

# INFO

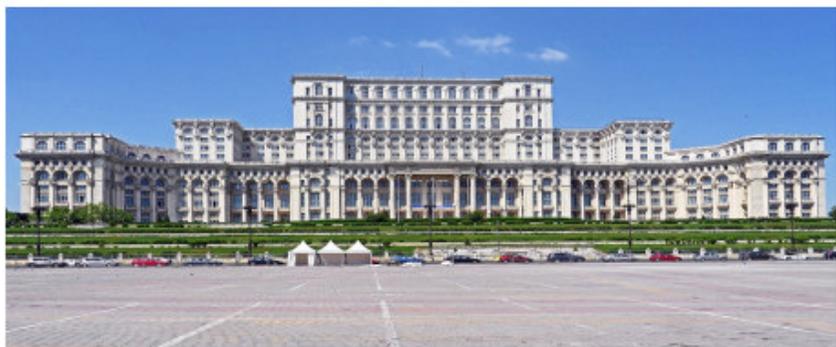


Nr.45

2019



## Rumänien – Bukarest, Schwarzes Meer und Donaudelta 16. 07. – 24. 07. 2020



**1. Tag:** Abfahrt in Landshut um 07.00 Uhr zum Flughafen, Flug nach Bukarest. Bezug der Zimmer, danach Spaziergang.

**2. Tag:** Stadtspaziergang in der Altstadt von Bukarest und im Zentrum. Mittagspause in der „Alten Karawanserei“.

**3. Tag:** Heute besichtigen wir das Parlamentsgebäude und den Zigeunermarkt Bucur Obor. Am Nachmittag Freizeit.

**4. Tag:** Um 10.00 Uhr besuchen wir den Sonntagsgottesdienst der evangelischen Kirche Bukarest. Im Anschluss ist eine Kirchenbesichtigung geplant.

**5. Tag:** Um 09.00 Uhr fahren wir heute Richtung Schwarzmeerküste, genauer nach Constanta. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

**6. Tag:** Mit unserem örtlichen Stadtführer besichtigen wir heute Constanta. Am Nachmittag besuchen wir das Aquarium in Constanta. .

**7. Tag:** Unser heutiges Ziel ist Tulcea, das Tor zum Donaudelta. Wie Rom ist Tulcea auf 7 Hügel erbaut worden.

**8. Tag:** Die Donau ist unser heutiger Tagesausflug. Von 10:30 – 16:30 Uhr begeben wir uns auf Entdeckungsreise in Europas zweitgrößtem Fluss Delta.

**9. Tag:** Nach dem Frühstück und dem Check-out im Hotel geht es zurück zum Flughafen Bukarest. Um 17:55 soll unser Direktflug nach München starten.  
Änderungen im Reiseverlauf vorbehalten

### Leistungen:

- Bustransfer Landshut zum Airport München (MUC) und zurück
- Direktflug MUC – Bukarest • MUC
- 8 Übernachtungen in \*\*\* oder \*\*\*\* - Hotels
- Alle Führungen wie im Reiseverlauf angegeben,
- Insolvenzversicherung
- Begleitung ab Landshut
- Informationsmaterial
- Mindestteilnehmer: 15 Personen, Höchstteilnehmerzahl: 19 Personen

Preis p. Pers. im DZ € **945,-**  
Einzelzimmerzuschlag € 280,-

**Hinweis:** detailliertes Programm / Ausschreibung bitte anfordern bei:

Norbert.doering@reisedetektive.de

### Beratung und Anmeldung bei:

Reisedetektive Triendl eK  
Landshuterstr. 12  
84051 Essenbach

Kommunikation:  
Tel: 08703 / 989830  
Fax: 08703 / 9898329

Internet:  
Homepage: [www.reisedetektive.de](http://www.reisedetektive.de)  
E-Mail: [info@reisedetektive.de](mailto:info@reisedetektive.de)

## Impressum

Schwimmclub 53 Landshut e.V.

Mitglied des  
Bayerischen- und Deutschen Schwimmverbandes e.V.

Geschäftsstelle: SC 53 Landshut  
Dammstraße 28 (Stadtbad)  
84034 Landshut

Tel.: 0871 / 67 02 73 (Anrufbeantworter)  
Mail: [info@sc53-landshut.de](mailto:info@sc53-landshut.de)  
Internet: [www.sc53-landshut.de](http://www.sc53-landshut.de)  
Bankverbindung: Sparkasse Landshut  
IBAN DE96 7435 0000 0000 7119 26  
BIC BYLADEM1LAH

---

Bei Änderungen ihrer Anschrift bzw. der Bankverbindung, bitten wir Sie uns kurz zu benachrichtigen.

---

## Editorial

Liebe Vereinsmitglieder,

mit den Neuwahlen des Präsidiums und des Beirates ergaben sich einige Veränderungen bei der Besetzung der ehrenamtlichen Posten. Die „Neuen“ sind auf den vorderen Seiten dieses Heftes mit aufgeführt. Bei den Personen, die sich in diesem Jahr nicht mehr für ihr Amt zur Verfügung gestellt haben, möchte ich mich an dieser Stelle nochmals für ihre Tätigkeit bedanken.

Besonders erwähnen möchte ich hier Manfred Oboth. Über 3 Jahrzehnte war er bei uns als Trainer, Präsidiums- und Beiratsmitglied in verschiedenen Positionen tätig. Manfred, vielen Dank für Dein Engagement für den SC 53 in dieser Zeit.

Ein zweiter Abschied wurde im Januar emotional begangen. Nach über 40 Jahren hat Brigitte Haider ihren Verkaufsstand für immer geschlossen. Der ganz kurze Draht, um noch schnell eine Brille oder einen Badeanzug vor dem Training zu erwerben, gehört der Vergangenheit an. Unsere Aktiven haben in allen, von uns vertretenen Sportarten wieder sehr gute Leistungen erreicht. Ich darf hierfür allen Sportlern und ihren Trainern meine Gratulation aussprechen. Die ausführliche Darstellung erfolgt auf den nächsten Seiten. Die Vize-Europameisterschaft im Beachvolleyball durch Benedikt Sagstetter mit seinem Partner sticht dabei heraus. Nationaler Titel bei den Triathleten und sehr viele Medaillen bei den über 50 Veranstaltungen, die von unseren Sportlern besucht wurden, zeigen wieder einmal die ausgezeichneten Trainerleistungen und den Ehrgeiz unserer Aktiven. In 2020 wurden wir vom Bayerischen Schwimmverband mit der Ausrichtung der internationalen Bayerischen Meisterschaft der Masterschwimmer beauftragt. Lasst uns beweisen, dass wir im Landshuter Stadtbad auch im Sommer eine hervorragende internationale Veranstaltung mit Eurer Unterstützung durchführen können.

In diesem Info werden neben den Berichten zu den sportlichen Ereignissen aber noch viele weitere Themen angesprochen. Auf die Berichte zu unseren Jugendbildungsmaßnahmen in Rabenberg und Regen, zu den Aktivitäten des Stammtisches, zum Datenschutz und dabei zur Veröffentlichung von Bildern und zur Instagram Seite sei hier schon einmal hingewiesen.

Auch in diesem Info werben etliche Gewerbetreibende für Ihre Produkte. In der Regel sind dies Partner mit denen wir zusammenarbeiten, die uns mit Ihrer Anzeige auch



finanziell unterstützen. Nutzen Sie einfach die Möglichkeit, sich beim nächsten Kauf oder Tarifwechsel ein Angebot von unseren Anzeigekunden geben zu lassen.  
Ich wünsche Euch allen noch viel Freude beim Lesen in unserem SC 53 Landshut Clubinfo.

Norbert Döring  
Präsident



*Moderne Reise-Omnibusse mit WC und Küche  
in den Größen von 39–59 Sitzplätzen*

**SCHRAFSTETTER GMBH & CO. KG**

84186 Vilsheim

Telefon 0 87 06 / 2 74 • Fax 12 67 • [info@schrafstetter-reisen.de](mailto:info@schrafstetter-reisen.de)

*Ihr Partner für Vereins-, Schul-, Betriebs- und Ausflugsfahrten*

# Inhalt

<b>Impressum</b>	<b>3</b>
<b>Editorial</b>	<b>4</b>
<b>Inhalt</b>	<b>6</b>
<b>Der Vorstand</b>	<b>7</b>
<b>Der Vereinsbeirat</b>	<b>8</b>
<b>Ansprechpartner</b>	<b>9</b>
<b>Leistungen des Vereins</b>	<b>10</b>
<b>Gymnastik</b>	<b>12</b>
<b>Stammtisch</b>	<b>13</b>
<b>Wir gratulieren in 2019</b>	<b>15</b>
<b>Termine 2019 / Verein und Schwimmen</b>	<b>16</b>
<b>Eine Ära geht zu Ende</b>	<b>17</b>
<b>Unsere neue Sportleiterin</b>	<b>18</b>
<b>Datenschutz im Verein / „WebClub“</b>	<b>19</b>
<b>Jugendbildungsmaßnahmen</b>	<b>21</b>
<b>Schwimmen</b>	<b>27</b>
<b>Triathlon</b>	<b>37</b>
<b>Beachvolleyball</b>	<b>47</b>
<b>Tauchen</b>	<b>49</b>

# Der Vorstand

**Präsident:**

**Norbert Döring**

Tel.: 08703 / 82 76

[praesident@sc53-landshut.de](mailto:praesident@sc53-landshut.de)



**Vizepräsidentin:**

**Christine Hauner-Stippler**

Tel.: 0871/9453480

[vizepraesident@sc53-landshut.de](mailto:vizepraesident@sc53-landshut.de)



**Schatzmeisterin:**

**Silke Dünschede**

Tel.: 0871/430 2604

[schatzmeister@sc53-landshut.de](mailto:schatzmeister@sc53-landshut.de)



**Schriftführer:**

**Hartmut Kuhnert**

Tel.: 0871/ 630927

[schriftfuehrer@sc53-landshut.de](mailto:schriftfuehrer@sc53-landshut.de)



**Sportleiterin:**

**Christina Kollmeder**

Tel.: 0171-7393783

[sportleiter@sc53-landshut.de](mailto:sportleiter@sc53-landshut.de)



**Jugendwart:**

**Thomas Haider**

Tel.: 0871/22228

[jugendwart@sc53-landshut.de](mailto:jugendwart@sc53-landshut.de)



# Der Vereinsbeirat

**Vergnügungswartin**

**Tanja Spresny**

[vergueungswart@sc53-landshut.de](mailto:vergueungswart@sc53-landshut.de)



**Kampfrichterobmann**

**Heinz Niederöcker**

[kampfrichter@sc53-landshut.de](mailto:kampfrichter@sc53-landshut.de)



**Technischer Wart**

**Erwin Filser**

[technischerwart@sc53-landshut.de](mailto:technischerwart@sc53-landshut.de)



**Pressewart**

**Hartmut Kuhnert**

[pressewart@sc53-landshut.de](mailto:pressewart@sc53-landshut.de)



**Fachwart Triathlon**

**Michael Holzer**

[triathlon@sc53-landshut.de](mailto:triathlon@sc53-landshut.de)



**Fachwartin Tauchen**

**Karin Stempfhuber-Herde**

[tauchen@sc53-landshut.de](mailto:tauchen@sc53-landshut.de)



**Fachwart Beachvolleyball**

**Reiner Sagstetter**

[beachvolleyball@sc53-landshut.de](mailto:beachvolleyball@sc53-landshut.de)



**Beisitzer**

**Stefan Königer**

**Adolf Krebs**

**Beate Ulbrich**

**Kerstin Schäfferer-Seifert**

**Kassenprüfer**

**Klaus-Peter Eckes**

**Juliane Walpeteringer**

# Ansprechpartner

## Allgemeines, Vereinsleistungen, Mitgliedschaft:

Silke Dünschede:

Tel. 0871/430 2604  
[schatzmeister@sc53-landshut.de](mailto:schatzmeister@sc53-landshut.de)

## Schwimmen, Krafraum und Hallensport:

Christina Kollmeder:

Tel. 0171-7393783  
[sportleiter@sc53-landshut.de](mailto:sportleiter@sc53-landshut.de)

## Trockentraining (Kraft, Athletik, Ausdauer):

Christina Kollmeder:

Tel. 0171-7393783  
[sportleiter@sc53-landshut.de](mailto:sportleiter@sc53-landshut.de)

## Triathlon:

Michael Holzer  
Horst Seibel

Tel. 0871/2760183  
Tel. 0871 / 313 50  
[triathlon@sc53-landshut.de](mailto:triathlon@sc53-landshut.de)

## Gymnastik Seligenthal:

Monika Luft

[Lumoma@arcor.de](mailto:Lumoma@arcor.de)

## Beach – Volleyball:

Reiner Sagstetter

Tel. 0871/430029

## Tauchen / Unterwasserrugby:

Karin Stempfhuber-Herde

[tauchen@sc53-landshut.de](mailto:tauchen@sc53-landshut.de)

## Stammtisch

Brigitte Haider

Tel. 0871/26509

## Vertrauensperson

Sabine Klink

Tel. 0871 24513  
[vertrauensperson@sc53-landshut.de](mailto:vertrauensperson@sc53-landshut.de)

# Leistungen des Vereins

## Schwimmen

- Für Nichtschwimmer (Kinder) bieten wir eine Schwimmausbildung an.
- Gruppen für Wassergewöhnung und Schwimmanfänger (nur in der Hallensaison).
- Förderung des Leistungssportes von Kindern und Jugendlichen
- Für das Schwimmtraining stehen uns im Stadtbad der Stadtwerke Landshut die Halle bzw. das Herrenbecken, zeitlich begrenzt, zur Verfügung.
- Für die Trainingszeit im Freibad, täglich ab 17.30 Uhr muss (auch Begleitpersonen) eine Eintrittskarte erworben werden. Eine ermäßigte Saison-Dauerkarte ist für SC 53-Mitglieder ermäßigt lohnend, da unabhängig von den Trainingszeiten das Freibad genutzt werden kann.
- Von Mitte September bis Mitte Mai findet das Training im Hallenbad statt. Der Verein kann montags und mittwochs komplett das Hallenbad ab 17 Uhr nutzen. An den weiteren Trainingstagen Dienstag, Freitag, Samstag und Sonntag stehen 2 Bahnen zur Verfügung. Diese können ebenfalls bereits ab 17 Uhr genutzt werden.
- Montags und mittwochs können alle Vereinsmitglieder das Bad unentgeltlich ab 17 Uhr benutzen. Am Dienstag, Freitag, Samstag und Sonntag dürfen nur die für die Trainingsgruppen verantwortlichen Trainer, sowie die aktiven Schwimmer, die diesen Trainingsgruppen zugeordnet sind, unentgeltlich ins Hallenbad. SC 53 Mitglieder können sowohl eine Saisonkarte als auch Zehnerkarten vergünstigt erwerben.
- Der Abholpunkt für die Kinder ist der Kassenbereich im Eingang des Hallenbades bzw. im Sommer auch draußen vor dem Kassenbereich.

## Kraftraum

Allen Mitgliedern über 18 Jahre steht unser Kraftraum kostenlos gemäß den Nutzungsbedingungen zur Verfügung. Eine Unterweisung durch erfahrene Übungsleiter ist bei Bedarf möglich. Während der Sommersaison ist der Kraftraum nur über das Freibad zu betreten. Eintritt ist dann zu entrichten.

