dreifürstenstein. Diese ist mittlerweile auch sonntägliches Ritual.

Meine Wettkampfdistanzen reichen von 5 km bis Halbmarathon. 2017 möchte ich aber unbedingt die Distanzen auch wettkampfmäßig erweitern. So würde ich gerne meinen ersten Marathon angehen. Über die Marathondistanz hinaus werden dann auf jeden Fall weitere Ziele folgen, vor allem in Trail-Wettkämpfen. Der ein oder andere Hindernislauf wird mit Sicherheit auch mit von der Partie sein. 2016 hatte ich beim Mission Mudder in Horb mein Debüt und Blut geleckt.

CHRISTOF SCHNEKENBURGER

Lauftreff-Betreuer

Laufen ist für mich Ausgleich zur beruflichen Tätigkeit, da ich hauptsächlich im Büro tätig bin und beim Laufen die Natur genießen kann.



Laufbetreuer bin ich geworden, weil ich im Verein eine Aufgabe übernehmen wollte und um neue Menschen kennenzulernen.

Mein bevorzugtes Laufterrain: Trails

Meine Lieblingsstrecke: Dreifürstenstein

Meine Wettkampfdistanzen sind vom 10-km-Staffellauf bis Marathon.

Meine persönlichen sportlichen Ziele und Vorhaben in 2017: 10 km, HM Straße, Tough Mudder, LG-Trail-running-Camp

THERESIA TRUNK

Lauftreff-Betreuerin

Meine persönliche Motivation zum Laufen: Ausdauer- und Temposteigerung.

Ich bin Betreuerin geworden, weil ich die LG Steinlach-Zollern gut finde, diese unterstützen und gerne neue Läufer kennenlernen möchte.



Ich mag lange moderate Läufe. Meine Lieblingsstrecken sind Beuren, Dreifürstenstein und Umgebung. Meine Wettkampfdistanzen sind 10 km und Halbmarathon.

Meine Ziele für 2017: 10 km unter 50 Minuten (Traumziel!!!), Halbmarathon unter 2 Stunden.

DIRK ULBRICHT

Lauftreff-Betreuer

Meine persönliche Motivation zu Laufen: Spaß an der Bewegung. Immer ein gutes Gefühl - nach dem Laufen. Ich bin Betreuer geworden, weil es in der Gruppe einfach mehr Spaß macht und kurzweiliger ist. Ich laufe überall, wo es hügelig ist. Es gibt keine ausgesprochene Lieblingsstrecke.

Meine Wettkampfdistanzen sind von 10 km bis Halbmarathon.

Meine Ziele für 2017 sind neue Bestzeiten, ab diesem Jahr in der neuen Altersklasse. In der Planung sind auch die Teilnahme an einem kurzen Triathlon und ein Trainingslager in der Toskana.



LAUFTREFF HECHINGEN

KARIN BOLL

Lauftreff-Leiterin

Trainerin C für Leichtathletik, Trainerin C für Breitensport Ausdauer.

Dreimal in der Woche zieht es mich hinaus zum Laufen. Es gibt für mich kein schlechtes Wetter: Schnee - Kälte - Regen - Wind halten mich nicht ab zu laufen, meinen Körper zu spüren, die momentanen Probleme vergessen, um glücklich und entspannt wieder nach Hause zu kommen. Am liebsten laufe ich im Wald oder auf weichem Untergrund.

Meine Motivation, Trainerin für Ausdauer zu werden, entstand vor zehn Jahren, als ich anlässlich „Hohenzollern - da läuft was“ gefragt wurde, ob ich es mir vorstellen könnte, „Nichtläufer“ innerhalb von vier Monaten von 0 auf 10 Kilometer vorzubereiten.

Nachdem ich als LA-Trainerin seit 1970 ausschließlich mit Kindern und Jugendlichen gearbeitet habe, macht es mir nach meiner Pensionierung als Sportlehrerin seit 2008 große Freude, mit Erwachsenen zu arbeiten und für das ausdauernde Laufen zu begeistern. Deshalb absolvierte ich noch den Trainerschein C Breitensport Ausdauer zusammen mit Sabine Marquart und Ute Fröhlich. Immer wieder fasziniert mich die Dankbarkeit der Läufer, die bei diesem wunderschönen Sport dabei geblieben und nun teilweise selbst Trainer oder Lauftreff-Betreuer geworden sind.

Für 2017 habe ich zwei oder drei HM im Blick (Spa-



nien - 3 Länder-Eck - und eventuell Nikolauslauf) und einige 10 km Läufe (WLV Team-Lauf-Cup und VR-Cup).

OLE AHRENS

Lauftreff-Betreuer

Im Jahr 2012 habe ich bei der Aktion „Hohenzollern - da läuft was“ von der Hohenzollerischen Zeitung in Hechingen mitgemacht. Ziel dieser Aktion ist es, die Teilnehmer für den 10-km-Panoramalauf in Hechingen fit zu machen. In diesem Jahr wurde der Lauf aufgrund eines Gewitters auf den Oktober verschoben. Die Hechinger Laufgruppe bot uns an, bis zum Oktober bei ihnen mitzulaufen, um dann beim Panoramalauf starten zu können. Es entwickelte sich eine Laufgruppe in der es bis heute immer noch Spaß macht, mitzulaufen. Durch das Laufen kann ich abschalten und den täglichen Stress hinter mir lassen und neue Energie tanken. Es lag also nah, dem TV Hechingen beizutreten. Mittlerweile bin ich Lauftreff-Betreuer in Hechingen und Begleiter beim Vollmondlauf.

Meine Wettkampfdistanzen sind 10 km, Halbmarathon und Marathon.

Meine Ziele für 2017 sind die Teilnahme am VR-Cup, am WLV Team-Lauf-Cup, ein oder auch zwei Halbmarathons sowie mein zweiter Marathon und eine Ausbildung zum Trainer C Breitensport „Laufen, Walking, Nordic Walking“.



UWE BRAUN

Lauftreff-Betreuer

Ich laufe schon seit mindestens zehn Jahren regelmäßig 2 bis 3 Mal die Woche. Seit fünf Jahren mache ich das mit wachsender Begeisterung in unserer Hechinger Laufgruppe. Es macht mir einfach Spaß, mit Gleichgesinnten die hiesigen Wege zu erkunden. Als Lauftreffbetreuer versuche ich immer, auch entsprechend neue, interessante Strecken zu finden. Dazu bieten die Wälder rund um Hechingen viel Potenzial. Auch den Rammert Richtung Rangendingen kenne ich langsam wie meine Westentasche. Ich unterstütze gerne die Laufanfänger, bin aber ebenso gerne mit den schnellen Läufern unterwegs.

Meine Wettkampfdistanzen gehen von kleinen Stadtläufen über 10 km, Halbmarathon bis Marathon.

Einmal im Jahr möchte ich immer einen besonderen Marathon laufen, so als Jahresziel. Dieses Jahr geht es



zum 3-Länder-Marathon nach Lindau. Letztes Jahr bin ich beim Lago-Maggiore-Marathon mitgelaufen.

STEFAN FECKER

Lauftreff-Betreuer

Meine ersten nachhaltigen Laufaktivitäten begannen bei mir mit der Aktion „Hohenzollern - da läuft was“ im Jahr 2012. Nach der Devise, immer fleißig beim Lauftraining zu erscheinen, gelang es mir dann auch, den Panoramalauf in Hechingen zu meistern. Spaß, Erfolg und viele nette, kompetente Läuferinnen und Läufer legten dann den Grundstein der darauffolgenden Laufjahre.



Regelmäßiges Wochentraining, WLV-Läufe, viele 10er, Halbmarathon, Sonderläufe ... Buckel rauf und runter... sind nun Alltag für mich. Höhepunkt im letzten Jahr war mein erster Marathon am Lago Maggiore.

Ein WLV-Betreuer Grundseminar im Frühjahr 2015 ergänzte mein theoretisches und praktisches Laufwissen. Neue Lauf-Herausforderungen und Kontinuität erwarten mich in 2017.

UTE FRÖHLICH

Lauftreff-Betreuerin

Als Laufanfängerin begann ich 2010 als Teilnehmerin von „Hohenzollern - da läuft was“ mit dem Joggen, da ich es satt hatte, nach wenigen 100 Metern eine Gehpause einlegen zu müssen. Und alleine konnte ich mich nicht motivieren. Die tolle Gemeinschaft in der Laufgruppe sowie der Wunsch, auch weitere Newcomer zum Laufen zu bringen, bewogen mich dazu, kurze Zeit später mit Kai Boll und Sabine Marquart den Trainerschein zu erwerben.



Über die Jahre steigerte ich meine Laufdistanzen und verbesserte meine Zeiten. Der absolute Höhepunkt meiner bisherigen Läuferkarriere war die Teilnahme am New York Marathon im Jahre 2015. Immer offen für Neues absolvierte ich letztes Jahr einen ersten Triathlon auf der Schnupper-Distanz. Und dieses Jahr suche ich noch Mitstreiter für meinen ersten Hindernislauf.

Laufen in der Gruppe ist eine tolle Sache. Wir motivieren uns gegenseitig. Auch der gesellige Teil kommt sowohl beim Training, als auch bei unseren Veranstaltungen nicht zu kurz.

SABINE MARQUART

Lauftreff-Betreuerin

Mein Laufmotto ist „Der Weg ist das Ziel“ und das mit „Lächeln statt Hecheln“.

Nette Leute, die man beim gemeinsamen Hobby trifft und mit denen man sich auch noch nett unterhalten kann, das ist für mich Freizeitspaß, den ich nicht missen möchte.

Ich bin Betreuerin geworden, weil ich Freude am Laufen gefunden habe. Dabei laufe ich am liebsten ohne Leistungsdruck, weil Dinge, die man unter Druck macht, auf Dauer wenig Spaß machen.

Der Panoramalauf Hechingen mit seinem unterschiedlichen Untergrund sowie seinem abwechslungsreichen Höhenprofil gehört zu meinen Lieblingsstrecken.

Meine Wettkampfdistanzen sind von 10 km bis Halbmarathon.

Ziele für 2017 sind... gesund bleiben und gemütlich weiterlaufen...



MICHAEL ZINNEBNER

Lauftreff-Betreuer

Vor circa drei Jahren habe ich das Laufen angefangen und zwar bei „Hohenzollern - da läuft was“. Damals habe ich niemals daran gedacht, dass ich mal 10 Kilometer durchlaufen kann. Nach der viermonatigen Trainingszeit stand als Abschluss der Panoramalauf mit 10 Kilometern an. Ich war sehr nervös. Nach den 10 km war ich so stolz auf mich, dass ich mich dazu entschlossen habe, mit dem Lauftraining weiter zu machen. So kam es dann, dass ich ein halbes Jahr später in Tübingen an einem Halbmarathon teilgenommen habe. Das größte Hindernis an diesem Tag war mein Bänder- und Kapselriss, den ich mir drei Wochen vorher beim Lauftraining zugezogen hatte.



Ein weiterer Höhepunkt ein Jahr später, war für mich der Marathon in Berlin. Eine Zielzeit habe ich mir damals nicht vorgenommen. Ich wollte eigentlich nur im Ziel am Brandenburger Tor „ankommen“. An diesem Marathon habe ich mittlerweile so Spaß gefunden, dass ich dieses Jahr das dritte Mal daran teilnehmen werde.

Eine weitere Krönung für mich war es, als ich gefragt wurde, ob ich den Lauftreff-Betreuer machen möchte.

Diese Begeisterung für den Laufsport ist so weit vorangeschritten, dass ich mich dazu entschlossen habe, den Trainerschein Lizenz C Breitensport zu machen. So Gott will, werde ich dieses Jahr meine Abschlussprüfung ablegen.

An dieser Stelle möchte ich mich ganz herzlich bei meinen Trainerinnen Karin Boll, Ute Fröhlich und Sabine Marquart sowie meinen Läuferfreunden, die ich hier namentlich leider nicht alle aufzählen kann, recht herzlich bedanken. Ohne euch wäre ich nicht bei der Stange geblieben, sondern wieder auf dem Sofa gelandet.

Einen weiteren und sehr großen herzlichen Dank möchte ich meiner Ehefrau Kristina und meinen Kindern aussprechen. Sie unterstützen meine Leidenschaft in aller Form, egal ob sie mich bei den Laufveranstaltungen lautstark anfeuern oder zu Hause mit verschiedenen anderen Sachen verwöhnen.

DAS LG STEINLACH-ZOLLERN-LAUFTREFFTEAM BIETET FÜR JEDEN ETWAS!

