

LG SportZeit



Terminankündigung:
Jugendvollversammlung
am Freitag, 20. März, 18:30 Uhr
Mitgliederversammlung
am Freitag, 20. März, 20:00 Uhr

Unsere Top-Events:



Fischer's

BRAUHAUS MÖSSINGEN

JETZT IM NEUEN
GEWAND!

UNSER BIER IN ALLER MUNDE



AUF DER LEHR 30 · 72116 MÖSSINGEN · TELEFON 07473 95440 · WWW.BRAUHAUS-MOESSINGEN.DE

INHALT

EDITORIAL | 4

EINLADUNG ZUR JUGENDVOLLVERSAMMLUNG UND ZUR
MITGLIEDERVERSAMMLUNG | 5

ZIELE DER LG STEINLACH-ZOLLERN | 6

GESAMTVEREIN | 7

VEREINSJUGEND | 25

LAUFTREFF | 30

UNSERE SPONSOREN | 34

WALKINGTREFF | 42

LEICHTATHLETIK | 47

TRIATHLON | 57

BEITRITTSERKLÄRUNG | 61

Titelbild: Stefanski

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
4. Jahrgang, Heft Nr. 1, 2020
LG SportZeit ist für Mitglieder gratis.
Bankverbindung:
VR Bank eG Tübingen
BAN: DE75 6406 1854 0237 5270 06
BIC: GENODES1STW
Kontoinhaber: LG Steinlach-Zollern

Impressum

Redaktionsleitung:
Dieter Schneider, Claudia Schneider, Horst Jöhnk
Layout & Satz: R3D Internet Dienstleistungen, Mössingen
Mitarbeiter der Redaktion:
Ole Ahrens, Werner Bayer, Wolfgang Boll, Jule Eissler,
Thomas Finnern, Sabine Fuchs, Martin Grundmann,
Sandra Holzer, Jens Kalmbach, Jana Mees, Willi Seiler,
Ludger Schmidt, Christof Schnekenburger, Claudia
Schneider, Dieter Schneider, Sabrina Stefanski, Marcus
Strohmaier
Druck: flyeralarm.de
Auflage: 1.000
Beiträge können unter info@lgsz.de eingereicht werden.

WAS FÜR EIN JAHR!

SOLIDARITÄT - LEIDENSCHAFT - ERFOLG

Liebe Mitglieder und Freunde der LG Steinlach-Zollern,

wenn wir das Jahr 2019 Revue passieren lassen, können wir alle miteinander stolz sein. Die Berichte aus dem Gesamtverein und den Abteilungen in diesem Heft zeigen ein pulsierendes, leidenschaftliches Vereinsleben. Es wird unglaublich viel geboten, für jedes Alter, für jedes Niveau. In der LG Steinlach-Zollern kann jeder etwas finden, was ihn „bewegt“. Das schätzen Jung und Alt. Unsere Angebote sind attraktiv und werden angenommen. Erneut verzeichnen wir einen Zuwachs unserer Mitglieder und sehen das auch an der großen Beteiligung bei unseren vielen Sonderveranstaltungen.

In sportlicher Hinsicht war 2019 ein absolutes Superjahr. Auf allen Ebenen waren wir präsent und haben Erfolge im Kleinen und im Großen erzielt. Unsere weiß-schwarzen Trikots sind nicht zu übersehen. 40, 50, 60 Teilnehmer bei regionalen Veranstaltungen sind mehr die Regel als die Ausnahme und damit sind wir vielfach der Verein mit den meisten Teilnehmern. Unsere Beteiligung an Kreis-, Regio-, Württembergischen, Baden-Württembergischen, Süddeutschen und Deutschen Meisterschaften ist herausragend. Ohne die Leistungen jedes Einzelnen zu schmälern, sind die Erfolge an der Spitze auch beeindruckend: Drei Deutsche Meistertitel, insgesamt acht Medaillen bei Deutschen Meisterschaften, zehn Mal in den Top Ten der Deutschen Bestenliste, 150 Platzierungen in den Bestenlisten des WLV (dabei sind die Senioren noch gar nicht mitgezählt) - das gab es noch nie in der Geschichte der LG Steinlach-Zollern. Das sind Ergebnisse einer hoch qualifizierten, auf Nachhaltigkeit ausgerichteten Arbeit unserer Trainer und Betreuer mit motivierten jungen Athleten und getragen von der Solidarität des Gesamtvereins.



Ohne die vielen Menschen, die bereit sind, sich in ihrer Freizeit als Trainer, Betreuer, Kampfrichter, Funktionsträger, Organisatoren, Helfer u.v.a.m. zu engagieren, ist Vereinsarbeit nicht vorstellbar. Vereinsarbeit ist Engagement für das Gemeinwesen, für die Kinder und Jugendlichen, für die Senioren, für die Freizeitsportler, für die Wettkampfsportler, für das soziale Miteinander. Und die Freude darf dabei nicht zu kurz kommen. Auch wenn es wie im richtigen Leben nicht immer nur eitel Sonnenschein geben kann.

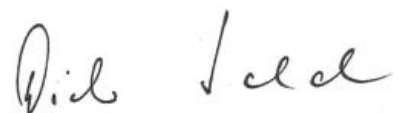
„Keiner hat mehr Zeit“, hören und lesen wir landauf, landab immer öfter, wenn es um Aufgaben und Funktionen im Verein geht - auch teilweise bei uns. Muss es nicht richtiger heißen, „keiner nimmt sich mehr Zeit“? Klar hat sich unser Leben im Zeitalter der Informationsgesellschaft, Digitalisierung, Internationalisierung und allem, was damit einhergeht, verändert. Aber die Minute hat immer noch 60 Sekunden, die Stunde 60 Minuten, der Tag 24 Stunden und das Jahr 365 Tage - und in diesem Jahr sogar noch einen Tag mehr. Und die Uhr tickt immer noch gleich schnell, wie vor Jahr und Tag. Objektiv haben wir nicht weniger Zeit. Dennoch gibt es viele Gründe, weshalb wir gefühlt weniger Zeit haben oder bereit sind, Zeit für bestimmte Dinge aufzubringen. Und noch etwas kommt im Wandel der Zeit hinzu: Altruistische Motive für ein Engagement treten gegenüber der Verwirklichung persönlicher Ziele in den Hintergrund. - Ein Problem vieler Vereine.

Ein Verein ist kein Selbstbedienungsladen. Vereine sind die wichtigsten Institutionen, die Menschen real vernetzen, integrieren, in jedem Alter. Die digitale Vernetzung kann das nicht ersetzen - im Gegenteil, sie führt nicht selten zum Gegenteil, zur Vereinsamung. Statt miteinander zu reden, werden Bits und Bytes hin und her gewischt.

Wir können uns glücklich schätzen, dass wir viele Engagierte haben, die tagaus, tagein und bei vielen Veranstaltungen sehr viel Zeit und Arbeit in unsere LG Steinlach-Zollern investieren. Unsere ausgezeichnete Entwicklung, der Zuwachs, die Akzeptanz sind ihr Verdienst. Wir brauchen mehr davon! Unser Verein lebt von der Leidenschaft. Von der Leidenschaft, aktiv Sport zu treiben, aber auch von der Leidenschaft, die Strukturen des Vereins zu unterstützen, mitzuhelfen, dass wir vielen Interessierten den Rahmen für leidenschaftlichen Sport bieten können. Wir brauchen leidenschaftliche Mitglieder, denen die Zukunft nicht egal ist, die sich als Betreuer, Trainer, Kampfrichter, Organisatoren, Helfer... einbringen. Wir haben schier unendlich viele Möglichkeiten dafür. Abteilungsleitungen und Vorstand informieren gerne darüber. Kommt auf uns zu. Gebt uns einfach ein Signal über eure Bereitschaft für ein leidenschaftliches Engagement in unserer LG Steinlach-Zollern.

Es ist mir im Namen des gesamten Vorstandes ein großes Anliegen, mich bei allen herzlich zu bedanken, die diesen Erfolgskurs unseres Vereins durch ihr Engagement, viel Zeit und Energie ermöglicht, mitgestaltet oder geprägt haben.

Lasst uns gemeinsamen unseren guten Weg fortsetzen.



Dieter Schneider - 1. Vorsitzender



EINLADUNG



zur
Jugendvollversammlung
Freitag, 20. März 2020, 18.30 Uhr,
Lehrsaal Feuerwehrhaus Mössingen, Goethestraße 9

Tagesordnung

- TOP 1 - Begrüßung durch den Vereinsjugendleiter
- TOP 2 - Kurzbericht ergänzend zur Vereinszeitung
- 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.

Die Jugendleiter und Jugendsprecher bitten um zahlreiche Teilnahme.
 Viele Dank für euer Kommen!

Jule und Jana



EINLADUNG



zur
Mitgliederversammlung
Freitag, 20. März 2020, 20:00 Uhr,
Lehrsaal Feuerwehrhaus Mössingen, Goethestraße 9

Tagesordnung

- TOP 1 - Ehrungen
- TOP 2 - Jahresbericht des 1. Vorsitzenden
- TOP 3 - Jahresbericht des Vorstands Finanzen
- TOP 4 - Bericht der Kassenprüfer
- TOP 5 - Aussprache zu den Berichten TOP 2 - 4 und den Berichten in der LG SportZeit
- TOP 6 - Wahlen
- TOP 7 - Anträge
- TOP 8 - Verschiedenes

Anträge mit Begründung sind gemäß Satzung bis 13. März 2020 beim 1. Vorsitzenden einzureichen.

Der Vorstand bittet um zahlreiche Teilnahme.

Dieter Schneider
 1. Vorsitzender

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.

GESAMTVEREIN

UNSER TEAM BRAUCHT DICH! OHNE EHRENAMT GEHT ES NICHT



„Die, die das ehrenamtlich machen, um den Kindern und Jugendlichen eine Bühne zu geben, wo sie ihren Wettkampfsport betreiben können, denen bin ich einfach wahnsinnig dankbar und möchte ihnen diesen Preis widmen.“
(Zehnkampf-Weltmeister Niklas Kaul bei der Auszeichnung mit dem Bambi in der Kategorie Sport am 21.11.2019, Baden-Baden)

Nicht ohne Grund hat Zehnkampf-Ass Niklas Kaul in seiner Rede bei der Bambi-Verleihung den ehrenamtlichen Helfern und Kampfrichtern bei den Veranstaltungen sowie den Trainern gedankt. Genauso wie ihm, muss allen bewusst sein, dass ohne das Engagement vieler Menschen die breitgefächerten Angebote des Vereins für unsere kleinen Athleten in der Kinderleichtathletik, für die Jugendlichen, für die Ambitionierten bei Meisterschaften, für Läufer, Walker oder Triathleten einfach nicht möglich wären.



„Vereine bereichern unser Leben. Sie sind in der Regel kleine Organisationen und haben nur wenige Mittel. Sie werden von Ehrenamtlichen getragen. Und die müssen unterstützt werden.“
(Landesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement Bayern)

„Und dieser soziale Mehrwert des Sports im Verein und der Sportvereine ist unglaublich vielfältig. Neben einem Gefühl von Gemeinschaft, Zusammenhalt und Zugehörigkeit vermitteln sie Werte wie Fairness, Respekt und Toleranz, die heute wichtiger denn je sind. Sie engagieren sich für Kinder und Jugendliche, für Senioren, für Benachteiligte oder Behinderte und und und. Dass unsere Gesellschaft ohne Sportvereine als ‚Kitt‘ um sehr vieles ärmer wäre, trifft voll und ganz zu. Doch das ‚Mehr als Sport‘ sollte nicht nur gesagt, sondern eben auch gezeigt werden.“ (Kampagne „Mehr als Sport“ BW)



Viele helfen schon mit, bringen sich in der LG Steinlach-Zollern ein - nicht weil sie müssen, sondern weil sie wollen, weil sie darin etwas Gutes, etwas Sinnvolles sehen und weil ihnen dieses ehrenamtliche Engagement etwas Positives zurückgibt.

„Das Vertrauen der Kinder und der Zusammenhalt mit den anderen Betreuern ist sehr motivierend.“
Anja Schmidt, Betreuerin KILA, Kampfrichterin



Seit drei Jahren bin ich Kampfrichterin und seit zwei Jahren als KILA-Betreuerin dabei. Zur Kampfrichterin wurde ich, weil ich mit meinem Sohn bei Wettkämpfen war und dann dort auch mithelfen wollte. Der Antrieb für das Amt des Kampfrichters ist für mich, dabei mitzuhelfen, einen fairen Wettkampf zu ermöglichen.

Als KILA Betreuerin ist es für mich sehr schön zu sehen, wie sich die Kinder sowohl sportlich als auch persönlich weiterentwickeln. Das

Vertrauen der Kinder und der Zusammenhalt mit den anderen Betreuern sind sehr motivierend.

**„Wenn neamed ebbes macht, bassiert au nia ebbes.“
(Wenn niemand etwas macht, passiert auch nie etwas.)** *Berthold Bernhardt, „Jungrentner“*



Ich bin seit 1993 im Lauftreff, ein Mössinger Urgestein, wenn auch seit ein paar Jahren in Ofterdingen wohnhaft. Von Anfang an war ich bei Veranstaltungen als Helfer und in der Organisation dabei. **Mein Leitsatz ist auf gut schwäbisch: Wenn neamed ebbes macht, bassiert au nia ebbes.** Ich könnte viele Geschichten erzählen vom frü-

heren Firstwaldlauf, Farrenberglauf, Olgahöhelauf, von Waldlaufmeisterschaften, vom Apfellauf und natürlich vom Stadtlauf. Hier bin ich verantwortlich für den Start-Ziel-Bereich. Schon Monate vor dem Stadtlauf bin ich mit der Zusammenstellung und dem Layout der umfangreichen Stadtlaufbroschüre gut beschäftigt. So ganz nebenbei konnte ich dabei auch meine PC-Kenntnisse erweitern.

Ich bringe mich mit meinen Idealen und Zielen aus Überzeugung in diese Arbeit im Verein ein. Einfach ausgedrückt: Als Kind habe ich im Kino alle Karl May-Filme gesehen, bin bis heute Indianer geblieben und dabei gilt: **Mithelfen ist einfach normal.** Der Erhalt des Lauftreffs ist mir wichtig, wenn ich im Moment auch nicht aktiv dabei sein kann.

Wenn man die vielen Kinder und Jugendlichen sieht, die beim Stadtlauf mit Begeisterung dabei sind, ist das auf jeden Fall ein Grund zum Weitermachen. Wer rastet, der rostet - dieses Sprichwort stimmt, auch dies ist ein Grund zum Aktiv dabei bleiben.

Was habe ich davon? Nach getaner Arbeit stellt sich ein gutes Gefühl ein und du weißt, dass du ein Teil von was Größerem warst. Wenn es einem selber gut geht, kann man auch ohne Bezahlung etwas für andere tun. Und so ganz nebenbei lernt man beim Helfen auch noch was dazu.

Natürlich habe ich auch noch andere Interessen und Hobbies. Das passt aber ganz gut zusammen. So ist mir der Erhalt der Streuobstwiesen mit Insekten und Tieren wichtig.

„Der Zusammenhalt im Verein auch bei den Sportlern untereinander begeistert mich.“

Petra Schulz, Team Abteilungsleitung Leichtathletik

Seit etwas mehr als einem Jahr bin ich gern im Team der Abteilungsleitung Leichtathletik tätig. Über die aktive Mitgliedschaft meines Sohnes seit über acht Jahren, verbunden mit Fahrdiensten und Kuchenspenden, habe ich die LGSZ kennen und schätzen gelernt. Über diese Zeit hinweg konnte ich immer mehr beobachten, wie viele Helfer und Ehrenamtliche in unterschiedlichen



Bereichen benötigt wurden und werden. Die positive Entwicklung meines Sohnes sowohl im sportlichen als auch im sozialen Bereich habe ich immer als Gewinn angesehen. Da ich selbst durch Fahrdienste und Wettkampfbesuche immer mehr mit anderen Eltern und den Verantwortlichen in Kontakt kam, woll-

te ich selbst auch tiefer in das Vereinsleben einsteigen und mich einbringen. Als sich die Gelegenheit bot, im Team als Abteilungsleitung zu unterstützen, habe ich diese gerne wahrgenommen. Der Zusammenhalt im Verein auch bei den Sportlern untereinander begeistert mich. Ein freundlicher Umgang untereinander und auch viele neue persönliche Kontakte lassen mich diese Entscheidung nicht bereuen.

„Uns macht es riesig Spaß, zu sehen, wie sich die jungen Athleten weiterentwickeln.“

Niklas Kretschmer + Tim Holzapfel, Trainer U16 und U18



Seit fast zwei Jahren sind wir Trainer in der Leichtathletik bei der U16/U18. Dazu gekommen sind wir durch die eigene langjährige aktive Mitgliedschaft im Verein. Durch den Ausfall von Trainern konnte die Betreuung der Trainingsgruppen schwer aufrechterhalten werden und da wir gerade zwischen Schulabschluss und Ausbildung standen, war es für uns selbstverständlich einzuspringen. Unser Antrieb ist, dem Verein nach jahrelangem Nehmen etwas Zurückzugeben. Unsere Trainer und die Verantwortlichen der LGSZ haben immer sehr viel für uns Sportler getan. Viele Stunden haben sie mit uns trainiert und die vielen Wettkampfwochenenden, wo sie uns immer zur Seite gestanden haben, sind nicht selbstverständlich. Hier wurden sie für uns zu Vorbildern. Und so war es für uns ein Einfaches, unser Wissen an die Jüngeren weiterzugeben. Uns macht es riesig Spaß zu sehen, wie sich die jungen Athleten weiterentwickeln. Wie viel Freude sie im Training und bei den Wettkämpfen haben und sich sowohl sportlich, als auch persönlich weiterentwickeln. Der Zusammenhalt der einzelnen Gruppen ist klasse, auch altersübergreifend. Wir haben innerhalb der LGSZ viele Kontakte geknüpft, die auch über das Vereinsleben hinausgehen.

„Eine sinngebende ehrenamtliche Tätigkeit im Verein auszuüben und damit gleichzeitig etwas zurückgeben zu können, ist der Antrieb, dass ich mich hier gern engagiere.“

Horst Jöhnk, Betreuer Walkingtreff



Seit mittlerweile sieben Jahren gehe ich leidenschaftlich gern zum Nordic Walking. Weil ich regelmäßig zum Walkingtreff kam, bat man mich, als Nordic Walking-Betreuer tätig zu werden. Inzwischen nehme ich diese sportliche Aufgabe seit fünf Jahren mit viel Freude wahr - sie ist eine persönliche Bereicherung. Die Bewegung in freier Natur bei jedem Wetter lässt mich immer wieder gern zum Treffpunkt Nordic Walking kommen.

Teilnehmern eine schöne Strecke anzubieten, eine sinngebende ehrenamtliche Tätigkeit im Verein auszuüben und damit gleichzeitig etwas zurückgeben zu können, ist der Antrieb, dass ich mich hier gern engagiere. Das Nordic Walking mit dem Ehrenamt als Betreuer hat mir als Neuhinzugezogener das Einleben und Heimischwerden in Mössingen wesentlich erleichtert. Man erhält in dieser Funktion eine positive Wertschätzung von den Teilnehmern, wächst mit dieser Aufgabe und kann gleichzeitig etwas für die eigene Fitness tun.

UND DU? KEINE(R) MUSS, JEDE(R) DARF

- Wir wollen es engagierten Menschen ermöglichen, gemäß ihren Wünschen eine Tätigkeit in unserem Verein zu übernehmen.
- Wir wollen es Mitgliedern ermöglichen, langfristig oder auch flexibel und zeitlich abgegrenzt an Projekten mitzuarbeiten.
- Wir unterstützen euch bei euren Aufgaben.
- Unsere Mitglieder sollen Spaß und Freude bei ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit in unserem Team haben.
- Wir ermöglichen es den Engagierten, sich nach ihren persönlichen Erfahrungen und Kompetenzen einzubringen.
- Wir bieten den Engagierten die für ihre Tätigkeit relevante Aus- und Weiterbildung.

INTERESSE?

... dann setz dich doch einfach mit uns in Verbindung.

- Du kannst das Formblatt ausfüllen, das dieser LG SportZeit beiliegt, oder
- du kannst dich an unseren Ehrenamtsbeauftragten wenden: Stefan Herter, E-Mail: ehrenamt@lgsz.de, oder
- du wendest dich an einen Vorstand, Abteilungsleiter, Trainer, Betreuer oder an eine andere Person im Verein, die dir Antwort auf deine Fragen geben kann.



Öffnungszeiten

Montag - Freitag
von 8 - 22 Uhr

Samstag
von 9 - 22 Uhr

Sonn- und Feiertage
von 9 - 20 Uhr

Saunabelegung

Damensauna:
Dienstags ganztags
und Donnerstags
8 bis 16 Uhr

Herrensauna:
Montags 8 bis 16 Uhr

Gemischte Sauna:
siehe sonstige
Öffnungszeiten







**Medizinisches
Trainings- und Vitalcenter**

**Therapiepraxis
Med. Trainingstherapie
Prävention
Schwefelbad
Kneippanlage
Saunalandschaft
Entspannungsbecken
Massagen
Packungen**



Hechinger Straße 26 · 72116 Mössingen
Tel. 07473/3783-438 · info@bad-sebastiansweiler.de
www.bad-sebastiansweiler.de



DIE VIelfALT DES EHRENAMTS IN DER LG STEINLACH-ZOLLERN



16. MÖSSINGER RÖWA-STADTLAUF



DAS SPORTFEST FÜR ALLE IM HERZEN DER STADT

Deutlich über 1.800 Teilnehmer hatten sich für den 16. Mössinger RÖWA-Stadtlauf im Jahr 2019 angemeldet. Am Ende waren knapp 1.700 Läuferinnen, Läufer, Walkerinnen und Walker im Ziel. Jeder, der dabei sein wollte, konnte bei einem der acht Wettbewerbe auf seine Kosten kommen. Walkend, laufend, lange Distanz oder kürzere Strecke, schnell oder gemütlich, Breite oder Spitze, mit oder ohne Handicaps - Laufen und Walken nach den persönlichen Möglichkeiten und Zielen war angesagt. Und dementsprechend war auf den Strecken auch alles vertreten. Die Organisation von (rekordverdächtigen) acht Wettbewerben an einem Nachmittag lief Dank der eingespielten Teams reibungslos. Anerkennung gab es dafür aus zahlreichen Rückmeldungen wie diese:

„Wir danken Ihnen und Ihrem gesamten, riesigen Team für die tolle Organisation rund um den Stadtlauf. Es ist wirklich ein tolles Event!“

„...Ich fand es perfekt organisiert.“

Vor allem bei den Läufen der Kinder und Jugendlichen standen die Zuschauer rund um den Jakob-Stotz-Platz eng auf eng in mehreren Reihen bei bester Stimmung, um ihre Schützlinge, Freunde, Bekannte oder einfach die vorbeilaufenden Sportler anzufeuern. Das ist Stadtlauftmosphäre, wie es sich die Teilnehmer und die Organisatoren wünschen. Vielleicht schwappt zukünftig auch noch etwas mehr davon auf den Streckenverlauf der 2,5km-Stadtlaufstrecke über.