## Gymnastik und Fitness

Am Dienstag bieten wir ab 17.30 Uhr Gymnastik für Ü30 in der Turnhalle Seligenthal an. Treffen ist ca.15 Minuten vorher vor dem Eingang.

## Beachvolleyball

Im Sommer stehen dem SC 53 täglich mehrere Stunden die vier Beach-Volleyballfelder im Freibad zur Verfügung.

### Triathlon

Das Training unserer Triathleten ist naturgemäß auf verschiedene sportlich zu nutzende Strecken verteilt. Das Schwimmtraining findet gemäß dem Bahnbelegungsplan statt. Gemeinsames Lauf- und Radtraining meist an den Wochenenden. Auskünfte hierzu, wie auch zu allen sportspezifischen Fragen, durch die Ansprechpartner.

### Tauchen

Der SC 53 verfügt über eine Tauchabteilung. Neben dem Erwerb der einzelnen Tauchscheine wird auch die Sportart Unterwasserrugby betrieben. Weitere Infos entnehmen sie bitte unserer Homepage und dem Aushang im Hallen- / Freibad.

### Stammtisch SC 53

In der Wintersaison treffen sich regelmäßig ehemalige Schwimmer, Gönner und Funktionäre zum Stammtisch des SC 53. Treffpunkt ist jeweils mittwochs ab 19:00 Uhr im Restaurant im Stadtbad. In der Sommersaison findet das Treffen 14tägig im Biergarten statt.



**Transporte - Umzüge e.K.**

für sie seit 1984 unterwegs

Heinz Nideröcker

Fax: 0871 / 6 11 56

Hochvogelweg 19

Tel.: 0871 / 63 567

84034 Landshut

e-mail: [car-go@t-online.de](mailto:car-go@t-online.de)

web: [car-go.de](http://car-go.de)

**Mobil: 0170 / 63 23 035**

# Gymnastik



## Fitness und Wirbelsäulengymnastik für Ü 30

Körperliche Fitness ist in jedem Alter wichtig. Als Mitglied in einem Sportverein ist uns das natürlich nicht fremd. Ein wichtiger Bestandteil davon ist die vom Verein angebotene **Gymnastik**, die mit gezielten Übungen besonders auf die Erhaltung der Beweglichkeit des Körpers abzielt, und zudem das Koordinationsvermögen fördert. Dabei werden auch individuelle Anforderungen berücksichtigt.

In einer munteren Gruppe (Frauen und Männer), macht es mit musikalischer Unterstützung auch viel Spaß, etwas für die Gesundheit zu tun. Alle Vereinsmitglieder sind herzlich willkommen.

**Wann/Wo:**        **Dienstags von 17:30 bis 18:30 Uhr / Turnhalle Seligenthal.**

**Ansprechpartner:** Monika Luft / [Lumoma@arcor.de](mailto:Lumoma@arcor.de)

# Stammtisch

## Was macht der Stammtisch?

Während der Hallensaison treffen wir uns jeden Mittwoch gegen 19.00 Uhr in der Cafeteria im Hallenbad. In der Sommersaison wechseln wir in den Biergarten und treffen uns im 14 tägigen Rhythmus jeweils mittwochs.

Auch im letzten Jahr fanden mehrere Aktivitäten unseres Stammtisches wie zum Beispiel ein gemeinsames Essen im Augustiner, Besuch einer Vorstellung des Hofbergtheaters sowie Geburtstagsfeier mit Anton Büchler in Altfraunhofen anlässlich seines 70. Geburtstages, statt.

Der Höhepunkt unserer Aktivitäten im Jahr 2019 war die Reise nach Piemont. Der erste Tag begann mit der Anreise über die Schweiz, Liechtenstein nach Terruggia Monferrato, wo wir das schöne Hotel Ariotto bezogen.

Am zweiten Tag starteten wir einen Tagesausflug nach Turin. Bei der Stadtführung sahen wir die Mole Antonelliana, die Palazzi Reale, Madama und weitere Sehenswürdigkeiten der Hauptstadt Piemonts.



Am dritten Tag begaben wir uns auf eine Sekt- und Wein Tour. Auf dem Rundgang durch das Städtchen Asti wurden wir auf den anschließenden Besuch mit Verkostung in die Sektkellerei Bosca eingestimmt.

Der vierte Tag führte uns in das Hauptanbaugebiet für Reis, einem der berühmtesten Genussprodukte des Piemonts. Das Hauptanbaugebiet liegt in den Po Ebenen um Vercelli. Hier bekamen wir Information über Produktion, Verarbeitung und Vermarktung bei einem der Erzeuger auf der Casina Valdemino. Nach dem Exkurs zur Casina Valdemino erkundeten wir die Stadt Vercelli

Am 5. Tag begaben wir uns wieder auf den Heimweg in Richtung Landshut. Diesmal führte uns der Weg wetterbedingt über den Brenner.

## Wir gratulieren in 2020

### Zum 50. Geburtstag:

Ulrike Aigner  
Hermann Angstl  
Sonja Axthaler  
Tanja Einmeier  
Tania Ellbogen  
Sylvia Götz  
Rainer Haselbeck  
Stefan Hiebl  
Sabine Hofer  
Christine Hueber-Laub  
Sabine Klesius  
Petra Köhnke  
Rudolf Kollmannsberger  
Rosemarie Krebs  
Michaela Krug  
Otto Maul  
Stefan Meier  
Andreas Müller  
Heiko Nötzold  
Jörn Nußbaum  
Dr. Oliver Rau  
Barbara Rieder  
Anne-Rous Sailer  
Jörg Sandl  
Sabine Saxstetter  
Heidei Schmid  
Eva Schneider  
Ivan Siminenko  
Armin Sperber

### Zum 60. Geburtstag:

Rolf Freiberg  
Reinhard Fuchs  
Frank Grünwald  
Diana Horn  
Josef Kiermeier  
Eugen Kubetzki  
Theresia Maierbeck

Werner Radlmeier  
Elke Schmid  
Natalie Schnakenberg  
Dieter Schubert  
Dr. Fritz Woerlen

### Zum 65. Geburtstag

Brigitte Bovensiepen  
Alois Meierbeck  
Peter Mirlach  
Thomas Mirsch  
Ludwig Schönhuber  
Marko Soldo

### Zum 70. Geburtstag:

Gisela Büchler  
Angelika Mooser  
Renate Oberhauser  
Max Raab  
Elisabeth Talhammer

### Zum 75. Geburtstag:

Dieter Müller  
Helmut Spresny

### Zum 80. Geburtstag:

Dr. Heimo Duswald  
Gertrud Fuchsgruber  
Brigitte Haider  
Günther Lackermeier  
Siegfried Sterr

### Zum 85. Geburtstag:

Irmigard Fiedler

*Herzlichen Glückwunsch !*

# Termine 2020 / Verein und Schwimmen

Januar	Wo+B4:BB4:B38	Wettkampf/ Termin	Teilnehmer
18./19.	Regensburg	Bayerische Meisterschaft Lange Strecke	1 PZ
26.	Hengersberg	Niederbayerische Staffelmeisterschaften	alle WK-Mannschaften
Februar	Wo	Wettkampf/ Termin	Teilnehmer
1./2.	Augsburg/Bamberg	DMS BL und LL alle Liegen	
08.	Mainburg	DMS Bezirk Niederbayern	
<b>24.02.-28.02.</b>		<b>Schulferien "Fasching"</b>	
29.02./01.03.	Würzburg	Süddeutsche Meisterschaften Lange Strecke	1 PZ
März	Wo	Wettkampf/ Termin	Teilnehmer
01.	Würzburg	Süddeutsche Meisterschaften Lange Strecke	1 PZ
07.	Lohr am Main	8. Bezirksvergleich JG 2011 - 2009	wird vom Bezirk zusammengestellt
15.	Neustadt	Kreismeisterschaften West	
14./15.	Giesing-Harlaching	Bayerische Winter-Meisterschaften Masters	Masters nach Antrag
28.	Landau	Bezirksvieltage	
27.-29.	Würzburg	Bayerische Offene Meisterschaften mit Schwimmehrkampf	2 PZ, bei 1 PZ nur Startgeldübernahme
April	Wo	Wettkampf/ Termin	Teilnehmer
<b>06.-17.</b>		<b>Schulferien "Ostern"</b>	
25./26.	Passau	Niederbayerische Kurzbahnmeisterschaft	
30.04.-03.05.	Berlin	Deutsche Meisterschaften offen	
Mai	Wo	Wettkampf/ Termin	Teilnehmer
30.04.-03.05.	Berlin	Deutsche Meisterschaften offen	
08.-10.	Riesa	Süddeutsche Offene Meisterschaften	1 PZ
09./10.	Dresden	Süddeutsche Jahrgangmeisterschaften mit 9 Kampf	1 PZ
23.	Hengersberg	One-Meeting	alle WK-Mannschaften, Nachwuchs I und II
22.-24.	Rosenheim	Langstreckenschwimmen	WK I+II, Masters
26.-30.	Berlin	Deutsche Jahrgangmeisterschaften	1 PZ
Juni	Wo	Wettkampf/ Termin	Teilnehmer
<b>01.-12.</b>		<b>Schulferien "Pfingsten"</b>	
19-21.	Hamburg	DM Masters Kurzbahn	nach Antrag
19-21.	Dresden	DSV-Mehrkampf Meisterschaften	1 Platzierung in den definierten Ranglisten + Pflichtzeit
20.		Bayerische Masters Freiwasser Bayem-Cup 2 km 1. Teil	nach Antrag
25-28.?	Strauberg	Deutsche Meisterschaften Freiwasser	nach Antrag
27./28.	Landau	Sprintertreffen	WK M I+II
28.	Kehlheim	Adolf Bohn Pokalschwimmen	alle WK-Mannschaften Nachwuchs I+II
Juli	Wo	Wettkampf/ Termin	Teilnehmer
04./05.	Grafenau	Niederbayerische Meisterschaften Langbahn	alle WK-Mannschaften Nachwuchs I+II,
11./12.	Landshut	Bayerische Masters Meisterschaften Sommer	Startgeld auf Anfrage
17.-19.	Regensburg	Bayerische Jahrgangmeisterschaften	2 PZ, bei 1 PZ nur Startgeldübernahme
24.		Bayerische Masters Freiwasser Bayem-Cup 2 km 2. Teil	nach Antrag
?		Saisonabschlussfeier	
<b>27.07.-07.09.</b>		<b>Schulferien "Sommer"</b>	
September	Wo	Wettkampf/ Termin	Teilnehmer
12.	Neumarkt	Bayerische Trainingtagung	
20.		Vereinsvertreterversammlung	
26./27.	Erding	5. Stadtwerke Erding Cup	alle WK-Mannschaften Nachwuchs I+II
Oktober	Wo	Wettkampf/ Termin	Teilnehmer
24./25.	Bayreuth	Bayerische Kurzbahnmeisterschaften	
November	Wo	Wettkampf/ Termin	Teilnehmer
12.-15.	Berlin	Deutsche Meisterschaften Kurzbahn	
21./22.	Landshut	Vestner Pokal Schwimmen	
<b>01.-06.</b>		<b>Schulferien "Herbst"</b>	
Dezember	Wo	Wettkampf/ Termin	Teilnehmer
05.	Mainburg	Niederbayerische Langstreckenmeisterschaften	
<b>23.-08.01.</b>		<b>Schulferien "Winter"</b>	

## Eine Ära geht zu Ende

So kennen sie die Mitglieder des Schwimmclubs. Jeden Mittwoch saß sie auf der Bank im Treppenhaus des Hallenbades und verkaufte Badeanzüge, -hosen, -kappen, -brillen und was man sonst noch so braucht im Schwimmsport. Und dies seit über 40 Jahren. Auf den Heimwettkämpfen hatte sie zudem einen Stand aufgebaut, der immer gut frequentiert war. Für den Vestner-Pokal-Wettbewerb spendete sie außerdem die Sachpreise. Vielen Dank dafür.

Seit Beginn dieses Jahres ist es damit vorbei. Brigitte Haider hat sich aus dem Verkauf zurückgezogen. Da sie den Stammtisch nach wie vor betreut und zusammenhält, werden wir ihr aber auch weiterhin im Schwimmbad begegnen. Für diesen hat sie die Stammtischaktivitäten wie Wanderungen, Fahrten nach Südtirol, Berchtesgaden und in den Bayerischen Wald früher organisiert. Heute, sagt sie, geht es etwas ruhiger zu, aber eine größere Reise findet immer noch jedes Jahr statt.

Da die meisten Mitglieder Brigitte Haider nur vom Verkauf von Schwimmbedarf her kennen werden, hier ein paar Infos zu Ihren bisherigen Aktivitäten im SC 53. Brigitte Haider war jahrelang auch bei Wettkämpfen in Niederbayern dabei und machte mit einem „guten Team“ im Wettkampfbüro den „Schriftkram“ und zwar in einer computerlosen Zeit, in der die Protokolle noch mit Schreibmaschine auf Matrizen geschrieben und dann zur Vervielfältigung abgezogen wurden. Die Urkunden wurden ebenfalls noch mit Schreibmaschine erstellt. Was für eine Leistung verglichen mit heute! Nicht nur bei den Wettkämpfen war Brigitte Haider im Einsatz, sondern auch als Betreuerin in den damals so genannten „Freizeitlagern“ mit Training, Spiel und Spaß im Sportcamp Regen-Raithmühle (das auch heute noch vom SC 53 genutzt wird) oder in Hinterglemm / Österreich.

Liebe Brigitte, vielen Dank dass du uns über so viele Jahre mit dem nötigen Schwimmbedarf versorgt hast. Dein „Verkaufsstand“, mit der persönlichen Beratung und guten Betreuung fehlen uns schon jetzt.

Weiterhin alles Gute für die Zukunft



## Unsere neue Sportleiterin

Liebe SC 53'ler,

als neue Sportleiterin des Vereins darf ich mich kurz vorstellen.

Alle nennen mich Dulli (von meinem Mädchennamen - Dullinger), eigentlich heiße ich Christina Kollmeder bin 50 Jahre alt, verheiratet, und habe eine 19jährige Tochter – Nina. Beruflich bin ich Augenoptikerin und arbeite seit 28 Jahren in einem traditionellen Optikgeschäft in der Altstadt in Teilzeit.

Im Piusviertel aufgewachsen landete ich schon im Kindergartenalter im Schwimmclub. Und ich verbrachte sehr viel Zeit meiner Kindheit und Jugend in diesem Schwimmbad. Auch wenn ich nie zu den Besten gehörte, fühlte ich mich hier immer zuhause. Hier hab ich Schwimmen und sehr viel fürs Leben gelernt. Der Verein war und ist wie eine zweite Familie. Ein Grund warum wir mit unsere Tochter Nina vor ca. 16 Jahren wieder dem Verein beigetreten sind.

Es dauerte nicht lange bis ich am Beckenrand stand. Von da an durchlief ich alle Stationen, von den Schwimmanfängern bis zur 2. Wettkampfmannschaft und vom Trainerassistenten zum Trainer B Leistungssport Schwimmen. Fleißaufgabe war dann noch der Übungsleiter B „Sport in der Prävention“ natürlich im Bewegungsraum Wasser. Nebenbei war ich jahrelang (ich weiß gar nicht genau wie lange) Vergnügungswart des Vereins.

