



Fußball – Tischtennis – Ski – Gymnastik – Aerobic

Triathlon – Duathlon – Marathon

89. Ausgabe

Dezember 2010



Die Redaktion der Rundschau wünscht allen Mitgliedern, Freunden und Gönnern des Vereins eine besinnliche Adventszeit, frohe Weihnachten, einen guten Rutsch und ein gesundes neues Jahr 2011.

Zeit zu verschenken

«Es tut mir leid – ich habe keine Zeit». Diesen Satz hören wir recht häufig. Wir leiden «chronisch» darunter, dass unsere Kalender überfüllt sind und nur wenige Lücken aufweisen.

Umso erfreulicher ist die Tatsache, dass viele Menschen sich die Zeit für ein ehrenamtliches Engagement nehmen. Auch unser Sportverein lebt von ihnen. Ohne ihre Bereitschaft zum freiwilligen Mittun könnten wir den Betrieb einstellen – Herzlichen Dank für eure Mitarbeit!

Die Zeit ist ein wertvolles Lebensmittel, das wir zur Verfügung haben, aber wir empfinden sie sehr unterschiedlich. Beispiel Fußball: wenn ich knapp führe, sehne ich das Spielende herbei – die Zeit vergeht nicht. Gelingt dem Gegner der Ausgleich oder liegt er gar in Führung, läuft die Zeit plötzlich davon. Sport hat sehr viel mit Zeit zu tun. Da werden Zeiten genommen und verglichen. Da gibt es neben Geschwindigkeit auch Entschleunigung. Tempo rausnehmen als Taktik. Sich Zeit lassen für eine Auszeit. Die Halbzeitpause ist in der Regel keine vergeudete, sondern eine wertvolle Zeit.

Besonders wertvoll ist die verschenkte Zeit, die Zeit, die ich habe und mir nehme für andere. Dadurch verliere ich meine Zeit nicht, sondern ich fülle sie; ich gebe ihr eine Bedeutung; ich kann von ihr erzählen, wie ich sie mit anderen teile z.B.: in einer Sportgemeinschaft. Ohne dieses Verschenken und Teilen wäre meine Zeit bedeutungslose Selbstbeschäftigung mit der Gefahr des Leerlaufes und irgendwann der sinnlosen Langeweile.

Nehmen wir uns also Zeit füreinander – für dieses Geschenk an Andere, bekommen wir auch wieder viel zurückgeschenkt: Gemeinschaft, gemeinsame Zeit, sinnvolles Tun, das uns froh machen kann.

Wünschen wir uns diese Erfahrung, gerade in der Zeit des Advents und von Weihnachten.

Euch Allen ein Frohes Fest und ein gesegnetes Neues Jahr!

Albrecht Schöring
1. Vorsitzender

Abschiedsgruß für Erich Meister



Nach kurzer, schwerer Krankheit
starb Erich Meister am 24. November.

Mit ihm verliert nicht nur unser Verein einen langjährigen Freund
und Wohltäter.

In seinem Beruf als Schausteller ging er mit Leib und Seele auf.
Er kam so mit vielen Menschen in Kontakt und überall hatte er
gesellige Verbindungen, die er pflegte.

So auch in unserem Verein:

Bei Rosenmontagsbällen der früheren Jahre glänzte er mit sei-
nen komödiantischen Auftritten. Legendär waren seine Beiträge
auf Skifahrten in Ischgl und Saalbach als «Bürger-Meister», «Bus-
fahrer» oder in seiner Rolle als einer der «Heiligen Drei Könige».

Unmittelbar nach der Wende 1989 knüpfte er Kontakte zwischen
unserer AH-Mannschaft, in der er damals mitspielte, und Sport-
kameraden aus Weißenfels in Sachsen-Anhalt. Menschen aus Ost
und West lernten sich so bei vielen gegenseitigen Besuchen bes-
ser verstehen und schätzen. Überhaupt waren die AH-Fußballer
seine bevorzugte Kontaktgruppe. Zweimal im Jahr traf man sich
bei ihm auf dem Frühjahrs- und Herbst-Plärrer zum Heringessen.
Die Winterwanderungen der AH begründete er vor Jahren mit.
Dabei ist unvergessen, wie er alle im verschneiten Winterwald, bei
Weipelsdorf, mit einem lichtergeschmückten Baum und weih-
nachtlicher Blasmusik überraschte; dass dabei das leibliche Wohl
nicht zu kurz kam war bei ihm eine Selbstverständlichkeit.

Lieber Erich, du hast mit deiner offenen, tatkräftigen und ehrlichen
Art deinen Mitmenschen viel Freude und Gutes geschenkt. –
Möge es der Herr dir jetzt drüben vergelten.

Wir, von der DJK Teutonia, werden dich in dankbarer Erinnerung
behalten.

Albrecht Schöring
1. Vorsitzender

Zur Erinnerung an Gertrud Behr



Anfang November ist
Frau Gertrud Behr verstorben.

Über ein Jahrzehnt lang stand sie dem Verein bei der Sauberhaltung der Gaststätte und im Sportzentrum zu Diensten. In ihrer direkten Art brachte sie anfallende Probleme sofort auf den Punkt. Das war zwar manchmal anstrengend, aber ehrlich und aufrichtig.

Sprichwörtlich war ihre Gastfreundschaft.

Im Kleingarten beim Rothof empfing und bewirtete sie mit ihrem Mann Erwin öfters die AH-Fußballer und feierte mit vielen Gästen runde Geburtstage. Zuletzt im Juli dieses Jahres.

Auch in den Jahren, als noch Freunde aus Holland zur Teutonia kamen, nahm sie immer Gäste in ihre Wohnung auf.

Die DJK Teutonia ist ihr Dank schuldig und wird ihr Andenken bewahren.

Albrecht Schöring
1. Vorsitzender



Rund um den

1. Fußballmannschaft

Liebe Freunde des runden Leders, liebe Mitglieder!

Unsere 1. Mannschaft hat die Vorrunde abgeschlossen und auch die Rückrunde bereits vor dem Winter begonnen. Objektiv gesehen ist das Gesamtergebnis in Ordnung, allerdings noch ausbaubar!

Wie ich im Herbst bereits berichtete, sorgten unsere Jungs mit ihren Auftritten während der ersten vier Spiele für viel Furore. Sie zeigten schönen Fußball und gewannen die ersten Spiele fast allesamt überzeugend. Leider konnte die Mannschaft diesen Lauf, an den man sich durchaus gewöhnte, nicht fortsetzen. Eine muntere Berg- und Talfahrt stellte sich ein und mit einer negativen, sowie einer positiven Vierer-Serie, setzten die Jungs ihre scheinbare Vorliebe für einen geradlinigen Saisonverlauf fort. Doch nach der 0:2-Niederlage in Tütschengereuth war's dann vorbei mit den Quattros. Die Jungs versuchten sich nun in einer Dreier-Serie. Die bis dahin ungeschlagenen Walsdorfer wurden mit 3:1 aus dem Sportzentrum gejagt, im Derby beim FC Wacker gewann man 3:1 und zu hause fertigte man die sichtlich überforderten SVler aus Zückshut mit 5:2 ab. Den erzitterten 1:0-Sieg in Breitengüßbach nahm man ebenfalls noch wohlwollend mit nach Gaustadt. Erwähnenswert an dieser Stelle ist, dass die DJK nun auch eine Limbo-Mambo-Breakdance-Abteilung gründete, so nahm es zumindest den Anschein, wenn man sich die feuchtföhlichen Geschehnisse an diesem Sonntagabend in unserem Tanzheim, ähm äh ich meine Vereinsheim, betrachtete.

Leider konnten wir in den nächsten Spielen die gute Stimmung nicht auf dem Platz umsetzen und verloren im Sportzentrum 2:3 gegen

Reckendorf und am darauf folgenden Spieltag 1:0 in Baunach. Eine Woche später gewannen wir in einem denkwürdigen Spiel gegen den VfL aus Mürsbach 3:2, ehe wir im Derby in Bischberg, nach der wohl zusammen mit dem TSG-Spiel schlechtesten Saison-Leistung, mit einer 2:0-Auswärtsniederlage wieder nach Gaustadt geschickt wurden. Als kleine Wiedergutmachung überzeugte die Mannschaft auf dem heimischen Kunstrasen und zerlegte die mit Gaustadtern gespickte Lisberger Mannschaft 8:1.