Mit diesem tollen, motivierten Team läuft der Lauftreff Mössingen an drei offiziellen Trainingstagen jede Woche, der Lauftreff Hechingen an zwei Trainingstagen jede Woche bei (nahezu) jedem Wetter tausende Kilometer im Jahr.

Einzel oder gemeinsam mit Läuferinnen und Läufern wird quer durch alle Leistungs- und Altersklassen an verschiedensten Wettkämpfen und Veranstaltungen teilgenommen.

Der läuferische Jahresverlauf wird für die ambitionierten Läufer mit Wettkampfteilnahmen im Training in verschiedene Perioden unterteilt. Am Jahresanfang liegt der Schwerpunkt mehr auf der Grundlagenausdauer. An dieser wird während der ersten 8 Wochen gearbeitet. Wenn es dann die Witterung wieder zulässt, wird das Tempotraining auf der Tartanbahn oder im Gelände forciert. Während der Wettkampfsaison, die erfahrungsgemäß bei den meisten mit dem Kiebinger Osterlauf eine Woche vor Ostern beginnt und bis zum Nikolauslauf Anfang Dezember andauert, ist Leistungserhalt und Feintuning beim Tempo angesagt. Je nach Saisonschwerpunkt werden von einzelnen Läufern noch spezifische 6-Wochen-Blöcke eingebaut.

Neben ambitionierten Wettkampf-Läufern finden aber auch Genuss- oder Gesundheitsläufer, die für ihr Wohlbefinden oder einfach aus Lust an der Bewegung in der freien Natur laufen, in der LG Steinlach-Zollern passende Gruppen, die auf verschiedenen Streckenlängen zusammen mit vereinseigenen Betreuern das ganze Jahr über unterwegs sind.

Im zweimonatigen Rhythmus wird bei einem Stammtisch das gesellige Miteinander abseits des Laufens gepflegt, wo ein Austausch über Erlebtes oder einzelne Vorhaben stattfindet.

ATHLETIKTRAINING

Seit 2015 wird während der Freiluftsaison von März/April bis Oktober, ergänzend zum Lauftraining, auch ein Athletiktraining, oder neudeutsch Functional Training genannt, angeboten. Dieses findet einmal wö-

chentlich freitagabends im Ernwiesenstadion statt. Bei diesem Training wird mit dem eigenen Körpergewicht oder auch mit verschiedenen einfachen Geräten wie Medizinball, Kettlebells, Springseil und anderen Hilfsmitteln die Rumpfmuskulatur trainiert. Das Motto: „Schnelligkeit durch Kraft“. Eine gut trainierte Rumpfmuskulatur ermöglicht es, insbesondere auf längeren Strecken konstante Leistungen zu erbringen.

Während der Wintermonate wird dieses Athletiktraining in der Halle in Mössingen und in Hechingen fortgesetzt.



RÜCKBLICK 2016

Viele Läuferinnen und Läufer nutzten die Alb Gold-Winterlaufserie als frühen Formtest oder schnelle Trainingseinheiten.

Im Februar startete in Mössingen das bewährte 10-wöchige Stadtlauf-Vorbereitungstraining „Unser Lauf - der 6te“, bei dem wieder eine Gruppe mit etwa 30 Läufern, vom Einsteiger bis zum ambitionierten Wettkampfroutinier, mit Begeisterung teilnahm. Den Lauftreff-Betreuern ist es wieder einmal gelungen, die Vielzahl unterschiedlicher Leistungsniveaus und Erwartungen der Teilnehmer in verschiedenen Trainingsgruppen zusammenzufassen, die Sportler leistungsgerecht zu trainieren und auch zu motivieren. Bei schlechter Witterung, wenn man es sich lieber zu Hause im Warmen auf dem Sofa gemütlich machen möchte, war es auch Aufgabe, den inneren Schweinehund zu besiegen. Letztlich waren alle mit dem Geleisteten und dem Erreichen der gesteckten Ziele zufrieden.

Auch 2016 sind wieder einige „Neulinge“ dem Lauftreff treu geblieben. Diese Läufer kommen seither regelmäßig zum Training und es waren auch schnell Fortschritte festzustellen. Diese gingen soweit, dass der eine oder andere Läufer am Jahresende mit dem Nikolauslauf in Tübingen einen anspruchsvollen Halbmarathon in Angriff nahm und absolvierte.

Nach Abschluss des Stadtlauf-Vorbereitungstrainings wurde bereits das dritte Mal in Folge von Mai bis September einmal monatlich ein Landschafts-Sonderlauf angeboten. Hier wurden die gewohnten und bekannten Pfade verlassen und neues Laufterrain erkundet. Diese Sonderläufe führten zur Salmendinger Kapelle, in die Gegend um Öschingen, Gönningen und



Genkingen. Die Gruppen waren aber auch im Rammert oder bei einem Summertrail auf dem HW 1 an der Traufkante bis Bisingen unterwegs

Im Juni nahmen die Läuferinnen und Läufer nach langer Abstinenz wieder einmal am 100-km-Staffellauf am Sportinstitut in Tübingen teil. Es ging eine gemischte Mannschaft aus Triathleten, Läuferinnen und Läufern sowie einigen Jugendlichen an den Start. Bei diesem Rennen wird mit wechselnden 2er-Teams eine Runde von 1 Kilometer gelaufen, bis die erste Mannschaft 100 Kilometer absolviert hat. Die Wertung erfolgt nach gelaufenen Runden und der Gesamtzeit. Wegen eines aufziehenden Gewitters musste das Rennen leider vorzeitig abgebrochen werden. Nach 35 gelaufenen Runden lag die LG mit einer Gesamtzeit von 2:39:25 h auf einem guten 15. Platz und damit im ersten Drittel unter den teilnehmenden Mannschaften. Das Ziel, sich unter den ersten 10 Teams zu platzieren, wurde leider verfehlt.

Im Sommer haben sich Bettina Prillinger, Christof Schnekenburger und Marcus Strohmaier beim Mission Mudder in Horb versucht. Das ist ein Hindernislauf über 20 Kilometer. Es sind zwei Runden über 10 km mit je 30 Hindernissen zu überwinden. Bettina belegte über die Langstrecke bei den Frauen den 1. Platz. Christof und Marcus fungierten dabei als Hasen und waren beim Sieg von Bettina mit ihrer Rolle durchaus zufrieden.

Viele Läuferinnen und Läufern nahmen an den über das Jahr verteilt stattfindenden fünf Läufen des VR-Cups teil. Die LG war bei allen Läufen mit einer stattlichen Anzahl von Läufern vertreten, so dass sie neben den beachtlichen Einzelleistungen auch als teilnehmerstärkste Mannschaft den 1. Platz belegen konnte.

Nach den Sommerferien, in denen natürlich trotzdem weitertrainiert wurde, nahm unser Lauftreff-Leiter Marcus Strohmaier in Wassertrüdingen am Tough Mudder teil. Er ging ohne Mitstreiter an den Start, da die-



se krankheits- und verletzungsbedingt absagen mussten. Marcus hat aber trotzdem jeden einzelnen der 18 Laufkilometer und jedes der 20 sehr anspruchsvollen Hindernisse genossen. Er war am Ende seiner Kräfte aber trotzdem sicher, dass er 2017 wieder an den Start gehen wird - aber dann im Team!



Im Oktober reisten neun Läuferinnen und Läufer der LG Steinlach nach Lindau am Bodensee, um im Rahmen des 3-Länder-Marathons den Halbmarathon als Saisonabschluss zu laufen. Der Start war am Hafen in Lindau. Die Strecke führte zunächst flach am Seeufer entlang nach Bregenz, dort ging es durch das Festspielgelände an der Festspielbühne vorbei Richtung Rheinmündung und Schweiz. Nach dem Wendepunkt der Halbmarathonstrecke und der Überquerung der Bregenzer Ach führte die Strecke zurück zum Stadion in Bregenz, wo der Zieleinlauf vor gut gefüllten Rängen und toller Stimmung den abschließenden Höhepunkt darstellte. Die erfreulich vielen Zuschauer „trugen“ die Läufer mit ihrer Unterstützung über die Distanz, was bei einigen Läuferinnen und Läufern mit guten Zeiten oder sogar persönlichen Bestzeiten belohnt wurde.

Im November fand in Hechingen der Zollerburglauf und im Dezember in Tübingen der Nikolauslauf statt. Bei beiden Läufen war ein großes Läuferaufgebot aus den Reihen der LG Steinlach am Start.

Zum Jahresausklang stand am dritten Adventssamstag beim Bredleslauf und am letzten Tag des Jahres beim Silvesterlauf neben der sportlichen Betätigung die Geselligkeit nach dem Lauf im Mittelpunkt. In gemütlicher Runde konnten nach beiden Läufen heiße Getränke und Bredle bzw. Silvester-Ringle genossen werden.

Neben der Teilnahme am Training und an Wettkämpfen haben die Läuferinnen und Läufer und deren Betreuer bei den vereinsinternen Veranstaltungen in den unterschiedlichsten Bereichen tatkräftig mit angepackt und so zum Gelingen beigetragen.

GRANDIOSER SAISONABSCHLUSS AM LAGO MAGGIORE:

18 Hechinger Läufer der LG Steinlach beim (Halb-) Marathon

Nach Italien führte der letzte große Wettkampf der Saison eine stattliche Hechinger Läufergruppe der LG Steinlach. In Verbania am Lago Maggiore sollte es für 14 Damen und 4 Herren noch einmal auf die Halbmarathon- oder Marathondistanz gehen. Bei winterlichem

Spätherbstwetter gingen die Sportler am Sonntagvormittag im strömenden Regen auf die 21 bzw. 42 Kilometer lange Strecke.

Leider meinte es der Wettergott diesmal gar nicht gut mit den Hechingern: Nur auf der Hin- und Rückfahrt strahlte die Sonne mit den Sportlern um die Wette. Ansonsten war es der Jahreszeit angemessen ungemütlich, verregnet und kalt. Das gebuchte Hotel San Gottardo erwies sich dagegen als absoluter Volltreffer: Direkt am See und in unmittelbarer Nähe zu Start und Ziel des Marathons gelegen, hätten es die Sportler gar nicht besser treffen können. Das schlechte Wetter sorgte für eine erzwungene Programmänderung, statt Wanderungen auf die umliegenden Berge waren lokale Märkte oder Kaffeehäuser angesagt. Doch das tat der ausgelassenen Stimmung der Läufergruppe keinerlei Abbruch, die Vorfreude auf den bevorstehenden Lauf ließ alle trüben Gedanken verschwinden. Der Samstag sollte für eine weitere Verschlechterung der Witterung sorgen, und so galt alle Hoffnung dem Wetterbericht, der für den Wettkampftag tatsächlich Besserung versprach.

Der Blick aus dem Hotelfenster am frühen Sonntagmorgen sorgte allerdings für große Ernüchterung - es regnete weiter wie aus Kübeln. Dafür herrschte auf den Straßen bereits reges Treiben, Start und Ziel wurden aufgebaut, natürlich nicht ohne landestypisches Gekloppe und große Hektik. Und so trafen sich an die 2000 Läufer, viele in Müllsäcke gehüllt, um sich gegen den unangenehmen Regen zu schützen. Und viele behielten ihre schützende Hülle auch beim Lauf an. Dennoch war die Stimmung fröhlich und ausgelassen, es wurde abgeklatscht, und auch viele Zuschauer hatten sich nicht beirren lassen und bejubelten die tapferen Wettkämpfer.

Der Lindwurm der vielen Läufer verließ den idyllischen Urlaubsort Verbania und folgte der Uferstraße, um die Bucht Richtung Ziel in Stresa. Die Strecke führte bis auf wenige Abschnitte immer direkt am See entlang, zunächst in Richtung Baveno. Was machten all die Italiener bei diesem ekelhaften Wetter um diese Uhrzeit auf der Straße? Es war in der Tat ein Volksfest, die Stimmung trug die Läufer durch den Regen. An den Labestationen gab es Getränke und Obst, manch einer hätte sich an diesem Tag sicher auch eine heiße Brühe gewünscht. Und die zahlreichen Bottiche mit erfrischendem Wasser wären auch eher bei landestypischer Witterung nötig gewesen. So aber bog der Lauf dann kurz in Richtung Gebirge, um nach einer Schleife samt kleinem Anstieg wieder zum See zurückzukehren. Nun hatte der Regen nachgelassen, der Nebel war aufgerissen - und gab den Blick frei auf die Stresa vorgelagerten Borromeischen Inseln. Fast unwirklich, wie ein Gemälde, bot sich der Anblick denjenigen, die noch Luft hatten: Quasi als Entschädigung für die entgangene Herbstsonne! Nun war es nicht mehr weit bis Stresa, wo auf die Halbmarathonis schon das Ziel wartete. Auch hier wartete eine große Menge von Schaulustigen, die jeden Finisher lautstark bis zur Ziellinie trieben, wo jedem dann die verdiente Medaille umgehängt wurde.



