

Gehsportverein Regensburg



Jahresrückblick 2018

Beim Gehsportverein Regensburg wird Gehen
vom schnellen Race Walking
über Nordic Walking
bis hin zum gemütlichen Wandern angeboten.



Titelseite: Fotocollage von zusätzlichen Wanderungen 2018

Vorstand:

Vorsitzender

Josef Berzl

josef.berzl@gehspport.de

09 41 / 8 65 20 / +49 176 55 10 66 59



Stellv. Vorsitzende

Ines Schlosser

ines.schlosser@gehspport.de

+49 175 6 05 13 69



Schatzmeister

Georg Berzl

georg.berzl@gehspport.de

09 41 / 87 03 70 17



Kassenprüfung:

Karin Spandl / Birgit Wagner

Impressum:

Gehsportverein Regensburg e.V.

Am Pfaffensteiner Hang 43

93059 Regensburg www.gehspport.de

Registergericht:

Amtsgericht Regensburg

Bankverbindung:

BIC: GENODEF1R01 / IBAN: DE94 7509 0000 0000 8122 18

Gedruckt bei:

www.esf-print.de

Bezugspreis:

3 € - ist im Mitgliedsbeitrag enthalten

Inhaltsverzeichnis:

	Seite
Vorwort	5
Race Walking (Wettkampf-Gehen)	6
Rückblick auf die Bestenlisten 2017	7
Rückblick auf die Ergebnisse 2018	11
Deutsche Meisterschaften im Straßengehen 20km	11
Bayerische Meisterschaften im Bahngehen	12
Deutsche Meisterschaften im Straßengehen 10km	13
Wettkampfergebnisse 2018	14
2018 erreichte Medaillen und Podestplätze	16
Walking / Nordic Walking	17
Was macht diese Sportart so attraktiv?	18
Nordic Walking Technik	19
Teilnehmer Nordic Walking Training	20
Wandern („Aus-Gehen“)	21
Ehrungen „Aus-Gehen“-Wanderungen	32
Teilnehmer beim monatlichen „Aus-Gehen“	34
Wandern (zusätzlich)	35
Teilnehmer beim zusätzlichen Wandern	40
Alle Teilnehmer beim Wandern	41
Gesellschaftliche Aktivitäten	44
Regensburger Sportlerehrung 2017	43
Jahresabschluss- und vorweihnachtliche Feier 2017	48
Stammtisch: „Gehen & Wandern Regensburg“	54
Protokoll 11. Mitgliederversammlung (JHV 2017)	57
Datenschutzrichtlinie Gehsportverein Regensburg	61
Ereignisse 2018	66
Termine 2019	67
Glückwünsche / neue Mitglieder	68
Dank	70

Vorwort



Liebe Mitglieder, liebe Gehsport-Freunde, liebe Wanderfreunde,

mit diesem Jahresheft wird auf unsere Aktivitäten im Berichtszeitraum (Nov. 2017 bis Nov. 2018) zurückgeblickt.

Am 12.10.2007 wurde der Gehsportverein Regensburg von 11 Personen gegründet. Aktuell sind im deutschlandweit einzigen Gehsportverein 44 Mitglieder organisiert. Erfreulich ist, dass wir auf ein unfallfreies und wieder sehr erfolgreiches 11. Jahr in unserem Verein zurückschauen dürfen.

Unsere Wettkampf-Sportler nahmen bei Deutschen-, Süddeutschen- und Bayerischen Meisterschaften teil und waren wieder sehr erfolgreich. Hier darf besonders unserem Wolfgang gedankt werden für seine 12 Starts die er in diesem Jahr absolvierte. Er reiste dafür über 6500km in Deutschland zu den Wettkampforten und war meistens sehr erfolgreich. Bei Deutschen Senioren Meisterschaften konnte Wolfgang zweimal Platz drei erringen. Bei Bayerischen Senioren Meisterschaften gab es fünf erfreuliche Plätze, dreimal den Meistertitel, Vizemeister und Platz drei.

Die Teilnahme bei unserem Nordic-Walking-Training ist leider weiter rückläufig. In der Gruppe trainierten zwar erfreuliche 13 unterschiedliche Geher, aber an nur 18 Tagen mit uns. Grundlagen für eine effektivere Technik für das schnelle Gehen mit Stockeinsatz werden im Training (bei Interesse) immer gerne vermittelt.

Bei unseren 18 Wandertouren in diesem Jahr waren durchschnittlich 15 (von 7-24) Wanderer/innen dabei. Am 15. April haben wir auch schon die 200. Wanderung durchgeführt. Jubiläums-Teilnahme-Urkunden wurden für 25 bis 100-malige Teilnahme überreicht. Wieder sehr erfreuliche 57 Personen, acht erstmalig 2018, sind mit uns unterwegs gewesen.

Danken möchte ich besonders allen Sponsoren, die unseren Verein mit ihrer Spende finanziell unterstützen, sowie den Unternehmen von denen wir Werbegeschenke bekommen haben.

Danken möchte ich meinen Vorstandsmitgliedern Ines und Georg für ihren Einsatz und allen, die sich auch in diesem Jahr wieder aktiv und hilfreich in unser Vereinsleben eingebracht haben.

Ich wünsche euch alles Gute für das neue Jahr 2019 – also lasst es euch gut gehen!

Race Walking (Wettkampf-Gehen)



Rückblick auf die Bestenlisten 2017

Deutsche-Leichtathletik-Bestenliste 2017

Der [Gehsportverein](#) ist in der Deutschen Bestenliste 7x beim Gehen aufgeführt.

DLV-Bestenliste 2017	
	M 20km Straßengehen Mannschaft
	??? Gehsportverein Regensburg
	M 10000m Bahngehen
1	17. Kühnapfel Ansgar
2	22. Berzl Josef
3	31. Hammer Wolfgang
	M 20km Straßengehen
4	29. Berzl Josef
5	35. Kaiser Stefan
6	40. Kühnapfel Ansgar
7	46. Hammer Wolfgang

Jahrbuch der Bayerischen Leichtathletik 2017

Der [Gehsportverein](#) ist in der Bayerischen Bestenliste im Gehen 8x vertreten.

Jahrbuch der Bayerischen Leichtathletik 2017	
	M 20km Straßengehen Mannschaft
1	2. Gehsportverein Regensburg
	M 10000m Bahngehen
2	4. Kühnapfel Ansgar
3	6. Berzl Josef
4	10. Hammer Wolfgang
	M 20km Straßengehen
5	6. Berzl Josef
6	8. Kaiser Stefan
7	11. Kühnapfel Ansgar
8	13. Hammer Wolfgang

BLV Bezirk Oberpfalz Bestenliste 2017

Der [Gehsportverein](#) ist insgesamt 15x eingetragen.

Oberpfalzbestenliste 2017	
	M 5000m Bahngehen
1	1. Kaiser Stefan
2	2. Hammer Wolfgang
	M 10000m Bahngehen
3	1. Kühnapfel Ansgar
4	2. Berzl Josef
5	3. Hammer Wolfgang
	M 10km Straßengehen
6	1. Berzl Josef
7	2. Kühnapfel Ansgar
8	3. Hammer Wolfgang
	M 10km Straßengehen Mannschaft
9	1. Gehsportverein Regensburg
	M 20km Straßengehen
10	1. Berzl Josef
11	2. Kaiser Stefan
12	3. Kühnapfel Ansgar
13	4. Hammer Wolfgang
	M 20km Straßengehen Mannschaft
14	1. Gehsportverein Regensburg
	F 5km Straßengehen
15	1. Christine Schmid

Jahrbuch der Deutschen Senioren-Leichtathletik 2017

Der [Gehsportverein Regensburg](#) ist in der Deutschen Senioren Bestenliste in den einzelnen Altersklassen und Disziplinen 15x (2x Platz 1) eingetragen.

Jahrbuch der Deutschen Senioren-Leichtathletik 2017	
M35 Kaiser Stefan	
1	2. 5000m Bahngehen
2	2. 10km Straßengehen
M35 Gehsportverein Regensburg	
3	1. 20km Straßengehen Mannschaft
M50 Kühnapfel Ansgar	
4	2. 10000m Bahngehen
5	3. 10km Straßengehen
6	4. 20km Straßengehen
M50 Gehsportverein Regensburg	
7	1. 10km Straßengehen Mannschaft
W55 Christine Schmid	
8	2. 5km Straßengehen
M65 Berzl Josef	
9	5. 10000m Bahngehen
10	8. 10km Straßengehen
11	2. 20km Straßengehen
M65 Hammer Wolfgang	
12	9. 5000m Bahngehen
13	7. 10000m Bahngehen
14	10. 10km Straßengehen
15	6. 20km Straßengehen

Die Athleten im Jahr 2017



Christine Schmid



Stefan Kaiser



Wolfgang Hammer



Ansgar Kühnapfel



Josef Berzl

Jahrbuch der Bayerischen Senioren-Leichtathletik 2017

In der Bayerischen Bestenliste der einzelnen Altersklassen sind die Athleten vom [Gehsportverein Regensburg](#) insgesamt 15x beim Gehen eingetragen und haben dabei 7x Spitzenplätze belegt.

Jahrbuch der Bayerischen Senioren-Leichtathletik 2017	
M35 Kaiser Stefan	
1	1. 5000m Bahngehen
2	1. 20km Straßengehen
M35 Gehsportverein Regensburg	
3	1. 20km Straßengehen Mannschaft
M50 Kühnapfel Ansgar	
4	1. 10000m Bahngehen
5	2. 10km Straßengehen
6	3. 20km Straßengehen
M50 Gehsportverein Regensburg	
7	1. 10km Straßengehen Mannschaft
W55 Christine Schmid	
8	1. 5km Straßengehen
M65 Berzl Josef	
9	2. 10000m Bahngehen
10	4. 10km Straßengehen
11	1. 20km Straßengehen
M65 Hammer Wolfgang	
12	3. 5000m Bahngehen
13	4. 10000m Bahngehen
14	5. 10km Straßengehen
15	4. 20km Straßengehen

Der [Gehsportverein Regensburg](#) ist in den deutschen Bestenlisten vertreten:

Bestenliste	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	gesamt
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
DLV	9 x	3 x	4 x	4 x	5 x	2 x	5 x	5 x	9 x	7 x	53 x
BLV	10 x	4 x	7 x	10 x	7 x	7 x	7 x	5 x	10 x	8 x	75 x
BLV-Bezirk	16 x	10 x	11 x	13 x	10 x	8 x	8 x	6 x	18 x	15 x	115 x
DLV-Senioren	27 x	15 x	10 x	15 x	11 x	9 x	11 x	7 x	17 x	15 x	137 x
BLV-Senioren	33 x	19 x	10 x	15 x	10 x	10 x	11 x	8 x	17 x	15 x	148 x
	95 x	51 x	42 x	57 x	43 x	36 x	42 x	31 x	71 x	60 x	528 x

Rückblick auf die Ergebnisse 2018

Deutsche Meisterschaften im Straßengehen

Naumburg, 14.04.2018

DM Bronze für Wolfgang Hammer



Die Geher haben am Samstag die Deutschen Meisterschaften über 20 Kilometer in Naumburg/Saale ausgetragen.

Für den überragenden Christopher Linke gab es einen Hattrick. Nach 2016 und 2017 holte sich der WM-Fünfte aus Potsdam den dritten Titel in Folge.

Die deutschen Geherinnen überraschen mit drei EM-Normen.

Für den Gehsportverein Regensburg startete nur Wolfgang Hammer. Umso erfreulicher war seine Platzierung in der Altersklasse M65, die er mit dem dritten Platz und seiner ersten

Einzelmedaille bei einer Deutschen Meisterschaft abschloss.

SPORT IN KÜRZE



Wolfgang Hammer

FOTO: HAMMER

DM-Bronze für Wolfgang Hammer

NAUMBURG. Bei den deutschen Meisterschaften im Gehen über 20 Kilometer in Naumburg/Saale gab es für Christopher Linke einen Hattrick. Nach 2016 und 2017 holte sich der WM-Fünfte aus Potsdam den dritten Titel in Folge. Für den Gehsportverein Regensburg startete nur Wolfgang Hammer. Umso erfreulicher war seine Platzierung in der AK M65, die er mit dem dritten Platz und seiner ersten DM-Einzelmedaille abschloss.

Bayerische Meisterschaften im Bahngehen (mit Senioren)

München, 03.10.2018

Christine Schmid (W55), Stefan Kaiser (M35) und Wolfgang Hammer (M65) Bayerische Meister im Bahngehen

Am Tag der Deutschen Einheit fanden in München die Bayerischen Meisterschaften im Bahngehen statt.

Der Gehsportverein Regensburg war mit einem guten Gesamtergebnis und vier Podestplätzen bei der Seniorenwertung recht erfolgreich bei dieser Meisterschaft mit dabei.

Im Bahngehen absolvierten die Männer 10000 Meter. In Abwesenheit des Serienmeisters Andreas Janker, wurde Steffen Meyer vom SV Breitenbrunn in 52:00 Min. Bayerischer Meister.

