Ausgabe 106 / März 2020

Sport- und Sängerfreunde Laubendorf e. V.

RUNDSCHAU

19 Bergtourentermine

24-25 Singen

26 Einladung JHV SFL

30 Theater

GROSSES SORTIMENT, GUTE BERATUNG

IMMER GUT BERATEN!
DANN SIND SIE BEI UNS AN DER RICHTIGEN ADRESSE! WIR SIND ERST ZUFRIEDEN WENN SIE ES SIND. KOMMEN SIE DOCH EINFACH MAL VORBEI!

EURONICS Jakob

Denkmalplatz 6 | 90579 Langenzenn | 09101 8672 | info@euronics-jakob.de | www.euronics.de/langenzenn-jakob/

Wir wünschen
allen Abteilungen des
SF Laubendorf
viel Erfolg.

Erhart & Partner
Steuerberater

Wolfgang Erhart
Dipl. Betriebswirt (FH)
Steuerberater

Wir betreuen Unternehmen und Privatpersonen in allen Steuer- und Vermögensfragen. Gerne sind wir auch für Sie da.

kompetent • fair • zuverlässig

Rudolf-Breitscheid-Straße 25
90762 Fürth

Tel.: 0911/97 757-0
Fax.: 0911/97 757-25

E-Mail: steuerkanzlei@stb-erhart-partner.de
Internet: www.stb-erhart-partner.de

Liebe Vereinsmitglieder,

da sich der Winter genau wie in den letzten Jahren wieder äußerst schneearm zeigte, konnte der Skihang bisher nicht genutzt werden. Somit blieb auch in dieser Wintersaison nur der Ausflug in (vermeintlich) schneereichere und höhere Gefilde. Leider wurde beim Langlaufwochenende Anfang Januar der Schnee noch schmerzlich vermisst und so musste teilweise auf die Wanderschuhe ausgewichen werden. Die 2 ½ Tagesskifahrt, sowie die Tagesskifahrt ging ins schneesichere Österreich und dort konnten alle Mitreisenden schöne Stunden im Schnee verbringen. Ein herzliches Dankeschön an alle Organisatoren, die auch in diesem Winter wieder ein gutes Händchen bei der Auswahl der Ausflüge bewiesen haben.

Traditionell ist es in den Wintermonaten auf unseren Fußballplätzen rund ums Sportheim etwas ruhiger. Die zahlreichen Mannschaften befinden sich in der Winterpause und trainieren hauptsächlich in der Halle. Das fußballerische Highlight des Winters war für unsere Juniorenmannschaften die 33. Auflage des Klaus Rupprecht Gedächtnis Turniers. Bereits weit vor dem Jahreswechsel steckte unsere Fußballabteilung in den Vorbereitungen für das Turnier. Und auch dieses Jahr funktionierte die Organisation rund um das Turnier hervorragend, so dass sich die zahlreichen Mannschaften und Fans rundum wohl fühlen konnten. Ein großes Dankeschön an alle Organisatoren, Betreuer, Trainer, Schiedsrichter und sonstige Helfer, die wieder einmal zu dieser erfolgreichen Veranstaltung beigetragen haben.
Unsere beiden Herrenmannschaften befinden sich schon wieder in der Vorbereitung auf die Rückrunde. Bei zahlreichen Einheiten mit Lauf-, Schnelligkeits- und Fitness – und Konzentrationstraining wurden in den letzten Wochen die Grundlagen gelegt. Anfang März fliegen dann die beiden Mannschaften wieder nach Belek ins Trainingslager, um sich hoffentlich bei besten Bedingungen den letzten Feinschliff für die Rückrunde zu holen.

Trotz der etwas ruhigeren Wintermonate gab es dennoch einige Feierlichkeiten, die ich noch kurz erwähnen möchte. Bereits Anfang Januar lud die Skiabteilung in die Skihütte, um dort das neue Jahr bei der Neujahrsparty zu begrüßen. Anfang Februar fand die Faschingsparty im Sportheim statt. Zahlreiche Masken fanden den Weg zu uns nach Laubendorf und feierten bis in die Morgenstunden. Wie so oft waren auch diese Veranstaltungen top organisiert und wir freuen uns schon auf die kommenden Feste und Veranstaltungen.

Eine Änderung gibt es aus der Gymnastikabteilung, nämlich von den Hip-Hop Gruppen zu vermelden. Aus schulischen Gründen ist es der Übungsleiterin Anna-Luca seit Ende Januar nicht mehr möglich die Stunden für die beiden Gruppen abzuhalten. An dieser Stelle noch einmal ein herzliches Dankeschön für die vielen Stunden, die Anna-Luca mit den Kindern und Jugendlichen geprobt hat. Glücklicherweise hat sich Anette Stark bereit erklärt, die jüngere Gruppe vorerst zu übernehmen. Für die ältere Gruppe sind wir aber noch auf der Suche nach einer engagierten Übungsleiterin.
Am Ende meines Berichts möchte ich noch einen kurzen Ausblick auf die kommenden Veranstaltungen geben.
Nach Monaten der Proben startet für unsere Theaterabteilung Mitte März wieder die heiße Zeit des Jahres. Insgesamt sechs Mal wird das diesjährige Stück „Loveboat sticht in See“ im Gasthaus „Rotes Ross“ in Laubendorf aufgeführt. Für alle Theaterfreunde und die, die es noch werden wollen ein absolutes Muss.
Am 27.03. findet die Jahreshauptversammlung des Hauptvereins statt. Dieser Abend ist für alle Vereinsmitglieder wieder eine gute Angelegenheit sich über das Jahr 2019 zu informieren und Wünsche und Anträge an die Vorstandschaft heranzutragen. Wir würden uns freuen, wenn wir möglichst viele Vereinsmitglieder an diesem Abend begrüßen dürfen.

Christian Gall

Bitte berücksichtigen Sie bei Ihren Einkäufen unsere Inserenten. Vielen Dank.

BRIGITTE JAKOB
Bau- und Möbelschreinerei
Alte-Zenn-Straße 20 · 90579 Langenzenn
Tel.: 0 91 01/99 03 13
Fax: 0 91 01/98 62
E-mail: Jakob-Schreinerei@t-online.de
REHAU QUALITY FENSTER DESIGN
- Eigene Fertigung
- Fenster und Türen aus Kunststoff und Holz
- Rollläden
- Innenausbau
- Einbauküchen
- Holzdecken und Wandverkleidung
- Bastelbedarf
- Montage und Service
- Laminat- und Fertigparkettböden
- Insektenschutz

Bericht 1. & 2. Mannschaft

Am Sonntag, den 02.02. startete für beide Mannschaften offiziell die Vorbereitung auf die Rückrunde. Man läutete den Start mit einem gemeinsamen Frühstück ein, dem eine Teamsitzung folgte. In der Sitzung ließ man die vergangene Hinrunde nochmal Revue passieren und legte sich die Ziele und Ansprüche an die Rückrunde noch einmal vor Augen. Gleich einen Tag später baten die Coaches dann gleich zum Lauftraining. Neben den gewöhnlichen Laufeinheiten und Einheiten auf dem Platz, stehen speziell für die 1. Mannschaft insgesamt sechs Krafttrainingseinheiten im Kraftwerk Markt Erlbach auf dem Vorbereitungsplan. Natürlich stehen auch zahlreiche Testspiele an. Die 1. Mannschaft wird in den Begegnungen gegen den ASV Fürth (09.02.), TSV Markt Erlbach (16.02.), ESV Flügelrad (23.02.), SG Wilhelmsdorf/Brunn I (27.02.) und ATSV Frankonia (10.03.) ihren bisherigen Leistungsstand in der Vorbereitung prüfen. Gegen den TSV Markt Erlbach II (16.02.) und ESV Flügelrad (23.02.) wird die 2. Mannschaft ihren Leistungsstand prüfen. Natürlich werden weite Teile des Trainings etc von beiden Mannschaften zusammen absolviert.

Als Highlight und gleichzeitig mehr oder weniger als Abschluss der Vorbereitung steht wieder das einwöchige Trainingslager im türkischen Belek an. Wie schon im Vor-

Sanitätshaus Goebel

Ihr Sanitätshaus in Ihrer Umgebung (Langenzenn)
Wir führen sämtliche **Pflegehilfsmittel** für den ambulanten Bereich und für die Pflege in der häuslichen Umgebung.

Sanitätshaus
Orthopädietechnik
Medizintechnik
Rehatechnik

Beratung und Betreuung bei Ihnen daheim.

Rufen Sie uns an: 09101 – 902653
Oder besuchen Sie uns in unserem Haus

Friedrich-Ebert-Str. 3, 90579 Langenzenn

jahr werden wieder beide Mannschaften in die Sonne „flüchten“ um in einer intensiven Woche sowohl auf dem Platz noch einmal die Taktiken einzugehen, wie auch als Team noch einmal zusammen zu rükken.
Am Sonntag, den 15.03. stehen dann für beide Mannschaften ihre ersten Punktspiele im Jahr 2020 an.
Die 1. Mannschaft ist auswärts beim TSC Weissenbronn gefordert. Für die 2. Mannschaft geht es zu Beginn zur SG Wilhelmsdorf/Brunn I.