Augelassene Stimmung nach dem Lauf am Lago Maggiore

Für drei Läufer ging es aber noch einmal 21 Kilometer zurück nach Verbania. Dort warteten die anderen Teilnehmer der LG Steinlach bereits, die nach ihrem Lauf mit der Fähre hatten zurückfahren dürfen, um mit den Marthonies ausgelassen zu feiern.

AUSBLICK 2017



Am 1. Januar startete eine größere Abordnung der „Dreifürstenstein-Sonntagstrail-Gruppe“ zu „ihrem“ Hausberg, um das neue Jahr mit einem Schluck Sekt zu begrüßen.

Bereits am 6. Januar ging es beim „Dreikönigslauf“ wieder auf den Dreifürstenstein und um den Farren-



berg herum. Es war eine schöne, aber anspruchsvolle Trailrunde im Neuschnee und bei klirrender Kälte und strahlender Wintersonne. Nach etwa 2 Stunden Laufzeit und 18 zurückgelegten Kilometern kehrten die Läufergruppen zum Ausgangspunkt am Mössinger Freibad zurück.

Das Stadtlauf-Vorbereitungstraining 2017 mit dem Kurs „Unser Lauf - der 7te“ ist zum Erscheinungstermin der LG SportZeit bereits in vollem Gange.

Neben der Teilnahme am VR-Cup steht dieses Jahr die Beteiligung am Württembergischen Team-Lauf-Cup auf dem Programm. Der Team-Lauf-Cup ersetzt die Volkslauf-Mannschaftsmeisterschaft, bei der es in den zurückliegenden Jahren rückläufige Teilnehmerzahlen gab. Beim Team-Lauf-Cup starten 6er-Teams altersklassenübergreifend bei insgesamt 4 Läufen in Kiebingen, Welzheim, Kusterdingen und Nagold.

Darüber hinaus ist wieder ein Start beim 100-km-Staffellauf am 24.06.2017 am Sportinstitut in Tübingen geplant. Interessenten dürfen sich gerne jetzt schon bei unserem Lauftreff-Leiter Marcus Strohmaier für eine Teilnahme registrieren lassen.

Vom 30.06. bis 02.07.2017 findet das 1. LG Steinlach-Zollern-Trailrunning-Camp in Blons/Österreich statt. Es wird ein tolles Event mit jeder Menge „trailiger“ Höhenmeter in einer landschaftlich attraktiven Umgebung werden!

Als weiterer Höhepunkt nach den Sommerferien ist die Teilnahme eines Teams beim Tough Mudder in Wassertrüdingen geplant - auch hierfür dürfen sich interessierte „Verrückte“ gerne bei unserem Lauftreff-Leiter melden.

Im Juni, August und September sind die Landschafts-Sonderläufe einmal monatlich fester Programmpunkt im Laufkalender.



Natürlich wird neben all den Sonderterminen und Wettkämpfen an den gewohnten Lauftreff-Zeiten gepflegt oder auch mal „moderat“ bis ambitioniert durch die Gegend gelaufen und gerannt - Jede und Jeder nach seinem persönlichen Leistungsvermögen. Beim Lauftreff der LG Steinlach-Zollern in Hechingen und Mössingen gibt es nicht nur die „wettkampfverrückten Laufjunkies“. Bei uns sind auch die Genuss- oder Gesundheitsläufer gut aufgehoben und können sich wohlfühlen. Es wird der Bogen über die ganze Vielfalt gespannt, die der Laufsport bietet.

Dies geht natürlich nicht ohne Betreuer. Im vergangenen Jahr beendete beim Lauftreff Mössingen eine Betreuerin ihre Tätigkeit. In diesem Jahr werden sich zwei langjährige Laufbetreuerinnen ebenfalls von ihrer Tätigkeit zurückziehen.

Aus diesem Grund suchen wir weitere Laufbegeisterte, die sich eine Tätigkeit als Laufbetreuerin oder Laufbetreuer vorstellen können und sich engagieren wollen. Wer es sich vorstellen kann, zusammen mit den bereits aktiven Betreuern in einer tollen Truppe gemeinsam die Begeisterung für den Laufsport in allen Facetten an andere Läufer weiterzugeben und im Training mit Rat und Tat zur Seite zu stehen und anzuleiten, darf sich gerne bei unseren Lauftreff-Leitern Marcus Strohmaier und Karin Boll melden.

VOLLMONDLAUF

Seit nunmehr 25 Jahren treffen sich Läuferinnen und Läufer zum monatlichen Lauf auf die Zollerburg. Seit dem Jahr 2009 findet diese Vollmondveranstaltung unter der Verantwortung der LG statt und auch die Nordic Walker sind seit 2009 mit dabei.

Das 25-jährige Jubiläum wurde im Januar 2016 bei Kälte und Vollmond gefeiert. Im Oktober gab es dann einen „Retro-Klassik-Lauf“ in alter Tradition. Die Vollmondlauffans liefen gemeinsam bis zum Fuß des Burgbergs und dann jeder in seinem Tempo hoch zur Burg. Dort traf sich die Läufergruppe, klatschte die Kanone ab und anschließend ging es gemeinsam in entspanntem Tempo wieder ins Tal. Dabei kamen der Spaß und die Gespräche nicht zu kurz.

2016 gab es drei Sonderläufe: Im März wurde nachts um die Burg Hohenzollern gelaufen. Am Muttertag erfolgte ein Abstecher nach Bad Niedernau. Der dritte Sonderlauf führte auf die Höhe hinter Bisingen. Das waren alles gelungene Laufevents in unterschiedlicher Landschaft und immer mit einem Blick auf die Burg.

Der Vollmondlauf lockt mit der Atmosphäre der Burg, der Herausforderung der Höhenmeter, der Geselligkeit eines überregionalen Lauftreffs und der Begleitung durch den Mond.

Auch dieses Jahr wird wie immer monatlich donnerstags zum Vollmond auf die Burg gejoggt oder gewalkt. Und es werden wieder drei Sonderläufe angeboten. Am 12. März wird der Lauf nachts um die Burg Hohenzollern führen. Es gibt auch wieder einen Vollmondlauf für Anfänger mit einer Streckenlänge von nicht mehr als 12 km. Auf jeden Fall wird auch eine schöne Strecke für all diejenigen gefunden, die gerne längere Strecken laufen.

Alle Termine auf unserer Homepage unter www.lg-steinlach-zollern.de.

Unsere aktiven Vollmondlauf-Betreuer sind: Ole Ahrens, Michael Kaufmann, Ulrike Kleinschroth und Thomas Finnern



LÄUFST DU NUR... ODER TRAILST DU SCHON?!

1. LG STEINLACH-ZOLLERN-TRAILRUNNING-CAMP VOM 30. JUNI BIS 2. JULI 2017

Drei Tage Trailrunning satt in herrlicher Umgebung - Trailcamp im Bregenzer Wald



Geführte Trailtouren, Functional Training, Lauf-ABC, Stretching und das in herrlicher Umgebung.

Der Mix zwischen Mittel- und Hochgebirge, ein gut ausgebautes Wegenetz mit Forstwegen, aber auch Wald-, Feld- und Felspfade sowie eine gut erschlossene Bergbahn sind Argumente, die Trailrunning im Bregenzer Wald so interessant machen und für Jedermann geeignet sind.

Bei unserem Trailcamp werden wir die Region rund um Mellau, Au und Schoppernau erkunden.

KLEINE GRUPPE - AUSGEWÄHLTE TRAILS - GROSSER SPASS

In erster Linie geht es hier um den Spaß, sich in der weitestgehend ursprünglichen Natur frei zu bewegen, ohne fixen Zeitrahmen und genau festgelegte Distanzen. Der

Weg ist das Ziel. Genauso ursprünglich ist die Unterkunft in einer Selbstversorgerhütte (Mehrbettzimmer) in Blons gewählt – back to basics, einfach bewusst – bewusst einfach! **Entschleunigung durch Beschleunigung**



Hard facts:

- Anreise in Fahrgemeinschaften am Freitag, 30. Juni 2017, 9:00 Uhr
- Freitag: Einrollrunde 10 bis 15 km
- Samstag: 25 bis 30 km
- => es wird Testmaterial von namhaften Herstellern zur Verfügung stehen!!!
- Sonntag: Ausrollen mit 10 bis 12 km
- Rückreise in Fahrgemeinschaften am Sonntag, 2. Juli 2017, ca. 16:00 Uhr
- Kosten:

EUR 80,00 für Mitglieder LG Steinlach-Zollern e.V. oder TV Hechingen*

EUR 100,00 für Nicht-Mitglieder*

(im Preis enthalten sind Übernachtung, Frühstück, Abendessen, Getränke)

***die genannten Preise basieren auf kompletter Hüttenbelegung (15 Personen)**

zzgl. Fahrtkosten (EUR 0,30/km: Anzahl Mitfahrer exkl. Fahrer, bei vollbesetztem PKW ca. EUR 50,00 hin und zurück)

Dazwischen werden wir die Zeit nutzen, um etwas Functional Training, Lauf-ABC und Stretching zu betreiben. Es bleibt aber auch noch genügend Zeit zum Relaxen und Regenerieren, die Trailschuhe auszuziehen und die Füße in das kühle Nass des Lechs zu hängen, sich in einem der Freibäder in Au oder Schoppernau abzukühlen oder auf der Hüttenterrasse in der Sonne zu chillen, um dann im Anschluss beim gemeinsamen Abendessen entweder am gemütlichen Grill oder in der Hüttenstube in geselliger Runde die Speicher wieder zu füllen, von Trailerlebnissen zu schwärmen und Erfahrungen auszutauschen.

Anmeldung bis spätestens 07. Mai 2017 an laufftreff@lgsz.de

Vorbesprechung am 09. Juni um 20:00 Uhr im Sportheim Belsen

Storno:

bis 6 Wochen vor Veranstaltung kostenlos, 4 Wochen vorher 50%,

später 100% der Buchungsgebühren*

***oder es wird eine Ersatzperson benannt, die den Platz einnimmt**

Achtung: nur begrenzt Plätze – schnell anmelden und ein tolles Wochenende sichern!!!

Weitere nähere Informationen folgen zeitnah auf www.lg-steinlach-zollern.de, auf Facebook sowie der örtlichen Presse oder können bei Marcus Strohmaier (laufftreff@lgsz.de, 0173-2301916) erfragt werden!



WALKING

WOLFGANG BOLL

Leiter Walkingtreff

Mein Name ist Wolfgang Boll. Ich bin 53 Jahre alt, verheiratet und Vater von 2 Söhnen im Alter von 20 und 18 Jahren. Seit 2012 bin ich Nordic Walking-Betreuer bei der LG Steinlach. Bei der Gründungsversammlung der LG Steinlach-Zollern am 23.09.2016 wurde ich zum Leiter der Abteilung Walkingtreff gewählt und habe zum 01.01.2017 den Sportbetrieb Nordic Walking bei der LG Steinlach-Zollern übernommen.



RÜCKBLICK AUF DAS VERGANGENE JAHR

Neben den feststehenden wöchentlichen Walkingterminen wurde im vergangenen Jahr eine große Zahl von Sonderwalkingtouren angeboten, die sich steigender Beliebtheit erfreuen.

Los ging es bereits am 6. Januar, am Dreikönigstag. Geplant war an diesem Tag eine Rundstrecke am Traifelberg. Nachdem der Guide krankheitsbedingt leider absagen musste, suchten sich die Organisatoren eine Strecke im Bereich des Dreifürstensteins aus. Dass auch diese Runde bei den über 20 Teilnehmern gut ankam, zeigte sich an deren zufriedenen Gesichtern.

Am 20. März folgte das nächste Highlight. Der nun schon mehrere Jahre stattfindende Sonderlauf zur wunderbaren Märzenbecherblüte auf die Schwäbische Alb stand auf dem Programm der Walkinggruppe. Über verschlungene Waldwege, an deren Seiten Dachsbauten und riesige Ameisenhaufen bestaunt werden konnten, führte die Strecke zu einer ca. 500 Quadratmeter großen Fläche von aufblühenden Märzenbechern. Wer bei diesem Walk einmal dabei war, kommt jedes Jahr wieder!



In den Sommermonaten fand das jährlich stattfindende

Nordic Walking-Ferienprogramm wieder regen Zuspruch. Hier lockten tolle Angebote wie „Sommerabendwalking am Farrenberg“, „Walking in der Toskana des Kreises Tübingen“, „Talheimer Wasserfälle und junge Steinlach“, „Auf den Spuren der Beuremer Elsa“ oder „Märchenpfad in Hechingen“ zum Mitwalken.