Allen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, jeder und jedem Einzelnen gebührt großer Dank und Anerkennung, egal, an welcher Stelle er oder sie vor oder hinter den Kulissen eingesetzt war oder in anderer Weise unterstützt hat. Alle haben ihr Bestes gegeben, unermüdlich und mit Teamgeist.

Ein herzlicher Dank den Schulen und Kindergärten, den Trommlergruppen an der Strecke, der Stadt Mössingen mit dem Bauhof, dem DRK, der Presse, allen Sponsoren und nicht zuletzt den Anwohnern für ihr Verständnis für die Einschränkungen.

Die Hauptsponsoren des 16. Mössinger RÖWA-Stadtlaufs:

RÖWA, VR Bank Tübingen, EROGLU, Stadtwerke Mössingen, Bäckerei Padeffke, HGV Mössingen, LOTTO, AOK, Roßberg-Nudeln, ahg BMW Rottenburg.

Die Schlagzeilen des 16. Mössinger RÖWA-Stadtlaufs 2019:

- BMW-Minilauf: Begeisterung und Spaß für Klein und Groß
- VR Bank-Schülerstaffellauf auf Rekordniveau
- Kinder- und Jugendlauf: 250 Teilnehmer und ein packendes Finish
- AOK-Hobbylauf bei Freizeitläufern und Ambitionierten beliebt
- Hauptlauf: Großes Programm mit den Baden-Württembergischen Meisterschaften
- KBF gewinnt wieder die Steinlach-Zollern-Firmenlaufwertung
- 145 Walkerinnen und Walker genießen Strecken und Aussichten

Die Stadtlauftmosphäre wirkt nach - in der Bildercolage in diesem Heft und natürlich in der Fotogalerie unter www.lg-steinlach-zollern.de.

17. MÖSSINGER RÖWA-STADTLAUF



16. MAI 2020

Wir sind bereit!

Die Organisation des 17. Mössinger RÖWA-Stadtlaufs am 16. Mai 2020 mit dem umfassenden Programm für Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Walker und Läufer und der beliebten Rossberg-Nudelparty steht. Für Firmen, Behörden, Institutionen heißt es bei der speziellen Steinlach-Zollern-Firmenlaufwertung wieder, gemeinsam Kilometer sammeln für die eigene Firma. Und wir sind gespannt, wer im Jahr 2020 die Titel und Pokale der Mössinger Mannschaftsmeisterschaft gewinnen wird.

Die LG Steinlach-Zollern freut sich auf viele laufende und walkende Teilnehmer mit fröhlichen Gesichtern.

MACH MIT - ALS LÄUFER, WALKER, HELFER!



Baxter

JUMP & FLY!

9. INTERNATIONALES LEICHTATHLETIKMEETING 2019

KINDER - BREITE - SPITZE BEIM 9. JUMP & FLY IM ERNWIESENSTADION

Das zum 9. Mal von der LG Steinlach-Zollern veranstaltete internationale Leichtathletikmeeting JUMP & FLY wartete mit rund 50 Athleten aus 4 Kontinenten im Diskus, Weitsprung und Stabhochsprung auf. Neue Meetingrekorde gab es gleich zu Beginn von Deutschlands aktueller Nummer eins im Diskus, Martin Wierig, mit 64,11m. Auch der seit Jahren beim JUMP & FLY startende David Wrobel überbot nur knapp dahinter mit 64,00m den alten, von ihm gehaltenen Meetingrekord. Bei den Frauen durfte sich Marike Steinacker, TSV Bayer 04 Leverkusen, über Platz eins im Diskus freuen. Mit 57,91m kam sie dieses Jahr noch nicht ganz an den Meetingrekord von Kristin Pudenz heran.



Der philippinische Überflieger Ernest Obiena stellte mit 5,63m im Stabhochsprung Meetingrekord Nummer zwei auf. Gordon Porsch bot

ihm lange Paroli. Nachdem beide 5,51m übersprungen hatten, ließen sie die nächste Höhe aus, um den Meetingrekord anzugreifen. Spannung pur herrschte im Mössinger Ernwiesenstadion. Der an diesem Abend glänzend aufgelegte Gordon Porsch riss 5,63m nur hauchdünn. Ernest Obiena, Universiade-Sieger 2019 mit PBL von 5,76m, versuchte sich danach im Nachthimmel über dem Stadion an einer neuen PBL und ließ 5,80m auflegen. Die Latte blieb trotz ausgezeichneter Sprünge und großartiger Anfeuerung durch das Mössinger Publikum leider nicht liegen. Ernest Obiena zeigte jedoch, dass er diese Höhe drauf hat. Es ist nur eine Frage der Zeit, bis er die „achtzig“ stehen hat.

Bei den Frauen holte sich im Stabhochsprung die polnische Meisterin Kamila Pryzbyla mit 4,30m den Meetingriegel vor der Italienerin Helden Falda und Ria Möllers, TSV Bayer 04 Leverkusen, jeweils mit 4,25m.

Im Weitsprung zeigte der in der Schweiz trainierende Kubaner Geovany Paz trotz Gegenwind mit 7,70m als Sieger eine sehr starke Leistung. Der junge Alexander Fuchs, SCC Berlin, kam trotz einer Reihe von Fehl-



versuchen mit 7,18m auf Platz 2. Bei den Frauen blieb Tina Pröger als Siegerin mit 5,92m noch unter ihren Möglichkeiten.

Interessant war auch wieder die Steinlach-Zollern-Mixed-Teamwertung, die den Athleten ganz offensichtlich Spaß machte und für die Zuschauer zusätzlich interessant war. Die m/w-gemischten Zweiertteams waren nach den Saisonbestleistungen - größte Weite/Höhe mit geringster Weite/Höhe - zusammengestellt worden, so dass sich einigermaßen ausgeglichene Paarkonstellationen ergaben und die addierten Ergebnisse Spannung versprachen. Alle Ergebnisse gibt es unter www.lg-steinlach-zollern.de.

In der lauen Sommernacht hielten hunderte Zuschauer an den Plätzen direkt an der Stabhochsprunganlage bis in die Nacht aus und konnten am Ende das fulminante Höhenfeuerwerk im Stadion genießen, das ein grandioses Leichtathletikfest abschloss.

Herzlichen Dank den vielen Helfern und professionellen Kampfgerichten, dem THW Ofterdingen für die Beleuchtung, dem DRK Mössingen-Ofterdingen und allen Sponsoren des Meetings.

RUN AND FUN BEIM LANDPOWER KIDS CROSSLAUF



Der Start des Landpower Kids Crosslaufs im Vorprogramm des internationalen Meetings erfolgte unmittelbar beim Diskusring. Die Diskus-Hünen ließen es sich nicht nehmen, die Kinder beim Start persönlich zu begrüßen. Die Spitzenathleten Martin Wierig und David Wrobel gaben neben ihrer Wettkampfvorbereitung auch das Startkommando.

Die fleißigen Helferinnen und Helfer der LG hatten am Vormittag keine Mühen gescheut, einen abwechslungsreichen Cross-Parcours mit Sand, Strohballen, Erdhügel, Traktorreifen im Stadion aufzubauen. Und die Kinder rannten durch und über die Hindernisse um die Wette und hatten sichtlich ihre Freude dabei. So muss Kinderleichtathletik sein.

Für die Altersgruppen U8, U10 und U12 wurden drei Läufe ausgetragen. Bei rund 90 Teilnehmern gab es kein Gedränge auf der Strecke, so dass beim nächsten Mal durchaus noch mehr Kinder an diesem attraktiven, altersgerechten Wettkampfformat teilnehmen können. Alle Kinder erhielten nach dem Zieleinlauf eine Urkunde und eine Tüte Roßberg-Nudeln. Dieses Präsent ist bei den Leichtathletikveranstaltungen in Mössingen und Hechingen nicht mehr wegzudenken - ganz herzlichen Dank an Roßberg-Nudeln für diese nachhaltigen Spenden! Die drei schnellsten Mädchen und Jungs jeder Altersgruppe freuten sich zudem über Pokale.

Und dann hieß es, Kinder treffen Stars. Unzählige Autogramme wurden von den Top-Athleten auf T-Shirts

oder Kladden geschrieben und viele Fotos gemacht. Die Top-Athleten und die Jüngsten der LG Steinlach-Zollern freuten sich bereits auf die nächste Begegnung zwei Wochen später bei den Deutschen Meisterschaften im Berliner Olympiastadion.

LAUF UND WALKING BEIM JUMP & FLY

Die Breitensportlichen Läufer und Walker machten beim JUMP & FLY am Samstagnachmittag den Anfang im Ernweisenstadion. Das Wetter meinte es fast ein wenig zu gut. Nahezu 30 Grad waren schon vor dem „Warm up“ um 16 Uhr schweißtreibend. Im Schatten wurden dennoch bei fetziger Musik die Muskeln mobilisiert, bevor die Gruppen mit dem Countdown auf die 5km und 10km lange Strecke gingen. Angemeldet hatten sich sowohl Gruppen aus Unternehmen und anderen Einrichtungen als auch individuelle Läufer und Walker. Zwar war entspanntes Laufen und Walken angesagt, dennoch packte so manchen der Ehrgeiz. Und nach dem „Cooldown“ galt die Aufmerksamkeit ganz den bereits begonnenen international besetzten Wettkämpfen.

Auf zum Jubiläum:

10. INTERNATIONALES
LEICHTATHLETIKMEETING
JUMP & FLY!

4. JULI 2020
WEIHERSTADION HECHINGEN

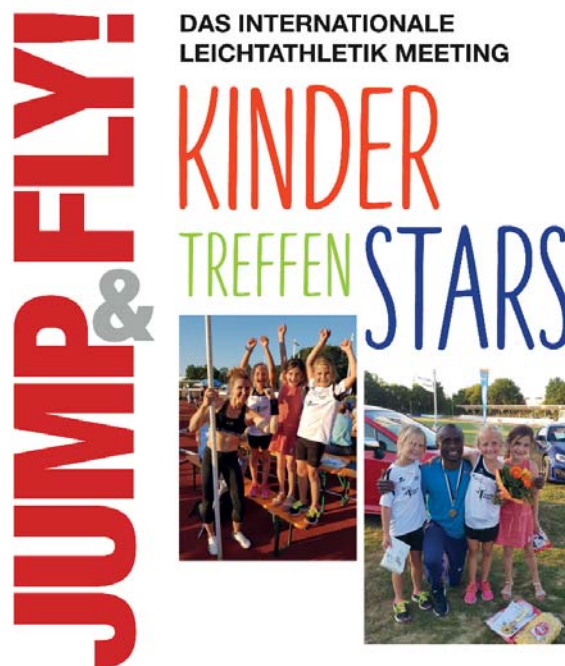
Mit Firmen-Specials unter www.firmen-lauf.com



WALKEN UND LAUFEN MIT FREUDE UND SPASS

Ein Angebot für Ihre persönliche Fitness.
5 km oder 10 km & Landpower Kids Cross

ALLE KÖNNEN MITMACHEN





VIER IN EINEM

HERBSTWETTKÄMPFE - KILA-LIGA - REGIO-LANGSTRECKENMEISTERSCHAFTEN - VEREINSMEISTERSCHAFTEN

Obwohl viele in Baden-Württemberg erst wieder seit kurzem aus den Sommerferien zurück waren und mit dem Training in der Leichtathletik ausgesetzt hatten, gab es bei der Premiere der Herbstwettkämpfe der LG Steinlach-Zollern im Hechinger Weiherstadion im September 2019 starke Resultate. Insgesamt gaben sich bei diesen Leichtathletikwettkämpfen fast 250 Sportlerinnen und Sportler von Jung bis Alt ein Stelldichein. Der wunderschöne Spätsommertag bot ausgezeichnete Rahmenbedingungen für gute Wettkämpfe bei bester Stimmung. Das nutzte auch eine Leichtathletikgruppe aus dem Saarland, die einen Saisonausflug mit der Teilnahme an den LG-Herbstwettkämpfen verband - und dies mit großen Erfolgen.

Mehrkampf U12

Gute Resultate erzielten die U12 der LG in ihren Mehrkämpfen. Sehr beachtlich war die Siegerpunktzahl im Vierkampf der M11 durch Colin Ressel mit 1.457 Punkten. Bei den Mädchen der W11 gab es im Vierkampf einen engen Zweikampf um den Sieg. Leyla Becker von der LG Steinlach-Zollern errang mit hauchdünnem Rückstand zur Siegerin Platz 2 (1.352 Pkt.). Bei den M/W10 beschränkten sich die meisten noch auf den Dreikampf. Das LG mU12-Team mit Colin Ressel und den Zwillingen David und Samuel Nellen konnte den Dreikampf für sich entscheiden, ebenso wie die Mädchenmannschaft wU12 mit Leyla Becker, Letizia Keller und Pauline Ordowski.

Mehrkampf U14

Im Vierkampf der W12 steigerte die Siegerin Marlene Grünwald nach einem vorzüglichen Wettkampf ihre Bestleistung um ca. 200 Punkte auf 1.756 Punkte. Damit schob sie sich in der WLV-Bestenliste auf Rang 6 vor. Nachdem die U14-Mädchen der LG Steinlach-Zollern alle viele neue Bestleistungen in den Einzeldisziplinen erzielt hatten, gab es folglich auch reihenweise neue Vierkampf-PB's. Marlene Grünwald, Elisa Neugebauer und Leni Steinhilber erreichten als Mannschaft schöne 4.962 Punkte. Bei den Jungs schob sich ihr Vereinskamerad Kelson de Carvalho als Sieger der M13 nach einer Steigerung der persönlichen Bestleistung (PB) auf 1.765 Punkte in die Top-Ten der Landesbestenliste.

Mehrkampf U16/U18

Bei den W15 erzielte Sophia Neugebauer mit guten Resultaten im Vierkampf starke 1.836 Punkte. Im Fünfkampf der MU18 siegte Finn Schulz mit neuer PB von 2.957 Punkten, womit auch er seine Top-Ten-Platzierung in Württemberg bestätigte.

Regionalmeisterschaften Langstrecke mit Kreismeisterschaften Tübingen

Leider blieben die Teilnehmerzahlen bei den Regionalmeisterschaften (Kreise ES, RT, Tü und ZAK) über die „langen Strecken“ hinter den Erwartungen zurück. Über 5.000m zog bei den Männern der LG Steinlach-Zollern-Bundesligatriathlet Nicolas Mehrer alleine allen davon. Nach zwölfteinhalb Stadionrunden blieb die Uhr bei für ihn als „Mehrkämpfer“ ausgezeichneten 16:26,30min. stehen. In M50 gewann Marcus Strohmaier (20:47,57min).

Auf der 2.000m-Distanz gewann in der M12 bei seinem ersten Rennen über diese Strecke LG Steinlach-Zollern-Nachwuchsläufer Emil Schmidt in guten 7:53,93min.

KILA-Liga-Finale

Voller Spannung und Elan traten zwölf Mannschaften der Jahrgänge 2010 und jünger bei gutem Wetter mit Kindern aus sechs Vereinen beim diesjährigen Finale der KILA-Liga Reutlingen/Tübingen im Weiherstadion in Hechingen an. Springen, Werfen und Sprinten über kleine Hindernisse, alles im Team, mit Freude und ohne ganz großen Druck, so das Konzept der KILA-Liga, um den Nachwuchs behutsam an die Disziplinen heranzuführen und trotzdem Erfolge und Teamgeist zu fördern - das gelang sichtbar. Und am Ende noch einen kurvigen Crosslauf absolvieren - über ungewohnt unebene Wiesenflächen mit kleinen Steigungen, durch Bäume und Maulwurfshügel, die von den Nachwuchsathleten Einteilung und Koordination erforderte.

Alle Kinder absolvierten die Wettkämpfe mit Bravour und das gegenseitige Anfeuern war über den ganzen Platz zu hören - eine prima Atmosphäre der Teams.

Die LG Steinlach-Zollern stellte beim „Heimspiel“ zwei U8- und vier U10-Teams mit Kindern aus Mössingen und Hechingen, darunter auch einige, für die dies der erste Wettkampf überhaupt war und die zeigen wollten, was im Training gelernt wurde. Nach Ablegen der ersten Nervosität hat alles prima geklappt. Das U8-Team belegte den dritten Platz. Bei der U10 zeigten die LG Steinlach-Zollern-Kinder eine starke Leistung und so ging auch der Tagessieg an die LG Steinlach-Zollern. Dies bedeutete Platz 2 für die LG Steinlach-Zollern-Midis in der KILA-Liga-Abschlusstabelle.



VEREINSMEISTERSCHAFTEN LG STEINLACH-ZOLLERN 2019

Bei den im Rahmen der Herbstwettkämpfe im Hechinger Weiherstadion ausgetragenen Vereinsmeisterschaften 2019 der LG Steinlach-Zollern gaben Jung und Alt zum Saisonende noch einmal ihr Bestes. Mit ausgeprägtem Teamgeist unterstützten sich alle gegenseitig und freuten sich über gute Leistungen. Für den einen oder die andere war es auch eine Gelegenheit, mal etwas Neues im Wettkampf auszuprobieren. So hatten die Senioren, die sonst eher auf der Straße, im Gelände oder am Berg zu Hause sind, sichtlich Spaß an den Sprintdisziplinen.

Die Vereinsmeister der LG Steinlach-Zollern 2019:

100m

wU18	Sandrina Sprengel	12,96s
mU18	Kelmen de Carvalho	11,81s
M40	Christof Schnekenburger	14,21s
M45	Stefan Herter	13,49s
M50	Marcus Strohmaier	15,37s
M55	Rainer Boenigk	14,29s

200m

wU18	Sandrina Sprengel	26,18s
mU18	Kelmen de Carvalho	23,94s
M40	Christof Schnekenburger	29,10s

800m

W10	Emma Holzer	3:17,78min.
M10	Tom Gablowski	3:08,86min.
W11	Leonie Riester	2:54,19min.
M11	David Nellen	2:27,01min.
W12	Marlene Grünwald	2:44,67min.
M12	Finn Dieter	2:58,36min.
M14	Leonard Holzer	2:31,54min.
mU18	Noah Strohmaier	2:13,44min.

2000m

W12	Maya Schröder	9:28,04min.
M12	Emil Schmidt	7:53,93min.

5000m

Männer	Nicolas Mehrer	16:26,30min.
M45	Werner Bayer	22:23,48min.
M50	Marcus Strohmaier	20:47,57min.

Dreikampf

W10	Emma Holzer	817 Pkt.
M10	Tom Gablowski	711 Pkt.
W11	Leyla Becker	1.105 Pkt.
M11	Colin Ressel	1.062 Pkt.

Vierkampf

W10	Clara Huy	852 Pkt.
M10	Tom Gablowski	858 Pkt.
W11	Leyla Becker	1.352 Pkt.
M11	Colin Ressel	1.457 Pkt.

W12	Marlene Grünwald	1.756 Pkt.
M12	Tom Locher	1.367 Pkt.
W13	Elisa Neugebauer	1.669 Pkt.
M13	Kelson de Carvalho	1.765 Pkt.
W14	Sophia Neugebauer	1.836 Pkt.

Fünfkampf

mU18	Finn Schulz	2.057 Pkt.
------	-------------	------------

Staffeln

wU12 - 4 x 50m	31,69s
(Leyla Becker, Leonie Riester, Pauline Ordowski, Letizia Keller)	
mU12 - 4 x 50m	31,01s
(Jonas Käsmann, Colin Ressel, Samuel Nellen, David Nellen)	
wU14 - 4 x 75m	45,1s
(Elisa Neugebauer, Johanna Feldhoff, Maya Schröder, Maya Stauss)	

Mannschaften

wU12 - Dreikampf	3.174 Pkt.
(Leyla Becker, Letizia Keller, Pauline Ordowski)	
mU12 - Dreikampf	2.792 Pkt.
(Colin Ressel, Samuel Nellen, David Nellen)	
wU12 - Vierkampf	3.915 Pkt.
(Leyla Becker, Letizia Keller, Pauline Ordowski)	
mU12 - Vierkampf	3.687 Pkt.
(Colin Ressel, Samuel Nellen, David Nellen)	
wU12 - Vierkampf	4.962 Pkt.
(Marlene Grünwald, Elisa Neugebauer, Leni Steinhilber)	
mU14 - Vierkampf	4.348 Pkt.
(Kelson de Carvalho, Tom Locher, Emil Schmidt)	



AUSZEICHNUNGEN FÜR BESONDERE SPORTLICHE LEISTUNGEN

Kreismeister 2019

Zwanzig Athletinnen und Athleten der LG Steinlach-Zollern errangen in diesem Jahr in verschiedenen Lauf-, Staffel- und Einzeldisziplinen sowie im Mehrkampf 35 Kreismeistertitel. Eine stolze Bilanz der Mädchen und Jungen, die damit zugleich Vorbilder für ihre Trainingsgruppen sind.