Wie ich eingangs schon sagte, ist das bisherige Ergebnis eine gute Basis für mehr. Wenn wir uns in der Rückrunde noch steigern, ist sicherlich noch mehr als Platz sechs möglich. Etwas Beständigkeit wäre förderlich, wenn man sich die Ergebnisse betrachtet. Der Grundstein ist gelegt, mit Platz sechs und 30 Punkten aus 17 Spielen haben wir fünf Punkte Rückstand auf Platz zwei, bei einem Spiel weniger. Mit einem Torverhältnis von 41:24 befinden wir uns unter den Top fünf bzw. drei Mannschaften der Liga, wenn man nur von diesen Werten ausgeht. Mit unserer Heimbilanz können wir zufrieden sein, nur zweimal aus neun Spielen mussten wir uns geschlagen geben, die restlichen Partien gewannen wir ausschließlich. Nur Auswärts, da will es nicht so klappen, obwohl wir fast immer sehr, sehr viele Fans dabei haben, welche uns lautstark anfeuern. Drei Siege und fünf Niederlagen ist keine gute Bilanz und muss mit Sicherheit verbessert werden.

Erfreulich ist die Tatsache, dass wir im dritten Jahr in Folge einen Zuschauerzuwachs feiern dürfen, wenn man den Statistiken eines bekannten Bamberg Fußballinternetportals Glauben schenken darf. Mit durchschnittlich 169 Gästen liegen wir auf Platz drei der Zuschauerzahlen

Farben – Lacke – Malerbedarf – Werkzeuge
Tapeten – Bodenbeläge
Gardinen – Jalousetten

Bamberg:
Kirschäckerstr. 17 Filiale: Fischerei 3
Tel: 0951/93537-0 Tel: 0951/202046
Fax: 0951/93537-39
E-Mail: farben-leicht@t-online.de



Gross- und Einzelhandel

und auch Auswärts erfreut sich so mancher Verein an den zahlreichen, mitgereisten Fans. Vielen Dank an EUCH, die ihr uns unterstützt.

Großen Dank an Markus Möhrlein und meinem Bruder Ronald Görtler, die sich um die Belange der 1. Mannschaft kümmern und mit ihrem unermüdlichen Einsatz an der guten Stimmung und dem Gelingen rund um und in der Mannschaft wahrlich großen Anteil haben. Vielen Dank auch an die vielen Spender, die es sich nach den Spielen nicht nehmen lassen, den Jungs eine oder zwei Maß auf den Tisch zu stellen. Ebenfalls außerordentlichen Dank an alle Sponsoren, sei es vereinsintern oder von außen, den ohne euch wäre der Spielbetrieb so nicht möglich. Im Namen der Mannschaft herzlichsten Dank.

Liebe DJK'ler und Freunde, ich wünsche euch ein frohes Fest einen wunderschönen Jahresausklang und die Gewissheit, dass das nächste Jahr mit vielen Überraschungen auf sich warten lässt. Wollen wir hoffen, dass es für uns alle im sportlichen, privaten und beruflichen Bereich wunschgemäß und erfolgreich verläuft.

Mit sportlichem Gruß
Christian Görtler



Für die nächste Rundschau benötigen wir alle Berichte und Bilder bis Mitte März! Bitte mailen Sie die Unterlagen an Harald Wachter (E-Mail: familie.wachter@hotmail.de) oder an Peter Scharfenstein (E-Mail: lp.scharfenstein@web.de). Die Redaktion

Redaktionsschluss: 18. März 2011!

2. Fußballmannschaft

Liebe Fußballfreunde,

die Reservemannschaft geht in der Saison 2010/2011 nach einem freiwilligen Abstieg in der neu geschaffenen B-Klasse an den Start. Während es letzte Saison größtenteils noch gegen Erste Mannschaften in der A-Klasse um die Punkte ging, standen nun wieder Duelle gegen die Reservemannschaften der Kreisklasse 1 an. Als Verantwortlicher löste Marc Heusinger Christian Görtler ab, der sich nun als Co-Trainer der I. Mannschaft einbringt. Man dachte sich vor der Saison, dass es doch schön wäre die beiden aufstiegsberechtigten Fußballmannschaften wieder hintereinander antreten lassen zu können, um ein besseres Zusammengehörigkeitsgefühl zu schaffen. Natürlich ist es schöner für eine Zweite Mannschaft ein Vorspiel zu bestreiten und danach gemeinsam bei Bratwurst und Getränken (danke hier nochmals für die Bereitstellung eines Kastens Bier und alkoholfreie Getränke nach jedem Spiel) die Erste anzufeuern, als vor wenigen Fans seine Spiele zu absolvieren und danach getrennte Wege zu gehen. Trotzdem wollten wir natürlich vorne mitspielen, was auch gelingen sollte.

Die erneut verjüngte Mannschaft, die junge Spieler an den Kader der Ersten heranführen soll, errang in 11 Spielen bei zwei Niederlagen und einem Unentschieden immerhin 8 Siege.

Damit belegt sie zur Winterpause, in Lauerstellung, den vierten Tabellenplatz.

Die Spiele im Einzelnen im Überblick:

DJK II – Bischberg II :	6:0
Lisberg II – DJK II :	3:5
Ebensfeld III – DJK II :	1:1
DJK II – Rattelsdorf II :	9:2
DJK II – Walsdorf II :	1:2
Wacker Bamberg II – DJK II :	0:7
DJK II – Zückshut II :	4:0
Breitengüßbach II – DJK II :	0:4
Baunach II – DJK II :	4:2
DJK II – Mürsbach II :	3:1
Bischberg II – DJK II :	2:4



Die Tabellenspitze der Zweiten Mannschaft

	Spiele	Tore	Punkte
1. Walsdorf 2	11	37 : 6	28
2. Ebensfeld 3	11	44 : 6	27
3. Rattelsdorf 2	13	47 : 36	27
4. DJK Teutonia Gaustadt 2	11	46 : 15	25
5. Baunach 2	11	36 : 22	25
6. Wacker Bamberg 2	11	18 : 41	12

Nach den zwei Auftaktsiegen gegen Bischberg II und Lisberg II, stand das erste TOP-Duell an. Gegen Ebensfeld III konnten wir in der letzten Minute durch unseren Offensivlibero Marco Schofer den umjubelten Ausgleich erzielen. Nachdem wir in einem überzeugenden Spiel Rattelsdorf II mit 9:2 besiegen konnten, erlitten wir gegen Spitzenreiter Walsdorf – trotz 1:0-Führung – eine unnötige Niederlage.

Die drei folgenden Spiele, gegen in den hinteren Tabellenregionen angesiedelte Gegner, gewannen wir allesamt eher glanzlos. Im Spiel gegen Baunach II erwischten wir leider nicht den besten Tag und verloren verdient mit 2:4. Damit leider auch die mögliche Herbstmeisterschaft. Betrachtet man sich die Tabelle sieht man allerdings, dass noch alles drin ist. Vielleicht gelingt es uns ja in der Rückrunde die Spiele gegen die Spitzenteams noch etwas erfolgreicher zu gestalten.

Dies wird aber nur gelingen, wenn auch vermehrt wieder am Trainingsbetrieb teilgenommen wird. Auf geht's Jungs. Vielen Dank an alle Spieler, Fans und Verantwortlichen für die Unterstützung in der Vorrunde.

Eine besinnliche Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Stefan Herderich

Anmerkung der Redaktion: Nachdem in der letzten Rundschau schon kein Bericht der Zweiten Mannschaft veröffentlicht werden konnte und dies bei dieser Rundschau auch drohte, hat sich Stefan Herderich kurzfristig bereit erklärt, einen Bericht zu verfassen. Vielen Dank Stefan!

AH-Abteilung

AH-Jahresrückblick 2010

Ein durchwachsendes Jahr der AH geht zu Ende!

Sportliche ... und Tiefen:

- Hallenturnier in Trossenfurt: Dabei sein ist alles (trotz unserer Schönrechnerei mit Punktgleichheit 2. Platz – Rechentalent Sigi).
- Großfeldturnier Viereth: als Titelverteidiger angereist und als letzter abgeseist

Aber auch das Siegen hatten wir nicht verlernt. **Turniererfolge 2010:**

Durch technische und taktische Überlegenheit holten wir souverän 2 Turniersiege in Folge:

- Turnier beim BSC Bamberg: In einem elitären 6er-Feld behaupteten wir uns nicht nur sportlich. Die favorisierte Mannschaft vom SV Riedmoos (Oberbayern) bezwangen wir nicht nur im Finale, sondern auch am Biertisch. (Danke Robbo und Baresi).