Neben dem monatlich stattfindenden Vollmondlauf vom Hechinger Freibad auf die Burg Hohenzollern durfte natürlich auch das vierteljährlich angebotene Mondscheinwalking nicht fehlen. Die inzwischen traditionelle und abwechslungsreiche Strecke befindet sich im Gemeindedreieck Mössingen-Talheim-Öschingen, führt über die Linsenhalde und kann individuell in der längeren Variante über die Hohe Wacht oder kürzer, direkt am Fuße des Firstwalds entlang, zum Ausgangspunkt zurückgegangen werden.

Leider wohl vorerst zum letzten Mal wurde Anfang Juni mit mehreren Kooperationspartnern zusammen das „Nordic Walking am Belsemer Butzen“ veranstaltet. Fast 160 Walkerinnen und Walker ließen sich 2016 auch durch unsichere Wettervorhersagen und einen kräftigen Regenschauer nicht abhalten und nahmen an diesem mit ca. 3 km, 8 km und 13 km angebotenen Event teil. Alle Touren wurden von erfahrenen Walkingbetreuern der LG Steinlach begleitet.

Bereits seit vielen Jahren findet im Oktober der traditionelle Mössinger Apfellauf und das Apfelwalking im Rahmen der Mössinger Apfelwoche statt. Diese Veranstaltung hat bei vielen Walkerinnen und Walkern einen festen Platz im Terminkalender. Begleitet von den Betreuern der LG Steinlach führen diese Walkingtouren durch die Streuobstwiesen am Fuße des Farrenbergs und des Dreifürstensteins und bieten mit ca. 5 km, 7 km und 10 km Länge ein Naturerlebnis für jeden begeisterten Walker.

Komplettes Neuland betrat die LG im vergangenen Jahr, als die Walkingabteilung beschloss, erstmals einen Walking-Vorbereitungskurs „Walk Dich fit - die 1te“ vor dem Mössinger Stadtlauf anzubieten. Umso erfreulicher war dann die Überraschung, als an diesem Vorbereitungskurs über 20 Walkerinnen und Walker mit unterschiedlichsten Vorkenntnissen und Fähigkeiten teilnahmen. Der Erfolg dieses Kurses lässt sich sehen. Alle Teilnehmer haben durch ein abwechslungsreiches Training in verschiedenen Gruppen ihr individuell angestrebtes Stadtlauf-Streckenziel gemeistert. Einige Teilnehmer haben die Strecken in für sie nicht möglich gehaltenen Zeiten absolviert. Ganz nebenbei haben die Teilnehmer viele interessante Walkingstrecken am Fuße der Schwäbischen Alb sowie in und um Mössingen kennengelernt. Dass etliche der Teilnehmer bei der Tombola im Anschluss an das Stadtlaufwalking noch dicke Preise gewonnen haben, sei hier nur nebenbei erwähnt.

Was dabei ganz wichtig war: Alle zusammen - Betreuer und Teilnehmer - hatten einen Riesenspaß miteinander und profitierten von der gemeinsam verbrachten Zeit!



Nach dem großen Erfolg dieses ‚Jungfernkurses‘ wird auch 2017 "Walk dich fit - die 2te" als Vorbereitungskurs für den RÖWA-Stadtlauf angeboten und die Walkingabteilung freut sich auf eine interessante und erlebnisreiche Vorbereitungszeit.

Ebenfalls Neuland wurde betreten, als die Nordic Walker zusammen mit den Läufern im Juli letzten Jahres die Hechinger Firma Baxter im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements unterstützten. Es wurden bei diesem Samstags-Walking- und Lauftreff verschiedene Walking- und Laufstrecken angeboten, bei denen über 80 Firmenmitarbeiter einen „bewegten Nachmittag“ verbrachten. Im Anschluss wurde bei erfrischenden Getränken und Hefezopf gerne noch die über die gemeinsam „erlaufenen und gewalkten Kilometer“ diskutiert.

Auch die Veranstaltungen anderer Vereine waren für die Mitglieder der Walkinggruppen interessant und wurden gerne besucht. Beispielhaft seien hier das Dorfhock-Walking in Hechingen-Boll, die NW-Läufe in Ringingen, Starzach und Mähringen, der Stöckles-Cup in Trochtelfingen oder die inoffizielle Deutsche Meisterschaft in Roding genannt.

Großen Wert legt die Walkingabteilung auf qualifizierte Schulung und Fortbildung der vereins-eigenen Nordic Walking-Betreuerinnen und -Betreuer. Es wird damit ein hoher Standard in der Begleitung des Walkingtreffs und der Sonderwalking-events über das ganze Jahr hinweg gewährleistet. Ein Großteil der Walkingbetreuer besuchte im Oktober eine Schulung des WLV zum Thema „Brainwalking“ - eine Kombination aus Walking und Gehirntraining. Ein anderer Teil nutzte den ebenfalls im Oktober stattfindenden Breitensportkongress in Ludwigsburg, um sich gezielt mit Vorträgen und Workshops weiterzubilden.



Silvesterwalking 2016

VORSCHAU AUF DAS JAHR 2017

Neben den feststehenden Walkingterminen werden auch 2017 wieder interessante Sonderläufe und ein sehr vielseitiges Sommer-Ferienprogramm angeboten. Selbstverständlich bleiben auch die Vollmond- und Mondscheinwalkingtermine weiterhin im Repertoire der LG Steinlach-Zollern.

Unser Ziel ist es, dass sich alle Walkerinnen und Walker bei uns wohl- und gut aufgehoben fühlen. Wir möchten allen eine Heimat bieten. Dies soll sowohl für diejenigen gelten, die sich ohne Leistungsdruck mit Spaß in einer Gruppe bewegen wollen, aber auch für die Walker Gültigkeit haben, die leistungsorientiert walken wollen. Jeder Trainingstermin wird daher bei uns durch mehrere Betreuer begleitet, so dass individuelle Strecken mit unterschiedlichem Walkingtempo angeboten werden können.

Wir hoffen, mit diesen Informationen aus der Abteilung Nordic Walking das Interesse an unserer Sportart zu wecken und freuen uns darauf, neue Gesichter beim Walkingtreff und bei den Sonderwalkingtouren begrüßen zu können.



Dreikönigswalking am Traifelberg



LEICHTATHLETIK

LEICHTATHLETIK

Sprint, Speer, Weitsprung, Kugel, Hochsprung, Diskus, Hürden, Mittel-/Langstrecke, Stabhochsprung und last but not least... Hammer. Das ist die Vielseitigkeit der Leichtathletik. Differenziert, anspruchsvoll, für Jung und Alt, ohne Obergrenze, im Winter und im Sommer, mit den Olympischen Spielen als Traum, oder ab und zu und „just for fun“.

Jede und Jeder ist in der LG Steinlach-Zollern herzlich willkommen!

WIE WIR LEICHTATHLETIK SEHEN

Die Leichtathletik ist wahrscheinlich die älteste Sportart der Welt. Bei den ersten Olympischen Spielen in Olympia 776 v. Chr. wurden Weitsprung, Speer, Diskus und ein Stadionlauf bestritten - bei den modernen Olympischen Spielen heute aber noch vieles mehr.



Foto: Chris Dawes

Wie damals haben diese Sportarten heute alle etwas mit Körperbeherrschung, Kraft, Geduld, Schnelligkeit und Disziplin zu tun. Das sind Eigenschaften, die heute auch wichtig sind - Eigenschaften, die nicht nur für die Leichtathletik wichtig sind, sondern für fast alle anderen Sportarten auch, ebenso wie für das spätere Leben. Das heißt konkret, auch wenn man z.B. Fußball oder Handball spielt oder spielen will, wird man durch ein Leichtathletiktraining sehr gut dafür vorbereitet.

Die Ziele der Leichtathletik-Trainer sind auch die Ziele des Vereins: In der LG Steinlach-Zollern wollen wir

- sportliche Aktivitäten für jedes Niveau und in differenzierter Intensität und Spezialisierung anbieten,
- in der Nachwuchsarbeit einen anhaltenden Schwerpunkt setzen und Anleitung, Betreuung und Training altersgerecht, motivierend und begeisternd gestalten,
- uns als facettenreicher Breitensport auch an Wettkämpfen beteiligen,
- eine fachlich und pädagogisch qualifizierte Betreuung gewährleisten,
- Talente in allen Bereichen gezielt und nachhaltig fördern, sie in die Landeskader bringen und bis hin zu Landes- und Nationalen Meisterschaften füh-

ren.

Aufgrund dieser Ziele sind die Leichtathletik-Trainingsgruppen in der LG Steinlach-Zollern in entsprechender Weise gestaltet.

WAS IST ABER WIRKLICH WICHTIG?

Man spricht oft darüber, was im Leben wichtig ist. An dieser Stelle, an der man über Leichtathletik reden will, muss man für einen Moment innehalten, um das darzustellen, was für die LG Steinlach-Zollern als Verein wirklich wichtig ist. Dazu zählen unter anderem Gesundheit und Zufriedenheit.

In 2016 hatte die Leichtathletikabteilung zum ersten Mal in der U14 und U16 eine sehr große Schülergruppe. Im Frühjahr konnte man in dieser Gruppe bei einigen Athleten, insbesondere bei den Jungs, förmlich sehen, wie sie in die Höhe schossen. Bei manchen schien es, als ob sie täglich um Zentimeter wuchsen. Mit dieser Entwicklung kamen dann sehr schnell leider auch die ersten Knochen- und Muskelbeschwerden. Bei den ärztlichen Untersuchungen wurden ab und zu zusätzliche Probleme, zum Beispiel mit der Fußstellung, entdeckt. Für diejenigen hieß das dann, eine vom Arzt verordnete Pause - für manche sogar für einige Monate. Das führte zum Teil natürlich auch zu Frust. Gleichzeitig haben viele bemerkt, dass es in der Schule langsam auch „ernster“ wird: Arbeiten schreiben, auf Tests lernen, und vieles mehr.

Und dann, kurz vor Weihnachten, musste sich unser Haupttrainer Martin Grundmann aus gesundheitlichen Gründen vorübergehend zurückziehen. **Wir alle von der LG Steinlach-Zollern wünschen Martin weiterhin eine erfolgreiche Genesung.**

Bewusst soll hier nicht von „schneller Genesung“ gesprochen werden, da alle aus diesen Erfahrungen etwas sehr Wichtiges lernen konnten. Kerngesund muss man werden und das braucht immer seine Zeit - oft länger als man eigentlich will.

Daher soll hier nachfolgend über die wichtigsten Prioritäten gesprochen werden, bevor überhaupt damit begonnen werden kann, über die Leichtathletik im Besonderen zu reden:

Gesundheit:

Nimm Dir bitte immer lieber mehr Zeit als nötig, um wieder in den Trainingsalltag zurückzukehren.

Familie:

Zeit mit der Familie trumpft immer Training oder Wettkampf.

Schule:

Man hat im Allgemeinen nur eine Chance in der Schule. Nimm diese Chance immer wahr. Lernen für eine wichtige Arbeit kommt immer vor einer Trainingseinheit.

Offenheit:

Wir Trainer waren alle einmal in der Schule, haben alle Familien, manche eigene Kinder. Einige von uns waren verletzt, einige sogar schwer. Wir verstehen die Probleme. Sprich mit uns, bevor es zu spät ist.

Zufriedenheit:

Wenn wir alle die oben genannten Punkte berücksichtigen, wird Training, trotz Anstrengung, sehr viel Spaß

machen. Dabei kann man in aller Ruhe individuelle und angemessene Ziele setzen, darauf hinarbeiten und am Ende mit dem Erreichten zufrieden sein.

Leichtathletik ist ein Mannschaftssport. Die Kinder und Jugendlichen, die in die LG kommen, trainieren hauptsächlich als Mannschaft - alle zusammen und regelmäßig. Die Athleten treten bei den meisten Wettkämpfen als Mannschaft an. Nur so kann es richtig Spaß machen - alle zusammen, durch gute und auch schlechtere Zeiten, gewinnen und auch mal nicht-so-gut-abschneiden, aber auch dann als Team.



TRAININGSGRUPPEN

KiLa (U8/U10) und U12

Die Kinderleichtathletik ist der Grundstein der meisten Aktivitäten bei der LG Steinlach-Zollern. Ziel ist es unter anderem, junge Kinder in einer altersgerechten Art und Weise für die Leichtathletik zu begeistern und sie gleichzeitig langsam und vorsichtig für das anspruchsvollere Training der U12-Trainingsgruppe vorzubereiten.