- Emma Holzer 800m
- Leonie Riester 800m
- Marlene Grünwald Kugel + Speer
- Lisa Gulde 75m
- Sophia Neugebauer Vierkampf Einzel + Team
- Sandrina Sprengel Vierkampf Einzel + Team
- Lynn Eissler Vierkampf Einzel + Team
- Emily Herter Kugel + 4x100m
- Jule Eissler Weit + Kugel + 4x100m
- Luise Kessler 4x100m
- Jana Mees 100m + 200m + Hoch + 4x100m
- Kelson de Carvalho Kugel + Diskus + Speer
- Benjamin Holzer 3x1000m
- Paul Holzer 3x1000m
- Noah Strohmaier 3x1000m
- Kelmen de Carvalho Kugel + Diskus + 110mH
- Nicolas Mehrer 5000m
- Niklas Ebinger 100m + Speer
- Tim Holzapfel 400m + 400mH
- Niklas Kretschmer Diskus

Regiomeister 2019

- Emily Herter 4x100m
- Jule Eissler Kugel + 4x100m
- Luise Kessler 4x100m
- Jana Mees 100m + 200m + Hoch + 4x100m
- Leonard Holzer 800m
- Benjamin Holzer 3x1000m
- Paul Holzer 3x1000m
- Noah Strohmaier 3x1000m
- Kelmen de Carvalho Kugel + Diskus + 110mH
- Nicolas Mehrer 5000m

- Niklas Ebinger Speer
- Tim Holzapfel 400m + 400mH
- Niklas Kretschmer Diskus

Württembergische Meister 2019

- Sandrina Sprengel 80mH + 300mH + Weit + Fünfkampf Halle + 300m Halle + Weit Halle

Baden-Württembergische Meister 2019

- Jule Eissler Siebenkampf Mannsch.
- Jana Mees Siebenkampf Mannsch.
- Jacqueline Heim Siebenkampf Mannsch.
- Karin Boll 10km
- Kelmen de Carvalho Diskus + Fünfkampf Einzel + Mannsch. + Zehnkampf Einzel + Mannsch.
- Finn Schulz Fünfkampf Mannsch. + Zehnkampf Mannsch.
- Lukas Ertl Fünfkampf Mannsch. + Zehnkampf Mannsch.
- Niklas Ebinger Zehnkampf Einzel + Mannsch.
- Niklas Kretschmer Zehnkampf Einzel + Mannsch.
- Maik Merle Zehnkampf Mannsch.
- Dieter Schneider 3000m Halle

Süddeutsche Meister 2019

- Sandrina Sprengel 300mH



Meister und Platzierungen bei Deutschen Meisterschaften 2019

- Sophia Neugebauer 3. Siebenkampf Mannsch.
- Sandrina Sprengel 1. 300mH
2. Siebenkampf
3. Weit
3. Siebenkampf Mannsch.
- Lynn Eissler 3. Siebenkampf Mannsch.
- Emily Herter 3. Siebenkampf Mannsch.
- Jana Mees 1. Siebenkampf (Polizei)
2. 3x800m (Polizei)
- Jacqueline Heim 2. Siebenkampf (Polizei)
- Kelmen de Carvalho 1. Zehnkampf Einzel + Mannsch.
- Finn Schulz 1. Zehnkampf Mannsch.
- Lukas Ertl 1. Zehnkampf Mannsch.
- Tim Holzapfel 6. 400mH
2. 400mH (Polizei)
3. 400m (Polizei)
- Niklas Kretschmer 2. Zehnkampf
- Dieter Schneider 2. Marathon

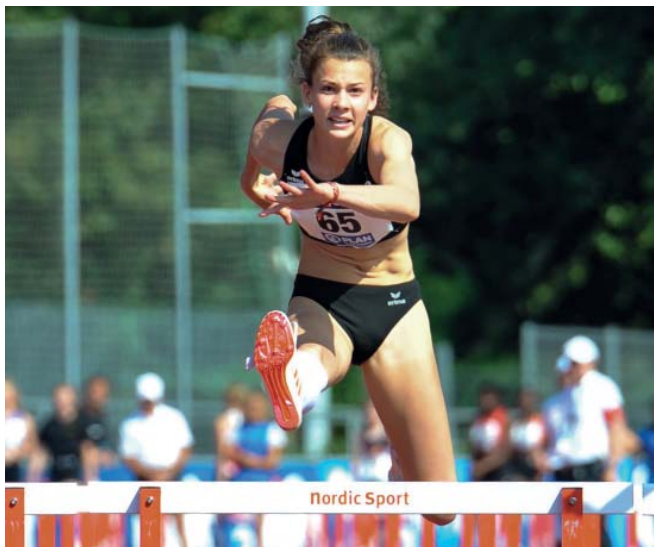


ATHLETEN DES JAHRES

Diese Auszeichnung wird jedes Jahr in den Kategorien Aktive, Schüler/Schülerinnen, Mannschaft und für eine überraschende Entwicklung vergeben.

ATHLETIN DES JAHRES (über alle Altersklassen)

Sandrina Sprengel



Deutsche Jugendmeisterin U16 über 300m Hürden - vierfache Medaillengewinnerin bei den Deutschen Titelkämpfen (Silber im Siebenkampf W15, Bronze im Weitsprung W15 und Bronze mit der Siebenkampfmannschaft U16) - zwei Baden-Württembergische Rekorde der W15 über 300m Hürden und im Siebenkampf (= erste Landesrekorde für LGSZ überhaupt) - Bundeskader NK2 Siebenkampf - Gold und 2x Silber bei Süddeutschen Meisterschaften - u.a. 6x Gold bei Württembergischen Meisterschaften.

ATHLET DES JAHRES (Schüler, Jugend)

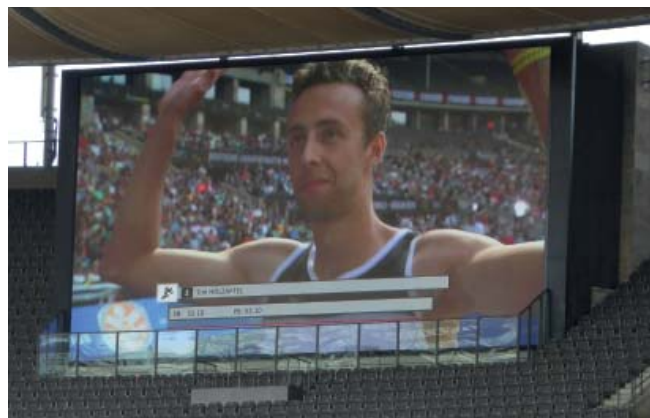
Kelmen de Carvalho



2x Deutscher Meister im Zehnkampf der U18 in der Einzel- und in der Zehnkampfmannschaftswertung - übertrifft Kreisrekord im Zehnkampf der U18 seines Trainers Tim Holzapfel mit 6.996 Punkten - 5x Baden-Württembergischer Meister im 5-/10-Kampf und Diskuswurf.

ATHLET DES JAHRES (Aktive)

Tim Holzapfel



Der U23-Athlet kommt bei den Deutschen Meisterschaften der Männer über 400m Hürden vor 35.000 Zuschauern im Berliner Olympiastadion auf Rang 6 - erzielt mit 52,05s neuen Regionalrekord.

MANNSCHAFT DES JAHRES (weiblich)

Siebenkampfmannschaft U16



Sandrina Sprengel, Sophia Neugebauer, Lynn Eissler, Leni Herter: Bronzemedaille bei den Deutschen Jugendmeisterschaften U16.

MANNSCHAFT DES JAHRES (männlich)

Zehnkampfmannschaft U18



Kelmen de Carvalho, Finn Schulz und Lukas Ertl: Deutscher Meister im Zehnkampf und 1. Platz in der Deutschen Rangliste 2019.

ÜBERRASCHUNGSAATHLET(IN) DES JAHRES ????

Dies bleibt eine Überraschung bis zur Mitgliederversammlung.



LG STEINLACH-ZOLLERN IST STOLZ AUF EIN HERAUSRAGENDES JAHR

Neben dem sehr erfreulichen anhaltenden Interesse an den Angeboten der LG Steinlach-Zollern und ständig neuen Zugängen in der Kinderleichtathletik, im Laufftreff, im Walkingtreff und im Triathlon ist das Jahr 2019 im Leichtathletik-Wettkampfgeschehen der LG Steinlach-Zollern herausragend. Die Präsenz der LGSZ-Athleten in den Bestenlisten des WLV und DLV spricht eine klare Sprache für die umfassende Breite und Spitze in der LG, die sich auch in über 30 Kreismeistertiteln, 15 Titeln der Regio-Meisterschaften, 10 Titeln bei Baden-Württembergischen/Württembergischen Meisterschaften und 1 Titel bei den Süddeutschen Meisterschaften widerspiegelt.

Absolut herausragend an der Spitze sind im vergangenen Jahr die drei Deutschen Meistertitel mit insgesamt acht Medaillen für die LG Steinlach-Zollern bei Deutschen Meisterschaften des DLV. Dabei ist der Mehrkampf des Nachwuchses die ganz besondere Domäne der LG Steinlach-Zollern auf nationaler und Landesebene.

Die Bestleistungen der Athletinnen und Athleten purzelten im Laufe des Jahres und schlugen sich in zahlreichen neuen Rekorden auf Kreis-, Regio- und Landesebene nieder. Diese phantastische Entwicklung an der Spitze hat einen Namen: **das neue Trainerteam um Sportvorstand und Cheftrainer Martin Grundmann mit den jungen, selbst noch als Athleten aktiven Trainern Tim Holzzapfel, Niklas Kretschmer, Maik Merle und Jule Eissler.** Die jungen Trainer haben Verantwortung übernommen, konnten ihre Erfahrungen aus dem LG- und Landeskadertraining sowie aus den Wettkämpfen auf allen nationalen Ebenen hervorragend im Nachwuchstraining weitergeben und haben die LG Steinlach-Zollern damit deutlich weitergebracht. Die Nachwuchstrainer überzeugen auf der ganzen Linie, wie sie sich einbringen: fachlich ungemein qualifiziert, sehr akribisch arbeitend und äußerst zuverlässig, dabei mit einem guten Draht zu den Nachwuchsleichtathletinnen und -athleten. Das Training hat mit ihnen eine neue Qualität bekommen. Man spürt das Herzblut für die Sache und den Verein. Damit haben sie es geschafft, die Athletinnen und Athleten zu diesen besonderen Erfolgen zu führen. Dies soll die Arbeit aller anderen Trainer und Betreuer in der LG jedoch keinesfalls schmälern. Jede und jeder von ihnen hat Anteil an der insgesamt tollen Entwicklung des Vereins.

LG STEINLACH-ZOLLERN IM DLV- UND WLV-RANKING

DEUTSCHE BESTENLISTE 2019

- 30 Platzierungen von 16 LGSZ-Athleten
- Vereinsrekord mit 10 Top-Ten-Platzierungen
- LG Steinlach-Zollern-Mehrkampfmannschaften unter den Top Fünf Deutschlands



Trotz des Abganges einiger Kaderathleten zum Saisonende 2018 haben die Athletinnen und Athleten der LG Steinlach-Zollern in diesem Jahr erneut

eine tolle Bilanz in den deutschen Leichtathletik-Bestenlisten der Altersgruppen von U16 bis hinauf zu den Aktiven erzielt. Insgesamt waren es wieder 30 Platzierungen (nach 31 im Vorjahr), für die 16 verschiedene Athletinnen und Athleten verantwortlich zeichneten. Dabei konnten die LGSZ-Leichtathleten mit 10 Top-Ten-Platzierungen einen neuen "Vereinsrekord" markieren. Erstmals wurden mit Sandrina Sprengel und Kelmen de Carvalho gleich zwei Sportler aus den Reihen der LGSZ in einen Bundeskader nominiert. Diese Top-Ergebnisse in der Spitze unterstreichen eindrucksvoll die hohe Qualität in der Trainingsarbeit, die sich mit dem Einstieg der jungen Trainer weiterentwickelt hat. Und selbst in der WLV-Bestenliste, welche ein Ausdruck für die Breite und Spitze ist, konnte sich die LG Steinlach-Zollern trotz der Abgänge zum Ende 2018 mit 150 Platzierungen auf konstant hohem Niveau präsentieren.

Die meisten Einzelnennungen in der Deutschen Bestenliste 2019 gingen auf das Konto von Sandrina Sprengel und Kelmen de Carvalho mit jeweils 8 Nennungen sowie von Niklas Kretschmer mit sieben Notierungen. Sandrina Sprengel liegt über 300m Hürden der W15 ganz vorne am Platz an der Sonne. Zudem kam sie im Siebenkampf auf den 2. Rang, im Weitsprung sowie über 80m Hürden jeweils auf den 4. Rang und platzierte sich im Hochsprung auf Rang 24. Kelmen de Carvalho kam im Zehnkampf der MU18 auf den 3. Rang. Im Kugelstoß und Diskuswurf verfehlte er mit den Rängen 13 und 14 die Top-Ten nur knapp. Eine weitere Top-Ten-Platzierung ging im Einzel an Tim Holzzapfel über 400m Hürden der MU23 auf Rang 5.

Das Zehnkampf-Team der U18-Jungs mit Kelmen de Carvalho, Finn Schulz und Lukas Ertl setzte sich in der Jahresbestenliste überlegen auf Rang 1. Drei weitere Mehrkampfmannschaften der LGSZ konnten sich im Jahr 2019 in die Top-Fünf schieben: Das Siebenkampfteam der WU16 mit Sandrina Sprengel, Sophia Neugebauer und Lynn Eissler kam auf den 3. Rang, das Siebenkampf-Team der Frauen mit Jana Mees, Jule Eissler und Jacqueline Heim sicherte sich ebenso einen hervorragenden 4. Rang wie das Zehnkampf-Team der Männer mit Niklas Kretschmer, Maik Merle und Niklas Ebinger.



Bei den U18-Jungs kam Finn Schulz im Zehnkampf auf den 33. Rang. Niklas Kretschmer schob sich bei den MU23 im Zehnkampf und Diskuswurf jeweils auf Rang 14. Im Kugelstoß kam er auf Rang 19 und im Stabhochsprung auf Rang 30. Jana Mees kam im 2019-Ranking des Siebenkampfes der Frauen auf Rang 28 und Maik Merle im Zehnkampf der Männer auf Rang 44.

Folgende Athletinnen und Athleten wurden in die Kader für 2020 berufen:

- Kelmen de Carvalho (Bundeskader Zehnkampf),
- Sandrina Sprengel (Bundeskader Siebenkampf),
- Sophia Neugebauer (Landeskader Weitsprung),
- Kelson de Carvalho (Landeskader Wurf)

(Anmerkung: Die nochmaligen Platzierungen in den älteren Altersklassen der Deutschen Rangliste wurden im vorliegenden Bericht nicht gesondert, allerdings zur Anzahl der Platzierungen hinzugefügt).

LG STEINLACH-ZOLLERN ERNEUT IN DEN TOP-TEN IM WLW



Die LG Steinlach-Zollern steht im Vereinsranking des Württembergischen Leichtathletikverbandes über alle Altersklassen hinweg in 2019 im vierten Jahr in Folge in den Top-

Ten. Wie schon im Vorjahr liegt die LGSZ auf Rang 9. Das Vereinsranking berücksichtigt in einem normierten Verfahren die Top-Platzierungen in der Württembergischen Bestenliste.

Maßgeblich für die gute Platzierung haben in 2019 erneut die Frauen und Männer (Aktive) beigetragen. Sie konnten sich um einen Platz auf den 5. Rang vorschieben. Die Jugendlichen U18 und U20 konnten sich von Rang 19 auf Rang 14 verbessern. In den Schülerklassen U14 und U16 reichte es zu Rang 13 - nach Rang 11 im Vorjahr. Die Aktivitäten der LG-Senioren schlugen sich auch im Landesranking nieder. Von Rang 97 im Jahr 2018 ging es in 2019 auf Rang 36 nach vorne.

Alle miteinander in der LG Steinlach-Zollern können stolz darauf sein, schon seit Jahren zu den besten Vereinen im WLW zu gehören. Das kommt nicht von ungefähr und ist keine Eintagsfliege, sondern das Ergebnis einer nachhaltigen Vereinsarbeit mit ausgeprägter Nachwuchsgewinnung, qualifizierten Trainern und Betreuern, motivierten Sportlerinnen und Sportlern, Mitgliedern, die diese Vereinsarbeit tragen, und Sponsoren, die - überzeugt vom soliden Konzept - dies unterstützen.

WALKINGTREFF UND LAUFTREFF DER LG STEINLACH-ZOLLERN MIT DLV-ZERTIFIKAT „SEHR GUT“



Walkingtreff und Lauftreff der LGSZ haben die DLV-Zertifizierung „Sehr Gut“ erhalten. Das ist die höchste Stufe der Auszeichnung des Deutschen Leichtathletikverbandes für Lauf- und Walkingtreffs. Wolfgang Boll (Leiter Walkingtreff), Christoph Schnekenburger und

Werner Bayer (Leiter Lauftreff) freuen sich über diese Zertifizierung und sehen dies als Bestätigung der guten Arbeit in den LG-Treffs. Mit 33 qualifizierten, aus- und fortgebildeten Betreuern, davon 20 im Lauftreff und 13 im Walkingtreff ist die LG Steinlach-Zollern in Mössingen und Hechingen sehr gut aufgestellt. Das Kriterium bezüglich aktuell fortgebildeter Betreuer und Betreuerinnen ist hier deutlich übererfüllt. Auch die für die Zertifizierung geforderte Differenzierung des Angebots für unterschiedliche Leistungsgruppen ist bei den beiden Treffs in der LG umfangreich vorhanden, von der Anfängerbetreuung bis hin zu den schnellen und wett-kampffähigen Teilnehmern. Öffentliche Mitmachangebote für Jung und Alt, Präventionsangebote in Zusammenarbeit mit Krankenkassen gehören ebenfalls zum Programm des Walking- und Lauftreffs in der LG und erbrachten weitere Punkte für die Zertifizierung.

Die Treff-Leiter Wolfgang Boll für das Walking sowie Christoph Schnekenburger und Werner Bayer für das Laufen stellen die vielfältigen Angebote der LG Steinlach-Zollern heraus: „Bei uns ist das ganze Jahr über Saison, wir laufen und walken zu jeder Jahreszeit. Minusgrade im Winter sind ebenso kein Hemmnis wie die hochsommerlichen Temperaturen. Man kann sich darauf einstellen. An den Hitzetagen wird beispielsweise im schattigen Wald gelaufen“.

In den Sommermonaten warten Lauf- und Walkingtreff traditionell mit besonderen Angeboten auf. So enthält allein das Sommerferienangebot des Walkingtreffs zehn attraktive Touren auf vielfach unbekanntem Terrain in der näheren und weiteren Umgebung. Beim Lauftreff organisieren erfahrene Betreuer als Streckenpaten Landschaftsläufe wie „Felsenmeersteig“, „Vom Krebsbach zu den Römern“, „Bergziegen“, „Uff d'r Alb“, „Rund um die Burg“ oder andere Genussläufe - Angebote für jedes Niveau. Und das alles „on top“ ergänzend zu den drei oder vier regelmäßigen wöchentlichen Walking- und Laufterminen und zum monatlichen Vollmondlauf und -walking auf die Burg. Gewissermaßen Kultstatus hat der sonntägliche Traillauf

auf den Dreifürstenstein erlangt, zu dem sich eine Fangemeinde ohne das Gefühl einer Verpflichtung nach Lust und Laune trifft.

„Wichtig ist für uns eine Willkommenskultur, in der sich alle wohlfühlen können und eine qualifizierte Anleitung und Betreuung erhalten“, stellte Vereinsvorstand Dieter Schneider beim Pressegespräch zur Verleihung des Zertifikats heraus.

Die richtige Technik üben, Koordination sowie Beweglichkeit verbessern, Über- oder Unterforderung vermeiden, dafür stehen die fachkundigen Betreuer im Walking- und Lauftreff. Bei den vielen bestehenden Fitnessangeboten müssen die Vereine mit dem punkten, was sie auszeichnet. Zu der traditionellen Gemeinschaft und Solidarität im Sport mit Gleichgesinnten müssen kreative erlebnisorientierte Angebote hinzukommen. All das macht den Walkingtreff und den Lauftreff in der LG Steinlach-Zollern aus. Die Verantwortlichen freuen sich, dass dies mit dem Zertifikat „Sehr Gut“ jetzt Anerkennung gefunden hat.

WEIHNACHTSSTÄNDERLING IM ERNWIESENSTADION



Die Zielgerade auf der Tartanbahn im Ernwiesenstadion gehörte am Nikolaustag mal nicht den Leichtathleten, sondern dem Weihnachtsmann. Im lauten Chor riefen die fast hundert Kinder immer wieder nach dem

Nikolaus, bis er schließlich aus der Dunkelheit mit seinem roten Mantel, dem langen weißen Bart, einer Glocke und der Rute auftauchte.

Die Kinder versicherten überzeugend, dass sie brav gewesen seien und auch immer fleißig trainiert hätten. Nachdem sie noch ein schönes Weihnachtslied zur Freude des Weihnachtsmanns angestimmt hatten, konnte die Bescherung beginnen.



Jedes Kind erhielt eine Urkunde für die tollen Leistungen im zu Ende gehenden Jahr und eine LG Steinlach-Zollern Vesperdose, damit immer die passende Stärkung mitgenommen werden kann. Am Ende gab es von den Kindern noch eine musikalische Zugabe für den Weihnachtsmann. Die jungen Leichtathleten zeigten als Solisten oder im Trio sehr schön auch ihre musikalische Begabung.

Von der Steinlachhalle aus hatten die Kinder zuvor mit den Betreuern eine Fackelwanderung ins Ernwiesenstadion unternommen. Hier warteten Hot Dogs und Kinderpunsch auf die hungrigen jungen Sportler. Bei Temperaturen um 10 Grad und wärmenden Feuerschalen war es angenehm mild. Zahlreiche jugendliche und erwachsene Teilnehmer aus allen Abteilungen der LG Steinlach-Zollern nutzten die Gelegenheit in entspannter Atmosphäre zu guten Gesprächen beim angebotenen Imbiss sowie heißen und kalten Getränken.

Für die freundliche Unterstützung bedanken wir uns bei den Weihnachtsfeiersponsoren:

- Baugeschäft Klaus Nill, Elektro Gürtel, Holz- und Baustoffhandel Wölpert, Stuckateur Neth, Bader Holzbau, Klett Zimmerei und Holzbau, Schneider und Wetzels Heizung, Sanitär
- bei der Eisen- und Feuermanufaktur Marcus Strohmaier für die „Wärmequellen“.



