Lackiererei Boas
Lack und Farben für perfekte Oberflächen.

Am Sportzentrum 3
91629 Weihenzell

Telefon: 09802 / 95 77 350
Telefax: 09802 / 95 77 351

Mobil: 0151/56932287 · E-Mail: info@lackiererei-boas.de

Die Vorstandschaft bedankt sich bei allen ehrenamtlichen Helfern für Ihren unermüdlichen Einsatz rund um den Sportverein, den Sie auch im vergangenen Jahr in Ihrer Freizeit geleistet haben.

HMS | Sessler
Grünpflegemaschinen und mehr!

Grünpflege · Maschinenhandel · Spindelwartung
www.hms-sessler.de

Irrebach 2
91746 Weidenbach
info@hms-sessler.de

Telefon 09826/410
Telefax 09826/9198
Mobil 0170 2752431

www.hms-sessler.de

SC WERNSBACH WEIHENZELL 1960

SC-WW aktuell

Ausgabe Nr. 11

November 2018

Vereinsnachrichten

Lechner & Jurk

Praxis für Massage und Physiotherapie

Praxis Weihenzell, Ansbacher Str. 4, 91629 Weihenzell, Tel. 09802 - 951212
Praxis Ansbach, Oberhäuserstraße 35, 91522 Ansbach, Tel. 0981 - 14400

MH Musikunterricht Haag Weihenzell

Unterricht in

Keyboard. Orgel. Akkordeon. Gitarre. Blockflöte. Klarinette. Saxophon.

Anmeldung jederzeit möglich
Kurse in Gruppen und Einzelunterricht

Gertrud Haag
staatl. geprüfte Musiklehrerin

Mühlleite 6 91629 Weihenzell
Telefon: 09802/7457
www.musikunterricht-haag.de

Mit Ihrer Unterstützung helfen Sie nicht nur dem SC-WW, sondern tragen auch dazu bei, dass Bewegung und Freizeitaktivitäten für Jung und Alt in unserer Heimat zur Verfügung stehen

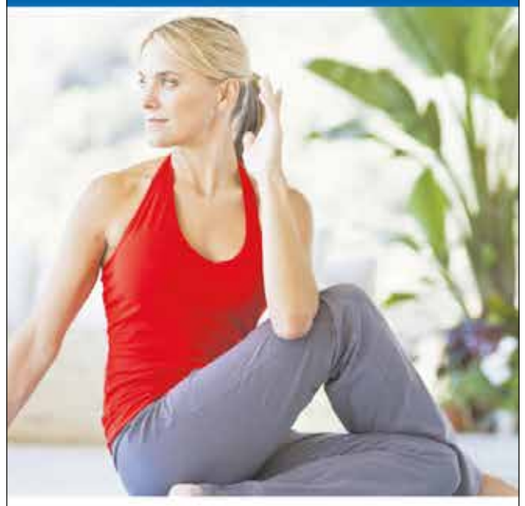
Herzlichen Dank!

GRAPPASHOP
www.grappashop.de

Neu in Weihenzell! Ihr Shop für Grappa u. edle Brände
Verköstigungen vor Ort nach Absprache möglich
Äußere Ansbacher Str. 3, 91629 Weihenzell
E-Mail: vertrieb@grappashop.de, Tel.: 098029588500
Öffnungszeiten: Mo.- Fr. 8.30-18.00 Uhr

Sie haben etwas zu tun? Wir haben die richtige Partner! Schauen Sie sich bei unseren Spornsoren um.

Innovative Technik für volle Flexibilität



Logano plus GB145.
Der neue Öl-Brennwertkessel spart viel Energie – mit Lambdasonden- und Einspritzventiltechnik aus der Automobilindustrie.

Wärme ist unser Element

Buderus

GSH HEIZUNG LÜFTUNG SANITÄR SOLAR
HEIZUNGSBAU GmbH
91522 Ansbach - Obereichenbach
Telefon (09802) 247 + 954646

nah & gut
Partner der EDEKA

Kuffer
nah & günstig!

Folgen Sie mir zur Frische.

Ansbacher Straße 4 • Weihenzell

Will man richtig Kohle sparen, am besten gleich zu VOLLAND fahren!

Volland's Getränkewelt
Zellrüglinger Str.
91629 Weihenzell
Tel. (0 98 02) 89 26
Fax. (0 98 02) 95 78 29

Lösch Depot
Volland,s Getränkewelt
Wir löschen jeden Durst

Montag und Freitag 9.00–12.30 und 14.00–18.00 Uhr
Dienstag–Donnerstag 14.00–18.00 Uhr, Samstag 8.00–13.00 Uhr

Buchhandlung Schreiber
Inhaber: Erich May

Privat:
Kreuzweg 2
91629 Weihenzell

Buchhandlung:
Uzstraße 11
91522 Ansbach
Tel. 09 81 / 32 41
Fax 09 81 / 1 52 12
buchhandlung-schreiber@an24.de

Wir liefern jedes erhältliche Buch frei Haus!

Gasthof
Boo Egerer
Fremdenzimmer / Neubruck

deutsche Küche - thailändische Küche - mit Bestellung

Boo Egerer
Neubruck 9
91590 Bruckberg
Tel.: 09802 / 73 19
Mobil: 0160 56 12 32 2
Zimmerreservierung tel. möglich

Öffnungszeiten:
Mo - Mi ab 16:00 Uhr
Do Ruhetag
Fr ab 16:00 Uhr
Sa 11:00 Uhr - 23:00 Uhr
So 10:00 Uhr - 21:00 Uhr

Elektro Hinnerkopf
Planung • Installation • Elektrogeräte • Kundendienst

Obere Hindenburgstraße 38
91611 Lehrberg
Tel. 09820/91 92-0 • Fax 91 92 31
e-mail: elektro.hinnerkopf@t-online.de

www.GABIONEN24.eu
Sichtschutz - Hangsicherung - Gartengestaltung

Vielen Dank an alle Sponsoren für die tolle Unterstützung des Sportvereins!

Traueranzeigen

In Gedenken an unsere verstorbenen Mitglieder

Emma Bürkel
Vereinsmitglied seit 01.01.1998
verstorben am 08.05.2018

Alfred Foltyn
Am 18. Februar 2018 verstarb Alfred Foltyn. Mitte der 70er Jahre wurde „Fred“ als erster lizenzierter Trainer der Fußball-Herrenmannschaft verpflichtet. Später setzte er sein sportliches Engagement in der Tennis-Abteilung fort.

Geburtstage

Der SC-WW gratuliert seinen Mitgliedern zum Geburtstag:

70er-Geburtstag:

Ingrid Bleicher
Vereinsmitglied seit 23.11.1982

Ursula Kollar
Vereinsmitglied seit 01.02.2016

Günther Schmidt
Vereinsmitglied seit 25.07.1989

Thomas Herms
Vereinsmitglied seit 01.01.1995

Dr. Herbert Bleicher
Vereinsmitglied seit 23.11.1982

Walter Haag
Vereinsmitglied seit 01.01.1965

Horst Gabel
Vereinsmitglied seit 01.01.1985

75er-Geburtstag:

Martin Nölp
Vereinsmitglied seit 01.07.2009

80er-Geburtstag:

Franz Miguletz
Vereinsmitglied seit 06.02.1985

Bettina Hecht
Vereinsmitglied seit 17.02.1982

Alfred Foltyn
Vereinsmitglied seit 01.01.1975

Pilipp Arnold
Vereinsmitglied seit 21.05.1991

Rosemarie Baals
Vereinsmitglied seit 10.04.1986

Louise Heubeck
Vereinsmitglied seit 01.06.1995

Ansprechpartner

1. Vorsitzender
Roman Chorowsky, Tel.: 09802 / 225
E-Mail: 1-vorsitzender@sc-ww.de

2. Vorsitzender, Geschäftsstelle
Rainer Foltyn
E-Mail: geschaeftsstelle@sc-ww.de

3. Vorsitzende, Hauptkassier
Gertraud Keil-Schwender
E-Mail: finanzen@sc-ww.de

Schriftführer
Andreas Bodenmiller

v.l.n.r: Andreas Bodenmiller, Rainer Foltyn, Gertraud Keil-Schwender, Roman Chorowsky

Beisitzer der Vorstandschaft
Andreas Enzner, Volkan Mertkan, Klaus Bratz, Thomas Hofmockel

Ehrenamtsbeauftragter
Franz Oechsner

Mitgliederverwaltung
Monika Nölp
E-Mail: mitgliederverwaltung@sc-ww.de

Gesamtjugendleiter
Ümit Kiral
E-Mail: gesamtjugend@sc-ww.de

Bauwart
Karl Nölp
E-Mail: bauwart@sc-ww.de

Herausgeber:
Sport-Club Wernsbach Weihenzell e.V.

