RENNSPORT
TRIATHLON
RADTOURISTIK
MOUNTAINBIKE
GESELLIGKEIT

VELOMAGAZIN

VCR

VELOCLUB RATISBONA E.V.

2017/2018

MÜHLBACHER

Feinuhrmacher & Hofjuwelier

Regensburg

AUDEMARS PIGUET *Le Brassus*
BAUME & MERCIER MAISON D'HORLOGERIE GENEVE 1830
BREITLING 1884
BREITLING *for* BENTLEY
BVLGARI
Cartier
Chopard
EBEL
HUBLOT
IWC SCHAFFHAUSEN
JAEGER-LECOULTRE
JUNGHANS GERMANY. SINCE 1861
MONT BLANC
PANERAI
PATEK PHILIPPE GENEVE
ROLEX
TAGHeuer SWISS AVANT-GARDE SINCE 1860
TUDOR
ZENITH WATCH MANUFACTURE SINCE 1865
...und viele mehr

Hofjuwelier Mühlbacher Ludwigstr. 1 Regensburg www.muehlbacher.de

Barbara Wilfurth
Präsidentin Veloclub Ratistbona

LIEBE RADSPORT-FREUNDE,

alle Wege führten nach Rom. Am 20.05.2017 starteten 34 Radheroen – darunter auch ich – von Regensburg nach Rom. In Regensburg wurden wir von unserem Bischof Manfred Voderholzer mit gesegneten Christophorus-Plaketten ausgestattet. Mit diesen erreichten wir sechs Tage später den Vatikan und wurden von Kardinal Ludwig Müller herzlich empfangen.

Christophorus hat uns unfallfrei durch Oberpfalz, Niederbayern, Oberbayern, Österreich und Italien nach Rom gebracht. Näheres könnt Ihr in diesem Magazin nachlesen. Für mich war es ein unvergessliches Ereignis.

2017 ist aber viel mehr in unserem Club passiert. Unter anderem eine Fernfahrt nach Salzburg. Obligatorisches Highlight war der Arber Radmarathon mit neuem Teilnehmerrekord.

Der VCR hat in den zurückliegenden über drei Jahrzehnten gezeigt, wie man mit einer gewissen Standfestigkeit, Organisationswillen und einer fähigen Mannschaft, die sich langsam zusammenschweißt, Großartiges leisten kann. In der deutschen Breitensport Rad-Szene ist unser Arber-Marathon nach wie vor beispielgebend. Wir dürfen uns alle auf den 34. Marathon in unserer Stadt freuen.

Auch der Radsport gedeiht prächtig! Wir konnten uns in der Bundesliga behaupten. Wenn die zugesagten Verstärkungen 2018 in unserem Team sind, werden wir sicher weiter nach vorne fahren.

Mit großer Trauer haben wir vom Tod unseres Christian Beringer erfahren. Er war ein Urgestein beim VCR, Vater des Europacups und Mitorganisator des Arber Radmarathons. Er wusste, dass der 33. sein Letzter war. Dennoch gab er die Hoffnung nicht auf. Der Umgang mit seiner Erkrankung war bewundernswert. Es sind keine leeren Worte, wenn wir sagen „Christian, wir werden Dich nie vergessen“. Der VCR trauert um Dich.

Zum Schluss eine erfreuliche Information: Die Schweizer Garde hat uns anlässlich des Rombesuchs zugesagt, mit einer größeren Gruppe zum Arber Radmarathon 2018 nach Regensburg zu kommen. Es wird sicherlich eine kleine Sensation werden, wenn Schweizer Gardisten aus dem Vatikan mit einem eigenen Trikot bei uns dabei sein werden.

In diesem Sinne wünsche ich Euch eine erlebnisreiche, sportliche Radsaison 2018.

Eure Barbara Wilfurth

Barbara Wilfurth

Continental
The Future in Motion

Neue Antworten für zukünftige Mobilität

www.continental-automotive.com

[INHALT]

Vorwort 1

[RENNSPORT]

Rennkalender 5
Fahrerprofile 6
Rennsport Saison 2017 8
Tobago 15
Frankfurt an der Oder 18

[NACHWUCHS]

Youngstars 20

[RADTOURISTIK]

Trainingslager Mallorca 22
Mallersdorf 26
Weltenburg 29
Vor Rom über Salzburg 31
Fernfahrt Regensburg-Rom 32

[ARBER 2017]

Startschuss 38
Superposition beim 4. DUK 40
Continental@Arber 2017 43

[MOUNTAINBIKE]

Mountainbiketour
Mals im Vinschgau 45
Gais 2017 46
Mit Rucksack in Graubünden 48

VCR [-INTERN]

Die kleine Physik
des Gegenwindes 52
Termine 2018 54
Who is who 57
VCR Bekleidung 65
Zeiten 67
Vorstandschaft, Beiräte und Co. 69
Eintritte 2017 70
600. VCR-Mitglied 71
Mitglieder 2017 72
Jubilare 77
Impressum 84

Höcherl & Reisinger
ZERSPANUNGSTECHNIK GMBH

Am Gewerbegebiet 4
93194 Walderbach

Telefon (0 94 64) 94 01-0
Telefax (0 94 64) 94 01-40

Wir fertigen:
Teile und Baugruppen für verschiedenste Bereiche der metallverarbeitenden Industrie, z.B. Handlingautomation, Sondermaschinen, Werkzeug- und Vorrichtungsbau, sowie Prototypen und Serienfertigung

Wir bieten:
unseren Kunden in der Medizin- und Halbleiter- und Elektrotechnik, sowie Maschinen-, Apparate- und Automobilbau, für jedes Teil, eine individuelle Komplettlösung an.

Wir produzieren:
mit hochqualifizierten Mitarbeitern im modernsten Maschinenpark

Web-Adresse: www.hoecherl-reisinger.de • E-Mail: info@hoecherl-reisinger.de

Pfatter, Haidauer Straße 29a
Tel. 0 94 81 16 61
Fax 0 94 8 1 16 71
www.gierstorfer.de

fünf Sterne für Genießer

Metzgerei
GIERSTORFER

Regensburg ✆ 0941-
Galgenbergstr. 5 ✆ 73821
Burgunder Str. 4 ✆ 709594
DEZ ✆ 4672744
info@gierstorfer.de

Rindfleisch in allerbester Qualität für feinsten Genuss!

American Beef vom Black Angus Rind aus Nebraska. Der Ruf ist legendär, die Qualität immer auf höchstem Niveau. Die Tiere verbringen die ersten acht Monate auf den endlosen Weiden im Herzen der USA, um dann in freien Gattern mindestens 150 Tage mit Mais gefüttert zu werden. Dadurch entwickelt das Fleisch seine einzigartige Marmorierung und den unverwechselbaren Geschmack.

Bayerisches Rindfleisch, trocken am Knochen gereift. Wir lassen das Rindfleisch mindestens drei Wochen reifen, damit es sein volles Aroma entwickeln kann. „Dry aged" praktizieren wir schon lange, bevor es als Handwerkskunst wieder entdeckt worden ist.

Fünf-Sterne-Fleischerfachgeschäft seit 1998

We listen!

HNOZENTRUM
REGENSBURG
[überörtliche Gemeinschaftspraxis]

Tel: 0941 5993870

www.HNO-Zentrum-Regensburg.de

- Allergologie
- Plastische Operationen
- Spezielle HNO-Chirurgie
- Tumorchirurgie
- Laserchirurgie
- Tinnitus-/ Schwerhörigensprechstunde
- Schwindeldiagnostik
- Schnarchdiagnostik und -behandlung
- Schluckstörungen
- Sprache, Stimme
- kindliche Hörstörungen

Prof. Dr. med. Jürgen Ußmüller
Prof. Dr. med. Jan Kiefer
Dr. med. Sven Herkenhoff
Dr. med. Stephanie Taeger [2]
Dr. med. Candida Mattis-Nahr
Dr. med. Claudius Fauser
Dr. med. Dorothea Schäfer [2]
Caroline Honsberg [1 2]

Fachärzte für Hals- Nasen- Ohrenheilkunde

[1] Arzt/Ärztin in Weiterbildung [2] In Anstellung

HNO Praxis
Neupfarrplatz 12

HNO Klinik + Praxis
Krankenhaus
der Barmherzigen Brüder
Prüfeninger Straße 86

[RENNKALENDER] 2018

[FEBRUAR]

GP Laguna Porec UCI 1.2
GP Izola UCI 1.2
Umag Trophy UCI 1.2

[MÄRZ]

Porec Trophy UCI 1.2
Istrien Spring Trophy UCI 2.2
Tour de Normandie UCI 2.2

[APRIL]

Rund um Schönaich
Aichacher Frühjahrspreis
Straßenrennen Zusmarshausen
Rundstreckenrennen Schweinlang
Burggener Straßenpreis
Bundesligastart Düren
Kriterium Kulmbach
Kriterium Töging
Neuöttinger Rundstreckenrennen

[MAI]

Rund um den Finanzplatz Eschborn-Frankfurt UCI 1.2
Bayerische Meisterschaft Einzelzeitfahren
Bayerische Meisterschaft Straße Attenzell
Flech du Sud UCI 2.2
Bundesliga Erzgebirge
Passauer Straßenpreis
Rosenheimer Straßenpreis
Baltyk - Karkonoze Tour UCI 2.2

[JUNI]

Deutsche Meisterschaft U23
Deutsche Meisterschaft Elite
Deutsche Meisterschaft Zeitfahren
Dachauer Kriterium
I.W.T Jong Maar Moedig UCI 1.2
Pinswanger Straßenrennen
Main Spessart Rundfahrt Karbach

[JULI]

Strullendorfer Kriterium
Internationale Oderrundfahrt
Bundesliga Zeitfahren Cottbus
Bundesliga Straßenrennen Cottbus
Arber Kriterium

[AUGUST]

Vysocina Tour
Deutsche Meisterschaft Berg
Bundesliga Sauerland
Bellheimer Radsporttage

[SEPTEMBER]

Deutsche Meisterschaft Mannschaftszeitfahren
Bundesliga Bilster Berg
BMW 4er Mannschaftszeitfahren
Kriterium Mindelheim

[OKTOBER]

Tour of Tobago UCI 1.2
Tobago Internatinal Cyling Classic

Tutti Frutti OHG
Auweg 44c • 93055 Regensburg
Telefon (0941) 79 24 47 - 48
Telefax (0941) 79 24 42
OBST - GEMÜSE - SÜDFRÜCHTE - GROSSHANDEL

[FAHRERPROFILE] 2018

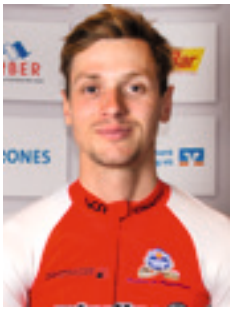
[STEFAN BRANDLMEIER]

Alter: 24
Wohnort: Langenpreising
Klasse: A
Erfolge: **2. Platz** Internationale Oderrundfahrt 3. Etappe 2017
5. Platz Gesamtwertung Oderrundfahrt 2017
2. Platz Kriterium Sonthofen 2016
Beruf: Zollbeamter Flughafen München

[LUKAS MALGAY]

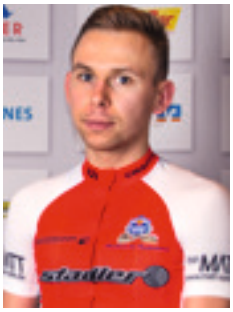
Alter: 27
Wohnort: München
Klasse: A
Erfolge: **1. Platz** 44. Schwarzbräu-Straßenpreis 2017
1. Platz 9. Passauer Rundstreckenrennen 2017
Beruf: Verkauf bei EVOC

[BENJAMIN HERDEN]



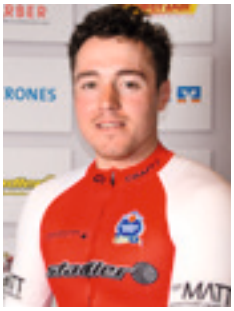
Alter: 27
Wohnort: Krumbach
Klasse: A
Erfolge: **5. Platz** 26. Preis von Dölzig 2017
2. Platz Straßenrennen Karbach 2016
Beruf: In der Produktion bei der Molkerei Ehrmann

[ALEŠ GROSSBERGER]



Alter: 27
Wohnort: Nürnberg
Klasse: B
Erfolge: **1. Platz** 65. Großer Erdinger Preis in Bellheim 2017
Beruf: Student

[YANNICK MAYER]



Alter: 26
Wohnort: Augsburg
Klasse: A
Erfolge: **1. Platz** 15. Franz-Xaver-Böhm-Gedächtnisrennen 2017
1. Platz 34. Erzgebirgsrund-fahrt/ Bundesliga 2013
Beruf: Zollbeamter Flughafen München

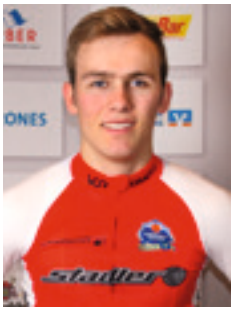
[TOBIAS GÖTZENBERGER]

Alter: 24
Wohnort: Neufahrn
Klasse: B
Erfolge: **1. Platz** 3. Weltenburger Dunkles Radler Kriterium 2017
Beruf: Konstrukteur bei Rohde & Schwarz

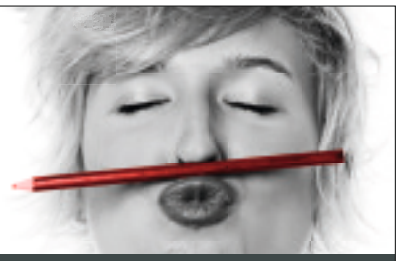
[CHRISTOPH KASPERA]

Alter: 23
Wohnort: Langpreising
Klasse: B
Erfolge: **4. Platz** Großer Preis des Brücken-Center Ansbach 2017
7. Platz 27. Mindelheimer Altstadt Rad-Kriterium 2017
Beruf: Student

[JULIUS STROBEL]



Alter: 18
Wohnort: Regensburg
Klasse: U23 C
Erfolge: **1. Platz** 21. Massinger Kriterium U19 2017
Beruf: Ausbildung

BAUER & FRISCHLUFT
bauer-frischluft-werbung.de

LAYOUT . DIREKTMARKETING . WEB . DRUCK . WERBETECHNIK . WERBEMITTEL

[AARON SOMMER]

Alter: 18
Wohnort: Jagstzell
Klasse: U23 C
Erfolge: **1. Platz** Rund um den Finanzplatz U19 2017
1. Platz Bruckmühler Radsportnacht U19 2017
Beruf: Abitur

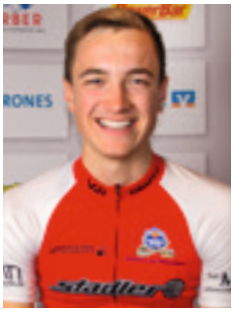
[CHRISTOPH SETESCAK]

Alter: 19
Wohnort: Pentling
Klasse: U23 C
Erfolge: **3. Platz** Walter Hesselschwerdt Renntag 2017
Beruf: Physik Student

[JOHANNES GLAMEYER]

Alter: 19
Wohnort: Oberreichenbach
Klasse: U23 B
Erfolge: **1. Platz** 42. Erftpokal von Quadrath 2017
3. Platz 65. Großer Erdinger Preis 2017
Beruf: Abitur

[JONAS SONNLEITNER]



Alter: 20
Wohnort: Passau
Klasse: U23 B
Erfolge: **1. Platz** 21. Hohenheimer Schloßradrennen 2017
2. Platz 24. Duracher Straßenpreis 2017
Beruf: Ausbildung zum Orthopädie Schuhmacher