WAS IM JAHR 2019 SONST NOCH WAR - SPLITTER AUS DEN VEREINSVERANSTALTUNGEN



Am Erntedankfest trifft man sich beim Apfellauf und Apfelwalking der LG Steinlach-Zollern.



Flexibel Schnell Wirtschaftlich Zuverlässig



Maschinen zur Komplettbearbeitung von Massendrehteilen in einer Aufspannung www.winema.de



Hier trifft man sich jedes Jahr aufs Neue gerne: Der traditionelle Bredles-Lauftreff und -Walkingtreff.

WINEMA TRANSFER MACHINES GmbH & Co. KG | Neue Gewerbestr. 1
72415 Grosselfingen
Tel: (+49) 07476 94 789 0 | Fax: (+49) 07476 94 789 22 |
Email: info@winema.com



Los geht's zum Vitam-Run in Mössingens Partnerstadt St. Julien en Genevois.



Das Rosenmarktteam gerüstet für den großen Ansturm am schönsten Stand.



Silvester - großer Auflauf bei der letzten Gelegenheit des Jahres zum gemeinsamen Laufen und Walken mit der LG Steinlach-Zollern.

Wir wünschen viel Spaß!





FAHRSCHULE
SCHAAL

Info-Hotline: 07473 24666 oder 0171 5090146
Unterrichtsangebot täglich von Mo - Fr

fahrschule-schaal.de



VEREINSJUGEND

Nach einem für den Gesamtverein, aber vor allem auch für die Jugend, turbulenten Jahr 2018 stand im Jahr 2019 wieder der Sport im Vordergrund. Die Spannungen aus dem letzten Jahr gehören der Vergangenheit an und der Wegfall dieser hat dazu geführt, dass die Stimmung im Verein und vor allem auch im Training lockerer ist und die Jugendlichen wieder unbeschwerter trainieren können.

PERSONELLE VERÄNDERUNGEN IM TRAINERBEREICH

Ganz entscheidend haben zu diesem Wandel die Veränderungen im Trainerbereich beigetragen. Bereits im Sommer 2018 übernahmen einige der selbst aktiven Athleten das Training der jüngeren Altersgruppen. Da sich dieses Konzept für beide Seiten bewährt hatte, wurde es auch in der Saison 2019 fortgesetzt.

Hervorzuheben sind hier vor allem Niklas Kretschmer und Tim Holzapfel. Die beiden U23-Athleten haben es geschafft, das Training der Jüngeren und ihre eigene Wettkampfvorbereitung unter einen Hut zu bekommen. Beide waren hierbei nicht nur bei ihren eigenen Wettkämpfen erfolgreich (Tim Holzapfel 6. Platz Deutsche Meisterschaften 400m Hürden; Niklas Kretschmer 2. Platz Deutsche Mehrkampfmeisterschaften), sondern konnten auch den von ihnen trainierten Athleten zu spitzenmäßigen Platzierungen, wie z.B. Deutsche Meistertitel in der Einzelwertung und in der Mannschaftswertung, verhelfen.



v.l.n.r.: Martin Grundmann, Finn Schulz, Tim Holzapfel, Kelm de Carvalho, Niklas Kretschmer, Lukas Ertl

Diese Ergebnisse zeigen, wie wertvoll die Erfahrung der älteren Athleten für den Nachwuchs sein kann. Besonders schön ist hierbei, dass nun die „Eigengewächse“ das notwendige Wissen, die Erfahrung und vor allem die Bereitschaft haben, die jungen Talente voranzubringen. Hierdurch zeigen sie, dass sie die Arbeit ihrer

eigenen Trainer, vor allem die von Martin Grundmann, und die Unterstützung des Vereins wertschätzen. Die über die Jahre hinweg erhaltene Förderung kann auf diese Weise zurück- und weitergegeben werden und der dahinterstehende Wissenstransfer erfolgt über die Generationen hinweg.

Unterstützt wurden die beiden Trainer außerdem durch Emily Herter, Leonie Rippmann und Maik Merle. Auch diese haben neben ihren privaten und beruflichen Verpflichtungen und ihrem eigenen Training die Zeit gefunden, sich im Verein zu engagieren.

Zudem gab es im Jahr 2019 wieder geregelte Verantwortliche für die einzelnen Altersgruppen. Dies hat die Organisation vereinfacht und sich bewährt, da den Jugendlichen nun immer ein fester Ansprechpartner zur Verfügung steht.

MEHR ALS NUR SPITZENSPORT

Auch im Jahr 2019 war es dem Verein wieder ein Anliegen, nicht nur die Spitze, sondern auch die Breite zu fördern. Dies geschah unter anderem durch die Teilnahme der U14 bei den Deutschen Schülermehrkampfmeisterschaften. Bei diesem Wettkampf geht es um das Ergebnis des gesamten Teams. Der Spaß und das Gemeinschaftsgefühl stehen im Vordergrund und es zählen nicht nur die Ergebnisse des Einzelnen. Des Weiteren nehmen auch immer alle teil, die sonst nicht regelmäßig Wettkämpfe absolvieren. Es bleibt deshalb auch in Zukunft wichtig, an Wettkämpfen dieser Art teilnehmen zu können. Dies gelingt jedoch nur, wenn genügend Jugendliche für die DSMM-Mannschaften zur Verfügung stehen. Hier gilt es somit, weiterhin nicht nur auf die Spitze zu setzen, sondern auch unentwegt die Breite zu fördern.



Zu guter Letzt bleibt der erneute Aufruf an alle Jugendlichen, Eltern, aber auch an alle Betreuer, sich bei Fragen, Vorschlägen oder Problemen weiterhin an die Jugendleiterinnen Jule Eissler und Jana Mees zu wenden.



IHRE SPEZIALISTEN FÜR RUNNING



AUS LIEBE ZUM SPORT

Jetzt auf über 9.000m² 7x in Ihrer Nähe

 **INTERSPORT**[®]
PROFIMARKT

Sport Profimarkt Renken GmbH & Co. KG
Ferdinand-Lassalle-Str. 19 · 72770 Reutlingen-Betzingen

 **INTERSPORT**[®]
RÄPPLÉ

Sport-Räpplé GmbH
Friedrichstraße 6 · 72072 Tübingen





In unserem Factory-Outlet in Bodelshausen finden Sie Damen- und Herrenwäsche, Schönes für Tag und Nacht.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

SPEIDEL GmbH
Hechinger Straße
72411 Bodelshausen

Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 09:00 – 18:00 Uhr
Sa. 09:00 – 14:00 Uhr

gültig bis 31.12.2020
5€
Gutschein
bei einem Einkauf
ab 30 €
nicht kombinierbar mit anderen Aktionen
Ausschneiden und mitbringen

DAS BESONDERE AN MIR

SPEIDEL.



LAUFEN

RÜCKBLICK 2019

Der Lauftreff hatte auch im Jahr 2019 wieder 365 Tage Saison. Schlechtes Wetter oder Ferien hinderten die Läuferinnen und Läufer nicht, sich ihrem Hobby zu widmen. So wurden wieder ungezählte Kilometer und Höhenmeter weltweit gesammelt.

Das Läuferjahr startete wie gewohnt am Neujahrsmorgen mit dem Lauf auf den Dreifürstenstein. Fällt manch einem der Anstieg zum Gipfel nach Silvester auch etwas schwerer, wird er durch die Aussicht entschädigt, so wie an diesem Tag auch. Der Gipfel war am traditionellen Dreikönigslauf wieder Ziel der LGSZ-Läufer. Der Neuschnee, den es über Nacht gegeben hatte, machte den Lauf für alle zu einem besonderen Erlebnis.



Eine Woche später startete bereits für viele mit dem Alb Gold-Winterlauf-Cup wieder die Wettkampfsaison, und bei den vier Läufen konnte man entweder über 5 oder über 10 Kilometer seine frühe Form mit vielen anderen Läufern aus der Umgebung messen. Diejenigen Läufer, welche sich einen Frühjahrsmarathon ausgesucht hatten, nutzten diese vier Termine für Tempoeinheiten, die sich wunderbar in die Vorbereitung integrieren ließen. Wie schon im vergangenen Jahr war somit wieder eine große Zahl Läufer am Start. Bei den erzielten Ergebnissen konnte man von einem gelungenen Start in die Laufsaison 2019 sprechen.

Bereits im März waren Läufer beim Bienwaldmarathon und Halbmarathon am Start. Die Wintervorbereitung sollte erste Früchte tragen. Doch schon bei der Anfahrt zeigte sich, dass es ein Rennen unter schwierigsten Bedingungen werden sollte. Sturm und Regen waren die stetigen Begleiter und machten den Läufern das Leben schwer. Trotz aller Widrigkeiten kamen am Schluss alle Läufer zufrieden mit ihren Leistungen ins Ziel.

Wie schon in den vergangenen Jahren nahmen Läufer der LG Steinlach-Zollern im April am Freiburg Marathon bzw. Halbmarathon teil. Mit insgesamt 15 LG-Läu-

fern erfreute sich die Veranstaltung weiterhin großer Beliebtheit. Im Jahr 2020 werden dort dann die Deutschen Halbmarathon-Meisterschaften ausgetragen.

Im Frühjahr startete der VR-Cup mit seinen über das Jahr verteilten insgesamt fünf Läufen (Kiebingen, Mössingen, Dußlingen, Hirschau und Starzach-Wachendorf). Bei dieser Laufserie sind die LGSZ-Läufer mit jährlich steigenden Teilnehmern vertreten.



Beim WLV-Team-Lauf-Cup nahm der Lauftreff mit drei Mannschaften (Frauen Ü40, Männer Ü40, Mixed U40) teil. Besonders die Frauen und Mixed-Mannschaft mit ihren dritten Plätzen waren sehr erfolgreich. Die Männermannschaft belegte den siebten Platz.

Ein voller Erfolg war auch der Ausflug der LG Steinlach-Zollern zum Vitam Run des Partnerclubs Athlé Saint Julien 74 in Frankreich. Bei bestem Sommerwetter reisten im Juni neun Athleten zur Partnerstadt, um die LG Steinlach-Zollern zu repräsentieren und bei den verschiedenen Lauf- und Walkingstrecken erfolgreich zu sein.



Die Teilnehmer der LGSZ verbuchten dort immer wieder vordere Ränge. Beim Schülerlauf gewann Leonard Holzer den harten, internationalen Endspurt knapp und auch die anderen drei Jugendlichen liefen hervorragend, was ein eindrucksvolles Mannschaftsergebnis ergab. Bei den Walkern und Hauptläufern wurde das Leistungsspektrum mit Plätzen im vorderen Bereich

ebenfalls voll abgerufen. So konnte man bei der Siegerehrung immer wieder das LGSZ-Banner sehen. Und auf der Rückfahrt waren sich alle einig: Au revoir à la prochaine (... wir kommen wieder). Wer nicht dabei war - nächstes Jahr gibt es die nächste Chance.

Beim Trail-Marathon und -Halbmarathon in Lichtenstein-Unterhausen waren dieses Jahr wieder einige begeisterte Trailrunner der LG Steinlach-Zollern am Start.

„Irgendwann musst du nach Biel...“, und von der LG Steinlach-Zollern sind im Juni zwei Läufer dem Ruf zu den Bieler Lauftagen gefolgt. Sofie Hirning und Werner Bayer stellten sich der sportlichen Herausforderung über 56km. Bei hervorragender Stimmung wurde der Lauf in die Nacht hinein gestartet. So liefen beide bis in die frühen Morgenstunden dem Ziel entgegen, das überglücklich erreicht wurde. Eine Fortsetzung ist im nächsten Jahr geplant.



Beim Hechinger Panoramalauf war die Hitzewelle ein großes Thema. Der Hauptlauf wurde aufgrund der hohen Temperaturen auf den Vormittag vorverlegt. Doch auch am Vormittag um halb zehn brachte es das Thermometer auf fast 30 Grad, so dass die schattenspendenden Streckenabschnitte herbeigesehnt wurden. Dort war es wesentlich angenehmer zu laufen. Aber schließlich hatten alle Teilnehmer die gleichen Bedingungen und jeder Outdoor-Sportler weiß, dass man sich Wetter und Temperaturen nicht immer aussuchen kann. Alle LG-Läufer kamen trotzdem gut durch. Der Panoramalauf forderte die Hechinger Läufer und Läuferinnen nicht nur auf sportlicher Ebene. Bei diesem vom TV Hechingen organisierten Lauf sind die Hechinger Läufer auch bei der Organisation und Durchführung im Einsatz.

Bei den im Rahmen der Herbstwettkämpfe im Hechinger Weiherstadion ausgetragenen Vereinsmeisterschaften der LG Steinlach-Zollern gaben Jung und Alt ihr Bestes. Mit ausgeprägtem Teamgeist unterstützten sich alle Läuferinnen und Läufer gegenseitig und freuten sich über gute Leistungen. Für den ein oder anderen war es auch eine Gelegenheit, mal etwas Neues im Wettkampf auszuprobieren. Sowohl im Sprint als auf der Langstrecke waren die Läufer der „Master Class“ mit Ehrgeiz, aber vor allem mit viel Spaß unterwegs.



Im September machten sich Stephanie Dieter, Katrin und Sascha Schröder, Ralph Sauermann und Markus Riester nach Kressbronn auf, um ihren ersten Halbmarathon zu laufen. Bei sommerlichen Temperaturen führte die Strecke von Kressbronn nach Betznau durch Apfel- und Weinplantagen. Der weitere Streckenverlauf führte parallel der Argen nach Langenargen und wieder zurück zum Startpunkt. Die Freude bei allen Läufern war am Ende groß und alle waren auf das Geleistete stolz.

Der Herbst ist bekannt dafür, dass viele interessante Laufveranstaltungen stattfinden. So waren im Oktober auch mehrere Athleten der LG Steinlach-Zollern beim 3-Länder-Halbmarathon am Bodensee.



Und im Rahmen der Mössinger Apfelwoche fand wieder der 8. Apfellauf auf den Dreifürstenstein und in den Streuobstwiesen statt. Unter dem Motto „Laufen im Zeichen des Apfels“ haben sich dieses Mal insgesamt 125 Läufer auf verschiedene Strecken begeben.

Auch eine Woche später beim Schwarzwaldmarathon in Bräunlingen waren Debütanten und alte Hasen im Einsatz. Simone Koch und Florian Urban gaben ihr Debüt im Halbmarathon sowie Christine Rupp und Jürgen Hoffmann im Marathon. Auf der landschaftlich sehr schönen Strecke haben alle ihre gesteckten Ziele erreicht. Manfred Drößler konnte sich zum einen über seinen 35. Marathon und zudem über den zweiten Platz in seiner Altersklasse freuen.

Bereits zum dritten Mal in Folge starteten die LG-Steinlach-Zollern-Trailrunner in Baiersbronn beim Cross-Trail-Lauf. Den Wettkampf auf der sehr anspruchsvollen Mittelstrecke über 14km mit teilweise sehr rutschigem Untergrund konnten die Läufer alle mit Erfolg bewältigen. In der Team- und Einzelwertung wurden wie in den Vorjahren wieder einige Podestplätze erreicht.

UNSERE PREMIUM-SPONSOREN:



Ausstattungssponsor:



WIR BEDANKEN UNS
BEI UNSEREN SPONSOREN!

Athleten-Partner:



UNSERE SPONSOREN:





**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, Produkte für die Chirurgie und Anästhetika; zusätzlich Automatisierungssysteme 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 1300 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

Baxter



Der Hohenzollern-Berglauf Anfang November wird traditionell von vielen Läufern gerne besucht. Bei Temperaturen um den Gefrierpunkt und Nebel waren die äußeren Bedingungen in diesem Jahr nicht ideal. Trotzdem waren wieder 26 Läuferinnen und Läufer der LG beim Hauptlauf dabei. Mit gleich vier Altersklassensiegen von Stefanie Thoma-Ordowski, Michael Fuchs, Werner Steinhilber und Johannes Köhlein waren die LGSZ-Athleten äußerst erfolgreich.

Beim Tübinger Nikolauslauf war die weiß-schwarze Trikotfarbe der LG Steinlach-Zollern im Starterfeld stark präsent. Die fünfzig Teilnehmer umfassten das ganze Leistungsspektrum und waren unter den dreitausend Startern immer gut auszumachen. Der Abschluss des Laufjahres mit einem gut organisierten Halbmarathon bei bester Stimmung unter den Teilnehmern und an den Hotspots der Zuschauer führt die Läuferzene jedes Jahr in Tübingen zusammen. Mit den Ergebnissen können alle zufrieden sein und für die eine oder den anderen gab es als „Sahnehäubchen“ eine Platzierung auf dem Siegerpodest.

Egal ob in Stuttgart beim Halbmarathon, in der Reutlinger Altstadt oder beim Einstein-Marathon in Ulm - landauf, landab waren Läufer im weiß-schwarzen Dress der LG Steinlach-Zollern am Start und auf der Strecke.

Von fünf Kilometern bis Marathon, auf Asphalt oder Trail, eben oder bergig - die Liste der Wettkämpfe oder Veranstaltungen ließe sich beliebig fortsetzen. Aber neben all dem Kräfteressen und der Jagd nach Platzierungen und Bestzeiten blieb auch im Jahr 2019 wieder genügend Zeit und Platz für den Spaß am gemeinsamen Laufen in all seinen Facetten. Das Terrain, welches sich hier am Fuße des Albtraufs bietet, hat für Jede und Jeden das passende Gelände und unzählige Lieblingsstrecken parat.

STADTLAUF- VORBEREITUNGSTRAINING „UNSER LAUF - DER 9TE“ :

Bereits Ende Februar startete das inzwischen gut eingeführte und über die Stadtgrenzen hinaus bekannte Stadtlauf-Vorbereitungstraining mit dem Vortrags- und Infoabend. Schon zehn Tage später fand das Auftakttraining statt.



Nach zwei unverbindlichen Schnupperwochen konnten rund dreißig Teilnehmer verzeichnet werden und erfreulicherweise war der Anteil der Laufeinsteiger überdurchschnittlich hoch. Über zehn Wochen begleiteten, motivierten, trainierten die Betreuer zusammen mit den verschiedenen Gruppen und bereiteten die Teilnehmer wieder bestens auf deren Ziele 5 Kilometer Hobbylauf oder 10 Kilometer Hauptlauf beim Mössinger RÖWA-Stadtlauf vor.



Das Fazit aller Teilnehmer war durchweg positiv. Auch im Jahr 2019 konnte der Laufftreff wieder einmal mehr mit seiner fundierten Trainingsarbeit überzeugen. Jeder einzelne - egal, ob Einsteiger oder geübter Läufer - war mit Eifer bis zu vier Mal wöchentlich beim Training dabei und belohnte sich beim Mössinger Stadtlauf mit dem Erreichen des gesteckten Ziels.

LANDSCHAFTSSONDERLÄUFE

Nach dem Anfang Mai durchgeführten Mössinger Stadtlauf und dem damit zu Ende gehenden Vorbereitungsstraining wurden bis August erneut monatliche Landschaftssonderläufe angeboten. Wieder hatten sich die Betreuer des Lauftreffs ins Zeug gelegt und herrliche Laufstrecken abseits der bekannten Wege und Strecken ausgesucht und vorbereitet.

Im Mai ging es mit Kay Scherer und Christof Schnekenburger nach Albstadt-Lauffen. Der Sonderlauf „Felsenmeersteig“ ließ die Läufer alle Facetten der Schwäbischen Alb erleben. Aufregende Wege über und unter dem Albtrauf und an ihm entlang. Wälder, herrliche



Aussichtsbalkone, zerkarstete Landschaft, Mammutbäume, eine Burgruine und am Böllat ein sensationeller Ausguck über die Höhen der Alb bis hin zum Schwarzwald und zu den Vogesen. Leider schränkte das Wetter die Fernsicht etwas ein. Trotzdem erfreuten sich die Läufer an einem Rundkurs mit 12,5km und ca. 350hm.



Regel 2: Na und?!



**Regel 1:
Ein Subaru ist eine
Vernunftentscheidung.**



Ende Juni setzte der Lauftreff seine Reihe der Sonderläufe mit der Veranstaltung „Vom Krebsbach zu den Römern“ fort. Unter Leitung von Lauftreffbetreuer Michael Kaufmann startete eine Gruppe von Läufern trotz einsetzendem Starkregen vom Wanderparkplatz Krebsbach in Bodelshausen. Die Tour führte oberhalb von Oberhausen Richtung Hechingen-Stein und Ausgrabungsstätte der Römischen Villa Rustica. Aufgrund der Wetterverhältnisse musste die Streckenführung etwas verändert werden und die Villa Rustica konnte nicht erlaufen werden. Stattdessen lief die Gruppe wieder durch den Rammert zurück zum Ausgangspunkt. Da sich die Tour mit 12,5km und 250hm als Genusslauf geradezu anbietet, wird sie im Laufkalender 2020 nochmals ihren Platz erhalten.

... z.B. die SUV-Modelle von Subaru.

Bringen euch dahin, wo ihr noch nie wart.

Jetzt heißt es vernünftig sein und Spaß haben – z. B. mit dem Subaru XV oder dem neuen Forester e-BOXER Hybrid sowie dem Crossover-SUV Outback. Schon serienmäßig ausgestattet mit permanentem symmetrischem Allradantrieb, dem Fahrerassistenzsystem EyeSight¹, Rückfahrkamera, modernem Infotainmentsystem u. v. m.

Die SUVs von Subaru – drei für Alltag und Abenteuer. Jetzt besonders günstig, wie übrigens alle aktuellen Modelle von Subaru.

Abbildungen enthalten Sonderausstattungen. * 5 Jahre Vollgarantie bis 160.000 km. Die gesetzlichen Rechte des Käufers bleiben daneben uneingeschränkt bestehen. ¹ Die Funktionsfähigkeit des Systems hängt von vielen Faktoren ab. Details entnehmen Sie bitte unseren entsprechenden Informationsunterlagen.

Subaru XV: Kraftstoffverbrauch (l/100 km): innerorts: 8,7-7,3; außerorts: 6,1-5,8; kombiniert: 6,9-6,5. CO₂-Emission (g/km) kombiniert: 157-149. Effizienzklasse: D-B. Subaru Impreza: Kraftstoffverbrauch (l/100 km): innerorts: 8,9-8,1; außerorts: 6,0-5,6; kombiniert: 7,0-6,5. CO₂-Emission (g/km) kombiniert: 159-148. Effizienzklasse: D-C.