Öffentlichkeitsarbeit
Werner Mauerer
E-Mail: oeffentlichkeit@sc-ww.de

Layout:
Rainer Foltyn

Druck und Fertigung:
Druckerei Scheffel und Verlag GmbH
Kronburger Straße 6, 90530 Wendelstein
E-Mail: scheffel-druckerei@t-online.de
Auflage: 1.250 Stück

Werbung:
Karl-Heinz Zöller & Werner Mauerer
E-Mail: oeffentlichkeit@sc-ww.de

Redaktionsschluss für Heft 12: 31.08.2019

Grußwort des 1. Vorsitzenden

Liebe Mitglieder, liebe Sportfreunde,

zuerst möchte ich mich bei allen Mitgliedern bedanken die mich als 1. Vorstand gewählt haben, und mir dadurch ihr Vertrauen geschenkt haben.

Des Weiteren möchte ich mich auch ganz herzlich bei meinem Vorgänger Karl-Heinz Zöller für seine gewissenhafte und hervorragende Arbeit in den vergangenen Jahren bedanken.

Bei aktuell ca. 1050 Mitgliedern ist es eine große Herausforderung das Amt als Vorstand wahrzunehmen. Hierzu braucht man ein tatkräftiges Team, wie den 2. Vorstand Rainer Foltyn und den 3.Vorstand Gertraud Keil-Schwender als Unterstützung, sowie alle Funktionäre, die sich im Verein einbringen. Daneben bereichern alle aktiven und passiven Mitglieder unseren Verein.

Für das kommende Jahr stehen einige Baumaßnahmen bevor, wie etwa der Umbau der Hans Popp-Halle durch die Gemeinde. Aus Umweltgründen und um Stromkosten zu reduzieren, sind wir in Verhandlungen, eine neue Flutlichtanlage mit „LED-Beleuchtung“ anzuschaffen.

Für die Saison 2018/2019 konnten wir für unsere Herrenfußballmannschaft Thorsten Schletterer, aus Weidenbach als neuen Trainer verpflichten. Er trainierte zuletzt den TSV Weidenbach-Triesdorf.

Die Planung für die Zukunft eines Vergnügungsausschuss wird als sehr dringend notwendig erachtet. Viele Veranstaltungen werden schon automatisch organisiert, unter anderem der Faschingsball. Ziel ist es jedoch, feste Ansprechpartner zu haben, die dann diese Themen in den einzelnen Abteilungen weiter tragen und die Vorstandschaft dadurch entlasten. Es soll dadurch eine stabile Struktur geschaffen werden. Welche Veranstaltung gibt es: Faschingsball, Weihnachtsmarkt, Schafkopfturnier, Sportwochenende, Helfer-Essen und alle zwei Jahre Ehrenabend. Wer sich angesprochen fühlt, sollte sich bitte bei der Vorstandschaft melden.

Abschließend möchte ich mich bei Allen bedanken die unseren Verein mit viel Herzblut und Engagement ehrenamtlich unterstützen.
Ein großes Dankeschön auch an alle unsere Sponsoren, ohne die wäre vieles nicht möglich.

Ich wünsche allen Mitgliedern und Ihren Familien ein besinnliches Weihnachtsfest, einen guten Rutsch und viel Gesundheit im neuen Jahr.

Sportliche Grüße

Roman Chorowsky

Unterstützung gesucht!
Ein Verein mit dieser hohen Mitgliederzahl, einem breiten Sprotangebot und den Veranstaltungen ist natürlich auf die Mithilfe aller Mitglieder angewiesen. Dabei handelt es sich zum einen um „klassische“ Helferaufgaben in der Bereichen der Sportanlagenwartung und -pflege, bei denen immer helfende Hände benötigt werden.

Der andere Bereich ist die Übernahme kleiner Aufgaben im organisatorischen Bereich:
- Trainer / Betreuer im Kinder- / Jugendbereich
- Organisatoren für einzelne Veranstaltungen des SC-WW (diese Aufgaben fallen nur einmal pro pro Jahr zu den Veranstaltungen an)
- allg. Entlastung der Vorstände, Abteilungsleiter und Beisitzer (Stichwort Aufgabenteilung!)

Je weniger freiwillige Helfer es in einem Verein gibt, desto mehr Tätigkeiten müssen (wenn möglich) an externe Partner abgegeben werden, was zur Folge hat, dass die Mitgliedsbeiträge deutlich erhöht werden müsssen. Ist eine Fremdvergabe nicht möglich sterben Sportangebote oder Veranstaltungen einfach aus.

Wenn Sie den Verein unterstützen möchten, kommen Sie einfach (unverbindlich) auf uns zu.

Vielen Dank!

Gemeinsam Weihenzell in Bewegung halten!

Zahlen, Daten, Fakten

Mitglieder:	1039
Fitness & Gesundheit	462
Fußball	393
Badminton	49
Karate	54
Tennis	49
Volleyball	24
Integrationssport	8
Jüngstes Mitglied	1 Jahr
Ältestes Mitglied	92 Jahre
Anzahl Abteilungen	7
Anzahl Sportgruppen	36

Website: www.sc-ww.de
Facebook: @SCWernsbachWeihenzell

Partnerverein: 1.FFC Fortuna Dresden

Öffnungszeiten Sportgaststätte
Donnerstag, 19:30 Uhr - 00:00 Uhr und an den Heimspielen der Fußball-Herren

Fleißige Helfer

Unser Ehrenmitglied Hermann Schmidt hatte bei der Suche nach gebrauchtem Straßen-Pflaster erfahren, dass in Ammerndorf Pflaster kostenlos abgegeben wird. In einer spontanen Aktion waren sehr schnell freiwillige Helfer gefunden, die das Pflaster ausbauten und auf Palletten schlichteten. Die Steine wurden dann zum Sportplatz nach Weihenzell transportiert und dort wieder eingebaut. Wie man aus dieser Aktion sieht, haben wir im Verein viele ehrenamtliche Helfer, die zupacken, wenn sie gebraucht werden. Wir danken dem Organisator herzlich für sein unermüdliches Engagement und freuen uns über jeden und jede, die den Verein bei Baumaßnahmen, bei der Unterhaltung der Sportanlagen und bei der Durchführung des Sportbetriebes unterstützen.

Wenn der Fußball auf einem gut gepflegten Rasen berechenbar rollt, kann sich ein gutes störungsfreies Fußballspiel entwickeln. Dafür sorgen, von der Öffentlichkeit kaum beachtet, bereits seit vielen Jahren die fleißigen ehrenamtlichen “Kapitäne der Rasenmäher”, unsere Platzwarte. Der neue Spindelrasenmäher wurde mit finanzieller Unterstützung der Gemeinde erworben.