Die Geher vom Gehsportverein belegten vordere Plätze. Ansgar Kühnapfel wurde in persönlicher Bestzeit (62:20 Min.) vierter und in seiner Seniorenklasse Vizemeister M50, Stefan Andrei Kaiser sechster und Seniorenmeister M35, sowie Wolfgang Hammer achter und M65 Seniorenmeister.

Bei den Frauen, die 5000 Meter zu gehen hatten, wurde Maria Unterholzner vom TV Altötting in 28:53 Min. Bayerische Meisterin.

Christine Schmid vom Gehsportverein belegte in der Gesamtwertung den vierten Platz und bei der W55 wurde sie Seniorenmeisterin.

©MITTELBAYERISCHE | Regensburg Stadt | Sport in der Region | 15

Vier Top-Plätze

GEHER Regensburger zeigen bei der „Bayerischen“ gute Leistungen.

REGENSBURG. Am Tag der Deutschen Einheit fanden in München die Bayerischen Meisterschaften im Bahngehen statt. Der Gehsportverein Regensburg war mit einem guten Gesamtergebnis und vier Podestplätzen bei der Seniorenwertung recht erfolgreich.

Im Bahngehen absolvierten die Männer 10 000 Meter. In Abwesenheit des Serienmeisters Andreas Janker wurde Steffen Meyer vom SV Breitenbrunn in 52:00 Minuten bayerischer Meister. Die Geher vom Gehsportverein belegten vordere Plätze. Ansgar Kühnapfel wurde mit persönlicher Bestzeit (62:20 Minuten) Vierter und in seiner M50-Seniorenklasse Vizemeis-



Ansgar Kühnapfel

FOTO: BERZL

ter. Stefan Andrei Kaiser wurde Sechster und Seniorenmeister in der M35 und Wolfgang Hammer Achter und M65-Seniorenmeister.

Bei den Frauen, die 5000 Meter zu gehen hatten, wurde Maria Unterholzner vom TV Altötting in 28:53 Minuten bayerische Meisterin. Christine Schmid vom Gehsportverein belegte in der Gesamtwertung den vierten Platz und in der W55 Meisterin.

Deutsche Meisterschaften im Straßengehen

Aschersleben, 14.10.2018

Wieder DM Bronze für Wolfgang Hammer

STRASSENGEHEN

Wolfgang Hammer holt die Bronzemedaille

REGENSBURG. Am vergangenen Sonntag fanden die deutschen Meisterschaften in Aschersleben statt. Dabei erkämpfte sich Wolfgang Hammer die Bronzemedaille im 10-Kilometer-Straßengehen der Seniorenklasse M65. Hinter seinen Dauerrivalen Jürgen Albrecht aus Apolda (58:33 Minuten) und Horst Kiepert aus Augsburg (67:14 Minuten) kam er als Dritter in 74:22 Minuten ins Ziel.

Schnellste Frau war nach 10 Kilometern Brit Schröter (W40, LG Vogtland) in 53:56 Minuten. Maria Unterholzner (TV Altötting) gewann überlegen mit 62:31 Minuten die Klasse W50. Schnellster 10-Kilometer-Geher aller Altersklassen war bei sehr sonnigem Wetter Steffen Borsch (M45, SV Halle) in 49:53 Minuten, deutlich vor Steffen Meyer (M50, SV Breitenbrunn) und Uwe Schröter (M55, LG Vogtland).

Strenge Gerichter überwachten die Wettkämpfe. Das musste auch der M90-Europa-Seniorenmeister Günter Ciesielski aus Landshut erfahren. Noch vor der 3-Kilometer-Marke wurde er wegen nicht optimaler Kniestreckung aus dem Rennen genommen.

Folgende bayerische Teilnehmer konnten sich auch noch mit deutschen Seniorentiteln schmücken: die Männer-Mannschaft des SV Breitenbrunn mit Steffen Meyer, Nischan Daimer und Joachim Maier (Vorjahressieger war der Gehsportverein Regensburg) sowie Steffen Meyer (M50, Breitenbrunn) und Helmut Prieler (M60, Niederaichbach).

Bereits am Morgen starteten die 30- und 50-Kilometer-Geher. Runde um Runde ging Jonathan Hilbert (LG Ohra Energie) wie ein Uhrwerk in einer neuen persönlichen Bestzeit von 3:51:20 Stunden zum deutschen 50-Kilometer-Titel. Der 49-jährige Denis Franke (Bühlertal) wurde Vizemeister.



Wolfgang Hammer (r.) wurde Dritter in der M65. FOTO: MARIA HAMMER

Wettkampfergebnisse 2018

27.01.2018 Bayerische Hallen-Leichtathletik-Meisterschaften

München

5000m Bahngehen

9. Hammer Wolfgang M 34:28,05 Min.

24.02.2018 Süddeutsche Hallen-Meisterschaften Gehen

Kaiserslautern

3000m Bahngehen

13. Hammer Wolfgang M 20:04,66 Min.

02.03.2018 Deutsche Hallen-Meisterschaften Gehen

Erfurt

3000m Bahngehen

Hammer Wolfgang M65 disq.

17.03.2018 Wertungswettkampf Deutsche Masters

Eisenberg

15-km-Straßengehen

3. Hammer Wolfgang M65 1:55:56 Std.

14.04.2018 Deutsche Senioren Meisterschaften - Straßengehen

Naumburg

20km Gehen

3. Hammer Wolfgang M65 2:33:26 Std.

21.04.2018 Bayerische Meisterschaften – Straßengehen

Biberach

10km Gehen

3. Hammer Wolfgang M65 1:16:01 Std.

5km Gehen

2. Hammer Wolfgang M65 37:53 Min. (Rahmenwettkampf)

03.06.2018 Wertungswettkampf Deutsche Masters

Reichenbach

5000m Bahngehen

3. Hammer Wolfgang M65 35:38,56 Min.

23.06.2018 Bahngehen

Türkheim

3000m Bahngehen

1. Hammer Wolfgang M 19:59,17 Min.

2. Schmid Christine F 21:59,68 Min. Bezirks-Rekord

22.09.2018 Süddeutsche Meisterschaften im Bahngehen

Bühlertal

5000m Bahngehen

9. Hammer Wolfgang M 34:58,89 Min.

03.10.2018 Bayerische Meisterschaften im Bahngehen München

5000m Bahngehen

- | | | | |
|----|------------------|-----|---------------|
| 4. | Schmid Christine | W | 37:32,38 Min. |
| 1. | Schmid Christine | W55 | 37:32,38 Min. |

10000m Bahngehen

- | | | | |
|----|------------------|-----|---------------|
| 4. | Kühnapfel Ansgar | M | 62:20,46 Min. |
| 6. | Kaiser Stefan | M | 65:29,14 Min. |
| 8. | Hammer Wolfgang | M | 73:16,63 Min. |
| 1. | Kaiser Stefan | M35 | 65:29,14 Min. |
| 2. | Kühnapfel Ansgar | M50 | 62:20,46 Min. |
| 1. | Hammer Wolfgang | M65 | 73:16,63 Min. |

14.10.2018 Deutsche Senioren Meisterschaften - Straßengehen Aschersleben

10km Gehen

- | | | | |
|----|-----------------|-----|--------------|
| 3. | Hammer Wolfgang | M65 | 1:14:22 Std. |
|----|-----------------|-----|--------------|

17.11.2018 Hallensportfest Erfurt

3000m Bahngehen

- | | | | | |
|----|------------------|-----|---------------|----------------|
| 2. | Schmid Christine | W55 | 21:28:80 Min. | Bezirks-Rekord |
| 3. | Hammer Wolfgang | M65 | 21:41,70 Min. | |

1 Meile Bahngehen

- | | | |
|------------------|-----|---------------|
| Schmid Christine | W55 | 11:38:66 Min. |
| Hammer Wolfgang | M65 | 10:38,70 Min. |

Die Wettkampf-Athleten im Jahr 2017



Christine Schmid



Ansgar Kühnapfel



Stefan Kaiser



Wolfgang Hammer

Bei Meisterschaften 2018 erreichte Medaillen und Podestplätze

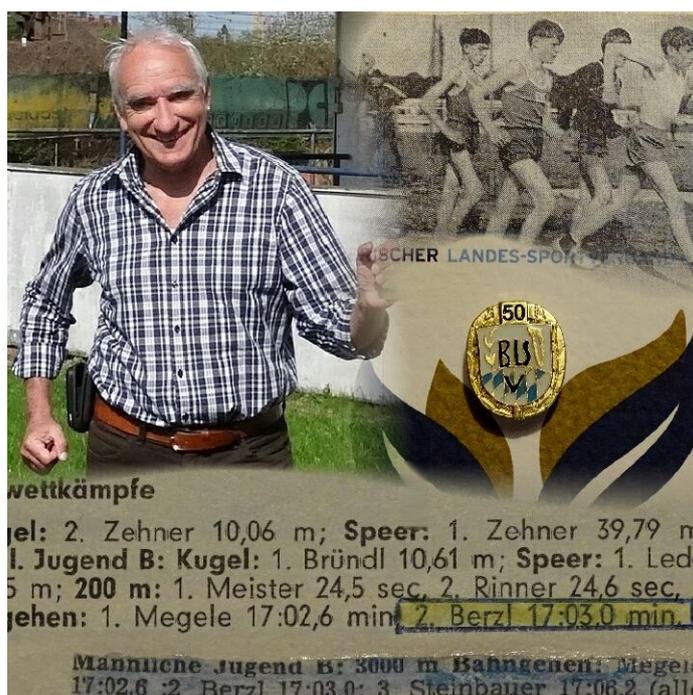
Medaillen						
1	14.04.2018	Naumburg	Deutsche Meisterschaften	M65	20km Straßengehen	Bronze
2	14.10.2018	Aschersleben	Deutsche Meisterschaften	M65	10km Straßengehen	Bronze

Podestplätze						
1	14.04.2018	Naumburg	Deutsche Meisterschaften	M65	20km Straßengehen	3.
2	21.04.2018	Biberach	Bayerische Meisterschaften	M65	10km Straßengehen	3.
3	03.10.2018	München	Bayerische Meisterschaften	W55	5000m Bahnggehen	1.
4	03.10.2018	München	Bayerische Meisterschaften	M50	10000m Bahnggehen	2.
5	03.10.2018	München	Bayerische Meisterschaften	M35	10000m Bahnggehen	1.
6	03.10.2018	München	Bayerische Meisterschaften	M65	10000m Bahnggehen	1.
7	14.10.2018	Aschersleben	Deutsche Meisterschaften	M65	10km Straßengehen	3.

Medaillen und Podestplätze gesamt

	Medaillen			gesamt
	Gold	Silber	Bronze	
2008	2	7	4	13
2009	5	8	1	14
2010	3	4	1	8
2011	4	2	1	7
2012			1	1
2013	3		1	4
2014		3		3
2015				
2016	2	3	4	9
2017	3	1	1	5
2018			2	2
gesamt	22	28	16	66

	Podestplätze			gesamt
	1. Platz	2. Platz	3. Platz	
2008	5	10	8	23
2009	11	8	2	21
2010	8	5	1	14
2011	11	2	4	17
2012	2	5	1	8
2013	4		3	7
2014	3	4	1	8
2015	3	2	1	6
2016	6	6	5	17
2017	8	2	3	13
2018	3	1	3	7
gesamt	64	45	32	141



ein Jubiläum: mein 1. Wettkampf im Gehen war am 17.04.1968 - vor 50 Jahren!

Walking Nordic Walking



Nordic Walking: Was macht diese Sportart so attraktiv?

Überall und jederzeit durchführbar
Leicht erlernbar
Individuell für jeder Fitnesszustand dosierbar
Jahreszeiten unabhängig
Kostengünstig in der Ausrüstung
Unterhaltsam in der Gruppe
Mal allein? - auch gut!

Nordic Walking

- ist ein Gesundheitssport für Jung und Alt
- ist bis zu 50 % effektiver als Walking
- steigert die Sauerstoffversorgung
- senkt Blutfettwerte und Cholesterin
- beugt effektiv Diabetes vor
- stärkt die Knochen
- trainiert die aerobe Ausdauer
- kräftigt die Oberkörpermuskulatur
- ist schonend für die Gelenke
- löst Muskelverspannungen im Schulter- und Nackenbereich
- macht den Hormonhaushalt resistent gegen Stress
- verbessert Herz- und Kreislaufleistung
- stärkt das Immunsystem
- steigert den sexuellen Appetit



Europäischer Fonds für Regionale
Entwicklung (EFRE)

Nordic Walking-Technik:

Das Gehen mit Nordic Walking-Stöcken wird mit einer dem Skilanglauf sehr ähnlichen Technik ausgeführt.

Sehr viele Menschen gehen inzwischen mit zwei Stöcken, wenige mit der richtigen Technik. - Wichtig ist aber, dass sie sich bewegen! Damit Sie auch in den Genuss der gesundheitlichen Vorteile kommen, ist es besonders wichtig mit der richtigen Nordic Walking-Technik zu starten.