8 Tage später ...

- Großfeldturnier beim RSC Oberhaid: nach anfänglichen Schwierigkeiten (mancher Spieler sucht noch heute sein Trikot. Liebe Grüße an RO! Nach einer halben Stunde war er froh, es brachte jemand sein Originaltrikot.) behaupteten wir uns in altgewohnter Manier. Ungeschlagen konnten wir den Turniersieg erringen. (Danke Markus H.)

In den weiteren 16 Freundschaftsspielen holten wir:

9 Siege, 1 Unentschieden und 6 Niederlagen, bei einem Torverhältnis von 32:34.

Insgesamt setzten wir 29 Spieler ein.

Einsätze: 15 Spiele: Hössel Thomas, Hartmann Stefan
13 Spiele: Söllner Klaus, Schneiderbanger Klaus,
Möhrlein Markus, Krug Robert

Torschützen: Hofmann Robert 8 von 35 (100%igen)
Göbhardt Michael (Luca Toni) 7 von 33
Hössel Thomas 6 von 5

Ihr seht: Es wäre viel mehr drin gewesen!!!!!!!

Ein besonderer Dank gilt unseren Spielern der Ersten und Zweiten Mannschaft:

Dominik Goller	(1 Spiel, 1x verletzt ... Sorry Dani)
Schwarzkopf Witali	(1 Spiel, 2 Tore)
Fock Tim	(1 Spiel)
Heusinger Marc	(6 Spiele)
Görtler Christian	(6 Spiele)
Strobl Stefan	(3 Spiele, 1Tor)
Herderich Stefan	(1 Spiel, 1Tor)
Bam Bam	(4 Spiele)

und ein Gastspieler: Wöhner Roland (ohne Gage)

Viel Erfolg für die (hoffentlich) lange Zukunft wünschen wir unseren Neuzugängen :

Ronald Görtler	(5 Spiele, 1Tor) und
Kabitz Alexander	(keine Chance, 1Tor)

Natürlich waren wir nicht nur sportlich unterwegs:

Januar: Winterwanderung nach Bischberg (Zwischenstopp in Labbos Garten – Danke Kassier), ins Gasthaus «Zur Sonne» (Stufen glatt, Werner platt, der Rücken tat weh, der Rest war schee).

Mai: Frühjahrsplärrerbesuch bei Raimund Meister (trotz der vielen Spesen war es kalt gewesen). DANKE RAIMUND

August: Alljährlicher Almauftrieb zur Almadlerhütte am Kälberberg. Nach anfänglichen Schwierigkeiten mit Messer und Gabel fanden wir zu unseren Stärken (Krug und Karten) zurück. Auch der Liederchor konnte mit geölten Stimmbändern glänzen.

Zitat: «Für deine (unsere) Verhältnisse war das ganz gut» (Thomas und Thomas)

Leider graute es dem morgen (Baresi) viel zu früh und die Nacht war um 4.30 Uhr zu Ende.

(Bilder folgen am Ende dieses Berichtes)

Im weiteren Verlauf des Monats hatten wir noch das Saison-Highlight:

Schafkopfrennen bei Robbo (Danke Robbo & Evi)

- 1. Platz: Robbo (nochmal Danke)**
- 2. Platz: Zirbl**
- 3. Platz: Klaus Söllner**

Eine Anekdote am Rande:

Titel: Ein Schafkopfturnier und seine Folgen ...

Tatort: Ein Wassergraben (ca.1,20 Meter tief)

Er hoffte auf gute Karten, in Robbos idyllischem Garten.
Doch schon nach der ersten Runde schob er Frust,
und so bekam er einen Riesendurst

Stunden später ...

Das Schafkopfrennen war aus, ein jeder wollte schnell nach Haus.
Einige noch ein Bedürfnis mussten verrichten,
drum kann ich jetzt was schönes berichten:

Beim Pinkeln verlor er das Gleichgewicht,
und stürzte in den Graben mit verzerrtem Gesicht.

Allein kam er nicht mehr heraus,so schrie er um Hilfe:

BITTE HOL MICH HIER RAUS !!!!!!!!

Ein guter Kamerad eilte herbei, denn er hörte sein Geschrei.

Die Kleidung war dreckig und nass,
so stand er wieder auf der Straße: «Leichenblass».

Man gab ihm ein Memmelsdorfer Nachtgewand (Decke),
mit dem er in der Dunkelheit verschwand.

Spärlich bekleidet er ins Taxi stieg,
zu Hause seiner Frau verschwieg,
dass er hat zu viel getrunken
und wär doch bald ertrunken!

Die Moral von der Geschichte:

Im nächsten Jahr Karten wir weiter, der 1.Preis ist dann:

Eine «**GRABEN-STEH-LEITER**»

Oktober: Der verlorene Sohn: Wir wünschen unserem (Gast)spieler Robert Stärk und seiner Frau Alexandra, die sich nach 24 Jahren getraut haben sich zu Trauen: ALLES GUTE FÜR DIE NÄCHSTEN 240 JAHRE !!!!! Auf'm Plärrer die Zweite: Es ist so schön Raimund zwei mal im Jahr zu sehn.

November: Wir gratulieren unserem zweiten Vorstand und langjährigen AH-Mitglied: **REINER MÖHRLEIN** zum 50.Wiegenfest !!!!!

Zu guter Letzt möchten wir uns noch bei unserem langjährigen AH-Leiter und Mittelfeldmotor **MANFRED SEIBOLD** (der Mann ohne Gegenspieler) bedanken! Sein Nachfolger wünscht ihm alles Gute auf seiner WELTKULTURERBE-WALLFAHRT

Vorschau:

- 18.12.2010** ab 19.00 Uhr Weihnachtsfeier im Hüttla
20.12.2010 ab 17.30 Uhr Drittes Treffen bei Raimund
(Weihnachtsmarkt)
08.01.2011 Winterwanderung nach Trabelsdorf (Beck-Bräu)
Treffpunkt: 14.00 Uhr am Hüttla
Busabfahrt: 14.15 Uhr
Ziel: Fußballplatz Tütschengereuth
Ab hier: Fußmarsch bis Trabelsdorf
Busabfahrt Trabelsdorf: ca. 21.30 Uhr ???
26.03.2011 18.00 Uhr AH-VERSAMMLUNG
Punkte: evtl. neuer Kapitän
Saisonplanung
evtl. Fahrt nach Hamburg
(3 Tage, 2 Nächte, geplant Juni 2011)

Abschließend wünschen die ALTEN HERREN allen Mitgliedern und Gönnern der DJK Gaustadt eine frohe Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins Neue Jahr 2011!!!

AH-Leiter	AH-Kassier	Ghost-Writer
Stefan Hartmann	Ronald Weyermüller	K.S.

Ach ja, hoffentlich findet ihr alle Fehler!!!







Jugend-Fußball

Die Vorrunden sind abgeschlossen und die Jugendmannschaften nehmen an verschiedenen Hallenturnieren teil.

A-Jugend:

Heuer unser großes Sorgenkind. Tabellenplatz 11 von 12; 1 Sieg, 2 Unentschieden, 8 Niederlagen = Abstiegsplatz. Leider finden nur wenige «echte A-Jugendliche» beider Vereine zu den Spielen.

B-Jugend:

Weiter so; Platz 2 von 12. Punktgleich mit dem Tabellenführer, und ein Spiel weniger. 8 Siege, 1 Unentschieden, 1 Niederlage.

C-Jugend:

Platz 11 von 14, 2 Siege, 9 Niederlagen.

D-Jugend:

Platz 7 von 12, 3 Siege, 2 Unentschieden, 6 Niederlagen.

Bei den E- und F-Junioren sind die Gruppenspiele beendet. Die Mannschaften werden im Frühjahr nach Leistungsstärke in neue Gruppen eingeteilt.

Endstand Vorrunde:

E1: 2. Platz, 6 Siege, 4 Niederlagen.

E2: 4. Platz, 4 Siege, 1 Unentschieden, 4 Niederlagen.

F1: 3. Platz, 6 Siege, 4 Niederlagen.

F2: 5. Platz, 2 Siege, 3 Unentschieden, 5 Niederlagen.