Integrationssport

Bunt gemischtes Jahr aus Fortbildung, Wettkampfdasein und Reitsport

Traditionell am Tag der Deutschen Einheit fand zum letzten Mal der Integrative Straßenlauf in Gollhofen statt. Als alleinige Starterin war Kerstin Wolf vom SC Wernsbach-Weihenzell der erste Platz aufgrund vorzeitigen Abbruchs des Mitstreiters auf der Strecke über 20 km mit dem Handbike nach nur 55:02 Minuten gesichert.

Auch für 2018 haben sich die Bedingungen zum Erwerb des Sportabzeichens geändert. Daher wurde vom Behinderten- und Rehabilitationssportverband Mittelfranken erneut eine Fortbildung hierzu angeboten, welche am 17. März von Inge Bürkel und Kerstin Wolf in Streudorf bei Gunzenhausen besucht wurde.

Durch Kerstin Wolf wurde am 21. / 22. April auch in diesem Jahr wieder die Fortbildung zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz C im Allgemeinen Behindertensport des Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes Bayern (BVS), ein Teil des Übungsleiter C im Reitsport für Behinderte als kombinierte Lizenz, abgehalten. Den Beginn der 15 Unterrichtseinheiten am Samstagnachmittag füllten verschiedene Elemente aus dem Bereich der Rückenschule unter Einsatz verschiedenster Materialien und Übungsgeräte. Da alle 24 Teilnehmerinnen und Teilnehmer seit Freitag 15 Unterrichtseinheiten mit der Verlängerung der Lizenz „Reitsport für Behinderte“ hinter sich hatten und buchstäblich die Luft ausging, wurde am Abend der theoretische Teil mit Wissen zum Thema Vorsatzgeräte für den Rollstuhl ergänzt.

So konnten am Sonntag wieder voller Energie und Tatendrang Techniken im Umgang mit dem Rollstuhl, verschiedenen Bewegungsspielen, wie sie auch im Reitsport sinnvoll mit Erfolg umgesetzt werden können und Mannschaftssport mit Begeisterung erlernt werden. Zum ersten Mal waren auch zwei Teilnehmer dabei, welche die alleinige Lizenz „Allgemeiner Behindertensport“ verlängert haben.

Erster Mittwoch im Juli – ein fester Termin bei der Lebenshilfe Ansbach für den Netzwerklauf. Wie in den zwei Jahren zuvor war die Abteilung Integrationssport am 1,2 km Rollilauf mit 3 Teilnehmerinnen (auch Ehemalige) vertreten und sicherte sich ohne Konkurrenz die vorderen Pokalplätze.

Rollisport findet aktuell mangels ausreichender Beteiligung nach Absprache gelegentlich statt.

Hingegen der Reitsport am Freitag in Kooperation mit der Reittherapie Kerstin Wolf erfreut sich großer Beliebtheit. Sechs Teilnehmer mit und knapp so viele ohne Handicap gestalten die Stunden am, auf und mit dem Pferd individuell und doch abwechslungsreich mit Turnübungen, Entspannung, Trail oder Geschicklichkeit.

Kerstin Wolf

Fußball

U13/U15 Mädchenfussball

Die beiden Mädchen-Mannschaften haben 2017/18 nicht am Verbands-Spielbetrieb teilgenommen.
Von insgesamt 16 Mädchen haben im Durchschnitt immer etwa 10 Spielerinnen am Training teilgenommen.
Im Februar traten wir beim Hallenturnier des TSV Brodswinden in der Weinbergturnhalle an. Wie im Vorjahr waren 15 Mädchen dabei. Obwohl nicht immer alle mitspielen konnten, war der Zusammenhalt der Mannschaft riesig. Im letzten Spiel hat es dann auch endlich mit einem Tor geklappt und der erste Sieg gab den Mädchen großes Selbstvertrauen. Da sich die Mannschaft inzwischen durch ihren Kampf- und Teamgeist in die Herzen der Zuschauer gespielt hat, war die Stimmung in der Halle super. Im Sommer hatten wir noch zwei Freundschaftsspiele gegen die U15 – Mannschaft des SV Mosbach.

Das „Wunder“ von Weihenzell

Nach dem Aufstieg in die Bezirksoberliga 2017 stand die junge Weihenzeller Frauenfußballmannschaft vor einen großen Berg an Neuerungen. Schließlich ging es nun gegen neue Gegnerinnen. Die Aufgabe als junges und unerfahrenes Team in der BOL auf so erfahrene Teams zu treffen, war eine riesige Herausforderung.
So zahlte man in der kompletten Vorrunde zahlreich Lehrgeld, lediglich gegen den Mitaufsteiger SV Leerstetten konnte man einen Punkt holen. Somit lag man in der Winterpause mit einem Punkt auf dem letzten Tabellenplatz und hatte auf das rettende Ufer 12 Punkte Rückstand. Doch das Trainerteam glaubte an unsere Frauen und so impften beide Coaches dem Team neuen Mut, Selbstvertrauen und den Glauben ein, das Wunder Klassenerhalt noch zu schaffen. Nach dem perfekten Rückrundenauftakt mit Siegen gegen die direkte Konkurrenz startete unser Frauenteam eine grandiose Aufholjagd. Unglaubliche 15 Punkte konnte man in der Rückrunde noch für sich verbuchen, was gleichzeitig auch den direkten Klassenerhalt sicherte. Diese enorme Teamleistung wurde natürlich gefeiert wie ein Aufstieg. Zugleich muss man erwähnen, dass seit dem großen Umbruch vor gut eineinhalb Jahren sich etwas Großes rund um den Frauenfußball entwickelt hat. Nach der erneuten Abmeldung unserer 2. Frauenmannschaft, welche durch Verletzte und 5 (!) Schwangerschaften nötig geworden war, ergab sich ein enormer Zuwachs.

Am 30.06. diesen Jahres veranstaltete man einen Tag des Mädchenfußballs, welcher den Zulauf an aktiven Spielerinnen neu ankurbelte. So können wir insgesamt 36 neue Frauen und Mädchen im Verein begrüßen. Neben unserer 1. Frauenmannschaft konnte eine Hobby-Freizeitfrauenmannschaft gegründet werden, welche ebenso im aktiven Spielbetrieb gemeldet wurde, wie eine neue U17-Mädchenmannschaft.Im Vergleich zu anderen Vereinen wächst also bei uns der Frauen- und Mädchenfußball, was mehr als erfreulich für alle sein dürfte.
Weitere Highlights waren sicher wieder der große Hallencup der Frauen sowie ein Teamausflug nach Augsburg incl. Vorbereitungsspiel auf dem Nachwuchsleistungszentrum des FC Augsburg.
Aktuell ist die Saison noch sehr frisch. Im Gegensatz zum vorherigen Jahr konnte unsere 1. Frau-

Skifahrt nach Schladming

Unsere diesjährige Skifahrt führte uns nach Schladming/ Dachstein ins Hotel Reisslerhof.
Wir fuhren am Freitag direkt ins Skigebiet Planai, wo wir hervorragende Schneeverhältnisse vorfanden. Unsere Nichtskifahrer unternahmen eine Wanderung zur Reiteralm. Nach dem traditionellen Après-Ski am Bus traten wir unsere Rückfahrt ins Hotel an, wo wir bereits mit einem kleinen Umtrunk erwartet wurden.
Den Samstag nutzten viele, das vielseitige Skigebiet mit Planai, Haus Ennstal und Hauser Kaibling bei bestem Wetter zu erkunden.
Am Sonntag ging es nach dem Frühstück zum letzten Mal auf die Piste, wo wir am gegen 16:00Uhr die Heimreise antraten.
Da wir vom Hotel sehr gut aufgenommen und auch bewirtet wurden, beschlossen wir bereits bei der Heimreise, auch 2019 wieder nach Schladming zu fahren.

Karl-Heinz Zöller

Die Anmeldung für 2019 läuft bereits!