Jetzt also vom Vergnügen zum Sport – und ja, es ist eine Herausforderung. Nach 7 Monaten Sportleiterin bin ich immer noch in der Einarbeitungsphase. In der ersten Woche im Amt bekam ich so viele Mails wie sonst in einem Monat... und trotzdem mache ich die Arbeit sehr gerne.

Eine ganz große Aufgabe für 2020 ist die Bayerische Meisterschaft der Masters die im Juli bei uns im Stadtbad Landshut ausgerichtet wird. Alle, die an diesem Großevent teilhaben wollen, sind gerne eingeladen mitzuhelfen.

Ich wünsche allen Abteilungen und natürlich unseren vielen Freizeitschwimmern weiterhin viel Erfolg und Spaß im Wasser,

Dulli



# Datenschutz im Verein



## Einwilligung und Widerspruchsrecht bei Personenabbildungen

Hiermit informieren wir, dass wir zukünftig Personenabbildungen nun auch auf der Instagram-Vereinsseite **sc53.landshut**, wie auch das Vereinsjahrbuch (Clubinfo) auf der Homepage veröffentlichen. Die bisherigen Einwilligungen zur Verwendung von Personenabbildungen und personenbezogenen Daten von Mitgliedern des SC53 Landshut bleiben unberührt. Wir gehen von einer stillschweigenden Zustimmung zur Ergänzung der im Internet zukünftig zugänglich gemachten Personenabbildungen aus.

Sollte ein betroffenes Mitglied hiermit nicht einverstanden sein, kann es diesbezüglich das Widerspruchsrecht (Art. 7 Nr. 3 DSGVO) in Anspruch nehmen und uns dies per E-Mail oder Post mitteilen.

Die zukünftigen Einwilligungserklärungen sind bereits entsprechend ergänzt:

Der Verein "SC 53 Landshut e.V." beabsichtigt, Personenabbildungen von SportlerInnen (mit oder ohne Angabe des Jahrgangs)

- im Internet öffentlich zugänglich zu machen und/oder
- in einen passwortgeschützten Bereich der Vereinshomepage einzustellen und/oder
- im Vereinsjahrbuch in der Print- und Onlineversion auf der Homepage zu veröffentlichen und zu verbreiten
- Im Internet sollen die Personenabbildungen dabei wie folgt (öffentlich) zugänglich gemacht werden:
  - über die Vereinshomepage [www.sc53-landshut.de](http://www.sc53-landshut.de),
  - über die Vereins-Instagram-Seite [sc53.landshut](https://www.instagram.com/sc53.landshut)

## WebClub-Software

Über das DSV-Portal konnten unsere Trainer bisher die Wettkampfmeldungen eingeben, Sportatteste verwalten und die Bestzeiten der Aktiven abrufen. Die Software „WebClub“ ist eine Online-Vereinsverwaltung für Schwimmvereine, die wir

seit September 2019 testen und nun einsetzen. Die Rechte der einzelnen Benutzer können genau festgelegt werden, so dass Trainer beispielsweise nur ihre eigenen Schwimmer melden können. „WebClub“ ermöglicht es, alle Schwimmer, Trainer, Kampfrichter und Funktionäre eines Vereins, sowie die Bestzeiten, Meldungen und Ergebnisse in einem Datenbestand zu pflegen. Die Meldungen zu Veranstaltungen können auf einfachste Weise erstellt und Ergebnisse durch einfaches Einlesen einer Datei verwaltet werden. Somit sind die Bestzeiten der Aktiven immer auf dem neusten Stand. Umfangreiche Auswertarten geben dem Trainer die Möglichkeit, die Leistungsentwicklung seiner Schwimmer zu beobachten und zu dokumentieren. Aus Datenschutzsicht wurde das System geprüft und zum Einsatz freigegeben, da:

- dies auf einem deutschen Server bei einem deutschen Provider passiert und
- als sichere Seite (<https://>) betrieben wird,
- alle Personendaten in der Datenbank verschlüsselt abgelegt sind,
- der Zugriff nur mit gültigen Login-Daten (geschlossenes System) möglich und
- eine umfangreiche Verwaltung von Benutzerrechten (wer darf was) möglich ist

Übersicht der gespeicherten Daten im „WebClub“-System:

Alle	Name, Geburtsdatum Adresse, Telefonnummer Email-Adresse Aufsichtspflichtübertragung Einwilligung zu Veröffentlichung von Fotos
Schwimmer	Sportattest-Datum Mannschaftzugehörigkeit Schwimmzeiten
Trainer	Lizenzdatum, -nummer, -art Rettungsnachweis-Datum Erste-Hilfe-Datum Führungszeugnis-Datum Ehrenkodex (j/n) Übungsleiter-Vertrag (j/n) Datenschutz-Vertraulichkeit (j/n)
Kampfrichter	Lizenzdatum, -nummer, -art

Die zukünftigen Beitrittserklärungen sind bereits entsprechend ergänzt:

Verarbeitungszwecke und Rechtsgrundlage:

Zur Erfüllung der Zwecke und Aufgaben des Vereins werden unter Beachtung der gesetzlichen Vorgaben der EU-DSGVO und BDSG-Neu personenbezogene Daten von Mitgliedern im Verein über ein EDV-Mitgliederprogramm und eine Online-Vereinsverwaltung für die Abteilung Schwimmen verarbeitet. Auf der Homepage [www.sc53-landshut.de](http://www.sc53-landshut.de) stehen die Details zu den Informationspflichten zur Verfügung.

# Jugendbildungsmaßnahmen

## Rabenberg 2019

Vom 19.04. - 26.04.19 machten sich 11 trainingshungrige Schwimmerinnen und Schwimmer auf den Weg zum Sportcamp auf dem Rabenberg im Erzgebirge.

Kaum angekommen, absolvierten sie schon die 1. Trainingseinheit im 50m Hallenbad.

Neben den vielen Einheiten im Wasser wurde aber auch geklettert, gebowlt und gespielt.



Auch eine Wanderung in das benachbarte Tschechien durfte nicht fehlen und machte viel Spaß. In der Ausflugsgaststätte durften wir sogar einen zahmen Waschbär und einen dressierten Hund bewundern.





Nach einer sehr anstrengenden aber unvergesslichen Woche kehrten wir dann optimal vorbereitet für die kommende Saison nach Landshut zurück.

## Jugendbildungsmaßnahme 2019 in Regen

Zum vierten Mal in Folge wurde auch dieses Jahr wieder eine Jugendbildungsmaßnahme geplant.

Am Pfingstmontag ging es diesmal etwas länger, für 5 Tage, in das BLSV Sportcamp Regen-Raithmühle.

18 Kinder aus den Wettkampfmanschaften, Nachwuchs- und Breitensportmannschaften im Alter von 9-13 hatten sich angemeldet, als Betreuer standen das eingespielte Team Stippi, Tanja und Tom zur Verfügung.

Am Montag gleich nach der Ankunft ging es sehr zügig ins nahe gelegene Freibad Regen, ein Fußmarsch von ca. 10 min am Schwarzen Regen entlang sorgte gleich für das Aufwärmen vor dem ersten Training. Auf dem Terminplan stand nämlich jeden Vormittag eine 2 stündige Trainingseinheit.



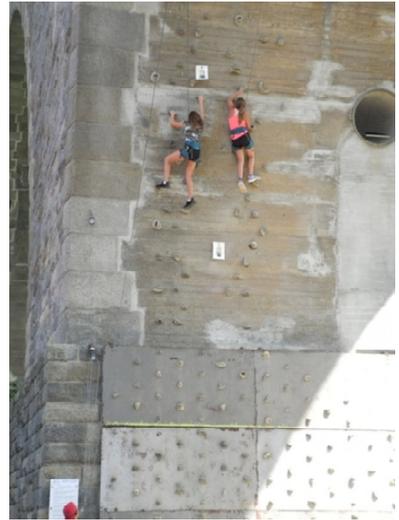
Die Wassertemperatur war etwas niedriger als unsere Teilnehmer gewöhnt waren, so gab es immer wieder mal Trainingspausen auf dem sonnengeheizten Steinboden. Hungrig ging es zu Fuß wieder zurück ins Camp, und die Kids stürzten sich gleich auf's Mittagessen.

Nachmittags dann gab es dann „Kennenlernspiele“, Geschicklichkeitsspiele und Ballspielen auf dem Campgelände. Unterstützt wurden wir, wie immer, von den FSJ-lern des Camps.





Für die nächsten Tage war einiges geplant.  
Am Vormittag eine Trainingseinheit, nachmittags  
Spaß und Spiel.



Das beliebte Brückenklettern



Beim Bogenschießen war Konzentration  
gefragt!



Teamwork beim Floßbauen



...und der anschließenden Floßfahrt.



Fackelwanderung....



...und anschließend den Abend  
am Lagerfeuer ausklingen  
lassen.

Für Langeweile blieb also keine  
Zeit, alle Teilnehmer und auch  
die Betreuer hatten viel Spaß.



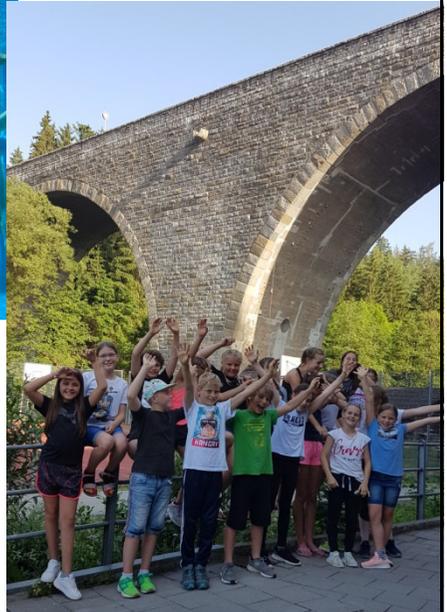
„SC“

Die Mädels!



Nach der letzten Trainingseinheit!

Bis zum nächsten Mal!



# Schwimmen

## **Niederbayerische Staffelmeisterschaften Beide Pokale in der Mannschaftswertung gehen an den SC 53 Landshut**

Mit geändertem Programm fanden die niederbayerischen Staffelmeisterschaften in Hengersberg statt. Durch die Einführung von Mixed-Bewerben und zusätzlichen Staffeln über 50-Meter-Strecken sollten Attraktivität und Meldezahlen erhöht werden. Den Mannschaftspokal für die Mehrzahl der gewonnen Niederbayerischen Meistertitel erzielte bei den Damen und bei den Herren der SC 53 Landshut.

In der offenen Wertung über viermal 100 Meter gingen sowohl bei den Damen als auch bei den Herren alle Titel an den SC 53 Landshut.

Die jüngsten Jahrgänge traten in Mixed-Bewerben mit Teams aus Mädels und Burschen gemischt an. In der Jugend E- Jahrgang 2010/2011- traten nur Teams aus Hengersberg, Ergolding und Landshut an. Die Staffel des SC 53 Landshut siegte über viermal 50 Meter Brust und Lagen, sowie über viermal 25 Meter Schmetterling im Alleingang.

Die Jugend C der Jahrgänge 2006/2007 trat über viermal 50 Meter getrennt weiblich und männlich in einem gemeinsamen Bewerb mit den Masters-Schwimmern an. Bei den Mädels der Jugend C siegte die Staffel der SG Ergolding/Landau in allen fünf Bewerben, die Mädels vom SC 53 holten hier zwei zweite Plätze und wurden dreimal Dritter.

Die Burschen des SC 53 Landshut konnten in der Jugend C alle Titelgewinne auf ihrem Konto verbuchen und auch die Titel in der Masterswertung gingen konkurrenzlos an die Landshuter Staffel.

Die Bewerbe über viermal 100 Meter wurden in den Wertungen AB/ Jahrgang 2002 bis 2005 und offen ausgetragen. Hier gab es endlich mal keine klar dominanten Teams und damit spannende Rennen. In der Jugend AB weiblich siegte die Staffel aus Hengersberg in Freistil, auf der Bruststrecke gab es den einzigen Titelgewinn für die Mädels der SG Mallersdorf-Pfaffenberg. Den Titel über viermal 100 Meter Rücken erzielten die Mädels der SG Ergolding/Landau, in den Bewerben über Schmetterling und Lagen siegten die Mädels des SC 53 Landshut. Bei den Burschen teilten sich die der SV Hengersberg (Sieg über Freistil und Lagen) und der SC 53 Landshut die Siege.

## **Zwei Stockerlplätze bei den Bayerischen Meisterschaften „Lange Strecken“ 2019 für den SC 53 Landshut!**

Mit vier Aktiven der Wettkampfmannschaft 1 war der SC 53 Landshut bei den Bayerischen Meisterschaften Lange Strecken in Würzburg am Start. Trotz der Umstellung auf die in der Hallensaison für die Landshuter ungewohnte 50 Meter Bahn konnten die Schwimmer zwei Bronzemedailien erkämpfen, und bei den anderen Wettkämpfen unter den Top-Fünf landen.

Hannah Köhnke (JG 2004) startete zuerst über 800m Freistil und kam hier in neuer Bestzeit von 10:12,05 Min auf Platz 5.

Über 1500m Freistil lieferte sie ein perfektes Rennen und wurde am Ende mit ihrer Zeit von 19:09,36 Min mit der Bronzemedaille belohnt.



Daniel Siminenko (JG 2002) war über 400m Lagen am Start und konnte sich in 5:04,33 Min ebenfalls durchsetzen und schnappte sich die Bronzemedaille. Mit dieser Zeit qualifizierte er sich zudem noch für die Süddeutschen Meisterschaften „Lange Strecken“.

Langstreckenspezialist Tobias Ulbrich (JG 2000) ging über 1.500m Freistil ins Wasser. Er konnte in einem hervorragenden Rennen mit einer persönlichen Bestzeit von 18:07,20 Min überzeugen und erzielte den undankbaren vierten Platz in der Juniorenwertung.

Erlis Fazlija (JG 2004) startete über 800m Freistil. In einem spannenden Rennen versuchte er den Konkurrenten um Platz drei zu überholen, musste sich aber letztlich mit einer Zeit von 9:50,61 Min geschlagen geben und erreichte ebenfalls Platz vier.

### **Deutsche Mannschaftsmeisterschaften Schwimmen**

**Herren starten auch weiterhin in der höchsten bayerischen Liga, Damen schwimmen in der Landesliga**

Am ersten Februarwochenende starteten bundesweit die Deutschen Mannschaftsmeisterschaften im Schwimmen des Jahres 2019. Geschwommen wird hier das komplette olympische Programm. In der 1. Bundesliga wird es dreimal (in drei Abschnitten) durchlaufen, in allen anderen Ligen zweimal.

Die im Vorjahr in die Bayernliga aufgestiegene Herrenmannschaft des SC53 Landshut behauptete sich trotz krankheitsbedingter Ausfälle in Ingolstadt gut. Am Ende konnte das Team 12.871 Zähler verbuchen und sicherte sich damit unter den 10 Herrenmannschaften Platz 8 und den Verbleib in der Bayernliga. Am Start für den SC53 waren hier: Erlis Fazlija (882 Punkte), Ludwig Freutsmiedl (2.265 Punkte), Alexander Fuchs (829 Punkte), Roman Kirmse (2.218 Punkte), Benedikt Ruhland (982 Punkte), Toni Schmid (985 Punkte), Daniel Siminenko (2.076 Punkte), Tobias Ulbrich (1.397 Punkte) und Marvin Weise (1.237 Punkte).