[JULIUS GÄRTNER]

Alter: 18
Wohnort: Lichtenfels
Klasse: U23 C
Erfolge: **1. Platz** 11. Team Baier/ Corratec Radsportfestival U19 2017
Beruf: Student

[ANTON PECHER]

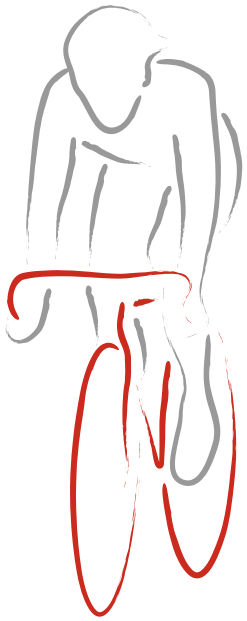
Alter: 18
Wohnort: Murnau
Klasse: U23 C
Erfolge: **Bayerischer Meister** im Einzelzeitfahren U19 201 Bayerischer Meister auf der Straße U19 2017
Beruf: Abitur

Schels Freisleben
STEUERBERATER
Diplom-Finanzwirte (FH)
Johann Schels
Helmut Freisleben
Alter Markt 18-22
93309 Kelheim
Tel. (0 94 41) 7002-0
Fax (0 94 41) 7002-40
Am Starzenbach 21
85283 Wolnzach
Tel. (0 84 42) 92 59-0
Fax (0 84 42) 92 59-22
KELHEIM • WOLNZACH • www.schels-freisleben.de

RENNSPORT

SAISON 2017

[50 RENNTAGE]
[300 TRINKFLASCHEN]
[24.238 KM IM AUTO]



[RÜCKBLICK]

AUS DER SICHT DES SPORTLICHEN LEITERS PAUL RENGER

Angefangen mit der Ernennung von Ronny Knackfuss zum Rennsportbeauftragten im Vorstand (Oktober 2017), begann der entspannte Einstieg in die neue Saison. Das erste Teamtreffen ließ nicht lange auf sich warten und so traf sich die versammelte Mannschaft in Regensburg im November zum gemeinsamen Trainieren. Bei dieser Gelegenheit wurden unsere neuen TREK-Teamräder vorgestellt, um die Sportler noch ein wenig mehr zu motivieren und die Vorfreude auf die Rennen weiter zu steigern.

Im Januar ging dann das Kilometersammeln los – mit dem zweiwöchigen Trainingslager in San Vincenzo (Toskana). Dort fuhr sogar ich ein paar Radkilometer. Ende Januar war es dann endlich soweit: Radübergabe beim Zweirad Center Stadler. Jetzt stand die Saisonplanung, die meisten Hotels waren gebucht und alle wichtigen

Auslandsstartgenehmigungen eingeholt. Am 17.2 ging es dann zu acht nach Kroatien, um Rennkilometer für Deutschland zu sammeln. Dort standen für die Rennfahrer vier Eintagesrennen und eine Viertagesrundfahrt auf dem Plan sowie ein Traininglager für das verbleibende Team. Auf der Heimfahrt von Kroatien musste ich feststellen, dass ich wohl die falsche Vignette für Solwenien gekauft habe. Auch das lernt man.

In Deutschland ging es dann zu den Frühjahrsklassikern nach Aichach, Zusmarshausen, Singen, Schönaich, Burggen und Schweinlang. Am 1. Mai stand für die U23-Sportler traditionell Rund um den Finanzplatz in Frankfurt auf dem Plan. Kälte, Wind, Regen machte es den Jungs nicht leicht. Johannes Glameyer und Christoph Setescak mussten das Rennen leider schon vor der ersten Schlüsselpassage - dem Feldberg durch zwei Stürze beenden. Jonas Sonnleitner kämpfte sich als bester VCRler den Feldberg hoch, doch bei ihm war die Kälte schließlich der Faktor, wodurch er das Rennen beendete. Trotz dieses Rückschlages waren alle sofort wieder motiviert, sich diesem harten Rennen im folgenden Jahr erneut zu stellen. Ende Mai stand für uns der größte Trip des Jahres auf dem Programm. Zum ersten Mal wurde der Veloclub Ratisbona zu einer UCI-Rundfahrt nach Frankreich eingeladen. Für Brandlmeier, Weber, Thumann, Herden, Schafbauer und Glameyer ging es in zwei Etappen durch das wunderschöne Frankreich bis wir schließlich in Bordeaux ankamen. Den Teams wurde eine hervorragend organisierte Veranstaltung geboten. Die Jugendherbergen ähnelnden Zimmer waren etwas Besonderes. Es darf bei den Radrennen schließlich nie vergessen werden, dass man es aus Spaß am Radsport macht und eben auch die weniger luxoriösen Unterkünfte Erlebnisse sind, die in guter Erinnerung bleiben.

Weiter ging die Saison mit einem Doppelrennwochenende in Baden-Württemberg. Mitte Juni wurde Stefan Brandlmeier ostbayerischer Vizemeister in Landshut. Juni ist bekanntlich der Monat der deutschen Meisterschaft. So ging es für uns Mitte Juni nach Chemnitz zum Bundesliga Einzelzeitfahren, welches gleichzeitig auch die deutsche Meisterschaft war. Zwei Tage später durften wir uns dann während der deutschen Straßenmeisterschaft einmal wie Profis fühlen. Da wurden die Augen groß wie im Kindesalter, wenn man die Trucks und Teambusse von Sunweb, Bora-Hansgrohe, Katusha-Alpecin bestaunen darf. Es ist dort auch ganz normal, dass ein Andre Greipel seine Startnummer selbst abholt und im deutschen Meistertrikot neben einem steht. Das Rennen war hervorragend organisiert und mit einer schönen Stadtstrecke, sodass zahlreiche Zuschauer die Sportler bejubelten. Zwei Tage nach der deutschen Meisterschaft machten wir uns schon wieder auf den Weg, um in Belgien ein UCI Rennen zu bestreiten. Traumhaftes Teamquartier auf einem Bauernhof – belgische Radrennen sind immer etwas anders. Viel Kopfsteinpflaster, auch mal schlechte Straßen, aber immer auf den Spuren der World Tour Klassiker des Frühjars mit einem Highlight – der Muur van Geraardsbergen.

Besprechung der Renntaktik

⏭ einmal umblättern

JAHRES ERGEBNIS

	SIEGE	PODIUM	TOP 15
1. Jonas Sonnleitner	1	3	5
2. Johannes Glameyer	1	1	6
3. Fabian Geisenberger	1		5
4. Marcel Weber		1	13
5. Stefan Brandlmeier		1	7

Anfang Juli bestritten wir dann die Internationale Oderrundfahrt. Hierzu gibt es von Stefan Brandlmeier und seinen Top-Platzierungen ein kleines Renntagebuch. Vor dem Arberradmarathon ging es noch einmal nach Cottbus zu zwei Bundesligarennen und dann galt es, den Fokus auf den Arberradmarathon auszurichten. Großer Arbeitseinsatz am Dultplatz sowie an der Strecke machten den Arber dieses Jahr zum Erfolgreichsten seiner Geschichte.

Direkt nach dem Arber stand traditionell die Vysocina Tour in Tschechien auf dem Plan. Sie sollte eine Rundfahrt zum Vergessen werden. Gleich auf der ersten Etappe ging einer unserer Rahmen durch die Unachtsamkeit eines anderen Rennfahrers zu Bruch. Auch der Sprung in die entscheidende Gruppe des Tages gelang nicht mit dem Kapitän des Teams. Der zweite Tag begann schon mit Dauerregen und kurzer Anfahrt auf die bergige Runde, welche achtmal zu bestreiten war. Nur enge, schmierige Straßen und schon geschah es: Jeder wollte der erste in der Abfahrt sein und es gab einen Massensturz, in welchem gleich drei der fünf VCRler involviert waren. Zwei Rahmen waren durchgebrochen. Wir hatten noch Glück – andere Fahrer wurden sofort an den Tropf gehangen. Der schlimmste Sturz der Saison, damit muss man schnell abschließen und an was Neues denken. Auf der dritten und vierten Etappe zeigte der VCR eine sehr gute Teamleistung und konnte auf der letzen Etappe sogar den zweiten Platz in der Tagesteamwertung herausfahren. Nun standen im Rennkalender noch drei Bundesligarennen auf dem Plan mit dem Finale auf der Automobil-Teststrecke Bister Berg als schöner Abschluss.

Für Brandlmeier, Weber, Setescak, Gieskanne und mich ging es zum Saisonausklang noch eine Woche nach Tobago zum Rennfahren und Urlaub machen. Am Ende der Saison (4.10.) habe ich 24.238 km im Auto verbracht und viele schöne wie auch weniger schöne Orte gesehen.

Eines der vielen positiven Nebenerscheinungen des Reisens ist, dass man sicherer beim Autofahren wird und immer achtsam fährt. Jetzt kennen wir auch alle die Rettungsgasse. Danke an Antenne Bayern für den Rettungsgassen-Song! ⏮

Die Vorbereitung für die Saison 2018 ist voll im Gange und die sportliche Leitung so motiviert, dass die kommende Saison einschlagen wird. In diesem Sinne möchte ich mich auch einmal bei den Regensburger Jungs Lukas Kudala, Julius Strobel, Severin Gieskanne und Christoph Setescak für jede Hilfe überall bedanken!

Paul Renger

Durch den Sieg des Erftpokal von Quadrath hat Johannes Glameyer die B-Klasse erreicht

KARL-GÜNTHER WILFURTH

CHRISTOF HUBMANN

MATTHIAS WILFURTH

MARKUS WILFURTH

WILFURTH & KOLLEGEN
RECHTSANWÄLTE

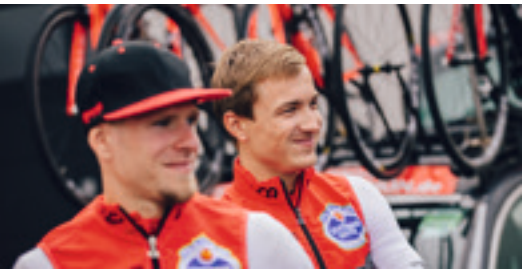
Advogate
ANWALTSKOOPERATION

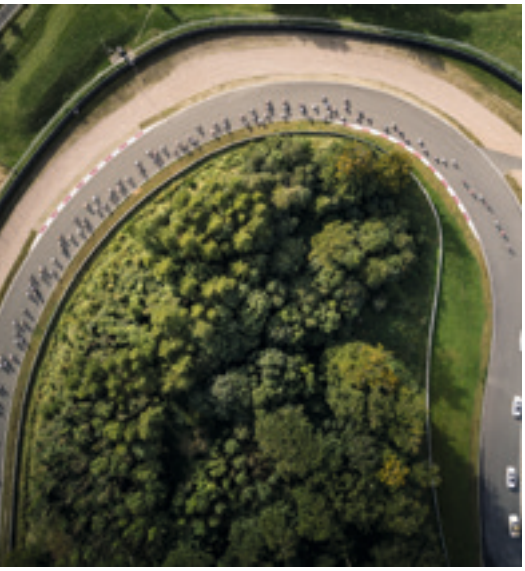
Kumpfmühler Straße 1b • 93047 Regensburg
Telefon (0941) 29767-0 • Telefax (0941) 29767-20
rechtsanwaelte@wilfurth.de • www.wilfurth.de

SCHWERPUNKTE
unserer Tätigkeit sind

- Vertrags- und Wirtschaftsrecht
- Arbeitsrecht
  (Individual- und Kollektiv-Arbeitsrecht)
- Presse-/Verlagsrecht
- Wettbewerbsrecht
- Privates Baurecht und Architektenrecht
- Urheberrecht
- Zivilrecht
- Handels- und Gesellschaftsrecht
- Miet-, Erb-, Familienrecht
- Schadensrecht
- Straf- und Bußgeldsachen
- Verkehrsrecht
- Immobilienrecht

[IMPRESSIONEN]



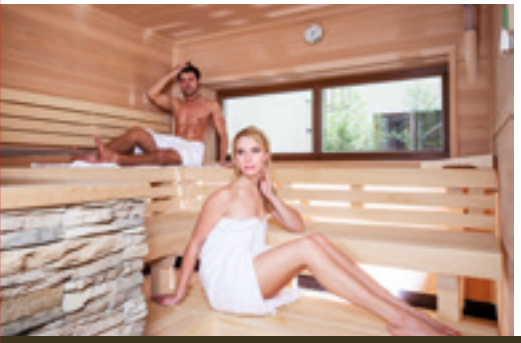


FORSTERS
Posthotel in Donaustauf

HERZLICH WILLKOMMEN
IM FORSTERS POSTHOTEL****

Behagliche und anspruchsvolle Gastlichkeit zu vermitteln, war schon immer unser Herzensanliegen. Durch die umfangreiche Erweiterung unseres Hauses können wir unsere Gäste jetzt mit noch mehr zeitgemäßem Wohn-, Tagungs- und Wellnesskomfort in einem stilvollen modernen Ambiente verwöhnen, denn ihre Wünsche und Bedürfnisse stehen für uns an oberster Stelle.

- 4-Sterne Hotel mit 150 Betten
- Komfortzimmer & Suiten *mit Bad, WC, Flat TV, Telefon, Radio, Minibar*
- Schlemmerfrühstücksbuffet
- Freie W-Lan Nutzung im ganzen Haus
- Freie Benützung des Wellness- und Relaxbereiches *sowie des Cardioraums*
- Klimatisierte Seminarräume für bis zu 180 Personen
- Geeignet für Hochzeits-, Weihnachts- und Familienfeiern
- Gourmetrestaurant Karree
- Gemütliches Poststüberl und Hotelrestaurant mit Terrasse
- Kostenfreie Parkplätze für Pkw und Bus direkt vor dem Haus



FORSTERS
Posthotel in Donaustauf

Maxstraße 43 | 93093 Donaustauf | Tel. +49 (0) 9403 910 - 0 | Fax 09403 910 - 910
www.forsters-posthotel.de | info@forsters-posthotel.de

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Beratung - Vertrauen - gemeinsamer Erfolg

Wir legen Wert auf eine persönliche Kundenbeziehung. Überzeugen Sie sich selbst und vereinbaren Sie unter 0941/5847-0 einen Termin. Wir freuen uns auf Sie!

Weitere Informationen unter www.vb-regensburg.de.

7. REGENSBURGER KUNDENSPIEGEL
Platz 1
BRANCHENSIEGER
Untersucht: 8 GELDINSTITUTE
88,5% Durchschnittlicher Zufriedenheitsgrad
Freundlichkeit: 96,3% (Platz 1)
Beratungsqualität: 91,9% (Platz 1)
Preis-Leistungs-Verhältnis: 77,2% (Platz 1)
Kundenbefragung: 03/2017
Befragte (Banken)n 720 von N (Gesamt) = 902
MF Consulting Dipl.-Kfm. Dieter Gretl
www.kundenspiegel.de

WENN AUS BERATUNG VERTRAUEN WÄCHST...

MEINE Volksbank Regensburg eG

TOBAGO

Hinter dem harten Kern der Rennmannschaft des Veloclub Ratisbona lagen im Monat September schon sieben Monate hartes Rennprogramm mit Einsätzen an fast jedem Wochenende, sodass der Stress vor jedem Rennen schon zur Routine geworden war. Doch es gab einen noch einen Einsatz der die ganze Mannschaft und den Betreuerstab dazu motivierte weiterzukämpfen - das International Cycling Classic auf Tobago, einer karibischen Insel etwa 300 km vor der Küste Venezuelas.