Aus dem Verein

50 Jahre Landjugend Weihenzell
Beim großen Festumzug der Landjugend Weihenzell am 30. Juni 2018 war der SC-WW natürlich mit mehreren Sprotgruppen mit von der Partie.
Der SC-WW gratuliert der Landjugend Weihenzell zum 50-jährigem Jubiläum.

Dorn-Bräu
Hopfen und Malz, Gott erhalt's
Bruckberg

schwab
TIEFBAU
Straßenbau • Erdbau
Außenanlagen
Pflasterarbeiten
Haasgang 7 • 91629 Weihenzell • Tel. 09828/12 82

Jahreshauptversammlung 2018
Am 27. April 2018 fand die jährliche Jahreshauptversammlung des SC-WW statt. Besonderheit in diesem Jahr waren die anstehenden Neuwahlen der Vorstandschaft. Unser bisheriger 1. Vorsitzender, Karl-Heinz Zöller, hat sich aus Altersgründen nicht mehr zur Verfügung gestellt.

Ergebnis der Wahlen:
1. Vorsitzender: Roman Chorowsky
2. Vorsitzender: Rainer Foltyn
3. Vorsitzende: Gertraud Keil-Schwender

Der SC-WW bedankt sich besonders bei Karl-Heinz Zöller für seinen vorbildlichen Einsatz für den Verein, sowohl vor seiner Zeit als 1. Vorsitzender, als auch in der Zeit nach den Wahlen in der er uns bei Fragen und Problemen immer zur Seite stand. Wir wünschen alles Gute für den „Ruhestand".

enmannschaft Ihren ersten Sieg im 3. Spiel feiern und kämpft jedoch wie jedes Jahr mit einigen Ausfällen. Doch man wird auch dieses Jahr versuchen, im Konzert der Großen in der BOL zu bestehen. Unsere 2. Frauenmannschaft hat bislang erst ein Spiel hinter sich gebracht, welches leider verloren gegangen ist. Unsere U17-Mädels starteten super in die neue Saison. In 3 Spielen stehen 2 Siege und eine Niederlage auf unserem Konto.
Auch in dieser Saison ist wieder einiges geplant, damit der Frauen- und Mädchenfußball in Weihenzell gestärkt und gefördert wird.

Marcus Hübschmann & Pru Bellmunt

G-Jugend
Seit Oktober 2017 trainieren die Minis wieder fleißig und voller Begeisterung. Aktuell sind es 15 Jungs im Alter von 4-6 Jahren, die eifrig dem Ball hinterher jagen und jede Woche voller Elan am Sportplatz toben. Im Juli haben wir als Highlight für die Saison das erste Turnier, die Mini-WM in Lehrberg, bestritten. Trotz der verlorenen Spiele standen Spaß und Teamgeist im Vordergrund. Das Training der Minis findet immer Freitags von 17:00-18:00 Uhr statt.

F-Jugend
In der Saison 2018/2019 haben wir nur eine F-Mannschaft im Spielbetrieb, bestehend aus den 2010er und 2011er Jahrgängen. Die Spiele unserer F-Junioren werden in Form eines kindgerechten Fußballspiels im Rahmen der „Fair Play Liga" ausgetragen. Das heißt, die Spiele werden ohne Schiedsrichter durchgeführt, und die Spieler treffen grundsätzlich selbst ihre Entscheidungen auf dem Platz. Auch werden die Ergebnisse in keiner Tabelle gelistet.
Ein starker Trainingsbesuch und die „guten Nerven" des Trainers sind die Basis für die erfreuliche Entwicklung unserer Mannschaft, deren Motto „Gemeinsam sind wir stark" heißt. Spielspaß ist ebenso wichtig wie die Entwicklung von Teamgeist. Natürlich steht die Spieltechnik im Fokus, jedoch auch Ausdauer und Geschicklichkeit mit dem Ball.
Die Jungs haben bereits in der Saison zuvor als F2-Mannschaft zum ersten Mal am „echten" Spielbetrieb teilgenommen und ihre ersten Erfahrungen gesammelt. In der Hinrunde wurden von 7 Spielen 4 gewonnen und 3 verloren.
In der Rückrunde wurden von diesen 7 Spielen bereits 5 gewonnen und nur noch 2 verloren. Aber ein Sieg steht nicht immer an erster Stelle, auch verlieren muss gelernt sein und bei solchen Spielen die Erkenntnis, eventuelle spielerische Schwächen durch Kampfgeist und Leidenschaft wieder wettzumachen. Eltern, Geschwister, Großeltern und andere Betreuer wurden von den 7- bis 8-Jährigen immer wieder durch deren überzeugende Spiele mitgerissen und begeistert. Und deren Unterstützung als Fanblock war natürlich auch bei den Hallen-Turnieren in Ansbach-Eyb, Ansbach-Fichte und Emskirchen, an denen wir in der Winterspielpause teilgenommen hatten, wertvoll.

Ebenso bei unserem weiteren Highlight, der Mini-WM in Lehrberg, in der Sommerspielpause. Die neue Saison hat bereits ganz gut begonnen. Bei den begeisterungsfähigen Eltern und möchten wir uns für die tolle Unterstützung bedanken.

Wolfgang Ringel und Jürgen Popp

D-Jugend
Wir starteten die Saison mit einem Kader von 15 Spielern. Bei manchen Spielen mussten wir wegen Verletzungen mit weniger Kindern antreten, so dass auch ein Spieler aus der F-Jugend aushalf. Es war für uns als D2-Jugend eine lange und harte Saison, da wir überwiegend gegen D1-Mannschaften gespielt haben. Gegen die wenigen D2-Mannschaften haben wir in der Vorrunde noch gewonnen, in der Rückrunde dann leider nicht mehr, da die Gegner überwiegend mit D1-Spielern antraten.

Sportlich haben sich die Kinder durch diese Anforderung gut weiter entwickelt. In der gegenwärtigen Saison 2018/19 möchten wir im vorderen Drittel der Tabelle mitspielen, vorausgesetzt, alle Kids bleiben verletzungsfrei, weil wir mit einem personell recht überschaubaren Kader spielen.
Unser Höhepunkt in der vergangenen Saison war die Teilnahme an der Mini-WM in Lehrberg. Wir vertraten das Land Schweden. Als einzige D2-Jugend im ganzen Turnier spielten wir ohne Druck und mit großem Spaß.

Karl-Heinz Dittmar und Markus Skuthan

C-Jugend

18 hochmotivierte Spieler und drei engagierte Trainer starteten in eine überaus erfolgreiche Saison 2017/18. Was sich auch schon in der vergangenen Saison zeigte, bestätigte sich sehr deutlich in dieser Spielrunde. Die Erfahrung der beiden vergangenen Saisonen, mit älteren Jahrgängen zu spielen, brachte unsere Jungs ein ganzes Stück weiter und so konnten sie dieses Jahr zwei tolle Erfolge feiern.
Souverän erspielten sie sich die Meisterschaft. 16 Siege und 1 Niederlage, ein Torverhältnis von 104 : 22 bedeuteten den Aufstieg in die Kreisklasse. Dieser wurde dann auch am letzten Spieltag beim Saisonabschluss ausgiebig gefeiert. Bei Burgern und Pommes verbrachten die Spieler, Trainer und Eltern einige schöne Stunden.
Das Saisonhighlight war heuer allerdings die Pokalrunde. Im Baupokal erreichte unsere Mannschaft, von anfangs 96, die Endrunde der letzten 4 im Kreis Nürnberg/Frankenhöhe. Dazu mussten auch höherklassige Gegner, wie die SV Weigenheim oder der TSV Neuendettelsau bezwungen werden. Dies gelang in spannenden und kämpferischen Begegnungen. Am 1. Mai wurde der Kreispokalsieger auf unserer Sportanlage ermittelt. Nach einer Niederlage gegen die SpVgg Ansbach, einer Begegnung die den Ansbachern einiges abforderten, spielten unsere Jungs gegen den SV Buch um den dritten Platz. Ein hoher Sieg mit 5 : 1 bedeutete einen großartigen Erfolg für die Mannschaft mit Trainern und ein tolles Erlebnis für alle Beteiligten. Denn Ausrichter dieser Endrunde war der SCWW als Verein der niedrigsten Spielklasse. Das bedeutete zwar viel Arbeit und Organisation in kurzer Zeit, aber mit großem Einsatz der Eltern und vielen Helfern, wurde ein tolles Turnier veranstaltet, das nicht nur von den anwesenden BFV-Vertretern gewürdigt wurde.