Nordic Walking ALFA- Technik

A aufrechte Körperposition.

Ziel ist die natürliche Aufrichtung der Wirbelsäule.

Nur so ist anatomisch die Rotation der Schulterachse gegen die Beckenachse möglich.

L langer Arm.

Durch den langen Arm in der Schwung- und Schubphase ist der optimale Einsatz von Arm- und Schultermuskulatur gewährleistet.

F flacher Stock.

Bei einem Einsatzwinkel von etwa 60 Grad ist der Nordic Walking Stock eine perfekte Kombination aus Stütze und Trainingsgerät.

A angepasste Schrittlänge.

Die Schrittlänge wird immer an die Situation angepasst.

Je größer der Schub der Arme, desto länger muss auch der Schritt sein.

Merkmale der ALFA – Technik

- raumgreifende Armbewegungen und angepasste Schritte
- Rotation der Schulterachse gegen die Beckenachse
- Greifen des Stockes in der Schwungphase
- Stockeinsatz seitlich in der Körpermitte
- richtiges Abrollen der Füße
- öffnen der Hand nach dem Stockeinsatz
- während der Schubphase die Hand vollständig öffnen



Teilnehmer Nordic Walking Training

Nordic Walking-Training																			
Teilnehmer	gesamt																		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
		05.01.2018	12.01.2018	19.01.2018	26.01.2018	02.02.2018	09.02.2018	16.02.2018	23.02.2018	02.03.2018	09.03.2018	16.03.2018	06.04.2018	20.04.2018	28.09.2018	05.10.2018	12.10.2018	19.10.2018	26.10.2018
13	81	3	8	4	6	7	5	5	6	6	5	3	4	5	2	3	2	4	3
	18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1 Berzl Josef	17	94%	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2 Müller Erwin	15	83%	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			
3 Müller Christine	10	56%		1	1	1		1		1	1	1	1	1					
4 Berzl Renate	8	44%		1		1		1	1		1	1		1					1
5 Berzl Georg	7	39%	1	1	1		1	1										1	1
6 Niemeier Anneliese	5	28%				1			1					1				1	1
7 Kilgert Hans	4	22%		1			1			1	1								
8 Kilgert Karin	4	22%		1			1			1	1								
9 Bindl Traudl	3	17%							1		1			1					
10 Hammer Wolfgang	3	17%		1			1			1									
11 Gross Elenora (Elli)	2	11%														1		1	
12 Schlosser Ines	2	11%				1					1								
13 Berzl Martina	1	6%					1												
neu 2018																			
gesamt	81																		
durchschnittlich	5																		



NW-Training – Winzerer Höhen (2018 durchschnittlich 5 Tn)

Wandern (Aus-Gehen)



„Der Weg ist das Ziel“

Rundweg im Tal der Großen Laber und zum Nikolausmarkt in Langquaid



Treffpunkt und Start unserer Rundwanderung war in Langquaid der öffentliche Parkplatz unweit der Kirche St. Jakob. Zuerst gingen wir über den weihnachtlichen Marktplatz, dann über den Laabertaler Wallfahrtsweg und den Weitwanderweg Via Nova, von Langquaid auf die Anhöhe zur weithin sichtbare Kirche St. Koloman. Von dort oben gibt es nach Angabe bei guter Sicht einen Blick auf 13 Kirchtürme. Das Wetter war zu diesig, somit war uns diese Aussicht leider nicht zuteilgeworden. Nach einer kurzen Teepause ging's hinunter in das Tal der Großen Laber. Bei Adlhausen wechselten wir auf die rechte Flussseite und gingen entlang der Laber über Leitenhausen und Sandsbach zurück nach Langquaid. Nach dem Mittagessen besuchten wir den schönen Nikolaus- und Handwerkermarkt in Langquaid.

Daten 102. „Aus-Gehen“: 03.12.2017

Teilnehmer: 14

Wanderung: 11km

Einkehr: Gasthof Huberbräu

Besonderes: Heute war Maria zum 75. Mal bei „Aus-Gehen“-Wanderungen mit dabei.



Maria
75x bei „Aus-Gehen“-
Wanderungen dabei

Im Tal der Großen Laber - zum Nikolausmarkt nach Langquaid



102. „Aus-Gehen“
Gehen & Genießen
11km/30hm
(03.12.2017)

03.12.2017 – 14 Teilnehmer



Donautal-Runde:
Matting-Oberndorf
103. „Aus-Gehen“ Gehen & Genießen
10km/200hm (21.01.2018)

21.01.2018 – 23 Teilnehmer

Im Schwarzen Labertal – rund um Deuerling



Treffpunkt war in Eichhofen, der Wanderparkplatz beim Haus Werdenfels. Bei wunderschönem Winterwetter mit pulvrigen Neuschnee gingen wir zuerst rechtsseitig an der Schwarzen Laber bis nach Steinerbrückl. Dort querten wir die Laber und gingen hinauf zur Pfarrerplatte und zum Pfaffenberg. Vorbei an interessanten Felsformationen ging es dann - auf rutschigen Pfaden - wieder hinunter zur Münchsmühle. Nun war der Weg wieder rechts entlang der Schwarzen Laber bis zum Ausgangspunkt, der in Deuerling zur Mittagseinkehr unterbrochen wurde.

Daten 104. „Aus-Gehen“: 18.02.2018

Teilnehmer: 21

Wanderung: 10km

Einkehr: Brauerei-Gasthof Goss in Deuerling

Besonderes: Heute war Karin zum 75. Mal bei „Aus-Gehen“-Wanderungen mit dabei.
Wir wiederholten die 4. „Aus-Gehen“-Wanderung vom 17.02.2008.



wir waren
vor 10 Jahren
schon dabei

Karin
75x bei „Aus-Gehen“-
Wanderungen dabei

Schwarze Labertal-Runde um Deuring zum Brauerei-Gasthof Goss



Wir waren am 17.02.2008 schon dabei

104. „Aus-Gehen“ Gehen & Genießen - 10km /190hm (18.02.2018)

18.02.2018 – 21 Teilnehmer

Schwarze Labertal-Runde um Laaber zum Brauerei-Gasthof Plank



Beim 5. Wandern (16.03.08)
waren wir schon dabei

105. „Aus-Gehen“ Gehen & Genießen - 11km /160hm (18.03.2018)

18.03.2018 – 7 Teilnehmer

Rundweg im Altmühltal nach Riedenburg



Treffpunkt war in Einthal, ein kleiner Wanderparkplatz bei der Orts-Kapelle. Vormittags gingen wir in zwei Gruppen nach Riedenburg. Der größere Teil der Gruppe ging hinauf zum NSG „Klamm und Kastlhäng“ und über den Höhenweg und die zweite Gruppe wählte den Weg im Tal entlang dem Kanal nach Riedenburg. Nach dem Mittagessen führte uns der Weg nördlich der Altmühl (Kanal) über die Hänge zu unserem Ausgangspunkt zurück.

Daten 106. „Aus-Gehen“: 15.04.2018

Teilnehmer: 24

Wanderung: 13km

Einkehr: Gasthaus Schwan in Riedenburg

Besonderes: Heute war es die 200. Wanderung insgesamt mit dem Gehsportverein und Karin war zum 100. Mal bei diesen Wanderungen mit dabei.

Wir wiederholten die 6. „Aus-Gehen“ - Wanderung vom 13.04.2008.



wir waren
vor 10 Jahren
schon dabei

Karin 100x dabei

Rundweg im Altmühltal nach Riedenburg



Beim 6. Wandern (13.04.08)
waren wir schon dabei



200. Wanderung im Gehsportverein



100x
dabei



106. „Aus-Gehen“ Gehen & Genießen - 13km /280hm (15.04.2018)

15.04.2018 – 24 Teilnehmer

Rundweg im Altmühltal nach Essing



Wir waren am 18.05.08
(7. Aus-Gehen) dabei



107. „Aus-Gehen“ Gehen & Genießen - 15km /360hm (12.05.2018)

12.05.2018 – 14 Teilnehmer

Rundweg im Altmühltal nach Essing Von Einthal über Prunn und Randeck nach Essing



Treffpunkt war in Einthal, ein kleiner Wanderparkplatz bei der Orts-Kapelle. Von Nußhausen im Altmühltal führte diese Wanderung über einen steilen Steig hoch zur Burg Prunn (1037 urkundlich erwähnt). Durch schöne Wälder und Felder ging es zur Burg Randeck (10./11.JH) oberhalb von Essing. Von dort ging es über einen abschüssigen Pfad hinunter in den Markt und zu Josef Schneider's Kleinem Brauhaus. Bei dem heißen Wetter nahmen wir Platz im Biergarten, direkt am Alt-Wasser der Altmühl. Der Rückweg führte erst über die Essinger Fußgängerhängebrücke und dann immer am Europa-Kanal entlang zurück zum Ausgangspunkt.

Daten 107. „Aus-Gehen“: 12.05.2018

Teilnehmer: 14

Wanderung: 15 km

Einkehr: Gasthaus Schneider in Essing

Besonderes: Heute war Heike 25-mal bei unseren „Aus-Gehen“-Wanderungen dabei. Wir wiederholten die 7. „Aus-Gehen“-Wanderung vom 18.05.2008.



wir waren
vor 10 Jahren
schon dabei

Heike
25x dabei

Rund um den Hammer-, Weichselbrunner-, Warbrucker Weiher und zum Brauerei Gasthof Jacobs in Bodenwöhr



108. „Aus-Gehen“ Gehen & Genießen
14km (16.06.2018)

16.06.2018 – 21 Teilnehmer

Rundweg im Gillamoos nach Abensberg



109. „Aus-Gehen“
Gehen & Genießen
10km (15.07.2018)

15.07.2018 – 20 Teilnehmer

Rundweg im Lauterach-Tal nach Stettkirchen



Der Treffpunkt im Lauterach-Tal war bei der Kirche St. Peter in Adertshausen. Seit dem letzten „Aus-Gehen“ hatten einige Wanderer von uns Geburtstag gefeiert und spendierten zur Begrüßung Süßigkeiten, Kuchen und Getränke. Froh eingestimmt gingen wir dann den Weg rechts der Lauterach flussaufwärts, über die Weihermühle nach Hohenburg. Dort besichtigten wir die Ortskirche St. Jakob. Der kleinere Teil der Gruppe stieg die 140hm hinauf auf den Schlossberg und besichtigte dort die Burgruine Hohenburg, die im gesperrten Gelände des Truppenübungsplatzes Hohenfels liegt. Den Zugang ins US-Gelände haben wir schriftlich - US Truppenübungsplatz Hohenfels Public Affairs Office - beantragt. Den seltenen und schönen Blick von der Ruine ins Lauterach-Tal und ins Militärgelände genossen wir nur kurz, um bald wieder zurück zu unseren Wanderfreunden zu kommen, die im Ort warteten. Weiter ging's zur Hammermühle, wo wir die Lauterach querten. Auf halber Höhe vom Koppelberg und Kalvarienberg entlang am Jurasteig, ging's flussabwärts nach Stettkirchen zur Mittagseinkehr. Sehr gut gestärkt gingen wir weiter den Jurasteig zu unserem Ausgangspunkt zurück. Der Wanderweg zwischen Hohenburg und Adertshausen mit den wunderschönen Ausblicken zählt sicher zu den schönsten Abschnitten des 237km langen Jurasteiges.