Dabei galt es eine viertägige Rundfahrt und ein UCI Eintagesrennen zu bewältigen. Ordnungsgemäß wie es sich für so eine große Expedition gehört schickte die Mannschaft Severin Gießibl und Christoph Setescak als Vorhut voraus. Nach einem kleinen Umweg über die Ostküste der USA meldeten die Auskundschafter feucht heißes tropisches Wetter und perfekte Strände.

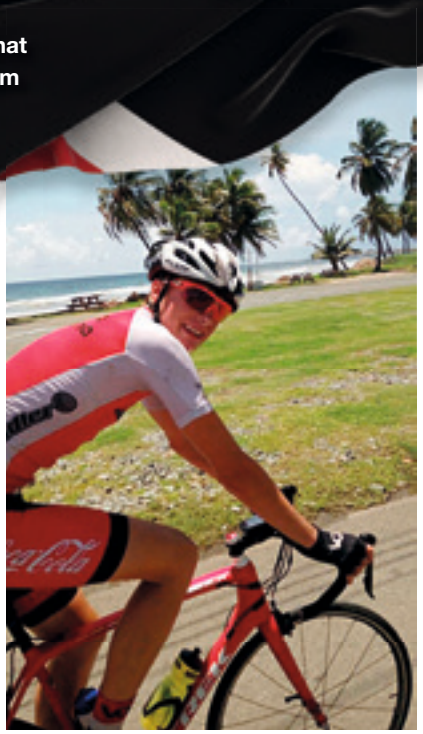
Zwei Tage später erreichte dann auch der Rest der Mannschaft, bestehend aus Marcel Weber und Stefan Brandlmeier mit den Gastfahrern Robert Müller, Christoph Kaspera und Jürgen Dietsche und unserem sportlichen Leiter Paul Renger unterstützt durch den Mechaniker Johannes Neubauer, voller Vorfreude die Insel. Nach einem Empfang am Flughafen mit kühlen Hopfengetränken, vorbereitet durch die Auskundschafter, ging es dann direkt an den Strand zur Abkühlung.

Am nächsten Tag stand dann die erste Etappe über 108 km für die Männerfahrer an. Glücklicherweise wurde diese erst abends gestartet, sodass auch die europäischen Fahrer nicht allzu große Nachteile hatten wegen der Hitze. Außerdem erlaubte dies auch noch einen entspannten Vormittag am Meer. Man muss sagen, dass sich auch hier die Mannschaft nicht lumpen hat lassen und extra für die Strandbeschallung Lautsprecher, Verstärker und ein 50 Meter langes Verlängerungskabel mitgenommen hat. Dies ist insofern mit dem Gewichtslimit im Flieger zu vereinbaren, da auf Tobago jedes Kleidungsstück, das über eine Badehose hinausgeht optional ist.

Aber auch im Rennen war die Mannschaft präsent. Gleich am Anfang konnten sich Christoph Setescak und Stefan Brandlmeier absetzen. Diese Gruppe wurde leider wieder gestellt. Stefan probierte es in der Schlussphase des Rennens noch einmal. Diesmal kam die Spitzengruppe durch und Stefan belegte den starken siebten Platz.

Der nächste Tag war von so heftigem Regen geprägt, dass Gras und Dreck massenhaft auf die Straßen gespült worden war. Dadurch war es nicht möglich die Abfahrten wegen der zusätzlichen schlechten Straßenqualität mit mehr als 25 km/h zu fahren, sodass sich die Rennleitung spontan dazu entschied, den Kurs komplett zu ändern. Das hieß für die Fahrer mehrere Stunden bei dampfbadartigem Klima in nassen Radklamotten zu warten. Ganz besonders schlecht war dies, da dass alles Zeit gewesen wäre, die man am Strand hätte verbringen können.

Zu allem Überfluss wies der neue Kurs Anstiege mit knapp dreißig Prozent Steigung auf und auf den ersten Kilometern setzte wiederum sintflutartiger Regen ein. Am Ende gelang es nur Marcel Weber auf Platz 10 das 80 km lange Rennen zu beenden.



⏭ einmal umblättern

Der Rest der Mannschaft erlag Defekten und dem Klima. Die letzten beiden Etappen der Rundfahrt wurden jeweils als Kriterien ausgetragen. Hier konnte Robert Müller seine Stärken zeigen. Er belegte beim Ersten den vierten Platz und am letzten Renntag der Rundfahrt war er fast das gesamte Rennen bis wenige Runden vor Schluss an der Spitze. Auf den letzten Runden fehlte ihm aber leider deswegen dann die Kraft. Trotzdem sicherte sich Marcel Weber wieder Platz 10. In der Juniorenrundfahrt konnte Severin Gießibl mit einem Etappensieg und zwei Podiumsplätzen auf Etappen den sehr guten zweiten Rang im Gesamtklassement erreichen.

Direkt am nächsten Tag stand dann mit 120 km das längste, schwerste und wichtigste Rennen an. Dieses Rennen, das auf UCI Level ausgetragen wurde, führte einmal um die ganze Insel. Durch das extreme Profil des Rennens, auf dem bis auf den ersten 15 km kein flacher oder wenigstens mäßig steiler Meter vorkommt, findet man ab den ersten Anstiegen üblicherweise keine Gruppe größer als drei Mann mehr vor. Dies kam Marcel Weber, dem Spitzenfahrer des VCR, für die Kombination aus Bergen und heißem Wetter zugute. So gelang ihm der Sprung auf das Podium bei dem wichtigsten Rennen der Veranstaltung.

Alles in allem konnte die Mannschaft also jeden Tag der Rundfahrt einen Fahrer unter den Top-Ten platzieren und beim UCI Rennen einen Podiumsplatz feiern, was eine beachtliche Leistung ist. Manch einer könnte denken, dass am Ende die ganze Woche dann nur für Strand und Radfahren genutzt wurde.

Dies stimmt aber nicht, da auch erhebliche Mengen der freien Zeit dafür aufgewendet wurde, im Korallenriff vor dem Hotel zu schnorcheln. Außerdem war das Meer nicht die einzige Badelocation, denn es war auch ein Wasserfall im Regenwald der Insel zum Baden geboten und einige Zeit wurde dafür aufgewendet, Kokosnüsse zu schälen und aus Bambusstangen Becher zu bauen (vor allem Herr Severin Gießibl).

Christoph Setescak

LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

KERSTIN SCHMID
HAARE · SCHÖNHEIT

KERSTIN SCHMID
Agnesstraße 24
93049 Regensburg

Telefon 0941 21360
info@kerstinschmid-friseur.de
www.kerstinschmid-friseur.de

BAYERNS SCHÖNSTE TRACHTENAUSWAHL
Über 100 führende Marken • 100 Modelle Lederhosen • 400 Modelle Dirndl
37 x in Bayern und Onlineshop: www.trachten.de

MOSER TRACHTENWELT

FRANKFURT AN DER ODER

Bild: Anke Sauer

TAG #1

ANREISE + 1. ETAPPE

Kann man sich auf eine Rundfahrt in Frankfurt an der Oder freuen? Ja man kann! Wenn man mit einer Gruppe von Leuten unterwegs ist welche top motiviert ist und dazu noch einen leichten Dachschaden dann kann es in der Regel nur gut werden.

Nach einer siebenstündigen Anfahrt ging es für uns Fahrer gleich aufs Rad um unsere Beine für die Etappe am Abend locker zufahren. Unsere Betreuer Paul und Marina erledigten derweil Einkäufe und Sachen wie Startunterlagen abholen. Nach einer kurzen Erholungsphase auf den Zimmern ging es los zur 1. Etappe. Ein schöner schwerer Stadtkurs. So, wie ihn das ganze Team liebt.

Der Etappenverlauf ist schnell erzählt. Es war schnell und hart. Ich kam am Ende mit der ersten Gruppe ins Ziel. Keine Zeit im Gesamtklassement eingebüßt. Also alles gut.

Im Anschluss gab es noch eine Massage und dann war der erste Tag der Oder-Rundfahrt auch schon Geschichte.

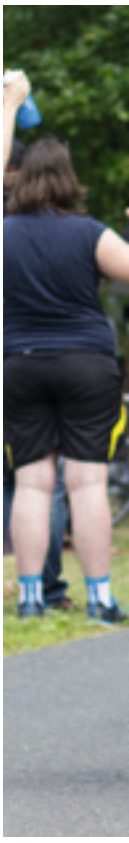
Bild: Anke Sauer

TAG #2

Nach einer erholsamen Nacht gab es ein ausgedehntes Frühstück. Da die anstehende Etappe über 160 km erst am Nachmittag gestartet wurde, konnten wir Fahrer uns nochmal entspannen und unser Frühstück verdauen.

Anders geht es da unseren Betreuern. Die haben bei solch einer Rundfahrt alle Hände voll zu tun. Trinkflaschen spülen und füllen, Räder putzen, Ersatzräder aufs Dach montieren usw. An dieser Stelle ein großes Dankeschön an unsere Betreuer Marina und Paul! Ihr macht unser Leben um einiges leichter.

Aber jetzt zum Radfahren selbst. 160 km Flachetappe. Gleiches Spiel wie bei den ganz Großen bei der Tour de France. Es wurde früh eine Spitzengruppe fahren gelassen. Aber das Schöne war: Unser jüngster Fahrer – Johannes Glamayer – war in dieser Gruppe vertreten. Geile Aktion Glasi! Am Ende kam es wie erwartet zum Massensprint. Im Gesamtklassement immer noch ohne Zeitverlust freute ich mich bereits auf den anstehenden Tag.



TAG #3

Zwei Etappen an einem Tag. Morgens Zeitfahren und spät Nachmittag noch eine 90 km Etappe mit Kopfsteinpflaster.

Es hieß früh aufstehen. Da ein Zeitfahren mit vollen Magen alles andere als gut ist – außer man möchte noch einmal sehen, was man so alles gegessen hat. Für mich war es eine Feuertaufe mit dem neuen Zeitfahrrad. Und ja es war auch ganz ok. Ich verlor zwar auf den Gesamtführenden, den Luxemburgischen Zeitfahrmeister, fast zwei Minuten auf 20 km aber auf den Rest nicht zu viel.

Nach einem schönen Mittagsschlaf war ich top motiviert für die Etappe am Abend. Wir planten offensiv zu fahren, um die verlorene Zeit im Gesamtklassement gut zu machen. Das sah nach dem Startschuss gleich mal ganz anders aus. Ich hatte richtig zu kämpfen, um nach dem Zeitfahren am morgen wieder in Schwung zukommen. Es dauerte einige Kilometer, bis ich warm wurde aber dann lief es. Ich konnte mich mit weiteren sieben Fahrern vom Feld lösen.

Ab da wurde dann richtig radgefahren. Durch das hohe Tempo wurde unsere Gruppe auf vier Mann reduziert. Am Ende verlor ich den Sprint gegen Robert Müller und wurde Zweiter. Für uns ein geniales Ergebnis und in der Gesamtwertung rutschte ich auf den fünften Platz vor. Marcel fuhr zudem auf Platz 10! Am Abend war die Stimmung entsprechend gut.

Bild: Anke Sauer

TAG #4

Der letzte Tag der Oder-Rundfahrt stand unter dem Zeichen, den fünften Platz in der Gesamtwertung zu verteidigen. Ich fühlte mich gut erholt und war bereit für den 18%igen Anstieg auf groben Kopfsteinpflaster welchen es 15-mal zu überfahren galt.

Das Rennen wurde von Anfang an vom Team Heizomat des gesamtführenden Fahrers Manuel Porzner kontrolliert. Eigentlich hatte ich mir vorgenommen, das Rennen nochmal schwer zumachen um evtl. noch weiter vorzurücken. Aber es kam anders. Bei Kilometer 70 wurde ich zu Boden gerissen und es knallte ordentlich. Als sich der Haufen über mir lichtete suchte ich erstmal mein Rad. Nach dem ich es so einigermaßen zum Laufen brachte ging die Verfolgung auf das Feld los. Dank der Hilfe meiner Teamkollegen konnte ich relativ schnell wieder aufschließen.

Ab diesem Zeitpunkt war es jedoch vorbei. Ich musste mich richtig quälen, um immer wieder ganz vorne mit über den Berg zukommen. Aber wenn eine ganze Mannschaft sich für einen aufopfert gibt man automatisch alles, was man noch irgendwie findet. Das war wirklich genial, was die Jungs da abgezogen haben. Am Ende war ich froh, den fünften Platz im Gesamtklassement gehalten zu haben. Danke an das ganze Team für euren Einsatz!

Fazit: Ich freue mich bereits auf die nächsten Herausforderungen mit diesem Haufen.

Stefan Brandlmeier

YOUNGSTARS

[NACH EINER KURZEN SAISONPAUSE IM OKTOBER 2016 BEGANN FÜR UNS – GENAUSO WIE BEI DER ELITE – BEREITS DIE VORBEREITUNG AUF DIE NEUE SAISON.]

Julius Strobel absolvierte mehrere Cross-Rennen, wobei er gleich das Erste in Oberammergau gewann. Gemeinsam mit der Rennmanschaft durften wir an den Teamtreffen weitere Erfahrungen sammeln, wobei das Trainingslager in Kroatien, bei dem Lucas Kudala und Severin Gießibl mit dabei waren, den Höhepunkt der Rennvorbereitung darstellte, während sich Julius parallel dazu mit dem Landesverbandsteam Auto Eder in der Toskana für die anstehenden Rennen rüstete.

Julius absolvierte dieses Jahr mit dem Landesverbandskader wieder zahlreiche Bundesliga und internationale Rennen und Lehrgänge. Aufgrund seiner guten Leitsungen im Saisonverlauf wurde auch Severin zu einem Lehrgang im Juni eingeladen. Julius startete unter anderem in Frankfurt am 1. Mai, wo das Team mit dem Tagessieg auch gleich den zweiten Platz in der Mannschaftswertung belegte und mit Aaron Sommer das Führungstrikot übernahm. Oder in Kontich Anfang Juli, wo das Team durch eine satte Mannschaftsleistung über die vier Tage lange Rundfahrt mit Kilian Steigner den Gesamtsieg verteidigen und mit nach Hause nehmen konnte.

Der Start unserer gemeinsamen Saison erfolgte dann in Lustadt Ende März nach unseren Trainingslagern, wo Strobel Fünfter wurde und Gießibl sich mit Krämpfen nur auf Platz 10 schlagen konnte. Dann begann die Krankheitsmisere und Julius verpasste leider den Auftkat der bayerischen Straßensaison Zusmarshausen. Für die nächste Überraschung sorgte Severin, der ein Wochenende später in Schweinlang den dritten Platz erreichte und sich tags darauf den fünften Platz in Backnang sicherte. Während Strobel am Ostersamstag das Team am Sachsenring unterstützte, fuhren Severin und Lucas ein fast zweistündiges kaltes Regenrennen am Bodensee, das die beiden unter Aufwendung der allerletzten Reserven auf Platz 6 und 7 beendeten.

Schon eine Woche später konnte Severin seine Form mit einem 9. Platz in der österreichischen Bundesliga beweisen, bevor er Strobel in Töging trotz Sturz auf Platz 4 verhalf und am Tag darauf bei einem sehr bergigen Rennen untypischerweise den zweiten Platz belegte, und das kurz vor der ersten schriftlichen Abiturprüfung.