B-Jugend

Die Mannschaft absolvierte in der letzten Saison 18 Punktspiele in der Kreisklasse 1.
Die U17-Spieler belegten zum Saisonende trotz nur einer Niederlage und zweier Unentschieden einen hervorragenden 2. Platz mit 47 Punkten und 69:18 Toren.
Die meisten Treffer unseres Teams erzielte Simon Fränzel mit 47 Toren, gefolgt von Henri Stahl 13, Domi Hecht 9 und Alex Minke mit 8 Toren.
Es war nicht einfach, eine Mannschaft aus 4 Vereinen in Richtung eines taktischen Konzepts zu trainieren, da des Öfteren Spieler beim Training fehlten, weil Sie keinen Fahrer hatten oder einen anderen Absagegrund.
Wir wünschen den Jungs für die Zukunft weiterhin viel Erfolg und Spaß beim Fußballspielen!

Herrenmannschaft

Nach einer turbulenten letzten Saison mit Höhen und Tiefen konnte die 1. Mannschaft am Ende der Saison 2017/2018 einen guten 5-ten Tabellenplatz erreichen. Bei der 2ten Mannschaft musste man nach drei erfolgreichen Jahren in der A-Klasse wieder den Gang in die B-Klasse antreten.
Zur neuen Saison wurde der ehemalige Landesligaspieler sowie erfahrene Trainer Thorsten Schletterer überzeugt, den nicht gerade kurzen Anfahrtsweg aus Weidenbach auf sich zu nehmen und unsere beiden Herrenmannschaften zu übernehmen. Des Weiteren konnten einige Spieler reaktiviert werden, sodass ein breiter Kader für beide Mannschaften

Karate

Lehrgänge

Dieses Jahr waren wir auf dem Lehrgang zum 40-jährigen Bestehen der Karateabteilung der SpVgg Ansbach eingeladen. Das Dojo ist mit Abstand das älteste in der Umgebung und die Keimzelle fast aller anderen Dojos im näheren Umkreis. Diese wurden wie auch unser Dojo von Karatekas aus Ansbach gegründet. Eine Trainingseinheit hielt unserer Trainer Dieter Scheuenstuhl, der Gründungsmitglied der Karateabteilung der SpVgg Ansbach ist.
Mitglieder des Bushido Wernsbach-Weihenzell besuchten unter anderem Lehrgänge in Nürnberg, Veitshöchheim und Sugenheim.
Für 2019 planen wir wieder einen eigenen Lehrgang mit dem Nationalcoach unseres Verbandes, Thomas Schulze (6. Dan).

Ferien(s)pass und Schnuppertraining

Erfreulicherweise konnte die Abteilung auch 2018 eine Trainingseinheit im Rahmen des Ferien(s)passprogrammes der Gemeinde Weihenzell anbieten. Zusätzlich führten Trainer der Abteilung ein Schnuppertraining für alle Klassen der Eichenbergschule Weihenzell durch.

Jugend

Aktuell nehmen knapp 20 Kinder am Kindertraining teil. Durch Neueinsteiger konnten wir die Abgänge gut ausgleichen. Die Kinder werden spielerisch an die Kampfkunst Karate-Do herangeführt. Vor den Sommerferien legten 12 Kinder erfolgreich die Prüfung zum nächsthöheren Gürtel ab.

4. Dan für Dieter Scheuenstuhl

Unser Erwachsenentrainer Dieter Scheuenstuhl ließ sich seinen aktuellen Trainingsstand bestätigen und legte auf dem Gasshuku in Baden-Baden erfolgreich die Prüfung zum 4. Dan (4. Schwarzgurt) ab. Das Gasshuku ist ein einwöchiger Lehrgang mit Spitzentrainern, der immer im Sommer an wechselnden Standorten durchgeführt wird.

Trainingszeiten:

Kinder und Jugendliche trainieren montags von 18:00 bis 19:15 Uhr in der Hans-Popp-Halle, Erwachsene am Montag und Donnerstag von 19:30 bis 21:00 Uhr im Mehrzweckraum der Hans-Popp-Halle. Ein Probetraining ist für Erwachsene jederzeit möglich, Kinder auf Anfrage. Zur Ausübung sind keine besonderen körperlichen Fähigkeiten notwendig. Das Training findet Barfuss statt. Bitte einfache, lockere Sportkleidung mitbringen. Ein Einstieg ist in jedem Alter ohne weitere Vorkenntnisse möglich, Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen. In der Abteilung wird traditionelles Karate gelehrt, das mehr dem Breitensport zuzuordnen ist. Körperbeherrschung und Bewegungsabläufe stehen im Vordergrund.

Andreas Fabi

Volleyball

„Are you ready? – Yeah“

Auch dieses Jahr sind wir wieder mit Siegeswille und Kampfgeist gemeinsam mit unserer Spielgemeinschaft SC Lichtenau-Wernsbach Weihenzell in die neue Saison 2018/2019 gestartet. Nachdem wir im vergangenen Jahr in der Relegation nur knapp den Aufstieg in die Bezirksklasse verpasst haben, wollen wir es diese Saison endlich schaffen. Wir sind motiviert und freuen uns über jeden Zuschauer, der uns an den Heimspieltagen unterstützt und anfeuert.

Das Jugendtraining findet immer dienstags um 18.30 Uhr statt. Alle zwei Wochen nehmen auch die Spielerinnen aus der Damenmannschaft am Jugendtraining teil, sodass die Mädels möglichst viel Spielerfahrung sammeln können.

Nach den langen Spieltagen am Samstag darf natürlich auch eine Stärkung nicht fehlen. So gehört bei uns ein Ausklang mit lustigen Beisammen sein und Pizza, Pasta & Co. fast immer mit dazu.

Bist auch Du motiviert und volleyballbegeistert? Dann schau doch einfach mal bei uns im Training vorbei!

Lisa Nölp

Neu im Sportheim Weihenzell:

Pizza im Sportheim
des SC Wernsbach-Weihenzell!

- an Heimspielen des SC Wernsbach-Weihenzell **ab 17 Uhr bis 20 Uhr**
- jeden **ersten Donnerstag im Monat** ab 19 Uhr
- zum Mitnehmen oder Verzehr im Sportheim

Telefonnummer: 09802/957588

Pizza Speisekarte

21 cm Durchmesser :

Salami Chilli	Salami, scharfe Chilli-Schoten, Mozzarella
Sommer	Schinken, Tomaten, Ananas, Käse
Flammkuchen	Schinken, Lauch, Zwiebeln, Speck
Kreta	Rinderhackfleisch, Tomaten, Gurken, Zwiebel, Knoblauch
Western	Rinderhackfleisch, Speck, Zwiebel, BBQ-Soße
Spezial	Hinterschinken, Salami, Paprika, Zwiebel
Classic	Hinterschinken, Salami, Champignon
Vegetarisch	Champignon, Mais, Paprika, Gurke, Käse
Bruscetta	Mozzarella, Knoblauch, Tomaten,
Salami	Salami
Margarita	Mozzarella
Mexicana	Schinken, Paprika, Peperoni, Mais, Rinderhackfleisch, Zwiebel

29 cm Durchmesser :

Classic	Hinterschinken, Salami, Champignon

für die neue Saison zur Verfügung steht. Nach den ersten Trainingseinheiten konnte man bereits feststellen, dass man mit Thorstens sportlicher Erfahrung sowie dem kameradschaftlichen Umgang miteinander die richtige Wahl getroffen hat.

