

Allgemeiner Sportverein Niederndorf e.V.

Jubiläums-Ball

zum 40-jährigen Bestehen
der Tanzsportabteilung



02.12.2023

Veranstalter:

Tanzsportabteilung
des ASV-Niederndorf



Theatergruppe des
ASV Niederndorf

Der tollste Tag

von Peter Turrini
frei nach Figaros Hochzeit von Beaumarchais

FR 24. NOVEMBER 19.30 UHR
SA 25. NOVEMBER 19.30 UHR
SO 26. NOVEMBER 18.00 UHR
FR 01. DEZEMBER 19.30 UHR
SA 02. DEZEMBER 19.30 UHR
SO 03. DEZEMBER 18.00 UHR

Einlass eine Stunde vor Beginn

Im Saal der Gaststätte Favorit in Niederndorf
(ehemals Gaststätte Winkelmann)

Eintritt 12,- / 8,- Euro
ermäßig für Studierende und Kinder unter 18

Vorverkauf ab 24.10.2023
Sternenapotheke Niederndorf Tel. 09132 738-4083
Familie Brecht Tel. 09132 4722

ASV-Kurier

Ausgabe: 4/2023

Mitgliedbeiträge – Impressum

Mitgliedsbeiträge

bisherige Beitragsgruppen	ab 2023
Kinder / Jugendliche bis 18 Jahren	75 €
Schüler / Azubis / Studenten / FSJler / ect. ab 18 Jahren	75 €
Einzelbeitrag ab 18 Jahren	125 €
Rentner / Pensionäre / Passiv auf Antrag	75 €
ein Vollmitglied mit Kind(ern) bis 18 Jahren	175 €
ein Vollmitglied mit Kind(ern) ab 18 Jahren	190 €
Ehepaare bzw. Lebenspartnerschaft	220 €
Familien mit Kind(ern) bis 18 Jahren	220 €
Familien mit Kind(ern) ab 18 Jahren	260 €
neue Beitragsgruppen	
ein Vollmitglied mit Enkel(n) bis 18 Jahren	175 €
drei oder mehr Kinder einer Familie bis 18 Jahren	175 €
Großeltern mit Enkel(n) bis 18 Jahren	220 €

Kontakte

Geschäftsstelle ASV Niederndorf e.V.	Vacher Straße 27, 91074 Herzogenaurach
ASV Mailadresse:	info@asv-niederndorf.de
ASV Sportheim:	Vacher Straße 27, Tel. 7411893
Homepage:	http://www.asv-niederndorf.de
Bankverbindung	auf Nachfrage bei der Schatzmeisterin

Impressum

Herausgeber:	ASV Niederndorf e.V., Vacher Str. 27
Verantwortlich für die Beiträge:	Die jeweiligen Verfasser
Redaktion:	Alban Spägele
Mail:	kurier@asv-niederndorf.de
Druck:	<i>Rainbowprint, Druckerei Ganz</i>
Erscheinungsweise vierteljährlich	
Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten	

Um freundliche Beachtung der Inserate wird gebeten

Unser Sportangebot

	Alpensport	Bergsport (Bergwandern, Klettersteigen, Bergsteigen) Skisport (Alpin, Langlauf)
	Badminton	Schüler, Jugendliche, Erwachsene und Hobbyspieler Ligaspielbetrieb: Mannschaften bis Bayernliga
	Chor CANTUS VOX	Gemischter Chor: Konzertante Projekte, geistliches, modernes und zeitloses Liedgut
	Freiluftsport + Kultur	Wanderungen, Radtouren, Nordic Walking, Ausflüge mit kulturellem und geselligem Charakter
	Fußball	Verschiedene Schüler- und Jugendmannschaften, 1. u. 2. Mannschaft, AH- u. AL-Mannschaft
	Gymnastik	Für jede/jeden etwas: von Wirbelsäulengymnastik über verschiedene Fitnessstunden bis Zumba, Yoga, Smovey, Fascial Fitness und orient. Tanz
	Kinderturnen	Sportstunden für Kinder im Alter von ca. 2 Jahren bis zum Ende der Grundschulzeit
	Sportabzeichen	Aufbautraining, Training der Einzeldisziplinen und Abnahme des Deutschen Sportabzeichens für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
	Tanzsport	Breitensport-Training und Workshops in Standard und Latein / Tango Argentino, Milonga, Vals / Salsa, Discofox, West Coast Swing
	Theatergruppe	Laienschauspiel mit jährlich einem größeren Stück
	Tischtennis	Tischtennis für Schüler, Jugendliche und Erwachsene mit Teilnahme an Punktspielen der Kreisliga
	Volleyball	Hallen- und Beach-Volleyball als Freizeitsport mit Teilnahme an Freizeit-Volleyball-Turnieren

Weitergehende Informationen zu den Abteilungen unter www.asv-niederndorf.de

Inhaltsangabe

	Seite	
	Termine und Veranstaltungen	5
	Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder	6
	Vorstandschafft	7
	Theatergruppe	9
	Gymnastikabteilung	10 - 11, 13
	Freiluftsport + Kultur	15
	Fußballabteilung 1 + 2. Mannschaft	16
	Fußballabteilung F3 Junioren	17
	Chor CANTUS VOX	19
	Tischtennisabteilung	20 - 21
	Alpinsportabteilung - Skisport	22 - 23
	Alpinsportabteilung - Nachlese	24 - 25
	Alpinsportabteilung - Bergsport - Tour Allgäu	27 - 29
	Badmintonabteilung - Auszeichnung	31
	Badmintonabteilung - Auszeichnung	32 - 37
	Sportabzeichenabteilung	39 - 42
	Tanzsportabteilung	44 - 53
	Wichtige Anschriften	54
	Beitrittserklärung	55

Termine und Veranstaltungen

Datum:	Uhrzeit:	Veranstaltung:
Sa. 02.12.2023	20.00	Tanzsportabteilung: Festlicher Ball
Mi. 06.12.2023	18.00	Gymnastikabteilung: Weihnachtsfeier im Sportheim
Sa. 09.12.2023	10.00	Freiluftsport+Kultur: Busfahrt Erzgebirge
So. 10.12.2023		cantus vox: Mitwirkung beim Festlichen Kirchenkonzert in der Klosterkirche Münchaurach
Mi. 10.01.2024	10.00	Freiluftsport+Kultur: Winterwanderung Treffpunkt Feuerwehrhaus
Do. 11.01.2024	19.00	Alpinsportabteilung - Berg- und Skisport: Nachlese und Ausblick auf das alpine Skifoarn und die Bergtour(en) 2024, Sportheim#
Fr. 12.01.2024	18.00	Alpinsportabteilung - Skisport: Anmeldetermin für das alpine Skifoarnwochenende
Sa. 03.02.2024	18.00	Gymnastikabteilung: Weiberfasching Sportheim
Fr. - Mo.	08.03. - 11.03.	Alpinsportabteilung - Skisport: Alpinschifoarnwochenende im hinteren Ötztal in Tirol/Österreich
jeden 1. Mittwoch im Monat	19.00	Gymnastikabteilung: Stammtisch im ASV-Sportheim

Redaktionsschluss für Ausgabe 1/2024: Samstag 03.02.2024

Druckfertigstellung Ausgabe 1/2024: voraussichtlich 27.02.2024

**Termine und aktuelle Informationen auch unter:
<http://www.asv-niederndorf.de>**

Abfrage des Vorstands zur Kurierverteilung

Dieser Ausgabe liegt ein extra Blatt mit einer Abfrage zur Verteilung des Kuriers bei. Alle, die künftig den Kurier weiterhin als gedrucktes Heft zugestellt haben wollen, werden gebeten das Blatt auszufüllen und im Sportheim in den Briefkasten zu werfen oder per Post an den ASV zuschicken.

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder

Badminton

Jha, Vatsala
Schmidt, Jakob
Jain, Dhruva

Tanzsport

Freyhardt, Anette
Grillenbeck, Franz

Kinderturnen

Retzmann, Sofia
Müller, Mara
Allmeier, Leopold
Kaur Virk, Sabreen

Chor

Beiß, Birgit

Tischtennis

Worgitzki, Erna
Lenski-Worgitzki, Tatjana

Fußball

Kabakli, Sinan
Richter, Julian
Izaak, Lukas

Theater

Stephan, Verena

Müller, Jonathan
Allmeier, Paul
Geinzer, Theo Johann
Müller, Jakob



Mein Team und ich
beraten Sie gerne!

- Hochzeiten
- Dekorationen
- Innenraumbegrünung
- Trauerfloristik
- Wohnaccessoires
- Geschenkideen...

Einsteinstraße 15a
91074 Herzogenaurach
Tel.: 091 32 - 62 715
www.herzoflower.de




Beate Matthäus
BLUMEN|GALERIE
...überraschend anders

Vorstand - Grußwort

Liebe Mitglieder,

Da sich das Jahr nun doch langsam zu Ende neigt und das außerdem die letzte Ausgabe von heuer ist, erlaube ich mir schon jetzt einen kleinen Jahresrückblick.

Ein Höhepunkt war auf jeden Fall die Niederndorfer Sommerkirchweih, die auch heuer wieder von der Fußballabteilung unter der Regie von Sebastian erfolgreich organisiert und ausgerichtet wurde. An dieser Stelle nochmals ein herzliches Dankeschön und ein großes Lob an alle Helferinnen und Helfer.

Der Chor übernahm wieder den Ausschank beim Abi-Ball des Gymnasiums Herzogenaurach, dessen Ertrag unsere Vereinskasse ebenfalls etwas aufbesserte.

Im Juli wurde unsere Geschäftsstelle im Erweiterungsbau eingerichtet. Für die Nutzung des Fitness-Raumes muss noch etwas installiert werden. Wir hoffen aber, ihn noch vor Jahresende für die Mitglieder eröffnen zu können.

Im Vorstand wurden ja drei Posten Ende April neu besetzt, daher ist neben dem „Tagesgeschäft“ immer noch einiges neu zu organisieren und zuzuordnen. Ich bin aber angesichts des Fortschrittes zuversichtlich, dass wir im nächsten Jahr in den „Normalbetrieb“ übergehen können.

Leider hat sich die finanzielle Situation unseres Vereines nicht verbessert, u.a. durch den Wegfall bzw. die Reduzierung der Zuschüsse von Stadt und Land. Deshalb möchte ich Sie bitten, bei dem Spendenmarathon der Stadt- und Kreissparkasse vom 27.11.23 bis 4.12.23 mitzumachen und für die ASV-Projekte „Bausteinspende“ und „Erneuerung Umkleidekabinen und Sanitärräume im Sportheim“ zu spenden. Sie erreichen den Spendenmarathon über das Regionalportal [WirWunder Erlangen Höchstadt Herzogenaurach](#).

Ich möchte Sie noch auf zwei Veranstaltungen unseres Vereines hinweisen: Einmal die Aufführungen unserer Theatergruppe Ende November/Anfang Dezember, sowie den ersten ASV-Ball nach der Corona-Pause, wie immer veranstaltet von unserer Tanzsportabteilung. Details dazu, wie Termine, sind den Abteilungsberichten zu entnehmen.

Ich wünsche Ihnen allen noch alles Gute für die Advents- und Weihnachtszeit und den Sprung ins Neue Jahr sowie viel Spaß bei Ihren Aktivitäten im und um den Verein.