Bei den Damen des SC53 ging eine Mischung aus Routiniers und Landesliganeulingen ebenfalls in Ingolstadt an den Start. Durch eine starke Mannschaftsleistung, bei der manch einer nicht auf seiner Lieblingsstrecke zum Einsatz kam, aber stattdessen beispielsweise auf anstrengenden Strecken wie 200m Schmetterling oder 400m Lagen sein

Bestes gab, um möglichst viele Punkte für das den Verein zu erschwimmen, konnten sich die Mannschaft am Ende mit 11.768 Punkten auf Platz 5 von 20 teilnehmenden Mannschaften verbessern. Die Punkte für den SC53 erkämpften: Erza Fazlija (1.235 Punkte), Marieke Jacobs (1.313 Punkte), Anna Karl (1.165 Punkte), Hannah Köhnke (1.948 Punkte), Lena Köhnke (2.012 Punkte); Emilia Ladwig (770 Punkte), Jana Lakner (1.429 Punkte) und Antonia Schwab (1.896 Punkte).

### **Deutsche Mannschaftsmeisterschaften Schwimmen Bezirksliga**

Zum Bezirksligadurchgang Niederbayern 2019 des Deutschen Mannschaftswettbewerb Schwimmen DMS in Passau am 16. Februar schickte der SC53 Landshut zwei Damen- und eine Herrenmannschaft an den Start. Nachdem die erste Mannschaft bereits Anfang Februar erfolgreich in der Bayern- und Landesliga geschwommen war, kamen in Passau die jüngeren Schwimmer zum Zuge, die sich gegen die ersten Mannschaften der übrigen niederbayerischen Vereine gut zu behaupten wussten.

Die acht Schwimmerinnen der zweiten Wettkampfmannschaft des SC53 erkämpften sich in einem spannenden Wettkampf am Ende mit 8.140 Punkten hinter der ersten Mannschaft des SV Hengersberg einen hervorragenden zweiten Platz im Bezirk. Am Start waren hier: Franziska Aigner, Katharina Klink, Angelika Leiger, Antonia Müller, Alexandra Schmid, Julia Schmid, Jana Schmidt und Hannah Spresny.

In der dritten Damenmannschaft des SC 53 kamen die jüngsten Wettkampfschwimmerinnen der Jahrgänge 2006 bis 2009 zum Zuge, die aufgrund krankheitsbedingter Ausfälle nicht alle Strecken besetzen konnten. Sie belegten mit 4.565 Punkten am Ende den neunten Platz. Hier starteten: Larissa Biedermann, Selina Goldhofer, Eva Haselbeck, Laura Hoffmann, Viktoria Siminenko und Zoe Wimmer.

Die zweite Herrenmannschaft des SC53, besetzt mit Schwimmern der Jahrgänge 2003 und jünger konnte mit 6267 Punkten Rang 5 erkämpfen. Für den SC 53 starteten Alessio

Betcu, Emanuele Betcu, Anton Braun, Alexander Giesbrecht, Justus Hübner, Jonathan Jacobs, Dominik Leiger, Martin Schmid und Lauri Schnabel.

### **Starke Leistungen der Schwimmer vom SC 53 Landshut bei den Kreismeisterschaften West**

Schwimmer aus 7 Vereinen schwammen im März in Neustadt/Donau um die Kreismeisterschaft – West des Bezirks Niederbayern. Mit 37 Teilnehmern und 169 Einzelstarts stellte der SC53 Landshut die größte Mannschaft. Wichtig ist dieser Wettkampf vor allem für die jüngeren Schwimmer als Qualifikationswettkampf für die Niederbayerischen Meisterschaften „Kurzbahn“ Ende März. Entsprechend waren hier vom SC 53 überwiegend Schwimmer der Jahrgänge 2005 und jünger am Start.

Die Aktiven des SC53 erkämpften dabei 56 Jahrgangstitel, sowie 35 Silbermedaillen und 18 Bronzemedaillen in den Wettkämpfen, dies bedeutete zudem Platz 1 im Medaillenspiegel. Sechs Goldmedaillen erkämpfte sich Katharina Klink (JG 2005) und je fünfmal Gold holten sich Alexander Giesbrecht (JG 2008) Anton Braun (JG 2006) und Justus Hübner (JG 2005). Jeweils vier Goldmedaillen sicherten sich David Völker (JG 2007), Franziska Aigner (JG 2006), Jonathan Jacobs (JG 2006) und Luis Hofmaier (JG 2010). 3 Titel gab es für Jana Schmidt (JG 2007), Johanna Götz (JG 2010) und Selina Goldhofer (JG 2008). 2 Goldmedaillen sicherten sich jeweils Adam Voznak (JG 2010), Lauri Schnabel (JG 2008) und Paul Müller (JG 2009). Einen Titel erschwammen noch Josef Krapf (JG 2008), Nikita Linkewitsch (JG 2009) Sophia Götz (JG 2008) und Veronika Lackermeier (JG 2005).

Die 6mal 50m Freistilstaffel des SC 53 Landshut holte in 3:14,75 Min den zweiten Platz hinter der Mannschaft der SG Mallerdorf -Pfaffenberg in 3:11,38 Min.

### **Niederbayerische Kurzbahnmeisterschaften in Landau**

Den krönenden Abschluss der Hallensaison für die niederbayerischen Schwimmer bildeten auch in diesem Jahr die Bezirksmeisterschaften und Jahrgangsmesterschaften, die in diesem Jahr vom SSC Landau ausgerichtet wurden. 14 Vereine aus Niederbayern hatten 1.445 Einzelstarts gemeldet und brachten das kleine Landauer Hallenbad an beiden Tagen zum Kochen.

Gekämpft wurde um jeweils 14 Titel in der offenen Wertung bei den Damen und Herren sowie um die einzelnen Jahrgangstitel. Weiterhin gab es für die punktbeste Leistung bei den Damen und Herren je einen Pokal sowie je einen Titel über die olympische Disziplin der 4mal 200m Freistilstaffel.

Bestens vorbereitet präsentierten sich die 45 Schwimmer des SC53 Landshut, indem sie gleich 28 der insgesamt 30 offenen Titel abräumten. Dazu kamen noch 18 Vizetitel sowie 14 dritte Plätze in der offenen Wertung. Der Pokal für die punktbeste Leistung männlich ging an Ludwig Freutsmiedl (JG 01) vom SC 53 mit 548 Punkten über 200m Lagen in 2:13,96 Min. Den weiblichen Pokal sicherte sich Lena Kammermayer von der SG Mallerdorf-Pfaffenberg über 200m Brust in 2:37,78 Min mit 620 Punkten.

Bei den Damen dominierte Hannah Köhnke (JG 04) die Konkurrenz. Sie sicherte sich bei 11 Starts 10 offene Titel: 50m Rücken (0:32,09 Min), 100m Schmetterling (1:08,72 Min), 100m Freistil (1:03,66 Min), 200m Lagen (2:34,97 Min), 200m Schmetterling (2:40,97 Min), 200m Freistil (2:16,29 Min), 50m Schmetterling (0:31,60 Min), 100m Rücken (1:08,78 Min), 50m Freistil (0:28,60 Min) und 200m Rücken (2:27,91 Min). Lediglich über 100m Lagen musste sie ihrer Schwester Lena Köhnke (JG 01) den Vortritt lassen. Diese siegte in 1:12,50 Min und holte sich zudem noch den Meistertitel über 100m Brust in 1:17,35 Min. Über 200m Freistil wurde sie Zweite und Bronze gab es über 50m Schmetterling und Freistil.

Marieke Jacobs (JG 03) konnte drei Vizetitel erkämpfen, über je 200m Brust und Lagen sowie über 50m Brust. Über 100m Brust wurde sie Dritte. Jana Lakner (JG 2000) holte Silber über je 50m Schmetterling und Freistil und Bronze über 100m Lagen. Emilia Ladwig (JG 04) rundete mit Bronze über 200m Schmetterling das hervorragende Ergebnis der Landshuterinnen ab.

Aber auch das Ergebnis der Landshuter Herren konnte sich sehen lassen. Daniel Siminenko (JG 02) ging vierzehnmal ins Wasser und kam mit neun Meistertiteln wieder heraus; 200m Brust (2:28,53 Min), 100m Freistil (0:56,13 Min), 50m Brust (0:31,56 Min), 200m Schmetterling (2:25,94 Min), 200m Freistil (2:02,91 Min), 50m Schmetterling (0:27,59 Min), 100m Brust (1:08,28 Min), 50m Freistil (0:25,41 Min) und 100m Lagen (1:03,03 Min). Den Vizetitel sicherte er sich noch über 100m Schmetterling, 200m Lagen und je 100m und 200m Rücken. Die Rückentitel über 100m (1:02,93 Min) und 200m (2:17,78 Min) gingen an Erlis Fazlija (JG 04), über 50m Rücken wurde er Zweiter und über 100m Lagen Dritter.

Ludwig Freutsmiedl schwamm neben den 200m Lagen noch über 50m Rücken in (0:27,16 Min) und 100m Schmetterling (1:00,16 Min) ganz oben aufs Podest.

Tobias Ulbrich (JG 2000) wurde Vize über 200m Rücken und 200m Schmetterling und schwamm über 200m Lagen sowie über 50m und 100m Rücken auf Rang drei. auf den dritten Platz. Benedikt Ruhland (JG 01) holte sich die Silbermedaille über je 50m Schmetterling und Freistil und Bronze über 100m Freistil und die letzten Medaillen in der offenen Wertung erkämpfte Alexander Fuchs (JG 02) mit Silber über 200m Schmetterling und Bronze über 200m Freistil.

Erfreulich für die Schwimmer des SC53 auch die Medaillenbilanz in der Jahrgangswertung. Neben den oben genannten Titelträgern holten sich die Jahrgangstitel: Alessio Betcu (JG 09 /3 Titel), Emanuele Betcu (JG 05/7), Alexander Giesbrecht (JG 08/8), Johanna Götz (JG 10/1), Luis Hofmaier (JG 10/4), Justus Hübner (JG 05/4), Jonathan Jacobs (JG 06/3), Katharina Klink (JG 05/2), Alexandra Schmid (JG 08/1), Lauri Schnabel (JG 08/2) Hannah Spresny (JG 07/1), und Adam Voznak (JG 10/1).

Mit Spannung wurde zum Abschluss der zweitägigen Veranstaltung der Ausgang der 4\*200m Freistilstaffeln erwartet. Sowohl bei den Damen (9:28,03 Min) als auch bei den Herren (8:31,47 Min) siegten die Landshuter Teams

## Niederbayerische Langbahnmeisterschaften für die Jahrgänge 2011 und älter im Landshuter Stadtbad

Zum Saisonhöhepunkt im Niederbayerischen Veranstaltungskalender trafen sich die Schwimmer auch in diesem Jahr wieder im Landshuter Stadtbad. Lange war nach einem Ausrichter gesucht doch keiner gefunden worden, so dass die Landshuter erneut den großen Organisationaufwand leisteten und wieder eine reibungslose Veranstaltung durchführten.

Bei gemischten Wetterbedingungen, am Samstag heiß, am Sonntag kühl und regnerisch ermittelten rund 300 Schwimmer aus 15 niederbayerischen Vereinen die Meister in der offenen Wertung sowie die Jahrgangsmeister auf der Langbahn. Zudem war es für die Schwimmer die letzte Möglichkeit Qualifikationen zu den Bayerischen Meisterschaften zu erreichen und nicht zuletzt ging es um je einen Pokal für die punktbeste männliche und weibliche Leistung.

Diesen sicherte sich bei den Damen Lena Kammermayer von der SG Mallersdorf - Pfaffenberg über 200m Brust in 2:40,25 Min mit 654 Punkten. Bei den Herren lag Daniel Siminenko vom SC 53 Landshut über 50m Freistil in 0:25,34 Min mit 561 Punkten vorn. Insgesamt wurde in 32 Einzelwettbewerben sowie 3 Staffelnwettbewerben um Offene und Jahrgangstitel gekämpft. In der offenen Wertung hatten die Aktiven des SC53 Landshut mit 23 Niederbayerischen Meistern eindeutig die Nase vorn; hinzu kamen 22 Vizetitel und 16-mal Platz 3.

Bei den Damen gingen allein 6 Titel an Hannah Köhnke (JG 04): 400m Freistil (4:55,00 Min), 100m Rücken (1:13,03 Min), 800m Freistil (10:21,47 Min), 200m Freistil (2:20,54 Min), 200m Rücken (2:38,13 Min) und 50m Rücken (0:33,85 Min), dazu noch fünfmal Platz 3 und einmal Platz drei. Die erst zwölfjährige Erza Fazlija beeindruckte mit drei Vizetitel und drei Bronzemedailles in der offenen Wertung. Jeweils zwei Vizetitel sicherte sich Angelika Leiger (JG 03) dazu noch einmal Bronze. Jana Lakner (JG 2000) und Emilia Ladwig (JG 04) schwammen jeweils einmal zu Silber und einmal zu Bronze und jeweils eine Bronzemedaille in der offenen Wertung bekamen Anna Karl (JG 03) und Marieke Jacobs (JG 03).

Bei den Herren lieferte Daniel Siminenko (JG 02) mit 8 offenen Titeln eine beeindruckende Leistung ab. Er siegte über 50m Freistil (0:25,34 Min), 200m Brust (2:36,13 Min), 400m Lagen (5:11,16 Min), 50m Brust (0:32,78 Min), 50m Schmetterling (0:28,16 Min), 100 m Brust (1:11,84 Min), 100m Schmetterling (1:04,07 Min) und 200m Lagen (2:27,03 Min), dazu noch Silber über 100m Freistil. Alexander Fuchs (JG 02) sicherte die Titel über 400m Freistil in 4:37,09 Min und 200m Freistil 2:08,84 Min dazu kamen noch zwei Silbermedaillen. Erlis Fazlija (JG 04) dominierte die Rückenstrecken und holte Gold über 100m Rücken in 1:06,97 Min und 200m Rücken in 2:27,84 Min, dazu kamen noch drei Vizetitel und einmal Bronze. Die letzten offenen Titel holte Tobias Ulbrich (JG 2000) über 200m Schmetterling in (2:31,81 Min) und 1500m Freistil in (18:04,59 Min) sowie noch 2 Vizetitel. Ebenfalls erfolgreich in der offenen Wertung war noch Benedikt Ruhland (JG 01) mit zwei Silber- und zwei Bronzemedailles.

Aber auch die Bilanz der Landshuter in der Jahrgangswertung kann sich sehen lassen: 114 Jahrgangstitel, 59 Silbermedaillen und 37 Bronzemedailles nahmen die Aktiven mit nach Hause.