Nach einer intensiven Vorbereitung, bei welcher die sehr gute Trainingsbeteiligung hervorzuheben ist, hatte man sich vorgenommen, gut in die neue Saison zu starten. Nach dem 7. Spieltag kann bei der zweiten Mannschaft von einem überaus positiv Start sprechen. Aktuell steht man bei 11 Punkten und hält Anschluss an die vorderen Tabellenplätze. Bei den zwei Niederlagen, welche man bis dato einstecken musste, hatte sich der Gegner jeweils mit Spielern aus der 1. Mannschaft verstärkt, so dass man gegen Meinhardswinden II sowie Rügland II jeweils knappe Niederlagen einstecken musste. Das Ziel für die Saison sollte ein Tabellenplatz unter den ersten Fünf sein.

Bei der 1. Mannschaft wartet man aktuell noch darauf, dass man die guten Trainingsleistungen auch in den Spielen auf den Platz bringen kann und eine ausreichende Konstanz in das Spiel bekommt. Nach dem 7. Spieltag musste man zwar erst eine Niederlage gegen Rothenburg einstecken, konnte aber auch erst zwei Spiele siegreich gestalten. Somit steht man aktuell im Tabellenmittelfeld und muss in den nächsten Wochen versuchen, den Anschluss an das vordere Drittel nicht zu verlieren.

Vor allem erhofft man sich, dass man zu Hause endlich den ersten Dreier einfahren kann, damit die Heimstärke, welche uns die letzten Jahre ausgezeichnet hat, wieder zurückkehrt. In der starken und ausgeglichenen Kreisklasse hat man sich zum Ziel gesetzt, schnellstmöglich die notwendigen Punkte für den Klassenerhalt zu erkämpfen.

WÜRFLEIN
HEIZUNG · LÜFTUNG · SANITÄR
Fragen rund um ...
... Heizung | Lüftung | Sanitär | Solaranlagen | kontrollierte Wohnraumlüftung | Wärmepumpen | Blockheizkraftwerk
Wir haben die Lösung
Würflein Haustechnik GmbH & Co. KG
Am Sportzentrum 5 · 91629 Weihenzell
Tel.: 09802 95100 · Fax 09802 1448
www.wuerflein-haustechnik.de
E-Mail: wuerflein-haustechnik@t-online.de

Als professionelle Physiotherapeuten sind Martin Lechner und Waldemar Jurk extrem wichtig für uns als Mannschaft um unsere Mannschaft stetig fit zu halten bzw. nach Verletzungen die Spieler wieder schnell zurück auf den Rasen zu bringen. Nun haben sich beide dazu entschlossen die Herrenmannschaft des SCWW nicht nur fit sondern auch schick im neuen Nike Trikotsatz auf den Rasen zu schicken!

Wir bedanken uns sehr herzlich und hoffen viele Siege mit den neuen Trikots einzufahren! Am Material kann es nun nicht mehr liegen!

Automobil Service
HARTIG
GmbH & Co. KG
info@automobil-service-hartig.de
Äußere Ansbacher Str. 7 • 91629 Weihenzell
Tel: 0 98 02 / 89 89 • Fax: 0 98 02 / 79 47

Tennis

Die Saison startete Anfang Mai mit dem ersten Die Saison startete Anfang Mai mit dem ersten Punktspiel in der Mixed-Gruppe G013. In dieser neu eingerichteten Liga spielten wir gegen Dürrwangen, Kleinschwarzenlohe, Merkendorf, Weiherhof und Wolkersdorf. Zum Saisonende belegten unsere Spieler*innen Rang sechs. Bei den Herren lief es bedeutend besser. In der Herren 50 Kreisklasse 4, in der es gegen TSV Ansbach, Dombühl-Schillingsfürst, Ickelheim, Münchsteinach, Schalkhausen und Vestenbergsgreuth ging, belegte unsere Spielgemeinschaft SCWW/ TTC70 Bruckberg den ersten Platz.

Natürlich fand auch dieses Jahr unser traditionelles Schleifchenturnier statt, wie meistens an Pfingsten. Bei der Vereinsmeisterschaft, die am 9. September ausgespielt wurde, gab es folgendes Ergebnis:

1. Waltraud Stachetzki und Helmut Haag
2. Renate Schmidt und Wilhelm Weiß
3. Karin Steiner und Thomas Herms

Dr. Katharina Hahn, Gertrud Haag, Renate Schmidt, Helmut Haag, Waltraud Stachetzki, Karin Steiner, Thomas Herms

Einzel sowie Damen- und Herrendoppel wurden nicht gespielt.
Im April fand unsere Abteilungsversammlung ohne Neuwahlen statt.

Der Frühlings-Fahrradausflug der Damen führte in die Spalter Gegend, ihre Sommerwanderung in das Altmühltal. Anfang Oktober wanderten wir rund um Neuhof an der Zenn. Hier durften auch die Männer wieder mit.
Nach Redaktionsschluss stehen noch das Weinfest, die Weihnachtsfeier mit Adventswanderung und der alljährliche Ausflug zu einem Weihnachtsmarkt auf dem Programm.
Noch zu erwähnen ist, dass unsere Abteilung, vertreten durch den Jugendleiter Wilhelm Weiß, in Cooperation mit dem Deutschen Tennis-Bund und der Eichenberg-Schule im Rahmen der Talentino-Aktion im Juni ein Schnuppertraining für Schüler veranstaltete, das regen Zuspruch fand. Ob sich daraus dauerhaft neue Mitglieder ergeben, muss sich zeigen.
Ich bedanke mich bei den Tennislern, die durch ihre Mithilfe dazu beigetragen haben, dass auch dieses Jahr unsere Veranstaltungen wieder erfolgreichstattfinden konnten.
In den Wintermonaten wird wieder in Dietenhofen in der Halle gespielt.

Sportabzeichen
Jeden Sommer bietet der SC-WW ein abwechslungsreiches Training zum Erreichen des Sportabzeichens an. Vielen macht es einfach Spaß, sich in der Gruppe anzufeuern und zu unterstützen. Man lernt seine körperlichen Fähigkeiten ebenso kennen wie seine Grenzen. Und gerade die zu erweitern, ist eine der Motivationen für die Teilnehmer, an diesem schönen Training teilzunehmen.
Die große Bandbreite von 19 Sportarten innerhalb von vier Disziplingruppen bietet jedem Sportfreund genügend Auswahl und die für ihn bzw. sie geeignete Sportart. Selbst die Kinder sind mit großem Eifer und Erfolgswillen bei der Sache.

Pilates
Die Pilates Gruppe der Abteilung Fitness und Gesundheit unter der Leitung von Melanie Weth trainiert jeden Montag im Karateraum der Hans Popp Halle. Die fachliche Einführung in die Pilates-Methode und die fachkundige Begleitung sind wichtig, um Bewegungs- und Haltungsfehler zu vermeiden. Die Pilates-Methode ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tief liegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen sollen. Das Training umfasst Kraftübungen, Stretching und bewusste Atmung. Besonderes Augenmerk gilt der Körpermitte. Durch die Aktivierung dieses Kraftzentrums (Powerhouse) werden Taille und Hüfte - sozusagen als Nebenwirkung - schlanker. Pilates bringt Muskeln und Gelenke wieder in Schwung, ohne sie zu belasten.
Menschen, die Pilates trainieren, wirken größer, aufrechter, gelassener und schlanker - einfach natürlicher. Ist das nicht ein Grund mit dem Training zu beginnen?