Mit herzlichen Grüßen,

Horst Napetschnig

Herzo Werke



Uns allen!

**Wem gehören
die Stadtwerke
eigentlich?**



**Gas, Wasser, Strom und Wärme sind in „Herzi“
eine Sache der Bürger, denn die Stadtwerke gehören allein
der Stadt. Also allen Bürgern.**

Infoline:

Tel.: (09132) 904-0

Internet:

www.herzowerke.de



Herzo Werke
natürlichversorgt

Theatergruppe

Liebe Theaterfreunde,

Die Probensaison hat für uns mit gemischten Gefühlen begonnen, denn wir haben einen großen Verlust zu beklagen: Am 14. August verstarb unser Regisseur Jürgen Klostermeyer im Alter von 82 Jahren.

Jürgen kam 2007 für die Regie nach Niederndorf und begleitete uns über all die Jahre hinweg mit unglaublichem Theaterwissen, Ideen und Inszenierungen, die uns und Ihnen allen in Erinnerung bleiben werden.

Seit Jahren schon wollte er mit uns das Stück „Der tollste Tag“ von Peter Turrini spielen. Anfang 2023 zeichnete es sich dann ab, dass wir diese Saison endlich genug Schauspieler für dieses Stück haben. Umso mehr schmerzte es uns, die Proben im September ohne Jürgen zu beginnen.

Unser Regie-Power-Duo besteht für diese Saison aus Denise Seibert und Sonja Soydan, die uns zielstrebig und motiviert durch die Proben führen. Sonja engagiert sich hauptsächlich bei den Klosterhofspielen in Langenzenn, die Jürgen seinerzeit mit aufgebaut hat. Eine langjährige Freundschaft verbindet deshalb unsere und die Langenzenner Theatergruppe. Wir sind sehr glücklich, dass sich Sonja so kurzfristig bereiterklärt hat, uns in der Regie zu unterstützen.

Wir laden alle herzlich ein, eine unserer Aufführungen zu besuchen.

Ganz liebe Grüße,

Verena Stephan



Theatergruppe des
ASV Niederndorf

Der tollste Tag

von Peter Turrini
frei nach Figaros Hochzeit von Beaumarchais

FR 24. NOVEMBER 19.30 UHR
SA 25. NOVEMBER 19.30 UHR
SO 26. NOVEMBER 18.00 UHR
FR 01. DEZEMBER 19.30 UHR
SA 02. DEZEMBER 19.30 UHR
SO 03. DEZEMBER 18.00 UHR

Einlass eine Stunde vor Beginn

Im Saal der Gaststätte Favorit in Niederndorf
(ehemals Gaststätte Winkelmann)

Eintritt 12,- / 8,- Euro
ermäßigt für Studierende und Kinder unter 18

Vorverkauf ab 24.10.2023
Sternenapotheke Niederndorf Tel. 09132 7384083
Familie Brecht Tel. 09132 4722

Weiber Fasching 2024



• LIVE-MUSIK mit MARIAN •

Samstag
3.02.2024

Ab 18.00 Uhr

**ASV-
Sportheim**

**Dieses Jahr an einem Sonnabend, damit alle dabei
sein können!**

Bringt bitte alle mit, die Spaß haben an Musik, Tanz und
gerne lachen.

Einziges Bedingung: Sie müssen weiblich sein ☺

Gymnastik



Orientalischer Bauchtanz hat noch Plätze frei für neue Teilnehmer!

Bauchtanz ist ein ausgeprägtes Rundum-Fitnessprogramm, mit dem Sie Becken-, Bauch-, Bein- und Rückenmuskulatur kräftigen sowie Ihre Koordinationsfähigkeit verbessern können. Vom Zeh bis in die Fingerspitze. Die eleganten Bewegungen des Bauchtanzes geben dem Körper Schwung und trainieren konsequent die Muskulatur. Nach einer Stunde Bauchtanz sind Stress und Anspannungen um ein Vielfaches reduziert, meistens sogar ganz verfliegen. Dabei ist Bauchtanz viel mehr als ein fröhlicher Zeitvertreib. Neuere Forschungen bestätigen die vorbeugende Wirkung des Tanzes gegen Demenz.

Es handelt sich um einen „Fortgeschrittenenkurs“, der jedoch gerne talentierte Anfänger auffängt. Trainingszeiten: Montag 17:30 Uhr -18:45 Uhr.

Ort: Tanz & Bewegungswerkstatt, Werner-Heissenberg-Str. 12, Herzogenaurach

Bei Interesse gerne weitere Info bei der Kursleitung Kerstin Trebeß, E-Mail: Roya_tanzt@hotmail.com

Anita Joost



SALON
Astrid

in der ehem. Metzgerei Langer

Friseurmeisterin Astrid Körner (geb. Schrepfer)

Sonnenstraße 3 – Niederndorf Di Do Fr 9 bis 18 Uhr
Telefon (09132) 791 77 85 Sa ab 8:30 Uhr

Ich freue mich auf Ihren Besuch!



Bei uns zählen Toleranz und Respekt – in jeder Beziehung. We pioneer motion

Als globales Unternehmen beschäftigen wir schon immer Menschen aus vielen Kulturen. Darüber hinaus leben wir Diversität in allen Bereichen und garantieren so, dass alle ihr Talent unabhängig von Alter, Nationalität, Behinderung oder Geschlecht einbringen können. Durch ein offenes, vorurteilsfreies Arbeitsumfeld und das Bekenntnis zur Charta der Vielfalt stellen wir sicher, dass wir gemeinsam mit außergewöhnlichen Menschen außergewöhnliche Erfolge erzielen. [we-pioneer-motion.com](https://www.we-pioneer-motion.com)

SCHAEFFLER

Rosis Fitnessprogramm, ein Dauerbrenner

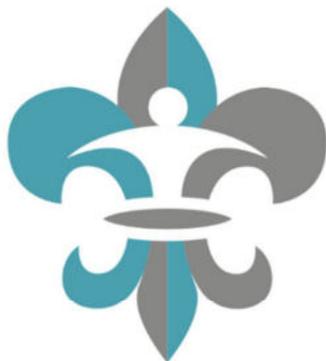
Fast auf den Tag genau vor 20 Jahren (08.10.2003) fing alles an. Damals noch als reine Skigymnastik gestartet entwickelte sich das zwischen Schuljahresanfang und Pfingsten zweimal wöchentlich in den frühen Abendstunden angebotene Gymnastikprogramm „Fit durch den Winter“ für viele Teilnehmer zu einem echten Must und vom Inhalt her zu einem abwechslungsreichen und fordernden Fit für alle Jahreszeiten.



Mit der Erinnerung an die zurückliegenden 20 Jahre überraschte Rosi ihre Sportler mit einem kleinen Umtrunk. Diese bedankten sich - und auch - für das allzeit abwechslungsreiche Sportprogramm.

Verfasser: Friedrich Loy

Foto: Andrea Strasser



Unser Therapieangebot:

- Krankengymnastik
- Lymphdrainage
- Manuelle Therapie
- Massage
- Kiefergelenksbehandlung
- Ergotherapie f. Kinder & Erwachsene
- Handtherapie
- Neurologische Therapie
- Psychiatrie

Alle Kassen- & Privatpatienten sind bei uns willkommen!

*Hinter jedem Rezept steht ein Mensch,
der von uns individuell behandelt & therapiert wird.
Das versprechen wir Ihnen!*



DAS PHYSIO & ERGOTEAM

Herzogenaurach

Freiluftsport+Kultur

Liebe Sportsfreunde,

leider mussten wir unsere geplanten Veranstaltungen im September und Oktober aus unterschiedlichen Gründen absagen. Wir werden bei der Planung für 2024 überlegen, ob diese beiden Wanderungen nochmals angeboten werden. Mit guter



Beteiligung sind wir im dann November wieder „in die Gänge gekommen“, soll heißen wir haben die historischen Felsengänge in Nürnberg besichtigt. Eine gute Führerin hat uns die Historie dieses größten Felsenlabyrinths in Süddeutschland erläutert und auch die enorm wichtige Bedeutung im 2. Weltkrieg herausgestellt.

Am 09.12.2023 ist dann zum Abschluss des diesjährigen Programmes eine Busfahrt ins Erzgebirge, nach Annaberg-Buchholz geplant. In der „Manufaktur der Träume“ begeben wir uns auf eine spielerische Entdeckungsreise durch die Welt des Erzgebirges und anschließend genießen wir das Flair des Weihnachtsmarktes, der zu einem Wahrzeichen des Erzgebirges geworden ist.

Im neuen Jahr 2024 starten wir wieder - wie gewohnt - mit einer kleineren Winterwanderung um Niederndorf. Wir treffen uns am 10.01.2024 um 10.00 Uhr am Feuerwehrhaus. Zum Abschluss ist dann eine Einkehr im Sportheim vorgesehen.

Das weitere Jahresprogramm für 2024 wird bei unserer Abteilungsversammlung geplant. Mit hoffentlich vielen und guten Vorschlägen dürfen wir uns dann wieder auf ein abwechslungsreiches Programm freuen.

Ein herzliches Dankeschön an alle, die sich im abgelaufenen Jahr mit der Organisation und Durchführung einer oder mehrerer Veranstaltungen eingebracht haben.

Mit den besten Wünschen für eine besinnliche und hoffentlich friedvolle Advents- und Weihnachtszeit grüße ich alle recht herzlich.

Alban

Fußball 1 + 2 Mannschaft

Die Fußballsaison verabschiedet sich nun auch so langsam in die wohlverdiente Winterpause und die Spieler freuen sich darauf mal etwas durchschnaufen zu können.

Die zweite Mannschaft belegt in der A-Klasse einen ordentlichen fünften Tabellenplatz, der aber in der Rückrunde sicher noch nach oben verbessert werden kann. Leider konnte man gerade in den Spielen gegen die anderen Topteams der Liga, nie dreifach punkten und hat zu viele Punkte liegen gelassen. Daran wird das Trainer-team in der Rückrunde sicher arbeiten, so dass man gerade bei den Big Points auch zur Stelle ist, denn dann ist eine noch bessere Platzierung durchaus realistisch.

Bei der ersten Mannschaft sehnt man sich aktuell auch in die Winterpause. Man merkt den Spielern an, dass sie nach dem Aufstieg eine sehr kurze Vorbereitung hatten und kaum Pause. Einige Spieler gehen mittlerweile auf dem Zahnfleisch und die Kraft lässt einfach nach. Wie erwartet war es eine anspruchsvolle Hinserie im ersten Jahr der Bezirksliga. Aktuell befindet man sich auf den Abstiegsrelegationsplätzen mit Anschluss aber an den direkten Klassenerhalt. Der Trainer Bastian Lutz und Co-Trainer Andreas Göttmann haben schon ein anspruchsvolles Winterprogramm für die Jungs erarbeitet, so dass die Jungs im Kraft-Ausdauer Bereich auch in der fußballfreien Zeit weiterarbeiten können. Denn auch hier ist das Ziel natürlich klar, der Klassenerhalt in der Bezirksliga. Dass die Jungs das schaffen können, davon sind alle überzeugt, jetzt gilt es nur Vollgas zu geben in der Vorbereitung, um alles in der Rückrunde herauszuholen.