Am nächsten Wochenende war der Höhepunkt der bayrischen Straßensaison erreicht: Die bayerischen Meisterschaften. Die Form hat Hoffnung auf gute Ergebnisse gemacht. Im hart umkämpften Zeitfahren unweit von daheim, in Pillnach, wurde Julius guter Fünfter. Am Tag darauf in Baiersdorf beim Straßenrennen erfüllte sich Severin nach nur einem Jahr Radsport seinen Medaillentraum in Bronze und durfte mit den beiden Ansbachern Pecher und Sommer (beide Bundesliga-Team Auto Eder) aufs Podium steigen. Strobel rundete das Ergebnis mit dem fünften Platz ab. Nach mehreren Top Ten-Platzierungen von den Beiden verhalf Strobel Teamkollege Sommer Mitte Juli zu einem weiteren Sieg, wo er selbst Zweiter und Severin Neunter wurde. Tags darauf gelang Julius beim Kriterium in der Pfalz ein weiterer Podestplatz. Die Durchschnittsgeschwindigkeit über eine Stunde lag bei über 43 km/h.

Bei der bayrischen Meisterschaft im Kriterium wenige Tage später in Schweinfurt wurde Julius von seinen Knieproblemen wieder eingeholt. Severin verpasste die entscheidende Gruppe und ging danach ein. Zugegeben war das nicht das beste Omen

für unser Heimrennen, das mittlerweile 3. „Weltenburger Dunkles Radler Kriterium“ am Vorabend des Arber Radmarathons.

Allerdings haben die Beiden überhaupt nichts anbrennen lassen. Severin wiederholte seinen Vorjahrestriumph und dankte Julius für seine Unterstützung. Julius machte dabei als Zweiter noch den VCR Doppelsieg perfekt. Das alles trotz Julius Knieproblemen, seiner Verantwortung für den Cola-Stand am Dultplatz und natürlich der satten Arbeitsleistung, die die Nachwuchssportler seit dem Montag der letzten Juliwoche schon hinter sich hatten.

Severins Kriteriumsform zeigte sich nur zwei Tage nach Ende des „Arberstresses“ – der bei den lokalen Rennfahrern mindestens bis Mittwoch andauert – als er beim berühmten Nachtourkriterium, der Bruckmühler Radsportnacht, gegen die heimischen Auto Eder Fahrer ankämpfte, wobei er es bei deren Heimrennen mit Platz drei aufs Podium schaffte; Julius wurde guter Siebter.

Zwei Wochen später ging es wieder in die Pfalz, diesmal für ein Kriterium und den BDR-Klassiker – das Straßenrennen in Bellheim. Hier gelang Severin beim Straßenrennen um ein Haar ein großer Coup gegen die anwesenden Nationalfahrer, aber er wurde keine 100 Meter vor dem Ziel gestellt und war über seinen fünften Platz sichtlich enttäuscht; „So ist das Leben“, so die Beiden nach dem unglücklich verlaufenen Wochenende.

Im September folgte dann ein radsportlicher Sommerurlaub, den Severin mit Christoph Setescak zuerst in den USA und dann in Tobago verbrachte. In den Staaten brachten wir unsere Akklimatisierung langsam in Gange, bevor wir zwei Wochen später auf Tobago landeten. Nach kurzer Nacht und Gewöhnung an das erfrischende karibische Insel-Feeling machten wir uns gleich wieder aufs Rad und staunten über alles Fremde in der Inselrepublik. Man könnte meinen, 34° und Sonnenschein ist mindestens eine perfekte Voraussetzung für Urlaub und Radtraining. Unter uns sind diese Bedingungen kombiniert mit 80% Luftfeuchtigkeit für jeden Mitteleuropäer die Hölle. Radfahren bei diesem Wetter hatte mehr den Charakter vom Rolle fahren innerhalb einer Sauna als alles andere. Aber dann folgte ja noch die Rundfahrt.

Wir gönnten uns einen Tag Ruhe und abends kamen dann auch Paul, Stefan, Sanchez und der Rest der insgesamt sieben Rennfahrer an. Gleich am nächsten Mittag wurde die erste Etappe gestartet. Als jüngster und einziger Junior startete Severin im Gegensatz zu allen Anderen in der zweiten Division, sozusagen dem Pendant zur U19. Er fühlte sich gut, war fast das ganze Rennen in der Spitzengruppe unterwegs, die leider kurz vor Schluss gestellt wurde, und hatte am Schluss aufgrund der langen Flucht keine Beine mehr für den Sprint, platzierte sich also nicht sonderlich. Zur zweiten Etappe waren ihm dann alle Faktoren bewusst und er scheiterte nur an den Krämpfen, die ihn seit dem ersten Drittel des bergigen Rennens plagten. Dadurch reichte es im Sprint nur zu Platz zwei.

Am nächsten Tag ließ er nichts anbrennen und gewann souverän die dritte Etappe. Am letzten der vier Renntage war Severin erneut von Anfang an in der Gruppe des Tages vertreten, büßte allerdings durch einen taktischen Fehler seine Chancen auf einen erneuten Sieg ein und wurde wieder Zweiter. Als Belohnung gewann ich die Gesamtwertung nach Zeit und wurde Zweiter der Punktwertung. ⏮

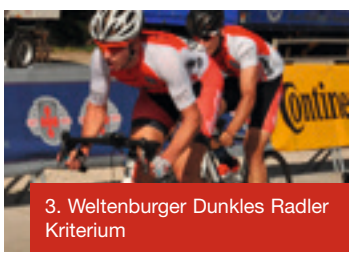
Fazit: Alles in allem war es eine tolle Saison für uns und wir haben gezeigt, dass es auch außerhalb des Landeskaders Sportler gibt, die sehr gute Leistungen abrufen können. Zusammen kamen wir auf über 70 zu Ende gefahrene Rennen, 15 Podiumsplatzierungen und vier Siege.

Julius, Lucas und Severin

Severin auf dem Weg zu Platz 3

Gießibl auf dem Podium

Strobel und Gießibl bei der BM Straße unterwegs



3. Weltenburger Dunkles Radler Kriterium

TRAININGSLAGER

MALLORCA

[1. HERBERT
2. KARL
3. ERICH
4. LUDWIG
5. WERNER
6. JÖRG
7. OLE
8. RÜBE
9. FRANZ]

PROLOG (IN MITTEN DES GEMETZELS):

Wir schreiben den 30. März 2017. Wir befinden uns auf der Mittelmeerinsel Mallorca in der Bucht von Sa Calobra auf Normalnull inmitten einer wilden Horde bestens gelaunter Männer mittleren und gehobenen Alters mit gemeißelten Beinen, wie man es sonst nur von antiken Götterstatuen kennt. Ich habe schon 5/6 meiner vermeintlich übervorsichtig geplanten Ration Energieriegel für diesen Tag aufgebraucht. Dies ist die Königsetappe! Aber leider schon der Sechste von sieben wunderschön-magischen Rennrad-Tagen, zu denen sich meine Gruppe – die alten Wilden (alias Gruppe Meier Karl) – unter der Führung vom Meier Karl auf die Fahnen geschrieben hat, wie jedes Jahr 1.000 km und 10.000 Höhenmeter zu bewältigen. Für mich als ausgemachter Rennradneuling, der sich erst letztes Jahr im Juni ein Rennrad gekauft hat, bis vor Kurzem noch unvorstellbar und das sportlich Herausforderndste, was ich in meinem Leben bis dahin gemacht habe. Wie in aller Welt bin ich hier nochmal hingeraten?

ALLES BEGANN FÜR MICH...

ganz unscheinbar mitten in der trüben Winterzeit irgendwann Anfang diesen Jahres in einer gewöhnlichen Spinning-Stunde im Fitness First am Bahnhof. Dort traf ich einen Conti-Kollegen (Codename: Rübe) welcher mir ganz stolz erzählte, dass er jetzt bald nach Mallorca fliegen darf. Ich fragte, ob er zum „Partymachen“ an den Ballermann fahre. Er antwortete sichtlich erheitert: „Nein, nein! Rennrad-Trainingslager mit dem VCR!“ Er hatte mein Interesse sofort geweckt und mich nach einem Mittagessen bei Conti soweit mit diesem Traum angesteckt, dass ich wusste: „Ich muss da unbedingt mit!“

ANREISE:

In der Nacht vom 24. auf den 25. März war es dann endlich soweit. Alles, vom Anfang bis zum Ende, bestens durchorganisiert von „Koller Sorglos-Reisen“. Danke, Alex! Auch wenn zu viel Weihrauch den Heiligen schwärzt. Abfahrt mit dem Bus vom VCR Clubhaus zum Flughafen nach München. Im Gepäck, aber auch im Bus, hatten wir jede Menge Vorfreude, Rennrad-Heldengeschichten (die Nähmaschine von Bad Abbach usw.) und gute Laune dabei. Auf Mallorca gelandet begrüßte uns gleich der

erste Tag mit warmen Sonnschein. Vom Flughalfen in Palma wurden wir mit dem Bus dann zu unserem Hotel Grand Vista in Can Picafort transferiert, welches sich beim VCR auch schon letztes Jahr als Trainings-Stützpunkt bestens bewährt hat (richtig leckeres Buffet, tolle Sky Bar, Hürzeler Radverleih inkl. Werkstatt, usw.).

DORT ANGEKOMMEN...

holten sich die Meisten von uns beim Hürzeler direkt ein Leihrad, was schon mal bis zu zwei Stunden dauern konnte, wenn man nicht schon vom Vorjahr im Besitz einer Hürzeler Card war. Die Anderen bauten ihr selbst mitgenommenes Rad zusammen. Die Gruppeneinteilung für alle – von der Cappucino Crew bis zur Speed-Gruppe (alias „Die jungen Wilden“) – wurde bereits vor der Abreise festgelegt und so gestaltet, dass die Leistungsklasse der Fahrer innerhalb einer Gruppe gut zusammenpasste. Wie immer hatte aber auch Jeder die Möglichkeit, je nach Gefühl am nächsten Tag zwischen den Gruppen zu wechseln, falls ihm der Vortag zu lasch oder zu ambitioniert erschien.

Als dann jeder ein Rad hatte rückten wir noch am ersten Tag aus, um gemütlich ca. 100 km „einzurollen“. Als Neuling machte ich sogleich die leidliche Erfahrung, dass man das Rad vom Hürzeler nicht immer in technisch einwandfreiem Zustand übergeben bekommt, was ich, trotz explizitem Prüfauftrag meines sehr erfahrenen Gruppenführers Karl, leider erst nach etlichen Kilometern bemerkt hatte. So konnte ich wegen einer defekten Schaltung zwar hoch- aber nicht mehr runterschalten (wäre deswegen fast wieder ins Hotel geschickt worden), womit ich den ganzen Tag auf dem großen Kettenblatt fahren durfte (unfreiwilliges Kraft/K3-Training), den Einfahr-Tag aber gerade noch so durchkam.

Wieder am Hotel angekommen wurde ich als Mallorca-Debütant (neuer Spitzname: Kettenblatt-Franz) auch gleich in das Ritual des gemütlichen Zusammenkommens bei der Rückkehr am Pool zur kollektiven Einnahme (mindestens) eines isotonischen Erfrischungsgetränks zur Wiederauffüllung des Flüssigkeitshaushalts eingeführt. Nachdem man sich dann auch wieder äußerlich frisch gemacht hatte, ging es bald weiter zum Abendessen, wo jeder die entladenen Energiespeicher wieder kräftigst mit mehreren reichhaltigen Gängen – je nach Belieben – am Buffet auffüllen konnte. Direkt nach dem Abendessen trafen wir uns dann täglich geschlossen, um den vergangenen Tag Revue passieren zu lassen, die Strecken des kommenden Tages

⏭ einmal umblättern

MALLORCA

zu besprechen, wichtige Bekanntmachungen mitzubekommen (z.B. Kleiderordnung = pinkes Arber-Trikot), Fachvorträge von unseren Ärzten zu hören (z.B. Sonnenschutz und Hautkrebs) und um einfach das VCR-Gemeinschaftsgefühl zu stärken. Diese sportlichen Tage ließen wir dann jeweils in großer Runde an der Bar mit ein paar kühlen Getränken ausklingen, wo es laut multisport-erfahrenen Vereinskameraden mindestens genauso wichtig war, eine starke Performance abzuliefern, wie tagsüber auf der Straße.

AN DEN FOLGENDEN TAGEN...

wurden die Gruppen von den ortskundigen Gruppenführern souverän durch verschiedenste, sorgfältig geplante Routen gelotst (großer Dank den Gruppenführern), welche kulinarische Köstlichkeiten (Antipasti, Cortados, Servezas, usw.), landschaftliche Höhepunkte, sportliche Herausforderungen, Treffen zum Essen oder Kaffee mit den anderen Gruppen und natürlich auch jede Menge Fahrspaß bereithielten. So fuhr meine Gruppe Klassiker wie die Route über den Berg Sant Salvador (2. Tag, 150 km, 1.500 Höhenmeter), über den Berg Randa (3. Tag, 180 km, 1.600 Höhenmeter) oder die sogenannte Königsetappe (Col de Soller, Puig Major, Sa Calobra, 180 km, 3.300 Höhenmeter), wobei natürlich auch je nach Gruppe eine oder mehrere gemütliche Einkehren nicht fehlen durften.

So wuchsen im Verlauf der Woche die Gruppen ständig besser zusammen, warteten aufeinander wenn ein Berg und/oder ein kurzes Radrennen sie vorübergehend einmal trennte und halfen sich gegenseitig im Falle von Pannen. So half mir die Gruppe beim Radwechsel wegen eines seitlich aufgeschlitzten Reifens nach der Abfahrt vom Berg Inca (4. Tag, 160 km, 1.800 Höhenmeter). Der aufgeschlitzte Mantel wurde dabei an der entsprechenden Stelle mit einem zu Recht gestutzten Stück des alten lädierten Schlauches verstärkt und mein provisorisch geflicktes Hinterrad wegen meines hohen Körpergewichts (damals 98 kg) mit einem deutlich leichteren Gruppenmitglied (Danke Herbert!) getauscht, um die Wahrscheinlichkeit einer neuen Panne auf dem Heimweg zu reduzieren. Kameradschaft in der Gruppe par excellence. Auch ein Ruhetag war am fünften Tag eingeplant, welcher jedoch unterschiedlich interpretiert wurde. Am siebten Tag war dann nur noch „Ausrollen“ angesagt. Dieses wunderschöne und gesellige Trainingslager war für uns alle die optimale Vorbereitung auf die kommende Saison, mit der im Gepäck wir nun selbstbewusst aber Ruhetag-bedürftig ins wunderschöne Regensburg zurückkehren konnten. ⏮ *Franz Pfeilschifter*

AOK
Die Gesundheitskasse.
BAYERN
Die Nummer 1 in Bayern
Für Ihre Gesundheit
Ob Sie gezielt entspannen, sich bewusst ernähren oder mehr bewegen wollen: Bei uns finden Sie Gesundheitskurse, die Ihnen helfen, gesünder zu leben.
www.aok.de/bayern
Einfach nah. Meine AOK.

[MALLERSDORF]

Das Kloster Mallersdorf ist ein ehemaliges Kloster der Benediktiner und heute Mutterhaus der Armen Franziskanerinnen von der Heiligen Familie. Bis heute wird im Kloster eine eigene Brauerei betrieben. Braumeisterin Schwester Doris ist die einzige Ordensfrau in Deutschland die noch selbst Bier herstellt. Das zünftige Klosterbier hat nach einer ausgiebigen Radltour einen ganz besonderen Reiz.

BRAUEREI-GASTHOF
BERGHAMMER · OBERNDORF
Wirtin Catrin Fromm

Euer Fahrrad-Ziel
Eure Radl-Pause im Biergarten

Donaustraße 55, Oberndorf · 93077 Bad Abbach
Telefon 09405/962176 · Fax 09405/9570439
www.brauerei-berghammer.de

Der Große Arber – das **Wintererlebnis** für die gesamte Familie!