Der nachfolgende Landschafts-Sonderlauf des Lauftreffs der LG Steinlach-Zollern war in guter Tradition mal wieder ein „Bergziegenlauf“ von Michael Baumann. Vom Freibad Öschingen aus führte die Strecke mit 15km und 600 Höhenmetern zum Filsenberg und über den Mäsenbühl. Über den Bolberg ging es dann auf schönen Singletrails hinüber zum Genkinger Skilift. Als letzter Berg wartete der Roßberg mit seiner schönen Aussicht ins Tal. Von dort aus lief die Gruppe zurück zum Ausgangspunkt.

Weltgrößter Allrad-PKW-Hersteller

www.subaru.de



Roland Heinz
Allrad-Center Heinz
Steinlachstraße 81
72116 Mössingen-Talheim
Tel.: 07473/951890

Zum Abschluss der Sonderläufe führte Werner Bayer die Läufer „Uff dr Alb“. Los ging es am Melchinger Rathaus, vorbei am Sportplatz, entlang der Lauchert ein Stück auf einem schönen Wiesenweg. Es folgte eine Strecke auf Teer über Stetten nach Hörschwag. Von hier führte der Rundweg in kleinem Bogen zurück über Schotterwege, Wald und Trampelpfade. So hatte die Läufergruppe auf der entspannten Runde so ziemlich alle denkbaren Untergründe unter den Füßen. Schließlich wurde die Lauchertquelle passiert, bevor es zurück zum Startpunkt ging.

WALSER TRAIL

Im Juli machte sich eine etwas geschrumpfte Gruppe in Richtung Kleinwalsertal auf, um am darauffolgenden Sonntag am Walser Trail, der bereits zum fünften Mal veranstaltet wurde, teilzunehmen: Christoph Groß, Christof Schnekenburger und Marcus Strohmaier.



Alle drei Athleten hatten sich für die klassische „kurze“ Strecke über 29 Kilometer mit 1700 Höhenmetern entschieden, über die es auf der Homepage des Veranstalters heißt: „Der kleine Bruder des Walser Ultra (63 Kilometer/3900 Höhenmeter) hat seinen eigenen Charakter. Kleine Brüder können wild sein. Du wirst staunen. Über die alpine Bergwelt, die dich ganz klein erscheinen lässt. Und über die anspruchsvollen Trails, die dich herausfordern.“

„Start dieses Trails ist in Baad. Vorbei an der Bärgunt-hütte geht es zur Widdersteinhütte. Von hier über das Gemstelkoblat zur Mindelheimerhütte und auf dem Krumbacher Höhenweg auf die Fiederescharte. Von der Fiederescharte geht es abwärts in Richtung Fiedererepass. Downhill vorbei an der Wannenalp bis zur



inneren Kuhgehrenalp. Hier geht es nochmal aufwärts zur Kuhgehrenscharte. Ab hier muss man Downhill über die Zwerenalpe nach Riezlern. Der tiefste Punkt liegt auf 1060m, der höchste auf 2199m.“

Die Streckenbeschreibung liest sich recht nüchtern, dahinter versteckt sich jedoch Trailrunning in einer in mehrfacher Hinsicht atem(be)raubenden alpinen Landschaft. Schließlich zählt das Kleinwalsertal neben dem Allgäu zu den absoluten Topadressen, was den Bergsport im Allgemeinen und das Trailrunning im Besonderen betrifft. Einzig das Wetter machte der Gruppe einen Strich durch die Rechnung. Mit einem Gewitter und reichlich Regen am Vorabend kippte das Wetter und es sollte den ganzen Sonntag über kühl und regnerisch bleiben. Vom Start in Baad weg ging es anfangs auf breiten Forstwegen in Richtung Berge, wo sich die Route schnell in geschwungene Trails verlor. Was dann folgt, war einfach nur noch purer Laufgenuss: technisch anspruchsvolles Gelände mit flowigen Passagen, flache Abschnitte und ebenso verblockte Geröll-Downhills. Jeder Höhenmeter hatte es in sich und am Ende tat selbst der Anstieg vor dem Zieleinlauf mächtig in den Waden weh. Unterwegs wurde die Schinderei aber mit Ausblicken belohnt, die sich einem ins Hirn brannten - wie musste dies erst bei schönem Wetter sein? Das verlangte am Ende nach einer Wiederholung im Jahr 2020.

Karl-Jaggy-Str. 14
72116 Mössingen

Telefon: 07473 9248887
www.Gasthaus-Brückle.de

*Jederzeit auch für kleine Gruppen
nach Reservierung geöffnet*

GASTHAUS
BRÜCKLE



SCHWÄBISCHE KÜCHE



TRAILRUNNING-CAMP 2019

Dieses Jahr fand das Trailcamp der LG Steinlach-Zollern im Juli bereits zum dritten Mal statt. Die bunt gemischte Truppe aus sieben „Wiederholungs- und auch Erst-Tätern“ war wie in den beiden Jahren zuvor in einer Selbstversorger-Hütte in Blons/Österreich untergebracht. Dass man im Bregenzer Wald noch lange nicht alles gesehen und erlaufen hatte, konnten sich alle gut vorstellen.



Unter dem Motto „Der Lauf ist das Ziel“ kamen alle auf ihre Kosten, jeder nach seinem eigenen Leistungsniveau. Das Miteinander und das Laufen abseits der breiten Straßen und Wege mit genügend Pausen, um sich am verdienten Ausblick zu erfreuen, standen an erster Stelle. Es wurden Geröllfelder, Treppenpassagen, Wasserfälle, Gipfelkreuze und „Mutproben“ passiert. Insgesamt wurden ca. 42 Kilometer mit 3200 Höhenmetern zurückgelegt. Dabei führte der Streckenguide Christof Schneckenburger die Gruppe zur Gurtispitze, in Marul zum Katzenköpfler und als Abschlussrunde in Fontanella Richtung Glathorn mit Blick auf Damüls.



Bestens vorbereitet und mit eingeplanten Stopps an bewirteten Berghütten gelangten die Trailläufer immer wieder sicher zurück zum Ausgangspunkt.

Dass Sport in der Gemeinschaft noch viel mehr Spaß macht, konnte jeder erleben. Einen großen Teil dazu tragen auch wieder das gemeinsame Kochen und die abendlichen Gespräche in gemütlicher Runde bei. Die Teilnehmer waren sich auch in diesem Jahr einig: „Wir haben immer noch nicht alles gesehen und freuen uns auf die vierte Ausgabe des „LGSZ-Trailcamps“ vom 07.-09. August 2020.“



SOMMERFERIENPROGRAMM - TRAILRUNNING FÜR JUNG UND ALT

Am ersten Feriensamstag lud die LG Steinlach-Zollern im Rahmen des Mössinger Ferienprogramms wieder zum Trailrunning im Firstwald ein. Nach Regen und Gewitter in der Nacht hatte es am Morgen deutlich abgekühlt. Die hohe Luftfeuchtigkeit war dennoch schweißtreibend. Jung und Alt machten sich vom Parkplatz bei den Evangelischen Schulen am Firstwald auf dem „Sieben-Brückles-Weg“ auf zur Dicken Eiche, wo an der Getränkestelle der erste Durst gelöscht werden konnte. Im Hinblick auf das Quiz nach dem Trail-Lauf wurden die Informationstafeln unterwegs sehr intensiv gelesen. Das erwies sich später als hilfreich, um Fragen nach dem Alter der Dicken Eiche richtig beantworten zu können.



Zunächst ging es aber für die Gruppe den steilen Trail hoch auf den Rücken der First, um auf abwechslungsreichen Wegen wieder zum Firstwald-Parkplatz zurück zu laufen. Alle Teilnehmer hielten bestens durch und kamen fast gleichzeitig wieder den Berg herunter, wobei auf dem etwas aufgeweichten Boden an einem Steilstück auch der eine oder die andere eine Rutschpartie hinlegte. Bei der anschließenden Zielverpflegung und beim Quiz herrschte bei allen beste Stimmung.

VOLLMONDLAUF 2019

Zwölfmal durften die LG Steinlach-Zollern-Läufer und alle interessierten Vollmondläuffans dieses Jahr wieder auf die Burg laufen. Der Mond war den Läufern meistens gnädig und überwiegend war er zu sehen, wenn auch manchmal hinter den Wolken. In diesem überregionalen Angebot fanden sich abermals nicht nur Läufer aus der Zollernregion und aus dem Steinlachtal ein, sondern auch Externe fanden in diesem Zusammenhang den Weg nach Hechingen und zur Burg. Nach dem gemeinsamen Aufwärmen starteten die Läufer stets der Burg entgegen: zunächst den Anstieg zur Breite hinauf und am Golfplatz vorbei. Wenn dieser bewältigt war, ging es flach Richtung Hofgut Domäne. Danach begann der eigentliche Aufstieg mit den entsprechenden Steigungen und Kehren. Nachdem das Adlertor durchschritten und die nächsten Kehren im Innenhof durchlaufen waren, wurde wie üblich oben an der Kanone abgeklatscht und nach einem kurzen Aufenthalt im Burghof trat man wieder gemeinsam den Heimweg zurück zum Freibad an.

Das Wetter meinte es überwiegend gut mit den Vollmondläufern und bot in diesem Jahr eine bunte Vielfalt an. Vom winterlichen Märchentraum, idealem Vollmond bei sternenklarer Nacht, Regenbogen nach Gewitterguss, lauem Sommerabend bis hin zu kalten windigen Bedingungen - alles war wieder dabei. Das heißt, nur selten wurde man so richtig nass. Und bei großer sommerlicher Hitze wurden die Läufer mit einer Getränkestation auf halber Strecke vom Walkingteam versorgt. Die joggenden Betreuer organisierten hingegen bei Temperaturen unter Null am Ziel wärmenden Tee und Glühwein.

Alles in allem ein gutes Vollmondlaufjahr, welches Lust auf 2020 macht.

VOLLMOND-SONDERLÄUFE IM JAHR 2019

NACHTSONDERLAUF UM DIE BURG

Ein kleines Häufchen von sechs Läufern trotzte den widrigen Wetterbedingungen und fand am Abend den Weg zum Heilig-Kreuz-Friedhof in Hechingen. Nachdem auch der letzte Läufer eingetroffen war, begab man sich auf den Weg rund um die Burg, über die Ziegelbacher Höfe in Richtung Brielhof. Der Regen ließ nach und durch die Wolkenschleier konnte man den kommenden Vollmond erblicken. Der Weg führte



weiter entlang der Straße zur Burg Hohenzollern. Am unteren Burgparkplatz angekommen, verließ man die Straße und folgte dem Waldweg um die Burg. Durch die noch kahlen Äste der Bäume konnte man auf die Lichter von Zimmern und Bisingen blicken und bald auch von Boll und Hechingen. Der Waldweg endete am oberen Burgparkplatz - die Burg war einmal umrundet. Wieder am unteren Burgparkplatz angelangt, folgte man dem schmalen Pfad zur Zimmerner Halde. Es ging nun über den Panoramaweg zur Hexenlinde, vorbei am alten Pumpwerk zurück zum Ausgangspunkt. Nach 12 km war das Ziel erreicht und die Teilnehmer waren sich alle einig: Ein schöner Sonderlauf trotz schlechten Wetters.

ENTSPANNTER LANGSAMER KURZER LAUF

Dieser Lauf für Laufeinsteiger und alle Interessierten startete im Bad Sebastiansweiler Park. Quer durch den Wald führte die Strecke zunächst bis oberhalb der KBF von Bodelshausen. Getreu dem Motto „ein wenig laufen und dann Pause“, wurde kurz gestoppt, um einen Blick auf die Burg zu genießen, bevor es am Sportplatz vorbei an den Rand des Rammert ging. Nach einer Getränkepause lief die Gruppe im Wald weiter auf dem Verbindungsweg Dettingen-Ofterdingen. Hier musste ein steiler Anstieg gemeistert werden, um über hügeliges Gelände das Ofterdinger Kleinflugfeld zu erreichen. Leider stand dieses Mal in einem der benutzten Wiesenwege das nasse Gras noch wadenhoch, so dass das Wasser schnell die Laufschuhe füllte. Nun war aber schon das Ziel in Sichtweite und zum Schluss ließ man das Ganze bei Hefezopf und Getränken ausklingen.

AUF DIE SCHWÄBISCHE ALB

Wiederum trotzten einige Läufer den herrschenden widrigen Wetterbedingungen und starteten vom Friedhof Heiligkreuz, um zum Raichbergturm hinauf zu laufen. Der Start die übliche Wanderstrecke hinauf erfolgte bei leichtem Nieselregen. Beim ersten Ausguck Mariazell war die Sicht auf das gegenüberliegende Beuren durch Nebel versperrt und auf der Höhe angekommen, befand man sich komplett in einer Wolke. Die sonst als Genussstellen angelaufenen Punkte wie Hangender Stein und Backofen Felsen ließen keine Sicht zu, so dass sogleich die Strecke zum Turm und weiter zum Zeller Horn eingeschlagen wurde. Auch hier leider das gleiche Spiel - keine Sicht auf die Burg, so dass die Gruppe bald weiter lief. Nach 16,5km und 2:30h erreichten die Läufer zwar nass, aber zufrieden mit dem Erreichten das Ausgangsziel. Trotz des schlechten Wetters herrschte eine gute Stimmung, und man war sich einig: Nächstes Jahr wird es auf jeden Fall wieder besser werden.

ATHLETIKTRAINING

Während der gesamten Stadionsaison vom Ende der Osterferien bis zum Beginn der Winterzeit wurde auch im Jahr 2019 wieder einmal wöchentlich freitagabends eine Stunde Athletiktraining oder auf Neudeutsch Functional Training angeboten - Kräftigung entweder mit dem eigenen Körpergewicht oder mit verschiedenen Kleingeräten wie beispielsweise Medizinball, Kettlebell oder Battle Rope. In der LG Steinlach-Zollern wurde bereits vor einigen Jahren erkannt, dass das Training auch im Erwachsenenbereich ganzheitlich ausgelegt sein muss und neben dem Lauftraining die Kräftigung der Rumpfmuskulatur nicht vernachlässigt werden darf. Eine starke Körpermitte ist wichtig für einen schönen und effektiven Laufstil.



Die Begeisterung ist ungebrochen groß und die Zahl der Teilnehmer nimmt stetig zu - bei Wind und Wetter traf sich ganzjährig eine buntgemischte Gruppe, um sich „schinden“ zu lassen und mit und an ihren Körpern zu arbeiten. Mit Beginn der Hallensaison wurde das Athletiktraining wieder nahtlos in der Mössinger Firstwaldhalle fortgesetzt.



AUSBLICK 2020

Auch im Jahr 2020 hält der Laufftreff wieder viele Laufkilometer und gemeinsamen Spaß für **ALLE** Läufer bereit - egal, ob Einsteiger oder geübter Läufer, egal ob flach oder mit Höhenmetern gespickt, egal ob Asphalt oder Trail. Die Betreuer werden auch dieses Jahr wieder an drei bis vier Tagen jede Woche bei Wind und Wetter „auf der Matte stehen“, um mit **EUCH** zusammen zu laufen, **EUCH** zu begleiten und **EUCH** zu motivieren.

Das Stadtlauf-Vorbereitungstraining zum RÖWA-Stadtlauf wird in diesem Jahr mit „Unser Lauf - der 10te“ ein kleines Jubiläum feiern. In einer etwa zehnwöchigen Vorbereitung auf den 17. Mössinger RÖWA-Stadtlauf am 16. Mai 2020 werden alle Teilnehmer wieder optimal vorbereitet.

Auch werden wieder einige Läufer am „Marathon du Vignoble d'Alsace“ sowie am Berlin Marathon teilnehmen.

Und vielleicht finden sich dieses Jahr auch wieder ein paar Läufer, um gemeinsam nach St. Julien zu reisen, entweder zum Vitam-Run oder zum zugegebenermaßen etwas anspruchsvolleren Ultra Montée du Salève? Einige Trailrunner haben sich für das Jahr 2020 das eine oder andere Leckerli ausgesucht und wagen sich an längere Distanzen und mehr Höhenmeter - egal, ob über die Schwäbische Alb, im Montafon oder im Walsertal.

Auch für die **Landschaftssonderläufe** haben sich die Betreuer bereits Gedanken gemacht. Auf Wunsch werden diese bereits hier kurz vorgestellt, damit sich jeder Interessierte frühzeitig ein Bild darüber machen kann und sich alle davon überzeugen können, dass auch mit diesem Angebot **ALLE** angesprochen werden sollen und nicht nur ein kleiner Kreis ambitionierter „Renner“.

„Vom Krebsbach zu den Römern“ am 23. Mai:

Auf dieser mit überschaubaren 350 Höhenmetern ca. 16 km langen Strecke wird am Parkplatz Krebsbach bei

Bodelshausen (Bodelshausen-Hemmendorf, nach dem See links) gestartet. Man läuft in südlicher Richtung durch den Wald, nach etwa der Hälfte der Strecke gelangt man zum Römischen Freilichtmuseum Stein. Von dort aus geht es wieder über Bechtholdsweller zurück zum Ausgangspunkt. Um ein Auseinanderreißen der Gruppe zu verhindern, wird in zwei Gruppen gestartet. Auf dieser Strecke gibt es für die schnelleren Läufer die Möglichkeit, das eine oder andere Extraschleifchen dran zu hängen. Für die etwas langsameren Genussläufer wird es keine Hetze und man wird sich immer wieder auf der Strecke treffen.

„Tübinger Berge, auf den Spuren Uhlands“ am 27. Juni:

Treffpunkt für diesen Sonderlauf wird der Bergfriedhof „Hintere Halde“ sein. Von dort aus begibt man sich gemeinsam auf die Spuren von Uhland und Hölderlin. Auf einer Strecke von ca. 13km und 300hm werden die Tübinger Berge erkundet. Die Strecke führt durch und um Tübingen, an der Steinlach entlang, über die Neckarinsel und streift die historische Altstadt. Vom Galgenberg, Österberg und den ersten Ausläufern des Naturparks Schönbuch wird der eine oder andere Läufer einen neuen Blick auf die Stadt der Dichter und Denker werfen können.

„Wald und Tal“ am 18. Juli:

Der Start wird in Offerdingen am Waldspielplatz sein. Von dort führt die Strecke durch den Rammert und das Katzenbachtal weiter nach Bad Niedernau zur Römerquelle. Nach einem kurzen Aufenthalt wird der Weg zu-

rück durchs Dettinger Tal nach Offerdingen genommen. Die Gesamtstrecke beträgt knapp 18 Kilometer.

„Wurmlinger Kapelle“ am 29. August:

Der Westbahnhof in Tübingen ist Startpunkt, von dem aus es auf ebener Strecke durch das malerische Ammertal immer Richtung Wurmlinger Kapelle geht, die natürlich auch erklommen werden soll. Weiter geht es über den Spitzberg durch den Wald. Die vielen Wege führen zu mehreren Aussichtspunkten und für Abenteuerlustige geht es zum Tübinger Zoo. Dort gibt es zwar keine Tiere mehr, aber er ist dennoch sehenswert. Durchs Ammertal zurück endet die abwechslungsreiche Strecke wieder am Westbahnhof. Im Biergarten kann man dort mit einem kühlen Erfrischungsgetränk den Nachmittag ausklingen lassen. Mit 17km und ca. 400 Höhenmetern ist die reizvolle Strecke zwar nicht eben, aber die flachen Passagen durchs Tal bieten immer wieder Erholung.

LG STEINLACH-ZOLLERN-STAMMTISCH

Vom Laufftreff initiiert sind zum vereinsweiten LGSZ-Stammtisch **ALLE** herzlich eingeladen. Eine schöne Möglichkeit zum abteilungsübergreifenden, gemütlichen Miteinander und angeregten Austausch gibt es im Jahr 2020 an fünf LGSZ-Stammtischen im Sportheim Belsen „In Ernwiesen“:

- 04. Februar
- 07. April
- 02. Juni
- 04. August
- 06. Oktober

**Guter Service
muss vor allem
eins sein – nah.**



Als Ihr Partner für Volkswagen, Audi und Volkswagen Nutzfahrzeuge stehen wir Ihnen bei allen Service-Angelegenheiten rund um Ihre Mobilität zur Seite – Ihr bhg Team in Mössingen.

Unsere Marken:



Nutzfahrzeuge



Autohandelsgesellschaft mbH

Ihr Vertrauen verdienen – jeden Tag!

Mössingen, Offerdinger Straße 39, 72116 Mössingen
Telefon 07473 7010-0, bhg-mobile.de

BERGE UND TRAILS SATT – KOMM MIT!

4. LG STEINLACH-ZOLLERN TRAILRUNNING-CAMP VOM 7. BIS 9. AUGUST 2020

DREI TAGE TRAILRUNNING SATT IN EINER ÜBERWÄLTIGENDEN BERGLANDSCHAFT

Geführte Trailtouren in herrlicher Umgebung.

Ein Mix aus Mittel- und Hochgebirge, gut ausgebaute Wegenetze mit Forstwegen, aber auch Wald-, Feld- und Felspfade erwarten Dich und werden begeistern!

Unser Trailcamp ist für jeden geeignet, der in der Lage und Verfassung ist, mehrere Stunden am Stück zu laufen.

Beim LGSZ-Trailcamp wird die Region rund um Blons und Raggal erkundet.



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 - bewusst einfach, aber mit allem Notwendigen ausgestattet.

HARD FACTS:

- Anreise in Fahrgemeinschaften am Freitag, 7. August 2020, 9.00 Uhr
- Freitag: Einrollrunde 10 bis 20 km
- Samstag: 30 bis 35 km
- Sonntag: Ausrollen mit 10 bis 12 km
- Rückreise in Fahrgemeinschaften am Sonntag, 9. August 2020, ca. 16.00 Uhr
- Kosten:
EUR 100,00 für Mitglieder LG Steinlach-Zollern e.V. oder TV Hechingen*
EUR 120,00 für Nicht-Mitglieder*
(im Preis enthalten sind Übernachtung, Frühstück, Abendessen, Getränke)
***die genannten Preise basieren auf kompletter Hüttenbelegung (14 Personen), bei Unterbelegung behalten wir uns vor, die Preise moderat anzupassen**
zzgl. Fahrtkosten (EUR 0,30/km: Anzahl Mitfahrer exkl. Fahrer, bei vollbesetztem PKW ca. EUR 35,00 hin und zurück)



Es bleibt aber auch noch genügend Zeit zum Relaxen und Regenerieren, die Trail Schuhe auszuziehen und in das kühle Nass des nahegelegenen Naturbadesees abzutauchen 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 und Erfahrungen auszutauschen.