Nun möchten wir Euch allen Mitgliedern, Sponsoren, Freunden und Fußballern noch eine erholsame Weihnachtszeit wünschen. Nutzt die Ruhe und Besinnlichkeit im Kreise eurer Familien und Freunde und dann starten wir voller Tatendrang ins neue Jahr!

Mit sportlichen Grüßen

Sebastian Bohn

Fußball F3 - Junioren

Die erste Saison in Ihrem noch jungen Fußballerleben ist nun vorbei. Die Jungs konnten Ihre erste Herbstsaison im Ligabetrieb bestreiten, was den Kindern sehr viel Spaß bereitet hat.

Von den Ergebnissen hatte man Licht und Schatten im Spiel, aber die Jungs sind absolut auf dem richtigen Weg und konnten schon einige super Erfolge feiern.

Ebenso hat man weiterhin ganz viele Funino Turniere gespielt, um sich auch hier immer weiter zu verbessern. Die Kinder waren immer voll bei der Sache und konnten auch hier schon wirklich tolle Spiele zeigen und auch klasse Leistungen abrufen.

Nun geht es los mit dem Hallenspielbetrieb und da lassen auch schon bald die Hallenkreismeisterschaften auf sich warten. Wir als Trainer sind gespannt, wie schnell die Anpassung auf den Hallenfußball funktioniert, aber auf jeden Fall werden die Kinder auch hier mit voller Leidenschaft dabei sein.

Generell kann man einfach sagen, dass es riesigen Spaß macht mit den Kindern zu arbeiten, da Sie immer voll mitziehen und sehr gerne zum Training kommen. Behaltet Euch das weiterhin so bei, dass Ihr Euch immer verbessern wollt und neues dazu lernen wollt.

So werden wir gemeinsam noch viel Freude haben und macht so weiter Jungs!

Mit sportlichen Grüßen,

Eure Trainer

Basti u. Sebastian

Abfrage des Vorstands zur Kurierverteilung

Dieser Ausgabe liegt ein extra Blatt mit einer Abfrage zur Verteilung des Kuriers bei. Alle die künftig den Kurier weiterhin als gedrucktes Heft zugestellt haben wollen, werden gebeten das Blatt auszufüllen und im Sportheim in den Briefkasten zu werfen oder per Post zuschicken.



Sternen-Apotheke Niederndorf

Bettina Kuhlmann e.K.
Fachapothekerin für Allgemeinpharmazie



BLEIBEN SIE IN KONTAKT MIT UNS!

ONLINE BESTELLEN UND AM GLEICHEN TAG ABHOLEN.*



www.meineapotheke.de

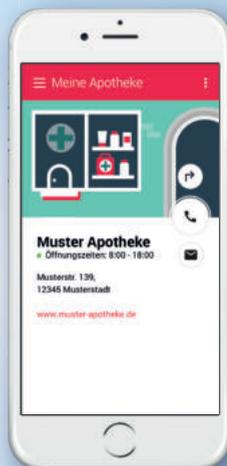


- 1 Sternen-Apotheke suchen
- 2 Als Lieblingsapotheke markieren
- 3 Chat starten

*In der Regel für Bestellungen bis 14 Uhr. Änderungen vorbehalten. Bitte beachten Sie ggf. abweichende oder ergänzende Bedingungen Ihrer mea Apotheke.

JETZT AUCH PER APP!

Viele nützliche Funktionen sind immer
griffbereit auf Ihrem Smartphone.
Nutzen Sie unseren mobilen Service!



GRATIS
DOWNLOADEN!



cantus vox

Liebe Sängerninnen und Sänger,

an unseren Chorstücken lässt es sich deutlich erkennen, Weihnachten ist nicht mehr so weit. Wir schreiben Wunschzettel, öffnen Tür und Tor, bewegen uns schon mal in Gedanken rhythmisch um den Weihnachtsbaum, wünschen allen fröhliche Weihnacht oder neudeutsch Merry Christmas und warten auf die stille, heilige Nacht.

Sozusagen alle Jahre wieder der ganz normale Wahnsinn. Putzen, dekorieren, durch Geschäfte hetzen auf der Suche nach Geschenken, backen, einkaufen bis der Kühlschrank überquillt, Christbaum aufstellen und schmücken, kochen, Gäste bewirten...

Warum nicht mal spontan mal zu einer Tasse Tee oder Kaffee sich treffen, zusammen einen Glühwein trinken, einen Spaziergang unternehmen...

...Menschen, die uns wichtig sind, das auch mal sagen, sie in den Arm nehmen, zusammen die Stille genießen, auch Schweigen kann verbinden, die Wärme des anderen spüren, gemeinsam an besonders schöne Momente denken.

Mit Blick auf das Weltgeschehen sollten wir uns auf das Wesentliche besinnen, Frieden beginnt in uns und im Umgang mit unseren Nächsten.

Mit diesem etwas anderen Chorbericht wünsche ich euch allen eine besinnliche und friedvolle Advents- und Weihnachtszeit. Genießt die Zeit mit der Familie oder mit Freunden.

Monika Mischke

Termine:

So 10.12.
Festliches Kirchenkonzert in der Klosterkirche Münchaurach

So 24.12.
12.00 Uhr !!!



Chor beim Auftritt in Leipzig

Tischtennis

Liebe Sportfreunde,

Die Hinrunde der Spielsaison 2023/24 ist in vollem Gang. 5 Mannschaften zu je 4 Spielern sind gemeldet. Folgende Tabellenplätze wurden erspielt:

	Liga	Tabellenplatz	Spiele	Punkte
1. Mannschaft	Bezirksklasse A Gruppe 2 West	5 von 10	25:19	6:2
2. Mannschaft	Bezirksklasse B Gruppe 3 West	2 von 10	39:22	9:1
3. Mannschaft	Bezirksklasse B Gruppe 3 West	10 von 10	24:45	2:10
4. Mannschaft	Bezirksklasse C Gruppe 4 West	7 von 10	26:28	3:5
5. Mannschaft	Bezirksklasse D Gruppe 4 West	1 von 10	40:6	10:0

Die erste Mannschaft steht stabil in der Tabellenmitte, trotz Abgabe zweier Spieler an die zweite Mannschaft. Diese steht in der Tabelle nun ganz oben. Die dritte Mannschaft tut sich nach dem Aufstieg in die B-Klasse schwer, diese zu halten. Viele Spiele gingen im 5. Satz knapp aus, so dass mehr richtiges Training helfen könnte. Die vierte Mannschaft steht in der unteren Tabellenhälfte, was dem Saisonaufstieg in die C-Klasse geschuldet ist. Die fünfte Mannschaft ist für die D-Klasse zu gut, musste aber nach Neuanmeldung ganz unten anfangen. Eine Jugendmannschaft konnten wir leider nicht anmelden, wir wollen lieber noch etwas üben.

Wir laden alle interessierten Schüler und Jugendliche recht herzlich zum Kinder-/Jugendtraining ein, das immer dienstags von 18 Uhr bis 19 Uhr 15 stattfindet (Halbschuhe und Tischtennisschläger bitte mitbringen). Auch die Herren würden eine weitere Verstärkung begrüßen und möchten alle Tischtennisfreunde, die Interesse am wettkampfmäßigen Tischtennissport haben, herzlich zu einem Kennenlernen unserer Truppe einladen (dienstags ab 19.15 Uhr, donnerstags ab 19.30 Uhr und freitags ab 19 Uhr). Besonders ansprechen möchten wir dabei zugezogene Neubürger, die bereits früher in einem Verein aktiv waren.

Tischtennis



Bei zwei Heimspielen bleibt nicht mehr viel Platz zum Training.

Da dies der letzte ASV-Kurier in diesem Jahr ist, wünscht die Tischtennisabteilung schon jetzt allen Mitgliedern und Freunden des ASV Niederndorf

Frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins Neue Jahr

Eberhard Lang



Malen

Beschriften

Tapezieren

Fassadenanstriche

Vollwärmeschutz

Maler Brendel

Paul Brendel
Maler- und Lackierermeister

Neuenweiherstr. 10
91056 Erlangen

Tel. (0 91 31) 99 23 83
Fax (0 91 31) 99 11 70

Alpinschifoarn 2024



Hochgurgl mit Wurmkogel 3082m

Auf geht's in die neue Runde unserer Schifoargebiete. Die Alpinsportabteilung bietet auch 2024 wieder eine organisierte Schifoartour an. Nach der Reihenfolge ist als Skigebiet wieder das

hintere Ötztal in Tirol / Österreich

an der Reihe. Die Anreise erfolgt dabei wieder mit dem Vereinsbus bzw. mit Privat-PKWs in Fahrgemeinschaften.

Die Übernachtungen finden wieder im bestens bekannten

Landhaus Jacobs in Zwieselstein

und zwar für die Zeit vom **Fr. 08. – Mo. 11. März 2024**

statt. Hier haben wir sechs Doppelzimmer und somit die ganze Pension buchen können. Der Übernachtungspreis mit Frühstück beträgt pro Person und Tag im Doppelzimmer € 45,- zuzüglich einer Ortstaxe von € 4,- pro Person und Nächtigung.

Alpensportabteilung - Skisport -

Außerdem fällt ab dem Jahr 2022 leider für Nicht-ASV-Mitglieder eine Teilnahmegebühr von € 10,- bzw. eine ermäßigte Gebühr von € 5,- für z.B. Rentner an.

Anmeldungen können am **Freitag, 12.01.2024 ab 18:00 Uhr**

vorzugsweise über E-Mail (Haynl.Erlangen@t-online.de) oder telefonisch (09132 / 2413) erfolgen. Anmeldungen vor diesem Zeitpunkt können leider nicht berücksichtigt werden. Ist die Zahl der Interessenten höher als die zur Verfügung stehenden Zimmer, kommt die zeitliche Reihenfolge der Anmeldungen zum Tragen.

Alle Mitfahrer werden danach umgehend informiert.

Eine Anzahlung ist nicht zu leisten. Sollten jedoch für eine Stornierung Kosten entstehen, so sind diese vom Teilnehmer zu tragen.

Weitere Informationen, wie z.B. Auto- und Zimmeraufteilung oder Anreisezeit- und Treffpunkt werden dann nach Absprache Mitte Februar mitgeteilt.

Die Versicherung ist Angelegenheit jedes Teilnehmers selbst.

Auf dieses 5. ASV-Schifoarn in meinem „Wohnzimmer“ freut sich

Euer Heinz Haynl

„Wer das große Ganze sehen will, muss auf die Details achten.“
Dr. Suzanna Randall | Astrophysikerin

Union Investment

Fondssparen starten

Kompetenz zahlt sich aus, auch auf dem Weg zu Ihrem Sparziel

Lassen Sie sich in Ihrer VR Bank Erlangen-Höchstadt-Herzogenaurach beraten.