Hans Bürkel
Bauunternehmung GmbH

Wir bieten:
- Bauplanerstellung
- Energieberatung nach EnEV
- Neubau von Ein-, Mehrfamilienhäusern
- Maurer-, Fliesenleger-, Putzarbeiten
- Altbausanierung
- Fassadensanierung
- Dacharbeiten
- Baustoffe und Maschinen

Beste Bauausführung, fachmännische Beratung und qualifizierte Mitarbeiter.

Frankendorf 2, 91629 Weihenzell, Tel. 09802/265, Fax 09802/7377
E-Mail: kontakt@buerkel-bau.de

HOLZBAU
HOLZMANN & GRAUF GMBH

Wüstendorfer Straße 10
91629 Weihenzell
Telefon 0981 4817778

www.holzbauholzmann-grauf.de

Yoga

Mountainbike

Die MTB-Gruppe ist ein Teil der Abteilung Fitness & Gesundheit. Sportliches Radfahren in der freien Natur ist unser Ziel. In den Sommermonaten treffen wir uns jeden Dienstagabend zu einer Ausfahrt in die nähere Umgebung. Gelegentlich findet auch ein kurzer Stopp in einem Biergarten statt.

Zweimal im Jahr unternehmen wir größere Touren. Im Juli verbrachten wir ein Wochenende in Oberstdorf. 2 ½ Tage lang ging es dabei immer wieder bergauf und bergab. Am Ende belief sich die MTB-Statistik auf 110 km und 4.400 Höhenmeter. Als Belohnung winkte jeden Abend eine gesellige Runde bei gutem Essen und Trinken.
Die Herbstausfahrt führte auch dieses Jahr wieder nach Greding. Siegfried Meier hatte eine sehr schöne Tour mit vielen Trails ausgesucht. Bei bestem Wetter genossen wir die Tour, die herrliche Landschaft, die vielen Informationen unseres Guides und die lokalen Einkehrmöglichkeiten.
Nach Abschluss der diesjährigen Saison blicken wir auf eine gelungene Fahrradsaison zurück und freuen uns schon jetzt auf das nächste MTB-Jahr.

Karl Nölp

Auf unserer Sportanlage stehen drei sehr gut bespielbare Sandplätze zur Verfügung, die von Mitte April bis zu den ersten Frösten im Herbst zum Spielen einladen. Auch Nichtmitglieder können sich hier gegen eine geringe Gebühr am Tennissport erfreuen.

Günther Kalke

Wenn der Ball mal nicht rund und die 11 doch keine Freunde sind, dann kommen wir ins Spiel: die **Versicherungskammer Bayern**.
Ob Unfall-, Kranken-, Sach- oder Lebensversicherung – wir beraten Sie, was für Sie am besten ist.
Kommen Sie doch gleich bei uns vorbei –
denn nach dem Spiel ist vor dem Spiel.

Versicherungsbüro Johann Nölp
Kreuzweg 18 · 91629 Weihenzell
Telefon (09802) 8800 · Telefax (09802) 7800
E-Mail info@noelp.vkb.de

Badminton

1. Mannschaft

Auf dem beruhigenden Rang 3 war die 1. Badmintonmannschaft in die Winterpause gegangen. Die Rückrunde begann mit einem Sieg gegen Neuendettelsau vielversprechend.

Luis, Heike, Julian, Svenja, Martin, Harald
(es fehlt Stammspieler Kilian)

Wegen des Ausfalls von Stammspieler*innen waren die Athlet*innen nach einem Remis und einigen knappen Niederlagen in den folgenden Spielen zum Saisonende mit Rang 4 (hinter Flügelrad Nürnberg, Zirndorf und Ansbach) jedoch sehr zufrieden. Mit dem vierten Tabellenplatz und einem Durchschnittsalter von 25 Jahren spielten die Aktiven 2017-18 die bisher beste Saison der SCWW-Badmintonabteilung in der Bezirksliga Süd. In der Saison 2018/19 wird wieder ein Platz in der oberen Tabellenhälfte angestrebt. Das Unentschieden gegen den starken Gegner TV 1848 Erlangen II am 23. September war ein passabler Auftakt und macht begründete Hoffnung auf mehr.

2.Mannschaft

Die 2. Mannschaft des SCWW musste sich auch in der vergangenen Saison 2017-18 auf einen zähen Kampf um den Anschluss ans Mittelfeld der A-Klasse einstellen. Den drohenden Abstieg in Sichtweite begann die Rückrunde zwar mit einer Niederlage gegen Uffenheim, weil sich die Ergebnisse jedoch in den weiteren Spielen mit einem Sieg und drei Remis stabilisierten, wurde der Klassenerhalt letztlich geschafft.

Wegen des Wegzugs dreier bewährter Stammspieler entschloss sich die zweite Mannschaft freiwillig in die B-Klasse abzusteigen. Dies gibt nachrückenden jungen Spielerinnen und Spielern Gelegenheit, sich ohne Druck an Tempo und Modalitäten des Spielbetriebs zu gewöhnen.

Heiko, Maike, Helmut, Harald, Tina, Tobias, Michael, Simon, Regina, Michael (Mannschaftsführer)

Gymnastik

Mach mit, bleib fit – Angebot beim SC Wernsbach-Weihenzell

-- Gezielte Übungen gegen Rückenschmerzen

-- Vorbeugung Osteoporose

Ursachen von Rückenschmerzen:

Wirbelsäulenschwächen sind weitgehend ein Tribut an der Zivilisation. Die Gründe:

Mangel an Bewegung, überwiegend sitzende Tätigkeiten in Beruf und Freizeit und Übergewicht. Durch Fehlhaltungen der Wirbelsäule werden die zwischen den einzelnen Wirbelkörper liegenden „Pufferkissen“, die Bandscheiben (Zwischenwirbelscheiben) stark belastet. Der Durchmesser der Bandscheiben entspricht immer dem der zugeordneten Wirbelkörper. So sind die Halsbandscheiben kleiner und dünner als die Lendenbandscheiben.

Eine gezielte körperliche Aktivität macht zufrieden und dient dem Wohlbefinden. Offensichtlich ist die regelmäßige sportliche Belastung eine der wirkungsvollsten Maßnahmen zur Steigerung der Gehirndurchblutung und damit zur Verlangsamung des altersbedingten Abfalls der Leistungsfähigkeit.

Die Wirkung des Sports gerade beim älteren Menschen wird gegenwärtig von keinem Medikament übertroffen.

Deshalb raffe Dich auf, warte nicht, bis Rückenschmerzen auftreten! Es kostet etwas Kraft, doch es lohnt sich! In der Gruppe, sich bei flotter Musik zu bewegen, macht Spaß und bringt ein neues Körpergefühl. Unsere Gruppen für „Jedermann“ finden mittwochs unter der fachkundigen Leitung der Präventionsübungsleiterin Anneliese Seyler in der Schulturnhalle statt.

Fitness und Gesundheit

Aquafitness

Die Aquagymnastik wurde in diesem Sommer 2018 wieder besonders intensiv wahrgenommen. Immer mehr Wasserfreunde genießen die Schwerelosigkeit im Wasser und die belebende Wirkung auf Körper, Geist und Seele. Weil Wasser eine 1000-mal höhere Dichte hat als Luft, wirkt sie beim Schwimmen und bei der Aquagymnastik als Auftrieb. Das entlastet die Muskeln und das Skelett.