Vom Skizwergerl zum Carver, vom Thurnhofhang zur Weltcupstrecke – der skipädagogische Fortschritt am Arber!

ArBär Kinderland mit 4 Förderbändern | schöne Waldabfahrt | flache Übungswiese
Zwergerlgarten | Winterrodelbahn | Funpark | Zeitmessstrecke für Kinder
eigener Skiverleih und Top-Skiservice mit neuester Technik | Skischulen
Flutlichtskifahren am Sonnenhang, Damenstrecke und Familienstrecke
6er Gondel | 2x 6er Sesselbahn | Schlepplifte Osthang u. Thurnhofhang u. vieles mehr…

ARBER BAYERISCHER WALD

94252 Bayer. Eisenstein · Telefon (0 99 25) 94 14 - 0 · www.arber.de · Schneetelefon: 0 99 25/94 14 80

Z Fenster TECHNIK KG

Fenster bedeuten Licht und Leben...
... lassen Sie Ihre Wohnträume wahr werden!
Wir beraten Sie gerne!

- Fenster aus Holz, Holz/Alu, Kunststoff, Kunststoff/Alu und Aluminium
- Haustüren aus Holz, Holz/Alu, Kunststoff, Kunststoff/Alu und Aluminium
- Rollladen und Klappladen
- Insektenschutz

Z-Fenster-Technik KG

Alte Ringstr. 11
93345 Hausen/Herrnwahlthann
09448/9184-0
info@zfenster.de
www.zfenster.de

sparkasse-regensburg.de

Wenn man einen Immobilienpartner hat, der von Anfang bis Eigentum an alles denkt.

Sparkasse
Regensburg

[WELTENBURG]

Zum Auftakt gab es das obligatorische Gruppenfoto bevor der Veloclub Richtung Weltenburg rollt. Auch in diesem Jahr war der Zuspruch durch rund 50 Teilnehmer auf nachhaltig hohem Niveau.

Das Weltenburger Bier sorgte für ordentlich Gesprächsstoff.

Bei drei Gruppen wurde jedem sportlichen Anspruch nachgekommen.

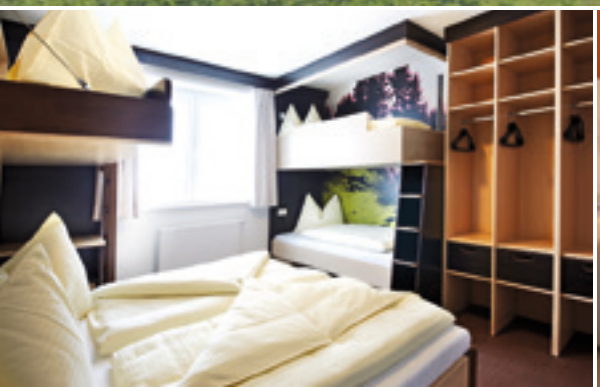
VCR Vorsitzende Barbara Wilfurth zeigte sich erfreut über das sonnige Wetter.

Das Rennen kurz vorm Ziel war ein echtes Highlight.

Der Hotspot für Schulsportwochen!

BUCHEGG
YOUNG GENERATION
RESORT

YOUNG GENERATION RESORT BUCHEGG



UNSER SOMMER ANGEBOT

- 7 Tage Vollpension
- Frühstücksbuffet
- 2-gängiges Mittagsmenü oder Lunchpaket
- 3-gängiges Abendmenü vom Buffet
- Skiwasser zu den Mahlzeiten gratis
- Joker Card
- 1x Mountainbike-Fahrtechnikschnupperkurs (Bikeverleih nicht inkludiert)
- 1x Besuch des Hochseilgartens

Inklusive einem Grillabend mit anschließender Fackel-wanderung zum Resort.

Schon ab € 225.- pro Person

Theater/Kinosaal mit aktuellen DVDs, Tischfußball und Billard (beides gegen Gebühr), Sauna für Lehrer und Betreuer, kostenloses WLAN, Ski-/Bikekeller, Schuhraum & Snapshot Kamera, Fußballplatz, Volleyballplatz, Basketball, Radverleih, Tischtennis, Spielwiese...

www.buchegg.at

Für noch mehr Freizeitspaß empfehlen wir Ihnen die Abenteuerwelt Bauböck! Weitere Informationen finden Sie unter:

www.bauboeck.com

YOUNG GENERATION RESORT
BUCHEGG
Gerstreitweg 44
5754 Saalbach Hinterglemm
Tel.: +43 (0)6541 6595
Fax.: +43 (0)6541 6351 - 111
info@buchegg.at

VOR ROM ÜBER SALZBURG

DAS HIGHLIGHT DES JAHRES 2017 WAR OHNE FRAGE DIE FAHRT NACH ROM. DESHALB STELLTE SICH IM VORFELD DIE FRAGE, „WIE BEREITET MAN SICH AUF SECHS ETAPPEN JE 200 KM VOR?“

Die Lösung war, zumindest zwei Fahrten, ohne Ruhetag dazwischen, über diese Distanz zu fahren. Wo soll es denn hingehen? Welches reizvolle Ziel gibt es in einer Distanz von ca. 200 km? Schnell war klar, nach Salzburg soll es gehen!

Am Samstag machten wir uns bei grandiosem Wetter in drei Leistungsgruppen auf den Weg nach Salzburg. Fast zeitgleich kamen die Gruppen am Hotel in der Mozartstadt an. Da jedoch für den nächsten Tag regnerisches Wetter vorhergesagt war, wurde am Abend kurzerhand ein Reisebus bestellt, der notfalls alle Radler trocken nach Hause bringen könnte.

Die insgesamt fast 50 Sportler übernachteten im Mercure Hotel und waren gespannt, welches Wetter sie am Folgetag erwarten würde. Leider bewahrheitete sich die Vorhersage. Schließlich einigte man sich auf drei Varianten für die Rückreise. Eine Gruppe fuhr die gesamte Distanz, eine zweite Gruppe fuhr mit dem Reisebus bis Altötting und legte den restlichen Weg mit dem Rad zurück und die „Schönwetterfahrer“ konnten die komplette Strecke mit dem Bus nach Regensburg fahren. Beide radfahrenden Gruppen liefen dann in Geiselhöring zusammen und nach einer kurzen Einkehr beim örtlichen Bäcker wurden die finalen 30 Kilometer gemeinsam in Angriff genommen. Bei inzwischen hervorragendem Wetter.

Fazit: Wie sich zwei Wochen später herausstellte, eine sehr gute Vorbereitung auf die Rom-Fahrt.

Jürgen Reiser

FERNFAHRT
REGENSBURG »» ROM

Während der Fahrt von Gnadenberg nach Regensburg am 19.5. abends ging sprichwörtlich die Welt unter. Ein heftiges Unwetter mit Starkregen und Sturm wütete während der Nacht. Zum Glück kam dieses Wetter zu früh, denn das Unwetter war eigentlich für den 20.5. frühmorgens vorhergesagt – also für den Starttermin der Veloclub Fernfahrt 2017.

TAG #1

Um 6:30 Uhr fanden sich alle Teilnehmer bei kühlem aber trockenem Wetter auf dem Domplatz zur Segnung durch Bischof Dr. Rudolf Voderholzer ein. Perfekt, vielleicht hat da ein Schutzengel nachgeholfen.

Um 7 Uhr macht sich frisch gesegnet und mit einem Christophorus ausgestattet ein Peloton bestehend aus 40 RadfahrerInnen auf den beschwerlichen aber bis ins Detail geplanten Weg nach Rom.

Der erste Tag hatte es gleich in sich und führte uns von Regensburg nach Hall in Tirol. Bei angenehm frischen Temperaturen ging es in drei Gruppen Richtung Süden. Vorbei am Tegernsee, über den Achenpass mit seiner herrlichen Abfahrt ins Inntal bis nach Hall. Die geplanten 253 km mit 1.400 Höhenmetern wurden nur geringfügig überschritten, nur die Speedgruppe wollte wohl unbedingt ein paar Extra-Kilometer fahren. Das Bruckmandel von Bischofshof half beim Nachfüllen von Mineralien unmittelbar bei der Ankunft.

(Ich persönlich war über die überstandene erste Etappe besonders glücklich. 260 km hatte ich mir ursprünglich nicht zugetraut und es war etwas Nachdruck seitens Barbara Wilfurth nötig, dass ich überhaupt mitgefahren bin. Umso glücklicher war ich über die gemeisterte erste Etappe.)

TAG #2

Nach einem reichhaltigen Frühstück waren beim Start am zweiten Tag alle wohlauf. Das Wetter war perfekt – noch frisch aber trocken. Es wird wärmer. Italien wir kommen. Nur der Brenner steht noch im Weg.

Von Hall zum Brenner sind es gerade genügend Kilometer um sich warm zu fahren. Die Speedgruppe nimmt gleich die richtig anspruchsvolle alte Straße mit strapaziösen Steigungen in Angriff, während der Rest die Brenner Bundestraße befährt. Auf der Passhöhe treffen wir uns alle zur Verpflegung und freuen uns auf die bevorstehende, lange Abfahrt.

Nach kurzer Pause frisch gestärkt und in trockenen Trikots geht es dann Richtung Brixen. In Regensburgs Partnerstadt wurden wir feierlich von der zweiten Bürgermeisterin und dem Stadtrat begrüßt, die uns mit einem Vortrag über die Geschichte und die aktuelle

Entwicklung Brixens informierten.

Margareta und Albert Koller waren auch hier zur Stelle und versorgten uns bestens für die Weiterfahrt Richtung Trient.

Endlich blauer Himmel, angenehme Temperaturen und sogar der Wind stand günstig. Dementsprechend war die Stimmung. Die Strecke führte uns durch die Obstplantagen im Etschtal ganz entspannt Richtung Trient. Zwischendurch gab es noch eine Rast südlich von Kaltern, um die entleerten Energiespeicher wieder aufzufüllen.

Aus den geplanten 192 km wurden laut meinem Tacho 200 km mit 1. 600 Höhenmetern. Eine tolle Etappe, die von dem einmaligen Empfang im Bischofshof Restaurant „Ca Dei Gobj“ in Trient gekrönt wurde. Frisch eingerichtet und gerade neu eröffnet wurden wir mit einer nicht enden wollenden Vielzahl von Antipasti verwöhnt. Dazu bestes Weltenburger Bier. Das Wichtigste: Trotz einer kleinen Diskussion mit einem wildgewordenen Alfa Romeo Fahrer lief alles glatt. Kein Sturz, alle sind fit für den nächsten Tag.

TAG #3

Früh morgens um 8:00 Uhr beginnt der dritte Tag. Wir starten in Richtung Modena. Die Etappe mit geplanten 232 km und 1.600 Höhenmetern sollte es in sich haben. Gleich am Anfang stand eine zum Teil richtig steile Auffahrt Richtung Monte Baldo. Eine Abkürzung mit gefühlten 50% Steigung ersparte uns aber den Gipfel.

Wiederrum wurden wir herzlich in einem ausgezeichneten Bischofshof Restaurant namens Maffei in Riva mit Antipasti und Getränken empfangen.

In Einerreihe ging es am Ostufer des Lago di Garda bei Traumwetter weiter Richtung Süden. Eine kurze Pause in Bardolino, danach die herrliche, leicht wellige Landschaft im Mincio Tal, das in die Po-Ebene mündet. Mantova ist eine herrliche, mittelalterliche Stadt. Besonders gut haben wir dort eine Bar neben einer Eisdiele kennengelernt. Von Mantova waren es noch gut 100 km bis nach Modena. Unser Verpflegungsteam stand schon bereit, um uns für den

letzten Abschnitt des Tages zu stärken. In der Po-Ebene war wieder Einerreihe angesagt. Damit die Gruppe nicht zu groß wurde, haben wir uns in kleinere Untergruppen aufgeteilt, was später in Modena zu einiger Verwirrung führen sollte.

Nach 240 km und diversen Diskussionen über den richtigen Weg nach Modena kam meine Gruppe schließlich im Hotel Europa in Modena an. Was wir nicht wussten: Es gab eine Änderung beim Hotel. Während wir also der Verzweiflung nahe („Akku leer“) vor dem Hotel Europa saßen, stand der Rest bereits im neuen Hotel unter der Dusche. Aus rein marketingtechnischen Gründen begannen wir, unter fachkundiger Anleitung von Herrmann Goss, mit dem Test italienischer Biere. Schließlich kam die Rettung und auch wir konnten die Annehmlichkeiten des neuen Hotels genießen.

Das neue Hotel hätte für die nächste Etappe eine deutlich längere Strecke bedeutet. Deshalb wurde am Abend allgemein beschlossen, dass nach der heutigen anstrengenden Etappe mit einer leichten Hotelverwirrung diese Entfernung am nächsten Tag per Bus gut gemacht wird. Die vierte Etappe sollte am Stadtrand von Bologna beginnen. Dresscode: Rosa.

TAG #4

Am 23.5. gingen die Radlerinnen und Radler am Stadtrand von Bologna im standesgemäßen Maglia Rosa vom Arber-Marathon die vierte Etappe an. Auf kleinen und kleinsten Straßen, abseits der Hauptstraßen mit ihrem immensen LKW-Verkehr, schlängelten wir uns als rosa Tross durch die Poebene.

Irgendwo in einem namenlosen Ort entdeckte Barbara einen klassischen Alimentari mit Bar und einer radsportbegeisterten Besitzerin.

Innerhalb kürzester Zeit waren alle Vorräte gegessen und getrunken und es konnte weiter gehen. Bei Kilometer 116 kam uns der Rad-Guide vom Hotel Sarti entgegen. Die letzten 25 Kilometer schlängelten wir uns unter seiner Anleitung auf abenteuerlichen Wegen entlang der Adria dem Etappenziel entgegen. In diesem Zusammenhang möchte ich, ohne auf weitere Details einzugehen, an den Ortsschildsprint von Riccione erinnern.

⏭ einmal umblättern

REGENSBURG »» ROM

Nach 154 km und einer nicht nennenswerten Anzahl an Höhenmetern konnten wir schließlich in der schön warmen Adria baden. Der Abend war herrlich warm, die Küche im Hotel Sarti hervorragend.

TAG #5

Trotz eines geselligen Abends fiel das Aufstehen bei sommerlichen Temperaturen nicht schwer. Der Rubikon war überschritten. Rom wir kommen.

Am fünften Tag der Fernfahrt fuhren wir planmäßig die ersten Kilometer per Bus, auch wenn angesichts der herrlichen Mittelgebirgslandschaft des Appenins mit kleinen Landstraßen vielen das Herz schwer wurde. Die Etappe wäre einfach zu lange geworden: Einmal quer durch den Stiefel, von Riccione nach Grosseto.

In der wunderschönen historischen Stadt Arezzo begannen wir die vorletzte Etappe. Und was für eine Etappe: Quer durch die Bilderbuch-Toskana, von Arezzo nach Pienza durch das Val D´Orcia (UNESCO Weltkulturerbe!) nach Montalcino. Das ist eine der schönsten Strecken, die die Toskana zu bieten hat. Der „Trek“ führte uns manchmal auf romantische „Strade Bianche“ oder in Pienza in ein Café am Marktplatz vor dem Dom.