Aus Geld Zukunft machen

Hier Beratungstermin vereinbaren

VR Bank Erlangen-Höchstadt-Herzogenaurach

Dies ist Werbung. Bitte lesen Sie die Verkaufsprospekte und die Basisinformationsblätter der Fonds, bevor Sie eine endgültige Anlageentscheidung treffen. Weitere Informationen, insbesondere zu Chancen und Risiken, die Verkaufsprospekte, die Anlagebedingungen und die Basisinformationsblätter erhalten Sie kostenlos in deutscher Sprache bei Ihrer VR Bank Erlangen-Höchstadt-Herzogenaurach, oder bei Union Investment Service Bank AG, 60329 Frankfurt am Main, oder auf www.union-investment.de/downloads. Stand: 1. September 2023.

Durchgeführte und zukünftige Aktivitäten

Alpines Skifahren 2023

Im Rahmen der Sparte Skisport in unserer Alpinsportabteilung wurde im Februar/März 2023 ein Alpenschifoarn rund um den Sellastock in den Dolomiten in Südtirol durchgeführt.



1. Bergwandertour 2023

Im Rahmen der Sparte Bergsport in unserer Alpinsportabteilung wurde im August 2023 eine 4-tägige Bergwandertour im südlichsten Allgäu in Bayern durchgeführt.



2. Bergwandertour 2023

Im Rahmen der Sparte Bergsport in unserer Alpinsportabteilung wurde im September 2023 eine 5-tägige Bergwandertour rund um die Geislerspitzen in den Dolomiten in Südtirol durchgeführt.



Nachlese und Ausblick auf das alpine Skifoarn und die Bergtour(en) 2024

Die obigen Unternehmungen wurden von Harald Wegmann bzw. Herbert Hoffmann als Teilnehmer eindrucksvoll in Fotos und kleinen Videosequenzen festgehalten und akustisch untermalt.

Diese optischen Erlebnisberichte werden jetzt in einer kleinen Veranstaltung vorgestellt und sollen

- für die Skifahrer und Bergtourenteilnehmer als auffrischende Nachlese und
- für Interessenten an zukünftigen Touren als Information und Anregung zum Mitmachen dienen.

Im Anschluss daran werden die geplanten Touren für 2024 vorgestellt, wobei die Anmeldeverfahren für die jeweiligen Touren dann ebenfalls bekannt gegeben werden. Die Veranstaltung findet statt am

Termin: **Do., 11.01.2024**, Uhrzeit: **ab 19⁰⁰**

Dauer: rund 3 Stunden für die Nachlesepräsentation + die Tourenvorstellung (inkl. Zeit für Fragen, Anregungen, Erzählen usw.)

Ort: **ASV-Sportheim**, großer Gastraum

Alle Interessenten sind herzlich willkommen.

Euer *Heinz Haynl*

METALLBAU
KUNSTSCHMIEDE
BAUSCHLOSSEREI
DREBINGER



Hauptstraße 28 • 91074 Herzogenaurach

Tel.: 09132/9972

Fax: 09132/75837

Mobil: 01718134804

Email: info@drebinger.net

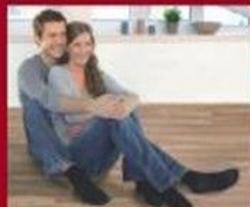
Internet: www.metallbau-drebinger.de

[facebook.com/metallbau.drebinger](https://www.facebook.com/metallbau.drebinger)

Produkte :
Treppengeländer
Balkongeländer
Eingangstore
Fenstergitter
Zaunanlagen
Überdachungen
Stahltreppen
und vieles mehr...

- Persönliche Fachberatung
- Fachgerechtes Ausmessen
- Zuverlässiges Montieren
- Innenliegender Sonnenschutz
- Gardinen & Stores
- Tapeten
- Bodenbeläge

Ihr Profi für Wohlfühlräume



TAPETEN • GARDINEN • SONNENSCHUTZ • BODENBELÄGE
RAUMTEX

91074 Herzogenaurach • Schützengraben 20
Tel.: 09132 3055 • www.raumtex-krueppel.de

Alpinsportabteilung - Bergsport -

Bergwandertour im Allgäu

- Der Weg ist das Ziel -

Im 15. Jahr des Bestehens der ASV-Alpinsportaktivitäten machen sich 10 Teilnehmer am Sonntag, 06.08.2023, auf den Weg zu einer Bergwanderung im südlichen Ostallgäu. Geplant ist, den recht anspruchsvollen Heilbronner Weg in 3 Wandertagen zu begehen, am vierten Tag abzusteigen und die Heimreise am 10.08. anzutreten.

Wir reisen um die Mittagszeit in Fischen bei Oberstdorf an und checken im Hotel AlpIn ein. Das Allgäu empfängt uns mit dunklen Wolken und Dauerregen, so dass uns nichts anderes übrigbleibt, als den Nachmittag im sehr empfehlenswerten Café Gerlach in Oberstdorf zu verbringen. Wir schaffen es noch spätnachmittags mit der Gondel aufs Nebelhorn hochzufahren, um oben noch mehr Nebel zu sehen. Der Tagesausklang gelingt immerhin mit gemütlichem Beisammensein und der Hoffnung auf ein besseres Wetter am Montag, dem Aufstiegstag.

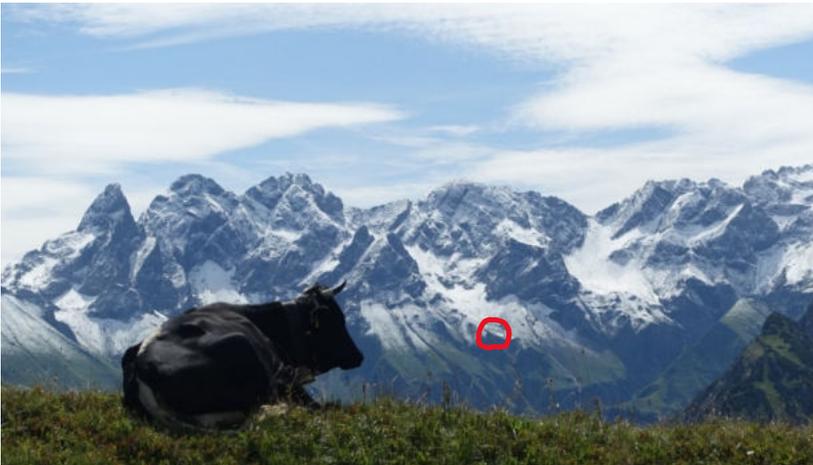
Der Montag ist wettermäßig nicht viel besser. Wir ziehen die Regensachen über, lassen die Autos auf dem Parkplatz in Oberstdorf, fahren mit dem Bus zur Endstation Alpe Eschbach, 967 m, und steigen den teilweise matschig gewordenen Weg auf zum Weiler Einödsbach, 1113 m. Kurz danach wird der weitere Aufstieg immer fraglicher.



Unterwegs im Aufstieg zur Petersalp

Wir hören auch von Entgegenkommenden, dass der Heilbronner Weg inzwischen unpassierbar geworden ist, entscheiden uns deshalb für eine radikale Planänderung, schaffen es noch bis zur Petersalp auf 1296 m und machen uns auf den Weg zurück nach Oberstdorf. Der geplante Aufstieg zur Rappenseehütte auf 2091 m, unserem ersten Übernachtungsziel oben, wäre wegen gefährlich glatter Passagen kaum möglich, wie auch ein Weiterkommen am Folgetag zum Waltenberger Haus, unserem zweiten Übernachtungsziel.

Alpnsportabteilung - Bergsport -



Diesmal nicht erreichbar, das rot umrahmte Waltenberger Haus

Plan B nimmt im Verlauf des Nachmittags konkretere Formen an, nachdem es gelingt, eine Folgeübernachtung im gleichen Hotel AlpIn zu sichern, allerdings nur für eine Nacht. Wir spielen mit dem Gedanken, den Dienstag mit einer Bergwanderung im Gebiet um Oberstdorf zu überbrücken, um anschließend am Mittwoch auf die Kemptner Hütte, unserem letzten Übernachtungsziel, aufzusteigen und danach, wie geplant, am Donnerstag abzustiegen und die Heimfahrt anzutreten. Das Szenario wäre nur möglich, wenn es gelänge, eine Unterkunft von Dienstag auf Mittwoch zu finden. Die Internet-Suche lief dann stundenlang, mit einem letztendlich glücklichen Treffer in Balderschwang. Nach einem leckeren Abendessen gehen wir mit einem guten Bauchgefühl und Vorfreude auf einen sonnigen Dienstag schlafen, nicht ohne den obligatorischen geselligen Ausklang in einer Bar.

Am Dienstag scheint die Sonne tatsächlich. Wir parken wieder in Oberstdorf und fahren mit Bus und Gondel auf das Fellhorn, 2037m. Gehen oben ca. 4 Stunden im stetigen Auf und Ab, fast immer auf dem Grat, zur Sölleralp. Hier lassen wir uns mit leckeren Allgäu-Spezialitäten verwöhnen und steigen weiter zur Söllereck-Gondelbahnstation ab, fahren dann mit Gondel und Bus nach Oberstdorf zurück. Danach geht es gleich zum gebuchten Hotel SchelpenAlp nach Balderschwang. Das Hotel hat keine Rezeption und gehört zu der neuzeitlichen Kategorie „Inkognito“. Aber Jürgen hat alle Geheimzahlen auf seinem Mobile, so dass jeder sein Zimmer aufsperrern kann. Am Dienstag haben fast alle Gaststätten hier zu. Wir landen schließlich in einer Pizzeria, die sonst wohl nur wenige aufsuchen würden: kein Vergleich mit der gestrigen Trattoria in Fischen. Den Tag lassen wir in einer Hotelbar ausklingen und gehen zufrieden und bester Laune ins Bett.

Alpainsportabteilung - Bergsport -



Auf unserer Alternativroute vom Fellhorn zum Söllerleck

Der Mittwoch belohnt uns mit erstaunlich gutem Hotelfrühstück und enttäuscht gleichzeitig mit trübem Regenwetter. Der Aufstieg auf die Kemptner Hütte steht unter Fragezeichen. Der Dauerregen der Vortage hat, laut Internet, mehrere kaum überwindbare Sturzbäche auf der Strecke entstehen lassen. Sicherheit geht vor: noch am Frühstückstisch fällt die Entscheidung, die Tour abubrechen. Wir kaufen noch im Dorfladen ein und machen uns auf den Heimweg - nicht ohne die obligatorische Cappuccino-Pause in Illertissen.



Im Hintergrund unsere vermeintliche Bergwandertour unbegebar im Schnee

Ein herzliches Dankeschön geht an Heinz für die Organisation der Tour. Auch wenn das Wetter nicht immer mitspielte, bleibt die gute Erinnerung an die Erlebnisse der ersten zwei Wandertage, an das Gesellige und an den ASV-Teamgeist.