Detailliertere Infos dazu sind nachstehend unter der Überschrift Kinderleichtathletik zu finden.

ALLGEMEINE LEICHTATHLETIK (LA)

Mit 12 Jahren wechselt man von der U12 in die U14. In diesem Alter gibt es viele Wettkämpfe in Württemberg und man fängt an, sich Gedanken zu machen, auf



welchem Level/Standard man sein möchte. Viele entscheiden sich, voll mitzumachen. Einige wollen einfach einmal wöchentlich ins Training kommen und an wenigen oder nicht an Wettkämpfen teilnehmen.

Die Allgemeine LA-Gruppe wurde für diese Athleten ab U14 aufwärts konzipiert. Sollte man sich aber irgendwann doch entscheiden, mehr machen zu wollen, kann man jederzeit in die Fördergruppe wechseln.

FÖRDERGRUPPE

Die Fördergruppen decken die Altersgruppen U14 bis U23 und älter ab. Hier werden Athleten mit besonderen Talenten, aber auch Athleten, die einfach noch besser werden wollen, betreut. Gleichzeitig werden sie gefördert, um an Wettkämpfen teilnehmen zu können beziehungsweise um sie sogar bis in den Landeskader zu bringen und an Landes- und Nationalen Meisterschaften teilnehmen zu können.

Die Athleten sollen nicht unterfordert und nicht überfordert werden. Deshalb werden Trainingsintensität und Leistungsniveau angemessen und dosiert gestaltet. Die Qualität des Trainings ist jedoch in allen Gruppen gleich hoch.

Dies ist der Leichtathletikabteilung äußerst wichtig. Aus diesem Grund werden die gleichen Trainer sowohl bei den Allgemeingruppen als auch bei den Fördergruppen eingesetzt. So kann gewährleistet werden, dass ein gewünschter Gruppenwechsel reibungslos ablaufen kann. Gleichzeitig wird auch sichergestellt, dass überall dieselbe Technik erlernt wird. Hinzu kommt, dass die vereinsinternen jährlichen „Train-The-Trainer“-Einheiten dazu beitragen, dass alle Trainer bezüglich aller Altersklassen auf demselben Informationsstand sind.



Foto: Chris Dawes

TRAININGSEINHEITEN

Die Trainingspläne werden nach Möglichkeit so gestaltet, dass die Athleten ihre Trainingseinheiten leichter in ihren alltäglichen Tagesablauf integrieren können. Im Winter kommt hinzu, dass nur begrenzte Hallenkapazitäten zur Verfügung stehen. Das führt dazu, dass nicht alle Wünsche abgedeckt werden können. Das Training ist aber in der Regel modular organisiert, so dass man wählen kann, wann man ins Training

kommt. Das heißt konkret, dass ab der U14 den Athleten zwei bis drei Termine pro Woche zu Verfügung stehen, in der Hoffnung, dass zwei davon wahrgenommen werden können. Ab der U16 sollte man, abhängig von den mit dem Trainer vereinbarten persönlichen Zielen, mindestens zwei von vier angebotenen Einheiten auswählen. Ab den U18-Altersklassen werden die Athleten in den U16-Trainingsplan integriert. Allerdings wird die Planung möglicherweise ziel- und disziplinerorientierter gestaltet. In diesen Altersklassen besteht mehr Freiheit für eigenständiges Training, das aber nach Absprache in kleinen Gruppen und nicht alleine absolviert werden sollte.

HALLEN UND STADIEN

Die Trainingseinheiten finden im Winter (Okt/Nov bis März/April) in unterschiedlichen Sporthallen in Mössingen und Hechingen statt und im Sommer (März/April bis Okt/Nov) im Ernwiesestadion in Mössingen-Belsen und (voraussichtlich ab Juli 2017) im neu renovierten Weiherstadion in Hechingen.

TRAINER

Seit Januar 2017 haben wir ein Team von fünf hochqualifizierten (C- und B-Lizenzhaltern sowie einem WLV-Stützpunktrainer) Trainern für die U14- bis U23-Trainingsgruppen. Anfang 2016 wurde das Trainerteam erweitert und umgestaltet, so dass sowohl das Standard-/Basistraining (u.a. Fitness/Ausdauer, Koordination, Kraft, Schnelligkeit) abgedeckt als auch zum ersten Mal in der Vereinsgeschichte Spezialisten alle Einzeldisziplinen übernehmen konnten. Das führte dazu, dass viel früher auf einer breiteren Athletenbasis mit manchen Technikdisziplinen angefangen werden konnte.



Detaillierte Infos über unsere neuesten Trainerzugänge sind nachstehend unter der Überschrift "Hi! Ich Bin..." zu finden.

TRAININGSLAGER

Jedes Jahr über Ostern fährt die LG mit bis zu 40 Ath-

leten ins Trainingslager nach Brixen in Südtirol. Dort besteht die Möglichkeit, vor dem nasskalten Wetter zu flüchten, frische Luft zu genießen und sich in einer völlig erholsamen, warmen und positiven Umgebung auf die bevorstehende Freiluftsaison vorzubereiten. Hier wird immer sehr schnell erkennbar, wie die Mannschaft dann zu sich findet. Die Teilnehmerplätze sind allerdings begrenzt und daher werden einige Faktoren bei der Auswahl berücksichtigt wie u.a. Einsatz, Einstellung, Anwesenheit beim Training, allgemeiner Fortschritt, und ganz klar, Lächeln beim 800m-Training (!).

Gleichzeitig ist die Teilnahme nur für diejenigen jungen Athletinnen und Athleten angezeigt, die das Jahr über nicht nur regelmäßig ins Training kommen, sondern auch an den Wettkämpfen teilnehmen und sich an den Staffeln und Wettkampfmanschaften beteiligen möchten.

PARTNER UND ZUSAMMENARBEIT

Die LG Steinlach-Zollern arbeitet mit vielen Partnern zusammen, um das Angebot vielfältiger zu machen, aber auch auf den neuesten Stand zu bringen. Zum Beispiel:



Athleten, die sich Muskel- oder leichte knochenorientierte Verletzungen zugezogen haben, können (im Zusammenhang mit einer vorherigen ärztlichen Behandlung) von der Sport-Reha-Gruppe in Bad Sebastiansweiler behandelt werden. Durch eine persönliche Absprache zwischen den Trainern, Athleten und Eltern versuchen die Trainer beispielsweise sicherzustellen, dass die Sportler nach Verletzungen nicht zu früh wieder mit dem Training beginnen.





Die enge Zusammenarbeit mit dem WLV findet in unterschiedlichen Bereichen statt. Es werden regelmäßige Gespräche mit Kader-, Landes- und Stützpunkttrainern geführt sowie Informationen und Ideen ausgetauscht. Durch diese Kanäle konnten bereits zahlreiche Erfahrungen und Erkenntnisse dieser Landes- oder oft sogar bundesweit tätigen Experten eingeholt und in den LG-Trainingsablauf integriert werden.

Die LG ist auch personell direkt beim WLV vertreten. Der 1. Vorsitzende, Dieter Schneider, ist gleichzeitig Vorsitzender des Breitensportausschusses.

HI! ICH BIN.....

Die neuesten Trainer der LG Steinlach-Zollern stellen sich vor. Die meisten sind wahrscheinlich bekannt, aber falls nicht:

THOMAS-PHILIPP LAUER

Jahrgang: 1990

Wohnort: Burladingen

Hobby: Schwimmen, Fahrradfahren, Leichtathletik

Lieblingsdisziplinen: Hochsprung, Hammerwerfen, Mehrkampf

Sportliche Erfolge:

U16 BaWü, Mehrkampf, Hochsprung 1,82m, Vereinsrekordhalter und 17. in der BaWü Bestenliste im Hammerwurf

Vereine:

TV Weilstetten, TB Tailfingen, LG Steinlach-Zollern

Trainer seit: 2011



Ein bisschen über mich:

Erst mit 14 Jahren habe ich meine Leidenschaft für den Sport entdeckt. In Weilstetten begann dann meine Karriere als Leichtathlet. Vor allem Hochsprung habe ich sehr gerne gemacht, und ich habe auch einige 10-Kämpfe bestritten. In den letzten Jahren kam dann noch der Hammerwurf dazu, was ja leider ein kleines Stiefkind der Leichtathletik ist ;-)

Vor fünf Jahren habe ich dann begonnen, mich aktiv als Trainer im Verein zu engagieren. Ich übernahm zuerst die U12 in Weilstetten und später war ich Co-Trainer bei der U14-U16. Das hat mir sehr viel Spaß gemacht. Bevor ich zur LG Steinlach kam, war ich vorher noch für eine kurze Zeit als Athlet beim TB Tailfingen.

Ich finde es toll, wie engagiert, motiviert und kommunikativ hier alle Trainer sind (das habe ich nicht immer so kennengelernt). Ich fühle mich bei der LG Steinlach-Zollern sehr wohl und freue mich auf viele weitere Jahre in unserem neu gegründeten Verein.

JÜRGEN WASSMER

Jahrgang: 1986

Wohnort: Hechingen-Stetten

Hobby: Leichtathletik, Schwimmen, Reisen, Motorrad fahren

Lieblingsdisziplinen:

Hochsprung, Weitsprung, Kugel, Diskus

Sportliche Erfolge:

U16 Diskus 44,45m, U18 Kugel 14,57m

Vereine:

TSV Gammertingen, LG Steinlach-Zollern

Trainer seit: 2009



Ein bisschen über mich:

Ich war von 1992 bis 2008 aktiver Athlet beim TSV Gammertingen. Dort habe ich das Werfen entdeckt und mit großer Leidenschaft in den Disziplinen Diskus und Kugel angefangen. Bei der U16 erreichte ich mit dem 1kg Diskus 44,45m, danach bei der U18 mit der 5kg Kugel 14,57m und einen 4. Platz bei den Württembergischen Hallenmeisterschaften. Ich denke, man kann sagen: Werfen ist mein Ding! Bevor ich als aktiver Athlet aufgehört habe, habe ich mich dazu entschieden, auf eine andere Art und Weise weiter aktiv zu bleiben - 2006 habe ich mich als WLV-Schiedsrichter „Wurf“ qualifiziert und 2009 meine C-Trainerlizenz erworben. Das machte mir so viel Spaß, dass ich 2013 zum Lehrreferent ausgebildet wurde und 2015 zum B-Trainer.

Was wünsche ich mir bei der LG SZ? Eine optimale sportliche Förderung und Entwicklung aller Athleten in allen Disziplinen mit Freude und Spaß zu vermitteln.

TIMO ZEILER

Jahrgang: 1981

Wohnort: Mössingen

Hobby: Leichtathletik, Trailrunning, Mountainbike, Klettern

Lieblingsdisziplinen:

Laufen - je länger, umso besser

Sportliche Erfolge:

1999 bis 2014: Kadermitglied Deutsches Berglauf Nationalteam des DLV

2008 bis 2012: Deutscher Berglaufmeister Internationale Meisterschaften:

2008: 7. Platz Berglauf Weltmeisterschaften

2009: 4. Platz Berglauf Europameisterschaften

Vereine:

TSV Trochtelfingen, LG Eintracht Frankfurt, MTG Mannheim, LG Brandenkopf (noch aktiver Athlet), LG Steinlach-Zollern

Trainer seit: 2016

Homepage: www.timozeiler.com



Ein bisschen über mich:

Unser Nachwuchs soll mit viel Freude und Spaß Leichtathletik betreiben und dadurch auch später große Erfolge erreichen.

Aufgewachsen auf der Schwäbischen Alb, entdeckte ich schon im Kindesalter die Leidenschaft für Berge und den Spaß an der Bewegung in der Natur. Draußen zu sein bedeutet für mich, Kraft sammeln für den beruflichen Alltag, Grenzen zu entdecken und zu erweitern. So bin ich nicht nur zu Fuß, sondern gelegentlich auch mit dem Mountainbike auf den Trails in meiner Heimat und in den Bergen anzutreffen.

Berglauf und Trailrunning ist mehr als nur ein Hobby. Es ist in gewisser Weise eine Lebenseinstellung, denn auch im privaten und beruflichen Bereich gibt es viele Höhen und Tiefen, die es zu durchschreiten gilt.

KINDERLEICHTATHLETIK

Während die „Großen“ Leichtathleten nach Bestleistungen schauen, wird den Kids in der Kinderleichtathletik dieser vielseitige Sport spielerisch nahe gebracht. Hier werden die Kids mit viel Spaß und Freude an das sehr breite Feld der Leichtathletik herangeführt.