Vorbei an San Quirico D´Orcia hinauf nach Montalcino, wo uns unser Verpflegungsteam erwartete. Die „sanften Hügel“ der Toskana waren manchmal weniger sanft als gedacht. Frisch gestärkt ging es dann vorbei an legendären Weingütern durch das großartige Anbaugebiet des Brunello di Montalcino in Richtung Meer, leicht wellig, aber tendenziell abwärts, immer in Richtung Thyrennisches Meer nach Grosseto. Der radsportbegeisterte Wirt des Weltenburger Bierstadels in Grosseto kam uns entgegen, damit er uns die besten Schleichwege nach Grosseto zeigen konnte. Es war bereits ein köstlicher Empfang vorbereitet, als wir die Einfahrt zum Bierstadel nahmen. Dort angekommen gab es zur Begrüßung den besten Schluck Bier „EVER“, den wir uns mit den ca. 150 km und etwa 1.500 Höhenmetern auch verdient hatten.

Nach einem gelungen Abendessen im Bierstadel und frisch gestärkt ging es per Bus zur Übernachtung ins Hotel.

TAG #6

Es ist nicht zu glauben: Die letzte Etappe – Grosseto nach Rom. Zunächst ruhiges Einrollen. Dann steigerte sich das Tempo etwas. Die drei Gruppen fuhren diesmal zusammen. Es war ein tolles Gefühl, nach so vielen Kilometern durch Deutschland, Österreich und Italien die letzten Kilometer gemeinsam zu fahren. Bis auf einen kurzzeitig verlorengegangenen Mitstreiter und einen wild gewordenen Dorfpolizisten lief auch am letzten Tag alles glatt. Traumwetter und herrliche Straßen durch die wundervolle hügelige Landschaft der Etrusker. Nach relativ entspannten 105 Kilometern und ca. 1.300 Höhenmetern am letzten Tag war der sportliche Teil der Fernfahrt 2017 abgeschlossen. Ohne nennenswerte Pannen und das Wichtigste: ohne Verletzungen oder Unfälle.

Etwas wehmütig stiegen wir für die letzten Kilometer in den Bus, um dem Verkehrschaos um Rom zu entgehen und um rechtzeitig zu unserer Verabredung im Vatikan zu sein. Vom Hotel Pinewood ging es per Rad zum Vatikan, wo wir von Kardinal Müller empfangen wurden. Nach ca. 1.100 km mit dem Rad waren wir pünktlich zur Segnung unseres neuen Radanhängers.

Beinahe hätte uns aber wieder einmal ein Carabinieri einen Strich durch die Rechnung gemacht. Sichtlich beeindruckt von unserem Auftritt vor dem Petersdom, als wir alle gemeinsam für die letzten Filmaufnahmen nebeneinander die „Via della Conciliazione“ in Richtung Petersdom fuhren, hatte sein Verhalten wenig Versöhnliches an sich. Am liebsten hätte er zunächst das ganze Peloton, dann Herrmann Goss und schließlich unseren Profi an der Kamera – Alexander Horn – verhaftet.

Am Ende wurde die Straße dann doch noch ihrem Namen gerecht und dank der Überzeugungskraft und der Italienischkenntnisse von Herrmann Goss

konnten wir weiter zu Kardinal Müller in den Vatikan. Dort gab es nach der Segnung noch einen Empfang im Innenhof des Apostolischen Palastes. Die Stimmung war prächtig.

TAG #7

Noch war die Fernfahrt aber nicht zu Ende. Frühmorgens am 26.5. begann der Tag für uns mit einer privaten, von Kardinal Müller gehaltenen Messe. Die Damen allesamt besonders chic gekleidet, die Männer im schwarzen Anzug mit rot-weiß-rot gestreifter VCR-Krawatte. So wurden wir von der Schweizer Garde durch den Vatikan geführt. Ein echtes Erlebnis!

Nach einem Shopping-Nachmittag in Rom trafen wir uns zum Abendessen im Ristorante Romolo, direkt an der historischen Mauer gelegen, die dem Papst früher im Notfall als Fluchtweg aus dem Vatikan dienen sollte. Gemeinsam verbrachten wir mit Vertretern und den Chefs der Schweizer Garde einen interessanten und unterhaltsamen Abend. Wir erfuhren nicht nur viel über die Geschichte und die Aufgaben der Schweizer Garde, sondern kamen auch in den Genuss einer Auswahl römischer Spezialitäten.

TAG #8

Jetzt war er da! Der letzte Tag der Fernfahrt. Ein Höhepunkt dieses Tages war die sehr interessante Führung durch das „Forum Romanum“ und durch das Kolosseum.

Danach konnten noch die letzten Souvenirs und Mitbringsel eingekauft werden.

Für den Teil der Gruppe, die mit dem Bus den Heimweg antrat, war das Abenteuer Regensburg-Rom dann am Abend zu Ende.

Eine großartige Fernfahrt und ein einmaliges Erlebnis. Perfekt geplant. Die Sache mit dem Hotel in Modena war, wie ich vermute, auch eingeplant, damit die Reise auch wirklich unvergessen bleibt.

Das Alles wäre ohne die Planung, die viel Arbeit und Energie bedeutet, nicht möglich gewesen. Über die gesamte Distanz wurden wir in aller bester Manier von Margareta und Albert Koller versorgt. Herzlichen Dank dafür und auch für die Unterstützung durch die Brauerei Bischofshof und Herrmann Goss. ⏮

Fazit: Für mich persönlich war die Fernfahrt 2017 von Regensburg nach Rom ein echtes Highlight, das schwer zu erreichen oder gar zu toppen sein wird.

Ralf Schneider

[IMPRESSIONEN]

Im Abo-Shop der MZ unter www.mittelbayerische.de/abo

Freiheit täglich neu erleben

Die digitalen Angebote Ihrer Zeitung.
Für PC, Laptop, Smartphone und Tablets.

Mittelbayerische **Web**

www.mittelbayerische.de - Das Nachrichtenportal, immer aktuell und mit besonderen Angeboten wie Mittelbayerische Maps.

Für alle, die sich schnell, aktuell, glaubwürdig und ausführlich über alle wichtigen Themen in der Region und der ganzen Welt informieren wollen.

Im ersten Monat 0,99 €, dann...
für Print-Abonnenten: 0,99 €/Monat
für Neukunden: 7,99 € /Monat

Ab **0,99** € im Monat

Mittelbayerische **ePaper**

Die gedruckte Zeitung in digitaler Form, jetzt mit zusätzlicher Sonntagsausgabe.

Für alle, die gern digital Zeitung lesen. Ideal für unterwegs, ob als Pendler oder Urlauber – mit dem Vorteil alle Ausgaben lesen zu können.

Im ersten Monat 0,99 €, dann...
für Print-Abonnenten: 6,99 €/Monat
für Neukunden: 21,99 € /Monat

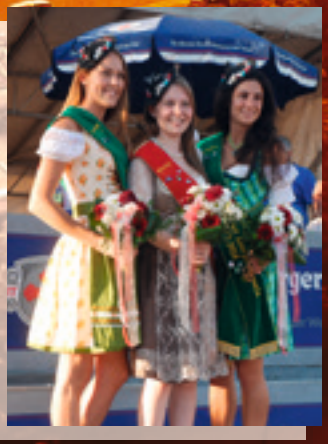
Ab **0,99** € im Monat

Mittelbayerische

[WENN ES FRÜHMORGENS ZUM STARTSCHUSS KOMMT, SICH TAUSENDE RADSPORTLER IN BEWEGUNG SETZEN, DIE SONNE AN KRAFT GEWINNT UND EINEN HEISSEN TAG VERSPRICHT, DANN SIND DAS BILDER, DIE MAN NICHT SO LEICHT VERGISST.]

Das Arber Radwochenende lockt Jahr für Jahr 7.000 Radsportler nach Regensburg. Fünfzehn Minuten dauerte es, bis tausende Teilnehmer einer Tour über die Startlinie gefahren sind.

„Opa, wir schaffen das!“ Elisa mit Karl-Günther Wilfurth beim Start der Familientour.



ARBER 2017

Diese glücklichen, stolzen und abgekämpften Gesichter sind die Antwort auf die immer mal wieder gerichtete Frage, warum denn das so viele machen, warum denn so viel und so weit radfahren.

Der Radmarathon hinterlässt bleibende Eindrücke – auch in den Oberschenkeln der Radler auf dem Weg zum Großen Arber.

Der Start mit Organisationschefin Barbara Wilfurth, Alexander Koller und BR-Moderator Tom Meiler war absolut elektrisierend.

Vorspiel zum Arber Radmarathon: Das „Fette Reifen Rennen". Wie die Begeisterung für den Radsport auf dem ersten eigenen Fahrrad entstehen kann zeigte der Veloclub Ratisbona einen Tag vor der 33. Auflage des Arber Radmarathons. „Fette Reifen" heißt dieses Rennen deshalb, weil die Bereifung bei diesem Kinderrennen nicht schmaler als 33 Millimeter sein darf.

SUPERPOSITION
BEIM 4. DUK!

Der erste Sprinter riskiert sein Leben. Der dritte Sprinter wird die Ziellinie zu spät erreichen. Der zweite Sprinter macht den besten Deal.

Der zweite Sprinter ist in einer super Position, denn er folgt den Windschatten des Vorderen und muss dort nur etwa die Hälfte der Leistung treten, die an der Spitze erforderlich ist.

Er kann auf dem Risiko des Ersten aufbauen. Erst mal abwarten, beobachten einen Plan machen, Ressourcen bereitstellen und dann ZACK! Alle Kraft in die Pedale und an den Geschwächten vorbeisprinten!

Dieses „nicht gleich als Erster aus dem Feld sprinten“ wird von vielen Unternehmensberatern immer etwas madig gemacht. Es werden „Vorsicht-Zeigefinger“ gehoben und düstere Zukunftsszenarien gezeichnet.

Alle raten: „Riskieren ist der einzige Weg. Waghalsigkeit gewinnt. Wer vorsichtig ist, verliert.“

Aber hey, so ist es halt bei uns daheim! Jugendliches Lossprinten machen die Jungs und Mädchen aus Silicon Valley. Wir bei uns kümmern uns um Perfektion und Qualität, denn das kann kaum jemand besser als wir.

Wenn du in zweiter Position jetzt einen Sprint hinlegst, schaffst du den Anschluss an Alles! Wichtig: Auch der zweite Sprinter braucht Mut. Denn wer im Feld bleibt, wird nie eine Favoritenrolle einnehmen!

NOCH WICHTIGER: JETZT HANDELN. MACH DICH NICHT ZUM DRITTEN SPRINTER, DENN DANN WIRST DU DIE ZIELLINIE WAHRSCHEINLICH ZU SPÄT ERREICHEN!

ARBER 2018

DAS 4. WELTENBURGER DUNKLES RADLER KRITERIUM FINDET AM 28. JULI 2018 STATT

Dr. med. Marco Hartl

«NEUE KOMPETENZ RUND UM KNIE, HÜFTE, SPORTVERLETZUNGEN IM OTC | REGENSBURG»

Das Knie leidet oft und schnell, sei es durch Überlastung oder infolge von Verletzungen. Manchmal genügt eine falsche Bewegung und schon ist der Meniskus gerissen oder das Kreuzband gekappt. Fehl- und Überbelastungen haben fatale Wirkungen auf das Knie. Aber auch andere Gelenke sowie Muskeln und Sehnen sind durch Sportverletzungen gefährdet. Mit dem richtigen Know-how können diese aber schon im Vorfeld verhindert, wie auch im Nachhinein durch einen Besuch beim Spezialisten, bestens therapiert werden. Mit Dr. Marco Hartl hat das OTC | Regensburg seit Anfang 2016 einen aufstrebenden Spezialisten, dem deutsche Spitzensportler aus der 1. und 2. Fußballliga oder auch Tennisprofis wie Julia Görges bereits seit Jahren vertrauen.

Ab 2018 verstärkt Dr. Hartl das Ärzteteam des Deutschen Fußballbundes (DFB) .

Seine Spezialgebiete sind die Behandlung von Knie- und Hüft-Verletzungen/-Erkrankungen sowie von Sportverletzungen. Der renommierte Orthopäde und Unfallchirurg hat seine gesamte Ausbildung in hochkarätigen Zentren in der Region absolviert und sich durch Auslandsaufenthalte und Mitgliedschaften in Fachgesellschaften weiter qualifiziert und spezialisiert.

Dr. Hartl ist selbst begeisterter und engagierter Sportler und weiß, wie wichtig eine schnelle Diagnose nach einer Verletzung ist, um die richtige Therapie einleiten zu können. Ziel ist es, eine rasche Wiedereingliederung in Alltag, Sport und Beruf zu erreichen. Hierzu stehen im OTC | Regensburg modernste Diagnose- und Therapieverfahren, wie z.B. digitales Röntgen, Kernspin (MRT), Ultraschall, Laser und Stoßwellentherapie zur Verfügung.

Konservative Therapie:

- Akupunktur
- Manuelle Medizin
- PRP (Eigenplasma)-Therapie
- K-Taping
- Fokussierte Stoßwellentherapie
- Lasertherapie
- Gezielte Injektionstherapie (Hyaluronsäure, PRP, Homöopathika)

Operationen: u.a.

- Arthroskopie (Gelenkspiegelung) des Kniegelenkes (Meniskusriss, freie Gelenkkörper…)
- Kreuzbandersatzplastik
- Reparatur von Knorpelschäden (Anregen von Stammzellen, Knorpelzelltransplantation)
- Bandplastik bei Kniescheibenverrenkung
- Metallentfernungen
- Künstliches Knie- und Hüftgelenk (Endoprothese)

OTC | ORTHOPÄDIE TRAUMATOLOGIE CENTRUM REGENSBURG

TOP 2017 TOP 2016 FOCUS

Terminvereinbarung:
Tel. +49 941 785395-0
Email: info@otc-regensburg.de
Internet: www.otc-regensburg.de

Julian Marzinke

Kleine Weihnachtsmänner bringen große Geschenke!

Liebe Radsportfreunde,

Ihr wollt schon immer mal wissen was Eure Immobilie wert ist, oder spielt mit dem Gedanken Eure Immobilie zu veräußern?

Ich biete Euch eine **Immobilienwertberechnung** anstatt für 300 Euro zzgl. Mwst. zu einem absoluten Sonderpreis von **99 Euro** zzgl. Mwst. an.

Auch wenn Ihr eine Immobilie mieten, vermieten oder kaufen wollt stehe ich Euch gerne zur Seite.

Sondertarif Vereins-mitglieder

RE/MAX

Ihr Ansprechpartner:

Wolfgang Marzinke

Immobilienfachwirt IHK
selbständiger Immobilienmakler

Prüfeninger Schloßstr. 2, 93051 Regensburg
Tel. 0941/30 77 0-233
Mobil 0171/24 59 689
E-Mail: wolfgang.marzinke@remax.de
Website: www.immobilien-marzinke.de

Ideen für Ihre Werbeartikel

Besuchen Sie uns auch in unserem Online-Shop! Fordern Sie unsere Kataloge an.

Wir beraten Sie gerne persönlich!

Elke Wiedner Werbemittel GmbH

Fürther Str. 27a
90587 Veitsbronn
Tel.: 0911 - 9779 29 - 0
info@wiedner-werbemittel.de

www.wiedner-werbemittel.de

Ihr Ansprechpartner:
Ralf Schneider

Wir liefern Ihnen die gesamte Auswahl an Werbemitteln: Giveaways, Textilien für Gastronomie, Hotellerie und Industrie. Und für Ihre ganz besonderen Kunden: Markenartikel z.B. von WMF, Blomus, Menu, Faber-Castell, Parker, Stelton.