Verfasser: Alexander Zernickel

Fotos: Herbert Hoffmann und Werner Kuhn

Ihr kompetenter
Fachmann
- seit über 45 Jahren -

- Öl-/Gasheizung
- Kesselaustausch
- Wärmepumpen
- Wasser/Abwasser
 - Leckortung
 - Badsanierung
- Trinkwasser-Installation
 - Solar
- zertifiziert nach VDI 6023
- zertifiziert nach WHG § 19

Meisterbetrieb

Weiß GmbH



Sanitär • Heizung • Solar

 09132- 9 5 5 9

www.weiss-haustechnik.de

Von-Weber-Str. 46a
91074 Herzogenaurach
Fax 09132-40103
heizung.weiss@web.de


Sonja Endres-Greiner

 Dipl.-Kauffrau
Steuerberaterin

www.endres-greiner.de - Telefon: 09132 / 6 32 53
Peter-Fleischmann-Str. 24 - 91074 Herzogenaurach

- Erstellung von Steuererklärungen
- Erstellung von Jahresabschlüssen /
Einnahmen-Überschuss-Rechnungen
- umfassende Beratung und
Dienstleistungen für kleine und
mittelständische Unternehmen incl.
Finanz- und Lohnbuchhaltung
- Existenzgründungsberatung
- Photovoltaik



Badminton

Hohe Auszeichnung für Tobias Schüpferling

Am 07.11.2023 wurde Tobias Schüpferling aus der Badmintonabteilung des ASV Niederndorf vom BLSV mit dem Sportpreis Mittelfranken 2023 in der Kategorie "Sportliche Leistung - Inklusion" für seine Erfolge bei den Special Olympics National Games 2022 ausgezeichnet. Tobias erreichte im Einzel und im Doppel in seiner Leistungsklasse jeweils den 1. Platz. In einer hochkarätig besuchten Veranstaltung in Triesdorf, u.a. war der Bayrische Innenminister, zuständig für den Sport, anwesend, wurden in insgesamt 10 Kategorien Sportpreise verliehen. Es war eine schöne Veranstaltung und Tobias war sehr stolz, hier geehrt zu werden.

Wie der Name schon ausdrückt, handelt es sich um einen Inklusionspreis Inklusion ohne einen Partner ist nicht möglich. Hier ist an erster Stelle der Abteilungsleiter der Badmintonabteilung Walter Schobel zu nennen. Walter trainiert Tobias seit etwa 20 Jahren kontinuierlich, fährt zu Wettkämpfen mit und schafft innerhalb des Vereins Möglichkeiten der Teilhabe für Tobias. Er hat Tobias gefördert und gefordert und hat großen Anteil an den Erfolgen von Tobias. Gleichzeitig ist der Preis indirekt auch eine Anerkennung und Lob für die Spieler*innen der Badmintonabteilung, die Tobias als Badmintonspieler aufgenommen und immer unterstützt haben, als Trainingspartner oder auch durch Interesse und Daumendrücken bei den Wettkämpfen. Wird Tobias bei Wettkämpfen gefragt, wo er spielt, erzählt er jeden mit Stolz "beim ASV Niederndorf". Er trägt bei diesen Wettkämpfen auch immer T-Shirts und Trainingsjacke mit dem Aufdruck ASV Niederndorf.

Bericht: Wolfgang Schüpferling



Badminton

Wieder geht ein Jahr zu Ende. Rückblickend war es ein Ereignisreiches sowie Erfolgreiches Jahr für die Badmintonabteilung des ASV Niederndorf.

Bei den Erwachsenen konnte sich die Erste Mannschaft in der Bayernliga Nord halten und startete im September in die zweite Bayernliga Saison. Mit der Meisterschaft in der Bezirksklasse A und dem Aufstieg in die Bezirksliga feierte die Zweite Mannschaft einen großartigen Erfolg. Ilona Rachuj berichtet im Folgenden über die Begegnungen der laufenden Saison.

Bei den Kindern und Jugendlichen konnten unsere Spieler*innen viel schöne persönliche Erfolge feiern. Über einige dieser Erfolge haben wir auf unserer Homepage berichtet. Bei unsere Einsteigergruppe haben wir aktuell eine sehr hohe Nachfrage, so dass wir eine Warteliste einführen mussten.

Katja Siegle hat im September die C-Trainerausbildung erfolgreich abgeschlossen und leitet mit Walter Schobel das Schülertraining am Freitag.

Katja hat auch initiiert, dass wir als Abteilung Teil des Nachhaltigkeitsprogramms „Badmintonearth“ sind.



Als „Special Line Judge“ (Linienrichter) bei den Special Olympics World Games 2023 in Berlin war Tobias Schüpferling im Einsatz.

Weiterhin gibt es seit Mitte des Jahres eine weitere Trainingsgruppe für Freizeitspieler*innen am Sonntagmorgen.

Hinter den sportlichen Erfolgen und dem Spaß steht viel Trainingsfleiß aber genauso viel Organisation. Vielen herzlichen Dank an alle die sich persönlich engagieren und mit ihrem Einsatz einen Beitrag dazu geleistet haben, damit wir als Badmintonabteilung so gut dastehen.

Frohe Weihnachten und ein gesundes 2024 wünscht die Badmintonabteilung



Neuzugang Ingo Dollansky im Mixed mit Janice Plötzner

len, bei dem er zusammen mit Janice Plötzner im Mixed dominierte und seinen ersten Punkt beisteuerte. Aufgrund einer Verletzung und einer kurzfristigen Erkrankung der beiden Stammspieler Walter Schobel und Jonas Otto musste die Aufstellung vor dem ersten Spieltag noch einmal justiert werden. Glücklicherweise stand Luc Heynickx - rechtzeitig von seiner Operation genesen - für das erste Doppel zur Verfügung und sorgte hier an der Seite von Tobias Spägele für einen Punktgewinn. Letzterer zeigte seinen Kampfgeist im Spitzeneinzel und holte nach dem ebenso siegreichen Damendoppel den vierten Punkt. Im dritten Einzel überzeugte ein weiterer Neuzugang: Denzil Joseph holte in seinem ersten Spiel für den ASV Niederndorf den fünften Punkt und damit den Gesamtsieg zum Saisonauftakt.

Gelungener Saisonauftakt für die zweite Mannschaft nach ihrem Aufstieg in die Bezirksliga

Nachdem unser Matchwinner im dritten Einzel kurz nach Ende der letzten Saison seinen Umzug in die Nähe von München verkündete, war klar, dass Sazzad Hosen in der neuen Saison nicht mehr regelmäßig zur Verfügung stehen wird. Um sich für die höhere Liga zu wappnen war es dementsprechend wichtig, sich auf der Seite der Herren zu verstärken. Mit Ingo Dollansky, der vom ATSV Erlangen zur Saison 2023/24 zum ASV Niederndorf gewechselt ist, erhält die zweite Mannschaft nun tatkräftige Unterstützung von einem bezirksligaerfahrenen Doppel- und Mixedspieler. Seine Fähigkeiten konnte er bereits beim Saisonstart gegen den TSV Nürnberg V unter Beweis stel-



Tobias Spägele holt zwei Punkte

ASV Niederndorf II – TSV 1846 Nürnberg V

5 : 3

Badminton



Die zweite Mannschaft (v. l. n. r. Tobias Spägele, Conny Feulner [Mannschaftsführerin], Ingo Dollansky, Denzil Joseph, Luc Heynickx, Janice Plötzner, Jonas Otto, Sazzad Hosen, Bernd Growek, Walter Schobel, Christian Honsig)

Am zweiten Spielwochenende ging es gleich gegen den BOL-Absteiger SGS Erlangen. Leider gelang es lediglich Bernd Growek seine beiden Spiele zu gewinnen.

Gegen den ATSV Erlangen überboten sich die einzelnen Spiele an Spannung, die sich auch im Endergebnis widerspiegelt. Christian Honsig ging sowohl im 1. Doppel mit Ingo Dollansky als auch im ersten Einzel über die volle Distanz und führte dreimal erst in der Verlängerung zur Entscheidung – leider gegen den ASV. Das zweite Doppel von Jonas Otto und Denzil Joseph machte es nicht langweiliger und ging in beiden Sätzen in die Verlängerung. Diesmal jedoch mit dem glücklicheren Ende für Niederndorf. Janice Plötzner und Conny Feulner steuerten währenddessen einen soliden zweiten Punkt bei. Leider konnten weder die Mannschaftsführerin noch Jonas in ihren Einzeln einen Sieg einfahren. Nach einem souveränen Triumph von Denzil musste das Mixed über Unentschieden oder Niederlage entscheiden. Im Familienduell von Ingo und Janice gegen seine Tochter Jana Dollansky mit Samuel Lim behielt der Erfahrenere



Denzil Joseph im 3. Einzel

Badminton



Bernd Growek steuert die einzigen Punkte gegen die SGS Erlangen bei

die Oberhand und führte den ASV zum 4:4 und dem damit einzigen Punkt für die zweite Mannschaft an diesem Wochenende.

**ASV Niederndorf II – SG Siemens Erlangen II
2 : 6**

**ASV Niederndorf II – SG ATSV Erlangen / Erlangen –
Bruck III
4 : 4**

Die Partie gegen die SG Zirndorf / ATV Frankonia Nürnberg verlief zuerst vielversprechend. So stand es zur Halbzeit 3:1 für den ASV. Leider konnte die Führung nicht gehalten werden und die Begegnung ging mit 3:5 an die Gegner. Beim ESV Flügelrad Nürnberg konnte die zweite Mannschaft bei einem 0:8 lediglich einen Satz im 1. HD holen.

**SG TSV Zirndorf / ATV Frankonia Nürnberg II - ASV Niederndorf II
5 : 3**

**ESV Flügelrad Nürnberg V – ASV Niederndorf II
8:0**

Vor dem letzten Spielwochenende der Rückrunde steht der ASV Niederndorf in der Bezirksliga auf dem 6. Tabellenplatz.

Volle Punktzahl beim ersten Heimspieltag in der Bayernliga

Für die erste Mannschaft verlief der Start in die Hinrunde nicht so erfreulich. Nachdem Sven Thimsen die Mehrzahl der Spiele ausfällt, kann die Erste kaum ein Spiel in Bestbesetzung antreten. So auch beim ersten Saisonspiel gegen die SG ATSV Erlangen / FSV Erlangen-Bruck. Mannschaftsführer Philipp Motz konnte hier im zweiten Einzel den einzigen Punkt einfahren.

**SG ATSV Erlangen / FSV Erlangen Bruck I - ASV Niederndorf I
7 : 1**

Badminton

Der erste Doppelspieltag in der eigenen Halle brachte auch die ersten Punkte ein. Diesmal sprangen die beiden Bayernliga-Routiniers Luc Heynickx und Arnd Kleyer ein, die ohne große Probleme das zweite Doppel für sich entschieden. Nachdem Oli Gryczka und Philipp Motz im ersten Doppel ebenso sicher den Sieg holten, gab die Jugendspielerin Joanna Jin ihr Debut bei den Aktiven. Aufgrund des Ausfalls beider Stammdamen sprang sie zusammen mit Yan Gu ein und konnte nach anfänglicher Nervosität sogleich im Damendoppel überzeugen. Die 3:0-Führung wurde direkt von Oli und Philipp in den ersten beiden Einzeln ausgebaut und Yan und Tobi zogen im dritten und im Dameneinzel nach. Den 8:0 Sieg perfekt machte das Mixed mit Luc und Joanna.



Die Jugendspielerinnen Yan Gu (links) mit Joanna Jin (rechts)



Philipp Motz gewinnt einseitig

Direkt im Anschluss folgte die Partie gegen den Aufsteiger BC Bad Königshofen aus Unterfranken. Die Aufstellung in den Doppeln bewies sich weiterhin als erfolgreich. Lediglich die Damen mussten hier Federn lassen. Nachdem Oli sich im 1. Einzel in den dritten Satz drängen lies und nur knapp gewann, fegte Philipp seinen Gegner mit 21:3 und 21:4 regelrecht vom Platz. Yan und Tobias brillierten abermals in ihren Einzeln. Nur das Mixed – diesmal mit Arnd und Joanna – musste im Entscheidungssatz noch einmal kämpfen, konnte diesen aber für sich entscheiden.