Neben den Siegern in der offenen Wertung holten sich die Jahrgangstitel vor allem in den

jüngeren Jahrgängen: Emanuele Betcu (JG 05/8 Titel); Anton Braun (JG 06/1), Alexander Giesbrecht (JG 08/6), Johanna Götz (JG10/2), Eva Haselbeck (JG 08/1), Lina Hoffmann (JG 11/1), Luis Hofmaier (JG 10/5), Justus Hübner (JG 05/4), Jonathan Jacobs (JG 06/3), Katharina Klink (JG 05/5), Stefan Königer (AK 50/3), Antonia Müller (JG 04/1), Alexandra Schmid (JG 08/8), Jana Schmidt (JG 07/1) und Lauri Schnabel (JG 08/4),

Spannende Rennen versprachen auch die Staffelwettbewerbe am Sonntag. Bei den Damen siegte Landshut 1 mit Marieke Jacobs, Angelika Leiger, Anna Karl und Hannah Köhnke in 4:35,22 Min vor den Damen des SV Hengersberg in 4:40,00 Min und der zweiten Mannschaft des SC 53 in 4:45,78 Min. Auch die 1. Herrenmannschaft des SC 53 mit Benedikt Ruhland, Ludwig Freutsmiedl, Erlis Fazlija und Daniel Siminenko siegte in 3:54,78 Min. vor den Herren aus Hengersberg auf Platz 2 (3:56,69) und der zweiten Mannschaft des SC53 in 4:08,63 Min.

Bei den Jugendstaffeln über 8mal 50m Lagen konnte die erste Mannschaft des SC 53 Landshut mit Erza Fazlija, Marieke Jacobs, Hannah Köhnke, Angelika Leiger, Erlis Fazlija, Daniel Siminenko, Emanuele Betcu und Alexander Fuchs gleich die Führung übernehmen und in 4:27,28 Min die Goldmedaille sichern, während sich das Team des SV Hengersberg, und die zweite Mannschaft des SC53 ein erbittertes Rennen um die Plätze zwei und drei lieferte. Am Ende kam die zweite Mannschaft des SC53 in 4: 55,81 Min auf Platz 3 hinter Hengersberg mit 4:42,78 Min.

### **Medaillenregen bei den Bayerischen Jahrgangsmesterschaften in Würzburg**

Rund 540 Schwimmer aus 78 Vereinen trafen sich vom 19. bis 21. Juli 2019, um in Würzburg die bayerischen Jahrgangsmester über 14 verschiedene Strecken zu ermitteln. Vom SC53 Landshut hatten 7 Schwimmer die Pflichtzeiten unterboten und erreichten mit 33 Starts einmal Silber und viermal Bronze.

Gleich drei Bronzemedailles konnte sich Vielstarter Daniel Siminenko (JG 2002) bei seinen 9 Starts erkämpfen; über 50m Schmetterling in 0:27,43 Min, über 100m Schmetterling in 1:01,09 Min und 200m Brust in 2:35,42 Min. Den undankbaren vierten Platz erreichte er jeweils über 200m Lagen und 100m Brust. Die SC 53-Schwimmer des Jahrgangs 2004 konnten über die 200m Rücken punkten. Hannah Köhnke schwamm zu Bronze in 2:30,12 Min und schwamm über 400m Freistil knapp an der Medaille vorbei und Erlis Fazlija schnappte sich die Silbermedaille über 200m Rücken in 2:21,09 Min über 100m Rücken verfehlte er mit Platz vier das Stockerl nur knapp. Die letzte Medaille der Landshuter ging an Youngster Alexander Giesbrecht (JG 2008) über 100m Freistil 1:07,70 Min.

Aber auch für die übrigen Schwimmerinnen und Schwimmer zahlte sich die intensive Vorbereitung durch die Trainer der ersten und zweiten Wettkampfmannschaft mit reihenweise Bestzeiten aus. Überwiegend Top Ten Platzierungen erreichten hier noch Erza Fazlija (JG 2007) mit Platz 4 über 200m Rücken und jeweils Platz 5 über 100m Rücken und 200m Freistil, Alexandra Schmid (JG 2008), und Lauri Schnabel (JG 2008).

## **SC 53 Aktive topfit bei den Offenen Bayerischen Kurzbahnmeisterschaften**

Mit 7 Aktiven war der SC 53 bei den Bayerischen Offenen Kurzbahnmeisterschaften in Nürnberg vertreten. Neun Finalteilnahmen, reihenweise Bestzeiten, ein Vereinsrekord, und drei niederbayerische Altersklassenrekorde konnten die Schwimmer am Ende eines langen Wochenendes verbuchen.

Topfit präsentierte sich Bayernkadermitglied Erza Fazlija (JG 2007) über ihre Paradenstrecke 200m Rücken. Mit 2:29,89 Min konnte sie sich mit Platz 9 für das B-Finale qualifizieren. Hier konnte sie ihre Zeit aus dem Vorlauf noch auf 2:28,03 Min verbessern und beendete das Rennen mit einem niederbayerischen Altersklassenrekord und Platz 8. Auch über 100m Rücken stellte sie in 1:10,72 Min einen neuen Rekord auf und erreichte Platz 18. Über 400m Freistil unterbot sie in 4:48,15 Min ebenfalls den niederbayerischen Altersklassenrekord und platzierte sich auf Rang 16.

Drei Finalteilnahmen konnte Hannah Köhnke (JG 2004) verbuchen. Über 200m Rücken zog sie in 2:27,97 Min als Fünfte in das A-Finale ein, wo sie anschließend in 2:29,17 Min ihren Platz verteidigen konnte. Über 200m Freistilschwamm sie in 2:12,00 Min ins B-Finale und kam am Ende mit 2:13,74 Min auf Platz 10. Über 100m Rücken kam sie in 1:08,90 Min als zwölfte ins B-Finale wo sie sich dann mit 1:09,83 Min auf Platz 10 verbessern konnte. Über 400m Freistil erreichte sie in 4:38,14 Min einen hervorragenden siebten Platz.

Ebenfalls in ausgezeichneter Form zeigte Daniel Siminenko (JG 2002) seine Vielseitigkeit. Schon über die erste Strecke 100m Brust konnte er mit neuer Bestzeit aufwarten, da die Uhr bei 01:07,13 Min stehenblieb. Im B-Finale konnte er nochmals überzeugen und schwamm in 1:07,30 Min auf Platz 9. Auch über 50m Brust wurde der Vorlauf mit 0:31,00 Min in neuer Bestzeit abgeschlossen und mit 0:31,10 Min erreichte er im anschließenden B-Finale Platz 8. Über 50m Schmetterling konnte er mit 0:26,75 Min als 13ter in das B-Finale einziehen. Im Finale dann nochmal eine Steigerung auf 0:26,69 Min die ihm Platz 10 sicherte.

Der letzte Finalteilnehmer war Erlis Fazlija (JG 2004), der über 200m Rücken in 2:16,87 Min das A-Finale erreichte und dort mit Platz 5 in 2:17,28 Min das Rennen beendete. Über 100m Rücken erreichte er in 1:03,23 Min das Finale und kam dort in 1:03,21 Min auf Platz 12.

Marieke Jacobs (JG 2003), Anna Karl (JG 2003) und Alexander Fuchs (JG 2002) konnten ebenfalls mit reihenweise Bestzeiten und guten Platzierungen bei ihrer ersten offenen Bayerischen Kurzbahnmeisterschaft aufwarten.

## Schwimmer vom SC53 sichern sich den Vestner-Pokal erneut

Mit insgesamt 74.168 Punkten in der Wertung der 200 punktbesten Starts gelang es den Schwimmern des SC 53 Landshut den Wanderpokal erneut zu erobern. Insgesamt kämpften 261 Schwimmer aus 20 Vereinen bei rund 1400 Starts im Hallenbad um Preise, Medaillen und Jahrgangspokale.



Die Vestner Sprint Wertung ging bei den Damen mit 2.155 Punkten an Caroline Titze vom SV Lohhof, bei den Herren konnte Andreas Rein vom TSV Erding mit 2.341 Punkten die Rennen für sich entscheiden. Bei der Vestner Top Wertung mussten 12 Strecken absolviert werden, hier ging bei den Damen Platz 1 mit 5.792 Punkten an Tiffany Vanessa Salva vom SC Regensburg, Platz 2 mit 5.740 Punkten an Hannah Köhnke (JG 2004) vom

SC53 Landshut. Bei den Herren siegte Daniel Siminenko (JG 2002) vom SC 53 Landshut mit 6.144 Punkten vor seinen Vereinskollegen Erlis Fazlija (JG 2004) mit 5.236 Zählern und Alexander Fuchs (JG 2002) mit 5.048 Punkten.

Die Kombi-Wertung mit drei 100m Strecken und drei 200m Strecken gewann bei den Damen Anna Schneider vom SV Lohhof mit 3.011 Punkten vor Marie-Therese Bartl vom SV Wacker Burghausen mit 2.994 Punkten und Erza Fazlija (JG 2007) vom SC53 mit 2.764 Zählern.. Bei den Herren sicherten sich Laurenz Privo vom TV Passau mit 2.293 Punkten und Maximilian Kleehof vom SV Lohhof mit 2.278 Punkten die Plätze eins und zwei vor Emanuele Betcu (JG 2005/2.006 Punkte) vom SC 53 Landshut auf Rang 3.

In der Wertung über vier zu absolvierende 100m Strecken siegte bei den Damen Evelyn Laux vom SV Lohhof mit 2.256 Zählern und bei den Herren Justus Hübner (JG 2005) vom SC 53 mit 1.301 Punkten.

Als Finale der Veranstaltung fanden am Sonntagnachmittag die Staffelrennen über 4 mal 50m Freistil statt. Bei den Damen siegte das Team des SV Lohhof in 1:53,32 Min, vor den Damen aus Burghausen in 1:54,86 Min und dem Landshuter Team mit Hannah Köhnke, Erza Fazlija, Marieke Jacobs und Lena Köhnke in 1:59,13 Min, Bei den Herren gewann die Staffel des SC 53 Landshut mit Benedikt Ruhland, Erlis Fazlija, Alexander Fuchs und Daniel Siminenko mit einer Zeit 1:44,08 Min vor dem SV Wacker Burghausen (1:54,95 Min) und dem SV Straubing (2:10,39 Min).

Mit insgesamt 151 Medaillenplätzen, darunter 63 Goldenen, 46 Silbermedaillen und 42 Bronzemedaillen waren die **Landshuter Schwimmer** vertreten und landeten somit in der Gesamtwertung auf Platz 1. Auch fünf kleine Pokale für die punktbeste Leistung im Jahrgang konnten die Landshuter Schwimmer mit nach Hause nehmen: Alexandra Schmid

(JG 2008/ 100m Freistil 1:08,76 Min), Alessio Betcu (JG 2009/200m Brust 3:38,23 Min), Luis Hofmaier (JG 2010/ 200m Rücken 3:10,42 Min), Lauri Schnabel (JG 2008/200m Freistil 2:29,60 Min) und Daniel Siminenko (JG 2002/100m Brust 1:07,13 Min).

### **Niederbayerische Meisterschaften lange Strecke in Mainburg Sieben von acht offenen Titeln gehen nach Landshut**

Zum Jahresabschluss des Bezirkes fanden die Niederbayerischen Meisterschaften und Jahrgangsmesterschaften lange Strecke in Mainburg statt. Insgesamt waren 211 Einzelstarts aus 10 Niederbayerischen Schwimmvereinen gemeldet, der SC53 Landshut stellte mit 57 Meldungen das größte Kontingent. Geschwommen wurden die 400m Lagen, sowie 400m, 800m und 1.500m Freistil sowohl in der offenen Wertung als auch als Jahrgangswertung.

Mit insgesamt sieben offenen Titeln, acht Vizetiteln sowie sechs dritten Plätzen dominierten die Landshuter den Wettbewerb.

Bei den Herren gingen 2 Offene Titel an Tobias Ulbrich (JG 2000), er siegte über 800m Freistil in 9:06,12 Min sowie über 1.500m Freistil in 17:20,10 Min; mit beiden Zeiten stellte er gleichzeitig einen neuen niederbayerischen Jahrgangsrekord auf. Auch Daniel Siminenko (JG 02) war schnell unterwegs, er schnappte sich die Meistertitel über 400m Lagen (4:52,31 Min) und 400m Freistil (4:26,25 Min).

Vielstarter Erlis Fazlija (JG 04) schwamm über alle vier langen Strecken und erschwamm sich gleich viermal die Silbermedaille in der offenen Wertung. Alexander Fuchs (JG 02) rundete mit drei Bronzemedailen (400m Lagen, 400m Freistil und 1500m Freistil) das hervorragende Ergebnis der Landshuter Herren ab.

Bei den Damen siegte Hannah Köhnke (JG 04) über 400m Freistil (4:48,87 Min) und 1.500m Freistil in 19:09,09 Min. über 800m Freistil holte sie sich noch den Vizetitel. Eine ganz starke Leistung zeigte auch Erza Fazlija (JG 07) mit Gold und neuem Jahrgangsrekord über 800m Freistil in 9:50,68 Min, dazu kamen noch zwei Silbermedailen über 1500m Freistil (19:11,19 Min, ebenfalls ein neuer Jahrgangsrekord) und 400m Freistil. Marieke Jacobs (JG 03) wurde Vizemeisterin über 400m Lagen und Dritte über 1500m Freistil.

Die letzten Platzierungen in der Offenen Wertung für den SC53 holte sich Antonia Müller (JG 04) mit jeweils Bronze über 400m Lagen und 400m Freistil.

Mit 30 Goldmedailen, 18 Silbermedailen und 6 Bronzemedailen lagen die Landshuter auch in der Jahrgangswertung vorne. Die Jahrgangstitel gingen, neben den bereits genannten an Hannah Spresny (JG 07/1 Titel), Emanuele Betcu (JG 05/1), Katharina Klink (JG 05/1), Alexandra Schmid (JG 08/3), Justus Hübner (JG 05/2) und Alessio Betcu (JG 09/1). Ebenfalls eine starke Leistung schwamm Lauri Schnabel (JG 08) mit drei Titeln und den neuen Jahrgangsrekorden über 800m und 1500m Freistil.

Mit diesen starken Leistungen erreichten zusätzlich noch Erza und Erlis Fazlija, Hannah Köhnke; Lauri Schnabel, sowie Daniel Siminenko, Alexandra Schmid und Jana Schmidt die Qualifikation für die Bayerischen Meisterschaften Lange Strecke im Januar.

# Triathlon

## TRIATHLON-TEAM 2019



### Die Triathlonsaison 2019

Die gefühlte beste Saison war in diesem Jahr!

In der Spitze wie auch in der Breite waren die Triathleten/Innen erfolgreich unterwegs. Von der niederbayerischen Meisterin bis zum deutschen Meister war alles dabei. Von der Sprintdistanz bis zur Langdistanz, bei allen Formaten konnten hervorragende Platzierungen erreicht werden. Aber auch bei Veranstaltungen, die nicht direkt mit Triathlon zu tun haben, stellten alle ihre Vielseitigkeit unter Beweis.

#### **Also bleibt's, wie's war!**

Bei unserer ersten Abteilungsversammlung am 29.3.2019 standen unter anderem die Neuwahlen der Abteilungsleitung auf dem Programm. Wahlleiter Horst führte gewohnt routiniert durchs Programm und somit stand der einstimmigen Wiederwahl Michis nichts im Wege (waren ja auch keine Gegenkandidaten/Innen angetreten). Also bleibt's, wie's war!