Die Teilnehmerinnen am Aquagymnastik-Training können ihre Bewegungsmöglichkeiten erweitern und ihre Muskelgruppe stärken, wobei sie gleichzeitig Überlastungen oder Verletzungen vermeiden. Die Übungen sehen einfach aus, erreichen jedoch durch den Wasserwiderstand eine sehr effektive Wirkung. Mit verschiedenen Geräten und mit Musik macht das zweimal wöchentlich angebotene Training allen Teilnehmerinnen großen Spaß. Warum sich bisher wenige Männer zum Aquatraining ins Wasser wagten, ist noch nicht ergründet. Willkommen sind jedenfalls alle, die an diesem sommerlichen Ganzkörpertraining teilnehmen wollen.

Werner Mauerer

Keil
METALLBAU & INSTALLATION
Edles aus Metall & Glas
Inh. Detlev Schwender
Wippendorfer Str. 6
91629 Weihenzell
Besuchen Sie unsere Ausstellung praktisch und dekorative für den Garten !
Telefon 09802 84 63 u. 89 80 Mobil 0171 78 35 718
E-Mail keschw@t-online.de Telefax 09802 95 45 46

Eltern-Kind Turnen

Beim Kinderturnen treffen sich Kinder von 0 bis ca. 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen. Wir treffen uns ab Ende September bis ca. Anfang April immer mittwochs um 15.30 Uhr in der Schulturnhalle. (Während der Schulferien wird bei uns pausiert.)

Unsere Übungseinheit wird mit zwei Liedern eröffnet und danach werden gemeinsam Stationen zum Klettern, Schaukeln, Balancieren oder Rutschen aufgebaut. Die Kinder dürfen sich nach Herzenslust austoben und ihrem Bewegungsdrang freien Lauf lassen. Es wird mit dem Seil gehüpft, Hula Hoop geübt, mit Bällen gespielt oder es werden die Mamas zum Pferdchen gemacht und mit ihnen durch die Halle galoppiert. Der Fantasie sind fast keine Grenzen gesetzt. Nachdem am Ende unserer Einheit alle Geräte, Seile, Bälle und Matten wieder ordnungsgemäß verstaut sind, beenden wir unsere gemeinsame Zeit mit dem Schlusskreis in dem nochmals zwei Lieder gesungen werden.

Danach beginnt für die Kinder die lange Zeit des Wartens, bis es wieder Mittwoch ist und es endlich wieder heißt: „Hallo, hallo, schön, dass du da bist!“

Sandra Bodenmiller

Dass die Aktiven der Badmintonabteilung nicht nur auf dem Badmintoncourts eine „gute Figur“ machen zeigen sie bei verschiedenen geselligen Ereignissen und Veranstaltungen, z.B. beim Adventsessen, bei der Saisonabschlussfeier, beim Sommer-Grillnachmittag, beim Schleifchenturnier am 6. Januar.

Jugend

Im Juli legte die Top-Jugendspielerin Svenja Prechtl an der Sportschule München/Oberhaching erfolgreich ihre Prüfung zur C-Trainerin im Leistungssport Badminton ab. Das bereichert nicht nur das Jugendtraining, sondern Svenja verstärkt mit Jugendfreigabe die 1. Aktivenmannschaft.

Jeden Freitagnachmittag treffen sich die badmintonbegeisterten Kinder und Jugendlichen in der Halle für zwei Stunden zum Trainieren und Spielen mit dem fünf Gramm schweren Federball.
Am Anfang wärmen sich die jungen Teilnehmer*innen mit Gymnastik-, Stabilisations- und Koordinationsübungen auf. Danach wird bei einem Wettkampfspiel kräftig Tempo gemacht. Vor allem bei dem beliebten Ball-Bouncer-Spiel geht es schnell und intensiv zur Sache. Nach etwa 45 Minuten geht es an die Badmintonschläger, um Technik und Taktik dieses ebenso anspruchsvollen wie reizvollen Sports zu erlernen.

Übrigens: Noch reicht der Platz für Neugierige, Unentschlossene oder Interessierte. Wir freuen uns über Jede, die, und Jeden, der diese faszinierende, schnellste aller Rückschalsportarten kennenlernen möchte. Am Montag und Donnerstag spielen ab 20:00 die Aktiven und am Freitag ab 15:00 Uhr die Kinder und Jugendlichen.

Sportliches Angebot (Winterplan - Änderungen vorbehalten!)

	Badminton	1. und 2. Mannschaft	Mo Do	20:00 Uhr 20:00 Uhr		Hans Popp Halle
		Schüler / Jugend	Di Fr	15:15 - 17:30 Uhr 15:00 - 17:00 Uhr		Hans Popp Halle
	Fitness und Gesundheit	Aquafitness (ca. Mai - Sept.)	Di+Do	09:30 – 11:00 Uhr		Freibad Weihenzell
		Eltern-Kind-Turnen	Mi	15:30 - 17:00 Uhr		Schulturnhalle
		Gymnastik am Nachmittag	Mo	15:15 - 16:15 Uhr		Hans Popp Halle
		Yoga	Mi Mi Do	18:00 - 19:30 Uhr 19:30 - 21:00 Uhr 09:30 - 11:00 Uhr		Mehrzweckraum Hans Popp Halle
		Osteoporose Gymnastik	Mi	17:45 - 18:45 Uhr		Schulturnhalle
		Pilates	Mo	17:30 - 18:30 Uhr 18:30 - 19:30 Uhr		Mehrzweckraum Hans Popp Halle
		Radsprot (Sommermonate)	Di	18:00 Uhr		Sportgelände (Treffpunkt)
		Rücken-/Muskeltraining	Mi	19:00 - 20:00 Uhr		Schulturnhalle
		Sportabzeichen (Sommermonate)	Do			Sprotgelände
		Volleyball - Freizetsportler	Di	19:45 - 21:00 Uhr		Schulturnhalle
		Zumba	Mo	19:00 - 20:00 Uhr		Hans Popp Halle
	Fußball	U17 - Mädchen	Fr	15:30 - 17:00 Uhr		Schulturnhalle
		Damen	Di Do	18:00 - 19:45 Uhr 19:30 - 21:00 Uhr		Schulturnhalle
		G-Jugend	Do	15:45 - 17:00 Uhr		Hans Popp Halle
		F-Jugned	Mo Mi	16:30 - 18:00 Uhr 16:00 - 17:45 Uhr		Hans Popp Halle
		E-Jugend	Mi Do	17:15 - 18:30 Uhr 15:30 - 17:00 Uhr		Hans Popp Halle Schulturnhalle
		D-Jugend	Do	17:00 - 18:30 Uhr		Hans Popp Halle
		C-Jugend	Fr	18:30 - 20:00 Uhr		Hans Popp Halle
		B-Jugend	Fr	17:00 - 18:30 Uhr		Hans Popp Halle
		A-Jugend	So	15:00 - 17:00 Uhr		Hans Popp Halle
		1. und 2. Herrenmannschaft	Mi	20:00 Uhr		Hans Popp Halle
		Alte Herren	Do	18:30 - 19:30 Uhr		Schulturnhalle
	Integrationssport	Breitensport	Sa	10:00 - 11:30 Uhr		Hans Popp Halle
		Mannschaftssport	Sa	11:30 - 13:00 Uhr		Hans Popp Halle
		Handbiking (bei gutem Wetter)	Sa	14:00 - 15:30 Uhr		Hans Popp Halle
	Karate	Kinder / Jugendliche	Mo	18:00 - 19:15 Uhr		Hans Popp Halle
		Erwachsene	Mo Do	19:30 - 21:00 Uhr 19:30 - 21:00 Uhr		Mehrzweckraum Hans Popp Halle Mehrzweckraum Hans Popp Halle
	Tennis	Jugend				
		Damen/Herren				
	Volleyball					
		Damen	Di Fr	19:15 - 21:00 Uhr 18:30 - 20:00 Uhr		Hans Popp Halle

Liebe Sportfreunde, bitte berücksichtigen Sie bei Ihren Einkäufen und Aufträgen unsere Inseraten!