Daten 110. „Aus-Gehen“: 07.10.2018

Teilnehmer: 20

Wanderung: 12km

Einkehr: Gasthaus Burggarten in Stettkirchen

Besonderes: Heute war Hans zum 100. Mal bei all unseren Wanderungen mit dabei. Wir wiederholten die 10. „Aus-Gehen“ - Wanderung vom 19.10.2008.



vor 10 Jahren
schon dabei

Hans 100x beim
Wandern dabei

Rundweg im Lauterach-Tal nach Stettkirchen



Beim 10. „Aus-Gehen“ (19.10.2008)
im Lauterach-Tal schon dabei



110. „Aus-Gehen“ Gehen & Genießen
12km (07.10.2018)



07.10.2018 – 20 Teilnehmer

Vils- und Naabtal-Runde: Um Kallmünz



111. „Aus-Gehen“
Gehen & Genießen
11km (11.11.2018)



Hans 50x dabei

11.11.2018 – 21 Teilnehmer



mal beim „Aus-Gehen“ dabei



Heike Manssen – 12.05.18



mal beim „Aus-Gehen“ dabei



Hans Hörteis – 11.11.18



mal beim „Aus-Gehen“ dabei



Maria Hucke – 03.12.17



mal beim „Aus-Gehen“ dabei



Karin Spandl – 18.02.18



mal bei allen Wanderungen dabei



Karin Spandl – 15.04.18



Hans Hörteis – 07.10.18

Teilnehmer beim monatlichen „Aus-Gehen“-Wandern

				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
"Aus-Gehen"-Wanderungen 2017/18				102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	
(Gehen und Genießen)				Langquaid	Oberndorf	Deuerling	Laaber	Riedenburg	Essing	Bodenwöhr	Abensberg	Stettkirchen	Eich	
1	1	Berzl	Josef	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	2	Berzl	Renate	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
3	3	Kubicke	Susanne	8	1	1		1	1	1	1		1	
	4	Spandl	Georg	8		1	1	1		1	1	1	1	
	5	Spandl	Karin	8		1	1	1		1	1	1	1	
	6	Wagner	Birgit	8	1	1	1	1		1	1	1	1	
	7	<i>Weidel</i>	<i>Reinhilde</i>	8	1	1	1		1	1	1		1	
	8	Wohlleben	Sibylle	8	1		1		1	1	1	1	1	
9	9	Niemeier	Anneliese	7	1	1		1	1	1		1	1	
	10	Penzkofer	Roswitha	7		1	1	1		1	1	1	1	
	11	<i>Terschak</i>	<i>Klaus</i>	7	1	1	1	1	1			1	1	
12	12	Hucke	Maria	6	1	1	1		1	1			1	
	13	Hucke	Reinhard	6	1	1	1		1	1			1	
	14	Schirmmacher	Elke	6			1		1	1	1	1		
15	15	<i>Hörteis</i>	<i>Hans</i>	5		1	1	1				1	1	
	16	Kubicke	Helmut	5			1		1	1	1			
	17	Manssen	Heike	5	1		1			1	1	1		
	18	<i>Vögerl</i>	<i>Maria</i>	5		1	1	1				1	1	
	19	Winkler	Werner	5		1	1		1	1		1		
	20	Winkler	Wilma	5		1	1		1	1		1		
21	21	Argauer	Gertrud	4			1		1	1	1			
22	22	Argauer	Kurt	3			1		1		1			
	23	<i>Bäumel</i>	<i>Helga</i>	3				1			1	1		
	24	Merkel	Gertraud	3				1			1	1		
	25	Müller	Christine	3		1			1	1				
	26	Müller	Erwin	3		1			1	1				
	27	27	<i>Guttenberger</i>	<i>Kreszenz</i>	2		1							1
27	28	Klaas	Viola	2								1	1	
	29	<i>Meier</i>	<i>Rudi</i>	2	1								1	
	30	<i>NN</i>	<i>Elfriede</i>	2					1			1		
	31	Wese	Gerti	2					1			1		
	32	32	Berzl	Georg	1		1							
32	33	<i>Bool</i>	<i>Natascha</i>	1							1			
	34	<i>Cetto</i>	<i>Carmencita</i>	1									1	
	35	<i>Farahmand</i>	<i>Anette</i>	1									1	
	36	<i>Helgert</i>	<i>Ulrike</i>	1						1				
	37	Kilgert	Hans	1	1									
	38	Kilgert	Karin	1	1									
	39	Mühlbauer	Christian	1		1								
	40	Mühlbauer	Christine	1		1								
	41	<i>NN</i>	<i>Anna</i>	1							1			
	42	<i>NN</i>	<i>Bärbel</i>	1						1				
	43	<i>NN</i>	<i>Erika</i>	1									1	
	44	<i>Ritzerfeld</i>	<i>Sabine</i>	1									1	
	45	Schirmchen	Karin	1		1								
	46	Schlosser	Ines	1						1				
	47	<i>Schmid</i>	<i>Rita</i>	1									1	
	48	<i>Tahedl</i>	<i>Rosi</i>	1						1				
	49	<i>Tratzl</i>	<i>Birgit</i>	1						1				
	50	<i>Wildenauer</i>	<i>Henriette</i>	1								1		
	Teilnehmer				185	14	23	21	7	24	14	21	20	20
						03.12.17	21.01.18	18.02.18	18.03.18	15.04.18	12.05.18	16.06.18	15.07.18	07.10.18
im Schnitt				19										

Wandern (zusätzlich)



„Der Weg ist das Ziel“

2. Weihnachts-Wdg. (Platzerl-Tour) – am Aubach - 9km (29.12.17)



29.12.2018 – 7 Teilnehmer

**6. Aschermittwoch-Wanderung (8km) - 14.02.2018
Rundweg im Vilstal: Rohrbach - Dietldorf**



14.02.2018 – 15 Teilnehmer

2. Frühlings-Wanderung (11km) - 08.04.2018
Rundweg im Aubachpark Burgweinting / Islingerbach / Aubach



08.04.2018 – 12 Teilnehmer

1. Mai-Wanderung 2018
Fahrt ins „Blaue“ - Wanderung ins „Grüne“



RW: Bodenmais
Rieslochwasserfälle (8km)
und zum Maibaumaufstellen

01.05.2018 – 8 Teilnehmer

Vatertags-Wdg. 2018
 Rundweg Großprüfening – Eilsbrunn (12km / 180hm) – 10.05.18



10.05.2018 – 7 Teilnehmer

Rundweg Sulzbach-Rosenberg - Frohnberg (14km) – 11.08.18



11.08.2018 – 8 Teilnehmer

Die Wissinger Laber – von der Quelle zur Mündung (12km) – 18.08.18



18.08.2018 – 8 Teilnehmer

Kirchweih-Wanderung: Rundwanderung um Hellring 11km (15.10.2018)



15.10.2018 – 21 Teilnehmer

Teilnehmer beim zusätzlichen Wandern

zusätzliche Wanderungen 17/2018			1	2	3	4	5	6	7	8
Teilnehmer			Weihnachts-Wdg.	Aschermittwoch-Wdg.	Frühlings-Wanderung	1. Mai-Wanderung	Vatertags-Wdg.	SUL - Frohnberg-Fest	Wissinger Laber	Kirchweih-Wdg.
1	1	Berzl Josef	8	1	1	1	1	1	1	1
2	2	Berzl Renate	7	1	1	1		1	1	1
3	3	Schirmmacher Elke	6		1	1	1		1	1
4	4	Niemeier Anneliese	5	1			1	1		1
	5	Wohlleben Sibylle	5	1	1			1		1
6	6	Penzkofer Roswitha	4		1	1			1	1
	7	Spandl Georg	4		1		1	1		1
8	8	<i>Guttenberger Kreszenz</i>	3		1	1				1
	9	<i>Klaas Viola</i>	3			1		1		1
	10	Kubicke Susanne	3	1					1	1
	11	Manssen Heike	3			1	1	1		
	12	Spandl Karin	3				1	1		1
	13	<i>Wildenauer Henriette</i>	3	1	1		1			
	14	Winkler Werner	3		1	1				1
	15	Winkler Wilma	3		1	1				1
16	16	<i>Tratzl Brigitte</i>	2						1	1
	17	<i>Weidel Reinhilde</i>	2	1						1
18	18	<i>Bleyer Carly</i>	1		1					
	19	<i>Bohl Natascha</i>	1			1				
	20	<i>Böllmann Fritz</i>	1		1					
	21	<i>Böllmann Ulli</i>	1		1					
	22	<i>Cetto Carmencitta</i>	1							1
	23	<i>Hörteis Hans</i>	1							1
	24	Kilgert Hans	1							1
	25	Kilgert Karin	1							1
	26	Kubicke Helmut	1						1	
	27	Merkel Gertraud	1							1
	28	Müller Christine	1		1					
	29	Müller Erwin	1		1					
	30	<i>NN Elfriede</i>	1							1
	31	Schlosser Ines	1			1				
	32	<i>Schmid Rita</i>	1							1
	33	<i>Stamm Otto</i>	1							1
	34	<i>Vögerl Maria</i>	1							1
	35	Wagner Birgit	1			1				
36	Wese Gerti	1							1	
Teilnehmer			86	7	15	12	8	7	8	8
				29. Dez.	14. Feb.	8. Apr.	1. Mai.	10. Mai.	11. Aug.	18. Aug.
durchschnittlich							11			21

Alle Teilnehmer beim Wandern

		Aufstellung alle		18	Wdg.		
		seit dem Jahreshft 2017					
		Teilnehmer		x dabei	"Aus-Gehen"	zusätzlich	
1	1	Berzl	Josef	18	100%	10	8
2	2	Berzl	Renate	17	94%	10	7
3	3	Wohlleben	Sibylle	13	72%	8	5
	4	Niemeier	Anneliese	12	67%	7	5
4	5	Schirmmacher	Elke	12	67%	6	6
	6	Spandl	Georg	12	67%	8	4
	7	Kubicke	Susanne	11	61%	8	3
7	8	Penzkofer	Roswitha	11	61%	7	4
	9	Spandl	Karin	11	61%	8	3
10	10	<i>Weidel</i>	<i>Reinhilde</i>	10	56%	8	2
11	11	Wagner	Birgit	9	50%	8	1
	12	Manssen	Heike	8	44%	5	3
12	13	Winkler	Werner	8	44%	5	3
	14	Winkler	Wilma	8	44%	5	3
15	15	<i>Terschak</i>	<i>Klaus</i>	7	39%	7	
	16	<i>Hörteis</i>	<i>Hans</i>	6	33%	5	1
	17	Hucke	Maria	6	33%	6	
16	18	Hucke	Reinhard	6	33%	6	
	19	Kubicke	Helmut	6	33%	5	1
	20	<i>Vögerl</i>	<i>Maria</i>	6	33%	5	1
21	21	<i>Guttenberger</i>	<i>Kreszenz</i>	5	28%	2	3
	22	Klaas	Viola	5	28%	2	3
	23	Argauer	Gertrud	4	22%	4	
	24	Merkel	Gertraud	4	22%	3	1
23	25	Müller	Christine	4	22%	3	1
	26	Müller	Erwin	4	22%	3	1
	27	<i>Wildenauer</i>	<i>Henriette</i>	4	22%	1	3
	28	Argauer	Kurt	3	17%	3	
	29	<i>Bäumel</i>	<i>Helga</i>	3	17%	3	
28	30	<i>NN</i>	<i>Elfriede</i>	3	17%	2	1
	31	<i>Tratzl</i>	<i>Birgit</i>	3	17%	1	2
	32	Wese	Gerti	3	17%	2	1
	33	<i>Bool</i>	<i>Natascha</i>	2	11%	1	1
	34	<i>Cetto</i>	<i>Carmencita</i>	2	11%	1	1
33	35	Kilgert	Hans	2	11%	1	1
	36	Kilgert	Karin	2	11%	1	1
	37	<i>Meier</i>	<i>Rudi</i>	2	11%	2	
	38	Schlosser	Ines	2	11%	1	1
39	-	je 1x		17	6%		
		56 unterschiedliche Teilnehmer					

Regensburger Sportlerehrung

22.11.2017

Bei der Regensburger Sportlerehrung würdigte die Stadt ihre besten Sportler. Der Gehsportverein war heuer zum zehnten Mal in Folge dabei.



(Preis für die Einzelmeister) Ehrengaben für Einzel- und Mannschaftsmeister (Preis für die Mannschaftsmeister)
Wolfgang Hammer – Stefan Kaiser – Sabine Schmid – Ansgar Kühnapfel – Josef Berzl

2017 erwiesen sich für Regensburger Teams und Einzelsportler als ein erfolgreiches Jahr.

Im voll besetzten Historischen Reichssaal des Alten Rathauses ehrte die Stadt Regensburg die besten Sportler des Jahres, die für Regensburger Vereine starten.

Der Ehrenabend in der „guten Stube“ der Stadt wurde musikalisch gestaltet von der Big-Band der Städtischen Musikschule und unterhalten mit Einlagen der Traumfabrik.

Jeder Sportler, vom Weltmeister bis zum Bayerischen Senioren Meister, wurde einzeln von Moderator Armin Wolf und einer PowerPoint-Präsentation aufgerufen und für seine Leistungen mit einem Ehrenpreis der Stadt gewürdigt. Bürgermeisterin Gertraud Maltz-Schwarzfischer und Sportamtsleiter Johann Nuber überreichten auch in diesem Jahr wieder eine künstlerische Holzeinlegearbeit.

Prominenteste Sportlerin unter den 124 Einzelsportlern war Tennis-Ass Julia Görges (14. der Weltrangliste), die für ihre internationalen und nationalen Titeln geehrt wurden.

Zu den 35 Teams die heuer aus der Domstadt bei der Ehrung dabei waren, gehörte auch die Mannschaft des SSV Jahn Regensburg, die für den Durchmarsch in die 2. Fußball-Bundesliga und unser Gehsportverein, der für den Deutschen Senioren-Meister-Titel geehrt wurden.

Allen Mannschaften wurde ein Flachglas-Pokal mit individueller Gravur überreicht.

Im Anschluss an die Ehrungen lud die Stadt in die Fürstlichen Nebenräume zu einem Stehempfang ein. Hier konnte man sich noch lange mit den Teilnehmern unterhalten, wie mit Bürgermeisterin Gertraud Maltz-Schwarzfischer oder mit dem Jahntrainer Achim Beierlorzer.