Anmeldung bis spätestens 12. Juni 2020 unter veranstaltungen@lgsz.de
Vorbesprechung am 17. Juli 2020, 20 Uhr, im Sportheim Belsen.

Storno:

**Bis 6 Wochen vor Veranstaltung kostenlos, 4 Wochen vorher 50%,
später 100% der Buchungsgebühren***

***oder es wird ein Ersatz benannt, der den Platz einnimmt**

Der Anmeldebogen ist im Downloadbereich auf www.lg-steinlach-zollern.de hinterlegt.



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



Der Walkingtreff der LG Steinlach-Zollern wurde im vergangenen Jahr vom Deutschen Leichtathletikverband mit der Zertifizierung „Sehr Gut“ ausgezeichnet. Dies ist die höchste Stufe der Auszeichnung des DLV für Lauf- und Walkingtreffs. Die Walkingabteilung freut sich sehr über diese Auszeichnung - stellt sie doch eine Würdigung des vielfältigen Angebots über das ganze Jahr hinweg und des großen Engagements der Betreuerinnen und Betreuer dar.

RÜCKBLICK AUF DAS JAHR 2019

Wie schon in den Vorjahren, fand der erste Sonderwalk des Jahres 2019 am Dreikönigstag statt. Die Walkingfreunde aus Hechingen hatten sich dafür etwas ganz Besonderes einfallen lassen und zum Sonderlauf „Immer mit dem Blick zur Burg“ eingeladen. Trotz Schneefall und Nieselregen fanden sich nahezu dreißig motivierte Nordic Walker am Weiherstadion in Hechingen ein. Die 12,5km-Strecke führte am Eisweiher vorbei Richtung Lindich. Vor dem Ruheforst ging es links ab zum Hausener Hof, durch Weilheim bis zum Zimmerner Bahnhof. Danach ging es weiter am Hofgut Domäne vorbei den Feilbach hinunter durch den Barfußpark wieder zurück zum Weiherstadion. Durch die verschneiten und teilweise aufgeweichten, unebenen Wege wurden die Fußgelenke und -muskeln besonders beansprucht. Häufig musste der Schritt korrigiert werden, was aber die gute Laune unterwegs nicht beeinträchtigte. Mit dem Blick zur Burg klappte es leider an diesem Tag nicht; sie zeigte sich aufgrund der diesigen Wetterlage nicht. Entschädigt wurden die Teilnehmer durch ein überaus leckeres Büfett, das fleißige Hände am Weiherstadion aufgebaut hatten.



Auch das Sonderwalking der LG Steinlach-Zollern zur Märzenbecherblüte hat bereits eine mehrjährige Tradition und lockt jedes Jahr aufs Neue viele Naturbegeisterte in Richtung Engstingen. So fanden sich am frühen Sonntagmorgen im März wiederum mehr als dreißig Nordic Walkerinnen und Walker am Mössinger Freibadparkplatz ein, um eine etwa zehn Kilometer lange Tour auf der Schwäbischen Alb zu genießen. Vorbei ging es an großen Ameisenhaufen, auf denen es wuselig krabbelte und an Höhlen der Dachse, die sich im Wald ihr Refugium erobert haben. Höhepunkt war natürlich wie in jedem Jahr das immer größer werdende Märzenbecherfeld auf einer Anhöhe mitten im Wald. Eine schier nicht enden wollende Fläche dieser aparten Frühlingsblume, die in voller Blüte die Bewunderung aller auf sich zog. Gut gelaunt ging es wieder zurück zum Ausgangspunkt, wo traditionell einige Leckerbissen und Getränke auf die Walkerinnen und Walker warteten.

Für den letzten Sonderwalk im Jahr 2019 hatten sich die Verantwortlichen wieder mal etwas ganz Besonderes einfallen lassen: den Premiumweg „hoch-geh-sprudelt“ in Gomadingen. So trafen sich an Allerheiligen über zwanzig Walkerinnen und Walker am Mössinger Freibad, um gemeinsam auf die Alb zu fahren und dort den Premiumweg in Angriff zu nehmen. Auch der Wettergott meinte es zum Ende des Jahres nochmals richtig gut mit der LG Steinlach-Zollern-Gruppe, so dass ideale Bedingungen herrschten. Nach dem Start beim Parkplatz Braikestal ging es durch wunderschöne Wacholderheiden und über dick mit Laub bedeckte Waldwege zum langen Aufstieg zum Sternbergturm. Die Rundumsicht von diesem 32m hohen Turm auf einer der höchsten Erhebungen der mittleren Schwäbischen



Alb war beeindruckend. Nur wenige hundert Meter vom Sternbergturm entfernt erreichten die Walker das berühmte Brünnele, aus dem am fast höchsten Punkt der Gemarkung Gomadingen ganz untypisch Wasser sprudelt (Namensgeber für »hoch-geh-sprudelt«). Nach weiteren drei Kilometern auf angenehm zu laufendem Waldwegen war der Ausgangspunkt der Tour wieder erreicht. Den Abschluss bildete ein kleiner Ständerling mit Getränken und frischem Apfel- und Lauchstrudel.

NORDIC WALKING SOMMERFERIENPROGRAMM 2019

Es hat bereits eine mehrjährige Tradition, dass die Betreuer der Nordic Walking-Abteilung für die Zeit der Sommerferien ein exklusives Programm mit Sonderwalks anbieten, bei welchem - neben bekannt bewährten Läufen wie dem Mondschein- und Vollmondwalking - immer auch auch Läufe auf „neuen Wegen“ stattfinden.

Die erste dieser Touren führte die LGSZ-Walker auf Einladung der Walkingfreunde aus Stockach und Gomaringen Anfang August nach Stockach. Vom Treffpunkt beim Friedhof in Stockach führte der Weg die Bewegungsbegeisterten auf der alten Tübinger Straße hinunter zur B27 und anschließend durch das idyllische Ehrenbachtal über Immenhausen zurück nach Stockach. Faszinierend an dieser Tour war zum einen der gigantische Ausblick auf das Panorama der schwäbischen Alb (von der Burg Teck bis zum Hohenzollern), zum anderen das Buffet mit vielerlei Leckereien, das von den Verantwortlichen des Walkingtreffs Gomaringen/ Stockach vorbereitet worden war.



Eine Woche später ging es am Sonntagmorgen zum Morgenwalking nach Mägerkingen. Vom Parkplatz beim Lauchertsee führte der Rundweg durch das noch verschlafene Mägerkingen vorbei am Friedhof in hügeliges Gelände. Die Kuppenalb macht hier ihrem Namen alle Ehre: die Anstiege auf den Hochbuch und den Schwenkertsberg hatten es wirklich in sich. Die erklommenen Kuppen entschädigten mit einem traumhaften Ausblick bis hin zu den Schweizer Alpen. Nach dem Abstieg nach Hausen an der Lauchert führten angenehm zu laufende Wiesen- und Waldwege die Walkerinnen und Walker entlang der Lauchert zurück zum Ausgangspunkt der Tour. Hier wurde nach kurzer Überlegung der Entschluss gefasst, den gemeinsamen Ab-

schluss in den Kurgarten nach Erpfingen zu verlegen. Dass dies die absolut richtige Entscheidung war, zeigte sich an den überraschten Gesichtern der Teilnehmer. Am wirklich schön angelegten Kurgarten war jeder schon einmal vorbeigefahren - aber angehalten hatte dort noch niemand. Im Schatten wurde flugs ein Tisch mit kühlem Limetten-Minze-Wasser, Melonen und kleinen Häppchen hergerichtet. So sah man am Ende nur zufriedene Gesichter und alle waren von diesem Start in den Sonntag begeistert.



Am Sonntag darauf ging es zu den Walkingfreunden nach Hechingen. „Auf den Spuren der Römer zum kühlen Brünnele“, so war die Tour ausgeschrieben und es wurde niemand enttäuscht. Die Strecke führte vom Weiherstadion aus durch den Ortsteil Stein und am Römischen Freilichtmuseum in den Wald hinein. Teils waren kräftige Steigungen im Wald zu bewältigen, teils ging es auf bemoostem feucht-weichem Waldboden immer tiefer in den Forst hinein. Es herrschte eine Stimmung, wie es besser in Grimms Märchen nicht hätte sein können: absolute Stille, ringsum tiefer dichter Wald, wohin man schaute. Verwundert hätte es nicht, wenn man im nächsten Moment vor dem Hexenhäuschen stehen würde. Ziel war das «Kühle Brünnele», das - tief im noch kühlen Wald gelegen - an diesem heißen Tag kein angenehmeres Ziel hätte sein können. Genussvoll erfrischte man sich mit frischem, kühlem Brunnenwasser und weiter ging es über verwunschene Waldhügel zurück zum Ausgangspunkt der Tour. Hier wurde die Gruppe mit köstlichen Leckereien und Getränken überrascht, die nach diesem wunderschönen Sonntagmorgen-Walk gerne angenommen wurden. Beim Genuss der Köstlichkeiten stand man gerne ausgiebig plaudernd zusammen.

Im weiteren Ferienverlauf stand eine Tour im Naturpark Schönbuch auf dem Programm. Vom Start in Bebenhausen walkte man über urwaldähnliche Waldwege entlang des idyllischen Goldersbachtals in den Schönbuch hinein. Kurz vor der Teufelsbrücke konnte eine mächtige, über 300 Jahre alte Eiche bestaunt werden. Gemütlich ging es weiter zur etwa 200 Jahre alten Schlagbaumlinde, deren Namensgeber die früher hier erfolgte Grenz- und Passkontrolle war. Nach dem Zweiten Weltkrieg verlief hier die Grenze zwischen der französischen und der amerikanischen Zone.

Kurze Rast wurde am Brühlweiher gemacht, einem idyllischen Ort zum Verweilen, wo Seerosen in voller Blüte auf den Biotopen zu sehen waren. Danach galt es, ein Stück der noch ursprünglichen «via rheni» zu bewältigen. Bergab ging es auf noch vorhandenem Kopfsteinpflaster und größeren Steinblöcken, in denen teilweise Abdrücke der Karren- und Kutschenräder deutlich zu erkennen waren. Zurück am Ausgangspunkt wurden Getränke und verschiedene Köstlichkeiten gereicht, die nach dieser Walkingtour am Sonntagmorgen willkommen waren und schnell ihre Abnehmer fanden. Danach ließ man den Sonntagmorgen gemütlich ausklingen.

Nach der Teilnahme am Dorfhockete-Walking Ende August in Hechingen-Boll, an dem die LGSZ-Walker auch schon etliche Jahre teilnehmen und jedes Mal wieder aufs Neue von der Vielzahl der verschiedenen Eindrücke beim Blick auf die majestätische Burg Hohenzollern und der familiären Atmosphäre des „Bollemer-Dorf-festes“ begeistert sind, genoss man Anfang September das „Walking am Schloss Lichtenstein“ auf der Alb. Vom Parkplatz beim Aufberger Loch ging es nach kurzer „Warmlaufphase“ gleich richtig hoch zum Linsenbühl. Die Aussicht von hier, aber auch vom später erreichten Gießstein, entschädigte für alle Mühen: Zum einen lag das gesamte Echaztal „zu Füßen“ der Gruppe, zum anderen war der Albtrauf mit Schloss Lichtenstein und Traifelberg zum Greifen nahe. Vom Gießstein führte der Weg in Richtung Nebelhöhle. Die untergehende Sonne zeigte sich auf diesem Abschnitt ständig zwischen den Bäumen und zauberte ein prächtiges Licht- und Schattenspiel in den Wald. Vorbei am Goldloch ging es zum Schotterwerk und von dort zurück zum Ausgangspunkt der Tour. Der obligatorische Ständerling fiel dieses Mal etwas anders aus: typisch für die rauhe Alb gab es warme Kartoffeln mit Butter und Kräutersalz. Dass dies den Geschmack voll getroffen hat, zeigte sich an den leeren Tellern und dem großen Lob der Teilnehmer!

Zum finalen Walkingevent des Sommerferienprogramms der LG Steinlach-Zollern ging es nach Hechingen zu einem Abendwalk rund um das Schloss Lindich. Am Freibad Hechingen startete die Gruppe mit zwei verschiedenen Streckenlängen - eine längere mit etwas mehr als 10km, eine kürzere mit ca. 7km. Gemeinsam ging es zunächst am Schützenhaus vorbei entlang teils abgeernteter Felder, über welche die Sonne ihre spätsommerliche Wärme spendete. Im Rückblick konnte man die Burg Hohenzollern im milden Abendlicht erblicken. Die Tour zweigte

kurz vor dem Schloss Lindich in den Wald ab, so dass man die Anlage unterhalb umrundete. Kurz danach trennten sich die Gruppen - die kürzere Strecke führte direkt zum Hauserhof, die längere Strecke führte abwärts zum Stauffenberger Hof. Von hier aus ging es in der Abenddämmerung am ruhig dahin plätschernden Zimmerbach entlang hinauf zum Hauserhof. Parallel zur Lindichstraße mit Ausblick über den Golfplatz auf die Zollerburg ging es wieder durch den Wald und entlang einer Birkenallee Richtung Märchenpfad. Mit guter Laune und viel Gesprächsstoff kehrten beide Gruppen wieder zum Ausgangspunkt zurück und ließen den Abend mit einigen leckeren Köstlichkeiten zufrieden ausklingen.

Dass das Sommerferienprogramm 2019 erneut ein voller Erfolg war, zeigte sich an der Teilnehmerzahl: mehr als 200 Walkerinnen und Walker haben das Ferienprogramm mit seinen vielfältigen und abwechslungsreichen Walkingtouren genutzt, um sich in der Natur mit Gleichgesinnten aktiv zu bewegen.

Auch eine Ganztages-Walkingtour stand im vergangenen Jahr wieder auf dem Programm: Fast fünfzehn motivierte Walkerinnen und Walker starteten Mitte September in Erpfingen, um den Sonnenbühler „Grenzgängerweg“ zu erkunden. Vorbei an der Sonnenmatte und der Waldsiedlung zeigten sich schon nach wenigen Kilometern die ersten Grenzsteine, die seit mehreren hundert Jahren dem Wetter trotzen und einst die Grenze zwischen Württemberg und Preußen markierten. Weiter führte die perfekt ausgezeichnete Strecke auf angenehm zu laufenden Wald- und Wiesenwegen zu einem Aussichtspunkt, der mit einem schönen Grillplatz zu einer ersten kleinen Trinkpause einlud und fantastische Ausblicke über die typische Alblandschaft bot. Fasziniert von diesem Ausblick hörte man etliche Kommentare darüber, wie schön es doch hier ist. Nun ging es vorbei an der Bärenhöhle in Richtung Engstingen. Im „Dicken Hau“, einem Waldgebiet, in welchem Bombentrichter aus dem Zweiten Weltkrieg noch deutlich sichtbar sind, bot sich den Walkerinnen und Walkern ein besonderes Schauspiel der Natur: Drei Kleiber rannten von der Personengruppe völlig unbeeindruckt



BLUMEN[®]
peter

Mössingen Daimlerstr. 5 Tel. +49 7473 2701870



um die Wette einen Baumstamm auf und ab. Vorbei an frisch abgeernteten Feldern und Wiesen führten danach die nächsten Kilometer hauptsächlich auf Wiesen-, aber auch auf weichen Waldwegen zur Ruine Hohenerpfingen, die malerisch gelegen über Erpfingen wacht. Jetzt galt es nur noch, einen mehrere hundert Meter langen steilen Abstieg zu meistern, dann war die Tour nach 5:45 Stunden reiner Walkingzeit und 23,15 Kilometern geschafft. Am Ziel blickte man in zufriedenen strahlende Gesichter. Alle Teilnehmer waren von dieser Ganztagestour mehr als begeistert und die anschließende Abkühlung im Kneipp-Becken des Kurgartens tat den doch recht beanspruchten Füßen richtig gut.



Trotz des für Kurzurlaub günstigen Feiertags nahmen im Oktober wieder ungefähr vierzig Walkerinnen und Walker am 8. Mössinger Apfellauf und -walking teil. Manch einer hatte sich vielleicht durch die schlechte Wetterprognose von der Teilnahme abhalten lassen, was im Nachhinein betrachtet ein Fehler war, denn der Regen blieb bis zuletzt aus und zwischen-

durch schaffte es überraschend sogar die Sonne, sich einen Weg durch den wolkenverhangenen Himmel zu bahnen. Beste Stimmung herrschte beim genussvollen Walken im Zeichen des Apfels, denn beim Apfelwalking geht es nicht um Sekunden, schnelle Zeiten oder Platzierungen.

Wie jedes Jahr nahmen die Walkerinnen und Walker der LG Steinlach Zollern auch wieder an Walkingveranstaltungen anderer Vereine teil. Einen festen Platz im Laufkalender haben hier die Läufe in Mähringen, Ringingen, Starzach, Trochtelfingen, aber auch zum Beispiel der Schluchseeauf und der Reschenseelauf in Südtirol.

Erstmals nahm eine Gruppe der Walkingabteilung der LG Steinlach-Zollern beim Spendenlauf „Steps for life“ in St. Johann-Würtingen teil. Der SV Würtingen veranstaltete im Juni bereits zum 14. Mal seinen jährlichen Spendenlauf, dessen Erlös jedes Mal einem anderen Hilfsprojekt zu Gute kommt. Im vergangenen Jahr wurden „laufend/walkend“ Spenden für schwer unterernährte Kinder in Angola gesammelt. Trotz brütender Hitze kamen bei nahezu tausend Teilnehmern im Al-

ter von 2 bis über 80 Jahren stolze 7579 Kilometer zusammen - die Gruppe der LG Steinlach-Zollern trug hierzu 63km bei. Jeder Kilometer wurde von großzügigen Sponsoren mit 2,50 Euro belohnt, so dass insgesamt ein ansehnlicher Betrag zusammenkam. Von der Anmeldung, über die Versorgung auf den in verschiedenen Längen angebotenen Strecken bis hin zur Verpflegung nach dem Lauf gibt es in allen Bereichen nur Positives zu berichten. Besonders aufmunternd waren die auf dem langen steilen Anstieg kurz vor dem Ziel liebevoll auf die Straße geschriebenen Sprüche: „Du bist super“, „In Angola ist es auch warm“ und kurz vor dem Ende der Steigung „Umdrehen wäre jetzt auch blöd!“.



Ein weiteres Walkingevent im Jahr führte die Walkingabteilung der LG Steinlach-Zollern am ersten Advent in die Schweiz zum „39. Staaner“, dem traditionellen Stadtlauf in Stein am Rhein. Nach der Besichtigung der historischen Altstadt entlang des Rheins und Stärkung bei der Pasta-Party ging es auf die Walkingstrecke, die anfangs durch die bereits festlich geschmückte Altstadt führte, bevor es nach einem kräftigen Anstieg durch die Außenbezirke hoch in die Weinberge und dort immer mit freier Aussicht auf den Rhein in Richtung Rammingen ging. Nach dem Wendepunkt bei Hemishofen führte die Strecke im Tal direkt am Rhein entlang zurück in Richtung Start und Ziel. Diese letzten vier Kilometer liefen die Walker, die Viertel- und die Halbmarathonläufer alle zusammen auf dem gleichen Weg an den anfeuernden Zuschauern vorbei zurück in die Altstadt. In einem bunten Gemisch von Walkern und Joggern wurde so die Ziellinie überquert, wo man am Ende nur zufriedenen strahlende Gesichter sah. Nachdem der Walkinglauf zusätzlich als Spendenlauf ausgeschrieben war - die Startgelder kommen einem Spital in Simbabwe zu Gute - waren sich auf der Heimfahrt alle LGSZ-Teilnehmer einig: nette neue Kontakte, schöne Altstadt, super Strecke und das alles für einen guten Zweck. Eine super Veranstaltung; der Termin für 2020 ist bereits vorgemerkt.

RÖWA-STADTLAUF 2019

Rund 150 walkingbegeisterte Sportler gingen beim Mössinger Stadtlauf auf die angebotenen Nordic Walking-Strecken über ca. 5,9km und 9,5km. Beide Touren führen rasch nach dem Start aus der Stadt hinaus in die Natur. Nach dem Anstieg hoch zum Brünnele unterhalb der Olgahöhe trennten sich die Wege. Jeweils etwa die Hälfte der Walkerinnen und Walker wählte die kürzere sowie die längere Variante. Nach dem vorausgegangenen Regen blieb es während des Walkings trocken und so konnte man die Mössinger Umgebung und die herrlichen Ausblicke genießen. An mehreren Verpflegungsstationen war unterwegs für Erfrischungen gesorgt. Auch die Teilnehmer des Vorbereitungskurses „Walk Dich fit - die 4te“, die in einem 10-wöchigen Aufbautraining auf den Stadtlauf vorbereitet worden waren, meisterten ihre jeweils ausgewählte Strecke mit Bravour.



„Qualifizierte Betreuung kann nur durch qualifizierte Betreuer geleistet werden“; aus diesem Grund wurde auch im Jahr 2019 die qualifizierte Schulung und Fortbildung der Walkingbetreuerinnen und -betreuer konsequent weiterbetrieben. So nahmen etliche LG-Walkingtreffbetreuer am Kongress „Bewegung und Gesundheit“ in Tübingen teil, bei dem es unzählige Ange-

bote interessanter Vorträge und praktischer Übungen gab.

AUSBLICK AUF DAS JAHR 2020

Wie in den vergangenen Jahren ist das Ziel der Verantwortlichen der Walkingabteilung - neben den feststehenden Walkingtreffterminen mittwochs und samstags - zusätzlich interessante und landschaftlich schöne Sonderwalks auf bislang unbekanntem Terrain anzubieten.

Bestätigt durch den riesigen Erfolg des letztjährigen Sommerferienprogramms wird auch für den Sommer 2020 wieder ein abwechslungsreiches Programm erstellt.

Und selbstverständlich werden wieder Mondschein- und Vollmondwalks angeboten. Diese sind für das ganze Jahr 2020 bereits terminiert und auf der Vereinshomepage einzusehen.