Kabinenumbau

Reiseunternehmen Wohlleb

Mühlsteig 27
90579 Langenzenn
Tel. (0 91 01) 99 77 73
Fax (0 91 01) 99 77 76

Geschäftsführer:
Rainer Wohlleb
Mobil (01 77) 6 14 20 15

Weihnachtsfeier der ersten und zweiten Mannschaft

Am 30. November 2019 fand im Sportheim die überaus gut besuchte Weihnachtsfeier der beiden Seniorenmannschaften statt. Wenn bei einer Weihnachtsfeier der offizielle Teil gegen Mitternacht endet, dann kann man davon ausgehen, dass hier nicht nur Weihnachtsgrüße ausgesprochen wurden. Wie schon in den Jahren zuvor hatten sich die Protagonisten des Abends einiges einfallen lassen. Geladen waren dazu neben den Spielern mit Partnerinnen, das Trainerteam, die Vorstandschaft, Sponsoren und Fans beider Mannschaften. Sie füllten den Hauptraum des Sportheimes bis auf den letzten Platz, als Moderator Jan Körber die Begrüßung vornahm und zunächst das vorbereitete Essen im Nebenraum eröffnete. Bei Schäufele mit Kloß, Lende in Rahmsoße und Asia Nudeln war für jeden Geschmack etwas dabei. Die Bilder des Jahres 2019 brachten noch einmal Rückblicke auf tolle Spiele, aber auch gemeinsame Aktionen abseits des Fußballplatzes. Zusammengestellt und musikalisch unterlegt von Lukas Jakob. Danach ergriff Vorstand Christan Gall das Wort und hatte zum Jahresabschluss nur Positives zu berichten. Er wies darauf hin, dass man das Saisonziel der 1. Mannschaft bewusst niedrig angesetzt hatte, um den stattfindenden Umbruch Zeit zu geben. Der derzeitige 2. Platz in der KK 3 ist demzufolge ein toller Erfolg von Trainer und Mannschaft, die schneller als erwartet zusammengewachsen sind. So ist es auch nur folgerichtig, dass man dieser Tage die Zusammenarbeit mit Bernd Jäger und Daniel Appel um ein Jahr verlängert hat. Man hofft auf eine ebensolche erfolgreiche Rückrunde, die dann erneut eine Chance zum Aufstieg in die Kreisliga mit sich bringen könnte. Bernd Jäger brachte im Anschluss seinen Dank an „ALLE“ zum Ausdruck, und meinte damit von seinen Trainerkollegen bis zu allen Spielern, von den Platzwarten bis zum Sportheimteam. Alle diejenigen, die eben zu so einer erfolgreichen Hinrunde mitgeholfen haben. Er vergaß auch nicht die „Spielerfrauen“, die bekanntlich einen nicht zu kleinen Anteil daran haben, wenn Training, Spiele und Trainingslager einen erheblichen Anteil der Freizeit, auch am Wochenende einfordern. Dafür gab es Schoko-Nikoläuse als kleine Anerkennung. Er gab auch zu, dass er mit seinem Co-Trainer super harmoniert, wobei Daniel fürs „Grobe“ zuständig ist und er für die Feinheiten. Gut auch die Zusammenarbeit mit der 2. Mannschaft, die immer aushilft, wenn es nötig ist. Sadik Alkac bedankte sich bei seinen Spielern

für ihren Einsatz, war aber - wie auch Vorstand Gall - mit einigen Ergebnissen unzufrieden. Hier ist in der Rückrunde noch deutlich „Luft nach oben“! Dass Trainingsfleiß belohnt gehört, bewies die Statistik, die hier auf Platz 3 Hannes Osswald auszeichnete, auf Platz 2 „Oldie“ Knies, der nur eine Einheit weniger versäumt hat, als die beiden Kapitäne Nico Sand und Christian Wassner. Die Mannschaften wollten sich auch nicht lumpen lassen und spendierten ihren beiden Cheftrainern ein Weinseminar. Dank und Geschenk erhielten auch Jan Wagner für seine Berichte und Mitarbeit am Spieltag, die Platzwarte, wobei Otto Kordter zum Saisonende auch seinen Abschied ankündigte. Torwarttrainer Stefan Kuhn wurde ebenfalls bedacht, wie auch der Bildreporter, Thomas Stoll und Daniel Brüderlein.

Was den Service anging, so war der schon „Kreisliga“, wenn nicht mehr, weil unermüdlich allerlei Getränke herbeigeschafft wurden. Die Tische waren schön dekoriert und natürlich durfte auch ein Christbaum nicht fehlen. Eine besondere Herausforderung ist alle Jahre wieder das Quiz vom Markus Kraus. Auch in diesem Jahr hieß es an manchen Tischen „wer weiß denn sowas“? Z.B., dass die Skihütte auf 353 m liegt! Aufs „Treppchen für Schlaue“ kam Sebastian Zeilinger als Dritter, Chefcoach Jäger mit Partnerin als Zweite und Andi Busswell als „Oberschlaumeier“. Höhepunkt des Abends war dann der Auftritt der sich von Jahr zu Jahr steigernder Schauspielgruppe. Sie lüfteten die Geheimnisse um das erfolgreiche Coaching der Vorrunde, wozu auch der wöchentliche Trainingsbetrieb gehört. Sehr schön dargestellt dann auch die Reaktion der Stammzuschauer, denen natürlich gewisse Schwächephasen, der ein oder anderen Spieler von außen nicht verborgen bleiben und treffend kommentiert werden. Fazit: muss man gehört haben, lässt sich nicht beschreiben! Etwas „blass“ blieb danach die kurzfristig zusammengestellt boygroup, die erst mit Hilfe des textsicheren Publikums beim Lied „Follow me“ in Schwung kam. Zusammenfassend war es ein harmonischer und unterhaltsamer Abend, wo zu Recht viel Lob verteilt wurde. Wie alle Redner unisono mitteilten, sollen die Spieler nun durchschnaufen und sich bis Januar von der strapaziösen Hinrunde erholen. Dann gilt es sich gut vorzubereiten, damit das mögliche Ziel, ein Platz unter den ersten drei, erreicht wird.

MD

Schreinerei
Keppner

WÄRMEDÄMMUNG • INNENAUSBAU
KREATIVE SCHREINEREI
GARTEN & OUTDOOR

...kompetent
...freundlich
...fair

Schreinerei Keppner GmbH
Mühlsteig 49
D-90579 Langenzenn

Tel.: +49(0)9101-4970100
Fax: +49(0)9101-4970121
info@schreinerei-keppner.de

www.schreinerei-keppner.de

OEL KALLERT

HEIZÖL
KRAFTSTOFFE
HOLZPELLETS

Markenpartner TOTAL

Gewerbestr. Ost 6
91452 Wilhermsdorf
Tel.: 09102 311

E2 - Junioren

Zum Abschluss des Jahres 2019, fand unsere Weihnachtsfeier, im Gasthaus zu den drei Linden in Zautendorf statt.
Ein großer Dank geht hier an die Spielerfamilie Maluch.
Die ,,Landkreisrundfahrt“ konnte auch unseren Vorstand Christian Gall und den Juniorenleiter Klaus Schneider nicht davon abhalten, bei uns vorbeizuschauen. Danke euch.
Wir starteten mit euren motivierenden Worten in die Hallensaison 2020.

Von vorne links nach hinten rechts:
Sam, Jonathan, Haythm, Brian, Kevin, Johannes, Marvin, Mario, Darius, Jonas, Finn, Kilian, Nadine, Tschäpsi, Andy

Wir spielten 6 Turniere mit einem Kader von13 Spielern.
Klaus RupprechtGedächtnis Turnier: 8. Platz
Turnier in Wilhermsdorf: 8. Platz
Turnier Losaurach in Neustadt Aisch: 5. Platz
Turnier in Burggrafenhof: am 9.2.2020
Turnier in Weiherhof: am 16.2.2020
Turnier in Burgfarrnbach: am 8.3.2020

F1 Junioren: „Bärenstarke Hinrunde“

Mit den Erfahrungen aus der F2 Saison setzten wir uns mit Beginn der neuen Saison zum Ziel unser Abwehrverhalten und das Kombinationsspiel zu verbessern und begannen unterstützt von einem wöchentlichen Extratraining mit gezieltem Abwehrtraining und arbeiteten gleichzeitig an den individuellen Basics. Schon bald trug diese Arbeit sichtbare Früchte.
Ungeschlagen mit 5 Siegen und 2 Unentschieden und weniger als die Hälfte an Gegentoren im Vergleich zur alten Saison-Hinrunde landeten die jungen Laubis mit 33 : 9 Toren auf Platz 2 Ihrer Spielgruppe.
Nach der in Summe starken Hinrunde und noch einem letzten Feld-Turnierabstecher bei der SpVgg Erlangen und einem hervorragenden 2. Platz in einem starken und namhaften 10er Teilnehmerfeld ging es dann im Dezember in die Hallensaison 2019/2020 auf Titel- und Pokalejagd.
Nach nun bisher 6 Turnieren mit 3x Platz 1 und 2x Platz 2 und 1x Platz 3 sind die Kids bärenstark unterwegs und immer Vorne mit dabei!
Kleiner Höhepunkt und irgendwie auch großer Tiefpunkt zugleich war die erste Teilnahme an der Hallenlandkreismeisterschaft.
Vor- und Zwischenrunde noch souverän absolviert wurden durch Grippe und Verletzungspech geschwächt die Ambitionen und Chancen der jungen Laubis in der Finalrunde komplett ausgebremst. Von 14 Kids waren 8 krankheitsbedingt nicht dabei und somit leider relativ chancenlos. Dennoch dürfen sich die jungen Laubis über den Titel der „Siebtbesten Mannschaft“ im Landkreis freuen.

Auch die aktuelle Tordifferenz über alle Spiele bis Ende Januar der Saison 2019/2020 macht uns Trainer sehr stolz. Mit 124 : 37 Toren steht die Abwehr wie geplant und trainiert sehr solide und in der Vorwärtsbewegung wird mit oftmals sehenswerten Kombinationen toller und torreicher Fußball gespielt.
Hierauf können und werden wir weiter aufbauen!
Fakt ist, dass wir super stolz auf die Kids sind und freuen uns auf die anstehenden Herausforderungen in der Halle, der Rückrunde sowie den bereits gebuchten Sommerturnieren!

Das F1 - Trainerteam
Kai, Bülent & Stephan

Autohaus Leitzmann
Nürnberger Straße 31
90579 Langenzenn
Tel. 09101 / 90 43 90

http://www.autohaus-leitzmann.de
eM@il: info@autohaus-leitzmann.de

Audi Service
Nutzfahrzeuge Service

G-Junioren

Die Trainingsbeteiligung bei den kleinsten Kickern des SFL ist nach wie vor hervorragend. Im Schnitt sind ca. 16-17 Nachwuchskicker samstags von 9:00 – 10:30 Uhr in der Mittelschulturnhalle unterwegs.
Sabrina und ich teilen die Kinder altersgerecht auf, damit wir die Trainingseinheiten nach Können anpassen können. Die „Kleinen“ (Jahrgang 2014 und jünger) führen wir spielerisch an das Thema Fußball heran, während die „Großen“ (Jahrgang 2013) bereits für die Turniere und Freundschaftsspiele üben. Ist einer von uns (oder auch mal beide) nicht da, unterstützen uns Michael Klinger und Markus Kraus hervorragend.
Am 24.11. begannen die Hallenturniere mit einem 2. Platz bei der SpVgg Thierberg in Scheinfeld.
Unsere Weihnachtsfeier fand am 2. Advent (8.12.) statt und das Sportheim war mit Fussi-Kindern, Geschwistern und Eltern ziemlich gut ausgefüllt.
Es gab ein Nudel-Buffet und verschiedene Salate und durch viele helfende Hände war die Vorbereitung und das Aufräumen schnell erledigt.
Ansonsten wurde fleißig trainiert, um für die nächsten Turniere gewappnet zu sein.
Am 05.01. hatten wir 3 G2- und 7 G1-Mannschaften zu unserem Klaus-Rupprecht-Gedächtnis-Turnier zu Gast. Die G2-Kinder, die in dieser Konstellation noch nicht zusammen gespielt hatten, spielten munter auf und erreichten den 4. Platz.
Auch beim G1-Turnier konnten wir den 4. Platz erreichen.
Bei den Turnieren in Emskirchen (12.01.), Wilhermsdorf (02.02.) und Burggrafenhof (09.02.) zeigten die Kinder eine sehr gute kämpferische Leistung. Einzig ein paar Tore fehlten uns jedes Mal, um ganz vorne mitspielen zu können.
Kommenden Sonntag geht es zum TSV Langenzenn zu unserem letzten Hallenturnier der Saison.
Danach sind ferienbedingt 2 Wochen Trainingspause. Anfang März geht es dann wieder los mit dem Hallentraining, bevor es dann im März oder April (je nach Wetter) wieder nach außen geht.
Hier warten dann die Verbandsturniere und einige Turniereinladungen.