Für diese Platzierungen wurden die Sportler vom [Gehsportverein Regensburg](#) geehrt:

Einzelwertung:

Berzl Josef	1. Deutscher Meister im 20-km-Straßengehen 1. Bayerischer Meister im 20-km-Straßengehen	M65 M65
Kühnapfel Ansgar	3. Deutscher Meister im 10-km-Straßengehen 1. Bayerischer Meister im 20-km-Straßengehen 1. Bayerischer Meister im 10000-m-Bahnggehen	M50 M50 M50
Schmid Christine	3. Deutsche Meisterin 3000m Bahnggehen (Halle) 1. Bayerische Meisterin 5km Straßengehen	W50 W50
Kaiser Stefan	1. Bayerischer Meister im 20-km-Straßengehen	M35

Mannschaftswertung:

Gehsportverein Regensburg

1. Deutscher Meister im 10-km-Straßengehen (M35-M55)
(Josef Berzl - Ansgar Kühnapfel - Wolfgang Hammer)

2. Süddeutscher Meister im 20-km-Straßengehen (Aktive)
(Stefan Kaiser - Ansgar Kühnapfel - Josef Berzl)

1. Bayerischer Meister im 20-km-Straßengehen (Aktive)
(Stefan Kaiser - Ansgar Kühnapfel - Josef Berzl)



Sportlerehrung 2017

1. Deutsche Meister



Sportlerehrung 2017
Deutsche Meister

■ Gehsportverein Regensburg e.V.

Leichtathletik – Senioren M 35 - M 55

- **1. Deutscher Meister 10 km-Straßengehen**
- 2. Süddeutscher Meister 20 km-Straßengehen (Aktive)

**Stefan Andrei Kaiser – Ansgar Kühnapfel –
Wolfgang Hammer – Josef Berzl**

Trainer: Josef Berzl



Sportlerehrung 2017
Deutsche Meister

STADT
REGENSBURG

■ Gehsportverein Regensburg e.V.

Leichtathletik – Senioren M 35 - M 55

- 1. Deutscher Meister 10 km-Straßengehen
- 2. Süddeutscher Meister 20 km-Straßengehen (Aktive)

Stefan Andrei Kaiser – Ansgar Kühnapfel –
Wolfgang Hammer – Josef Berzl



22.11.2017

Reichssaal



Christine Schmid 3. Deutsche Meisterin

22.11.2017 – 5 Teilnehmer

10 Jahres- und vorweihnachtliche Feier Sportgaststätte SG Walhalla (Walhalla-Stüberl) - 01.12.2017



01.12.2017 – 37 Teilnehmer

10-Jahre-, Jahresabschluss- und vorweihnachtliche Feier

01.12.2017

Der Gehsportverein ehrte bei der alljährlichen Jahresabschluss- und vorweihnachtliche Feier Mitglieder, erfolgreiche Sportler und fleißigsten Wanderer

Bei der Jahresabschluss- und vorweihnachtlichen Feier, wieder in der Sportgaststätte der SG Walhalla, haben 37 Gehsportfreunde das erfolgreiche Jahr im Gehsportverein gefeiert.

In diesem Jahr feierten wir auch 10 Jahre Gehsportverein und es durfte auf ein positives Ergebnis aufweisend und eine unfallfreie Zeit im Gehsportverein zurückgeblickt werden.

Den erfolgreichen Wettkampf-Sportler für dieses Jahr und fleißigen Jubiläums-Wanderer sowie den Jubiläums-Mitglieder und Spendern wurden mit Urkunden gedankt.

Rückblick 10 Jahre Wettkampf-Sport

Wir haben bei Nordbayerischen-, Int. Österreichischen-, Bayerischen-, Deutschen-, Europa- und Weltmeisterschaften überwiegend im Gehen teilgenommen.

Bei Meisterschaften standen unsere Sportler 134-mal auf dem Podest und sie konnten 65 Medaillen (10 Internationale, 33 Deutsche, 6 Süddeutsche und 16 Bayerische) erreichen.

Im Gehen holte unser Verein 13-mal den Deutschen Meister Titel und 42-mal den Bayerischen Landestitel nach Regensburg.

In den Bestenlisten (DLV / BLV / Bezirk) war der Gehsportverein Regensburg - in neun Jahren - bisher 468-mal, davon 137-mal auf Platz eins eingetragen.

Viele Rekorde und Bestleistungen haben die Gehsportler/in für den Gehsportverein aufgestellt.

Im Bezirk Oberpfalz haben wir 8-mal bei den Aktiven und Bayernweit 21-mal bei den Senioren Zeiten im Gehen verbessert.

Sportler-Ehrung 2017

Die Wettkampf-Sportler Christine Schmid, Stefan Kaiser, Ansgar Kühnapfel, Wolfgang Hammer und Josef Berzl erhielten für ihre Erfolge 2017 Dank-Urkunden.

Christine Schmid W55

3. Deutsche Meisterin im 3000-m-Bahngehen (Halle)
1. Bayerische Meisterin im 5-km-Straßengehen

Stefan Andrei Kaiser

1. Bayerischer Meister im 20-km-Straßengehen (M35)
4. bei den Bayerischen Meisterschaften im 20-km-Straßengehen
6. bei den Süddeutschen Meisterschaften im 20-km-Straßengehen

Ansgar Kühnapfel M50

- 3. Deutscher Meister im 10-km-Straßengehen
- 1. Bayerischer Meister im 20-km-Straßengehen
- 1. Bayerischer Meister im 10000-m-Bahngehen

Josef Berzl M65

- 1. Deutscher Meister im 20-km-Straßengehen
- 1. Bayerischer Meister im 20-km-Straßengehen
- 2. Bayerischer Meister im 10000-m-Bahngehen

Wolfgang Hammer M65

- 4. bei den Deutschen Meisterschaften im 3000-m Bahngehen (Halle)
- 4. bei den Deutschen Meisterschaften im 20-km-Straßengehen
- 5. bei den Deutschen Meisterschaften im 5000-m Bahngehen
- 6. bei den Deutschen Meisterschaften im 10-km-Straßengehen
- 3. Bayerischer Meister im 10-km-Straßengehen



Christine Schmid



Stefan Kaiser



Ansgar Kühnapfel



Josef Berzl



Wolfgang Hammer

Mannschaft Gehsportverein Regensburg

- 1. Deutscher Meister im 10-km-Straßengehen (M35-M55)
- 2. Süddeutscher Meister und 1. Bayerischer Meister im 20-km-Straßengehen



Bayerischer- und 2. Süddeutscher-Meister



Deutscher Meister



Mannschaftsteilnehmer:
Josef Berzl - Ansgar Kühnapfel Stefan - Andrei Kaiser - Wolfgang Hammer

Rückblick 10 Jahre Nordic Walking

Gleich nach der Gründung des Vereins wurde auch ein Nordic Walking Training begonnen.

Bisher haben über 50 verschiedene Geher beim wöchentlich und zusätzlich vereinbarten Training teilgenommen.

Über 50 Mal beteiligten wir uns am Nordic Walking außerhalb des Trainings, überwiegend bei ortsnahen Veranstaltungen und bei „Wettkämpfe“ im Raume Regensburgs.

Einmal jährlich wurde die Abnahme des DLV-Nordic-Walkingabzeichens durchgeführt.

Bei unserem Nordic Walking 2017 trainierten an 20 Tagen 16 unterschiedliche Geher mit uns.



NW-Training am 21.04.17

Rückblick 10 Jahre Wandern

Unsere erste Gehsportverein-Wanderung ging im Herbst 2007 „Nauf auf den Adlersberg“.

Seither wurden monatliche Wanderungen, so genannte „Aus-Gehen“, zehn Mal pro Jahr und überwiegend im Raume Regensburg durchgeführt.

Durchschnittlich gingen pro Wanderung 16 Personen eine Strecke von 13 Kilometer. Für fleißiges Wandern wurden den Teilnehmer Urkunden überreicht:

22 Ehrungen für 25 Mal, elf für 50 Mal und vier für 75 Mal dabei sein beim „Aus-Gehen“.

Unsere 100. „Aus-Gehen“-Wanderung führten wir am Gründungstag unseres Vereines durch und wiederholten unsere allererste Wanderung und feierten am Adlersberg.

Zusätzlich führten wir 86 Mal Wanderungen zu verschiedenen Themen durch u. a.:

32x „Mehrertages-Wanderung“ (2 bis 7 Tage)

13x „Fränkische Schweiz-Wanderung“

9x „Alpen-Wanderung“

8x „Vatertags-Wanderung“

8x „Flüsse-Wanderung“ (Von der Quelle bis zur Mündung)

5x „Aschermittwoch-Wanderung“

4x „1.-Mai-Wanderung“

Hier waren durchschnittlich sechs Geher dabei die durchschnittlich 20km gewandert sind.

In den zehn Jahren wurden bei den 185 Touren über 3000km gegangen. Die Touren waren

von 5km bis zu 41km lang und es waren 127 unterschiedliche Personen dabei.

Rückblick Wandern 2017

Beim Wandern in diesem Jahr hatten wir 26 Touren durchgeführt. Bei den zehn festen monatlichen Wanderungen konnten sieben Teilnehmer ein Jubiläums-„Aus-Gehen“ begehen.

Höhepunkt der zusätzlichen Wanderungen könnte die Fahrt ins „Blaue“ mit der Wanderung ins „Grüne“ gewesen sein, wo das Ziel vorher nicht bekannt gegeben wurde. Es ging von Nabburg zum Maibaum-Aufstellen nach Neusath-Perschen und wurde mit 32 Wanderer am meisten angenommen.

Erfreuliche 59 Personen, davon 20 erstmalig, sind mit uns in diesem Jahr auf „Schusters Rappen“ 478 km unterwegs gewesen.

Für die monatlichen „Aus-Gehen“-Wanderungen wurden auch heuer wieder Jubiläums-Urkunden an die fleißigsten Wanderer ausgegeben:

- Reinhilde Weidel und Klaus Terschak 25-mal dabei
- Christine Müller, Wilma und Werner Winkler, Birgit Wagner 50-mal dabei
- Reinhard Hucke 75-mal dabei



geehrt wurden:

Christine Müller – Reinhard Hucke – Birgit Wagner – Reinhilde Weidel – Klaus Terschak

Beim Wandern im Jahr 2017 war am meisten dabei:

Georg Spandl 23x, Renate Berzl und Gerdi Wese je 12x

Als kleinen Dank für ihr häufiges Wandern erhielten sie je eine Dose Lebkuchen.

Mitglieder-Ehrung

Neun Gründungs-Mitglieder erhielten eine 10 Jahre-Jubiläums-Urkunde und ihnen wurden mit der BLSV-Nadel in Bronze und entsprechender Verleihungs-Bescheinigung gedankt.



10 Jahre dabei:

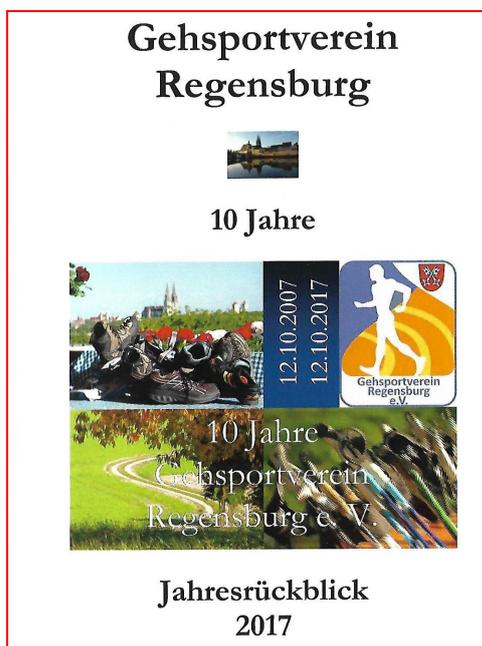
A. Kühnapfel – R. Hucke – J. Berzl – M. Hucke – M. Hammer – W. Hammer – G. Berzl – R. Berzl

Dank

Gedankt wurde den 12 Sponsoren die über 1100€ zur Förderung des Sports gespendet haben,
den neun (!) Neumitgliedern sowie den Vorstandsmitgliedern Ines und Georg.

Mit Weihnachtsliedern sowie Vortragen von Weihnachtsgeschichten wurde die Gehsport-Gesellschaft auf die vorweihnachtliche Zeit harmonisch eingestimmt.

Jeder der Geehrten durfte sich ein Geschenk (Sportartikel oder Werbemittel von den Firmen: Bayernwerk, DEZ, KKH, Lauf und Berg König, MZ, REWAG, R-KOM, Sparda, VB) aussuchen. Allen Teilnehmern wurde eine Einkaufstasche mit kleinen Preisen sowie ein Jahres-Heft „10 Jahre / Jahresrückblick 2017“ Gehsportverein Regensburg ausgehändigt.



Recht herzlich Dank allen, die sich 2017 wieder aktiv an unserem Gehsport-Vereinsleben eingebracht haben.