## **Stampfl-Berglauf 2019**

Der 35. Stampfl-Berglauf am 30.03.2019 fand, wie schon im Vorjahr wiederum bei besten äußeren Bedingungen statt: Strahlender Sonnenschein, angenehme 18 ° C, leichter Wind. Über 400 Läufer waren auch diesmal wieder gemeldet, von denen 366 das Ziel erreichten, mit dabei 5 Athleten des SC 53, nämlich Walther Ambrosch, Astrid Benkler, Sepp Birnkammer, Judith Hoffmann, die allesamt zum ersten Mal hier am Start warten und Horst Seibel, der den Lauf schon im Vorjahr bestritt.

Gleich nach dem Startschuss preschte Judith auf und davon und ward bis ins Ziel nicht mehr gesehen, Horst, Sepp und Walter bildeten ein männliches Pack mit wechselnder Führung. Astrid hielt sich zurück um nicht zu früh ihr Pulver zu verschießen.

Im Ziel stand für Judith eine Zeit von 25:14 min und damit Platz 5 in der AK .

## **100x100m!!**

Unglaubliche 100x100m oder 400 Bahnen im Hallenbad oder fast 10000 Armzüge oder unzählige Beinschläge...über vier Stunden im Becken, dann erst, ganz langsam, begannen die 20 Triathleten/Innen zu realisieren, was sie gerade geleistet haben.

Angelika, Andy, Astrid, Bernhard, Chris, Claus, Frank, Heiko, Herbert, Horst, Maren, Michi, Moritz, Roland, Rudi, Sabine, Sepp, Thorsten, Tom und Wolfgang trotzten den verschiedensten Widrigkeiten im Wasser und konnten nach gut vier Stunden erschöpft aber glücklich aus dem Becken steigen. Eine schnelle Dusche und dann ab in die Stadt, wo uns Vincenzo schon erwartete. Überglücklich ließ man das Ganze nochmals Revue passieren, die persönlichen Eindrücke wurden ausgetauscht, während die Pizza, das Rissotto...und elektrolytische Getränke (Bier) die Kohlehydratspeicher wieder auffüllten!

## **Landshut Läufer**

Wie schon die Jahre zuvor, lieferte der SC 53 eine starke Performance beim Landshuter Stadtlauf ab.Auf allen Distanzen ganz vorne dabei!

So holte sich Tobi von den Schwimmern den Sieg über 10000 m vor Matthias von den Triathleten. Diesem steckte noch der Wienmarathon in den Beinen. Kein Wunder bei seiner Bestzeit von 2.27h auf 42.195km!! Moritz, am Vortag noch Sieger beim Toeginger Radrennen, lief unter vierzig Minuten, und damit auf Rang acht!

Alle folgenden Triathleten Innen konnten mit zum Teil persönlichen Bestzeiten finishen: Wolfgang, Christoph, Astrid, Angelika und Horst, der seine AK wieder mal gewann, trafen sich durchaus zufrieden im Zielbereich. Dort konnte man auch die Christine, Gesamtzweite! auf den 10 km bei der Siegerehrung bestaunen.

Bei der Königsdisziplin, dem Halbmarathon, bestätigte Mane in 1.24h seinen Aufwärtstrend.

Auf dem Weg zum Kraichgau Triathlon ein gutes Zeichen. Auch Andy war sichtlich zufrieden mit seiner Leistung. Mit 1.30.49h konnte er Heiko (1.32.32h) auf Distanz halten. Als schnellste Triathletin und Siegerin in ihrer AK beim Halbmarathon finishte Sandra in sehr guten 1.38.56h.

Gefolgt von Victor (1.41h), Judith (1.42h), Sepp (1.51h) und Tom (1.55h), der sich auf einem guten Weg zum Halbdistanztriathlon in Luxemburg befindet.

## **Triathlon 2019 - Es geht gut los!**

Oli, unser Frühstarter, war als Erster unterwegs in Sachen Wettkampf. Auf Gran Canaria ließ er sich vom Wind nicht wegblasen und gewann seine AK auf der olymp. Distanz!

## **Deggendorf 2019**

Gleich beim ersten Wettkampf in heimischen Gefilden gab es eine neue niederbayerische Meisterin für den SC 53 auf der olympischen Distanz zu vermelden! Maren ließ sich von nichts aufhalten und holte sich verdient den Titel. Bernhard von den Masters hatte mit diversen Widrigkeiten zu kämpfen, die ihm eine Platzierung ganz vorne vermatschten. Wolfgang gab seine Triathlonpremiere auf der Kurzdistanz (1.5k swim, 40k bike, 10k run) in Weiden. Am Ende konnte er wichtige Wettkampferfahrungen sammeln.

## **Landesliga Süd Herren!**

Chris, Jan, Moritz und Victor stellten sich den zahlreichen Mannschaften in Oberschleißheim bei einem zweigeteilten Wettkampf. Swim and run mittags und später bike and run forderten wirklich alles von den Jungs! Vor allem das eiskalte Wasser mußte man ertragen können, dann ging es ja bei diesem Mannschaftswettbewerb auch darum, zusammen ins Ziel zu kommen. Keiner wurde zurückgelassen und am Ende des anstrengenden Tages konnte man wertvollste Ligaerfahrungen diskutieren..

Ebenfalls in Oberschleißheim fand der sogenannte TripleTri statt. Nur etwas für die richtig Harten, also für unsere Ausdauerwunder Judith und Sandra. Los ging es mit der "Kurzdistanz" (1.5k swim, 40k bike, 10k run), gefolgt von einem Sprintwettkampf (0,4k swim, 20k bike, 5k run) und einem "Schnuppertriathlon" (0,2k swim, 10 bike, 2,5 k run) und das alles an einem Tag!

Für unsere beiden Damen lief es ganz ausgezeichnet. So konnte Judith einen hervorragenden dritten Platz erkämpfen, in einer Gesamtzeit von 4.41.04h. Sandra auf Platz vier nur knapp dahinter in 4.45.19h.

## **Perfektes Wochenende-Ingolstadt Triathlon+...**

Andi und Heiko gingen in Ingolstadt auf der Halbdistanz an den Start. 1,9km Schwimmen - 86,3km Radfahren - 20,2km Laufen, nur etwas für unsere Ausdauerspezialisten. Beim Schwimmen noch die Nase vorn, büßte Heiko auf dem Rad seinen Vorsprung auf Andi ein. Andi lieferte einen sehr guten Laufsplit ab, wohingegen Heiko seine gewohnte Laufleistung diesmal nicht ganz abrufen konnte. Bei 4.45.25 h für Andi und 5.06.35 h für Heiko blieb die Uhr im Ziel stehen. Absoluten Respekt vor dieser Superleistung!!

Nicht ganz so lange im eiskalten Wasser unterwegs, Chris, Tom und Victor, die bei der olympischen Distanz (1,5km Schwimmen - 40km Radfahren - 9,8km Laufen) an den Start gingen. Hier bestätigte Chris seine sehr gute Schwimmform und kam somit vor Victor und Tom aus dem Wasser. Diesen Vorsprung baute er auf dem Rad noch aus, so daß er beim abschließenden Lauf, Victor und Tom auf Distanz halten konnte. Alle drei mit persönlichen Bestzeiten im Ziel sichtlich zufrieden

Astrid, Oli und Frank waren für den Sprint gemeldet. Frank musste auf Grund von Schulterproblemen leider passen, was die beiden Verbliebenen nicht davon abhielt das Feld zu rocken!

Astrids gute Trainingsleistungen zahlten sich bei diesem Wettkampf aus. Platz zwei in ihrer Ak!! Das kann sich sehen lassen!

Oli wieder einmal nicht zu stoppen. Als Gesamtzweiter beim Sprint gewann er selbstverständlich auch die AK-Wertung. Hierbei zeigte er wiederum seine Ausnahmestellung, lehrte er doch fast allen Jungspunden das Fürchten. Von seiner Zeit von 1.01.19 h können die unteren Altersklassen nur träumen!

Einen Wettkampf der besonderen Art gönnte sich die Judith. Beim "Rats-Runners-Adventure-Run" in Kipfenberg bewies sie wieder einmal ihre außergewöhnliche Ausdauer! Egal ob im Wasser, über künstliche Hindernisse, bei Kletterpassagen, etc. Judith war nicht zu schlagen und gewann dieses besondere Event. Gratulation.

### **Schwarzwaldtour 2019 (Limmericks by Horst!!)**

Wie jedes Jahr ein intensives und schönes Radevent bei Familie Wissler. Immer neu gemischte Teilnehmer sorgen für interessante Erlebnisse. Den Bericht in Limmerickform gibt es auf der Internetseite zu lesen!

### **Triathlon-Bad Tölz**

Der zweite Start unserer jungen Ligamannschaft stand von Beginn an unter keinem guten Stern. Herman, der für Victor an den Start gehen wollte, fiel krankheitsbedingt aus. Blieben noch Chris, Jan und Moritz um unsere Fahnen hochzuhalten. Das sonnige Wetter und die schöne Landschaftskulisse boten beste Voraussetzungen für ein schnelles Rennen, das alle Drei erfolgreich absolvierten.

Oli ging auf der Kurzdistanz (1500m swim, 40km bike, 10000m Run) an den Start. Einmal mehr von den meisten nicht zu schlagen, von seinen Altersgenossen oder jüngeren ganz zu schweigen, wurde er Gesamtfünfter!

### **Trans Alpin Run+Swiss Canyon Trail**

Das Laufhighlight des Jahres sollte für Sandra und Judith der Swiss Canyon Trail im Val de Travers in der französisch-sprachigen Schweiz im Juni sein.

Zur Vorbereitung ging es 5 Wochen vorher noch zum Trailmarathon im Rahmen des Innsbruck-Alpin-Trailrun-Festivals. Auf 42 km und 1300 hm ging es mit atemberaubenden Blicken auf die Nordkette auf zahlreichen Singeltrails rund um Innsbruck und zuletzt in das Zentrum der Stadt. Sandra und Judith erreichten mit 4.57 Std. Platz 25 und 5.51 Std. Platz 61 von 110 Frauen sowie Platz 5 und 17 in der AK-Wertung. Gemeinsam mit ca. 250 Teilnehmern ging es im Dörfchen Couvet an den Start. 82 km und 3870 hm lagen vor ihnen! Durch das Land der Grünen Fee - im Schweizer Tal des Absinths – durch üppige Wälder und Schluchten und über zahlreiche Hügel mit grandiosen Ausblicken. Da der tiefste Punkt 715 m und der höchste Punkt der Strecke nur 1606 m hoch war, bedeutete dies ein ständiges kräftezerrendes Auf und Ab auf der gesamten Strecke. Sandra und Judith konnten sich mit Platz 26 und 27 von 52 Damen gut im Mittelfeld behaupten und erreichten nach 13.53 Std. das Ziel.

### **Ironman 70.3 Luxemburg**

Tom erledigte seine erste Mitteldistanz mit Bravour! Er ging mit Respekt ans Rennen und bewies eine gute Renneinteilung. Somit gab es keine bösen Überraschungen und ein lächelndes Finisherfoto.

Ein perfekter Tag in Erding!

Mit 15 Einzelstartern/Innen und einer Staffel stellte der SC 53 Landshut eine der stärksten

Vereinsmannschaften. Tom, eine Woche nach seinem Mitteldistanzdebüt, absolvierte einen Sprinttriathlon unter dem Motto: "Alles was jetzt kommt, ist purer Spaß"! Ganz anders Angelika. Mit großem Respekt stürzte sie sich in den Kronthaler Weiher, kam mit den ersten Schwimmerinnen aus dem Wasser, teilte sich ihr Radrennen gut ein und konnte beim abschließenden Lauf alles raushauen, was noch ging.

Der Erfolg gab ihr Recht: Platz eins in ihrer AK!

Auf der olympischen Distanz wurden heuer die Bayerischen Meisterschaften der Altersklassen ausgetragen. Zwei erste und zwei zweite Bay. Meister/Innen!! Das kann sich sehen lassen.

Erfreulich, daß in diesem Jahr auch unsere jungen Wilden erfolgreich ins Ziel kamen. Vereinsmatador Oli ließ sich die Butter nicht vom Brot nehmen und legte beim Schwimmen den Grunstein für seinen Sieg bei der vereinsintern ausgetragenen Clubmeisterschaft und damit auch Platz eins bei den Bay. Meisterschaften. Die Luft wird dünner für Oli, den Dauersieger der letzten Jahre, denn Moritz rückte ihm schon recht dicht auf die Fersen. Der zweitschnellste Radsplit (56.21 min auf 41,5 km!!!) und eine Laufzeit von 36,43 min auf nicht ganz 10km bedeuteten Platz eins in seiner AK bei den Bay. Meisterschaften. Jan, auf Platz drei in der Vereinswertung, konnte seine Vorgabe erfüllen und finishte unter 2.20h. Unter 2.30h blieb auch Heiko, der damit seine Scharte vom vergangenen Jahr mehr als auswetzte. Gefolgt von Herman und Chris, die immer besser in Fahrt kommen.

Sepp und Rudi ließen es richtig krachen und verbesserten sich erheblich. Dann folgte Horst. Und wie! Unglaublich konstant und routiniert rief er seine Leistung ab und sicherte sich Platz zwei seiner Ak in Bayern.

Gewohnt unaufgeregt absolvierten unsere Cracks Jürgen und Herbert ihren Triathlon und kamen sichtlich erschöpft und zufrieden ins Ziel.

Frank und Walther konnten verletzungsbedingt leider nicht starten. Dafür ging Überraschungstarterin Sabine auf die Strecke. In der Vorbereitung durch eine Grippe aus dem Tritt gekommen, zeigte sie ihre Klasse und Wettkampferfahrung und holte sich den Zweiten Platz ihrer AK in Bayern. Erfreulich auch das Ergebnis von Rookie Astrid, die ihr selbstgestecktes Ziel weit unterbot und bei ihrer ersten Kurzdistanz sichtlich glücklich über die Ziellinie lief.

Die Geschwisterstaffel lieferte einen "normalen" Wettkampf ab und landete auf Platz vier der Mixedstaffeln.

## **Chiemsee 2019**

Es wurde eine Hitzeschlacht bei tropischen Temperaturen. Um so höher sind die Leistungen der Athleten/Innen einzuschätzen.

Oli wieder einmal nicht zu stoppen, holte sich den Sieg in seiner AK und Gesamtplatz drei auf der Sprintdistanz. Thorsten schien die Hitze auch nichts auszumachen. Die Schwimmzeiten werden immer besser, auf dem Rad schon immer sehr schnell und beim abschließenden Lauf ganz vorne dabei. Das bedeutete Platz eins seiner AK.

### **Challenge Roth**

Andi ging als einziger von SC 53 Landshut an den Start. Sein Finish in 10:25:01 h darf als Superleistung gelten, waren die Bedingungen alles andere als optimal für eine Langdistanz. Sein swimsplit in 1.09 h war Belohnung für das regelmäßige Schwimmtraining oft spätabends. Auf dem Rad seit jeher stark unterwegs mußte Andi mit dem stark auffrischendem Wind kämpfen. Auf 180 km kann einem da schon der Zahn gezogen werden. Nicht so bei ihm: 05:23:02 h auf dem Rad bedeuteten einen Schnitt von ca 33km/h.