Auch die Kleinsten, unsere zwei G-Juniorenmannschaften haben ihre Spiele ausgetragen. Hier dürfen keine Tabellen erstellt werden.

Die Jugendleitung wünscht eine ruhige Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Tischtennis-Abteilung

Vereinsmeister sind ermittelt

Wie jedes Jahr haben wir auch 2010 unsere Vereinsmeister ermittelt. Am Samstag 20. November sind in der Schulturnhalle Gaustadt 10 aktive Spieler angetreten, um ihren besten Spieler bzw. ihr bestes Doppel zu ermitteln.

Im Einzel wurden zwei Gruppen mit je 5 Spielern gebildet. Aus den ersten und zweiten jeder Gruppe wurden dann die Finalisten ermittelt, Während die Verlierer um den dritten Platz spielten. Die aktuell besten der neuen TT-Rangliste Ingo Dürr und Christian Hepner-Baum wurden jeweils für eine Gruppe gesetzt, die anderen wurden zugelost. Während Christian in seiner Gruppe souverän mit nur einem Satzverlust vor Siegfried Prell gewann, war es in der anderen Gruppe deutlich spannender. Dort waren drei punktgleich mit jeweils drei gewonnenen Spielen. Es mussten also die Sätze entscheiden. Mit 11:4 wurde Ingo Erster vor Siegfried Prell mit 10:4, unglücklich ausgeschieden ist leider Werner Schütz mit 10:5.

So standen die Halbfinale mit den Spielen Hepner-Baum gegen Wahner und Dürr gegen Prell fest. In beiden Spielen war es auf hohem technischem Niveau sehr spannend. Der fünfte Satz musste in beiden Partien die Entscheidung bringen. Mit 11: 9 konnte sich Ingo knapp durchsetzen, während Christian mit 11:6 den etwas deutlicheren Sieg errang.

Das Spiel um Platz 3 hat dann Helmut Wahner klar mit 3:0 gegen Siegfried Prell für sich entschieden. Und auch im Finale war es nicht so spannend wie in der Runde zuvor. Überraschend klar mit 3:0 gewann hier Ingo Dürr gegen Christian Hepner-Baum.

Bei den Doppeln wurde traditionell den fünf besten aus der TT-Rangliste jeweils ein Partner zugelost. Die Spiele wurden dann im KO-System gespielt. Im Finale standen schließlich Siegfried Prell/Reinhold Möhrlein gegen Christian Hepner-Baum/Werner Schütz. Prell/Möhrlein kämpften, aber letztlich setzten sich Hepner-Baum/Schütz mit 3:1 durch.

Glückwunsch an die Vereinsmeister 2010

im Einzel



Ingo Dürr

im Doppel



Werner Schütz/Christian Hepner-Baum

Schade dass nicht mehr Vereinsmitglieder und Spieler zur Vereinsmeisterschaft gekommen sind.

Neue TT-Rangliste bringt viele Veränderungen

Mit Beginn der Spielzeit 2010/2011 wurde im BTTV ein neues Wertungssystem eingeführt, dass mehr Gerechtigkeit bringen soll, da alle Spiele eines Spielers für die Ermittlung der Spielstärke herangezogen werden. Im letzten Jahr noch zählten nur die Spiele aus der jeweiligen Stammmannschaft, nunmehr werden alle Spiele bewertet. Mannschaftsspiele, Pokalspiele und Turnierspiele gehen alle in die Bewertung ein. Damit das System von Beginn an aussagekräftig ist, wurden alle Spiele der letzten 5 Jahre herangezogen, die bereits im alten System TT-Liga erfasst worden waren. Für Bayern wurden so knapp 13 Millionen Einzelspiele bewertet.

In die Berechnung der Rangliste fließen neben dem Resultat, noch das erwartete Resultat (die Gewinnwahrscheinlichkeit), eine Änderungskonstante und ein Nachwuchsausgleich ein.

Die Ranglistenpunkte für jedes Spiel ergeben sich nach folgender Formel:

$$\{[(\text{Resultat} - \text{Erwartetes Resultat}) \times \text{Änderungskonstante}] + \text{Nachwuchsausgleich}\}$$

Das Ergebnis wird auf ganze Zahlen gerundet.

Das **Resultat** ist die Summe der Siege aus allen Einzeln des Spielers einer Veranstaltung: 1 pro Sieg. Wer bei einem Punktspiel zwei Einzel gewinnt hat ein Resultat von 2. Wer bei einem Turnier 5 Einzel gewinnt hat ein Resultat von 5.

Das **erwartete Resultat** ist die Summe aller Gewinnwahrscheinlichkeiten aus allen Einzeln des Spielers bei dieser Veranstaltung. Die Gewinnwahrscheinlichkeit ist abhängig von der Differenz der Ranglistenpunkte. Bei gleicher Ranglisten-Punktzahl ist die Gewinnwahrscheinlichkeit 50% für beide Spieler. Beträgt der Punkteabstand 345 Punkte und mehr ist die Gewinnwahrscheinlichkeit für den besseren Spieler bei 100%, für den schlechteren entsprechend bei 0 %, Für die Werte dazwischen erfolgt die Berechnung anhand einer Formel, auf die ich hier jedoch verzichten möchte.

Die **Änderungskonstante** beträgt mindestens 16 als Grundwert. Dazu kommt der Wert 4 wenn das letzte Spiel mehr als 365 Tage zurückliegt. Desweiteren kommt ein Wert 4 dazu, wenn ein Spieler weniger als 30 bewertete Spiele hat. Nochmals 4 werden dazugerechnet, wenn ein Spieler jünger als 21 Jahre ist. Ist der Spieler gar unter 16 kommen weitere 4 zur Konstante hinzu. Die Änderungskonstante liegt also immer zwischen 16 und 32, und soll Leistungssteigerungen bei jungen oder neu hinzugekommenen Spielern entsprechend stärker in der Beurteilung berücksichtigen.

Mit dem **Nachwuchsausgleich** erhalten Spieler unter 18 Jahren, wenn sie bei einer Veranstaltung gegen Gegner mit einem Durchschnittsalter unter 18 Jahren antreten, zwei zusätzliche Ranglistenpunkte. Dies geschieht vor allem im Jugendbereich und soll der Tatsache Rechnung tragen, dass eine im wesentlichen unter sich spielende Gruppe von jungen Spielern im Laufe einer Saison automatisch stärker wird, was für erfahrene Spieler nicht gilt.

Doch nicht nur durch Spiele verändert sich das TT-Rating eines Spielers, sondern auch durch Nicht-Spielen: Nach zwölf Monaten ohne Spiel sinkt das TTR um 40 Punkte, und danach für jede weiteren sechs Monate ohne Spiel um weitere 20 Punkte. Nach fünf Jahren ohne Spiel sinkt das TTR dann jedoch nicht weiter.



Aktuell (Spiele bis 17.11.2010 sieht unsere Vereinsrangliste so aus:

Rang	Spieler	Verein	TTR	
1	Ingo Dürr	DJK Teutonia Gaustadt	1453	♂
2	Christian Hepner-Baum	DJK Teutonia Gaustadt	1449	♂
3	Stefan Beringer	DJK Teutonia Gaustadt	1437	♂
4	Werner Schütz	DJK Teutonia Gaustadt	1427	♂
5	Hans Putz	DJK Teutonia Gaustadt	1396	♂
6	Gernot Dürr	DJK Teutonia Gaustadt	1374	♂
7	Florian Böfl	DJK Teutonia Gaustadt	1368	♂
8	Helmut Wahner	DJK Teutonia Gaustadt	1366	♂
9	Johannes Lehner	DJK Teutonia Gaustadt	1350	♂
10	Thomas Priester	DJK Teutonia Gaustadt	1341	♂
11	Siegfried Prell	DJK Teutonia Gaustadt	1336	♂
12	Willy Röttenbacher	DJK Teutonia Gaustadt	1301	♂
13	Norbert Feulner	DJK Teutonia Gaustadt	1289	♂
14	Dirk Fandre	DJK Teutonia Gaustadt	1258	♂
15	Reinhold Möhrlein	DJK Teutonia Gaustadt	1251	♂
16	Heinrich Möhrlein	DJK Teutonia Gaustadt	1250	♂
17	Rudolph Möhrlein	DJK Teutonia Gaustadt	1223	♂
18	Reinhard Leibelt	DJK Teutonia Gaustadt	1185	♂
19	Heinz Josat	DJK Teutonia Gaustadt	1179	♂
20	Ottmar Röckelein	DJK Teutonia Gaustadt	1167	♂
21	Wolfgang Freitag	DJK Teutonia Gaustadt	1163	♂
22	Haissam Ragab	DJK Teutonia Gaustadt	1148	♂
23	Andreas Förner	DJK Teutonia Gaustadt	1099	♂
24	Margareta Prell	DJK Teutonia Gaustadt	1007	♀