Stammtisch: „GEHEN & WANDERN REGENSBURG“



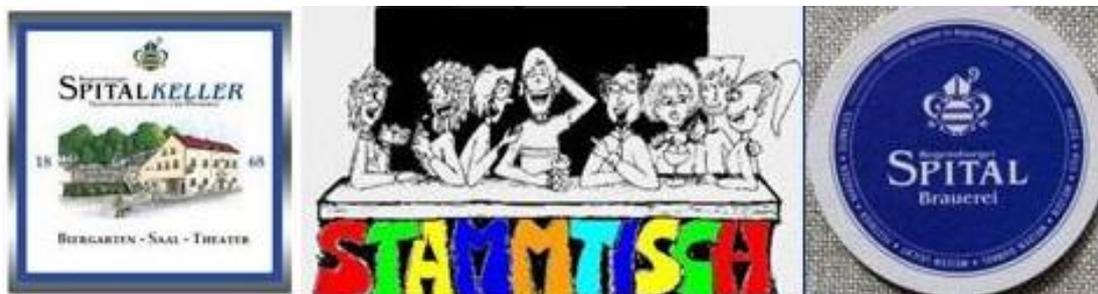
Dieser „G&W“ -Stammtisch soll ein regelmäßiges und gesellschaftliches Treffen in einer gemütlicher Runde und für ALLE offen sein.

Hauptsächlich soll damit die Geselligkeit und gemeinsame Kommunikation gefördert werden. Aber auch ein Austausch mit anderen Interessierten uns kennen zu lernen, kann dadurch besser ermöglicht werden. Wir können uns regelmäßig in einer gemütlichen Runde - auch wieder - treffen und Verbesserungen und Probleme konstruktiv erörtern, neue Initiativen planen, Trainingszeiten und Wettkämpfe absprechen, oder, oder ... oder auch nur z. B. Kartenspielen. Und wenn nichts anliegt: einfach nur in einer netten Runde bei einem Getränk zusammen sitzen.

Stammtisch-Treffen sind:

Jeden ersten Freitag um 19 Uhr im Spitalkeller,
93059 Regensburg, Alte Nürnberger Straße 12 (mit Biergarten im Sommer).

Über eine Teilnahme am Stammtisch würde ich mich sehr freuen und bitte um deine (voraussichtliche) Zusage an josef.berzl@gehspport.de



Seit Januar ist der neue Stammtisch im Spital-Keller eingerichtet. Die 10 geselligen Treffen, meist am ersten Freitag im Monat, wurden überwiegend gut besucht, einmal waren sogar 17 Stammtisch-Geher dabei. In diesem warmen Sommer konnten wir an vier Stammtischtagen die gemütliche Runde im Biergarten abhalten.

Stammtisch "Gehen & Wandern Regensburg"														
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
		Teilnehmer		gesamt	5. Jan.	9. Feb.	9. Mrz.	6. Apr.	4. Mai.	8. Jun.	13. Jul.	3. Aug.	5. Okt.	2. Nov.
					12	17	7	13	3	15	15	6	11	7
				10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	Berzl Josef	10	100%	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	2	Hammer Wolfgang	9	90%	1	1	1	1	1	1	1	°	1	1
3	3	Berzl Georg	7	70%	1	1		1	°	1	1	°	1	1
	4	Kubicke Susanne	7	70%	1	1			°	1	1	1	1	1
	5	Schirmmacher Elke	7	70%		1	1	1	°	1	1	1	1	
	6	Wohlleben Sibylle	7	70%	1	1	1	1	1	1	1	°	°	°
7	7	Müller Erwin	6	60%	1	1		1	°	1	1	°	1	
	8	Winkler Werner	6	60%		1	1	1		1	1			1
	9	Winkler Wilma	6	60%		1	1	1		1	1			1
10	10	Berzl Renate	5	50%	°	1	1	1	°	1	°	1	°	°
	11	Kubicke Helmut	5	50%		1			°	1	1	1	1	°
	12	Manssen Heike	5	50%	1	1			°	1	1	°		1
	13	Müller Christine	5	50%	1	1		1	°	1	1	°		
14	14	Niemeier Anneliese	3	30%		1		1	°	1				°
	15	Schlosser Ines	3	30%	1				°	1		°	1	°
16	16	Bindl Traudl	2	20%				1	°		1			°
	17	Kilgert Hans	2	20%	1	1								
	18	Klaas Viola	2	20%				1	°			1		
19	19	Bäumel Helga	1	10%										1
	20	Berzl Martina	1	10%		1			°					
	21	Guttenberger Senta	1	10%							1			
	22	Kilgert Karin	1	10%		1								
	23	Meier Rudi	1	10%	1									
	24	Merkel Gertraud	1	10%										1
	25	Wagner Birgit	1	10%	1				°					
	26	Wese Gerti	1	10%										1
	27	Wildenauer Henriette	1	10%								1		
		° = abgesagt												
			durchschnittlich	11										



9. Feb.



8. Jun.



13. Jul.



05.01.2018 – 12 Teilnehmer



Gehsportverein Regensburg e. V.

Herzlich willkommen zur

gliederve

Geschäftsjahr

15.02.2018



15.02.2018 – 21 Teilnehmer

Protokoll - 11. Mitgliederversammlung (JHV 2017) - 15.02.2018

Ort: Am Holzhof 1, 93059 Regensburg, Nebenraum der SG Walhalla
Regensburg
Beginn: 18 Uhr JHV 18:30 Uhr
Anwesend: 19 Mitglieder (48% der Mitglieder) und 2 Gäste

Tagesordnungspunkte

- 1) Begrüßung
- 2) Feststellung der ordnungsgemäß einberufenen Einladung
- 3) Ereignisbericht 2017
- 4) Kassenbericht 2017
- 5) Kassenrevisionsbericht
- 6) Bestimmung eines Wahlleiters
- 7) Entlastung des Vorstandes
- 8) Neuwahl des Vorstandes
- 9) Wahl der Kassenprüfung
- 10) Anträge (schriftliche Einreichung, siehe lt. Geschäftsordnung)
- 11) Sonstiges

TOP 1 Begrüßung
der Mitglieder und zwei Gäste durch den Vorsitzenden.

TOP 2 Feststellung der ordnungsgemäß einberufenen Versammlung
Zur Mitgliederversammlung mit den Tagesordnungspunkten wurde rechtzeitig am 08. Januar 2018 eingeladen. Die Versammlung war beschlussfähig.
Gegen die Tagesordnung gab es keine Einwände.

TOP 3 Ereignisbericht 2017
Der Rückblick über die Aktivitäten des vergangenen Vereinsjahres wurde mit einer PowerPoint-Präsentation (37 Seiten) vorgestellt.

- **Race Walking (Wettkampf Gehen)**

Unsere Wettkampfgeher haben bei vier Deutschen Meisterschaften, einer Süddeutschen Meisterschaft und drei Bayerischen Meisterschaften sehr erfolgreich teilgenommen.

Sechs Medaillen und insgesamt 13 Podestplätze wurden bei diesen Meisterschaften erreicht.

Am erfolgreichsten schnitten ab:

Josef Berzl Deutscher Meister im 20-km-Straßengehen
Christine Schmid 3. Deutsche Meisterin im 3000-m-Bahngehen (Halle)
Ansgar Kühnapfel 3. Deutscher Meister im 10-km-Straßengehen.

Unsere Mannschaft hat das super Ergebnis von 2016 sogar noch getoppt.

Die Mannschaft mit Josef Berzl, Ansgar Kühnapfel und Wolfgang Hammer gewannen im 10-km Straßengehen den Deutschen Meistertitel M35-M55. Hinzu kamen bei den Süddeutschen

Meisterschaften der Vize-Titel und der Meister-Titel bei den Bayerischen Meisterschaften im 20-km-Straßengehen.

Alle Ergebnisse unter:

http://www.gehsport.de/mediapool/47/478844/data/Sport-Ergebnisse/Ergebnislisten/2017/Wettkampf_Ergebnisse_2017.pdf

- **Nordic Walking**

Beim Nordic Walking trainierten 16 unterschiedliche Geher. Grundlagen einer effektiveren Technik für das schnelle Gehen mit Stockeinsatz werden im Training immer gerne vermittelt. Die jährliche Abnahme des DLV Nordic Walking Abzeichen wird künftig nur noch auf Wunsch abgehalten.

- **Wandern (Aus-Gehen)**

Die 10-mal im Jahr stattfindenden monatlichen Wanderungen wurden durchschnittlich von 18 Teilnehmern begleitet und 14km gegangen.

Jeder Teilnehmer konnte seine schönste „Aus-Gehen“-Wanderung 2017 benennen. Die Rund-Wanderung am 15. Jan. 2017, an der Schwarzen Laber von Sinzing nach Viehhausen, wurde knapp am besten bewertet.

Die Auswertungen sind zu finden:

http://www.gehsport.de/mediapool/47/478844/data/Aus-Gehen/Auswertung_AG.pdf

Jubiläums „Aus-Geher“ waren:

25x dabei: Klaus Terschak (12.02.17)

50x dabei: Christine Müller (09.04.17)

Wilma Winkler (21.05.17)

Werner Winkler (18.06.17)

75x dabei: Reinhard Hucke (12.03.17)

- **Wandern (Allgemein)**

Bei den 16 zusätzlichen Wanderungen wurden insgesamt 335km zurückgelegt, dabei waren durchschnittlich 9 Teilnehmer und Wegstrecken von 7 bis 41km wurde gegangen.

Erfreuliche 61 Wanderer, davon 23 zum ersten Mal, waren mit uns 2017 auf „Schusters Rappen“ unterwegs.

TOP 4

Kassenbericht 2017

Die einzelnen Posten der Einnahmen und Ausgaben trug unser Schatzmeister mit einer PowerPoint-Präsentation vor.

Dem Verein wurde erfreulicherweise von mehreren Unterstützern 1213 € gespendet.

Dadurch konnte eine Bestandserhöhung von 352,84 € ausgewiesen werden.

TOP 5

Kassenrevisionsbericht

durch Kassenprüferin Birgit Wagner

Die Kassenprüfung des Gehsportvereins Regensburg erfolgte am 13.02.2018 durch Karin Spandl und Birgit Wagner.

Die Prüfung ergab keine Beanstandung zur Kassenführung. Die ordnungsgemäße Kassenführung und Buchungsarbeit von Schatzmeister Georg Berzl wurde bescheinigt. Die Kassenprüfer baten um die Entlastung des Schatzmeisters und der Vorstandschaft.

TOP 6 Bestimmung eines Wahlleiters

Für die bevorstehenden Wahlen wurde Magnus Berzl gebeten die Wahlen zu leiten.

TOP 7 Entlastungen des Vorstandes

Der gesamte Vorstand wurde durch die Mitglieder einstimmig entlastet.

TOP 8 Neuwahl des Vorstandes

Der bisherige Vorstand stellte sich wieder zur Wahl:

Vorsitzender

Josef Berzl, geb. 11.09.1952, Am Pfaffensteiner Hang 43, 93059 Rgbg.

Stellvertretende Vorsitzende

Ines Schlosser, geb. 23.11.1973, Spandauer Str. 2A, 93053 Regensburg

Schatzmeister

Georg Berzl, geb. 02.01.1966, Alte Nürnberger Str. 86A, 93059 Rgbg.

Josef Berzl wurde einstimmig wieder gewählt.

Ines Schlosser wurde mit zwei Gegenstimmen wieder gewählt.

Georg Berzl wurde einstimmig wieder gewählt.

TOP 9 Wahl der Kassenprüfung

Als Kassenprüfer stellten sich Karin Spandl und Birgit Wagner zur Wahl. Beide wurden einstimmig wieder gewählt.

TOP 10 Anträge

keine Anträge

TOP 11 Sonstiges

- Der Mitgliederstand hat sich 2017 um 9 auf nunmehr 40 erhöht:

Helmut Kubicke	01.02.
Hans Kilgert	01.02.
Karin Kilgert	01.02.
Roswitha Penzkofer	01.03.
Dr. Sibylle Wohleben	01.03.
Elke Schirmmacher	01.03.
Gerdi Wese	01.03.
Felix Berzl	01.03.
Gertraud Merkel	01.03.

- Zwei Mitglieder konnten „runde“ Geburtstage feiern.

Ende: ca. 20 Uhr

Im Anschluss an den offiziellen Teil der Hauptversammlung wurden 152 ausgewählte Lichtbilder unserer Unternehmungen 2017 vorgestellt.



7. Josefi – Feier in der Walba
mit der Blaskapelle Josef Menzl
(19.03.18)



19.03.2018 – 5 Teilnehmer

Bayerisches Staatsministerium des
Innern und für Integration 




Ehrenmedaille für besondere Verdienste um den Sport in Bayern
für Magnus Berzl

13.10.2018 – 3 Teilnehmer

Datenschutzrichtlinie

Gehsportverein Regensburg

Diese datenschutzrechtliche Information nach Art. 13 DSGVO gilt für die Erhebung und Verarbeitung personenbezogener Daten. Die separate Datenschutzerklärung zur Erhebung personenbezogener Daten über die Webseite des Vereins (www.gehsport.de) wird auf der genannten Internetseite für die Besucher der Webseite bereitgestellt.