**ASV Niederndorf I – 1. BV Bamberg I
8:0**

**ASV Niederndorf I – BC Bad Königshofen I
7:1**

Badminton



Luc Heynickx (links) und Arnd Kleyer (rechts) lassen ihren Gegner im Doppel keine Chance

Auswärts beim Aufsteiger TSV Ansbach gelang der ersten Mannschaft ein Unentschieden, nachdem der ASV nach den Doppeln 2:1 in Führung ging. Nur die Damen des Gegners aus der Bezirkshauptstadt schienen überlegen und so gingen beide Herrendoppel, sowie das zweite und dritte Herreneinzel an Niederndorf. Beim zweiten Spiel gegen den Oberligaabsteiger DJK Schwabach gelang lediglich Yian Gu im Dameneinzel der Punktgewinn.

TSV Ansbach I – ASV Niederndorf I
4:4

DJK Schwabach I – ASV Niederndorf I
7:1

Gegen den Gastgeber TV Ochsenfurt konnten alle vier Doppelspiele und das erste Einzel von Oli Gryczka und damit der Sieg für den ASV geholt werden. Dabei ging die Hälfte der Begegnungen über die volle Distanz. Die anschließende Partie gegen den TV Marktheidenfeld startete umgekehrt mit einem 0:3 Rückstand nach den Doppeln. Zwar konnte wieder Oli sein Einzel gewinnen, doch nur noch Philipp Motz im zweiten Einzel und Sven Thimsen mit Siripa Phuangrat im Mixed sorgten für weitere Punkte.

TV Ochsenfurt I – ASV Niederndorf I
3:5

TV Marktheidenfeld II – ASV Niederndorf I
5:3

Vor dem letzten Spielwochenende der Rückrunde steht die erste Mannschaft des ASV Niederndorf auf dem 7. Platz der Bayernliga Nord.

Tobias Spägele

BODENBELÄGE

Lothar Meißel

- **TEPPICHBÖDEN**
 - **PVC-BELÄGE**
 - **LAMINATBÖDEN**
 - **KORK / LINOLEUM**
 - **FERTIGPARKETT**
- Herzogenaurach/
Niederndorf
Lohhoferstr. 12
Tel.: 09132-4691
Fax: 09132-60582

Aus Leidenschaft zur Farbe

MEHLER GmbH

Malermeisterbetrieb & Fachhandel

20 JAHRE
2000
2020

The advertisement features a woman's hand with colorful paint splatters, a cartoon painter character holding a brush and bucket, and the company name 'MEHLER GmbH' in large red and black letters. The text 'Aus Leidenschaft zur Farbe' is written in a cursive font at the top. The bottom of the ad includes 'Malermeisterbetrieb & Fachhandel' and a '20 JAHRE' anniversary logo with the years '2000' and '2020'.

Sportabzeichen

Bei den ehrenamtlich Aktiven möchten wir uns hier herzlich bedanken. Durch Euren engagierten Einsatz konnte auch in diesem Jahr wieder ein qualitativ gutes Angebot zum Training und zur Abnahme des Deutschen Sportabzeichens erstellt werden – herzlichen Dank!!!

Zu Beginn des Sportabzeichenjahres 2023 gab es die feierliche Verleihung der Urkunden in Anwesenheit der Bürgermeister am 18. März 2023.

Rechtzeitig zum Training erfolgte die Umsetzung der neuen Regelungen zur Sportplatznutzung seitens des Landkreises Erlangen-Höchstädt. Neben den baurechtlichen Änderungen wird es nun jährlich jeweils einen Mietvertrag zur Nutzung des Aussensportplatzes der Berufsschule geben. Bisher hatten wir die Nutzung lediglich angemeldet.

Das Training hatte planmäßig auf dem Sportplatz der Berufsschule nach den Osterferien am 18. April 2023 für die Erwachsenen begonnen, für die Kinder ging es am 10. Mai 2023 los. Neben den wöchentlichen Trainings folgten dann eine ganze Reihe von Sonderterminen zum Schwimmen im Atlantis, zum Radfahren (2 unterschiedliche Strecken), Laufen und Nordic Walking.

Kurz vor Beginn der Sommerferien luden wir Kinder zum speziellen Kindersportabzeichentag am 19. Juli 2023 auf den Sportplatz der Berufsschule ein. Es kamen Fußballerkinder, begleitet von Sarah Reigel, und eine Klasse von der Realschule,

begleitet von Martina Wershofen. U.a. dadurch konnten wir die Zahl der erreichten Sportabzeichen der Kinder von 15 aus dem letzten Jahr auf 35 in diesem Jahr steigern. Dabei sind 22 Neulinge.



Bild: Kindersportabzeichentag Juli 2023

Sportabzeichen

Unser traditionelles Abschlussessen fand bei gutem Wetter und guter Beteiligung am 25. Juli 2023 statt.

Damit aber noch nicht genug, am 16. September 2023 gab es wieder einen Sportabzeichentag für alle Interessierten, weiter unten haben wir den entsprechenden Bericht beigelegt.

Die zusätzlichen Sportabzeigentage trugen auch zu einer Erhöhung der erzielten Urkunden bei. Statt 42 Urkunden bei den Erwachsenen im letzten Jahr, sind es 47 in diesem Jahr, wobei 6 Neulinge das Sportabzeichen ablegten. So sind es dieses Jahr insgesamt 82 Abzeichen bei ca. 100 Teilnehmern gegenüber 57 Urkunden im Vorjahr.

Besonders freuen wir uns auch über die zahlreichen Radfahraktivitäten, die von Harald Wegmann und Manfred Gronbach auf den Weg gebracht worden sind. Neben zahlreichen kurzen Tagestouren wurden zwei mehrtägige Ausfahrten organisiert. Detaillierte Berichte dazu sind auf unserer Sportabzeichen-Internetseite www.asv-niederndorf.de/sportabzeichen zu finden.



Bild: Radtour in der Oberpfalz Juni 2023



Bild: Rennradtour nach Dinkelsbühl Oktober 2023

Sportabzeichen

Soweit der kurze Rückblick, nach vorne geschaut wünschen wir Euch einen guten und harmonischen Ausklang des Jahres, eine schöne Adventszeit, frohe Weihnachten und alles Gute für das Neue Jahr 2024.

Michaela Protiwa und Burkhardt Schlemmer

Bericht zum Sportabzeichentag 16./17. Sept. 2023



Bild: Sportabzeichentag September 2023

Der diesjährige Sportabzeichentag des ASV Niederndorf war wieder ein voller Erfolg. Das Wetter zeigte sich ideal für sportliche Außenaktivitäten: weder zu heiß noch zu kalt oder regnerisch. Es absolvierten einige an diesem Tag alle Disziplinen des Sportabzeichens, andere holten fehlende Disziplinen nach.

Zur Abnahme im Freizeitbad Atlantis trafen sich am Samstag um 9.00 Uhr „neue“ und „alte“ Sportler und Sportlerinnen sowie auch Teilnehmer unserer befreundeten TSH zum erfolgreichen Schwimmen auf den Langstrecken (200m bei den Kin-

Sportabzeichen

dern, 400m und 800m bei den Erwachsenen). Auch die Sprintstrecke von 25m wurde von den Kindern und den Erwachsenen in Angriff genommen.

Danach ging es von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr auf dem Sportplatz der Berufsschule in Herzogenaurach weiter mit den leichtathletischen Disziplinen: der Sprint auf der Tartanbahn, Wurfdisziplinen auf dem großen Rasenplatz und die beiden Weitsprungmöglichkeiten als Standweitsprung und als „normaler Weitsprung“ mit Anlauf. Die Wurfdisziplinen waren dieses Mal besonders gefragt: der Schleudeball kommt ab 12 Jahre bis ins hohe Alter zum Einsatz. Für Kugelstoßen gilt das Gleiche, jedoch mit unterschiedlichem Gewicht der Kugel. Für jüngere Kinder ist der Ballweitwurf gefordert. In der Kategorie „Koordination“ ist mittlerweile auch das Seilspringen sehr beliebt, je nach Alter vorwärts, rückwärts oder auch mit Kreuzschlag. Zur Energiezufuhr standen gespendeter Kaffee/Tee und Kuchen bereit.

Um 12.30 Uhr trafen sich dann Kinder und Erwachsene am Sportplatz des Gymnasiums zur Erfüllung der Ausdauerdisziplin im Laufen über 800m (Kinder) und 3000m (Erwachsene). Auf dieser schönen Anlage sind zum Teil hochklassige Zeiten gelaufen worden. Zur Komplettierung des Angebots gab es dann am Sonntag noch die Möglichkeit zur Abnahme der Radfahrdisziplinen: sowohl für die Langstrecke (10 km Kinder, 20 km Erwachsene) als auch für den Sprint (200m mit fliegendem Start). Auch dieses Angebot wurde sehr gut angenommen. Die Sprintdisziplin mit dem Fahrrad erfreut sich mittlerweile mehr und mehr an Beliebtheit und ist auch weniger verletzungsanfällig.

Die gute Organisation, das passende Wetter und nicht zuletzt die hoch motivierten Sportler und Sportlerinnen haben mit viel Spaß in einer lockeren und entspannten Atmosphäre zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen.

Insgesamt war es ein schöner und für alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen erfolgreicher Sportabzeichentag, den wir im nächsten Jahr wiederholen werden.

Ein herzliches Dankeschön geht an Uschi und Manfred Gronbach, Barbara Wiedorn, Martina Wershofen und Jutta Hess für die reibungslose Durchführung der Veranstaltung an beiden Tagen – vielen Dank!

Sportgaststätte

Sportgaststätte – Restaurant

ASV Niederndorf e.V.

Vacher Straße 27 - Herzogenaurach-Niederndorf - Tel. 09132/7411893

Öffnungszeiten

Montag	Ruhetag
Dienstag – Freitag:	17.00 bis 24.00 Uhr
Samstag:	15.00 bis 24.00 Uhr
Sonntag:	11.00 bis 24.00 Uhr

Alle Speisen auch zum Mitnehmen

Für Hochzeiten, Geburtstags- und Familienfeiern jeder Art stehen Nebenräume zur Verfügung: Saal (ca. 200 Personen), Wintergarten (ca. 50 Personen)

Auf Ihren Besuch freut sich

Familie Kisniaridis

Bitte unterstützt unseren Vereinswirt durch euren Besuch oder durch Nutzung des Bestell- und Abholservice.

Telefon: 09132 - 7411893



Tanzsport

DTSA Abnahme am 22.07.2023

Am Samstag, den 22.07.2023 präsentierten zwölf Tanzpaare aus der Tanzsportabteilung des ASV Niederndorf ihre erlernten Folgen für das Deutsche Tanzsportabzeichen, DTSA.



Die gute Nachricht: Alle diese Paare haben die Prüfung bestanden und werden Urkunden und Leistungsabzeichen bekommen.