Viele Grüße, Sabrina und Harald

DER NEUE CORSA

FAHRSPASS AUF GANZER STRECKE.

Aufregend schön: Der neue Corsa verbindet alltäglichen Fahrspaß mit aufregendem Design und Technologien aus höheren Fahrzeugklassen. Fahrer-Assistenzsysteme der neuesten Generation machen den fortschrittlichen Flitzer zum perfekten Partner in allen Lebenslagen. Überzeugen Sie sich von den Highlights:

- innovatives IntelliLux LED® Matrix Licht[1]
- aktiver Spurhalte-Assistent[1]
- 180-Grad-Panorama-Rückfahrkamera[1]
- automatischer Geschwindigkeits-Assistent[1]
- Ledersitze mit Massagefunktion[1]

UNSER BARPREISANGEBOT

für den Opel Corsa, 1.2, 55 kW (75 PS), Start/Stop, Euro 6d Manuelles 5-Gang Getriebe

schon ab **12.500,– €**

Kraftstoffverbrauch[2] in l/100 km, innerorts: 4,9-4,8; außerorts: 3,8-3,6; kombiniert: 4,2-4,1; CO_2-Emission, kombiniert: 95-93 g/km (gemäß VO (EG) Nr. 715/2007, VO (EU) Nr. 2017/1153 und VO (EU) Nr. 2017/1151). Effizienzklasse B

[1] Optional bzw. in höheren Ausstattungslinien verfügbar.

[2] Die angegebenen Verbrauchs- und CO_2-Emissionswerte wurden nach dem vorgeschriebenen WLTP-Messverfahren (Worldwide harmonized Light vehicles Test Procedure) ermittelt und in NEFZ-Werte umgerechnet, um die Vergleichbarkeit mit anderen Fahrzeugen zu gewährleisten.

Auto Weber
Nürnberger Str. 199
90579 Langenzenn
Tel.: 09101/7908

Zumba®

Zumba® macht nicht nur total viel Spaß, die Kilos purzeln auch ganz nebenbei.
Es ist eine Art Aerobic, das als sehr effektiv bekannt ist es kombiniert Latein-Amerikanische Urlaubsmusik und sehr einfache Bewegungen zu einem dynamischen Fitnessprogramm.

Teilnehmer:	maximal 25 Personen
Leitung:	Moniete Diegruber
Ort:	Gymnastikraum im Sportheim, Siedelbacher Str. 13, 90579 Langenzenn-Laubendorf
Zeit:	Donnerstag 17:30 Uhr
Dauer:	15 x 1 Stunde
Unkosten:	55,00 EURO für Gäste 35,00 EURO für Vereinsmitglieder
Anmeldung:	www.sf-laubendorf.de/Kurse buchen
Informationen:	Moniete Diegruber Telefon: 09102-718 Mobil: 0151-50296346

Fit aktiv 50 plus

Donnerstag 18.45-19.45 Uhr 15x

Der Kurs ist ein gesundheitsorientiertes Trainingsprogramm für eine bessere Lebensqualität – speziell für Menschen im Alter 50plus! Ein Start in ein Fitnessprogramm ist auch im höheren Lebensalter jederzeit möglich. Denn ein mehr an Bewegung bedeutet ein Plus an Lebensqualität und Flexibilität. Das Angebot ermöglicht es auch Menschen mit gesundheitlichen Beschwerden wie Diabetes, Cholesterin, Bluthochdruck, Übergewicht oder Rückenbeschwerden, etwas für sich und ihren Körper zu tun und langfristig den Weg in ein neues Leben zu finden! Dabei steht Spass mit der Gruppe an Erster Stelle.

Bitte berücksichtigen Sie bei Ihren Einkäufen unsere Inserenten. Vielen Dank.

BABY-Treff

Donnerstag **15.30 Uhr**

Bewegung für die ganz Kleinen
In einer Welt voller Technik bewegen sich Kinder immer seltener. Um die motorische Entwicklung von Babys zu fördern, ist das Babyturnen eine gelungene Art, Spaß und Gesundheit zu verknüpfen.

Babys erobern sich über Bewegung und Sinneswahrnehmungen die Welt. Sie sind von Anfang an aktiv, interessiert und lernfähig. Ziel ist, die Babys in den einzelnen Entwicklungsphasen zu begleiten und sie so zu unterstützen.

Ort: Sportheim Gymnastikraum
Siedelbacher Str. 13,
90579 Langenzenn-Laubendorf

Leitung: Anette Stark
eMail: starkanette@gmail.com
Telefon: 09101-5383418
Handy: 0172-9737063

Teilnehmer: Mutter/Vater mit Kleinkindern von 0-2 Jahren

Voraussetzung: SFL Vereinsmitgliedschaft

Mitbringen: Getränke, Decken, warme Socken

Anmeldung: www.sf-laubendorf.de
Unter "Kurse buchen"

Karl
Der Fachmann für alle Heizungsanlagen
Planung - Montage - Kundendienst
• Solaranlagen und Photovoltaik
• Pellet- und Holzhackschnitzelkessel
• Wärmepumpen und Klimageräte
• Modernisierung von Heizungsanlagen
• Badmodernisierung
Kapell-Leite 7 · 90579 Langenzenn · Tel. 09101-2492 · Fax -6825
www.karl-langenzenn.de

Intensiv Yoga

Donnerstag **19.45-21.00 Uhr** **15x**

Ein effektives Training, das Körper, Geist und Seele in Einklang bringt und zu einem besseren Wohlbefinden führt. Muskuläre Verspannungen werden gelöst und der Körper durch die Ausübung verschiedener Asanas (Übungen) gekräftigt. Dabei erzeugt die Verbindung zwischen Körper- und Atemübungen harmonische Bewegungsabläufe. Das regelmäßige Üben beugt Haltungsschäden vor, baut Fehlhaltungen und Verspannungen ab und erzeugt mehr Kraft und Beweglichkeit.

Im Vergleich zum Hatha Yoga arbeitet man beim Intensive Yoga weniger spirituell. Den Anfang der Stunde bildet das Pranayama (Atemübungen), die auf die Stunde einstimmen. Der Fokus während der Stunde setzt primär auf die Kräftigung und Dehnung der Hauptmuskelgruppen und wird im Anschluss daran mit einem Entspannungsteil abgerundet.

Vorteile:
- Reduktion von Stress und Stresshormonen
- Formung und Dehnung aller Hauptmuskelgruppen, vor allem an Bauch, Beinen und Gesäß
- Verbesserung der Körperspannung und Straffung der Figur
- Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
- Bessere Durchblutung und Massage aller Organe
- Senkung des Körperfettanteiles

Teilnehmer: maximal 25 Personen
Leitung: Sandra Hippe
Ort: Gymnastikraum im Sportheim,
Siedelbacher Str. 13
90579 Laubendorf

Unkostenbeitrag:
55,00 Euro für Gäste
35,00 Euro für Vereinsmitglieder Fit aktiv
38,00 Euro für Vereinsmitglieder Yoga

Anmeldung: www.sf-laubendorf.de
unter "Kurse buchen"

Informationen und Anmeldung:
Heide Meier
Tel: 09102-993108, Mobil: 0160-93404794
E-Mail: heide.meier@sf-laubendorf.de

Sandra Hippe-Tartler
E-Mail: sandra.hippe@sf-laubendorf.de
www.sandra-hippe.de, Mobil: 0176-24870086

Sport ist im Verein erst schön –
werden auch Sie Mitglied beim SFL!
www.sf-laubendorf.de

Neues vom Babytreff und der Kindertanzgruppe (Hip-Hop Alternative)

Und wieder haben wir ein Jahr Babytreff hinter uns gelassen und zählen um die 25 Mamas mit Ihren Kindern. Da ja mit kleineren Kids oftmals was dazwischenkommen kann – ein verlängerter Mittagsschlaf oder Krankheit oder auch mal der freie Tag mit dem Papa – hat sich die Teilnehmerzahl der Mamas, Papas oder Oma und Opa so auf im Schnitt ca. 12 Erwachsene eingependelt, was eine gute Größe ist. Durch die Mehrfachmamas dann eine gute Horde Kinder.
Es sind schon wunderbare Freundschaften entstanden. Die Kleinen oder mittlerweile Großen freuen sich schon am Parkplatz ihre Kumpels wieder zu sehen.
Mit einer kleinen Weihnachtsfeier haben wir das Jahr 2019 beendet und machen gleich weiter mit einer Faschingsparty am 20.02.2020 – bei diesem Datum ein Muss.

Ich freu mich drauf!
Ebenso auf die kommenden Dienstage. Leider hat unsere Anna keine Möglichkeiten mehr die Hip-Hop Gruppen zu leiten. Nachdem wir schon in allen Möglichen Richtungen gesucht haben, und kein Ersatz gefunden wurde, übernehme ich die 4 bis 8-Jährigen KOMISARISCH. Die Suche geht weiter und bitte meldet euch, wenn ihr jemanden wisst! Vor allem die Älteren haben aktuell keine Tanzlehrerin.
Hip-Hop kann ich nicht tanzen, aber die Hauptsache die Kinder bewegen sich nach Musik und haben eine Menge Spaß! Rhythmusgefühl, Balance und Körperspannung werden geübt und der Turnraum ist so groß, dass genug Platz ist um einfach mal viel zu springen und zu schweben.
Gerade wird die Eiskönigin einstudiert und neben dem Aufwärmen und Stopptanz, freuen sich die Mädels vor allem, ihre Freundinnen wieder zu sehen.