Mehr Details und Statistiken können im Internet unter www.mytischtennis.de gefunden werden

Zum bisherigen Saisonverlauf

Wie zu erwarten war, haben sich die Veränderungen in den Mannschaften nach dem Abgang von Jürgen Rädlein und durch den Tod von Horst Weber kaum kompensieren lassen. Zudem sind bzw. waren in der Abteilung einige Spieler über lange Zeit verletzt. So ist es kaum verwunderlich, dass die erste, ebenso wie die dritte Mannschaft bisher noch keinen einzigen Punkt holen konnte. Lediglich die Zweite Mannschaft konnte sich im Mittelfeld der Tabelle etablieren. Hier geht der Appell auch an den einen oder anderen Spieler sich frühzeitig bei seinem Mannschaftsführer abzumelden, wenn man mal nicht spielen kann. Er kann Ersatz suchen oder sich evtl. mit dem Gegner auf eine Spielverlegung einigen. Spiele nicht in kompletter Mannschaftszahl anzutreten, ist sowohl für die dezimierte Mannschaft ärgerlich, aber auch für den Gegner, da ja Mannschaftsspiele entfallen müssen.

Aus aktueller Sicht stellt sich heute bereits die Frage, ob wir auch in der Saison 2011/2012 noch drei vollwertige Mannschaften aufstellen können. Alle bleiben gefordert Spieler, insbesondere ehemalige Aktive, für die Abteilung und den Sport zu begeistern.

Die Tabellen und Ergebnisse der Saison 2010/2011 zum 20.11.2010

1. Mannschaft

	Sp.	Spiele	Punkte
1. TSV Breitengüßbach	7	59 : 30	12 : 2
2. SV Walsdorf II	7	59 : 28	11 : 3
3. TSG 2005 Bamberg II	7	60 : 32	11 : 3
4. RMV Conc. Strullendorf II	8	58 : 44	11 : 5
5. TV Hallstadt 1890	7	57 : 46	10 : 4
6. SV Zapfendorf	7	50 : 43	8 : 6
7. TSV Hirschaid	8	41 : 59	6 : 10
8. FC Eintracht Bamberg 2010	8	43 : 58	5 : 11
9. DJK Don Bosco Bamberg II	7	39 : 48	4 : 10
10. TSV Breitengüßbach II	7	25 : 58	2 : 12
11. DJK Teutonia Gaustadt	7	18 : 63	0 : 14

Vorrunde

21.09.2010	20:15	Herren I – SV Walsdorf II	1:9
27.09.2010	20:00	TSV Breitengüßbach II – Herren I	9:4
12.10.2010	19:30	Herren I – TSV Hirschaid I	5:9
26.10.2010	19:45	Herren I – DJK Don Bosco Bamberg II	0:9
10.11.2010	19:30	RMV Conc. Strullendorf II – Herren I	9:1
16.11.2010	20:00	Herren I – 1. FC Eintracht Bamberg e.V. I	3:9
17.11.2010	20:00	Herren I – TV Hallstadt 1890 I	4:9
23.11.2010	20:00	TSG 2005 Bamberg e.V. II – Herren I	
03.12.2010	20:00	TSV Breitengüßbach I – Herren I	
10.12.2010	20:00	SV Zapfendorf I – Herren I	



Rückrunde

21.01.2011	20:30	SV Walsdorf II – Herren I	
25.01.2011	20:00	Herren I – TSV Breitengüßbach II	
04.02.2011	20:00	TV Hallstadt 1890 I – Herren I	
08.02.2011	20:00	Herren I – TSV Breitengüßbach I	
24.02.2011	20:15	DJK Don Bosco Bamberg II – Herren I	
15.03.2011	20:00	Herren I – SV Zapfendorf I	
22.03.2011	20:00	TSV Hirschaid I – Herren I	
29.03.2011	20:00	Herren I – TSG 2005 Bamberg e.V. II	
04.04.2011	19:30	1. FC Eintracht Bamberg e.V. I – Herren I	
12.04.2011	20:00	Herren I – RMV Conc. Strullendorf II	

2. Mannschaft

	Sp.	Spiele	Punkte
1. TTC 1960 Reckendorf	7	57 : 34	12 : 2
2. TSV Scheßlitz III	8	65 : 38	12 : 4
3. FC Eintracht Bamberg 2010 III	6	51 : 26	10 : 2
4. SV Steppach	6	47 : 33	9 : 3
5. DJK Teutonia Gaustadt	8	62 : 56	9 : 7
6. TSV Hirschaid II	5	29 : 33	6 : 4
7. RMV Conc. Strullendorf IV	7	46 : 44	6 : 8
8. SV Zapfendorf III	8	41 : 60	6 : 10
9. TV Hallstadt 1890 III	8	59 : 67	5 : 11
10. Post SV Bamberg 1928 V	9	53 : 72	4 : 14
11. TSG 2005 Bamberg IV	8	24 : 71	1 : 15



Vorrunde

22.09.2010	20:00	Herren II – SV Zapfendorf III	9:4
30.09.2010	20:00	TSG 2005 Bamberg e.V. IV – Herren II	8:8
15.10.2010	20:00	Herren II – RMV Conc. Strullendorf IV	9:4
20.10.2010	20:00	Herren II – TSV Scheßlitz III	5:9
29.10.2010	19:00	Post SV Bamberg 1928 V – Herren II	8:8
10.11.2010	20:00	Herren II – TV Hallstadt 1890 III	8:8
15.11.2010	19:30	1. FC Eintr. Bamberg e.V. III – Herren II	6:9
19.11.2010	20:00	Herren II – TTC 1960 Reckendorf I	6:9
03.12.2010	20:00	TSV Hirschaid II – Herren II	
08.12.2010	20:00	Herren II – SV Steppach I	

Rückrunde

19.01.2011	19:00	SV Zapfendorf III – Herren II
26.01.2011	20:00	Herren II – Post SV Bamberg 1928 V
01.02.2011	20:00	RMV Conc. Strullendorf IV – Herren II
07.02.2011	20:00	TSV Scheßlitz III – Herren II
09.02.2011	20:00	Herren II – TSG 2005 Bamberg e.V. IV
16.02.2011	20:00	Herren II – TSV Hirschaid II
18.03.2011	20:00	TV Hallstadt 1890 III – Herren II
23.03.2011	20:00	Herren II – 1. FC Eintracht Bamberg e.V. III
28.03.2011	20:00	TTC 1960 Reckendorf I – Herren II
15.04.2011	20:00	SV Steppach I – Herren II



3. Mannschaft

	Sp.	Spiele	Punkte
1. SV Gundelsheim	7	62 : 26	13 : 1
2. FC Eintracht Bamberg 2010 II	7	61 : 29	12 : 2
3. SpVgg Germania Ebing	7	60 : 28	11 : 3
4. TSV 1863 Schlüsselfeld II	6	49 : 35	10 : 2
5. TSG 2005 Bamberg III	8	56 : 46	10 : 6
6. Post SV Bamberg 1928 IV	8	49 : 53	7 : 9
7. RMV Conc. Strullendorf V	7	48 : 52	5 : 9
8. SV Walsdorf IV	7	43 : 54	5 : 9
9. DJK Don Bosco Bamberg III	8	35 : 68	3 : 13
10. SV 1928 Pettstadt/Ofr. II	7	20 : 59	2 : 12
11. DJK Teutonia Gaustadt III	6	21 : 54	0 : 12

Vorrunde

29.09.2010	19:30	Herren III – Post SV Bamberg 1928 IV	9:4
12.10.2010	20:00	SV Walsdorf IV – Herren III	4:9
13.10.2010	19:30	Herren III – SV 1928 Pettstadt/Ofr. II	5:9
22.10.2010	20:15	SV Gundelsheim I – Herren III	9:4
27.10.2010	19:30	Herren III – 1. FC Eintr. Bamberg e.V. II	3:9
12.11.2010	19:30	TSG 2005 Bamberg e.V. III – Herren III	9:1
26.11.2010	20:00	RMV Conc. Strullendorf V – Herren III	
01.12.2010	19:30	Herren III – TSV 1863 Schlüsselfeld II	
06.12.2010	19:45	DJK Don Bosco Bamberg III – Herren III	
10.12.2010	19:30	SpVgg Germania Ebing I – Herren III	