Die erste Stufe beginnt mit dem Bronzeabzeichen. Hierfür sind aus drei frei wählbaren Paartänzen - meist aus Standard und Latein - jeweils vier Tanzfiguren zu zeigen. Für die zweite Stufe, Silber, sind bereits aus vier Tänzen jeweils sechs Figuren vorzutänzen. Es folgt das Goldabzeichen wofür je acht Figuren aus fünf Tänzen zu demonstriert werden. Über Gold hinaus kann das Leistungsabzeichen in Brillant erworben werden. Dafür sind aus sechs Tänzen je zehn Figuren zu beherrschen.



Und dafür braucht es Trainer, die wissen, worauf es ankommt. Brigitte und Herbert Schmidt sowie Renate und Wolfgang Rühling sind seit vielen Jahren als Tanztrainer beim ASV Niederndorf engagiert und trainieren das Jahr über die Tanzkreise F1, F2 und F3



Tanzsport

und leiten Sonderaktionen wie z.B. Tanzwochenenden. Neben den beiden Trainerpaaren haben auch Angelika und Otto Schwandner die Tanzpaare im F1-Tanzkreis mit viel Herzblut betreut.

Die Wertungsrichter Brigitte und Herbert Schmidt übernahmen wie in den vergangenen Jahren dankenswerterweise wieder auch diese Funktion und nahmen vor der Tanzfläche Platz.

Kurz nach 10 Uhr begann die Abnahme des Tanzsportabzeichens: Heike Witthus begrüßte alle Anwesenden. Dann wurde es ernst: Brigitte Schmidt bat die Paare einzeln auf die Tanzfläche und ließ sich die Tänze vorführen. Sehr genau sah sie sich zusammen mit ihrem Mann Herbert die Tanzpaare an und ließ die Musik so lange spielen, bis sie sich zu jedem Paar und zu jedem Tanz ein fundiertes Bild gemacht hatte. Drei Paare tanzten für das bronzene Tanzsportabzeichen, zwei für Silber, vier für Gold und drei sogar für Brillant.

Am Ende gingen alle Paare erleichtert und mit einer Portion Stolz nach Hause mit der Gewissheit: Das Training hat sich gelohnt, es hat Spaß gemacht und jeder hat für sich persönlich ein kleines, schönes Ziel erreicht.

Am Nachmittag kam die gesamte Tanzsportabteilung im ASV-Vereinsheim zusammen, um das Erreichte beim gemeinsamen Sommerfest zu feiern

Text: Wolfgang Niewelt

Fotos: Kurt Zuck-Dobler, Thomas Göllner

Sommerfest der Tanzsportler am 22.07.2023

Zum traditionellen Ausklang der Tanzsportsaison 2022/2023 trafen sich in diesem Sommer etwa 80 Tanzsportler auf der Terrasse des ASV-Sportheims zu einem zünftigen Grillfest. Ausgelassene Stimmung, ideales Wetter und eine perfekte Organisation des Festes waren Garanten für einen wunderschönen Sommerabend in geselliger Runde. Viel zu schnell vergingen die Stunden bei amüsanten Plaudereien, lustigen Tanz-Anekdoten und tollen Erinnerungen an die Events des vergangene Tanzjahres. Für das leibliche Wohle sorgten nicht nur die Grillmeister, sondern auch



Tanzsport

ein leckeres Salat- und Tapas-Bufferet sowie verführerische Desserts. Vielen Dank dafür an alle, die mit ihren lukullischen Ideen das Fest bereicherten!

Allen Trainern der Abteilung sagten die Abteilungsleiter Heike Witthus und Herbert Fischer ein herzliches Dankeschön. Ihre mit viel Geduld, Hingabe und Leidenschaft erteilten Tanzstunden zeichnen das Trainerpaar Renate und Wolfgang Rühling aus. Für ihr Engagement in den beiden oberen Tanzgruppen F2 und F3, sowie im Tango Argentino, für die lehrreichen, von ihnen organisierten und durchgeführten Work Shops und das fantastische Trainingswochenende in Waldmünchen erhielten sie größtes Lob. Ebenso wurde dem Standard- und Latein Trainerpaar Brigitte und Herbert Schmidt, den Salsa, Westcoast Swing und Discofox Trainern Kathrin und Markus Schöner, den Trainern der Seniorengruppe Bärbel und Peter Jung, den Trainern der Anfängergruppe F1 Angelika und Otto Schwandner sowie dem Tango Argentino Assistententrainerpaar Karin und Holger Brandt vielmals für ihren Einsatz mit einem Präsent herzlich gedankt.

Eine Ehrung ging auch an die Organisatoren des Grillabends und der jährlichen Fahrradtour. Erst am späten Abend machten sich die bestens gelaunten Gäste auf

den Heimweg. Der Abend fand in gemütlicher Runde einen perfekten Ausklang.

Text: Birgit Scharl-Krauß
Fotos: Thomas Göllner



Tanzsport

Wochenende Technik Standard Waldmünchen 29.09.-01.10.2023

Tanzen verbindet und macht super Laune! Deshalb war die Begeisterung der 42 Teilnehmer am Ende des Tanzsportwochenendes in Waldmünchen groß! „Leider schon vorbei...“ „Hoffentlich nächstes Jahr wieder...“, „Es war einfach spitze!“ Die Kommentare der Tanzbegeisterten hätten nicht besser sein können. Die Trainer Renate und Wolfgang Rühling hatten mit ihrem Feingefühl für ein perfekt geschnürtes Trainingspaket wieder einmal voll ins Schwarze getroffen!

Los ging es am Freitagabend mit einem Abendessen in der Jugendbildungsstätte, einem alten Schloss. Danach folgte gleich die erste Trainingseinheit. Der große Saal war voll, die Paare streiften sich erwartungsvoll ihre Tanzschuhe über und starteten in eine schwingvolle Wiener Walzer Choreografie, die zeigte, dass dieser Tanz viel mehr zu bieten hat als nur Rechts- und Linksdrehungen. Im $\frac{3}{4}$ Takt brachten die Teilnehmer begeistert die neu erlernte Figurenfolge aufs Parkett, am Ende der Einheit klappte es bei allen Paaren so gut, dass danach alle bestens gelaunt einen geselligen Abend im urigen Schlosskeller verbrachten.

Ihre Freude am Tanzen konnten die Paare am Samstag voll ausleben. Tango in seiner ganzen Vielfalt, jedoch in kleinen, leicht verdaulichen Häppchen, servierte das erfahrene Trainerpaar, das selbst laufend Fortbildungen absolviert. Technische Basics, die typischen Merkmale, die den Charakter dieses Tanzes ausmachen, wurden gepaart mit einer ausdrucksvollen Figurenfolge, ausgehend von Varianten der Promenadenrechtsdrehung. Die vielen Schritte und Figurenkombinationen erforderten hohe Konzentration und Koordination. Es gab jedoch immer genügend Zeit für das Einüben der Tanzschritte. Die geschickte Didaktik des Trainerpaares sorgte dafür, dass alle Teilnehmer, egal welcher Niveaustufe, die Choreo am Ende der Trainingseinheit erfolgreich und stolz präsentieren konnten. Und da der Körper beim Tanzen die Glückshormone Dopamin und Endorphin ausschüttet, waren alle Tänzer am Samstagabend in hervorragender Stimmung. Lustig war es dann sowohl beim Quizabend, wo die Gruppe spielend ihr Wissen beweisen und erweitern konnte, als auch bei einem Drink im Kellergewölbe.

Der Sonntag stand im Zeichen der Auffrischung und Wiederholung des Tanzstoffes. Das gesamte Training war begleitet von viel Humor seitens der Trainer und einer tollen „Tanztruppe“, die viel Spaß miteinander hatte, sich gegenseitig motivierte und bei allem begeistert mitmachte. Jeder einzelne Teilnehmer trug zum Gelingen dieses perfekten Tanzwochenendes bei! Als Trainer könnten wir uns kein besseres Paar als Renate und Wolfgang Rühling vorstellen, die uns mit viel Verve, unendlicher Geduld und größter Leidenschaft fürs Tanzen ein unvergessliches Tanzerlebnis beschert haben! Herzlichen Dank dafür, auch an Otto Schwandner für die prima Organisation!

Tanzsport



Text: Birgit Scharl-Krauß

Fotos: Thomas Göllner, Bärbel Bleisinger

Tanzsport

Tanzkurs „Tanz dich fit“ – wo Tanzen lernen zum Vergnügen wird“

Am 15.10.2023 starteten 14 Tanzpaare im Geschwister-Beck-Saal in Herzogenaurach mit dem neuen Programm „Tanz dich fit“ – wo Tanzen lernen zum Vergnügen wird“ der Tanzsportabteilung, mit Renate und Wolfgang Rühling als Trainer. Das Programm hat das Ziel, alle Altersgruppen, die schon immer mal ins Tanzen reinschnuppern wollten oder nach langer Tanzpause wieder eine Auffrischung suchen bzw. gerne mal zu Tanzveranstaltungen gehen möchten, wie z.B. zum Festlichen Ball des ASV Niederndorf am 02.12.2023, fit zu machen mit den Grundschritten und kleinen Figuren bzw. Tanzfolgen in Standard- und Lateintänzen.

Die 14 Paare (vom Anfänger bis zum Wiedereinsteiger) durften sich gleich am Anfang mit dem Rhythmus vom Langsamen Walzer und ersten Tanzschritten alleine, aber auch im Paar vertraut machen. Bei den motivierten TänzerInnen und Tänzern zeigten sich hier, bereits nach kurzer Zeit, die ersten Erfolge auf der Tanzfläche. Mit der Box und Tanzschritten in Vorwärtsbewegung wurde sogar schon nach 30 Minuten eine kleine und feine Tanzfolge - die bereits balltauglich ist - eingeübt. Beim zweiten Tanz, dem Tango, wurden neben dem besonderen Rhythmus und den Laufschritten die Wiege mit den Paaren geübt. Auch hier wurde zusammen mit den Kursteilnehmern von Renate und Wolfgang eine kleine Folge im Wechsel zwischen Laufschritten und der Wiege getanzt. Die letzten 20 Minuten wurde der Grundschritt im Discofox alleine und im Paar ausprobiert. Mit dem Schmetterling wurde gleich im Anschluss noch eine kleine Figur mit eingebaut. Die ersten 90 Minuten vergingen für die Teilnehmer wie im Flug! Weiter geht es in den nächsten Wochen mit Wiederholungen des bereits Erlernten, aber auch anderen Tänzen wie z.B. der Rumba und dem Cha-Cha. Wir freuen uns bereits jetzt darauf und hoffen, dass möglichst viele der Kursteilnehmer mit Ihren erlernten Tanzschritten und -folgen auf der Tanzfläche zur Live-Musik am Festlichen Ball der Tanzsportabteilung teilnehmen werden.