Viele Grüße, Eure Anette Stark

GLÜCK
kann man nicht
kaufen.
Aber spenden.

www.gut-für-fürth.de

Gut-für-Fürth.de

Das Portal für soziale, nachhaltige und kulturelle Projekte in Fürth und im Landkreis.

Jetzt reinklicken und spenden.

Sparkasse
Fürth
Gut seit 1827.

5 Jahre AthleticBoxx

Seit 2015 gibt es nun schon unsere „Boxx“ und seit Juni 2019 bin ich nun auch dabei (eine sehr gute Vorbereitung für unseren Wrestling Run).
Die beiden stets motivierenden Trainer Christian und Jürgen verstehen keinen Spaß, wenn schon beim Aufwärmen gejammert wird. Und das ist auch gut so!
Sechs Mal an drei Tagen/Woche kann man sich online in einer Gruppe zum Training anmelden. Ziel der maximal 12 Teilnehmenden in einer Stunde ist es, bei diesem funktionalem Ganzkörpertraining möglichst das Optimalste für die eigene Fitness zu tun.
Wer regelmäßig teilnimmt, erlebt das auch. Die 100 Hampelmänner und Mountain Climbers oder auch Seilhüpfen, Burpees, Lunches und Jumping Squats sorgen schon als gutes Warm-up. Die Trainer behalten ihre Truppe immer gut im Auge und gehen individuell auf die einzelnen Personen ein. So auch bei den weiteren Übungen mit Kettle Bells, Slingtrainern, Lang- und Kurzhanteln sowie SlamBalls. Das Training ist abwechslungsreich, mal für die Ausdauer - mal für die Kraft und mal für beides zusammen. Die Trainer versuchen immer ein ausgewogenes Training für den ganzen Körper zu halten. Wir machen Zirkeltraining, Tabata, Fitnessboxen und vieles mehr. Das eigene Körpergewicht wird bei jedem Liegestütz auf die Probe gestellt. Spätestens da wünscht man sich ein paar Kilo weniger oder mehr Muckis.
Freitags kommen die „Boxsäcke“ zum Einsatz. Jeder bringt seine Boxhandschuhe mit und dann wird sich erst einmal darauf vorbereitet, und mit Hanteln, Slamballs, Bändern oder Seilen vortrainiert bis es zum eigentlichen Boxtraining am Boxsack oder dem Partner kommt. Mir persönlich macht dieses Training am meisten Spaß, weil es eine ganz andere Erfahrung ist, die man so selten kennenlernen darf.
Immer wieder müssen die Trainer korrigieren oder motivieren. Auch mit eigenen kreativen Spitznamen für den ein oder anderen Teilnehmer:
„Bam bam bam – weiter weiter weiter – noch 10 Sekunden – Prinzessin Lillifee – Gazelle – Hello Kitty“….
Um sich richtig auspowern zu können und wirklich fit zu werden, finde ich das Training wirklich spitze. Und die Truppe, sowie die beiden Chefs, haben auch immer genug Scherze auf Lager, sodass der Humor auch nie zu kurz kommt.
Ich freue mich diesen Sport für mich gefunden zu haben.
Viele Grüße

Eure Anette
(mit Unterstützung von Tanja + Jürgen, für diese ganzen wilden Fachbegriffe)

Schnäppchen - Wochen
Schulranzen-Abverkauf
von Auslaufmodellen
bis 70% reduziert
von Scout, Step by Step
Mc Neill uvm.
LEDERWAREN Hagen
Neue Modelle sind eingetroffen!
Kirchgasse 11 • 91459 Markt Erlbach • Tel.: 09106 / 1285
www.lederwaren-hagen.de
Mittwoch geschlossen!

Bitte berücksichtigen Sie bei Ihren Einkäufen unsere Inserenten. Vielen Dank.

Die SFL-Skifahrer erneut in Großarl – 2,5-Tagesskifahrt vom 17.01.-19.01.2020

Ruhig war sie, die Fahrt nach Hause am Sonntagabend. Nur leise Musik, wenig Gespräche, kaum Bewegung auf den Gängen...ganz untypisch für die Sportfreunde. Doch die meisten von uns waren einfach müde und erschöpft von 2 Tagen Ski-Spaß in Großarl. Ein gutes Zeichen – denn jeder hatte vorher Skifahren und Après-Ski in vollen Zügen genießen können. Auch wenn das Wetter nicht das allerbeste war – die Sicht ließ zu wünschen übrig und es fiel immer wieder Schnee – wir alle sind voll auf unsere Kosten gekommen.
Doch zurück zum Freitag, als alles begann…
Um 14:30 Uhr war Abfahrt vom Dorfplatz in Laubendorf – bereits eine dreiviertel Stunde vorher begann es bereits: ein Gewusel von 62 SFLern bepackt mit Ski, Stökken, Schuhen und Reisetaschen fand sich zum Beladen des Busses ein. Unser Norbert kam auch pünktlichst mit seinem Doppeldecker angefahren und schnell war mit zahlreich helfenden Händen alles verstaut. Kurz dachte man, dass doch nie und nimmer alles Gepäck in den Bus reinpasst, doch auch der letzte Skistiefel fand seinen Stauraum.
Zur geplanten Zeit ging es dann mit bester Laune in Richtung Berge.
Es war wieder einmal sehr viel los auf den Straßen, so dass es nur recht zäh vorwärts ging. Eine halbe Stunde vor Ankunft beim Gästehaus Gruber – wir hatten schon alle Hunger (die von der Skiabteilung spendierten Krapfen hielten doch nicht so lange an) und freuten uns eigentlich auf die Grillteller – wurde unser Bus überraschend von der Polizei angehalten. Fast eine Stunde hat uns die Aktion gekostet. Was war geschehen? Angeblich soll Norbert in einer Baustelle mit verengter Fahrtbahn einen PKW touchiert haben. Die Beifahrerin hat das Kennzeichen an die Polizei weitergegeben, die uns dann kurz nach der Abfahrt von der Autobahn gestoppt hat. Die Beamten kontrollierten den Bus auf mögliche Kratzer, konnten aber nichts finden. Die Besitzer des PKWs wurden informiert, dass der Bus gestoppt wurde und sollten sich auf den Weg zu uns machen – solange mussten wir warten. Bei deren Ankunft war sich die Frau wohl gar nicht mehr so sicher, ob der Bus das Auto tatsächlich gestreift hatte, denn auch an dem Außenspiegel waren keine Kratzer oder ähnliches zu entdecken. Sie fühlte sich von uns wohl einfach nur „bedroht“. Die Polizisten haben sich auch ihren Teil gedacht und wir durften dann endlich weiterfahren.
Nach unserer Ankunft um 21 Uhr bezogen wir zügig die uns zugeilten Zimmer und konnten uns dann endlich über den leckeren Grillteller hermachen, den die Küche für uns vorbereitet hat. Gemütlich ließ ein Teil unseres Trupps den Abend im Aufenthaltsraum ausklingen – der Rest fand sich bei der ein oder anderen Zimmerparty wieder.
Der frühe Vogel fängt den Wurm - am Samstag gabs um halb acht Frühstück – eine gute Stunde später fuhr uns ein extra für uns bestellter Skibus zur Gondelstation nach Großarl. Alle waren pünktlich – jetzt konnte das Skivergnügen beginnen. In unterschiedlichen Grüppchen machten wir uns auf den Weg und versuchten dem schlechten Wetter irgendwie etwas Gutes abzugewinnen. Es gab zum Glück wenig Wartezeit, die Pisten waren trotz des milden Winters bestens präpariert.

Am späten Nachmittag – zwischen letzter Bergfahrt und Busfahrt zum Gästehaus lag noch genug Zeit für einen Besuch in der Bar – machte sich die Hälfte der Sportfreunde wieder auf den Weg ins Quartier, während der Rest die RambazamBar belagerte. Im Quartier gab es eine eigens organisierte Après-Ski-Party, die von Musik zum Mitsingen, vielen mitgebrachten Spirituosen und dem ein oder anderen Tänzchen begleitet wurde. Die Stimmung war genial, ruhiger wurde es zwischenzeitlich nur beim Abendessen (es gab Schnitzel und Cordon Bleu). Bei dieser Gelegenheit konnten wir unserem Busfahrer Norbert ein kleines Präsent überreichen: eine neue Softshelljacke im Skiclub-Design!
Überschattet wurde der Tag von einem Erste-Hilfe-Einsatz auf der Piste, als einer der Jugendlichen mit einem anderen Kind zusammenkrachte und sich beim Sturz das Knie verletzte. Zum Glück hatte es keine schlimmeren Folgen – nach einem längeren Aufenthalt im Krankenhaus konnte er humpelnd wieder nach Hause – es war lediglich ein Bluterguss am Knie. Am nächsten Tag war es auch wieder soweit gut, dass Ski gefahren werden konnte.
Über Nacht hat es ununterbrochen geschneit und es gab ganz viel Neuschnee auf den Pisten. Unsere Zimmer haben wir nach dem Frühstück gleich geräumt und alles bei Norbert im Bus verstaut. Mit dem Transferbus aus Großarl wurde der gesamte Trupp wieder ins Skigebiet gebracht.
Über Nacht musste unser „Hofi“ den Verlust seines Skihelms feststellen – nach dem Après-Ski-Abend war dieser nicht mehr zu finden. Es lag morgens zwar ein halb eingeschneiter Helm vor der Bar, aber das war nicht der richtige. In dem Moment wusste noch keiner so recht, wo der Helm abgeblieben war, aber einer hätte etwas erahnen können. Saß doch der vermeintlich eigene Skihelm nicht so richtig auf dem Kopf und auch der Verschluss war doch sonst anders…. Des Rätsels Lösung: Klaus hatte am Vortag den falschen Helm mitgenommen und es nicht bemerkt, erst am Sonntagnachmittag wurde es aufgelöst. Sein Helm war noch in der Bar verblieben. Ende gut – alles gut. Für Gelächter war mit der Geschichte mal wieder gesorgt.
Der zweite Skitag ist immer etwas kürzer, da ab 14:30 Uhr bereits wieder Treffpunkt am Großparkplatz war, um gegen 15:30 Uhr die Anreise nach Hause anzutreten. Die Abfahrt wurde jedoch verzögert, da Christiane bei der letzten Abfahrt Richtung Talstation plötzlich einen Stich im Knie verspürte, stürzte und nicht mehr aufstehen konnte. Auch an Tag zwei mussten wir die Bergrettung in Anspruch nehmen. Nachdem das Bein dick verbunden war, nahmen wir Christiane mit auf den Heimweg, damit sie sich zu Hause in München weiteren Untersuchungen unterziehen konnte. Die Diagnose war leider Kreuzbandriss – gute Besserung an dich und komm bald wieder auf die Beine!
Nachdem die Skiausrüstung wieder im Inneren des Busses verstaut war und wir noch ein Gruppenfoto gemacht haben, ging es gen Heimat. Nach zwei Rastpausen und kleineren Staus hatte uns Laubendorf gegen 22 Uhr wieder.
Liebe Anja, vielen Dank für die Mühen und die Arbeit, die Du hier als würdige Nachfolgerin von Jürgen reingesteckt hast. Am Wetter lässt sich zwar noch arbeiten, aber der Rest war perfekt!