Unser Ziel, das bereits in der ersten Ausgabe der LGSZ definiert wurde, bleibt unverändert und weiterhin bestehen: Wir möchten allen Walkerinnen und Walkern eine Heimat bieten. Dies soll sowohl für diejenigen gelten, die sich ohne Leistungsdruck mit Spaß in der freien Natur bewegen möchten, aber auch für die Walker Gültigkeit haben, die leistungsorientiert walken wollen. Weiterhin sind alle Interessierten eingeladen, an unseren wöchentlichen Walkingterminen und den Sonderläufen teilzunehmen.

„Neue Gesichter“ sind bei uns immer willkommen; einfach vorbeikommen, mitwalken und in der Gruppe bei der Bewegung in der freien Natur Spaß haben!



„Ihr zuverlässiger Partner für Präzisionswerkzeuge“



TR - BURSA

D-MÖSSINGEN

EROGLU Präzisionswerkzeuge GmbH
 Heerweg 9 D-72116 Mössingen
 Tel. : +49 (0) 7473 95 45 - 0
 info@eroglu.de - www.eroglu.de



LEICHTATHLETIK

DIE KILA DER LGSZ - ZUSAMMENHALT, VIELFALT & ACTION

MODERNE KILA - VIEL SPASS IM TEAM IN TRAINING UND WETTKAMPF

Abwechslungsreich - intensiv - motivierend - fördernd - Kinderleichtathletik bei der LG Steinlach-Zollern.

Viele Köpfe, Charaktere, Körper und Interessen, aber trotzdem bilden alle Kinder und Betreuer ein großes Team mit großem Zusammenhalt und gegenseitiger Unterstützung.

Die KILA hat somit eine Menge Seiten und Gesichter... auch im Training. Vom schnell Rennen mit oder ohne Hindernisse, weit Springen über Kisten oder in Reifen, Werfen mit wirklich allem, was geworfen werden kann und mit neuen Bewegungsabläufen. Das Verbessern der Grundlagen der Koordination, Schnelligkeit und Ausdauer mit Freude an der Bewegung ist das Ziel der LGSZ-KILA.

Wo immer die LG Steinlach-Zollern startet: die Kinder sind die beste Werbung für die Leichtathletik und die LG Steinlach-Zollern.



erste Erfahrungen sammeln und das im Training vorher Geübte umsetzen, was zu sehr guten Ergebnissen über alle Altersklassen führte. Bei solchen Wettkämpfen kommt die Vielfalt der Leichtathletik zur Geltung, noch stärker jedoch der Teamgeist. Der Funke sprang von den Kids bei der rasanten Pendelstaffel auf die Zuschauer über und löste den einen oder andere Gänsehautmoment aus.



KINDERLEICHTATHLETIKJAHR 2019

Das Wettkampffahr startete wieder mit den Läufen der Albgold-Winterlaufserie und dieses Mal mit richtig kalten und rutschigen Läufen, die trotzdem ein Lachen nach den Mühen in die Gesichter zauberten.

Danach folgten die Hallenwettkämpfe in Gomaringen und in Ergenzingen. Hier konnten einige der Kids



VR-CUP UND MÖSSINGER RÖWA-STADTLAUF

An den fünf gut organisierten Veranstaltungen des VR-Cups nahmen die LGSZ-Kinder traditionell auch im Jahr 2019 - mit prima Platzierungen - teil. Die im Training geförderte Schnellkraft war hier gefragt, aber auch das Verlassen der eigenen Komfortzone.

Schwerpunkt dann das LG-Großevent, der Mössinger Stadtlauf mit neuen Rekord-Teilnehmerzahlen bei den Bambinis, Kindern und Jugendlichen mit sage und schreibe mehr als 1000 Teilnehmern. Fast alle Kinder der LGSZ-Trainingsgruppen waren mit viel Elan für ihre Schulen und Kindergärten am Start, auch schon die Kleinsten beim Minilauf. Und beim Schülerlauf gab es noch eine heftige „Gratis-Dusche“ am Start, was jedoch niemanden davon abhielt, sein Bestes zu geben.



KILA U12-Gruppe der LGSZ



KILA U8-Gruppe der LGSZ



KILA Hechingen-Gruppe der LGSZ

U8-JAHRESAUSFLUG ZUM TRAUMLAND

Als Jahresausflug der U8er stand dieses Jahr der Besuch des Traumlandes an. Voller Vorfreude fuhren vierzehn Kids mit vollbepackten Rucksäcken mit Vesper und Getränken bei sommerlich heißen Temperaturen los.



KILA U10-Gruppe der LGSZ



Trotz der Hitze hatten die Kleinsten riesigen Spaß und die Wildwasserrutsche machte bei solchen Temperaturen besonders viel Freude. Es wurden an diesem Tag viele neue Freundschaften geknüpft und der Teamgeist gestärkt.

Gegen Abend konnten müde und erschöpfte, jedoch glückliche U8er ihren Eltern wieder übergeben werden.

U12 - MEHRKAMPF, HOCHSPRUNG & SCHNELLE STAFFELN

Neben den sehr erfolgreichen Laufserien lag der Fokus bei der U12 auf den Mehrkämpfen. Erstmals geht es in der U12 um die Kreismeistertitel, der erste Titel in der KILA - neben den Vereinsmeisterwürden -, der errungen werden kann. Es ist nicht einfach, alle drei oder vier Disziplinen homogen umzusetzen, und dann vielleicht noch die 800m oder die Staffel zu laufen. Manchem ist die Aufregung einfach zu hoch, auch das will erst geübt sein. Es gab bei den Mehrkämpfen 2019 bei den dynamischen U12-Kids aber eine so große Anzahl von persönlichen Bestleistungen, dass die Betreuer und die Kids mehr als zufrieden waren.

Neben den Kreismeisterschaften in Gomaringen und Unterjesingen mit insgesamt zwei Kreismeistertiteln und teils ganz knappem Verpassen dieses Titels und somit weiteren Podestplätzen gab es bei den eigenen Vereinsmeisterschaften sehr gute Leistungen. Auch im noch ungewohnten Hochsprung zahlte sich das Training aus. Die U12er gewannen mit tollen, schnellen 4x50m Staffeln jeweils bei den Mädchen und Jungen gegen starke Konkurrenz. Echt stark - und eine echte Teamaufgabe, denn der „Ersatzathlet“ wurde zweimal in dieser Saison gebraucht. Am Schluss der Saison wurde der Hallenwettkampf in Pliezhausen besucht. Hier gab es bei den Hechinger Kindern einige Wettkampfpremieren. Danke U12!



BAXTER-MEETING JUMP & FLY IN MÖSSINGEN

Es war ein unvergessliches Erlebnis für die zahlreichen Kinder und Erwachsenen, nach dem Landpower Kids-Cross über eine fordernde Strecke mit Strohhallen und Reifenhindernissen, beim Jump & Fly dabei zu sein. Eine tolle Atmosphäre - auch für die Stars - als spät am Abend circa dreißig Kinder die Stabhochsprungabdeckungen zu Trommeln umfunktionierten und mit dem Publikum „We will rock you“ als Anfeuerung für die Stabhochspringer performten, um gleich anschließend hautnah Autogramme und gemeinsame Erinnerungsfotos mit Athleten aus aller Welt zu ergattern.

KILA-LIGA - SUPER-TEAMS BIS INS FINALE

In der KILA-Liga Tübingen/Reutlingen fanden fünf Wettkämpfe statt, die von den U8 (Minis) und U10 (Midis) gemeistert wurden. Es stand der TEAM-Charakter im Vordergrund.



Die Minis erzielten insgesamt einen tollen dritten Platz, die Midis sicherten sich einen zweiten Platz und dadurch den Einzug ins WLV-Pokalfinale in Nufringen. Im aufregenden Finale wurde vom Medizinballstoßen über den beliebten Hoch-Weitsprung, einer Weit-

sprungstaffel bis hin zum 30m-Sprint alles abverlangt. Sicher in der Durchführung aller Disziplinen konnten alle ihre Bestleistungen zeigen. Die Kids wurden mit einem hervorragenden 8. Platz unter 23 Mannschaften belohnt. Eine so großartige Platzierung landesweit zu belegen, machte alle Kids sehr stolz.

BESUCH DER DEUTSCHEN MEISTERSCHAFTEN IN BERLIN

Für die Kinder ein Höhepunkt war die LA-DM in Berlin. Die Stars der Leichtathletik und deren Leistungen ganz nah zu erleben und dann auf Autogramm jagd zu gehen, war sehr eindrucksvoll, genauso wie die Hauptstadt selbst mit der eindrucksvollen Begehung der Reichstagskuppel oder dem Brandenburger Tor. Nicht zu glauben für die Kids, dass hier mal eine Grenze existierte.



TRAININGSLAGER SIGMARINGEN DER U10 & U12

Das Trainingslager 2019 fand im nahen Sigmaringen statt. Die schöne Jugendherberge und das Stadion lagen nur einen Steinwurf voneinander entfernt. Nachdem die Betten schnell bezogen waren, wurde der Abend mit lustigen Spielen verbracht.

Am Samstag folgte dann der „lange“ Trainingstag bei bestem Wetter. Nach einem rockigen Warm-up standen alle wichtigen Leichtathletikdisziplinen auf dem Trainingsplan. Leichtathletik mit allen Facetten und in kleinen Gruppen, die es erlaubten, dem Einzelnen Verbesserungsimpulse zu geben. Abends wurden dann beim gemeinsamen Bummel in der Stadt die bunten Wasserspiele entdeckt und mit viel Spaß bespielt.

Am Sonntag stand nochmal ein „leichtes“ Morgentraining im Stadion an, danach folgten nach dem Mittag-



essen eine Kinderführung im Schloss Sigmaringen und die kurze Rückfahrt nach einem ereignisreichen Wochenende.

EINZELSPORT ALS TEAMERLEBNIS IN MÖSSINGEN UND HECHINGEN

Schön zu sehen, dass immer wieder neue Kinder zum Schnuppern kommen, was jederzeit sehr gerne möglich ist. Viele sind geblieben, angespornt von der Dynamik der großen Gruppe und der spielerischen Heranführung an die einzelnen Schwerpunkte - und ohne großen Leistungsdruck in der U8 und U10. Die U12er werden mit steigendem, aber trotzdem lockerem Anspruch an die Umsetzung im Wettkampf herangeführt.

An dieser Stelle ist die gute Zusammenarbeit mit dem Kooperationsverein TV Hechingen zu betonen, hier ha-



ben sich im Jahr 2019 einige Kinder der KILA-Gruppe erstmals den aufregenden Wettkämpfen gestellt und man darf sich darauf freuen, was das neue gemeinsame Jahr 2020 bringt.

DIE BETREUER SAGEN ALLEN KINDERN UND ELTERN „DANKE“ FÜR EIN SPANNENDES UND ERFOLGREICHES JAHR 2019 - WIR FREUEN UNS AUF DAS VIELSEITIGE MITEINANDER IM JAHR 2020.



Alle Trainingszeiten der KILA und alle Ansprechpartner sind unter www.lg-steinlach-zollern.de zu finden.



LEICHTATHLETIK U14 UND ÄLTER

U14-SCHÜLERLEICHTATHLETIK

GROSSE GRUPPE AUS HECHINGEN UND MÖSSINGEN WÄCHST ZUSAMMEN

Der U14-Nachwuchs bekam viel Zuwachs aus der KILA und war im Jahr 2019 durch einen Mädchenüberschuss geprägt. Im Winterhalbjahr 2018/19 besuchten mitunter circa 25 Mädchen und Jungs der Jahrgänge 2006 und 2007 das Training. Als Trainer waren Marcus Strohmaier, Martin Grundmann und Maximilian Holoher (FSJ) im Einsatz, unterstützt durch Tim Holzapfel und Anne Wissing. Zahlreiche Jugendliche aus der Altersgruppe der U14 waren auch beim jährlichen Oster-Trainingslager in Brixen dabei.

Trainingsangebote in der Freiluft- und in der Hallensaison bestehen sowohl in Mössingen als auch in Hechingen.

Mit dem Ende der Sommerferien 2019 haben Marcus Strohmaier, der aktuelle FSJler Maximilian Binder, Maik Merle, Emily Herter und Leonie Rippmann sowie Detlef Wolter die Betreuung der U14 unter sich aufgeteilt. Das Trainingsangebot beinhaltet an vier Tagen in der Woche Technikschtung, Koordinationstraining, Kräftigung und Laufausdauer.



MIT BEACHTLICHER ENTWICKLUNG IM LAUFE DES JAHRES 2019

Beim Blick auf das Wettkampfgeschehen der U14 in der vergangenen Saison lässt sich eine erfreuliche Entwicklung feststellen. Der erste Wettkampf fand im Februar im Sindelfinger Glaspalast statt. Dort war ein Großteil der Württembergischen und Badischen Spitze vertreten. Für die U14-Mädels und -Jungs der LGSZ war es relativ ernüchternd, weil sie zumeist nicht über die Vorläufe und Vorkämpfe hinaus kamen. Die U14-Youngsters, die danach fleißig beim Training dabei blieben, erzielten im weiteren Saisonverlauf jedoch ganz beachtliche Leistungsentwicklungen.

Beim Mannschaftswettbewerb DSMM-Vorkampf zeigten die U14 nicht nur schöne Leistungen, sondern hatten ganz offensichtlich auch viel Spaß im Team. Die Mädchenmannschaft, die vor allem aus dem jüngeren Jahrgang bestand, darf sich im Jahr 2020 Hoffnungen auf die Qualifikation fürs Landesfinale machen. Zu den Württembergischen Bestenkämpfen 2019 im



Vierkampf in Fellbach-Schmidlen hatten sich Elisa Neugebauer, Marlene Grünwald, Leni Steinhilber und Kelson de Carvalho qualifiziert.



Welch beachtliches Niveau die U14 im Jahr 2019 erreicht haben, sieht man in der Württembergischen Jahrgangsrangliste 2019. Dort liegt Leni Steinhilber im Hochsprung der W12 mit neuem Vereinsrekord von 1,48m an zweiter Stelle. Maya Schröder hat sich im Speerwurf der W12 mit 22,94m auf Rang 4 platziert. Marlene Grünwald erreichte in derselben Altersklasse im Vierkampf mit 1756 Punkten den 6. Platz. Kelson de Carvalho schob sich bei den M13 im Kugelstoß (11,33m) und mit dem Diskus (28,97m) auf Rang 3 und im Ballwurf mit 54m auf Rang 4 vor.



U16-/U18-NACHWUCHS-LEICHTATHLETIK

MIT NEUEM TRAINERTEAM

Die U16 und U18 trainierten im Jahr 2019 zusammen. Für diese Altersgruppe war seit dem Sommer 2018 Tim Holzapfel federführend als Trainer verantwortlich. Als Wurfespezialist und Co-Trainer agierte Niklas Kretschmer. Maik Merle bot ergänzend für diese Altersgruppe Turntraining an, um das Gefühl für die notwendige Körperspannung weiter zu schulen.

Fünf Trainingseinheiten pro Woche standen für die Leistungsorientierten auf dem Programm. Für die Freizeitorientierten gab es zwei Mal pro Woche ein Trainingsangebot. Neben dem jährlichen Ostertrainingslager in Brixen gab es für diejenigen U16/U18, die sich für die nationalen Titelkämpfe qualifiziert hatten, ein weiteres 6-tägiges Vorbereitungstrainingslager über die Pfingsttage am Olympiastützpunkt Vorarlberg in Dornbirn. Die gelungene Trainingsplanung und fachlichen Qualitäten des jungen Trainerteams lassen sich eindrucksvoll an den Jahresergebnissen 2019 ablesen.



U16/U18 SORGEN FÜR DAS SPORTLICH ERFOLGREICHSTE JAHR DER LGSZ: 3 TITEL UND 7 MEDAILLEN BEI DEUTSCHEN TITELKÄMPFEN!

Bereits bei den ersten Hallenwettkämpfen im Winter überzeugte der U16/18-Nachwuchs mit bemerkenswerten Leistungssteigerungen.



So gewann Sandrina Sprengel (W15) bei den verschiedenen Württembergischen Hallenmeisterschaften insgesamt drei Württembergische Meistertitel über 300m, 60m Hürden und im Fünfkampf. Fantastisch waren dabei ihre Einzelleistungen im Weitsprung (5,79m) und im Hochsprung (1,68m).

Kelmen de Carvalho (U18) holte sich nach einem verletzungsbedingten „Pausejahr“ 2018 die Silbermedaille im Hallensiebenkampf hinter dem deutschen Titelträger aus dem Filstal und zeigte, dass mit ihm wieder zu rechnen ist.



Foto (S. Herl)

Weitere Erfolge gingen in der Halle jeweils mit Rang 7 bei den Württembergischen Titelkämpfen an Finn Schulz in seinem ersten U18-Jahr im Siebenkampf sowie an Leonhard Holzer (M14) über 800m.

Nach dem Ostertrainingslager kam das ganze Team in Fahrt. Bereits im Mai sicherten sich das U16-Siebenkampfteam und das U18-Zehnkampfteam die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften. Und die ersten Meisterschaften auf Landesebene brachten für Kelmen de Carvalho den Diskustitel bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften mit tollen 52,93m.

Bei den Württembergischen Schüler-Einzel-Meisterschaften der U16 in Ludwigsburg erzielten die drei LGSZ-Starterinnen ebenfalls tolle Erfolge. Sandrina Sprengel holte sich bei allen ihren Starts Goldmedaillen in der W15 über 80m und 300m Hürden sowie im Weitsprung. Sophia Neugebauer zeigte sich mit Beginn der Sommersaison gewaltig verbessert und holte sich bei den W14 in Ludwigsburg Silber im Weitsprung und Bronze über 80m Hürden. Lynn Eissler verfehlte das Treppchen bei den W15 im Kugelstoß nur hauchdünn.



Nach dem Pfingst-Trainingslager in Dornbirn ging es mit der überregionalen Wettkampfsaison Schlag auf Schlag weiter. Bei den Süddeutschen Titelkämpfen der U16 in Koblenz bewies erneut Sandrina Sprengel ihre Klasse: Gold über 300m Hürden sowie Silber über 80m Hürden und im Hochsprung lautete ihre Bilanz.

Sophia Neugebauer kam im jüngeren Jahrgang über 80m Hürden ins Finale und auf einen tollen 5. Rang. Lynn Eissler verfehlte das Finale der besten Acht im Kugelstoß nur um einen Platz.

Sandrina Sprengel hatte sich für die Deutschen Jugendmeisterschaften U16 in Bremen qualifiziert und holte zuerst im Weitsprung die Bronzemedaille. Im nachfolgenden 300m-Hürden-Finallauf wurde sie ihrer Favoritenstellung gerecht und holte sich mit neuem Baden-Württembergischen Rekord den Titel der Deutschen Jugendmeisterin.

Die U18-Jungs holten bei den Baden-Württembergischen Mehrkampfmeisterschaften im Fünf- und Zehnkampf alle vier möglichen Titel, obwohl sie im Hinblick auf die Deutschen Meisterschaften ein sehr anstrengendes Trainingsprogramm in den Knochen hatten. Kelmen de Carvalho siegte in beiden Einzelwertungen. Zusammen mit Finn Schulz und Lukas Ertl gewannen sie auch beide Teamwertungen.

Bei den Regionalmeisterschaften in Balingen konnte Leonard Holzer sich über 800m den Titel bei den M14 holen.

Die U16-Siebenkämpferinnen hatten Mitte Juli ihren Saisonhöhepunkt - die Deutschen Jugendmehrkampf-Meisterschaften U16 in Mainz. Sie absolvierten diesen anspruchsvollen Wettkampf unheimlich konzentriert und souverän. Es hagelte reihenweise persönliche Bestleistungen in den verschiedenen Einzeldisziplinen. Am Schluss holte sich Sandrina Sprengel mit einem neuen Baden-Württembergischen Rekord im Siebenkampf die Silbermedaille. Und das Siebenkampf-Team, das mit der fünftbesten Punktzahl angereist war, konnte sich nach dem beeindruckenden Wettkampf auf den Bronzerang vorschieben. Die Bronzemedailien bekam das U16-Siebenkampfteam bei den Deutschen Jugendmeisterschaften in Mainz von Zehnkampf-Weltmeister Niklas Kaul überreicht.

Für die U18-Zehnkämpfer ging es Mitte August bei den Deutschen Jugend-Mehrkampfmeisterschaften in Ulm um nationale Lorbeeren. Auch die U18-Jungs waren auf den Punkt topfit. Kelmen de Carvalho begann den ersten Tag mit vier PB's und schob sich in Führung. Finn Schulz und Lukas Ertl, die am ersten Tag noch etwas mit der Nervosität zu kämpfen hatten, drehten zum Abschluss des ersten Tages über 400m auf. Und so ging es am zweiten Tag fast durchweg weiter. Nach dem 1500m Lauf hatte sich Kelmen de Carvalho insgesamt um ca. 500 Punkte auf fast 7000 Punkte gesteigert und sich etwas überraschend sogar die Zehnkampfkrone der U18 aufgesetzt.



Auch das LGSZ-Team holte sich mit einer deutlichen Steigerung auf knapp 17000 Punkte die Goldmedaille für die Zehnkampf-Mannschaft. In der deutschen Jahresbestenliste bedeutete dies einen Vorsprung von ca. 2000 Punkten auf das nächstplatzierte Team aus Paderborn.



SAISON 2019 - U23/AKTIVE

HERVORRAGENDE LEISTUNGSBILANZ - TOLLE TEAMERFOLGE

Gleich zum Saisonbeginn im Mai zeigten sich die LGSZ-Athletinnen und -Athleten in sehr guter Form. Das Frauenteam, ergänzt durch die WU20, holte sich bei den Württembergischen Teammeisterschaften einen unerwarteten zweiten Rang - knapp hinter der übermächtigen Leichtathletik-Hochburg SSV Ulm.



Nach Pfingsten holte sich Niklas Kretschmer bei den Süddeutschen Titelkämpfen der U23 in Bad Kreuznach mit starken 47,75m die Silbermedaille.