Bericht und Bilder: Holger Brandt

Tanzsport

Wanderung der Tanzsportabteilung 07.10.2023 im Altmühltal

13,9 km und ca. 400 Höhenmeter

Essing-Kastlhöhle-Tatzelwurmbrücke-Burg Prunn-Ruine Randeck Essing



Am Samstag, den 07. Oktober war es wieder mal so weit - der traditionelle Wanderausflug der Tanzsportabteilung des ASV Niederndorf, führte uns dieses Mal ins wunderschöne Altmühltal nach Essing. Erneut trafen sich die Wandervögel der ASV Tanzsportabteilung, voller Tatendrang und mit freudiger Erwartung an der Berufsschule, um die erste 130 km Etappe bis Essing mit dem Autos zurückzulegen. Diesmal sollte es ein eher entdeckerkundliches Erlebnis werden, was uns Werner wieder so ausgewogen und qualitativ erstellt hatte. Der Einstieg in die angestaubten Wanderschuhe, gelang schon mit dem Ausgangspunkt, dem malerischen Ort Essing an der Altmühl, und der wundervoll ausgestalteten Dorfkirche.

Gleich nach der Torbrücke am Ortsausgang, durchquerten wir einen Kunspark, dessen Werke aber im Eifer des Gefechts und wohl dem überschwänglichen Tatendrang geschuldet, mangels Aufmerksamkeit etwas links liegen blieb.

Diese bekamen jedoch die später folgenden Kastlhöhlen, die eifrig erklimmen und erforscht wurden. Waren die 400m² doch schon für andere Jäger aus der Alt- und Mittelsteinzeit ein willkommenes Unterschlupf. Sozialer Wohnungsbau von vor über 11.000



Jahren. Und um einen weiteren Bogen der Geschichte in das Mittelalter zu schlagen, führte uns unser „Siegfried“ - schon rein optisch mit wallendem, blondem Haar ein Sagenheld par excellence - noch auf die Burg Prunn, auf der das zwar nur viert-

Tanzsport

älteste, aber dafür vollständig erhaltene Exemplar der mittelhochdeutschen Heldensaga des Nibelungenliedes, 1575 gefunden wurde (dieses ist wie fast alle bedeutenden fränkischen Kunstschätze jetzt nur in München zu besichtigen). Leider hatten wir einen straffen Wanderplan, so dass wir die 45 min. Besichtigung (nur geführt möglich) der prächtigen Burg, zugunsten eines Besuches des El Chalet gegenüber auf ein andermal verschieben mussten. Der Mensch lebt ja nicht von Kultur allein. Und wir brauchten dringend Kohlehydrate zum Weiterwandern. Bergauf, bergab ging es weiter durch die walddreiche Flur. Es war dieses Mal eine etwas größere körperliche Herausforderung, und so begannen sich schon bei dem ein oder anderen, die Gedanken um das bevorstehende Abendessen zu kreisen. Oder zumindest um ein kühles, flüssiges Entree. Eine kleine Vorausabteilung zweigte vom Pfad der Tour ab und stellte schon mal eine ausreichende Sitzplatzreservierung für die Wanderrecken sicher. Alle anderen mobilisierten noch einmal ihre Kräfte und erstürmten die Jurafelsen, um die Ruine der Burg Randeck zu erobern. Von hier hatten wir vom Bergfried aus, eine sagenhafte Aussicht über weite Strecken des Altmühltals und Essing, wo auch wieder das Ziel unserer Wanderung lag. Im Brauereigasthof Schneider trafen wir auch wieder auf das versprengte Häuflein der Vorhut, und wir konnten alle gemeinsam, ein wundervolles Abendessen genießen. Gänzlich zufrieden fielen wir wieder zuhause angekommen, mit einer schönen Erfahrung reicher, in unsere Betten. Abschließend bleibt uns nur noch ein herzliches Dankeschön zu sagen, an Werner für die tolle Organisation, und an allen Teilnehmern für die fantastische, frohe Laune, die ihr verbreitet habt. Es war uns ein Fest.



Text: Klaus Schmitt, Fotos: Thomas Göllner

Tanzsport

Tango Argentino-Workshop mit Andrea Bassi und Alice Gaini am 18.11.2023

Der letzte Workshop in unserem Jubiläumsjahr war ein fulminanter Höhepunkt in der Reihe der besonderen Angebote. Renate und Wolfgang war es gelungen, Andrea und Alice ein weiteres Mal für einen Trainingstag zu gewinnen – im Juni hatten sie uns bereits mit ihrem Training beeindruckt. Das Mailänder Ehepaar mit eigener Tango-Argentino-Tanzschule und vielen internationalen Auftritten in Shows und Tanzfestivals war allen 14 teilnehmenden Paaren noch in sehr guter Erinnerung und alle erlebten wieder einen außergewöhnlichen Workshop. Die Trainingssprache Englisch war kein Problem und die Anweisungen wie „draw a line“, „open the curtain“, „give space“, „stay in direktion“ oder „push“ waren so konkret, dass man sich alles gut merken konnte. Außerdem bauten die beiden das Training supergut auf, ließen viel Zeit fürs Üben und nahmen sich Zeit, um jedem Paar Tipps zu geben.

Im ersten Teil ging es am Beispiel der Ochos um das Feilen an der Technik. Schwerpunkt war eine saubere Fußarbeit. Auch Tipps für die Haltung im Paar wurden aufgegriffen und die Balance geschult. Die Tänzerinnen und Tänzer freuten sich am Ende über eine gelungene kleine Schrittfolge. Als krönenden Abschluss dieses Teils tanzten Andrea und Alice einen Teil aus ihrem aktuellen Showprogramm – ich hätte noch ewig zuschauen können! Und dann hatten wir uns eine kleine Stärkung mit leckerer Pizza von Ioannis verdient.



Tanzsport

Im zweiten Teil erklärten Andrea und Alice die Basics, die den Tango Argentino so reizvoll und spannend machen. Der Herr gibt bei der Führung der Dame genügend Raum und Zeit für das Austanzen ihrer Schritte, die Führung erfolgt durch Gewichtsverlagerung, Herr und Dame tanzen so, dass ein Abspüren des nächsten Schrittes möglich ist. Dadurch werden die Schritte nicht synchron, sondern etwas zeitversetzt getanzt. Dieses wechselseitige Zusammenspiel erfordert eine ziemliche Konzentration, umso schöner fühlt es sich an, wenn es klappt. Zusammen mit dem Prinzip der 4 Richtungen konnten die Teilnehmer dann ihre Vorkenntnisse zu Ocho, Gancho, Entrata, Parada und Lapid aktivieren und in eine wunderbar flüssige und harmonische Choreografie umsetzen.

Für das Tüpfelchen auf dem i eines besonderen Tages sorgte dann unser Geburtstagskind Erwin mit einem kleinen Sektumtrunk.

Bericht: Heike Witthus

Fotos: Holger Brandt

Anschriften

Funktion	Name	Telefon *)	Adresse *)
1. Vorsitzender	Horst Napetschnig	75830	Am Stockberg 27
2. Vorsitzende	Norna Seeberger	745735	Kiefenberg 4 (Hauptendorf)
Schatzmeisterin	Andrea Schwenger	60073	Fasanenweg 50A
Schriftführer	Wolfgang Rühling	62687	Straßenäcker 4
Vereinsjugendleitung	Theo Hornof	0172-2464272	
Technischer Leiter	Marcus Lenz	01523 7862872	Frauenauracher Str. 16a
Revisoren	Michael Wershofen		
	Renate Rühling	62687	Straßenäcker 4
	Jürgen Zingsem	09135-722640	Gerbersleite 15, 91085 Weisendorf
Mitgliedswesen	Wolfgang Rühling	62687	Straßenäcker 4
Abteilungen			
Alpinskiport	Heinz Haynl	2413	Haferweg 6 (Neuses)
Badminton	Walter Schobel	0179-5319180	Burgstaller Weg 23
Freiluftsport	Alban Spägle	5452	Leonhard-Ritter-Straße 17
Fußball	Sebastian Bohn	0176-20796953	
Jugendleiter	Theo Hornof	0172-2464272	
Chor CANTUS VOX	Peter Lautenbach	0172-8216107	Möhrendorfer Str. 2
Gymnastik	Anita Joost	0157-54853556	Hauptendorfer Str. 14
Kinderturnen	Cornelia Feulner	0170-5593461	Sudetenring 48
Sportabzeichen	Michaela Protiwa	63487	Dr.-Wilhelm-Schäffler-Str. 15
Tanzsport	Heike Witthus	62947	Biberweg 2 a
Theatergruppe	Verena Stephan		
Tischtennis	Thomas Motz	4549	Am Hasengarten 12
Volleyball	Marcus Lenz	01523 7862872	Frauenauracher Str. 16a
Geschäftsstelle			
ASV Niederdorf e.V.	Geschäftsstelle		Vacher Straße 27
Vereinssportheim			
Vereinswirt	Fam. Kisniaridis	7411893	Vacher Straße 27
Mehrzweckhalle N'df			
Hausmeister	Michael Seeberger	0172- 8636323	Schulstraße 19

*) soweit nichts anderes angegeben: Festnetzvorwahl 09132 und Anschrift 91074 Herzogenaurach

Allgemeiner Sportverein Niederndorf e.V.

Vacher Straße 27, 91074 Herzogenaurach



Beitrittserklärung und Einzugsermächtigung

Bei Familien: Bitte für jedes Familienmitglied eine Beitrittserklärung ausfüllen

<input type="checkbox"/> Herr <input type="checkbox"/> Frau	Name, Vorname:
Geburtsdatum:	Telefon:
Straße, Hausnummer:	
Postleitzahl:	Wohnort:
E-Mail:	
Bei Minderjährigen, Name des Erziehungsberechtigten:	

Ich schließe mich folgender(en) Abteilung(en) an: _____

Ich erkläre hiermit den Beitritt zum Allgemeinen Sportverein Niederndorf e.V. Rechte und Pflichten ergeben sich aus den Bestimmungen der jeweils gültigen Satzung und der ergänzenden Ordnungen sowie der Datenschutzinformation, die auf unserer Homepage zur Einsichtnahme vorliegen und auf Wunsch ausgehändigt werden können. Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Satzung an und erkläre, dass ich mit der Speicherung, Übermittlung und Verarbeitung meiner personenbezogenen Daten gemäß der Datenschutzinformation des ASV Niederndorf e.V. einverstanden bin. Ein Austritt aus dem Verein ist nur jeweils zum 31.12. eines Jahres möglich.

SEPA-Lastschriftmandat und Einzugsermächtigung:

Die Entrichtung des Beitrages erfolgt durch Bankeinzug regelmäßig am 1. Februar jeden Jahres.

Zahlungsempfänger: ASV Niederndorf e.V., Vacher Straße 27, 91074 Herzogenaurach.

Gläubigeridentifikationsnummer: DE74ZZZ0000112806

Ich ermächtige den ASV Niederndorf e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom ASV Niederndorf e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name, Vorname des Kontoinhabers:	
Kreditinstitut:	BIC: _____
IBAN: DE _____	

Bei Geltendmachung des Familienbeitrags Nennung der Familienmitglieder, die bereits Mitglied des ASV sind (Name, Vorname, Geburtsdatum):

_____, den _____
(Ort) (Datum)

(Unterschrift)

(Unterschrift Erziehungsberechtigter bei Minderjährigen)



Wechseln ist einfach.

Oh je, schon wieder

Montag...

Unglücklich im Job?
Worauf wartest du noch?

Wir suchen dich!

#Kundenberater:in
#Gewerbekundenberater:in
#Serviceberater:in



56



[sparkasse-erlangen.de/
karriere](https://sparkasse-erlangen.de/karriere)