Bis nächstes Jahr!
Heike Sommer für die Skiabteilung

2020

Bekanntgabe der Termine und Gipfel - Ziele für 2020

2-Tagesbergtour
Datum: 27. – 28.06.20
Leichte Tour auch für Familien geeignet.
Übernachtung: Landsberger Hütte / Tannheimer Tal

3-Tagesbergtour
Datum: 31.07. -2.08.20 Mittelschwere Tour
Gipfel: Lärmkogel 3022 m (Leichter 3000)
Hütte: Neue Fürther Hütte in den Hohen Tauern

Vom Montafon zum Arlberg
Mittelschwere Tour
Durchquerung des Verwallgebirges
Datum: 05.9. – 12.09.20
7 – 8 Tagesbergtour: Gute Kondition (zwischen 5 - 10 Std. Gehzeit pro Tag)

2-Tagesbergtour Mittelschwere Tour
Datum: 03. – 04.10.20
Gipfel: Birnhorn 2632m / Leoganger Steinberge
Hütte: Passauer Hütte

Hochgebirgstour auf den Großglockner (mit Bergführer) über den Stüdlgrat
Termin: August – September
Teilnehmerzahl max. 4 Pers.

Genauere Informationen der Touren folgen in der nächsten Rundschau und auf der Homepage der Skiabteilung !
Anmeldungen: Ausschließlich nur per E-Mail Juergen.Lydia.Meier@t-online.de

Auf ein erfolgreiches Bergjahr 2020

Euer Jürgen, DAV Wanderleiter

SFL Langlaufwochende 2020 – Lusen, Haidel oder doch Kilger

Am vergangenen Wochenende war es wieder soweit. Pünktlich um 8.00 Uhr war Treffpunkt in Lohe. Der Wettergott hatte es ja in den vergangenen Tagen leider nicht so mit der Beschneiung der bayerischen Landstriche gehabt. Deshalb war uns etwas bang, nach den Aussagen des Wirts, der Wetterapps, Loipenberichten, Webcams, usw.
Bis kurz vor Freyung war leider immer noch kein Schnee in Sicht. Beim Leih der Langlauf-Ausrüstung konnte uns der Verkäufer im Sportgeschäft aber zumindest etwas Hoffnung machen. Es gibt Schnee..
Nur wo war die Frage. In Freyung nicht, in Mauth zumindest am Straßenrand, in Finsterau am Ortsrand und im Skistadion. Dort zog es uns nach einer ausgiebigen Brotzeit dann auch hin. Die Bedingungen waren aber mal so lala. Es gab zumindest eine Loipe und Schnee. Zwar alles nicht im allerbesten Zustand, aber zum einlaufen ging es schon. Apropos Einlaufen, mancher Teilnehmer hatte es leider nicht ganz so leicht sich gerade am Anfang auf den Skiern zu halten und musste doch das eine oder andere Mal die Erfahrung mit dem doch ganz schon vereisten Strecken machen. So manch ein blauer Fleck ist sicher auch heute noch zu bewundern. Die ganze Truppe zog nun los und die ersten Kilometer wurden abgespult. Das war uns natürlich nicht weit genug und das Skistadion wurde kurzerhand Richtung tschechische Grenze verlassen. Die Bayerwald-Loipe war unser Ziel. Zu Beginn sehr vereist, ging es dann ganz gut und wir konnten bis auf ein paar Teilstücke (wo wir die Bretter tragen mussten) dann doch langlaufen und mussten uns teilweise sogar anstellen, da so ein Andrang an der Loipe war (eine Schulklasse aus Berlin

hatte ihre Trainingseinheit auch auf die Bayerwald-Loipe verlegt). Der obligatorische Besuch unseres geliebten Loipenstüberls (eigentlich Brotzeitstüberl) musste heuer leider ausfallen, da in Mauth so gut wie kein Schnee lag. Weiter ging es hinauf Richtung Grenze. Dort trennten wir uns; ein Teil ging noch Richtung Bucina und der andere zurück zur Pension. Hier erwartete uns schon das Team der Familie Kilger und versorgte uns mit Mineralstoffen und am Abend mit einem leckeren Abendmenü. In der Folge wurde gespielt, gesungen und der ein oder andere Urstoff des Bayerischen Waldes genossen.

Am nächsten Tag war es dann leider wettertechnisch noch etwas komplizierter, denn es hatte in der Nacht geregnet und so haben wir uns in zwei Gruppen aufgeteilt. Die eine Gruppe zog es in den Graineter Wald um die Haidel-Loipe zu begehen und die andere Gruppe ging mit Wanderführer Hiltzi auf den Lusen. Der Chronist war beim Loipen-Team dabei, somit bekommt Ihr mehr Informationen über diesen Teil des Tages (die Bilder später sind aber von allen Aktivitäten). Die Grainet-Gruppe war, wie Fräulein Smilla auf der Suche nach Schnee. Das war nicht ganz so einfach, aber wir haben es tatsächlich geschafft und nach ca. 100 Metern waren wir dann auch auf unseren Brettern und konnten laufen. Es war aber extrem eisig und so hatten wir nach der ersten Abfahrt schon gleich zwei Stürze. Weiter ging es mit sehr verwirrender Beschilderung immer rund um den Heidel (1.165,6m) und manchmal ging es ganz gut aber leider sehr oft waren wir zu Fuß unterwegs, da es einfach nicht möglich war mit den Skiern zu laufen. Die Gruppe wurde erfinderisch und so wurden sogar Skitrage-Halterungen kreiert und so ausgerüstet zogen wir dann weiter. Nach einer längerem Fußmarsch waren wir dann wieder auf den Ski unterwegs, mussten dann

aber leider wieder einen sehr schmerhaften Sturz hinnehmen. Nach einer sehr langgezogenen Kurve ging es dann den “Postberg” hinauf zum Haidel. Für die meisten ging es dann die restlichen 500 Meter noch nach oben zum Berggipfel und den Holzturm um die Aussicht zu genießen. Im Anschluss ging es dann zurück zum Auto und dann auf die Suche nach einer leckeren Stärkung.
Gruppe zwei, war nachhaltig, zu Fuß auf dem Weg zum Lusen unterwegs. Hiltzi führte die Truppe die fast drei Stunden dauernde Tour zum Gipfel des Lusen, von dort ging es zur Lusen-Hütte, wo eine warme Mahlzeit und so andere Köstlichkeiten verzehrt und getrunken wurden. Von der Hütte ging es dann wieder über den Gipfel zurück nach Zwölfhäuser. Insgesamt 1.620m Anstieg und 1.662m Abstieg. Der Gipfel des Lusen liegt im übrigen bei 1.378m. Nach dieser Tour kamen alle am Nachmittag glücklich, aber geschafft wieder beim Kilger an. Nach einer kurzen Stärkung mit Elektrolythen war kaum Zeit zum Umziehen, da unser Abendmenü bereits in den Startlöchern stand.
Es war lustig und unterhaltsam, beim Kneipen-Quiz waren wir jedesmal Sieger, obwohl die Fragen manchmal wirklich unglaublich seltsam waren. Dann heizte uns DJ Michl kräftig ein und so konnten wir am frühen Sonntag-Morgen müde aber glücklich in die Betten verschwinden.
Am Sonntag war dann klar, das mit dem Langlaufen, wird wohl noch schwieriger wie an den beiden Vortagen

werden. Wir haben uns dann aber doch dazu entschieden, die Bayerwald-Loipe Richtung Bucina zu laufen (mit oder ohne Ski). Somit hatten wir wieder zwei Gruppen und überraschenderweise auch eine geschlossene Schneedecke, da der Boden doch mit ein paar Zentimetern überzuckert war.
Eine kleine Gruppe ging zu Fuß von Zwölfhäuser ebenfalls Richtung Bucina.
Gegen Mittag waren wir dann alle über der Grenze im Hotel Alpska Vyhlidka und ließen uns das Bier, den Kaffee und die leckeren Liwanzen schmecken. Nach Speiß und Trank ging es dann wieder zurück zu den Autos, von dort zum Kilger und dann auf die Straße nach Hause. In der Heimat angekommen trafen wir uns dann noch beim Burg in Adelsdorf um das SFL-Langlauf-Wochenende zu beschließen.
Es war wieder ein toller Ausflug mit Euch allen. Für 2020 haben wir schon wieder gebucht und freuen uns schon alle auf ein neues Wochenende in Mauth.