Rückrunde

19.01.2011	19:30	Herren III – SpVgg Germania Ebing I	
26.01.2011	19:00	Post SV Bamberg 1928 IV – Herren III	
02.02.2011	19:30	Herren III – SV Gundelsheim I	
10.02.2011	20:15	SV 1928 Pettstadt/Ofr. II – Herren III	
16.02.2011	19:45	1. FC Eintr. Bamberg e.V. II – Herren III	
16.03.2011	19:30	Herren III – TSG 2005 Bamberg e.V. III	
30.03.2011	19:30	Herren III – RMV Conc. Strullendorf V	
05.04.2011	20:00	TSV 1863 Schlüsselfeld II – Herren III	
06.04.2011	19:30	Herren III – SV Walsdorf IV	
13.04.2011	19:30	Herren III – DJK Don Bosco Bamberg III	

Weitere Termine

Training: (in den Ferien kein Training)

Montags 17.00 – 18.00 Uhr: Jungen,
18.00 – 19:30 Uhr: Herren

Dienstags 19.00 – 21:00 Uhr: Herren (nur nach Absprache)

Freitags 20.00 Uhr (nur nach Absprache)

Trainingsbeginn nach Weihnachten: 10.01.2011

Rückrundenspiele-Beginn ab 17.01.2011

Schlussbemerkung:

Das Jahr 2010 geht dem Ende zu. Als Abteilungsleiter danke ich den Spielern für den geleisteten Einsatz, allen anderen danke ich für die Unterstützung. Mein Dank geht auch an die Sponsoren, die unsere Abteilung unterstützen.

Für 2011 wünsche und hoffe ich, dass alle sich bester Gesundheit erfreuen, wir von Verletzungen verschont werden mögen, und dass das Tischtennis weiter viel Spaß bringt.

Andreas Förner
Abteilungsleiter

Die

DJK Teutonia Gaustadt

bedankt sich bei allen Inserenten,
die durch Ihre Anzeige
die Herausgabe dieser Rundschau ermöglichen.

Bitte berücksichtigen Sie bei Ihren Einkäufen
diese Firmen!

Triathlon-Abteilung



Ein ereignisreiches Jahr neigt sich dem Ende entgegen. Fast jede Woche gab es 2010 einen Wettkampf mit DJK-Beteiligung. Ob beim Challenge Roth, Zürichseeschwimmen, Ferropolis Triathlon oder einer der unzähligen Laufveranstaltungen, wir DJK'ler waren mit einer großen Truppe vertreten. Und auch bei außergewöhnlichen Wettbewerben wie dem Fishermans Friend Strongman Run 2010, dem SkyRun Messeturm Frankfurt oder dem Rennsteiglauf waren DJK'ler am Start. Berichte hierzu finden sich auf unsere Homepage www.djk-gaustadt-triathlon.de.

Es dreht sich bei uns aber nicht alles nur um Wettkämpfe. Auch viele Aktivitäten zur Förderung der Gemeinschaft fanden heuer statt. Genannt seien Wanderungen, ein Schrauberkurs, der Besuch der Sandkirchweih, der Kirchweihumzug oder das DJK-Sommerfest.

Durch die Ausrichtung des Kaiserdomlaufes, die Mitorganisation des Weltkulturerbellaufes und natürlich unsere Teilnahme an vielen Wettkämpfen in Nah und Fern sind wir sehr bekannt. Die Abteilung ist nun auf über 90 Mitglieder angewachsen.

Eine große Überraschung gab es heuer bei der Anmeldung zum Weltkulturerbelauf 2011. Nach nur 7 Tagen war der Sparkassenlauf (21,1km) und nach 10 Tagen der Brose-Lauf (10,9km) ausgebucht. Mit so einem Ansturm hatte das Organisationsteam nicht gerechnet, da beim letzten Lauf die Plätze erst im Dezember belegt waren. Jetzt ist auch der 4,4km lange Wieland-Lauf ausgebucht. Die DJK übernimmt wieder die Kleiderbeutelabgabe und den Startbereich. Im Vereinsheim liegt eine Liste aus, in der sich die Helfer (aus allen Abteilungen) bitte eintragen mögen. Es ist eine tolle Sache, bei dieser Veranstaltung in Bamberg mitzuhelfen und die

tolle Stimmung zu erleben. Natürlich ist die DJK nicht nur bei der Organisation dabei. Mit fast 100 Teilnehmern bei den drei Strecken sind wir wieder einer der teilnehmerstärksten Vereine.

Am 13. März findet der 2. Kaiserdomlauf durch Gaustadt statt. Vom Termin her optimal als Vorbereitung für den WKEL. Die Vorbereitungen laufen bereits auf Hochtouren und Mitte November wurde die Anmeldung freigeschaltet. Auch hier gilt: Wer sich einen Startplatz sichern möchte, sollte sich deshalb rechtzeitig anmelden. Aktuelle Informationen zum Kaiserdomlauf finden sich im Internet unter: www.kaiserdomlauf.de.

Damit auch der zweite Kaiserdomlauf eine Werbung für uns sein wird, bitte ich alle DJK-Mitglieder, die Triathlonabteilung bei der Durchführung der Veranstaltung tatkräftig zu unterstützen. Sei es durch Stimmung an der Strecke, Anfeuern der Läufer oder durch zahlreiche Teilnahme an unserem Lauf durch Gaustadt. Für eventuelle Verkehrsbehinderungen am Lauftag hoffen wir auf Verständnis und Rücksichtnahme.

Als besonderen Service bietet die Triathlonabteilung im Vorfeld des Laufes jeden Mittwoch um 18:30 Uhr am Sportstadion in Gaustadt die Möglichkeit, sich gezielt auf den Lauf vorzubereiten. Es wird in verschiedenen Gruppen gelaufen, das Tempo und der Umfang werden vorher abgesprochen, so dass jeder, der gut 1 Stunde laufen kann, mitkommt.

Rechtzeitig zur Schwimmsaison führten wir wieder einen Kraulkurs für Einsteiger durch. Mit Thomas Priester haben wir einen erfahrenen Trainer in unseren Reihen. An 10 Abenden lernten die «Einsteiger» die Kraultechnik und nun liegt es an ihnen, fleißig weiter am Ball bzw. im Wasser zu bleiben.

Ich möchte mich auf diesem Wege bei Allen, die durch ihre Mithilfe die Abteilung voranbringen, recht herzlich für ihre aktive Mitarbeit bedanken.

Ich wünsche allen DJK'ler/-innen ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest und ein glückliches, gesundes neues Jahr mit vielen sportlichen Erfolgen.

Karl Schlichtig
Abteilungsleiter

Spinning im MTV

Seit Ende Oktober kann jeden Freitag (außer es ist Stammtisch) die Triathlonabteilung der DJK den Spinningraum beim MTV Bamberg nutzen. Christian Röckelein trainierte uns in der 1. Freitagsstunde. Nach dem Einfahren ging es bei guter Musik im richtigen Takt den ersten Berg hoch, wobei jeder seinen Widerstand individuell auf seine Kraft einstellen konnte. Nach einem weiteren schnelleren Berg im Stehen ging es dann Downhill zum Lockern der Beinmuskulatur weiter. Abwechselnd Sitzen und Stehen, mal schneller oder langsamer, kleiner oder großer Widerstand, es kam keine Langeweile auf. Dazu immer die Musik mit dem richtigen Takt, die Herzfrequenz entsprechend höher und niedriger. Bei dieser Art zu trainieren kann jeder nach seiner individuellen Leistungsfähigkeit das Spinningrad einstellen und keiner wird unter- oder überfordert. Es werden auch ein paar andere Muskeln beansprucht, die beim Straßentraining meist zu kurz kommen. Die Herzfrequenz lässt sich durchaus in den anaeroben Bereich bringen (gut für VOmax) bzw. die Grundlagenausdauer verbessern. Auf jeden Fall kommt jeder so mit einer guten Kondition bei einem regelmäßigen Spinningbesuch in das nächste Jahr. Ein Bonbon ist noch die Entspannung hinterher in der Sauna!