TIM HOLZAPFELS COMEBACK

Tim Holzapfel beschränkte sich im Jahr 2019 aufgrund einer langwierigen Fußverletzung, die keine Sprungbelastungen zuließ, auf die Langhürden. Nach seinem fulminanten Comeback bei den Hürden-Regio-Meisterschaften knackte Tim Holzapfel bei den Süddeutschen Meisterschaften in St. Wendel den Uralt-Kreisrekord über die 400m Hürden und sicherte sich die Silbermedaille.

Damit hatte sich der U23-Athlet für die Deutschen Meisterschaften der Männer im Berliner Olympiastadion qualifiziert. Dort wuchs er im Vorlauf, angefeuert durch die mitgereisten LA-Kids der LGSZ, über sich hinaus und erreichte als Sechster völlig überraschend das Finale. Vor 35.000 Zuschauern im Olympiastadion konnte er sich nochmals auf 52,05s steigern und sensationell den sechsten Rang belegen.



Die Baden-Württembergischen Mehrkampf-Meisterschaften der U23/Aktiven und U18 in Weingarten waren ein ganz besonderes Erfolgserlebnis. Jeder zweite der zu vergebenen vierzehn Landesmeister-Titel im Sieben- und Zehnkampf (Einzel- und Mannschaftswertung) ging an die LG Steinlach-Zollern! Unter anderem in der Baden-Württembergischen Teamwertung der Frauen im Siebenkampf belegten Jana Mees, Jule Eissler, Jacqueline Heim und Luise Kessler den Titelplatz.

Bei den U23/Aktiven zeichneten Niklas Kretschmer als Zehnkampfmeister U23 und das Zehnkampf-Team der Männer sowie das Siebenkampf-Team der Frauen als Titelträger verantwortlich. Sowohl das Männer- als auch das Frauen-Team konnten sich mit der erzielten Punktzahl in der deutschen Jahresrangliste auf einem tollen 4. Rang platzieren. Silber ging zudem in der Einzelwertung an Jana Mees (7-Kampf Frauen), Jule Eissler (7-Kampf W23) und Maik Merle (10-Kampf Männer).

Den Saisonhöhepunkt der Mehrkämpfer bildeten die Deutschen Mehrkampfmeisterschaften in Bietigheim-Bissingen. Zehnkämpfer Niklas Kretschmer übertraf nach einem bärenstarken zweiten Tag mit 7.118 Punkten erstmals die 7.000-Punkte-Marke und holte sich die Silbermedaille bei den U23. Von seinen Einzelleistungen ragten die 48m im Diskuswurf und der neue Vereinsrekord im Stabhochsprung mit 4,60m heraus.



Für Jana Mees reichte es nach einem Wettkampf der vertanen Möglichkeiten mit 5.038 Punkten zu Rang 9. Nachdem sie in den technischen Disziplinen einige Punkte liegen ließ, begeisterte sie beim abschließenden 800m mit einer deutlichen Verbesserung ihrer PB auf 2:15,14min.

Alle Trainingszeiten und Ansprechpartner sind unter www.lg-steinlach-zollern.de zu finden.

LEICHTATHLETIK-TREFF FÜR ERWACHSENE

MEHRKAMPFTRAINING DES LEICHTATHLETIK-TREFFS MIT STEIGENDER RESONANZ

Es war das erste komplette Trainingsjahr des noch jungen Leichtathletik-Treffs für Jung und Alt, der sich im September 2018 gegründet hatte und inzwischen seinen ersten Geburtstag feiern konnte. Nachdem die vorangegangene kurze Außensaison bis Ende Oktober 2018 nicht mehr für alle Disziplinen ausgereicht hatte, war es im Jahr 2019 an der Zeit, endlich die übrigen Disziplinen in Angriff zu nehmen.

Im Winter und angehenden Frühjahr stand zunächst das allwöchentliche Hallentraining an. Der Schwerpunkt liegt hier traditionell auf den Grundlagen wie Koordination, Beweglichkeit, Kräftigung und Technikübungen. Auf die ausgedehnte Aufwärmereinheit folgten meist ein Lauf- und Sprung-ABC oder koordinative Einzel-, Partner- oder Gruppenübungen. Im Anschluss wurden mit Medizinbällen, Tau und vielen weiteren Geräten die einzelnen Disziplinen wie Hürden, Speer, Kugel sowie Weit-, Hoch- und Stabhochsprung trainiert. Für Letzteren hatte es in der Außensaison bisher nur zum Stabweitsprung in die Sandgrube gereicht. Abgerundet wurde jedes Training durch eine kurze Fitness Einheit und ein Dehnprogramm. Auch die ersten Pläne für die Teilnahme an einem Jedermann-Zehnkampf wurden bereits während des Hallentrainings 2018/19 geschmiedet.

In der ersten kompletten Außensaison 2019 wurde an die bereits im vorausgegangenen Jahr trainierten Disziplinen angeknüpft. Weiterhin mit großer Spannung wurde jedoch der Einstieg in die gefühlte Königsdisziplin erwartet - den Stabhochsprung oder besser gesagt die ersten Geh- bzw. Sprungversuche mit dem Stab auf der Stabhochsprunganlage. Erster natürlicher Reflex: Ist das zu schaffen? Sollte es tatsächlich möglich sein, mit diesem hinderlichen Stab auf die unglaublich hohe und gefühlt unüberwindbare Stabhochsprungmatte zu springen? Und nach den ersten erfolgreichen Versuchen die einhellige Antwort: Ja, es funktioniert und dazu kaum anders als der Stabweitsprung in die Sandgrube. Darüber hinaus: Mit Stab springt es sich tatsächlich höher als ohne Stab, und das nach einigen Versuchen sogar bereits sehr deutlich... Den verdienten Muskelkater gab es gleich inklusive.

Sein Jedermann-Zehnkampf-Debüt gab der Leichtathletik-Treff im Oktober 2019 beim 7. Michael-Grötzner-Zehnkampf im Donaustadion in Ulm - wegen vieler Terminüberschneidungen leider nur mit zwei LGSZ-Teilnehmern, jedoch an Tag 1 begleitet und lautstark angefeuert durch einige mitgereiste Fans. Gemeinsam mit siebzig weiteren, teilweise internationalen Teilnehmerinnen und Teilnehmern stellten sich Ralph Sauer- mann und Willi Seiler der Herausforderung der vier

Lauf-, drei Sprung- und drei Wurfdisziplinen an zwei Tagen. Die Organisation der Veranstaltung war ausgezeichnet, die äußeren Bedingungen eher durchwachsen. Trotzdem kamen die Beiden bestens durch und wurden neben ihren Zehnkampfpunkten mit vielen neuen Erfahrungen und Eindrücken nicht nur sportlicher, sondern auch persönlicher Art belohnt, da es an den zwei Wettkampftagen genügend Möglichkeiten gab, mit seinen Mitstreitern ins Gespräch zu kommen - um sich dann bei den weiteren Disziplinen gegenseitig zu motivieren und zu pushen. Fazit am Ende der Veranstaltung: Was für ein tolles Wochenende und auf ein Neues im nächsten Jahr - die Planungen hierzu sind schon im Gange.



Ziele gibt es für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Leichtathletik-Treffs viele. Das Wichtigste aber ist immer: Völlig unabhängig von Alter, Leistungsstand, Fitness oder Anspruch, ganz egal ob fitness-, freizeit- oder leistungsorientiert, wie-viele-hundert-oder-tausend-Punkte-Kandidat-auch-immer, Teilnahme an Wettkämpfen oder auch nicht - alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer bestimmen ihre Ziele selbst. **Im Vordergrund stehen im Leichtathletik-Treff die Gesundheit und der Spaß an der Bewegung in einer Gruppe mit vielen Gleichgesinnten - alle Leichtathletik-Interessierten und -Begeisterten sind hier stets herzlich willkommen.**

Das wöchentliche Mehrkampftraining des Leichtathletik-Treffs findet im Winterhalbjahr dienstags von 20-22 Uhr in der Firstwaldhalle statt, im Sommerhalbjahr montags von 17-19 Uhr im Ernwiesenstadion. Als ideale Ergänzung können auch weitere LGSZ-Angebote wie das Athletiktraining, das Bahntraining sowie die zahlreichen Angebote des Lauftreffs und des Walkingtreffs genutzt werden.

TRIATHLON

LG SZ TRIATHLETEN ERFOLGREICH UNTERWEGS...

... ALS TEAM

Die Triathlonabteilung der LG Steinlach-Zollern besteht aus gut siebzig Mitgliedern im Alter zwischen 10 und 70 Jahren. Neben den leistungsorientiert trainierenden Triathleten steht bei den Triathleten der LG aber vor allem der gemeinsame Spaß am (Triathlon-) Sport im Vordergrund, wie das Teambild kurz vor dem Start des Radrennens in Wendelsheim zeigt.



... AUF DEN KURZEN DISTANZEN

Direkt zum Saisonstart im Mai erfolgte ein Auftakt nach Maß für Matthias Förster, Hartmut Mück, Dirk Ulbricht und Michael Fuchs (mit AK-Podest) beim 6. Internationalen Ferrer Hotels Triathlon in Can Picafort auf Mallorca.



Und auch im Jahr 2019 stellte die LG Steinlach-Zollern eine Mannschaft in der Baden-Württembergischen Triathlonliga. Nachdem Nicolas Mehrer in der 1. Triathlon Bundesliga für Heidelberg am Start war und Tim Lange berufsbedingt keine Wettkämpfe bestreiten konnte, wurde eine Mannschaft in der Landesliga Süd gestellt. Ein glänzender Auftakt gelang in Rheinfelden in der Besetzung Daniel und Christoph Groß, Michael Göhner und Jens Kalmbach, die mit Platz 2 den Sieg nur hauchdünn verpassten. Nach den Plätzen 8 und 13 in den Rennen in Riegel und beim Teamrennen in Erbach stand nach dem traditionellen Saisonfinale am Schluchsee in der Endabrechnung Platz 8 zu Buche. Und auch im Einzelrennen beim Schluchsee-Triathlon waren die Farben

der LGSZ durch Annkatrin Locher, Björn Hausch, Dario Jacobi und Jochen Baer stark vertreten.



Ebenfalls stark präsentierten sich die Triathleten beim „Heimrennen“, dem City Triathlon in Tübingen. Insgesamt waren zwölf LG-Triathleten am Start. Neben persönlichen Bestleistungen mischten die Dreikämpfer aus Mössingen bei den vorderen Plätzen mit. Dabei herauszuheben sind Nicolas Mehrer mit starkem 2. Gesamtplatz und knapp dahinter Michael Göhner mit Platz 5.

Die Erfahrung einer Seequerung mit 2,2 km Schwimmen im Bodensee von Ludwigshafen nach Bodman erlebten die LGSZ-Triathleten der Familien Gauck und Dietrich mit ihren Youngstern. Tolle äußere Bedingungen und eine angenehme Wassertemperatur machten diese Veranstaltung zu einem schönen Sporttag zur Einstimmung auf einen langen und erfolgreichen Freiwassersommer.



Jung und Alt waren gemeinsam auch auf der landschaftlich sehr schönen Strecke im Hinterland des Bodensees beim traditionsreichen Ravensburger Triathlon Anfang August am Start. Einfach eine tolle Truppe und der Wettkampf in Ravensburg ist immer eine Reise wert. Das Wetter war perfekt, so dass anschließend noch ein Badetag am Flappach-Badesee zum Genießen eingelegt wurde.



Die Bodenseeregion ist bei den LGSZ-Triathleten immer sehr beliebt. Der Raiffeisen-Triathlon Bregenz Ende Juni ist ein Newcomer der ganz besonderen Art und war perfekt organisiert. Schwimmen im Bodensee, 40km atemberaubende Radstrecke durch das Allgäu und den Bregenzer Wald mit anschließender flacher, schneller und schattiger Laufstrecke entlang des Bodenseeufer. Prädikat: besonders empfehlenswert!

Ebenfalls zu empfehlen war abermals der Saisonabschlussklassiker in Stockach. Dieses Jahr wieder mit vielen glücklichen Medaillengewinnern in den Reihen der LG Steinlach-Zollern!



Auch im Nachwuchsbereich konnte die LG Steinlach-Zollern im Triathlon Erfolge erzielen

Der starke U23-Triathlet Nicolas Mehrer hatte sich vor der Saison 2019 entschieden, per Zweitstartrecht für den SV Nikar Heidelberg in der Triathlon-Bundesliga zu starten. Ohne die langjährige Unterstützung in der LG Steinlach-Zollern wäre dieser Wechsel in die Bundesliga sicherlich nicht möglich gewesen; dies zeugt somit von der hervorragenden Förderung der Nachwuchs-Triathleten in den eigenen Reihen. Im Trikot der LG Steinlach-Zollern konnte Nicolas neben einigen Erfolgen beim BASF-CUP den Swim and Run in Kirchheim mit Streckenrekord und die Regio-Meisterschaft über 5000m in Hechingen gewinnen.

... AUF DEN LANGEN DISTANZEN

Der 18-jährige Mössinger Christoph Zizer nahm aufgrund seines Abiturs nur an einzelnen Wettkämpfen teil. Zu seinen Saisonhighlights gehörte ebenfalls der Kirchheimer Swim and Run. Diesen konnte Christoph auf dem dritten Gesamtplatz beenden. Mit seinen gefestigten Trainingsleistungen darf man gespannt auf die Saison 2020 sein.

Der 16-jährige Nehrener Paul Holzer startete im Jahr 2019 das erste Mal über die Sprintdistanz. Hier musste er sich gegen Athleten aus dem älteren Jahrgang behaupten. Einige seiner Wettkämpfe hatten das sogenannte Super League Konzept, in welchem man einen insgesamt sehr kurzen Triathlon dreimal hintereinander bewältigt. Am Ende konnte Paul beim Nachwuchswettbewerb in Baden-Württemberg, dem Racepedia-Cup, auf einem starken 13. Platz abschließen.

... AUF BERGIGEM TERRAIN

Egal ob im Allgäu oder in der Alpenregion um Lech, die Ausdauerathleten der LGSZ suchen sich häufig sehr anspruchsvolle Rennen aus. Dieses Jahr durften sich die Athleten beim Allgäu-Triathlon und Transvorarlberg-Triathlon mit niemand geringeren als den aktuell besten Triathleten der Welt Jan Frodeno (Allgäu Triathlon) und Daniela Ryf (Transvorarlberg Triathlon) messen.



Und auch der legendäre Triathlon in Immenstadt im Allgäu ist mittlerweile KULT für alle Triathleten. Seit Jahrzehnten ein fester Bestandteil der Triathlon-Szene und eine der ältesten Triathlonveranstaltungen Deutschlands. Fast von Beginn an mit dabei - Michael Fuchs mit 28 Starts. Und dieses Jahr wieder begleitet von vielen erfolgreichen LGSZ-Triathleten - unter anderem Matthias Förster und Daniel Groß, der unter den Top-Ten finishte. Dies war für Daniel auch gleichzeitig der letzte Formtest für den IRONMAN in Wales. Beide LGSZ-Athleten wurden mit dem jeweils 2. Platz ihrer Altersklasse belohnt.



Im Jahr 2019 wagten sich auch wieder einige der Triathleten der LG Steinlach-Zollern an die Königsdisziplin des Triathlonsports, den Ironman (3,8 km - 180 km - 42.2 km)!

Zum ersten Mal durften Julia Goppel und Günther Bäuerle die magischen Worte „You are an Ironman“ hören. Für die Premiere auf der Langdistanz suchten sich die beiden das Rennen in Kopenhagen aus. Jochen Kienle überraschte seine bessere Hälfte Julia „spontan“ mit seiner Startzusage und so gab es nach einem langen Tag drei glückliche Ironman-Finisher.



Ebenfalls ein internationales Ironman-Rennen wählten Daniel Groß, Alexander Görzen und Jens Kalmbach aus. Im September reisten sie per Vereinsbus ins walisische Tenby mit einem klaren Ziel vor Augen - die Qualifikation für die legendäre Ironman-Weltmeisterschaft auf Hawaii. Auf der extrem anspruchsvollen Strecke mit Schwimmen im offenen Meer und sehr bergiger Rad- und Laufstrecke durfte sich am Ende Daniel Groß riesig über die Hawaii-Qualifikation freuen. Jens und Alexander versuchen, diese Qualifikation im Sommer nachzuholen, um Daniel im Oktober auf die Insel begleiten zu können.

Dieses Jahr bereits auf Hawaii am Start war Michael Göhner. Der ehemalige Profitriathlet qualifizierte sich nach dem Beenden seiner aktiven Karriere beim Ironman Hamburg. Auf der Insel zeigte Michael trotz relativ geringer Trainingsumfänge ein starkes Rennen und beendete es nach etwas über 9 Stunden sogar noch vor einigen seiner ehemaligen Profikollegen.



Triathlon in Lauingen - flach und schnell. Das sind die Attribute dieser sommerlichen Veranstaltung, an welcher Annkatrin Locher und ihr Bruder Marc in diesem Jahr zum ersten Mal über die Mitteldistanz am Start waren. Erfolgreich mit im Ziel waren auch Matthias Förster und Jürgen Hafner. Jürgen und Matthias lieferten sich auf der Laufstrecke ein spannendes Duell. Alles in allem eine super Truppe, die sehr zufrieden auf ihre Leistungen blicken konnte.



Ebenfalls ihre Mitteldistanzpremiere feierten am Trumer See im Salzburger Hinterland Björn Hausch und Hartmut Mück - das Highlight der Saison für die beiden. Mit dabei war auch der Routinier Jochen Baer.



... UND IM GELÄNDE!

Nicht erst seit diesem Jahr tauschen die Triathleten der LG Steinlach-Zollern auch manchmal das Rennrad gegen das Mountainbike und die Straßenlauf- gegen die Trailshuhe aus - und das sehr erfolgreich!

Bereits früh in der Saison fand der Crosstriathlon in Remchingen statt. An der Startlinie waren von den jungen Nachwuchsathleten bis hin zu den erfahrenen Routiniers alle dabei. Andreas Rath feierte den lang ersehnten Gesamtsieg, dicht gefolgt von

Andreas Scherer auf Platz 4. Und durch ihre Väter inspiriert schnupperten Hannes Rath und Carla Scherer im Kinderrennen mit großer Begeisterung das erste Mal in den Triathlonsport hinein. Dario Jacobi und Elio di Giovanni erreichten ebenfalls hervorragende Altersklassenplatzierungen. Wiebke Schiwy sicherte sich trotz Materialproblemen einen starken dritten Gesamtplatz bei den Frauen.



Gleich einige Wochen später konnte die erfolgreichste Triathletin der LG Steinlach-Zollern ihre gute Form in Schalkenmehren in der Vulkaneifel bestätigen. An gleicher Stelle hatte Wiebke Schiwy sich im vergangenen Jahr zur Deutschen Meisterin im Crosstriathlon krönen können. In diesem Jahr konnte sie ihre Zeit aus dem Vorjahr sogar noch unterbieten und sich über die Silbermedaille freuen.

Ebenfalls ein Spezialist im Gelände ist Albin Abt mit seinem rund 30 Jahre alten Stahl-Retro-Mountainbike, der in diesem Jahr im Mutterland des Cross-Radsports beim Xterra Belgien unterwegs war. Beim Crosstriathlon tauschte der Triathlet den Asphalt gegen das Offroadgelände ein. Ausdauer bei der anschließenden Materialreinigung ist die vierte, hier dringend zu absolvierende Disziplin.





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

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)

Wichtig:

O Die nachstehend genannten Informationspflichten gemäß Artikel 12 bis 14 DSGVO habe ich gelesen und zur Kenntnis genommen.

2. Mitgliedsart (Zutreffendes bitte ankreuzen)

- Kinder, Jugendliche** bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres **70 €**
- Erwachsene in Ausbildung** ab 18 Jahre bis zur Vollendung des 25. Lebensjahres (Schüler, Student, Azubi mit Nachweis, jeweils zum 31.03. jährlich vorzulegen) **90 €**
- Erwachsene (ohne Startpass)** **70 €**
- Erwachsene (mit Startpass)** **115 €**
- Familie (ohne Startpass)** (einschl. Kinder in Ausbildung bis 25 Jahre mit Nachweis, auch Paare) **120 €**
 mit Startpass - für jedes Familienmitglied über 18 Jahre zusätzlich jeweils **20 €**
(bitte Namen der Startpassinhaber angeben)

- Fördermitglied** (ohne Nutzung von Vereinsangeboten) **40 €**

- Ich bin Mitglied im Kooperationsverein TV Hechingen**
(Mitgliedsbeitrag wird an den Kooperationsverein bezahlt)

Hinweise:

Die Satzung ist auf der Homepage unter www.lg-steinlach-zollern.de einzusehen.

Änderungen der Mitgliedsbeiträge werden von der Mitgliederversammlung festgesetzt.

Mit dem Familienbeitrag ist die Familie einschließlich der Kinder unter 18 Jahren, Schüler und Studenten bis max. 25 Jahren Mitglied.

Über 18-jährige, die nicht mehr Schüler oder Studenten oder in Ausbildung sind, sind selbstständige Mitglieder. Bei einem Studium oder einer weiteren schulischen oder beruflichen Ausbildung ist ein entsprechender Nachweis vorzulegen.

Bei unterjährigem Vereinsbeitritt gilt folgende Staffelung für den Mitgliedsbeitrag im laufenden Kalenderjahr: Beitritt bis ...

... 31.03. 1/1 Beitrag, ... 30.06. ¾ Beitrag, ... 30.09. ½ Beitrag, ... 31.12. ¼ Beitrag.

Über Änderungen der persönlichen Daten (Name/Anschrift etc.), Kontoverbindung, Austritt usw. ist die Geschäftsstelle unverzüglich zu informieren.

Der Austritt aus dem Verein erfolgt durch schriftliche Kündigung bis spätestens 31.10. an die Geschäftsstelle und wird zum Ende des laufenden Kalenderjahres wirksam.

Mit der Unterschrift auf dem Antragsformular erkennt das Mitglied die Satzung der LG Steinlach-Zollern e.V. an.



Über Geld sprechen ist einfach.



Weil die Sparkasse nah ist
und auf Geldfragen die
richtigen Antworten hat.

ksk-tuebingen.de

Wenn's um Geld geht
 Kreissparkasse
Tübingen

**Dieser Moment, wenn Du merkst,
Du hast die richtige Entscheidung
für Deine Zukunft getroffen.**



**Bewirb Dich unter:
werde-ein-heinrich-schmid.de**