Continental @ARBER 2017

Es geht wie üblich steil voran. Doch die Polsterung, auf der die Teamplayer sitzen, fällt deutlich schmäler und härter aus, als ihr Bürosessel in den klimatisierten Räumen daheim. Eine Gruppe aus konditionierten Radsportlern quält sich an diesem Sonntagvormittag mit ihren Rennrädern quer durch den Bayerischen Wald.

Eben haben Sie sich noch munter über Marketingstrategien und Reifenprofile unterhalten, doch jetzt geht Einigen, die zum „Networking“ nach Regensburg angereist sind, am Berg die Luft aus. Jetzt erreichen auch die Radsportler von Continental ihren jährlichen Saisonhöhepunkt. Angestellte aus ganz Europa treffen sich in Regensburg, um gemeinsam ein sportliches Ziel zu erreichen: mehr als 3.800 Höhenmeter – höher als die Zugspitze – sind es, die den Arber Radmarathon zusätzlich zu seiner enormen Streckenlänge von 250 km zu einer Herausforderung machen. Zum 33. Mal bereits und immer am letzten Wochenende im Juli.

Einige Pedaleure haben inzwischen den Anschluss an die Gruppe verloren. Das macht aber nichts. Nach wenigen Minuten kommt die nächste Gruppe von hinten und schon wird die Marathonstrecke wieder gemeinsam bewältigt. Einer der Teilnehmer ist der 58-jährige Elemer Szabo. Der Vertriebsleiter bei der Continental Reifenvertriebsgesellschaft im ungarischen Budaoers unterhält sich belebend mit seinem Regensburger Kollegen und lernt dabei interessante Werdegänge kennen. Elemers Fazit am Ende des Tages ist überaus positiv: „Man arbeite zwar gemeinsam für den gleichen Konzern, aber in ganz unterschiedlichen Branchen, sogar in verschiedenen Ländern. Das zeigt, dass es viele Wege gibt um etwas Neues zu erreichen und dass die vermeintlichen Umwege häufig die wertvollsten sind.“ Doch einer der schönsten Umwege führt über den Arber wieder zurück nach Regensburg, findet der 58-jährige.

Für die große Arberrunde gibt es drei kürzere Alternativen mit Streckenlängen von 100, 125 und175 Kilometer. So sind die „Tour A“-Fahrer ab Kilometer 75 unter sich und ab Kilometer 150 kommen nach und nach wieder alle Strecken zusammen. Am Ende begegnen sich Familien mit Kindern, die auf der Continentalrunde einen Ausflug über 60 Kilometer gemacht haben und Radsportler, die schon sechs, sieben, acht oder mehr Stunden unterwegs sind. Aber es gibt ein Limit: Nach 13 Stunden sollten Alle wieder zurück sein.

Entlang der Touren gibt es Verpflegungsstellen, köstliches Roggenbrot belegt mit Käse, Wurstsalat oder Kuchen. Wer dort ankommt und sich für kurze Zeit niederlässt, der versteht das kräftige Lob, dass den Veloclub Ratisbona jährlich in hohen Maße erreicht. Die Versorgung der Radsportler ist großartig. Schon im Frühjahr werden für den Marathon vier Tonnen Obst, 15.000 PowerBar Riegel und 12.000 Kuchenstücke vorbestellt – nur um ein paar Zahlen zu nennen.

Insgesamt haben mehr als 6.700 Radler den Arber Radmarathon bewältigt. Welche Zeit Elemer Szabo bis in Ziel gebraucht hat, weiß letztlich nur er selbst. Eine Zeitmessung gibt es nicht. Beim Arber Radmarathon geht es nicht ums Gewinnen, sondern eher darum, gemeinsam aktiv zu sein. Es geht darum, eine Herausforderung zu stemmen, die sich nicht mit Zeit dimensioniert, sondern eher mit Begeisterung. Es geht darum, den Büroalltag zu vergessen. Wer irgendwann am Nachmittag am Regensburger Dultplatz einrollt, vom Rad steigt und sich an den Biertisch zu den Anderen setzt, der braucht keine Zeit. Am Ende zählt nur eines: Sein Ziel erreicht zu haben!

JOB AG
INDUSTRIAL

Wir helfen Ihnen erfolgreich zu sein: Wir vermitteln Ihnen gewerbliche Fach- und Hilfskräfte!

Finden Sie mit uns gemeinsam Ihr Personal – und konzentrieren Sie sich auf Ihre Kernkompetenzen.

JOB AG Industrial Service GmbH

Maximilianstr. 27
93047 Regensburg

T 0941 599393 0
F 0941 599393 29
E regensburg@job-ag.com

Mitglied im BAP

WWW.JOB-AG.COM/INDUSTRIAL

MOUNTAINBIKETOUR MALS IM VINSCHGAU

TRADITIONELL – DIREKT NACH DEM ARBER-WOCHENENDE – MACHTEN WIR MOUNTAINBIKER UNS FÜR VIER TAGE NACH SÜDTIROL AUF. UNSER ZIEL WAR DIESMAL DER ORT MALS IM OBEREN VINSCHGAU.

Dieses Gebiet südlich vom Reschenpass ist ein ideales „Biker-Revier", denn hier gibt es tolle Strecken und in der Regel sehr gutes Wetter.

Los ging es am Donnerstag um 7.00 Uhr am Clubhaus. Zu acht machten wir uns auf dem Weg. Matthias, Alfred, Erich, Hans, Franz, Karl, Sonja und ich. Unser Ziel war es, bis Mittag in Mals anzukommen und eine schöne Einsteigetour am Nachmittag zu machen. Das klappte perfekt und so machten wir uns am frühen Nachmittag bei heißen Temperaturen auf den Weg. Die „Spitzige Lun" mit 2.324 m ist der Hausberg von Mals und bedeutete für uns einen schönen

Anstieg von 1.300 Höhenmetern. Der beschwerliche Anstieg lohnt sich in jeder Hinsicht, denn der Gipfel bietet eine super Aussicht und perfekte Trails auf der Abfahrt. In jeder Hinsicht war es ein gelungener Einstieg in unsere 4-Tage Tour.

Am Freitag stand unsere Königsetappe auf dem Programm. Ziel war die Überquerung des Madritschjochs (3.123 m). Um 8.30 Uhr ging es los und über Prad, Gomagoi fuhren wir nach Sulden. Der folgende Anstieg auf die Schaubachhütte (2.581 m) war die größte Herausforderung. Sehr steile Schotterwege bei sengender Hitze zwangen uns zum Schieben, aber die guten Nudeln und das erste Bier auf der Hütte ließen die große Anstrengung gleich vergessen. Der Anstieg zum Joch ging überraschenderweise gut und konnte zum großen Teil gefahren werden. Der Ausblick am Joch war schlichtweg grandios. Die Gebirgswelt am Ortler ist sehr beeindruckend und verrückt waren an diesem Tag die Temperaturen auf dieser Höhe. Mit fast 20° C auf über 3.000 m hatten wir nicht gerechnet. Nun erwartete uns das fahrtechnische Highlight des Tages. Die Abfahrt vom Joch (3.123 m) zur Zufallhütte (2.265 m) und durch das Martelltal bis hinunter ins Etschtal (650 m). Über den Etschtalradweg ging es dann zurück nach Mals. Die Fakten des Tages: Ankunft 19.30 Uhr nach 103 km und 2.800 Höhenmetern, nicht schlecht für eine Königsetappe.

Am dritten Tag ging es zur Sesvenna Hütte (2.258 m), oberhalb der Uinaschlucht. Die Hütte war unser Ausgangspunkt zu einem traumhaften Höhenweg. Nach dem heftigen Anstieg zur Hütte gab es erstmal die verdiente Stärkung und dann befuhren wir auf dem Höhenweg den „perfekten Trail". Ein Traum für jeden Biker! Der Höhenweg mündet dann in einer rasante Abfahrten durch das Zerzertal und endet kurz vor Mals. Die Fakten des Tages waren weitere 1.600 Höhenmeter und vor allem viel Freude auf dem „perfekten Trail".

Am Sonntag war für Mittag starker Regen vorhergesagt. Deshalb entschieden wir uns für eine eher kurze aber schöne Vormittagstour auf dem Etschtaler Höhenweg, der ebenfalls tolle Trails bietet. Dabei werden immer wieder sogenannte Waalwege befahren, was sehr viel Spaß bereitet. Leider kam der Regen dann etwas zu früh und wir wurden zum Abschluss unserer sonnenreichen 4-Tage Tour erstmals richtig eingeweicht. Egal – frisch geduscht ging es dann mit dem Auto bei Starkregen zurück nach Regensburg. ⏮ Uli Mönius

[„DAS AUSSCHALTEN DES HIRNS UND DAS BLINDE VERTRAUEN AUF DIE ELEKTRONIK BESCHERTE UNS IN DER KRONPLATZHÜTTE EIN GUTES WARMES MITTAGESSEN...“]

GAIS2017

Südtirol dürfte zu den schönsten Gegenden der Welt zählen. Von herber Schönheit, mit einer wundervollen Landschaft und mit starken Traditionen. Dieser Fleck Erde ist ein einzigartiges MTB Gebiet. Die jährliche Fahrt nach Gais Anfang Oktober ist inzwischen Kult. Agnes und Edith, die Schwestern und Besitzer des Hotels Innerhofer, strahlen Ruhe und Geborgenheit aus und schaffen sogleich eine richtige Wohlfühlatmosphäre.

Da der 3. Oktober diesmal auf einen Dienstag fiel konnten wir alle ein langes Wochenende genießen. Matthias versorgte uns im Vorfeld mit vielen Tracks, da er diesmal leider nicht dabei sein konnte. Steve übernahm gerne die Tourenplanung. Die Anfahrt am Freitag war erstaunlich problemlos ohne längere Staus. Das hob die Stimmung für die nächsten Tage. Die Vorhut (Sonja und Steve mit seiner Frau Regina) fuhr sich bereits am Freitag Nachmittag in einer Einsteigertour warm.

Am Samstag starteten dann Sonja, Steve, Uli, Alfred und Erich unsere Königsetappe. Das Wetter war nicht einladend. Bewölkt mit hoher Regenwahrscheinlichkeit und auch etwas kalt. Unser Ziel war die Ochsenlenke, ein Joch auf 2.600 m Höhe. Nach einer längeren Anfahrt im Ahrntal zweigten wir nach St. Peter ab und begannen unseren gefühlt ewig langen Anstieg. Anfangs war die Steigung moderat. Die steilste Passage mit weit über 20% war eine ewig lange einsehbare Gerade, die sich unendlich in die Länge zog. Ausgepowert erreichten wir die verlassene Hasentalalm. Bei eisiger Kälte und Nebel gönnten wir uns eine Pause. Es ging weiter zur Ochsenlenke. Hier mussten wir mehrere hundert Höhenmeter schieben und kurz vor dem Joch querten wir ein riesiges Schneefeld. Oben angekommen riss die Wolkendecke auf, die Sonne begrüßte uns und wir konnten ein grandioses Panorama der südtiroler Bergwelt erleben. Die Abfahrt über 700 Höhenmeter zur Knutenalm ließ jedes Mountainbikeherz höher schlagen. Wir wärmten unsere klammen Finger und ausgehungert löffelten wir eine heiße Suppe und verzehrten einen exzellent guten Kaiserschmarrn. Erst auf Forstwegen dann auf Asphalt rauschten wir nochmals 1.000 Höhenmeter zu Tal. Leider bremste uns über viele km ein Touristenbus, den wir in den engen Kurven nicht überholen konnten, auf „Schritttempo“ herunter.

Den ganzen Abend bei gutem Rotwein beobachteten wir alle die unterschiedlichen Wetter App’s mit der Hoffnung auf gutes Wetter für den nächsten Tag. Unser Wunsch wurde nicht erhört, so starteten wir bei trübem Wetter die Kronplatzrunde. Bei unserer Auffahrt war der Berg in Nebel eingetaucht. Trotz Track, Navi, Garmin und sonstiger elektronischer Hilfsmittel zweigten wir gleich zu Beginn falsch ab. So sind wir aus Versehen bis zum Gipfel hochgefahren. Das Ausschalten des Hirns und das blinde Vertrauen auf die Elektronik bescherte uns in der Kronplatzhütte ein gutes warmes Mittagessen. Eine gute Alternative zu den üblichen Power-Riegeln. Nach kurzer Abfahrt erreichten wir den gewünschten Panoramaweg, ein anspruchsvoller, wegen des Nebels sehr glitschiger Wurzeltrail. In der Regel verursacht

Erich auf solchen Pfaden seine üblichen Stürze. Diesmal kam er heil durch. Alfred musste jedoch ins Gras beißen. Bei strömenden Regen verkürzten wir unsere Tour und wählten die direkte Abfahrt. Der Regen hörte wieder auf und windgetrocknet erreichten wir am späten Nachmittag unser Hotel. Das Bier auf der Terrasse schmeckte vorzüglich.

Am dritten Tag durften wir bei Sonnenschein und angenehmen Temperaturen losfahren. Die Brunstalalm war unser Ziel. Bei der Hinfahrt hatten wir teilweise sehr flowige Trails aber auch wieder harte Anstiege. Dies war leider auch der Tag der geschlossenen Almen. So konnten wir unsere Depots nur mit den spärlichen Verpflegungsrationen auffüllen. Bei der Abfahrt von der Brunstalalm hat unser Track einen fast senkrechten Steig ausgewählt, den wir uns mühsam herunterquälten. Nach einiger Zeit kamen wir wieder auf fahrbare Trails, die in manchen kurzen Stücken grenzwertig waren. Gott sei Dank haben wir all diese Passagen ohne Stürze gemeistert. Im Tal wollten wir einkehren, aber leider war dieser Gasthof auch wegen Betriebsferien geschlossen. In Mitterolang haben wir nach langem Suchen am Marktplatz eine Frittenbude gefunden. Bei strahlender Sonne und kühlem Bier haben wir die beste Currywurst aller Zeiten gegessen. Die Heimfahrt war mit diesem Genusserlebnis entspannt und fast erholsam.

Der vierte Tag bescherte uns wieder einen tristen, wolkenverhangenen Tag. Sonja stieg aus und gönnte sich einen Einkaufsbummel in Bruneck. Steve, Alfred, Uli und Erich fuhren eine mehr gemütliche Vormittagsrunde über Pfalzen und den Issinger Weiher mit einem wohltuenden Abschluss-Cappuccino im Irrenberger Hof. Ein Teil der MTB-Truppe machte sich dann am frühen Nachmittag auf den Weg nach Hause, während der Rest erst am Mittwoch früh zurückfuhr.

Der freie Nachmittag war nochmals eine schöne Gelegenheit, um in einer nahen Vinothek für die anstehenden langen Nächte die Rotweinvorräte aufzufrischen. ⏮

Erich Eichenseer

MTB-TOUR
MIT RUCKSACK IN GRAUBÜNDEN

08. – 12. JULI 2017

Matthias hatte für uns fünf Tage mit dem MTB und dem Rucksack in den Alpen geplant. Dazu gab er uns zwei Alternativen zur Wahl: entweder nach Graubünden oder ins Tessin, wobei die Entscheidung zwischen diesen fahrtechnisch und landschaftlich attraktiven Zielen schwer viel. Am Ende gab das Bergwetter den Ausschlag, und wir starteten zu fünft nach Graubünden, um dort eine Rundtour beginnend in Scharans (im Val di Albula bei Thusis) unter anderem über den Septimer-, Suvretta- und Sertigpass (im Engadin) zu fahren.