U8 (7 Jahre und jünger) / U10 (8 und 9 Jahre)

Das neue DLV-/WLV-Konzept der Kinderleichtathletik wird in der LG Steinlach-Zollern in den Trainingsgruppen der U8 und U10 umgesetzt. Bei einem spielerischen Training lernen die Kinder wie "schnell" Laufen wirklich funktioniert, dass Hürden gar nicht so hoch

sind, wie man manchmal denkt, dass man mit Fahrradreifen auch werfen kann und warum es Stäbe mit einem Tennisball gibt.



Dies ist nur ein kleiner Auszug aus den Möglichkeiten, die den Kindern im Training geboten werden. Leichtathletik fördert schon im frühen Kindesalter viele Bereiche des Sports. Koordination und Ausdauer werden ebenfalls geübt.

Auf speziellen Kinderleichtathletikwettkämpfen können sich die Kids als Mannschaft erproben und sich gemeinsam ein Ziel setzen. Eine tolle Möglichkeit, als Team zu gewinnen oder auch mal nicht so gut abzuschneiden.

Ein sicheres Konzept für Ihr Vermögen.

Die VR-GoldAnlage.

Edelmetalle sichern Ihr Vermögen gegen Kaufkraftverlust. Wir beraten Sie gerne!

www.vrbank-swh.de

VR Bank eG
Steinlach-Wiesatz-Härten



Trainingszeiten in der Hallensaison 2016/2017:

U8 Freitag:	14:45 - 15:30 Uhr	Firstwaldhalle Mössingen
U10 Mittwoch:	16:15 - 17:30 Uhr	Jahnhalle Mössingen
U10 Freitag:	15:30 - 17:00 Uhr	Firstwaldhalle Mössingen
Erstklässler Freitag:	15:00 - 16:00 Uhr	Kreissporthalle Hechingen
Zweitklässler Freitag:	16:00 - 17:00 Uhr	Kreissporthalle Hechingen
Drittklässler Freitag:	17:00 - 18:00 Uhr	Kreissporthalle Hechingen

U12 (10 und 11 Jahre)

Dieses Übergangsalter von der Kinderleichtathletik zur Leichtathletik ist für die Kids immer sehr spannend. Die U12 ist das Bindeglied zwischen den „Kleinen“ und



den „Großen“. Die Hinführung zu den Disziplinen wird großgeschrieben, da es in dieser Altersklasse bereits die ersten Drei- und Vierkämpfe gibt. Auf dem Trainingsprogramm stehen weiterhin Koordination, Ausdauer und Reaktionsfähigkeit, die durchgehend in allen Trainingsgruppen geschult werden. Die hauptsächlichen Trainingseinheiten bestehen aus vielseitigen Angeboten zum Hoch- und Weitsprung, Wurf, Sprint und Hürdenlauf. Aus diesen Disziplinen setzen sich auch die Wettkämpfe zusammen. Große Begeisterung weckt hier auch das Stabweitspringen als Vorstufe zum Stabhochsprung. Ein Schwerpunkt bei der U12 ist die Weiterentwicklung der Wurfdisziplinen. Neben den herkömmlichen Bällen kommen „Heuler“, Wurfstangen und Bälle in unterschiedlichen Größen hinzu. Und es wird auch schon der eine oder andere Speer geworfen. Natürlich erfolgt dies auch wieder mit viel Spaß beim Training. Hier wird beim Training aber schon vermehrt auf die korrekte Bewegungsausführung geachtet. Dies ist jedoch noch nicht das Hauptziel des Trainings. Die Kids sollen Spaß am Sport und an der Bewegung haben, wenn das Training auch manchmal sehr anstrengend ist.

Trainingszeiten in der Hallensaison 2016/2017:

U12 Mittwoch:	16:15 - 17:30 Uhr	Jahnhalle Mössingen
U12 Freitag:	16:30 - 18:00 Uhr	Firstwaldhalle Mössingen
Viertklässler Freitag:	18:00 - 19:00 Uhr	Kreissporthalle Hechingen

KiLa-LÄUFER

Man sollte es kaum glauben, aber bereits in den Trainingsgruppen der U8-U12 gibt es Kids, die das Laufen für sich entdeckt haben. Diese Kinder trainieren einmal in der Woche (zurzeit Dienstag 17:30-18:30 Uhr) im Ernwiesenstadion in Mössingen-Belsen. Bei den Läufen in der Region geht mittlerweile eine beachtliche Anzahl von Kindern mit dem weiß-schwarzen Dress der LG Steinlach-Zollern auf den Strecken zwischen 800 m und 2,5 km an den Start.

Besonders stolz sind wir auf unsere Kleinsten, wenn diese nach einem langen Lauf ins Ziel kommen. Ein unbeschreiblicher Moment für die Kinder, wenn sie ange-

feuert durch das Publikum - allen voran die Eltern und Trainer - den Zielbogen durchlaufen.



UNSER TRAINER- UND BETREUERTEAM

Unser Kinderleichtathletik-Team in **Mössingen** setzt sich zusammen aus:



Melanie Kubowski:

Trainer C Lizenz, Sportabzeichenprüferin, Kampfrichterin, Organisation und Ausführung der U8-U12, Lauftraining

Stefan Herter:

Übungsleiter Kinderleichtathletik, Zusatztraining am Mittwoch

Nicole Paull:

Übungsleiterin Kinderleichtathletik, Kampfrichterin

Manuela Sprenger:

Übungsleiterin Kinderleichtathletik

Vera Schiffer:

Übungsleiterin Kinderleichtathletik, Kampfrichterin

.... unterstützt durch ältere Schülerinnen und Schüler als Praktikanten, denen wir für diesen Einsatz sehr dankbar sind!

Unser Kinderleichtathletik-Team in **Hechingen** setzt sich zusammen aus:

Kristina Zinnebner:

Übungsleiterin Kinderleichtathletik, Leichtathletik-AGs an den Hechinger Schulen

Ole Ahrens:

Übungsleiter Leichtathletik

Michael Zinnebner:

Übungsleiter Leichtathletik

Alle Kinder, die unsere Mannschaften verstärken wollen, sind herzlich eingeladen, bei uns zu schnuppern und am Training teilzunehmen.

KAMPFRICHTER

Keine Veranstaltung ohne Kampfrichter

Sowohl im Leichtathletikbereich und bei vermessen Laufstrecken als auch im Triathlon sind Kampfrichter unentbehrlich. Ohne Kampfrichter keine Veranstaltung! Sie tragen Sorge dafür, dass alle Wettkampfbregeln eingehalten werden und die Veranstaltungen reibungslos und unter Berücksichtigung aller erforderlichen Sicherheitsaspekte durchgeführt werden. Die ehrenamtliche Aufgabe eines Kampfrichters erfordert hohes Verantwortungsbewusstsein, absolute Neutralität sowie Fingerspitzengefühl im Umgang mit Athleten, Trainern und Zuschauern.

In der LG Steinlach-Zollern sind seit vielen Jahren als Kampfrichter im Leichtathletik- und Laufbereich im Einsatz:

Mark Boenigk, Rainer Boenigk, Chris Dawes, Alexander Ebinger, Heidrun Ebinger, Jonathan Ferber, Daniel Groß, Karola Kneuer-Mees, Christine Kopp, Katrin Kretschmer, Gerd Lücking, Nicole Paull, Jürgen Rieger, Claudia Schneider, Marius Schneider, Jürgen Wassmer, Wolfgang Wulle.

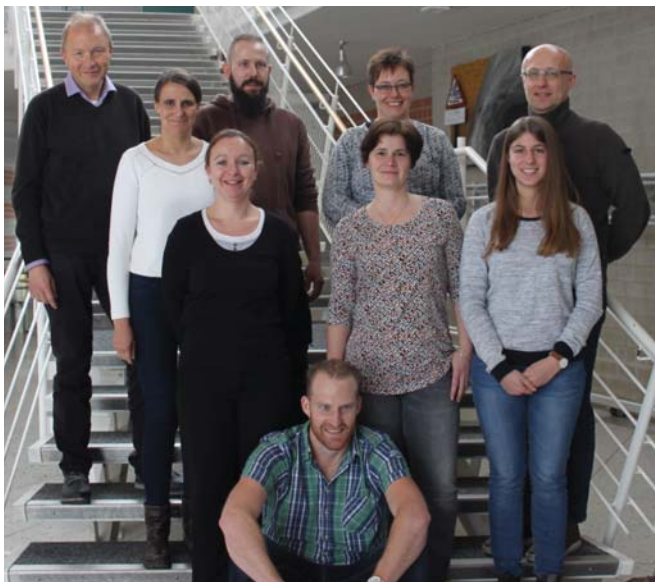
Neu hinzugekommen sind nach absolvierter Ausbildung am 14. Januar:

Wolfgang Kleinschroth, Melanie Kubowski, Vera Schiffer, Anja Schmidt, Sascha Schröder, Bernhardt Seufert, Hannah Seufert, Sandra Seufert.

Zuständig für die Koordination der Kampfrichter in der LG Steinlach-Zollern ist Claudia Schneider und steht für Fragen gerne zur Verfügung (Email: kampfrichter@lgsz.de, Tel. 01578 8630219).

Im Bereich **Triathlon** hat Detlef Wolter seit vielen Jahren diese ehrenamtliche Aufgabe übernommen. Für Triathlon suchen wir dringend neue Kampfrichter. Wer sich interessiert und informieren möchte, bitte beim Abteilungsleiter Triathlon, Jens Kalmbach, melden.

Herzlichen Dank für euren wertvollen Einsatz in unserem Verein!



Die neuen LG-Karis mit Ausbilder Jürgen Wassmer (vorne Mitte)



BEGINN JUGENDTRAINING

Im Frühjahr 2016 startete die Triathlon-Abteilung mit einem eigenen Kinder- und Jugendtraining. Alle interessierten Kinder ab 10 Jahren können hier unter fachlicher Anleitung Schwimmen, Radfahren und Laufen.



Nach der offiziellen Gründung der Triathlon Abteilung im Jahr 2013 bis zur Aufnahme eines eigenen Trainingsbetriebes im Frühjahr 2016 verging einige Zeit. In diesem Zeitraum haben die Verantwortlichen der Triathlon-Abteilung mit verschiedenen Projekten, wie z.B. dem Schnuppertriathlon im Rahmen des Mössinger Ferienprogramms, erst einmal den Bedarf an einem angeleiteten Jugendtraining erfasst. Nach einer längeren Vorbereitungsphase konnte dann Ende Februar 2016 bei einem Pressetermin im Evangelischen Firstwaldgymnasium der Jugendtrainingsbetrieb offiziell verkündet werden. Mit dem Evangelischen Firstwald-Gymnasium besteht seit diesem Zeitpunkt eine offizielle „Kooperation Schule-Verein“ im Bereich Triathlon. Somit können alle Schülerinnen und Schüler das Triathlon-Angebot bei der LG Steinlach-Zollern nutzen. Aber auch sonst sind alle interessierten Kinder und Jugendlichen ab 10 Jahren zu einem unverbindlichen Schnuppertraining eingeladen. Alle aktuellen Trainingstermine sind am Ende dieses Berichts oder unter www.lg-steinlach-zollern.de zu finden.

Bereits nach wenigen Trainingswochen und dem großen LG-Jugendtrainingslager in Brixen/Südtirol, bei dem auch einige Nachwuchstriathleten teilgenommen hatten, startete Anfang Mai die Wettkampfsaison im Ausdauerdreikampf. Vor allem den schon erfahreneren Jugendlichen, die bereits bei den Erwachsenen mittrainieren, gelang ein super Saisonstand. Bei Wettkämpfen in Leinfelden-Echterdingen, Reutlingen und Ravensburg konnte die LG mit einer recht großen Wettkampftruppe für Aufsehen sorgen und tolle Ergebnisse erreichen. Der sportliche Coup des Jah-

res gelang dem Junior Nicolas Mehrer. Er zeigte beim Landesligarennen der Erwachsenen in Schömberg sein ganzes Potenzial und konnte in der 1. Landesliga einen grandiosen 11. Platz erreichen. Er trug mit seiner Leistung maßgeblich zum Klassenerhalt der Ligamannschaft in der 1. Landesliga bei. Seine tolle Liga-Saison versilberte sich Nicolas Mehrer anschließend mit dem Titel des Baden-Württembergischen Vizemeisters bei den Junioren Anfang Juli in Schopfheim.