Der starke Wind machte dieses Jahr sogar den Läufern/Innen zu schaffen. Andi schien nur Rückenwind zu haben. Seine Laufzeit von 03:41:55 h beim abschließenden Marathon kann man gar nicht hoch genug einschätzen.

### **Langstrecke Schwimmen-Burghausen**

Unsere Allrounderinnen Sabine und Angelika sahten gewaltig ab bei den deutschen Meisterschaften im Langstreckenschwimmen in Burghausen. Vor wunderbarer Burgkulisse konnte sich Angelika mit vorne in der Siegerliste einreihen. Sabine war als Einzel und Staffellarterinn nicht zu schlagen in ihrer AK. Zusammen mit ihren ehemaligen Schwimmkolleginnen holte sie drei Titel bei drei Starts.

### **Karlsfeld Triathlon**

Am Start Maren, Sepp, Thorsten .

Thorsten startete auf der Sprintdistanz und verfehlte das AK- Podium nur sehr knapp.

Die längere Distanz (1500m swim, 40km bike, 10km run) war für Maren und Sepp kein Problem.

Maren ließ es mal wieder richtig krachen und holte sich den Sieg in ihrer AK.

Schwimmen im Freiwasser wird immer besser, gefolgt von einem sehr schnellen Radsplit und dann noch 40 min. für 10000m!

Platz Vier im Gesamtklassement kann sich sehen lassen.

### **Liga Ammersee**

Zeitgleich stand für unsere Ligastarter Chris, Jan, Moritz und Victor der letzte Ligawettkampf am Ammersee auf dem Programm. Begleitet von einer umformierten HoHoHo-Staffel sollte dem Ligasaisonabschluss nichts mehr im Wege stehen. Moritz trotzte den teils widrigen Bedingungen am besten und zusammen mit den guten Platzierungen von Jan, Chris und Victor konnten so beim letzten Rennen noch Plätze in der Gesamttabelle gut gemacht werden.

Für alle war dieses Ligaexperiment eine gute Möglichkeit Wettkampferfahrung zu sammeln, wobei der Spaß auch nicht auf der Strecke blieb. Die Geschwisterstaffel hatte einen ganz kurzen Wettkampf vor sich und auch die Stammschwimmerin Evi wurde durch die größere Schwester Moni ersetzt. Das bedeutete, dass in der Staffel die älteste Schwimmerin, der älteste Radler und der drittälteste Läufer an den Start gingen. Alles lief bestens und das Podium wurde nur knapp verfehlt. Schön große Bratwurstsemmeln trösteten darüber mehr als hinweg!

## **Alpentriathlon am Schliersee und Mitteldistanz Erlangen!!**

Einer der härtesten Triathlons im bayerischen Raum ist wohl der Alpentriathlon am Schliersee. Genau das Richtige für uns dachten sich Horst, Jürgen, Sepp und Moritz. Das Schwimmen gestaltete sich wie erwartet, bevor es auf die harte Radstrecke ging. Ziemlich erschöpft vom langen, steilen Anstieg mußten auch beim abschließenden 10km Lauf einige Höhenmeter überwunden werden. Dies alles wurde von allen Startern mit Bravour erledigt und die Schinderei sollte sich auszahlen. So gewann Horst seine AK, Jürgen und Sepp finishten stark, wobei Jürgen der schnellere Läufer der Drei war. Moritz wollte diese Jahr noch nicht allein auf die Strecke seines Heimtriathlons gehen und stellte sich eine exquisite Staffel zusammen. Die Schwimmerin blieb unter 20 min auf den 1500 m im See, Moritz fuhr auf dem Rad alles und jeden in Grund und Boden und der Staffelläufer mußte das Ganze dann "nur" noch ins Ziel laufen. Platz eins, ganz oben auf dem Podium war das Ergebnis!

## **Erlangen 2019**

Unsere beiden Ausdauerwunderdamen, Judith und Sandra, schauten mal wieder bei einem Triathlon vorbei, und zwar in Erlangen. Keine halben Sachen, wie gewohnt, deshalb ging's bei der Mitteldistanz an den Start.

2000m swim, 86km bike und 20km run! Judith, schon öfter auf langen Distanzen unterwegs, holte sich einen Vorsprung beim Schwimmen heraus, konnte auf dem Rad noch ein wenig dazulegen und kam vier Minuten vor Sandra ins Ziel. 5:42:38.02h kann sich durchaus sehen lassen!!

Sandra hatte im Vorfeld schon etwas Respekt vor der Mitteldistanz. Eine gute Renneinteilung garantierte ihr ein super Finish hier in Erlangen und bestätigte ihre gute Form bei allen drei Disziplinen. 13.8.19

## **Weltenburg 2019**

Sonntagmorgen, kurz nach halb Neun, acht Triathletinnen und Triathleten brechen mit dem Rad auf, um von Eugenbach nach Weltenburg zu fahren.. Die 62 km bis an die Donau sind allerdings keine Spazierfahrt, es reiht sich Hügel an Hügel. Es geht wieder zum Schwimmen durch die Weltenburger Enge, zum 2. mal in diesem Jahr mit deutlich gestiegener Teilnehmerzahl. Astrid, Judith, Oliver, Sepp und Sabine haben Premiere und sind gespannt was sie erwartet. Christopher, Heiko, Michi, kennen's schon vom letzten Jahr. Eugen fährt als Begleiter mit. Horst fährt zusammen mit Sabine das Versorgungsfahrzeug mit all den Rucksäcken, die die Ausrüstung für diesen erlebnisreichen Tag beinhalten. Schwimmen durch den Donaudurchbruch bei Weltenburg, Dieses Event hat Suchtpotential und wird sicher auf Dauer einen festen Platz in unserem Veranstaltungskalender haben. Mit dem Wetter hatten wir Glück, eitel wärmespendender Sonnenschein vom Himmel und das war auch notwendig, den das Wasser hatte sich merklich abgekühlt auf gerade mal noch 21°C. Dann Wasserspaß und Schwimmvergnügen zwischen den hohen Kalksteinwänden, Begegnungen mit Schiffen, Booten, Kletterern und der schwarzen Madonna. Spiel mit der Strömung und den Wellen. Ausstieg wieder am Klösterl, bis dahin waren wir doch schon ziemlich durchgefroren. Wechsel in die Laufschuhe, nach kurzer Zeit ist uns allen wieder warm; die 5 Kilometer zurück im Trab meistern wir fast alle unfallfrei. Der Biergarten lockt.

## **Austria Triathlon**

Maren holt sich Platz Zwei auf der Langdistanz!

Ihre gute Form auf zahllosen Trainingskilometern konnte Maren bei der Langdistanz in Österreich auf die Strecke bringen. Das Freiwasserschwimmen im sehr seichten See war schon besonders. Auf dem Rad zuerst gefroren dann fast gegrillt und beim abschließenden Marathon kaum zu bremsen konnte Maren mit Gänsehaut und Fahne durchs Ziel laufen.

## **ITU WORLD TRIATHLON**

Rund 4000 Athletinnen und Athleten waren am Start.

Vom SC 53 Landshut dabei: Bernhard Mahler, und das auf der Sprintdistanz wie auch der olympischen Distanz!

Als sehr guter Schwimmer ja bekannt kam Bernhard jeweils mit den Besten aus dem Wasser. Der Genfer See erwies sich allerdings als sehr wellig und die Schwimmstrecke war auch länger als normal. Die zwei Runden der Radstrecke waren, milde ausgedrückt, ziemlich profiliert. Also mehr etwas für "Bergziehen" (Zitat Bernhard). Die abschließenden Läufe konnte er dennoch trotzdem noch flott absolvieren so dass er schließlich zufrieden mit seiner Leistung noch die schöne Gegend genießen konnte.

## **Die Medaillensammlung wächst und wächst...**

Beim Sprinttriathlon in Oberschleißheim sprang Jürgen als zweitbesten seiner AK aufs Podium. Damit bestätigt unser Routinier seine aufsteigende Form.

Erfreulich, dass nicht nur die alten Haudegen Erfolge feiern.

Auch unsere Neuzugänge lassen es krachen. Beim **Barmer Women's Run** in München gelang Tini ein großer Erfolg.

In persönlicher Bestzeit von 00:37:33min für die 8k Strecke holte sie sich den sehr guten dritten Platz.

## **Off-Season = Fun Season!**

Dies bedeutet jedoch keineswegs, dass nun die Füße hochgelegt werden. Events der verschiedensten Formate bieten die Möglichkeit zusammen an den Start zu gehen und nicht die Platzierungen, sondern den Spaß in den Vordergrund zu stellen.

Spaß hatten Tini, Sandra, Judith und Daniel bestimmt in Ingolstadt bei der **Swim+Run Urban Challenge**.

Tini und Daniel benötigten 1h 49min und reihten sich in der Teamstaffel auf Platz 8 ein. Judith und Sandra kamen in 1h 58min ins Ziel und erzielten in der Damenwertung einen tollen dritten Rang!"

Klassische Laufveranstaltungen für Sepp in **Erding** und Nici und Hermann in **Dingolfing**. Sepp sauste in 46.48 min über den Asphalt von Erding während Nici und Hermann in Dingolfing am Start waren.

Hermann holte sich den dritten Platz seiner AK und Nici gewann ihre AK! German, unser neuer Brasilo-Argentinier versuchte sich zum ersten Mal an einem Triathlon. In Moosburg, beim **Isarman** am Start holte er sich gleich den siebten Platz im Gesamtklassement.

Als sehr guter Schwimmer kam er vorne raus aus dem Wasser und lag zwischenzeitlich auf dem bike sogar in Führung. Auch ein Sturz konnte ihn nicht aufhalten und so stürmte er beim abschließenden Lauf in die Top Ten.

Jedes Jahr zum Abschluss der Freibadsaison gibt es die beliebte **Bierstaffel**. Jede/r Teilnehmer/In muss 50m Schwimmen, ein kohlesäurehaltiges Getränk (meist Bier) leeren und dann zurückschwimmen und den Flaschenöffner als Staffelstab weitergeben . Erneut einen hervorragenden zweiten Platz errang die "Michi-Staffel". Angelika, Astrid, Hupsi, Michi, Paul und Wim mussten sich nur den Schnelltrinkern/Innen Horst, German, Nici, Oli und Wolfgang geschlagen geben (Fairerweise muss man schon erwähnen, dass es nicht nur an den Trinkqualitäten lag).

### **Von Pfettrach nach Hawaii**

Immer wieder ein gelungenes Event:

Der "Pfettrachtaler Lauf"...und das ohne große Anfahrt direkt vor den Toren der Stadt. Los ging's schon um 10.30 Uhr für die Mountainbiker. Zwei batzige Runden a 20 km! Das ging schon in die Wadel.

Andi von Anfang mit der Spitzengruppe auf und davon und Michi hinterher. Der Sauerstoff war in den Beinen und nicht im Kopf bei der flotten Abfahrt und so wurde (zusammen mit einem anderen O2-Defizitler) die Abzweigung verpasst und die Strecke unfreiwillig verlängert. Dafür wurden Höhenmeter eingespart für die zweite Runde, die dann planmäßig gefahren werden konnte. Andi kam in 1.51 h und Michi in 1.53 h ins Ziel. Damit im vorderen Bereich des Klassements platziert und absolut zufrieden mit der gebrachten Leistung!

Für die jüngsten Läufer/Innen ging es dann um 13.00 Uhr los. Finn sauste die 800 m in 3.45 min sehr zum Stolz von Vati Oli.

Bei den 10000 m ging es dann schon ans Eingemachte. Angelika und Nici holten sich jeweils den hervorragenden dritten Rang ihrer AK und Sepp schrammte als vierter knapp am Podium vorbei! Fast zeitgleich kam Chris sichtlich zufrieden ins Ziel! Platz fünf seiner AK kann sich sehen lassen!

Bei der Königsdisziplin, dem Halbmarathon, waren dann die Harten am Start. Wer die Laufstrecke kennt, weiß, dass es kaum Passagen zur Erholung gibt. Ein permanentes Auf und Ab auf diversen Untergründen erfordert höchste Konzentration neben enormer Ausdauer!

Wie schon im Vorjahr konnte sich Matthias den zweiten Gesamtplatz erkämpfen. Nur geschlagen vom Marcello. Der ist allerdings auch 18! Jahre jünger.

Conny, der Geheimstarter, und Horst holten sich mit einer super Leistung je den Sieg in ihrer Altersklasse. "Gaststarterin" Katrin sprang in ihrer AK auch ganz nach oben aufs Podium.

Moritz und Tini, die Gesamtvierte bei den Damen wurde, komplettierten die Medaillensammlung mit zweiten Plätzen ihrer AK. Hupsi auf Platz 4 und Mane auf Platz fünf der AKs sorgten für den Sieg in der Mannschaftswertung beim Halbmarathon. Die Siegesprämie wurde auch zeitnah in Naturalien umgesetzt. Dazu gleich mehr!

Sofort nach der Siegerehrung trafen sich 18 Triathleten/Innen um den Schwimmstart um 18.30 Uhr zum Hawaii-Triathlon nicht zu verpassen. Laptop, Beamer...alles war vorbereitet für die lange Hawaiinacht. Während des Schwimmens im Pazifik liefen sowohl der Toaster, wie auch das Personal dazu warm. Frische Ananas, Schinken, Käse, Preiselbeeren etc. wurden vorbereitet. Dem perfekten Hawaii-Toast stand nichts mehr im Wege. Der Hunger war inzwischen angewachsen und zahlreiche Toasts wurden verspeist.

Oft schneller, als Tini, Astrid, Oli und Heiko liefern konnten.

Nachdem die Hawaiierteilnehmer/Innen aufs Rad gewechselt waren und der erste Hunger gestillt war, wurde es gemütlicher. Matratzen und Liegen wurden aufgebaut. Selbstgemachte Torte, Mousse au chocolat, Chips, Flips...aufgetischt, dazu diverse Elektrolytgetränke. Angeregte Unterhaltung und spannende Live Infos aus Hawaii ließen die Zeit wie im Fluge vergehen.

Manche hielten eine kleine Siesta, die meisten aber tapfer durch bis zum Ende.

Eine perfekte Nacht mit einem deutschen Doppelsieg bei den Frauen und Männern bei der Triathlon WM auf Hawaii. So was gab's noch nie!

Und, ganz ehrlich: Ohne uns hätten's des a ned g'schafft!

### **ADAC-Treppenlauf**

Unser Laufwunder Sandra wieder einmal auf Ab-, oder besser, Aufwegen!

Am Donnerstag den 24. Oktober fand der 6. ADAC-Charity-Treppenlauf im ADAC-Hauptverwaltungsgebäude in München statt, bei dem es 22 Stockwerke und 472 Treppenstufen zu bewältigen galt. Der Erlös ging dabei an die ADAC-Stiftung. Neben 82 Einzelstartern gab es auch 15 Zweierteams, die sich jeweils im 11. Stockwerk mit ihrem Teamkollegen ablösten. Gestartet wurde in einer willkürlich festgelegten Reihenfolge im Abstand von 30 Sekunden im Foyer des Gebäudes. So mussten die Läufer im Treppenhaus teils langsamere Läufer überholen oder wurden von stärkeren Läufern überholt, was sich nicht immer ganz einfach gestaltete. Sandra belegte mit einer Zeit von 3.12 Minuten den 2. Platz in einem Starterfeld von 24 Damen.