Für den Skiclub Alex Herrmann

„Die Apotheke mit dem freundlichen Service"
Pelikan Apotheke
Theo Zeiler
Nürnberger Str. 49 - 90579 Langenzenn - Tel. 09101/9505 - Fax 1505
e-mail:info@die-pelikanapotheke.de - www.die-pelikanapotheke.de
- Wir beraten Sie bei Ihrer Reiseapotheke. (Impfberatung, Malariaprophylaxe u.v.m.)
- Wir messen Ihre Kompressionsstrümpfe an.
- Wir führen Dr. Schüßler Salze.
- Wir bieten individuelle Beratung für Kosmetik und Körperpflege.
Eucerin Dr.Hauschka VICHY WELEDA LA ROCHE-POSAY Louis Widmer
- Wir haben durchgehend geöffnet.
QM SYSTEM
Öffnungszeiten:
Mo. Di. Do. 8.00 - 18.30 Uhr
Mi. Fr. 8.00 - 18.00 Uhr
Sa. 8.30 - 12.30 Uhr

elektro ruf
Ihr SIEMENS Gerätespezialist
- Beratung, Verkauf, Lieferung und Montage
- Elektro Gross- und Kleingeräte
- Eigene Reparaturwerkstatt
- Kundendienst
Hindenburgstraße 14
90579 Langenzenn
Tel. 09101/8203
ElektroRuf@gmx.de

Neues von den Sängerfreunden

Die erste Gelegenheit, unsere eingeübten Weihnachtslieder öffentlich zu Gehör zu bringen, war beim Budenzauber im Sportheim. Selbst wenn nur einige Stände aufgebaut waren, kamen doch überraschend viele Gäste an einem Samstagnachmittag im November, um sich auf die Advents- und Weihnachtszeit einstimmen zu lassen. Zuerst sangen wir „Weihnachtsstern, steige heut empor“. Danach folgte „Sind die Lichter angezündet“, eines der bekanntesten Weihnachtslieder der ehemaligen DDR, in Erinnerung an den Mauerfall vor 30 Jahren. Im ¾ -Takt erklang nun „Advent ist ein Leuchten, ein Licht in der Nacht“. Der Auftritt endete mit „Fürchtet euch nicht“. Der Wechsel von Ein- und Mehrstimmigkeit unterstrich den Aufruf des von Hella Heizmann komponierten Liedes kraftvoll und wohltönend.

Am 21. Dezember bereicherten die Sängerfreunde wie alle Jahre die Weihnachtsfeier des Gesamtvereins. Zuerst erklangen Adventslieder und dann hatte Kurt Mitländer für Gäste und Chor eine Überraschung vorbereitet. Mit wenigen Akkorden improvisierte er die Melodie eines bekannten Weihnachtsliedes und forderte dann das Publikum auf, die erste Strophe mitzusingen. Bald tönte der ganze Saal im Roten Ross, denn die Besucher erwiesen sich als überraschend textsicher. Nur bei Rolf Zuckowskis „In der Weihnachtsbäckerei“ mussten viele dann doch passen. Für eine gewisse Verblüffung sorgte auch das „Wie soll ich dich empfangen“, bei denen, die die getragene Melodie des Kirchenliedes im Ohr haben. Arrangiert mit einem flotten Refrain „Du kamst vom Himmelsthron, liegst im Kripplein klein, du sollst stets mein

Leben lang in meinem Herzen sein.“ zauberte der neue poppige Sound ein Lächeln in die Gesichter der Zuhörer. Mit dem gemeinsamen Schlusslied „O du fröhliche“ entließ der Chor die Ehrengäste, geehrten Sportler, Verantwortlichen und Mitglieder des SFL in die Feiertage.
Der erste Auftritt des gemeinsamen Rock-Pop-Chors, der sich aus Englisch sprechenden Sängerfreunden und dem Wilhermsdorfer Jugendchor gebildet hat, fand am Sonntag, den 2. Februar statt - in der katholischen Kirche in Wilhermsdorf statt. Unter dem Motto Beziehungen hatte Kurt Mitländer mit seinem Kinderchor und dem Jugendchor ein umfangreiches Programm vorbereitet. Alle Sänger standen gleich zu Beginn im Altarraum, um gemeinsam Adel Tawils „Ist da jemand?“ fulminant anzustimmen. Lustige Lieder wechselten mit nachdenklichen Balladen, Solostimmen mit Chorklang. Melodisch und rhythmisch ausgefeilt nahmen die Jugendlichen die Gäste in der voll besetzten Kirche mit zu einem schwungvollen Reigen mit Songs von Cindy Lauper bis zu George Ezra und Lady Gaga. Der Rock-Pop-Chor stimmte dann noch „Sweet dreams“ von den Eurythmics und „Burn it down“ von Linkin Park an, um dann noch einmal zum Schluss das Anfangslied zu Gehör zu bringen.

In der darauffolgenden Singstunde nahmen die Sänger Abschied von Pfarrerin Christine Heilmeier, die sich noch einmal beruflich verändert und ihre letzte Stelle nun in München antritt. Was lag näher als ihr „Wind of Change“ und „Weit, weit weg“ vorzutragen, wo die Gegensätze zwischen dem Laubendorfer Wirkungskreis und der Münchner Innenstadtgemeinde größer nicht sein könnten. So wünschte Ingrid Jakob im Namen aller Chormitglieder einen guten Neuanfang und lud sie ein, doch hin und wieder einmal zurückzukommen.

Anne Klinner

SCHAMBERGER
nn. Hans und Udo Schamberger
Agrarhandel · Heimtiernahrung · Gartencenter
Köschator
Lenzenstraße 4a
91452 Wilhermsdorf
Tel. 09102/99 50-0
Fax 09102/99 50-28
www.schamberger-tiernahrung.de
- Tiernahrung + Zubehör
- Grillkohlen, Grillbrikett, Grillanzünder
- Blumenerde, Spezialerde
- Regeneriersalz, Tabletten

Wir verleihen: Gartenfräse, Häcksler, Vertikutierer, Sägerät
Mo.-Fr. 7.30 - 12.00 Uhr + 13.00 - 17.00 Uhr
Sa. 8.00 - 12.00 Uhr

Einladung zur Jahreshauptversammlung

Die diesjährige Jahreshauptversammlung (Mitgliederversammlung) der Sport- und Sängerfreunde Laubendorf e.V. findet am **27. März 2020 ab 20.00 Uhr** im Sportheim, Siedelbacher Str. 13, statt.

Hierzu ergeht herzliche Einladung.

Es sind folgende Tagesordnungspunkte vorgesehen:

1. Bericht des 1. Vorstandes für die Vorstandschaft
2. Bericht der Vergnügungswarte über die Veranstaltungen
3. Bericht des 1. Kassiers
4. Bericht der Revisoren
5. Entlastung des Kassiers
6. Bildung und Auflösung von Rücklagen
7. Berichte der Abteilungen
   - Singen
   - Skisport
   - Gymnastik
   - Fußball
   - Ringen
8. Ergänzungswahlen
9. Wünsche und Anträge an die Vorstandschaft
10. Sonstige Vereinsangelegenheiten

Anträge zum Tagesordnungspunkt 9 können von allen stimmberechtigten Vereinsmitgliedern eingebracht werden. Derartige Anträge müssen mindestens acht Tage vor der Jahreshauptversammlung bei der Vorstandschaft eingegangen sein.

Mit freundlichen Grüßen

Christian Gall, 1. Vorsitzender

Zenntaler Hof

*Landgasthof mit **Biergarten** und **Gästezimmern***

*Wir verwöhnen Sie mit fränkischer Heimat auf dem Teller wie **jeden Freitag** eigene Schlachtschüssel, Forellen, Karpfenschmeckerwochen, Lamm, Spargel und anderen Gaumenfreuden der Saison!*

Zu Ostern bieten wir Ihnen:
Karfreitag große Auswahl verschiedener Fischgerichte, genießen Sie ein Ostermenü zu Ostern.

***Für Hochzeiten & Familienfeiern** bietet unser großer Saal und weitere Räumlichkeiten den passenden Platz.*

Wir haben für Sie an allen Tagen durchgehend geöffnet. Donnerstag Ruhetag.

- Direkt am Zenntal- und Karpfenradweg -

Auf einen Besuch von Ihnen freut sich Familie Burk!

***OT Adelsdorf 12** 90616 Neuhof/Zenn*
Tel. 09102/375 www.Zenntaler-Hof.de

Rückblick SFL-Fasching am 01.02.2020

Bereits zum 4ten Mal wurde im Sportheim die Faschingsparty gefeiert. Wieder einmal fanden sich viele bunt maskierte und verkleidete Gäste im Sportheim Laubendorf ein. Mit viel Liebe hat das Organisationsteam des Fördervereins erneut bunt geschmückt, leckere Getränke vorbereitet und eine Maskenprämierung organisiert.
Gleich zu Beginn wurden alle Gäste mit einer Welcome Bowle begrüßt.
Für den kleinen und großen Hunger gab es ganz klassisch Wienerle mit Semmeln.
Bereits um 20 Uhr trafen die ersten Beer Pong Spieler, Cheerleader, Indianer, Arielle und sowie viele andere höchst kreativ verkleidete Gäste ein. Es wurde viel getanzt und ausgelassen Fasching gefeiert. Die Maskenprämierung gewann dieses Jahr Karl Lagerfeld.
Auch dieses Jahr war der SFL-Fasching ein voller Erfolg!
Ein herzliches Dankeschön gilt allen Helferinnen und Helfern, vor allem den fleißigen Fußballern, die vor ihrer Auftaktsitzung den Abbau erledigt haben.

Vorschau auf das Laubendorfer Dorffest 2020

Das diesjährige Dorffest findet am Samstag, 29. August 2020 wie jedes Jahr auf unseren schönen Laubendorfer Dorfplatz statt. Wir haben dieses Jahr eine besondere musikalische Überraschung vorbereitet. Bereits nachmittags ab 15.00 Uhr spielen die Rhöner Rucksackmusikanten für die hoffentlich zahlreichen Besucher auf. Die Rucksackmusikanten sind eine volkstümliche Musikband aus der Rhön und bestehen aus sieben Vollblutmusikern. Sie sind mit ihren umfangreichen, vor allem volkstümlichen Musikrepertoire in Unterfranken weit bekannt.
Ihr Liedgut reicht von den alten bekannten Volksliedern bis zu Schlageroldies aus den 60iger und 70iger Jahren. Zum Mitsingen haben sie extra ein Liederbuch zum Mitsingen gedruckt. (Die Gruppe kann man bereits jetzt auf YouTube unter Rhöner Rucksackmusikanten hören). Wir würden uns freuen, wenn besonders viel reifes und älteres Publikum zu diesem Fest kommen würde. Bereits heute ergeht herzliche Einladung. Halten Sie sich diesen Termin frei.

Ab 19.00 Uhr spielen dann die Burnin Stages, bekannt vom letzten Langenzenner Altstadtfest, für die Besucher auf.