Mali Stier zeigte bei den Juniorinnen über die ganze Saison hinweg eine konstante Leistung und überraschte beim LBS-Cup Nachwuchs mit dem 3. Gesamtrang. Der zweite männliche Junior, Georg Krause, erreichte 2016 eine große Leistungssteigerung. Daher durfte er beim Liga-Teamwettkampf in Erbach sein Debüt in der Männerklasse geben. Georg Krause wird auch 2017 seine Chance bekommen, sich in der 3. Landesliga bei den Männern zu beweisen, um so seine Wettkampferfahrung zu festigen. Mit Neuzugang Lea Stegmeier aus Pfullingen, hat die Triathlonabteilung 2017 eine weitere starke Juniorin in ihren Reihen.

Die jüngeren Nachwuchsathleten wie Christoph Zizer, Anton Betz und Paul Holzer werden 2017 die eine oder andere Gelegenheit finden, sich im Nachwuchs-Cup zu bewähren und hier den Vergleich auf Landesebene suchen. Die jüngsten Triathleten zwischen 10 und 15 Jahren werden hauptsächlich bei regionalen Wettkämpfen zu sehen sein. Hier stehen nicht der Leistungsgedanke oder Wettkampfdruck im Vordergrund, sondern der Spaß und das richtige Erlernen von Schwimmtechnik, Radbeherrschung und gesundem Laufen.

Mit Aufnahme des Jugendtriathlon-Trainings bei der LG Steinlach im Jahre 2016 gelang bereits ein guter Start. Nun soll 2017 in der neu gegründeten LG Steinlach-Zollern diese Entwicklung fortgesetzt und der Triathlonsport im Steinlachtal und der Zollernalb noch bekannter gemacht werden.

Alle Kinder und Jugendliche, die Spaß am Schwimmen, Radfahren und Laufen haben, sind jederzeit zu einem unverbindlichen Schnuppertraining eingeladen. Bei Fragen stehen der Abteilungsleiter Jens Kalmbach



oder der Jugendleiter Christoph Groß gerne zur Verfügung.

SAISONERÖFFNUNG AUF DER RADRENNBAHN ÖSCHELBRONN IM JANUAR 2016

Ein besonderes Radsporterlebnis gleich zu Jahresbeginn war der Besuch der Radrennbahn in Öschelbronn, die an diesem Termin exklusiv den LG-Athleten zur Verfügung stand.

Die klassische, überhöhte Holzbahn durfte nur mit dort geliehenen speziellen Bahnradern befahren werden. Kein Freilauf, keine Bremse, keine Schaltung! Die Beine kurbelten im wilden Tempo. Aber getreu dem Motto "wer bremst, verliert" gab es nur eine Richtung: vorwärts. Ein besonderes Erlebnis und eine gute Möglichkeit, wetterunabhängig zu trainieren.

Mit zwei kurzen Erholungspausen wurden teils über 200 Runden gedreht - ca. 40 km auf dem Oval, die alles andere als langweilig waren. Es hat allen viel Spaß gemacht! Die Teilnehmer waren sich einig: Dies sollte man wiederholen, vielleicht bei etwas wärmeren Temperaturen.

TRAININGSLAGER IN CAN PICAFORT, MALLORCA

In den Osterferien verlegten die Triathleten der LG Steinlach ihren Trainingsmittelpunkt für zwei Wochen nach Mallorca.

In der bei Triathleten geschätzten Unterkunft in Can Picafort, im Nordosten Mallorcas, direkt am Meer gelegen und mit der Nähe zum Taurus Gebirge, fanden die Athleten der LG Steinlach wieder nahezu optimale Bedingungen für das Training vor. Schwimmeinheiten im beheizten hoteleigenen 25-m-Pool. Radausfahrten auf abwechslungsreichen, wunderschönen und verkehrsrarmen Radstrecken sowie Laufeinheiten entlang der Strandpromenade gewährleisteten fernab der Kälte in Deutschland eine tolle Vorbereitung auf die bevorstehende Wettkampfsaison.



ERFOLGREICHER AUFTAKT IN WAIBLINGEN Mali Stier 3. im LBS-Nachwuchs-Cup

Bei bestem Wettkampfwetter fand an Himmelfahrt in Waiblingen der Volkstriathlon statt. Traditionell geht es hier über die Distanz von 500m Schwimmen im beheizten Freibad. Es folgt im angrenzenden Stadion der



Wechsel auf die 20 km lange Radstrecke. Hier ist ein anspruchsvoller und schneller Rundkurs mit insgesamt 150 hm dreimal zu durchfahren, bevor es auf die abschließende, flache 5,4 km lange Laufstrecke entlang der Rems geht.

Nach gutem Wintertraining war diese Veranstaltung für die meisten der LG Steinlach-Triathleten der Saisonauftakt. Beachtlich ist dabei die „Frauenpower“. Hervorzuheben ist die Leistung der Nachwuchstriathletin Mali Stier, die beim LBS-Nachwuchs-Cup in ihrer Altersklasse einen hervorragenden 3. Platz belegte.

TRAININGSLAGER IN DER TOSKANA

Zweiter Trainingsschwerpunkt in der südlichen Toskana

Im hügeligen Orcia-Tal absolvierten die Triathleten der LG Steinlach in den Pfingstferien ihr zweites Trainingslager mit Schwerpunkt Radfahren. Untergebracht war die Trainingsgruppe in einem wunderschön restaurierten Landhaus. Mit regionalen Erzeugnissen wurden die Athleten von den Besitzern morgens und abends kulinarisch verwöhnt, wobei die Erzeugnisse überwiegend auf dem eigenen Hof produziert werden. So gestärkt ging man die Radausfahrten an. Neben dem sportlichen Schwerpunkt mit vielen Radkilometern kam der Genuss der schönen Landschaft und des guten Essens nicht zu kurz. Ein Trainingslager getreu dem Motto: morgens Avanti, abends Chianti.

SCHÖNE ERGEBNISSE BEIM REUTLINGER SWIM & RUN

Der Swim & Run in Reutlingen im Juni gehört schon zum festen Bestandteil des Jahresprogramms der Triathleten. Dieser ist eine tolle Abwechslung zu den normalen Triathlons und ein schöner heimatnaher Zwei-Disziplinen-Wettkampf. Gute Platzierungen, darunter eine Gold- und vier Silbermedaillen waren der Lohn für die guten Leistungen der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen.

TÜBINGER CITY-TRIATHLON

Zahlreiche Starter der LG Steinlach beim Tübinger City-Triathlon.

Beim City-Triathlon in Tübingen startete eine große Gruppe der LG Steinlach-Triathleten. Neben erfahrenen Triathleten nahmen auch einige Läufer die Gelegenheit wahr, in den Ausdauer-Dreikampf mit über 1200 Startern im nahegelegenen Tübingen hinein zu schnuppern. Herrliches Sommerwetter, viele Zuschauer vor der historischen Altstadtkulisse von Tübingen machten den Wettkampf für die Athleten der LG Steinlach zu einem Event mit bleibendem Eindruck. Bei toller Stimmung starteten die Wettkämpfer an der Neckarinsel in die erste Disziplin, das Schwimmen. Nach unterschiedlichen Schwimmstrecken ging es dann eine Etage höher, auf der Neckarbrücke, auf die Radstrecke. Diese führte Richtung Bebenhausen aus der Stadt hinaus. Je nach Wettkampflänge, ob Schnupper- oder olympische Distanz, waren eine oder zwei Radrunden zu absolvieren, bevor es in die Altstadt zurückging, wo die Laufstrecke durch die historische Altstadt in Angriff genommen werden konnte.

TRUMER TRIATHLON IM HINTERLAND VON SALZBURG - EIN VIELFÄLTIGES TRIATHLON-FESTIVAL

Eine herrliche Badebucht im Obertrumer See, eine hügelige Radstrecke durch das Salzburger Seenland und eine attraktive Laufstrecke im Ortszentrum von Obertrum am See... - das sind die Zutaten des Triathlons in Obertrum!

Beim Trumer Triathlon Mitte Juli kamen alle Triathlonfreunde auf ihre Kosten. Die Veranstaltung begann am Freitag mit einem See-Crossing über 3 km, bei dem mit Harry Strobel, Michael Fuchs und Jochen Baer, drei Ath-



renn+bikesport
axel schäfer

Wilhelmstraße 108
72805 Lichtenstein
Unterhausen
Telefon 07129 60430
Telefax 07129 60434
axel@rubs.de
www.rubs.de



Rennmaschinen · Mountainbikes · Trekkingbikes · E-Bikes · City-Bikes
Kinderfahrräder · Bekleidung · Helme · Schuhe · Brillen · Taschen
Zubehör · Integrierte Werkstatt · Individuelle Fahrrad Anpassung



leten der LG Steinlach an den Start gingen. Am Abend folgte der Ladies Run ohne LG Steinlach-Vertreter. Über die Sprintdistanz am Samstag starteten mit Harry Strobel und Sabine Fuchs ebenfalls zwei Athleten der LG Steinlach. Aller guten Dinge sind drei, dachte sich Harry Strobel und nahm am Sonntag zusammen mit Jens Kalmbach, Jochen Baer und Michael Fuchs die Mitteldistanz in Angriff. Für Jochen Baer und Michael Fuchs war dies der zweite Start an diesem Wochenende. Die LG-Triathleten erreichten durchweg gute Ergebnisse in ihren Altersklassen und konnten teilweise mit Top-Ten-Platzierungen glänzen.

AKTIVE UND JUGEND BEIM RAVENSBURGER TRIATHLON

Viele jugendliche LG Steinlach-Triathleten nutzten in ihren Sommerferien die Chance, sich wie die großen Triathleten im Ravensburger Flappachbad mit der starken oberschwäbischen Konkurrenz zu messen. Freud und Leid waren bei diesem Wettkampf sehr nahe beieinander. Christoph Zizer war nach dem Schwimmen im Kontakt zur Spitze und konnte beim Radfahren seinen geringen Rückstand halten. In der Wechselzone erwischte er aber die falsche Abzweigung. Leider war der Kampfrichter der Meinung, er hätte somit abgekürzt und disqualifizierte Christoph kurzerhand. Ohne diesen Umstand wäre ein starker 4. Platz für ihn möglich gewesen. Anton Betz und Soraya Sprenger konnten bei ihrem ersten Triathlon viel Erfahrung sammeln und schlugen sich bei der starken Konkurrenz wacker. Auch Paul Holzer glänzte mit einer klugen Renntaktik, die ihm eine Podestplatzierung einbrachte. Die aktiven LG Steinlach-Triathleten waren in Ravensburg ebenfalls erfolgreich. Der in diesem Jahr umgestaltete Triathlon legte seinen Fokus auf die Sprintdistanz. Neben nationalen Spitzenathleten aus dem Jugendbereich, waren auch Bundesligastarter aus Köln sowie viele regionale Topathleten dabei.

TRANSVORARLBERG TRIATHLON Toller Wettkampf der LG Starter

Bei der 5. Auflage des Transvorarlberg Triathlons strahlte nicht nur die Sonne, sondern auch die Starter

der LG Steinlach strahlten vor Freude über einen tollen Wettkampf. Nach dem Schwimmen im Bodensee führte die Strecke die Athleten auf dem Rad von Bregenz nach Lech am Arlberg. Angenehme Wassertemperaturen und strahlender Sonnenschein machten diesen besonderen Triathlon zu einem außergewöhnlichen Erlebnis.

Nach den 1,2 km Schwimmen im Bodensee, direkt bei der Bregenzer Festspielbühne, führte die Radstrecke über 93 km und etwa 2.000 hm quer durch den Bregenzer Wald. Über den Hochtannbergpass galt es, die zweite Wechselzone in Lech am Arlberg zu erreichen, bevor dort auf die Laufstrecke gewechselt wurde. Zum Abschluss standen in dem mondänen Skiort mit fantastischem Bergpanorama noch 12 anspruchsvolle Laufkilometer auf dem Programm. Nach den schlechten Wetterbedingungen der Vorjahre war an diesem Tag Kaiserwetter angesagt, was den Wettkampf ungeachtet der Strapazen für alle Athleten zu einem traumhaften Erlebnis werden ließ. Michael Fuchs erreichte als 8. der AK M 50 das Ziel und war mit seiner neuen Bestzeit ebenso zufrieden, wie Albin Abt, der in derselben Altersklasse als 21. finishte.

LG Steinlach-Triathlon-Profi Michael Göhner wurde für seinen Mut belohnt, nur eine Woche nach seinem 3. Platz beim Inferno-Triathlon in der Schweiz erneut bei einem sehr anspruchsvollen Wettkampf an den Start zu gehen. Mit dem 5. Gesamtplatz und Rang 1 in der AK M 35 hat Michael Göhner erneut überzeugt.