Die Pläne für die Saison 2020 werden geschmiedet! Einige Überraschungen dürfen erwartet werden!

HAIBIKE WINORA R RAYMON  
GENUINE PERFORMANCE BIKES



AIRSTREAM

GHOST MERIDA

cannondale

Husqvarna  
BICYCLES

corratec

BH

**BIKEWORLD**  
**BAIER**



Grammelkam 16 • 84036 Kumhausen

Tel. 08705 / 93 870-0 • Fax 08705 / 93 870-28

Werkstatt: Tel. 08705 / 93 870-15

info@bike-world-baier.de • www.bike-world-baier.de

# Beachvolleyball

## Bericht der Beachvolleyballabteilung 2019

### Nationale Erfolge

2019 verzichteten die Landshuter Beachvolleyballer Jonas (20) und Benedikt (18) Sagstetter auf die Teilnahme an nationalen Jugendmeisterschaften. Der Sprung in die nationale Spitze der Erwachsenenklasse war das Ziel und das ist dem Landshuter Beachteam mit hervorragenden Ergebnissen gelungen. Mit zwei Topplatzierungen auf Usedom und St. – Peter-Ording bei der Deutschen Beachvolleyballserie, der Techniker-Tour, und mit hervorragenden Ergebnissen bei nationalen Turnieren etablierten sich die Brüder in der nationalen Spitze. Platz 19 in der deutschen Teamrangliste hätte fast für die Teilnahme an der Deutschen Meisterschaft am Timmendorfer Strand gereicht.

### Vize-Europameister U20

International hat sich 2019 erstmals Benedikt Sagstetter beweisen dürfen. Vom Nationaltrainer Kay Matysik wurde er mit Rudy Schneider (Borken) für die U20 Beachvolleyball Europameisterschaft in Schweden nominiert. Auf dem Göteborger Sand musste sich Team Deutschland nur dem holländischen Team geschlagen geben. Eindrucksvolle Siege wie zum Beispiel gegen den Top-Favoriten aus Russland bedeutete am Ende den Vize-Europameistertitel U20 im Beachvolleyball.



**Bild: 1 Rudy Schneider und Benedikt Sagstetter ... Endergebnis gegen Russland**



Bild: 2 Bendikt Sagstetter beim TV-Interview (EM U20)



# Tauchen

## Mit neuem Schwung sind wir in ein erfolgreiches Jahr 2019 gestartet!

Unmittelbar nach der Mitgliederversammlung mit Neuwahlen des Abteilungsvorstandes im Januar ging es an die Jahresplanung, denn wir hatten uns viel vorgenommen! Aber lest selbst ...

### Thematisierte Trainingseinheiten



Mit thematisierten Trainingseinheiten, wie Technik Training Schnorcheln, Apnoe / Ausdauer und Maskenausblasen, Technik Training Kraulen und Tauchen mit Blindmaske und vielen mehr, ist es uns gelungen, das Training neu zu beleben und neue Anreize zu schaffen.

### Trainer C und TL\* - neu im Trainer Team: Gerald Angermair



Seinen Weg zum Trainer C und was er da alles erleben durfte könnt Ihr auf dem Blog zu den Ausbildungswochenenden des BLTV verfolgen: <https://bltv-ev.de/tp/trc2018-19/>



Nach dem Trainer C ging es dann schon fast nahtlos weiter zur TL\*-Ausbildung. Auch dieser Lehrgang ist in einem Blog auf der BLTV Seite genauestens beschrieben: <https://bltv-ev.de/tp/tl1-pruefung-2019/>

### 16. März: Medizin-Refresher-Seminar

Tauchen ist an und für sich ein sehr sicherer Sport, wenn man sich an gewisse Regeln hält. Um hier immer auf dem neuesten Stand zu bleiben bieten wir unseren Mitgliedern, wie auch interessierten aus anderen Vereinen oder Sparten jährlich ein Medizin-Refresher-Seminar an. Auswirkungen des Tauchens auf Organe, neue medizinische Erkenntnisse, tauchmedizinische Regeln vor und nach dem Tauchgang, Low-Bubble-Diving, aktuelle HLW-Guidelines, Überblick Sauerstofftherapie – das und noch vieles mehr haben wir in einem sehr informativen, spannenden Medizin-Refresher-Seminar von unseren „abteilungseigenen“ Tauchärzten Regina und Andreas gehört.

„toll und informativ“ | „super interessant“ | „interessant und kurzweilig“ | „100% Weiterempfehlung“

Das waren die Reaktionen der Teilnehmer ☺

Als Ärzte wollen Andreas und Regina der Tauchabteilung auch etwas anbieten, nämlich die **Tauchtauglichkeitsuntersuchungen nach GTÜM mit einem Spezialtarif für Mitglieder des SC53 Tauchen**.

Zudem bieten sie **eine kostenlose Email-Hotline an für alle Fragen rund um die Tauchmedizin** an: [tauchmedizin@docmueller.eu](mailto:tauchmedizin@docmueller.eu)

### 01. Mai: Start der Tauchsaison im Echinger Weiher



Bei kuscheligen 12 Grad Wassertemperaturen und ungefähr 16 Grad Außentemperatur (immerhin mit Sonnenschein) haben wir am 01. Mai die Tauchsaison am Echinger Weiher eröffnet. Da es das Wetter zuließ, durfte danach natürlich weder das Deko-Bier noch das gemütlich Grillen fehlen.

### 11. Mai: AK HLW mit Caro, Regina und Andreas

Unter fachkundiger Anleitung und vielen Informationen rund um mögliche Tauchunfälle und den dazugehörigen möglichen Rettungsmaßnahmen, haben wir fleißig die Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW: 30 Herzkompressionen mit einer Frequenz von 100-120/min, gefolgt von zweimaliger Beatmung) geübt. Dabei durften oder mussten wir auch feststellen, wie anstrengend die Herz-Lungen-Wiederbelebung ist, wenn diese über einen längeren Zeitraum durchgeführt werden muss. Die Symptome reichten von Kurzatmigkeit, Erschöpfungszuständen, bis hin zu Blasenbildung an den Handinnenseiten. Eine Erfahrung, die aus Zeitmangel in den meisten erste Hilfe Kursen nicht möglich ist. Ebenso wurde die Anwendung eines AEDs (automated external defibrillator) und der fachkundige Umgang mit Hilfe eines Beatmungsbeutels geübt. Regina, Caro und Andreas standen uns für Fragen und Ratschlägen immer zur Verfügung.



## 19. Mai: Sabine's Geburtstagstauchgang



Da der Murner See für uns einer der nächstgelegenen Tauchseen ist und daher ein Teil der Seeausbildung dort absolviert wird, waren in der Vergangenheit sicherlich viele von uns mit Sabine, unserer Tauchabteilungsgründerin, im Murner schon mal tauchen. Deshalb haben wir dieses Jahr den Murner See für den Gedenктаuchgang zu Sabines Geburtstag ausgewählt.

Super schönes Wetter und 15 Taucher – einfach die perfekte Voraussetzung für einen tollen Tauch-Tag.

## Herzlichen Glückwunsch zum CMAS\*!

Auch 2019 durften wir in unserem Anfängerkurs wieder 10 Tauchschülern das Tauchen näher bringen und mit dem DTSA-CMAS\* Brevet in die Welt der Sporttaucher entlassen. Herzlichen Glückwunsch hierzu an Simon Kratzmeier, Roy Schleuder, Felix Thierauf, Michail Hanke, Andreas Schiller, Josefine Zörner, Robert Hiebl, Deborah Langmaier, Florian Langmaier & Tiziana Spohnholtz!



## 23. Juni: VDST-Tauchertag



Am 23. Juni war dann der VDST Tauchertag. Unter dem Motto „Deutschland taucht was“ haben an diesem Wochenende

deutschlandweit etwa 2500 Tauchinteressierte das Angebot der verschiedenen Vereine genutzt, um den

Tauchsport etwas besser kennenzulernen.

Wir möchten uns recht herzlich für das große Interesse bedanken. In 2 Stunden hatten wir rund 40



Schnuppertaucher, die Ihre erste Erfahrung mit Tauchgerät unter Wasser sammeln konnten. Davon sehr viele Kinder, die durchwegs begeistert waren und stolz wie Oskar das Wasser verlassen haben! Auch wenn unsere Tauchlehrer nach 2 Stunden Wasserzeit gut durchgefroren waren – Es war auch für uns ein ganz tolles Erlebnis und ein durchweg gelungener Tag!

#### **14. Juli – Ausflug an den Walchensee**



Bei – na ja – sagen wir mal nicht ganz optimalen Wetterbedingungen haben sich am Sonntag den 14. Juli zwölf tapfere und hartgesottene Taucher an den Walchensee, genauer an die Einsiedlbucht begeben.

Die Tauchgangsbeschreibung der Einsiedlbucht die Caro vorgestellt hatte, versprach eigentlich einen wunderschönen Tauchgang, bei dem es viel zu entdecken gibt. Doch leider haben wir schon ab 5 m festgestellt, dass daraus nichts werden wird. Die Sicht war bestenfalls als „bescheiden“ – bis quasi nicht vorhanden :-O zu beschreiben. Das hält aber einen Taucher nicht auf: somit haben wir dann halt „Orientieren mit technischen Hilfsmitteln bei schlechter Sicht“ geübt.

#### **Sommerferienangebot der Stadt Landshut: Unterwasserrugby**

Am 31. Juli und am 14. August hatten wir im Rahmen des Sommerferienprogramms der Stadt Landshut UWR angeboten. Vier Kinder haben dieses Angebot angenommen und konnten erste Eindrücke im Unterwasser-Rugby sammeln. Norman, Sophia und Stefan haben die Kinder betreut und ihnen auch geholfen, wenn der Ball mal in die Tiefe entschwinden ist 😊 Es freut uns wirklich, dass auf diesem Weg Jannik zu uns gekommen ist und jetzt neu in unserem Jugendteam dabei ist.

#### **Herzlich willkommen im Jugendtraining!**



Es freut uns sehr, dass unsere Jugendgruppe so einen großen Zuspruch hat. Durch das große Interesse ist es uns heuer erstmals möglich einen dritten wöchentlichen Trainingstag speziell für unsere Jugend anzubieten. Wir danken hier dem SC53 im Vorfeld für die Verhandlungen mit den Stadtwerken, so dass wir dies ermöglichen und anbieten können.

### 13. bis 15. September – Ausflug an den Attersee

Hey, man glaubt es kaum! Bei unserem nächsten Vereinsausflug hatten super schönes Spätsommerwetter – und das auch noch das ganze Wochenende. Und so haben wir verschiedene Tauchplätze rund um den Attersee besucht und haben diese Spätsommertage über und unter Wasser sehr genossen. Wir waren am Tauchplatz Nautilus und an den Tauchplätzen Hinkelsteine, Dixie, in Nußdorf beim Pfahlbautenwald und am Kohlbauernaufsatz auf den Spuren der österreichischen Ureinwohner unterwegs.



### 21. bis 22. September: 25. Offene Deutsche Jugend- und Juniorenmeisterschaft im Unterwasser-rugby in Berlin



Auch wenn wir Taucher normalerweise sehr entspannt und relaxed unterwegs sind, spielt in anderen Bereichen der Leistungsgedanke eine wichtige Rolle. So auch bei der offenen Deutschen Jugend- und Juniorenmeisterschaft im Unterwasser-Rugby in Berlin.

Sophia Schwimmer gewann zusammen mit der Spielgemeinschaft TC Submarin Pößneck in der U18 den deutschen Meistertitel und den Turniersieg! Frank Wenzel gewann zusammen mit der Spielgemeinschaft TC Submarin Pößneck in der U21 den zweiten Platz national und international den dritten Platz! Herzlichen Glückwunsch dazu nochmal an unsere zwei Meister!



### 04. bis 06. Oktober: Ausflug nach Lomeček / Tschechien



Der See, ein gefluteter, ehemaliger Steinbruch liegt kurz hinter der tschechischen Grenze. Von Landshut aus fährt man gut zwei Stunden. Und so machten sich 7 hochmotivierte Taucher (Andy, Tiziana, Erwin, Simon, Töni, Gerald und Anja) auf, Richtung Tschechien.



Bei nicht ganz perfektem, aber immerhin trockenem Wetter am Samstag (typisches Tauchabteilungs-Ausflugswetter), und Regen sowie 7 Grad Außentemperatur am Sonntag ging es ins mit 14 Grad wohlige warme Wasser des wunderschönen Sees. Der See ist voll mit Kunstinstallationen, einer Taucherglocke, riesigen Stören, Hechten und Barschen. Ein Traum für jeden Tauchbegeisterten!

### **Mitgliederentwicklung im Jahr 2019**

2019 gehört zu den erfolgreichsten Jahren, welche die Tauchabteilung bisher hatte. Mit 35 neu hinzugekommenen Mitgliedern (Stand November 2019) konnten wir die Mitgliederzahl um 30 % steigern und stehen nun bei 108 Mitgliedern.

9 davon über den Tauchkurs | 14 Erwachsene durch Mundpropaganda, Werbung, Tauchertag, ... | 12 Kinder aufgrund des Tauchertages und des Trainingsangebotes.

Dieser Trend scheint sich auch noch weiter fortzusetzen. Beinahe Wöchentlich melden sich neue Interessenten!

Diese positive Entwicklung wäre nicht möglich, ohne ein Team an ehrenamtlichen Helfern, die all die Angebote und Veranstaltungen ermöglichen.

Und so möchten wir uns bei allen beteiligten im Vordergrund und im Hintergrund ganz herzlich bedanken!

Wir freuen uns schon, zusammen mit Euch auf eine tolle Tauchsaison 2020 und wieder eine Fülle an tollen Angeboten rund um das Tauchen!





**Selbstverständlich Stadtwerke –  
für ein l(i)ebenswertes Landshut  
und eine starke Region.**



Wir versorgen Sie zuverlässig mit Strom,  
Erdgas, Wasser oder mit Fernwärme.  
Auch unsere Stadt- und Schulbuslinien,  
Parkhäuser, das Stadtbad und die  
Abwasserentsorgung machen das Leben  
aller Einwohner angenehmer.



Die Euros, die Sie als Kunde für Energie  
bei den Stadtwerken Landshut ausgeben,  
bleiben über Investitionen in die örtliche  
Infrastruktur in der Region.



Wir sind da, wenn Sie uns brauchen.  
Im Sommer wie im Winter,  
bei Tag und bei Nacht.



**Wir fördern Vereine und freuen uns, wenn  
die Mitglieder die Stadtwerke Landshut  
als Ihren Energieversorger wählen.  
Aus der Region für die Region.**

**kundenorientiert.  
nachhaltig.  
effizient.**



Strom, Wärme, Busse  
Gas, Abwasser, Parkhäuser  
Wasser, Stadtbad

SERVICE-NUMMER 0800 0871 871  
[www.stadtwerke-landshut.de](http://www.stadtwerke-landshut.de)

*Wir bedanken uns sehr herzlich  
bei all unseren Werbepartnern  
für die Unterstützung!*