1. Verantwortlichkeit

Verantwortlich für die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten ist der Gehsportverein Regensburg, Am Pfaffensteiner Hang 43, 93059 Regensburg gesetzlich vertreten durch den Vorstand nach § 26 BGB, Josef Berzl E-Mail: josef.berzl@gehsport.de

2. Zwecke, für die personenbezogenen Daten verarbeitet werden:

Zur Erfüllung der satzungsgemäßen Aufgaben des Vereines und der Verpflichtungen, die sich aus der Mitgliedschaft im Bayerischen Landes-Sportverband e.V. (BLSV) und aus der Mitgliedschaft des Bayerischen Leichtathletik Verband e.V. (BLV) ergeben, werden im Verein unter Beachtung der rechtlichen Vorschriften, insbesondere der EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) sowie des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG) folgende personenbezogene Daten von Vereinsmitgliedern digital gespeichert:

Name, Adresse, Nationalität, Geburtsdatum, Geschlecht, Telefonnummer, E-Mailadresse, Bankverbindung, Zeiten der Vereinszugehörigkeit.

Die in der Beitrittserklärung für Mitglieder erhobenen personenbezogenen Daten werden ausschließlich für die Durchführung des Mitgliedschaftsverhältnisses verarbeitet. Sie werden zum Zwecke der Mitgliederverwaltung, zur Organisation des Sportbetriebes, des Beitragseinzuges, der Übermittlung von Vereinsinformationen, der Einladung zu Versammlungen durch den Verein verarbeitet und genutzt.

Eine Übermittlung von Teilen dieser Daten an die jeweiligen Sportfachverbände und den Bayerischen Landes-Sportverband e.V. (BLSV) findet nur im Rahmen der in den Satzungen der Fachverbände bzw. des BLSV festgelegten Zwecke statt. Diese Datenübermittlungen sind notwendig zum Zweck der Mitgliederverwaltung, zum Zwecke der Organisation eines Spiel- bzw. Wettkampfbetriebes und zum Zwecke der Einwerbung von öffentlichen Fördermitteln. Eine Datenübermittlung an Dritte, außerhalb der Fachverbände und des BLSV, findet nicht statt. Eine Datennutzung für Werbezwecke findet ebenfalls nicht statt.

Ferner werden personenbezogene Daten zur Teilnahme am Wettkampfbetrieb an die entsprechenden Verbände, dem Bayerischen Leichtathletikverband (BLV), dem Deutschen Leichtathletikverband (DLV) und dem Österreichischen Leichtathletikverband (ÖLV) weitergeleitet.

E-Mail-Adresse und Telefonnummer (soweit erhoben) werden vom Gehsportverein Regensburg zum Zwecke der Kommunikation genutzt. Es wird ein „Gehsport-Infobrief“ mit aktuellen Informationen und Terminen versendet.

Eine Übermittlung von E-Mail-Adresse und Telefonnummer, wird weder an den BLSV oder die Fachverbände noch an Dritte vorgenommen.

Im Zusammenhang mit seinem Sportbetrieb sowie sonstigen satzungsgemäßen Veranstaltungen veröffentlicht der Verein personenbezogene Daten und Fotos seiner Mitglieder in seiner Vereinszeitung sowie auf seiner Homepage und übermittelt Daten und Fotos zur Veröffentlichung an Printmedien.

WhatsApp im Gehsportverein Regensburg wird über entsprechenden Gruppen, nicht aber zur offiziellen Kommunikation genutzt. Sie dienen nur zur gesellschaftlichen Information, von einem ausgewählten Personenkreis, die auf diesem Weg Mitteilungen austauschen und Termine verabreden können. Gruppenmitglieder können jederzeit die Gruppe verlassen.

Eine anderweitige, über die Erfüllung seiner satzungsgemäßen Aufgaben und Zwecke hinausgehende Datenverwendung ist dem Verein – abgesehen von einer ausdrücklichen Einwilligung – nur erlaubt, sofern er aufgrund einer rechtlichen Verpflichtung, der Erfüllung eines Vertrages oder zur Wahrung berechtigter Interessen, sofern nicht die Interessen der betroffenen Personen überwiegen, hierzu verpflichtet ist. Ein Datenverkauf ist nicht statthaft.

Der Gehsportverein Regensburg, verwendet personenbezogene Daten (Name/ Vorname/ Geburtsdatum) für Erstellung von Statistiken/ Ehrungen/ Jubiläen/ Geburtstagsgratulation.

3. Rechtsgrundlagen, auf Grund derer die Verarbeitung erfolgt:

Die Verarbeitung der personenbezogenen Daten erfolgt in der Regel aufgrund der Erforderlichkeit zur Erfüllung eines Vertrages gemäß Artikel 6 Abs. 1b DSGVO. Bei den Vertragsverhältnissen handelt es sich in erster Linie um das Mitgliedschaftsverhältnis im Verein und um die Teilnahme am Spielbetrieb der Fachverbände.

Werden personenbezogene Daten erhoben, ohne dass die Verarbeitung zur Erfüllung des Vertrages erforderlich ist, erfolgt die Verarbeitung aufgrund einer Einwilligung nach Artikel 6 Abs. 1a DSGVO.

Die Veröffentlichung personenbezogener Daten im Internet oder in lokalen oder regionalen Printmedien erfolgt zur Wahrung berechtigter Interessen des Vereins (Artikel 6 Abs. 1f DSGVO). Das berechtigte Interesse des Vereins besteht in der Information der Öffentlichkeit durch Berichtserstattung über die Aktivitäten des Vereins. In diesem Rahmen werden personenbezogene Daten einschließlich von Bildern von sportbezogenen oder gesellschaftlichen Veranstaltungen sowie sportlichen Ereignissen auf der Webseite des Vereines oder sonstigen Vereinspublikationen (Jahresheft) veröffentlicht und an die Presse zum Zwecke der Veröffentlichung ohne spezielle Einwilligung weitergegeben.

4. Die Empfänger und Kategorien von Empfängern der personenbezogenen Daten

Zugriff auf personenbezogene Daten haben beim Gehsportverein Regensburg nur solche Personen, die diese Daten zur Durchführung ihrer Aufgaben innerhalb der verantwortlichen Stelle benötigen, die über die gesetzlichen Bestimmungen zum Datenschutz informiert sind und sich gemäß der geltenden gesetzlichen

Bestimmungen verpflichtet haben, diese einzuhalten. Die Erhebung, Verarbeitung, Nutzung und Übermittlung der erhobenen personenbezogenen Daten erfolgt nach Art. 6. Abs. 1 EU-DSGVO, jeweils nur in dem Umfang, der für die Durchführung eines Vertragsverhältnisses erforderlich ist.

Listen von Mitgliedern oder Teilnehmern werden den jeweiligen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im Verein (z.B. Vorstandsmitgliedern, Abteilungsleitern, Übungsleitern) insofern zur Verfügung gestellt, wie es die jeweilige Aufgabenstellung erfordert.

Als Mitglied des BLSV ist der Verein verpflichtet, im Rahmen der Bestandsmeldung folgende Daten seiner Mitglieder an den BLSV zu melden: Name, Vorname, Geburtsdatum, Geschlecht, Sportartenzugehörigkeit. Die Meldung dient zu satzungsgemäßen Verwaltungs- und Organisationszwecken des BLSV und zur Versicherung der Mitglieder.

Aus dem Betreiben bestimmter Sportarten (Leichtathletik) im Verein ergibt sich eine Zuordnung zu bestimmten Sportfachverbänden (Bayerischer Leichtathletikverband). Für deren satzungsgemäße Verwaltungs- und Organisationszwecke bzw. zur Durchführung des Wettkampfbetriebes (Erwerb von Lizenzen, sonstige Teilnahmeberechtigungen) werden die erforderlichen Daten betroffener Vereinsmitglieder im folgenden Umfang ebenfalls zur Verfügung gestellt: Name, Vorname, Geburtsdatum, Geschlecht, Sportartenzugehörigkeit.

Die Daten der Bankverbindung der Mitglieder werden zum Zwecke des Beitragseinzugs an die Volksbank Regensburg weitergeleitet.

Die Daten der Mitglieder (Name, Vorname, Geburtsdatum, Adresse, Sportartenzugehörigkeit) werden an Deutschen Sportausweis (DSA) zum Zwecke Erstellung des Mitgliedsausweises weitergeleitet.

Zur Wahrnehmung satzungsgemäßer Mitgliederrechte kann bei Verlangen der Vorstand gegen die schriftliche Versicherung, dass die Adressen nicht zu anderen Zwecken verwendet werden, Mitgliedern, bei Darlegung eines berechtigten Interesses Einsicht in das Mitgliederverzeichnis gewähren (z.B. für die Mitgliederversammlung).

Den Organen des Vereins, allen Mitarbeitern oder sonst für den Verein Tätigen ist es untersagt, personenbezogene Daten unbefugt zu anderen als dem zur jeweiligen Aufgabenerfüllung gehörenden Zweck zu verarbeiten, bekannt zu geben, Dritten zugänglich zu machen oder sonst zu nutzen. Diese Pflicht besteht auch nach dem Ausscheiden des Mitglieds aus dem Verein fort.

Die vereins- und personenbezogenen Daten werden durch geeignete technische und organisatorische Maßnahmen vor dem Zugriff Dritter geschützt.

5. Speicherdauer und Speicherfristen

Die personenbezogenen Daten werden für die Dauer der Mitgliedschaft gespeichert.

Bei Beendigung der Mitgliedschaft werden personenbezogene Daten gelöscht, sobald ihre Kenntnis nicht mehr erforderlich ist. Daten, die einer gesetzlichen oder satzungsmäßigen Aufbewahrungspflicht unterliegen, werden für die weitere Verwendung gesperrt und nach Ablauf der Aufbewahrungspflicht gelöscht.

Bestimmte Datenkategorien werden zum Zweck der Vereinschronik im Vereinsarchiv gespeichert. Hierbei handelt es sich um die Kategorien Vorname, Nachname, Zugehörigkeit zu einer Mannschaft, besondere sportliche Erfolge oder Ereignisse, an denen die betroffene Person mitgewirkt hat. Der Speicherung liegt ein berechtigtes Interesse des Vereins an der zeitgeschichtlichen Dokumentation von sportlichen Ereignissen und Erfolgen und der jeweiligen Zusammensetzung der Mannschaften zugrunde. Alle Daten der übrigen Kategorien (z.B. Bankdaten, Anschrift, Kontaktdaten) werden mit Beendigung der Mitgliedschaft gelöscht.

6. Rechte der betroffenen Personen

Der betroffenen Person (Mitglied, Funktionsträger, Übungsleiter, Trainer, Schiedsrichter) stehen unter den in den Artikeln jeweils genannten Voraussetzungen die nachfolgenden Rechte zu:

1) Recht auf Auskunft:

Jede betroffene Person kann Auskunft gem. Art. 15 DSGVO über ihre vom Gehsportverein Regensburg verarbeiteten personenbezogenen Daten verlangen. Im Auskunftsantrag sollte das Anliegen präzisiert werden, um dem Verein das Zusammenstellen der erforderlichen Daten zu erleichtern. Unter bestimmten Umständen kann das Auskunftsrecht gemäß den gesetzlichen Vorschriften (insbesondere § 34 BDSG und Art. 10 BayDSG) eingeschränkt sein. Die Auskunft erfolgt innerhalb eines Monats.

2) Recht auf Berichtigung:

Die betroffene Person hat das Recht auf Berichtigung fehlerhafter Daten nach Art. 16 DSGVO.

3) Recht auf Löschung:

Die betroffene Person kann unter den Bedingungen des Art. 17 DSGVO die Löschung ihrer personenbezogenen Daten verlangen, soweit nicht rechtliche Regelungen entgegenstehen.

4) Recht auf Einschränkung der Verarbeitung:

Die betroffene Person haben im Rahmen der Vorgaben des Art. 18 DSGVO das Recht, eine Einschränkung der Verarbeitung der sie betreffenden Daten zu verlangen.

5) Recht auf Datenübertragbarkeit:

Die betroffene Person hat das Recht auf Datenübertragbarkeit nach Art. 20 DSGVO.

6) Recht auf Widerspruch:

Die betroffene Person hat nach Art. 21 DSGVO das Recht, aus Gründen, die sich aus ihrer besonderen Situation ergeben, jederzeit das Recht, der Speicherung der Daten, die nicht im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben für bestimmte Zeiträume vorgehalten werden müssen, im Rahmen der Vorgaben der DSGVO für die Zukunft zu widersprechen.

Wenn personenbezogene Daten auf Grundlage einer Einwilligung verarbeitet werden, hat die betroffene Person das Recht, die Einwilligung jederzeit mit Wirkung für die Zukunft gegenüber zu widerrufen.

Ein Widerruf ist per E-Mail an josef.berzl@gehspport.de zu richten.