GEMEINSAMER SAISONABSCHLUSS IN STOCKACH AM BODENSEE

Schon fast zur Tradition geworden ist für viele die Teilnahme am Triathlon in Stockach am Bodensee, der wieder bei schönstem Sommerwetter stattfand.

Der Triathlon mit familiärer Atmosphäre war ein spannender Saisonabschluss, den die LG Steinlach-Triathleten sichtlich genossen.

RÜCKBLICK AUF DIE LBS CUP TRIATHLONLIGA Vorgaben für 2016 erfüllt

Während im Jahr 2016 in der 1. Liga der Klassenerhalt als primäres Ziel galt, durfte man auf die Leistung der Mannschaft in der 3. Liga gespannt sein. Hier setzte die LG Steinlach auf routinierte und erfahrene Athleten, die in der Lage waren, der ebenfalls nicht zu unterschätzenden Konkurrenz Paroli zu bieten.

Die LG Steinlach-Triathleten traten der Konkurrenz in der 1. Liga mit einer bewährten Startaufstellung aus Leistungsträgern entgegen, die sich bereits in den vergangenen Jahren sowohl in der 2., als auch in der 3. Landesliga bewährten und den Aufstieg in die 1. Landesliga ermöglicht hatten. Nicht ganz einfach war die Aufgabe der 2. Mannschaft, die in der 3. Liga gegen ehemalige Erstligamannschaften antreten musste, die ihrerseits aufgrund interner Probleme in die 3. Liga zurückgestuft wurden.

Winterliche Temperaturen um die 5°C und eisiger Wind herrschten am 24. April beim letztjährigen Ligaauftritt in Backnang. Das erste Ligarennen in Backnang wurde in einem besonderen Wettkampfformat, bestehend aus einem Swim & Run (0,7 km-2 km) vormittags und einem Bike & Run (20 km-5km) am Nachmittag, ausgetragen. Bei dieser Wettkampfform belegte die 1. Mannschaft den 12. Platz. Die 2. Mannschaft errang Platz 20. Beim zweiten Rennen 2016 am 8. Mai in Rheinfeldern wollten die Mannschaften der LG Steinlach Boden gutmachen. Dies ist den beiden Teams in der 1. Liga und in der 3. Liga mit geschlossenen Mannschaftsleistungen gelungen. In der 1. Liga verbesserte sich die Mannschaft in Rheinfeldern gegenüber dem Auftaktrennen in Backnang um zwei Plätze auf Rang 10. In der 3. Liga ging es um elf Plätze nach vorne

auf Rang 9. Nach kurzer Wettkampfpause ging es am 12.06.2016 beim allseits bekannten Schömberg Triathlon weiter. Der Aufwärtstrend hielt bei beiden Mannschaften der LG Steinlach an.

Herausragend in Schömberg war erneut die Leistung von Youngster Nicolas Mehrer, der in der Einzelwertung der 1. Liga einen ausgezeichneten 11. Platz im Gesamtklassement und Platz 1 bei den Junioren belegte. Die Mannschaft der 1. Liga platzierte sich auf Platz 8 und die der 3. Liga etablierte sich mit dem 18. Rang bei insgesamt 31 Teams im Mittelfeld. In Schömberg waren zwei 750m-Runden im See zu schwimmen, gefolgt von einem bergigen 43km-Radkurs, der aus drei Runden mit 3 Alaufstiegen bestand. Zum Schluss wurden zwei Runden à 5 km mit steilen Anstiegen um den Schömberger See gelaufen.

Wie auch schon im Vorjahr wurde anschließend in Erbach der Teamwettkampf über eine verkürzte Sprintdistanz ausgetragen. Bei guten äußeren Bedingungen waren die Athleten bei diesem besonderen Rennformat topmotiviert. Gestartet wurde mit dem Schwimmen im schönen Erbacher Baggersee, diesmal jedoch ohne Neoprenanzug. Erstmals in der Saison 2016 wieder im Team waren auch Michael Göhner und Fabian Löffler nach längerer Verletzungspause. Während in der 1. Liga der 9. Platz gesichert werden konnte, beendeten die Athleten der 3. Liga den Teamwettkampf auf dem 20. Platz.

Zum Abschluss galt es, nach Erbach den Focus auf das Saisonfinale Mitte Juli am idyllischen Schluchsee im Hochschwarzwald zu legen. Aufgrund der Tatsache, dass zu diesem Zeitpunkt der Saison jeder Athlet sein eigenes „Highlight“ im Rennkalender hat, musste auch bei diesem Rennen wieder mit der Aufstellung improvisiert werden.

Während in der 1. Liga Nicolas Mehrer, Jens Kalmbach, Dominik Kiefer und Alexander Görzen um den Klas-



senerhalt kämpften, versuchten die Routiniers Jürgen Haug, Jochen Baer, Michael Fuchs und Jochen Kienle in der 3. Liga das Schiff auf Kurs zu halten, um einen soliden Platz im Mittelfeld zu sichern. Letztlich war es wieder eine geschlossene Teamleistung aller LG Steinlach-Athleten, die sich am Schluchsee in der 1. Liga den 10. Platz sowie in der 3. Liga den 19. Platz sicherten. Der Klassenerhalt war somit geschafft.

Für die Saison 2017 streben die Athleten der LG Steinlach-Zollern in der 1. Liga eine Top 10-Platzierung an. Bei diesem Vorhaben wird u.a. Neuzugang Tim Lange, seinerseits Top-Triathlet mit Bundesligaerfahrung, erstmals tatkräftig mitwirken.

In der 3. Liga wird das Ziel sein, junge Athleten an den Ligabetrieb heranzuführen und sich dabei in den Top 15 am Ende der Saison wiederzufinden.

CHRISTOPH UND DANIEL GROSS GO LONG Ironman Frankfurt und Swiss Extreme Triathlon



Am 25. Juni 2016 startete LG Steinlach-Triathlet Christoph Groß beim Schweizer Extrem Triathlon Swissman. Bei diesem „Alpen-Ironman“ mit rund 5.500 Höhenmetern belegte Christoph Groß in 12 h 44 min. als 3. Deutscher einen hervorragenden 11. Gesamtplatz. Dieses Point-to-Point-Rennen startet mit 3,8 km Schwimmen im Lago Maggiore, die Radstrecke mit 180 km führt über 3 Alpenpässe und zum Abschluss des Rennens endet der Marathonlauf auf der Kleinen Scheidegg inmitten der mächtigen Kulisse von Eiger, Mönch und Jungfrau.

Bei der in Frankfurt am 3. Juli 2016 zum 15. Mal ausgetragenen Ironman Europameisterschaft fand erstmalig auch die Deutsche Meisterschaft auf der Langdistanz statt. Zusammen mit rund 2700 anderen Sportlerinnen und Sportlern stellten sich von der LG Steinlach Daniel Groß bei den Altersklassenathleten und Thomas Bosch bei den Profis an die Startlinie dieses prestigeträchtigen Rennens. Daniel Groß konnte

sich nach 9:04:57 h über eine neue persönliche Bestzeit, den hervorragenden 57. Gesamtrang, den 12. Platz in seiner Altersklasse M 30-34 und den 8. Platz in seiner AK bei den Deutschen Meisterschaften freuen.

LG STEINLACH-TRIATHLETEN ERFOLGREICH BEI EM-DEBÜT AM WALCHSEE IN ÖSTERREICH

Die Vorbereitung war gut, die Vorfreude groß und die Spannung hoch.



Erfolgreich beim EM-Debüt: Jens Kalmbach (li.) und Dominik Kiefer

Die Ergebnisse der LG Steinlach Triathleten bei der Europameisterschaft in Österreich über die Mitteldistanz (1,9 km Schwimmen / 90 km Rad / 21 km Laufen) können sich sehen lassen. Bei dem im Rahmen der Challenge Walchsee ausgetragenen Wettkampf erreichte Abteilungsleiter Jens Kalmbach (24 Jahre) mit Platz 9 den Sprung in die Top Ten der U25. Der Mössinger Dominik Kiefer (25 Jahre) erreichte in der starken M25 den 21. Platz.

Für beide Athleten ein schöner persönlicher Erfolg bei ihrer ersten internationalen Meisterschaft. Dies ist auch ein Ergebnis der kontinuierlichen Aufbau- und Trainingsarbeit in der Triathlon-Abteilung.

DIE AKTUELLEN TRAININGSZEITEN DER TRIATHLETEN:

Schwimmtraining:

Mittwochs:	19:30-20:45 Uhr	Gruppe 1
Samstags:	07:30-08:45 Uhr	Gruppe 1
	08:00-09:00 Uhr	Kinder
	09:00-10:30 Uhr	Gruppe 2

Lauftraining:

Dienstags:	18:30-19:30 Uhr	Kinder und Jugend
	19:00-20:15 Uhr	Erwachsene

Athletik/Radtraining:

Freitags:	18:00-19:00 Uhr	Kinder und Jugend
	19:00-20:00 Uhr	Erwachsene



Geschäftsstelle:
 LG Steinlach-Zollern e.V.
 Friedrich-List-Straße 6
 72116 Mössingen
 Tel.: 07473/9512869
 Email: info@lgsz.de
 Internet: www.lg-steinlach-zollern.de

Beitrittserklärung

Hiermit erkläre ich den Beitritt in die Leichtathletikgemeinschaft Steinlach-Zollern e.V. für folgende Personen:

1. Mitgliedsangaben:

Name, Vorname:

Geburtsdatum/Geschlecht:

Anschrift:

Telefon:

Email:

Abteilung: Lauftreff Walkingtreff Leichtathletik Triathlon
Zutreffendes bitte ankreuzen, Mehrfachnennungen möglich

Weitere Mitglieder bei Familienmitgliedschaft:

1. Name, Vorname:

Geburtsdatum/Geschlecht:

Abteilung: Lauftreff Walkingtreff Leichtathletik Triathlon

2. Name, Vorname:

Geburtsdatum/Geschlecht:

Abteilung: Lauftreff Walkingtreff Leichtathletik Triathlon

3. Name, Vorname:

Geburtsdatum/Geschlecht:

Abteilung: Lauftreff Walkingtreff Leichtathletik Triathlon

(→ Weitere Mitglieder ggf. auf Rückseite aufführen)



EROGLU[®]
 Präzisionswerkzeuge



2007
 Großer Preis
 des Mittelstandes
 Grand Prix
 of Business



2008
 Ehrenplakette
 Medal of Honour



2013
 Großer Preis
 des Mittelstandes

“ Ihr zuverlässiger Partner für Präzisionswerkzeuge ”

Winkelköpfe



Hochgenaue Hydrodehnspannfutter



Angetriebene Werkzeuge



Hochleistungs-kraftspannfutter



GASTHAUS BRÜCKLE



SCHWÄBISCHE KÜCHE

LG SportZeit
Zeitschrift der Leichtathletikgemeinschaft
Steinlach-Zollern e.V.
Herausgeber: LG Steinlach-Zollern e.V.
Friedrich-List-Straße 6, 72116 Mössingen
www.lg-steinlach-zollern.de, info@lgsz.de
1. Jahrgang, Heft Nr. 1, 2017
LG SportZeit ist für Mitglieder gratis.
Bankverbindung:
VR Bank eG Steinlach-Wiesaz-Härten
IBAN: DE 75 6406 1854 0237 5270 06
BIC: GENO DES1 STW
Kontoinhaber: LG Steinlach-Zollern

Impressum

Redaktionsleitung:
Michael Stegmeier, Dieter Schneider, Claudia Schneider
Layout & Satz: Richard Dvořák und Marek Kluz
Mitarbeiter der Redaktion:
Wolfgang Boll, Chris Dawes, Thomas Finnern, Sabine Fuchs,
Joachim Hausmann, Jens Kalmbach, Melanie Kubowski, Claudia
Schneider, Dieter Schneider, Michael Stegmeier, Marcus Strohmaier,
Jutta Wagner
Bilder (ohne Angaben im Text):
Michael Baumann, Sabine Fuchs, Martin Grundmann, Michael
Kaufmann, Gerd Lücking, Melanie Kubowski, Mission Mudder
Horb (Download via Facebook), Bettina Prillinger, Dieter Schneider,
Marcus Strohmaier, Dirk Ulbricht
Druck: flyeralarm.de
Beiträge können unter info@lgsz.de eingereicht werden.

Wer wagt gewinnt. Mit dem Dualen Gymnasium in eine starke Zukunft.



Christoph Plocher, Schüler am
Evangelischen Firstwald-Gymnasium Mössingen
Dualer Gymnasiast, angehender Maler- und Lackierer,
Sportler

Duales Gymnasium

Abitur + Gesellenbrief
Mit Kopf + Herz + Hand



Evangelisches
Firstwald-Gymnasium



Heinrich Schmid