Vorschau auf unsere Termine im Jahr 2020

Langenzenner Kärwa vom 5. – 9. Juni 2020
Es bleibt noch spannend, wie und wo die Langenzenner Kärwa im Jahr 2020 stattfindet. Fest steht, dass es ein paar Änderungen in der Planung gibt und die Kärwa kompakter aufgestellt werden soll. Die Sport- und Sängerfreunde Laubendorf wollen euch natürlich auch dieses Jahr mit kühlen Bieren und Erfrischungen an unserem Getränkestand der Brauerei Hofmann bedienen. Fehlen darf natürlich auch nicht unser mittlerweile nicht weg zu denkender Cocktailstand mit den leckersten Kreationen für Jung und Alt.
Sobald es Neuigkeiten zum Kärwaplatz und Angebot an der Kärwa gibt, werden wir euch über die SFL Homepage und auf Facebook informieren.
Ihr habt Ideen für einen Cocktail oder Longdring der mit ins Angebot soll oder habt Lust uns mit einem Bardienst zu unterstützen? Kein Problem, wir freuen uns über jeden Vorschlag oder Hilfe. Meldet euch einfach bei einem Mitglied des Vergnügungsausschusses.

Wir freuen uns schon jetzt auf zahlreiche Besucher und gemeinsame stimmungsvolle Abende!

Vereinsfest 11. Juni 2020
Wie immer an Fronleichnam findet das traditionelle Vereinsfest am Sportplatz in Laubendorf statt. Auf dem Programm stehen natürlich die Fußballturniere der Jugendmannschaften sowie die toll choreographierten Aufführungen der Kinderturngruppen und der Ringermannschaft.
Ab Nachmittags gibt es Musik und Gesang von Jörg Lange, der bereits 2019 das Fest musikalisch begleitet hat. Auch der Eismann ist wieder mit seinem Eismobil zur Erfrischung bei hoffentlich sommerlichen Temperaturen für euch da. Für den kleinen und großen Hunger ist natürlich auch wieder mit leckeren Salaten, Gegrilltem und hausgemachten Kuchen gesorgt.
Die weiteren Programmpunkte findet Ihr rechtzeitig auf der SFL-Homepage und in der nächsten Rundschau.

Gute Unterhaltung garantiert!
Auf Ihr Kommen freut sich der Förderverein der Sport- und Sängerfreunde Laubendorf.

Weitere Termine – das genaue Programm wird in der nächsten Rundschau bekanntgegeben:
Laubendorfer Dorffest: 29.08.2020
Laubendorfer Kärwa: 18.09. – 21.09.2020

Theaterabende in Laubendorf 2020

Hallo liebe Theaterfreunde,
endlich ist es wieder soweit, unser „Loveboot sticht in See“. Die 6 Auftritte finden wie immer im Gasthaus Rotes Roß in Laubendorf statt.
Im Jahr 2020 spielen wir für Sie den 3 – Akter „Loveboot sticht in See“ von Claudia Ott, bei dem wir sie zu einer Kreuzfahrt nach Hawaii einladen möchten.

Kleine Inhaltsangabe:
Die MS Loveboot sticht von Laubendorf aus, zu einer Kreuzfahrt nach Hawaii.
Diese Gelegenheit will Thorsten (Christian Ell) nutzen um seiner geliebten Jaqueline (Sabine Tauletz) einen Heiratsantrag zu machen. Leider hat er aber nicht mit den

Mitpassagier Herrmann Gruber (Walter Knoblich) der mit seiner Ehefrau Elfriede (Ruth Lösslein) reist, gerechnet. Denn Hermann will zusammen mit Klaus-Dieter Reinsch (Hans Jürgen Kamm) Thorsten die Idee wieder ausreden. Klaus Dieter möchte nur ein paar ruhige Tage an Bord verbringen, was ihm aber leider nicht vergönnt ist, da seine nervige Nachbarin Amanda mit ihrer Zwillingsschwester Bianca (Doppelrolle Christine Böhm) auch an der Kreuzfahrt teilnimmt.
Als dann auch noch der etwas seltsame Kapitän Janson (Alfred Knoblich) durch seine Nervosität auffällt, vermutet Amanda ein Leck am Schiff. Nun versucht sie alles damit sie sich selbst noch in Sicherheit bringen kann, ehe das Schiff sinkt.
Die einzigen die in diesem Chaos vermutlich den Durchblick behalten sind der Stewart Viktor (Thomas Bauer) und das Allroundtalent Ramon Rodruiqez-Alvarez (Udo Hammerschick).
Wenn sie wissen wollen, ob das Schiff wirklich sinkt und ob Jaqueline doch noch ihren Heiratsantrag bekommt, dann kommen sie einfach an einen unserer Theaterabende bei uns in Laubendorf vorbei.

Unsere Termine für die Aufführungen sind:
Freitag: 13.03.2020 / 20.03.2020 / 27.03.2020
Samstag: 14.03.2020 / 21.03.2020 / 28.03.2020
Einlass: 19.00 Uhr, Beginn: 20.00 Uhr

Restkarten gibt es eventuell noch bei Lydia Brunnhübner, unter der Telefonnummer: 09102 / 1254
Die Theatergruppe freut sich schon jetzt auf die Aufführungen und möchte Sie hiermit ganz herzlich zu ihren Vorstellungen 2020 einladen.

Wir stellen vor:

Nach längerer Pause stellen wir wieder einmal ein langjähriges und äußerst verdientes SFL-Mitglied vor:

Michael Tomasic aus Langenzenn:
Im Herbst 1982 kam Michael vom TSV Langenzenn zum SFL. Der TSV verwehrte ihm die Freigabe so daß er zunächst nur in der zweiten Mannschaft spielen konnte. Aber ab der Saison 1983/84 war „Mitschko“ wie er von seinen Freunden genannt wird, als kompromißloser Abwehrspieler Mitglied unserer der ersten Mannschaft. Er war Mitglied der Meistermannschaft 1988 und zählte bis 1995 zum Stamm der Ersten. Danach wechselte er zur Alten Herren über, wo er bis heute noch gelegentlich mitmischt. Insgesamt absolvierte bis jetzt 878 Spiele für den SFL und steht damit an zweiter Stelle nach Dieter Cokot in der Rangliste der eingesetzten Spieler.
Aber das ist nur seine eine Seite bei den Sportfreunden.
Wenn bei uns am Vereinsgelände Steine und Mörtel verbaut werden, ist der Mitschko durch seinen Beruf als Maurer unentbehrlich. Allein beim Sportheimbau in den Jahren 1996 – 1998 arbeitete er **690 Stunden.**
Egal ob gemauert, betoniert oder gepflastert wird, Michael ist unentbehrlich. So auch als zuletzt der neue Parkplatz gebaut wurde. Sicher wird er auch gebraucht wenn demnächst ein weiterer Unterstellraum gebaut wird.
Der SFL darf dankbar sein, dass wir eine solche Fachkraft in unseren Reihen haben.

Wir bedanken uns bei Michael Tomasic für seine jahrzehntelange Treue und wünschen ihm weiterhin alles Gute und noch viele schöne Jahre bei seinem SFL

Bernhard Jakob,
Ehrenvorstand

Sport ist im Verein erst schön – werden auch Sie Mitglied beim SFL!
www.sf-laubendorf.de

PRAXIS FÜR ZAHNGESUNDHEIT

Nicole Limpert
-Zahnärztin-

- Kindersprechstunde
- Kieferorthopädie
- Zahnputzschule
- Zähne bleichen
- ästhetischer Zahnersatz
- Implantate
- Zahnfarbene Füllungen
- Prophylaxe

Uferstr. 2 • 91452 Wilhermsdorf
www.zahnarzt-wilhermsdorf.de
Tel.: 09102 994 993

Harmonische Gesamtweihnachtsfeier: SFL bedankt sich bei zahlreichen verdienten Mitgliedern

Auf einer kurzweiligen und harmonischen Weihnachtsfeier des Gesamtvereins haben die Sport und Sängerfreunde Laubendorf zahlreiche verdiente Mitglieder für besondere Leistungen geehrt.
1. Vorstand Christian Gall begrüßte die Gäste im komplett gefüllten Saalbau Höfler in Laubendorf. Er blickte auf das vergangenen Jahr zurück und berichtete über seine persönliche Sicht der Weihnachtszeit. Eine besondere Zeit, die viel Zeit gibt um neue Kräfte zu tanken.
Anni Schlager, im Namen des Bürgermeisters, und Pfarrerin Heilmeier fanden die richtigen Worte und schickten Weihnachtsgrüße an die anwesenden Gäste.
Für 25 Jahre Mitgliedschaft wurden **Lisa Ziegler, Thomas Bauer, Jens-Otto Schmidt, Daniel Stenzel, Andrea Stürzenhofecker, Fabian Stürzenhofecker, Reinhold Stürzenhofecker, Markus Pöllet, Gunther Höfler, Sabine Pöllet, Manfred Moldan, Katrin Jabs, Norbert Kastner, Georg Nickel, Johannes Meier, Markus Knies, Johannes Eberlein, Christian Endreß, Gabriele Wißerner, Benjamin Kress, Michaela Scherzer** und **Marc Bernreuther** geehrt.
Für 40 Jahre Mitgliedschaft wurden **Frieda Gebhardt** und **Bety Preiss** ausgezeichnet.
Ganze 50 Jahre Mitgliedschaft haben **Jörg Kellermann, Uwe Kreuzer, Christine Bernreuther, Fritz Meier, Heide Meier, Jürgen Meier, Walter Scherb, Erika Scherb-Schmidt, Klaus Schneider, Norbert Weghorn, Otto**

Volke und **Leonhard Schneide**r auf dem Konto.
Für 60 Jahre Mitgliedschaft bedankten Sich die Vorstände Christian Gall und Michael Jakob bei **Margot Kellermann.**
Ein besonderes Augenmerk lag an dem Abend auch auf die wichtige Schiedsrichtertätigkeit im Verein. Gerade aktuell liest man doch leider des Öfteren in der Presse, dass es nicht immer ein "leichtes Spiel" für alle Schiedsrichter in der Region ist. Umso wichtiger der Einsatz der Schiedsrichter im eigenen Verein. Für langjährige Schiedsrichtertätigkeit wurden **Kevin Rösch** (10 Jahre), **Harald Neubauer** (15 Jahre), **Klaus Hofmann** (30 Jahre) und **Günter Scherb** (40 Jahre) ausgezeichnet.
Bedankt wurde sich außerdem bei **Rudi Hartlehnert, Stefan Weigel, Wolfgang Sprotte, Christian Kuhn, Christian Tiefel, Benjamin Kress, Hans Peter König, Marion Stech, Norbert Weghorn, Harald Sommer, Frank Kammler und Patrick Mitzler** für langjährige Tainertätigkeiten. Ohne engagierte Trainer wäre der Spielbetrieb mit den vielen Jugendmannschaften nicht möglich.
Besonderen Applaus erhielten **Irmgard Gattinger, Otto Kordter und Simone Gattinger** für ihre langjährigen ehrenamtlichen Tätigkeiten. Irmgard Gattinger ist bereits 20 Jahre ehrenamtlich aktiv und reinigte als Beispiel über viele Jahre stets zuverlässig die Kabinen, sowie die Kabinengänge im Sportheim. Otto Kordter ist bereits 15 Jahre als Platzwart aktiv. Simone Gattinger ist 20 Jahre ehrenamtlich im Einsatz. Als Kassier regelt Sie aktuell die finanziellen Belange des SFL und ist entsprechend ein sehr wichtiger Teil der Vorstandschaft.