7) Recht auf Beschwerde:

Wenn die betroffene Person der Auffassung ist, dass der Gehsportverein Regensburg bei der Verarbeitung ihrer Daten datenschutzrechtliche Vorschriften nicht beachtet hat, kann sie sich nach Artikel 77 DSGVO mit einer Beschwerde an die Aufsichtsbehörde, das Bayerische Landesamt für Datenschutzaufsicht, wenden.

Beim Auskunftsrecht und beim Löschungsrecht gelten die Beschränkungen aus §§ 34, 35 BDSG.

Vorgehen bei der Wahrung der Betroffenenrechte

Bei der Wahrung der Betroffenenrechte (auf Auskunft, Berichtigung, Löschung und Einschränkung der Verarbeitung) wird sichergestellt, dass die Person, die eine Wahrung ihrer Rechte begehrt, eindeutig identifizierbar ist. So kann erreicht werden, dass die zu beauskunftenden Daten nicht unbefugten Dritten zur Verfügung gestellt werden.

Aus diesem Grund kann die verantwortliche Stelle bei begründeten Zweifel an der Identität eines Antragstellers auf Datenauskunft nach Art. 12 Abs. 6 DSGVO zusätzliche Informationen zur Bestätigung der Identität nachfordern (z. B. eine Postadresse oder das Geburtsdatum besonders bei elektronischem Auskunftsantrag). Die Anforderung eines eingescannten amtlichen Ausweispapiers ist (speziell in Deutschland) nicht zulässig.

Stand: 18.11.2018

Gehsportverein Regensburg e.V.

Vorstand

gez. Josef Berzl

Vorsitzender

gez. Ines Schlosser

Stellvertretende Vorsitzende

gez. Georg Berzl

Schatzmeister

Internetauftritt

www.gehsport.de

Unsere Internetseite (144 Seiten in Verwendung), wird so schnell wie möglich und meist mehrmals in der Woche mit Infos zu unseren Veranstaltungen und Ereignisse aktualisiert.

Wer sich zu unseren Veranstaltungen vorher nicht anmeldet, sollte vor einem angesetzten Termin den aktuellen Stand auf unserer „Homepage“ überprüfen ob nicht eine Änderung eingetreten ist!

Verbesserungsvorschläge und Hilfe zur Internetseite werden dankend angenommen.

Ereignisse

(seit der Jahresabschluss-Feier 2017)

(54 Veranstaltungen)

12x Leichtathletik-Wettkämpfe

18x Wandern

1x Nordic Walking Veranstaltung

15x Gesellschaftliche Zusammenkünfte

9x sonstige Veranstaltungen

Teilnehmer

17.11.18	Hallenmeeting mit Bahngehen	Erfurt	2
17.11.18	BLSV – Infotag (Datenschutz nach DSGVO)	Neutraubling	1
15.11.18	Vorstand-Sitzung	„Bierhütte“	3
11.11.18	11. „Aus-Gehen“ (Gehen & Genießen)	Kallmünz	21
02.11.18	10. Stammtisch „Gehen & Wandern“	Spitalkeller	7
15.10.18	11. Kirchweih-Essen	Hellring	23
15.10.18	4. Kirchweih-Wanderung	Hellring	21
14.10.18	Deutsche Meisterschaften im Straßengehen	Aschersleben	1
07.10.18	110. „Aus-Gehen“ (Gehen & Genießen)	Stettkirchen	20
05.10.18	9. Stammtisch „Gehen & Wandern“	Spitalkeller	11
03.10.18	Bayerische Meisterschaften im Bahngehen	München	4
22.09.18	Süddeutsche Meisterschaften im Bahngehen	Bühlertal	1
18.08.18	Die Wissinger Laber – Von der Quelle bis zur Mündung	Fränkische Alb	8
11.08.18	Rundweg von Sulzbach-Rosenberg zum Frohnbergfest	Frohnberg	8
03.08.18	8. Stammtisch „Gehen & Wandern“	Spitalkeller	6
15.07.18	109. „Aus-Gehen“ (Gehen & Genießen)	Abensberg	20
13.07.18	7. Stammtisch „Gehen & Wandern“	Spitalkeller	15
23.06.18	Bahngehen	Türkheim	2
16.06.18	108. „Aus-Gehen“ (Gehen & Genießen)	Bodenwöhr	21
08.06.18	6. Stammtisch „Gehen & Wandern“	Spitalkeller	14
03.06.18	Wertungswettkampf Deutsche Masters	Reichenbach	1
12.05.18	107. „Aus-Gehen“ (Gehen & Genießen)	Essing	14
10.05.18	9. „Vatertagswdg.“ R - Eilsbrunn	Eilsbrunn	7
04.05.18	5. Stammtisch „Gehen & Wandern“	Spitalkeller	3
01.05.18	5. „1. Mai-Wanderung“ Risslochwasserfälle/Maibaum	Bodenmais	8
23.04.18	3. Sportbeirat Sitzung Stadt Regensburg	Neues Rathaus	1
21.04.18	Südd. / Bayerische Meisterschaften im Straßengehen	Biberach	1
15.04.18	106. „Aus-Gehen“ (Gehen & Genießen)	Riedenburg	24
14.04.18	Deutsche Meisterschaften im Straßengehen	Naumburg	1
08.04.18	Frühlings-Wdg. - Rundweg im Aubachpark	Burgweinting	13
06.04.18	4. Stammtisch „Gehen & Wandern“	Spitalkeller	13
19.03.18	7. Josefi-Feier (Blaskapelle Josef Menzl)	Walba	5
18.03.18	105. „Aus-Gehen“ (Gehen & Genießen)	Laaber	7
17.03.18	Wertungswettkampf Deutsche Masters	Eisenberg	1
17.03.18	BLSV Bezirkstag	Neunburg v. W.	4
09.03.18	3. Stammtisch „Gehen & Wandern“	Spitalkeller	7
02.03.18	Deutsche Meisterschaften im Bahngehen – Halle	Erfurt	1
24.02.18	Südd. Meisterschaften im Bahngehen – Halle	Kaiserslautern	1
18.02.18	104. „Aus-Gehen“ (Gehen & Genießen)	Deuerling	21
17.02.18	BLSV Kreistag	Regensburg	4
15.02.18	11. Mitgliederversammlung	SG Walhalla	21
14.02.18	6. Fischessen (mit Fischzug)	Schmidmühlen	15
14.02.18	6. Aschermittwoch-Wanderung: Rohrbach-Dietldorf	Vilstal	15
09.02.18	2. Stammtisch „Gehen & Wandern“	Spitalkeller	17
27.01.18	Bayerische Hallenmeisterschaften – Gehen	München	1
21.01.18	103. „Aus-Gehen“ (Gehen & Genießen)	Oberndorf	26
05.01.18	1. Stammtisch „Gehen & Wandern“	Spitalkeller	12
31.12.17	Silvester-Lauf (Nordic Walking)	Seubersdorf	1
29.12.17	Der Aubach - Von der Quelle bis Burgweinting	LK Regensburg	7
03.12.17	101. „Aus-Gehen“ (Gehen & Genießen)	Langquaid	14
01.12.17	10. Jahres- und vorweihnachtliche Feier	SG Walhalla	37
29.11.17	Vorstand-Sitzung	„Bierhütte“	3
22.11.17	11. Sportlerehrung Stadt Regensburg	Altes Rathaus	5

Termine 2019

Rahmentermin-Plan 2019 - (vorläufig) Stand 23.11.18

Wettkämpfe Gehen

9. Feb.	Bayerische Meisterschaften - Hallengehen	München
1. Mrz.	Deutsche Meisterschaften - Hallengehen	Halle
16. Mrz.	4. Int. Mühlalgehen	Eisenberg
13. Apr.	Deutsche Meisterschaften - Straßengehen I	Naumburg
14. Apr.	Österreichische Meisterschaften - Straßengehen 20km	Wien
Apr.	Bayerische Meisterschaften - Straßengehen	NN
18. Mai.	Bayerische Meisterschaften - Bahngehen	Türkheim
17. Aug.	Deutsche Meisterschaften - Bahngehen	Beeskow
24. Aug.	Österreichische Meisterschaften - Bahngehen	Amstetten
28. Sep.	Österreichische Meisterschaften - Straßengehen 10km	Amstetten
12. Okt.	Österreichische Meisterschaften - Straßengehen 50km	Wien
Okt.	Deutsche Meisterschaften - Straßengehen II	NN
16. Nov.	Hallengehen	Erfurt

Walking / Nordic Walking

30. Jun.	KKH-Lauf (Nordic Walking)	Regensburg
Sep.	DEMWALK	Regensburg
29. Sep.	Nordic-Walking-Tour	Regensburg
6. Okt.	Leukämielauf (Nordic Walking)	Regensburg
n. Absprache	DLV-Nordic Walking-Abzeichen Abnahme	Regensburg

Wandern

13. Jan.	113. Aus-Gehen - Rund-Wdg. nach Herrnwahlthann	Stanglbräu
17. Feb.	114. Aus-Gehen - Rund-Wdg. nach Pfaffenberg	Stöttner-Bräu
6. Mrz.	7. "Aschermittwoch-Wanderung" - Rundwanderung an der Vils	Dietldorf
17. Mrz.	115. Aus-Gehen - Rund-Wdg. nach Zell	Schlossbrauerei
14. Apr.	116. Aus-Gehen - "Hans-Herrmann-Gedächtnis"	Donaustauf
1. Mai.	6. "1. Mai-Wanderung" - "Fahrt ins Blaue und Wanderung ins Grüne"	???
30. Mai.	10. "Vatertags-Wanderung" -	
19. Mai.	117. Aus-Gehen - Rund-Wdg. an der Schwarzen Laber	Friesenmühle
23. Jun.	118. Aus-Gehen - von Beratzhausen nach Parsberg	Lupburg
20. Jul.	119. Aus-Gehen - Rund-Wdg. an der Schwarzen Laber	Lengenfeld
11. Aug.	3. Wanderung von SUL zum Frohnbergfest	Sulzbach-Rosenberg
13. Okt.	120. Aus-Gehen - Besinnungsweg Hainsacker	Hainsacker
21. Okt.	5. "Kirchweih-Montag-Wanderung"	
17. Nov.	121. Aus-Gehen - Rund-Wdg. nach Mariental	Mariental
15. Dez.	122. Aus-Gehen - von Nabburg nach Gutteck zum Weihnachtsmarkt	Guteneck
29. Dez.	4. "Plätzchen-Wanderung" -	

Feb.	Schneeschuh-Wanderung zum Schwellhäusl	Bayerischer Wald
Mrz.	Frühlingswanderung - Wissinger Laber	Fränkische Alb
Apr.	Kirschenblüten-Wanderung	Fränkische Schweiz
nach Abspr.	Die Abens - von der Quelle zur Mündung (2 Tage ca.55km)	Oby / Nby
nach Abspr.	Die Wiesent - von der Quelle zur Mündung (3 Tage ca. 77km)	Fränkische Schweiz
nach Abspr.	Großer Regen - von Bayerisch Eisenstein nach Zwiesel	Bayerischer Wald
nach Abspr.	Bäche/Flüsse-Wdg. "Von der Quelle bis zur Mündung"	

Allgemein

	"Gehen & Wandern"-Stammtisch (meist jeden 1. Fr. im Monat)	Spital-Keller
6. Mrz.	7. "Aschermittwoch-Fischessen"	Schmidmühlen
14. Feb.	12. Mitglieder-Versammlung (JHV)	SG Walhalla
19. Mrz.	8. Josefi-Feier	
21. Okt.	11. Kirchweihessen	
Nov.	13. Sportlerehrung der Stadt Regensburg	Reichssaal
6. Dez.	12. Jahresabschluss- und vorweihnachtliche Feier	SG Walhalla
21. Dez.	8. Winter-Sonnwend-Feier	Winzerer Höhe

Runde Geburtstage feierten:

30.12.17
Gertraud
den . Geburtstag

03.07.18
Elisabeth
den . Geburtstag

Wir gratulieren zur Geburt

19.09.18
Jakob Lorenz



den Eltern Eva & Magnus

Herzlichen Glückwunsch



10 Jahre beim Gehsportverein:

01.05.18
Karin Spandl

01.05.18
Georg Spandl

01.05.18
Elisabeth Hierl

15.11.18
Christine Müller

15.11.18
Erwin Müller

Vielen Dank

Wir begrüßen neue Mitglieder:

Gertrud Argauer (M-Nr. 52) - 01.03.2018

Kurt Argauer (M-Nr. 53) - 01.03.2018

Jakob Berzl (M-Nr. 54) - 19.09.2018

Viola Klaas (M-Nr. 55) - 11. 11. 2018

Herzlich Willkommen

Vielen Dank

den Sponsoren

für Geldspenden
(mind. 25€)

Judith, Margit, Anneliese, Henriette

Erwin, Sibylle, Wolfgang, Sepp, Klaus

für Sachspenden

bayernwerk

KKH Kaufmännische
Krankenkasse

M Mittelbayerische

immer für Sie nah!
REWAG

Sparda-Bank

MEINE Volksbank
Regensburg eG 

R,KOM



Eine schöne vorweihnachtliche Zeit,
frohe Weihnachten
und ein