Harald Kreuzer

Laktattest

Die Initiative für einen Laktattest kam von Micha, die gerne mal wieder ihr Laktat bestimmen wollte, um ihre Fortschritte beim Laufen schwarz auf weiß sehen zu können. Das Thema wurde im Verein diskutiert und nachdem großes Interesse bestand, wurde sogar ein eigenes Gerät angeschafft. Im Oktober wurde an 16 «Probanten» der Test durchgeführt. Auf einer 800 Meter langen Strecke wurde die Geschwindigkeit mit dem Fahrrad vorgegeben, Micha und Sabrina zapften Blut und protokollierten Puls, Laktat, Geschwindigkeit und Zeit. Nach 5-7 Messungen, von ganz langsam bis zur jeweiligen Belastungsgrenze, war der Test geschafft. Außerdem wurden noch der Puls und das Laktat in Ruhe und 3 Minuten nach der Belastung ermittelt.

Im Vereinsheim hielten Micha und Karl einen Vortrag «Was fange ich damit an?» und für jeden Teilnehmer gab es seine persönliche Auswertung. Micha erklärte, was Laktat ist, wann es gebildet und wieder abgebaut wird, wann und wieviel man im jeweiligen Trainingsbereich trainieren sollte u.v.m. Außerdem gab Karl einen Überblick über die verschiedenen Trainingsmethoden.

Eine Schlussbotschaft gab es noch von Beiden: Am Wichtigsten ist der Spaß am Laufen, man soll auf sein Gefühl und seinen Körper achten und sich von Trainingsplänen nicht zu sehr einengen lassen. Anschließend wurde noch in lockerer Runde diskutiert. Herzlichen Dank an Micha, Karl und Sabrina, die uns den Test ermöglichten.

Ursel

2. Kemmerner Kuckuckslauf

War die Premiere noch von Hitze geprägt, herrschten bei der 2. Auflage des Kemmerner Kuckuckslaufes ideale Bedingungen. Teilweise Sonnenschein und Temperaturen um 17 Grad sorgten für schnelle 10km-Zeiten auf dem Rundkurs durch Kemmern. Wir waren mit 24 Teilnehmern am Start und verpassten den Titel «Teilnehmerstärkste Gruppe» nur um einen Starter an die LG Waizendorf-Walsdorf.

Yannik startete im Schülerlauf (2,6km) und finishte nach 12:55 als 7. SMB. Sven benötigte für 1,3 km 7:19 und wurde 14. SMC. Pünktlich um 15:30 gab Klaus Geuß den Startschuss und über 300 Teilnehmer starteten im Hauptlauf über 10km. Markus Koch und Mario Wernsdöfer bildeten an der Spitze ein Duo, und setzten sich leicht vom Feld ab. Heike Mönch lief



Die Mannschaft in Kemmern

wie üblich sehr schnell an und gewann den Lauf souverän in 40:19. Bei den Männern siegte Markus Koch in 32:24.

Von uns DJK'lern war Karl wieder mal Schnellster. Den Dreizinnenlauf hat er wohl gut weggesteckt. Joseph konnte das Tempo nicht mithalten und lief in persönlicher Bestzeit erstmals unter 40 Minuten. Aber er war nicht der Einzige, der mit seiner Leistung in Kemmern zufrieden war. Fast alle DJK'ler liefen Bestzeiten und bestätigten damit den Erfolg des Trainings der letzten Monate.

Nach dem Lauf gab es eine sehr gute Verpflegung für die Teilnehmer. Kaffee und selbstgebackener Kuchen waren ein Gedicht. Die Siegerehrung zog sich wegen der vielen Läufe, Altersklassen und Wertungen leider etwas in die Länge. Bepackt und hoch zufrieden zogen die DJK'ler am Abend aus Kemmern ab.

Die Damen waren wie immer erfolgreich: Sandra, Jessi und Maria wurden als Mannschaft Dritte und über den Oberfränkischen Meistertitel freuen sich Sandra (W30) und Karl (M50).

37. Real Berlin Marathon

Auch in diesem Jahr startete beim Berlin Marathon eine kleine Gruppe der DJK Teutonia Gaustadt. Der für das Wochenende angekündigte Dauerregen setzte tatsächlich ein und die Temperaturen vielen stündlich. Insgesamt ca. 40 000 Starter setzten sich am Sonntag früh bei Temperaturen um 9 Grad in Bewegung, alle mit demselben Ziel 42,195 km durch Berlin zu laufen. Trotz der widrigen Bedingungen lief Christian Koch nach 3:10:46 (369.M30) ins Ziel. Olli folgte in persönlicher Bestzeit in 3:28:41 (1407.M40) vor Maria 3:51:23 (193.W45) und Bernward 4:31:09 (1116.M55). Die Organisation und das tolle Publikum wurde gelobt und ein Start im nächsten Jahr ist für Olli schon sicher.

Frankfurt Marathon - 31.10.2010

Am letzten Oktoberwochenende wurde die deutsche Banken- und Börsenmetropole zur deutschen Laufsportmetropole. Der Startschuss zu diesem Marathon fiel genau um 10:00 Uhr, da waren ein paar Tropfen Regen gefallen, aber der Wettergott meinte es mit den Marathonteilnehmern gut. Bei angenehm kühlen Temperaturen, ohne Regen, fand dieses Laufsport-Event der Extraklasse statt. Es war ein perfekter Tag für alle Teilnehmer.

12 475 Läufer aus 76 Nationen hatten sich für diesen Marathon gemeldet. Rahmenwettbewerbe hinzugerechnet, ging am Main die Rekordzahl von 22 165 Läufern an den Start. Rund 350 000 Zuschauer standen an der Strecke. Es gab keinen Streckenabschnitt ohne Zuschauer. In den Stimmungsnestern kam Gänsehautfeeling auf. Mindestens alle 5 km gab es zu trinken und zu essen. Von der Marathonmesse, Organisationsteam, ... war alles perfekt organisiert.

Der Frankfurt Marathon ist zum viertschnellsten Marathon der Welt aufgestiegen. Dafür sorgte der Kenianer Wilson Kipsang mit einem fantastischen neuen Streckenrekord von 2:04:57 Stunden – der zehntschnellsten je gelaufenen Zeit. Nur vier Rennen können weltweit Streckenbestzeiten von unter 2:05 Stunden aufweisen: Neben Berlin, Rotterdam und Dubai ist nun auch Frankfurt in diesen elitären Kreis aufgestiegen. Auch der Streckenrekord der Frauen wurde deutlich unterboten. Caroline Kilel setzte sich in 2:23:25 Stunden durch und machte den kenianischen Doppelsieg perfekt.

Und noch mehr bemerkenswerte Resultate produzierte das Ausnahmrennen am Main bei den Teilnehmern der DJK:

Platz / Platz AK /	Name	/ Nettozeit in h
123 / 27 /	Fischer-Paul, Sandra	/ 3:24:00 (persönliche Bestzeit)
760 / 142 /	Zasworka, Gerdi	/ 4:07:51 (persönliche Bestzeit)
1463 / 261 /	O'Donnell, Joseph	/ 3:18:17 (persönliche Bestzeit)
1628 / 308 /	Trunk, Mario	/ 3:20:58
4456 / 184 /	Zenkel, Alwin	/ 3:55:08
5060 / 1214 /	Kießlinger, Thomas	/ 4:01:21
5188 / 531 /	Reges, Harald	/ 4:03:33(persönliche Bestzeit)

Bericht vom Zeiler Waldmarathon – Halbmarathon *(Micha)*

Am Samstag 13.11. fand der 7. Zeiler Waldmarathon, «die Herausforderung im Naturpark Haßberge» statt. Wie der Untertitel auf der Homepage schon vermuten lässt, der Lauf ist wirklich eine Herausforderung. Beim Halbmarathon sind 420 Höhenmeter, beim Marathon 840 Höhenmeter in den Zeiler Bergen zu bewältigen. Auch ich stellte mich nun schon zum 3. Mal dieser Herausforderung.