Nachruf Katharina Fein

Am 8. Februar 2020 ist unser langjähriges Mitglied Katharina Fein aus Laubendorf im Alter von fast 81 Jahren nach längerer Krankheit verstorben.

Frau Fein trat als aktive Sängerin am 17. Oktober 1993, nachdem sie ihr Berufsleben beendet hatte, in unseren Verein ein.

Über all die Jahre war sie mit ihrer Altstimme eine Stütze der Sängerfreunde. Regelmäßig kam sie jeden Dienstag zu den wöchentlichen Singproben. Auch war sie öfters als zuverlässige Helferin beim Dorffest im Einsatz. Leider musste sie wegen ihrer angeschlagenen Gesundheit vor einigen Jahren das Mitsingen aufgeben.

Bei Ihren Mitsängerinnen und -Sängern war sie mit ihrem ruhigen, netten und bescheidenen Wesen sehr beliebt und anerkannt.

Die Sängerfreunde verlieren eine treue Sängerin und werden Ihr Andenken in Ehren halten.

Unser aufrichtiges Beileid gilt ihren Sohn Günter mit seiner ganzen Familie, sowie allen Verwandten und Bekannten die um sie trauern.

Sport- und Sängerfreunde Laubendorf e.V.
Vorstandschaft und Mitglieder

Nachruf Martin Ermer

Unser großer Ringerfreund Martin Ermer aus Veitsbronn ist am 19. Dez. 2019 im Alter von 91 Jahren verstorben.
Nachdem ihm bekannt wurde, dass es beim SFL eine Ringerabteilung gibt, trat er am 15. Mai 2017 in unseren Verein ein.
Martin Ermer war ein Förderer des Ringersports beim SFL. So unterstützte er den Verein großzügig beim Kauf der teuren Ringermatten und bei anderen Anschaffungen.
Er wurde wegen seiner Liebe zum Ringersport mehrfach ausgezeichnet: so mit dem

Goldenen Kleeblatt der Stadt
Verdienstorden der Bundesrepublik Deutschland
BVS Ehrennadel in Gold mit Brillant

Wir Laubendorfer Ringer sind dankbar ihn in unseren Reihen gehabt zu haben.

Unser aufrichtiges Beileid gilt allen, die um ihn trauern.

Die Vorstandschaft und alle Mitglieder,
besonders die SFL-Ringerabteilung

Sport ist im Verein erst schön – werden auch Sie Mitglied beim SFL! www.sf-laubendorf.de
Aktuellste Informationen, Kursbuchungen, Veranstaltungen & Termine u.v.m.

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

Marschig, Ingrid	3.3.	64
Cokot, Klaus-Dieter	4.3.	64
Mergel, Robert	4.3.	64
Horn, Ursula	6.3.	77
Moser, Franz	10.3.	87
Jakob, Bernhard	12.3.	71
Putler, Sandy	**12.3.**	**50**
Ell ,Erich	14.3.	61
Mahr, Günther	**14.3.**	**50**
Schröter, Anja	**15.3.**	**40**
Kastner, Erika	19.3.	62
Jakob, Barbara	20.3.	66
Lampert, Erwin	22.3.	62
Hartlehnert, Rudolf	**24.3.**	**50**
Kunze, Heidemarie	**26.3.**	**70**
Müller, Lieselotte	**28.3.**	**80**
Rotkehl, Klaus	1.4.	71
Baumstark, Frenzi	3.4.	75
Weghorn, Waltraud	3.4.	77
Sprotte, Rosi	6.4.	66
Karl, Georg	7.4.	86
Moser, Jürgen	**9.4.**	**50**
Moldan, Manfred	**10.4.**	**60**
Gall, Monika	10.4.	67
Fleischmann, Annemarie	12.4.	63
Landshuter, Helmut	16.4.	67
Salzer, Karl	22.4.	78
Klenk, Heinz	23.4.	75
Bast, Roswitha	25.4.	66
Gebhardt, Frieda	25.4.	72
Scherb, Günter	28.4.	79
Knoblich, Walter	**30.4.**	**60**
Volke, Maria	30.4.	76
Liehret, Michael	1.5.	63
Gabriel, Ingrid	1.5.	69
Sieber, Gerhard	5.5.	62
Meier, Marianne	8.5.	66
Hofmann, Michael	**9.5.**	**50**
Erhart, Josef	12.5.	77
Kastner, Bianca	**13.5.**	**40**
Osswald, Rudi	14.5.	62
Schamberger, Hans	16.5.	89
Pickl, Sabine	17.5.	61
Walther-Zocher, Christine	17.5.	67
Felsensteiner, Maria	19.5.	69
Winkler, Toni	22.5.	64
Steininger, Dieter	22.5.	67
Gerhard, Edgar	23.5.	68
Sand, Erna	23.5.	79
Kleinschroth, Reinhold	**23.5.**	**50**
Hofer, Erika	**24.5.**	**80**
Brunnhübner, Lydia	25.5.	66
Förster, Georg	27.5.	66
Zaremba, Karin	27.5.	69
Wunderle, Sieglinde	**28.5.**	**70**
Stieg, Ingrid	28.5.	71
Marschig, Bernhard	29.5.	66

Neue Mitglieder

Emilia Hofmann	Fitness & Gymnastik
Sophie Hofmann	Fitness & Gymnastik
Johanna Biegel	Fitness & Gymnastik
Noah Boczek	Fußball
Leon Pawlik	Fußball
Ben Pawlik	Fußball
Melanie Pawlik	Fußball
Luca Gnad	Fitness & Gymnastik
Erik Raskovic	Ringen
Eduard Kunz	Ringen
Isabella Kunz	Ringen
Natalia Kunz	Ringen
Lion Drexler	Fitness & Gymnastik
Maria Gottschalk	Fußball
Johannes Wallmüller	Fitness & Gymnastik
Malena Schirmer	Fitness & Gymnastik
Elisa Müller	Fitness & Gymnastik
Lena Goos	Fitness & Gymnastik
Greta Goos	Fitness & Gymnastik
Mila Wagner	Fitness & Gymnastik
Stefanie Schmidt	Fitness & Gymnastik
Marlene Schmidt	Fitness & Gymnastik
Sabine Königsreuther	Ringen
Johannes Appel	Fitness & Gymnastik
Luca Prell	Ringen
Matthias Wiegel	Skiabteilung
Jörg Leikauf	Skiabteilung
Anja Leikauf	Skiabteilung
Alina Leikauf	Skiabteilung
Maria Allen	Fitness & Gymnastik
James Allen	Fitness & Gymnastik
Sophie Dahmer	Fitness & Gymnastik
Roza Grzanua-Pilz	Fitness & Gymnastik
Viktor Konrad Pilz	Fitness & Gymnastik
Antonia Ender	Fitness & Gymnastik
Olena Pickl	Skiabteilung

Impressum

Herausgeber: Sport- und Sängerfreunde Laubendorf e.V.
Siedelbacher Straße 13 · 90579 Langenzenn
Telefon Geschäftsstelle: 09102/996880
Fax Geschäftsstelle: 09102/996881
Telefon Gaststätte: 09102/718
E-Mail: Info@sf-laubendorf.de

Homepage: www.sf-laubendorf.de

1. Vorstand: Christian Gall, Meiersberger Str. 13a, 90579 Langenzenn, Tel. 09102/9940638, E-Mail: christian.gall@sf-laubendorf.de

Verantwortlich: Alexander Stark, Seukendorfer Str. 9a, 90579 Langenzenn, Tel 09101/5383418, E-Mail: alexander.stark@sf-laubendorf.de

Redaktionsstab: Christian Gall, Michael Jakob, Simone Gattinger, Gerhard Höfler, Miriam Kerschbaum, Caroline Filpes, Heide Meier, Heidi Kerschbaum, Sascha Emmrich, Heiko Wolf, Jürgen Meier, Klaus Schneider, Alexander Herrmann, Stefanie Roksandic, Anja Wagner, Harald Sommer, Bernhard Jakob, Anne Klinner

Werbung/Anzeigen: Alexander Stark

Gestaltung und Layout:
Satzstudio Graeber, Mühlleite 32, 90579 Langenzenn

Auflage: 1000 Exemplare
Erscheinungsweise: vierteljährlich, jeweils zum 1.03, 1.06, 1.09 und 1.12. Verteilung kostenlos an alle Haushalte der Stadtteile Lohe, Laubendorf und Heinersdorf sowie an alle Vereinsmitglieder.

NIEDRIGES GEWICHT

HOHE PRODUKTIVITÄT

Husqvarna Motorsägen vereinen Kraft und Geschwindigkeit mit exzellenter Ergonomie. Das geringe Gewicht, die kompakte Bauweise gepaart mit innovativen Lösungen erleichtern die Handhabung und sorgen für ein sicheres und effektives Arbeiten.

Überzeugen Sie sich selbst – vereinbaren Sie einen Beratungstermin mit uns!

Schühlein

Landmaschinen Fachbetrieb

...seit über 100 Jahren für Sie im Einsatz!

- **Landtechnik**
- **Metallbau**
- **Forst- und Gartengeräte**
- **Reparatur-Werkstätte**
- **Reifen-Service**
- **Tankstelle**

Dürrnbuch 15 · 91448 Emskirchen
Tel. 09102 14 94 · Fax 09102 13 25
rainer.schuehlein@t-online.de
www.schuehlein-landtechnik.de

Husqvarna
READY WHEN YOU ARE

malermeister bernreuther

Der Spezialist für Ihre Fassadendämmung

eigenes Gerüst

- Fassadenrenovierung
- Treppenhausgestaltung
- Tapezier- und Malerarbeiten

Farbtönstation
für unbegrenzte Farbenvielfalt

Wolfgang Bernreuther
Energieberater nach EnEV

Friedenstr. 11 • 91452 Wilhermsdorf
Fon: 0 91 02 - 96 420 • Fax: 96 421
wolfgang.bernreuther@t-online.de