Das Wetter war optimal, nicht zu warm, nicht zu kalt, kein Regen, was will man mehr. Gerade bei diesem Lauf hatte ich wettermäßig, von Schneesturm über Minusgrade, schon alles erlebt. Für den Halben hatten sich



Micha gut gelaunt auf der Strecke

über 600 Läuferinnen und Läufer angemeldet, 14 DJK'ler mittendrin. Pünktlich um 11 Uhr ging es gleich zu Beginn ans «Eingemachte». Etwa 3 km ging es stetig bergan, ehe es dann wieder nach unten ging. Eingeweihte wussten, dies erwartete einen auf der gesamten Strecke – Bergauf und auch wieder Bergab. Teilweise war der Untergrund sehr rutschig und man musste aufpassen wo man hintrat. Hatte man gedacht es ist jetzt mit den Bergen vorbei, wartete schon der nächste, bis zum Schluss.

Aber den mittwöchlichen Bergsprints und «Kathi» sei Dank, konnte ich alle Anstiege laufend bewältigen und viele, vor allem gegen Ende gehend, noch hinter mir lassen. Nach 2:12:30 erreichte ich glücklich die Ziellinie und hatte mein persönliches Ziel «unter der Zeit vom Vorjahr» erreicht.

Es ist zwar ein anstrengender, aber sehr schöner Lauf, der nächstes Jahr bestimmt wieder auf meinem Programm stehen wird.



Die DJK-Gruppe im Ziel

Bericht vom Zeiler Waldmarathon (Karl)

Mit dem Wetter hatten wir diesmal richtig Glück. Temperaturen wie im Frühling. Bei 15 Grad waren T-Shirt und kurze Hose angesagt.

Ich lief wie immer sehr konstant und erreichte als 5. gesamt und 1.M50 nach 3:08:29 das Ziel. Die Strecke ist, trotz der zwei Runden abwechslungsreich, es wird nie langweilig. Christian folgte in 3:30:10 auf Platz 2 in der M30. Bernard war noch schneller im Ziel. Mit Problemen am Fersensporn beendete er den Marathon schon nach der Hälfte in 1:38:24, Platz 14 in der M40.

Clearwater Ironman 70,3 WM (Florida)

Chris Bailey hatte sich in Wiesbaden für die Ironman WM 70,3 in Clearwater qualifiziert. Während wir hier tristes Novemberwetter hatten, schien in Florida die Sonne. Unterstützt durch seine Familie lieferte Chris



Chris und seine Familie in Florida bei der WM 70,3

einen sehr guten Wettkampf. Die Schwimmstrecke war toll – 1,9km im kalten Meer, mit einem «Baywatch» Start vom weißen Strand. Die schnelle Radstrecke führte hauptsächlich über Interstates und das Windschattenverbot wurde strikt eingehalten. Mit einem Schnitt von 38,5 km/h erreichte Chris nach 2:21 die zweite Wechselzone. Den abschließenden Halbmarathon lief Chris in tollen 1:33 und finishte als 57. in seiner Altersklasse.

Viele weitere Wettkampfberichte und Berichte über die Aktivitäten der Triathlonabteilung stehen im Internet unter www.djk-gaustadt-triathlon.de.



Neumitglieder

Die DJK Teutonia Gaustadt heißt ihre neuen Mitglieder auf das Herzlichste willkommen:

Irene Gion-Röckelein	Gaustadt
Kevin Christov	Gaustadt
Luis Spangel	Gaustadt
Carolin Dütsch	Ebing
Stefanie Lambiase	Gaustadt
Martin Simon	Gaustadt
Alexandra Bartl	Gaustadt
Udo Pickel	Bamberg
Susanne Schwartling	Bamberg



Die Redaktion



**Möchten auch Sie
Ihre Familienfeier in
unserem Vereinsheim
abhalten?**

**So setzen Sie sich bitte mit unserem Pächter
Sandro Lambiase in Verbindung.**

**Zu erreichen unter 0951/61 000,
oder 0152/07 61 8576**

Teutonia aktuell

■■■■► VORSCHAU:

Unser Faschingsball, zusammen mit dem Liederhort Gaustadt, findet am **Samstag, 19. Februar 2011** im Sängenheim statt.



■■■■► Unsere Homepage wurde von Markus Möhrlein gestaltet und wird von ihm stets auf den neuesten Stand gebracht. Immer aktuell unter www.djk-teutonia-gaustadt.de Hier findet ihr alles Interessante über die DJK. Viel Spaß dabei.

■■■■► Anregungen, Wünsche, Verbesserungsvorschläge usw. werden von der Redaktion gerne entgegengenommen. Die Redaktion

G. VAHLDIECK

SCHREINER- U HAUSMEISTERARBEITEN



Firmeninhaber Günter Vahldieck

Steigerwaldstr. 2
96049 Bamberg

Tel.: 0951 - 6 72 85
Mobil: 0172 - 8 98 28 13



**HERZLICHEN
GLÜCKWUNSCH!**

Zum 10. Geburtstag

Moritz Göbhardt 01. Januar

Zur Volljährigkeit

Stefanie Reinfelder 17. Januar
Jonas Hummel 02. Februar

Zum 20. Geburtstag

Jonas Gauglitz 01. Januar
Christoph Haßfurther 18. Februar
Alexander Bahmaci 12. März

Zum 25. Geburtstag

Marco Holikow 10. Januar
Flavio Sousa Martins 26. März

Zum 30. Geburtstag

Maximilian Pfof 27. Dezember
Silke Dittrich 07. März



HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

Zum 40. Geburtstag

Maria Kore` 06. Januar

Zum 50. Geburtstag

Ronald Weyermüller 18. Februar
Ulrich Walter 03. März
Marino Salatin 05. März
Raffaele Lambiase 20. März

Zum 60. Geburtstag

Peter Prang 03. Januar
Rudolf Möhrlein 09. Januar

Zum 70. Geburtstag

Hella Möhrlein 07. Februar
Heinz Josat 20. März
Reinhold Möhrlein 21. März

Zum 75. Geburtstag

Karl Engelhard 18. März

Sollten die Geburtsdaten einmal nicht stimmen, nicht ärgern! Anruf bei der Redaktion genügt und sie werden umgehend richtiggestellt.

Ansprechpartner der DJK

Funktion	Name	Anschrift	Telefon
1. Vorsitzender:	Schöring Albrecht	Weinbergstr. 16 (Bi)	66955
2. Vorsitzender:	Möhrlein Reiner	Andreas-Hofer-Str. 16	69669
1. Kassier:	Scharfenstein Peter	Gaust. Hauptstr. 2	64924
2. Kassier:	Winkler Friedrich	Mainluststr. 2	61496
Schriftführer:	Prell Siegfried	Rattlerstr. 2	69288
Vereinsrat:	Dürr Gernot	Badstr. 15	66439
	Möhrlein Rudi	Schorckstr. 26	64197
	Pauly Michael	Seewiesenstr. 2	601270
	Wachter Harald	Fritz-Eberle-Str. 5	62744
	Wagner Matthias	Gundelsheimer-Str. 49	2221346
Fußball:			
Spielleitung:	Görtler Christian	Heßberggasse10b	0151/17284855
	Görtler Ronald	Renkfeldweg 18	0176/22041630
	Möhrlein Markus	M-Rümmmer-Str.25	0151/19095434
1. Jugendleiter:	Krug Robert	Steigerwaldstr.21	01520/1878289
2. Jugendleiter	Frankenstein Heiko	Frankenwaldstr.10	0176/40224469
AH-Leiter:	Hartmann Stefan	Weiherstr. 2	0179/4925182
Tischtennis:			
Abteilungsleiter:	Förner Andreas	Weidendamm 89A, Bbg.	68295
Gymnastik:			
Abteilungsleiterin:	Heinle Gerlinde	Guntherstr. 34, Bbg.	53127
Aerobic:			
Abteilungsleiterin:	Scharfenstein Lissi	Gaust. Hauptstr. 2	64924
Ski:			
Abteilungsleiter:	Haßfurter Nikolaus	Fritz-Eberle-Str. 8	66727
Triathlon:			
Abteilungsleiter:	Schlichtig Karl	Lange Zeile 42 (Bi)	602332
Ehrenkassier:	Brech Klaus	Gaust. Hauptstr. 21	63309
Ehrenspielleiter:	Hessel Fritz	Gaust. Hauptstr. 2	64236
Ehrenjugendleiter:	Reinfelder Fritz	Blumenstr. 5a	67380
Geistlicher Beirat:	Matthias Wünsche	Dr. Martinetstr. 11	965880

Adresse und Internet:

Vereinsheim DJK Teutonia Gaustadt · Grüntalstr. 5 · 96049 Bamberg
Tel.: 0951/61000 www.djk-teutonia-gaustadt.de