1. TAG: VON SCHARANS NACH SAVOGNIN – „MIR IST NOCH GAR NICHT WARM!“

Nachdem wir den Velobus mit spezieller Erlaubnis der netten Gemeinderätin auf dem öffentlichen Parkplatz abgestellt hatten, starteten wir mittags über Forst- und Wanderwege, die uns eigentlich ein wenig Anpassung an die alpinen Anforderungen ermöglichen sollten. In Bezug auf die Landschaft klappte das schon mal ganz gut; so führten uns die Wege unter anderem eingehauen in den Stein und in einem Tunnel durch eine hohe Felswand. Fahrerisch waren wir durch steile Abschnitte und kurze Schiebepassagen gefordert; allerdings waren uns die Trailabschnitte, die erst kurz vor unserem Tagesziel auftauchten, zu wenig. Den Tag bestimmend war die schwüle Hitze, die der angekündigten labilen Bergwetterlage vorausging: Schon beim Aussteigen aus dem Auto und noch vor dem Ausladen der Räder setzten die ersten Schweißausbrüche ein. Unterwegs entwickelten wir rasch einen Blick für die Brunnen, die es zum Glück in den Bergdörfern zahlreich gab, um zu trinken und die Wasserflaschen zu füllen. Nur Franz rief tatsächlich in einem steilen Anstieg nach der Nachmittagspause aus: „Mir ist noch gar nicht warm!“ was dann zum Motto des Tages wurde. Abends entlud sich – der Wettervorhersage nicht entsprechend – ein Gewitter, was eine ersehnte Abkühlung, aber eben auch eine labile Wetterlage brachte. Wir übernachteten übrigens nicht in dem neuen und optisch sehr stylischen Cube-Hotel, sondern wesentlich einfacher und damit für Schweizer Verhältnisse auch günstiger; das Essen war genauso teuer wie gut.

2. TAG: ÜBER DEN SEPTIMERPASS NACH MALOJA – „WAS MAN SO IM RUCKSACK HAT“

Unser Start am nächsten Morgen war vorübergehend durch einen leichten Nieselregen begleitet, obwohl erst für die Mittagsstunden Regen angesagt war. Aber wir hatten die weiteren Unterkünfte schon gebucht, und so ging es selbstverständlich rauf auf´s Rad und über die Berge. Wir durften schon am Vormittag mehrere Trails fahren, und insbesondere Matthias war mit dem langen, wurzelreichen Trail oberhalb des Sees Lai da Marmorera glücklich. Die Wolken blieben über den Berggipfeln, so dass wir den ganzen Tag gute Sichtverhältnisse hatten. Allerdings wurde die Wolkenfärbung nach der Mittagspause in Bivio immer dunkler.

Während der Auffahrt zum Septimerpass begleitete uns dann ein leichter, beständiger Regen, so dass neben Regenjacken zum Teil auch Regenhosen und Duschhauben aus den Rucksäcken geholt wurden und zum Einsatz kamen – ganz Gentlemen bewunderten die Männer nur die Funktionalität meiner Duschhabe über dem Helm und sagten mir nicht, wie doof das aussah; das durfte ich erst später auf den Fotos entdecken. Am Septimerpass (2.310 m) angelangt, hörte der Regen auf.

Der südseitige Säumerweg besitzt abschnittsweise einen seit der Römerzeit bestehenden Steinbelag, der rasch trocknete. So konnten wir eine anspruchsvolle Trailabfahrt genießen, die – abhängig von fahrtechnischem Können und Risikobereitschaft – von mehr oder weniger langen Schiebestücken unterbrochen war.

Vor dem Gegenanstieg nach Maloja, der mangels sinnvoller Alternative auf der asphaltierten Passstraße bewältigt werden musste, machten wir eine Pause an der in Renovierung befindlichen Kirchenruine San Gaudenzio. Beim Räumen in den Rucksäcken gab es weitere interessante Inhalte zu entdecken: u. a. eine elektrische Zahnbürste und einen elektrischen Rasierer – was man(n) so unbedingt braucht auf einer Alpentour. Abends schüttete es dann heftig. Wir saßen und aßen gut im urig gestalteten Schweizer Haus; Gernots Weltsicht wurde allerdings anhaltend erschüttert, da sein Spezi – immerhin 58 dl – umgerechnet 12 Euro kostete.

3. TAG: ÜBER DEN SUVRETTAPASS UND DAS VAL BEVER NACH ZUOZ – „WIR FOLGEN UNSEREM GUIDE ÜBERALL HIN“

Der Start an diesem Morgen begann im leichten Regen – labile Wetterlage eben – und für eine halbe Stunde kamen erneut die Regenjacken zum Einsatz. Der Weg am frisch entsprungenen Inn entlang begann vielversprechend mit Trailabschnitten und ließ uns durch seinen welligen Verlauf Zeit, in die Gänge zu kommen. Ab St. Moritz wurde es dann deutlich steiler, teilweise extrem steil, und wir schafften uns an der Flanke des Piz Nair hinauf auf eine Höhe von knapp 2.700 m. Immer wieder steckten wir in den Wolken und kurzzeitig auch

⏭ einmal umblättern

im dichten Nebel, sodass wir darauf achteten, nah zusammenzubleiben und uns nicht aus den Augen zu verlieren; Matthias als Guide wusste wie immer den richtigen Weg.

Während der Mittagspause auf der netten Alpinahütte riß es dann auf, und wir hatten für den Rest des Tages schöne Einblicke in die grandiose Bergwelt, vor allem aber gute Sicht während der nun beginnenden Trailtraverse zum Suvrettapass (2.615 m) sowie während der bemerkenswert langen und flowig ausgebauten Trailabfahrt ins Val Bever. Es war zum Schwärmen. Und weil wir nicht genug bekommen konnten, suchte Matthias für das Schlussstück im Inntal bis Zuoz eine Alternative zum breiten Radweg, einen Trail Richtung La Punt. Natürlich folgten wir ihm auch hier – wir hätten besser vorher die sehr klein geschriebene Zahl bezüglich des fahrtechnischen Anspruchs genauer lesen sollen: Der Weg ist nicht, wie wir annahmen, als Kategorie 3, sondern als Kategorie 5 eingestuft und damit weitgehend nicht fahrbar. So schleppten wir tapfer unsere Rucksäcke und MTBs die Bergflanke entlang und waren – kaum zu glauben – alle froh, als wir schließlich auf einen breiten Forstweg stießen. Die Nacht verbrachten wir in dem historischen Hotel Crusch Alva in dem ebenfalls historischen Zuoz, wo es, bei dem besten Preis-Leistungsverhältnis der Tour, empfehlenswert schön war.

4. TAG: ÜBER DEN SERTIGPASS NACH DAVOS – „FÜNF MOUNTAINBIKES IM SCHNEE“

Für den vierten Tag wollte Matthias unbedingt gutes Wetter haben, und die Wetter-Apps wurden im Hinblick auf die Regenzeiten intensiv bemüht. Das Wetter war gut, und wir nahmen uns Zeit, als Einstieg in den Tag einen flowigen Trail bis Susauna zu genießen. Dann ging es auf einer Fahrstraße das gleichnamige Tal hinauf, wobei die beeindruckende Landschaft mit der abwechslungsreichen Natur keine Langweile aufkommen ließ.

An der Alp Funtauna hatten wir zudem Spaß mit Kühen, Eseln und Schweinen – bis Letztere an meinem vorderen Mantel zu knappern begannen, und Matthias sie aus Sorge über zu große Löcher laut verscheuchte. Nach der Alm wurde die Umgebung hochalpin, der Weg hinauf zum Sertigpass wurde schmaler und steiler mit zunehmenden Schiebepassagen. Dabei dominierte der massige und vergletscherte Piz Kesch für die nächsten Stunden die Aussicht. Die Landschaft begeisterte uns! Die Fotopausen waren außerdem willkommen, um in der zunehmend dünnen Luft wieder zu Atem zu kommen. Zum Sertigpass (2.739 m) hin wurde es schottriger und karger, oben stießen wir auf ein Firnfeld, in dem unsere Bikes vor der Alpenkulisse von uns allen von allen Seiten fotografiert wurden.

Dann ging es hinunter ins Chüealptal, wieder schottrig und karg beginnend, und vor allem die „Plus-Biker“ Gernot und Hans waren von den fahrtechnischen Anforderungen begeistert – übrigens teilten sie als „Genius-Team“ auch ein Zimmer und ließen uns mehrfach täglich wissen, wie genial ihre Bikes seien.

Den Tag beschlossen wir mit einem Höhentrail, der viel Spaß machte; wir hatten allerdings durch Wurzeln oder Steine immer wieder einige Stufen zu überwinden, wofür ich gern noch etwas mehr Kraft zur Verfügung gehabt hätte. Abends auf dem Balkon unseres Hotels in Davos Clavadel wurden entsprechende Fahrtechnik-Tipps ausgetauscht, diesbezüglich z.B. der Tipp, „eine Explosion“ der Kraft während der beiden letzten Pedalumdrehungen vor der Stufe auszuüben.

5. TAG: ÜBER DEN EPIC TRAIL NACH SCHARANS – „EPIC TRAIL – MEHR BRAUCHT´S NICHT“

Der Höhentrail am Ende des Vortags war ein Abschnitt des Alp Epic Trail Davos, der angeblich der längste Single Trail der Schweiz ist und vom Jakobshorn oberhalb von Davos bis Filisur führt. Er sollte das Herzstück unserer heutigen Etappe sein. Ich war zunächst etwas skeptisch, ob ein Trail anstelle eines spektakulären Übergangs gut in eine Alpentour mit Rucksack passen würde, aber er passte! Wir stiegen erneut bei Sertig Dörfli ein und fuhren dann den Epic Trail und fuhren den Epic Trail und fuhren den Epic Trail. Wir wurden quasi eins mit MTB und Bergpfad, folgten dem schmalen Weg, der kilometerlang über Wiesen und durch Wälder am Hang auf und ab verlief. Nur einmal wurden wir im Genuss unterbrochen, als eine größere Gruppe Wanderer – weil nicht anders möglich im Gänsemarsch – in unserer Richtung unterwegs war und weder verstehen konnte, dass es sich bei dem Weg tatsächlich um eine offizielle MTB-Strecke handelt, noch dazu in der Lage war, uns sinnvoll vorbeizulassen. So zog sich der Überholvorgang in die Länge – übrigens das einzige Mal, dass es eine etwas schwierige Situation mit Wanderern gab; ansonsten begegneten sie uns und natürlich wir ihnen sehr rücksichtsvoll und freundlich, manchmal auch begleitet von spaßigen Bemerkungen. Eine Pause gab es erst in Monstein, wo in einem netten Wirtshaus auch das Bier der örtlichen Brauerei ausgeschenkt wird. Als wir uns dann später der Talsohle näherten, ging unser Weg immer öfter in Forststraßen über. Schließlich nutzten wir auch Abschnitte eines Radweges und zuletzt wieder einen Anstieg, den wir schon am ersten Tag entgegen gesetzt gefahren waren, um zum Auto zurückzukehren.

Sehr zufrieden beendeten wir diese gelungene Tour, die Matthias einmal mehr mit gutem Blick für unsere Wünsche geplant, organisiert und geführt hat – vielen Dank hierfür! ⏮

Hinweis: Insgesamt wäre ein Start in Filisur oder Tiefencastel günstiger, dann evtl. mit einer Schlaufe um den Piz Mitgel und einem zusätzlichen Anstieg zum Jakobshorn.

Sonja Ott

KLEINE PHYSIK DES GEGENWINDES

[ÜBER DIE JAHRE HAT MAN ES IM RADSPORT MIT VIELEN GEGNERN ZU TUN. NATÜRLICH KONTRAHENTEN IM WETTKAMPF, ABER AUCH BERGE, SCHLECHTES WETTER UND DEN GEFÜRCHTETEN INNEREN SCHWEINEHUND.]

Die aller erbittertsten Kämpfe hatte ich allerdings mit dem Feind Nummer 1 des Radfahrers auszutragen, dem Gegenwind. Immer im falschen Augenblick, wenn die Kräfte bereits schwinden, kommt der Wind aus der falschen Richtung und der Weg nach Hause scheint auf einmal schier endlos. Dann ist es schön, wenn man noch ein paar Mitstreiter hat und man gemeinsam den Widrigkeiten trotzen kann.

Da ich – wie die meisten Anderen – nach der gemeinsamen Ausfahrt noch vom Clubhaus nach Hause fahren muss und der Wind dann erst recht an den Waden zerrt, habe ich mir schon oft eine Frage gestellt:

WIE VIEL LANGSAMER MACHT UNS GEGENWIND EIGENTLICH?

Oder anders gefragt: Wenn ich bei Windstille in der Ebene bequem 30 km/h fahren kann, der Wind aber genau von vorne mit ebenfalls 30 km/h bläst, wie schnell kann ich dann mit derselben Anstrengung noch fahren?

Die Erfahrung des Radfahrers zeigt, dass die bei Gegenwind erreichte Geschwindigkeit kleiner ist, als ohne Wind, man aber auch bei sehr hohen Windgeschwindigkeiten immer noch vorwärts kommt. Die Antwort, muss also irgendwo zwischen 0 und 30 km/h liegen.

So weit so gut, aber wie sieht es genau aus. Dazu müssen wir uns ein wenig Hilfe aus Physik und Mathematik holen und die Begriffe präzisieren. Als erstes wollen wir über den Grad der Anstrengung sprechen. Die hier relevante Größe ist die Leistung, die üblicherweise in Watt gemessen wird. Spezielle Systeme zur Leistungsmessung (SRM, etc.) werden ja immer günstiger, mit diesen kann man die Leistung beim Radfahren direkt messen.

Aus physikalischer Sicht ist die Leistung schlicht definiert als Arbeit geteilt durch die dafür benötigte Zeit. Dazu muss man nun erklären was Arbeit bedeuten soll.

Die physikalische Arbeit ist definiert als das Produkt aus Kraft und Weg und hat die Einheit Joule. Es gilt

1 Joule = 1 Newton x 1 Meter

wobei Newton wiederum die Einheit der Kraft ist. Die Einheit Newton kann selbst ebenfalls durch andere Einheiten ausgedrückt werden, hier ist aber nur wichtig, dass es die Kraft ist, die auf der Erde benötigt wird, um ein Gewicht mit einer Masse von etwa 100 Gramm zu halten.

Mit diesen Definitionen funktionieren auch die gebräuchlichen Wattmesser fürs Rennrad.

Viele Systeme messen mit Dehnmessstreifen das an der Kurbel auftretende Drehmoment und berechnet daraus die Kraft, die der Fuß aufs Pedal ausübt. Mit Hilfe der ebenfalls gemessenen

Trittfrequenz kann auch der Weg des Fußes berechnet werden. Das Produkt ist dann die Leistung.

Beim Radfahren gleicht die Kraft, beziehungsweise Leistung des Radlers, genau der Roll- und Luftwiderstandskraft sowie der eventuellen Hangabtriebskraft. Da wir bei unserem Beispiel auf flachen Terrain unterwegs sind, spielt Letztere allerdings keine Rolle.

Die gängigen Modelle für Rollreibung und Luftwiderstand sehen vor, dass die Rollreibungskraft F_R unabhängig von der Geschwindigkeit ist und die Luftwiderstandskraft F_L proportional zum Quadrat der Geschwindigkeit relativ zur Luft v_L. In Formeln gilt also

$$F_L = \pm C \cdot {v_L}^2,$$

wobei C eine Konstante ist, in die die Windangriffsfläche, der Luftwiderstandsbeiwert (der sog. c_W-Wert) und die Luftdichte eingehen. Das Vorzeichen hängt davon ab, aus welcher Richtung der Wind relativ zum betrachteten Objekt kommt. Damit C sich nicht ändert, wollen wir annehmen, dass wir bei Gegenwind dieselbe Sitzposition einnehmen, wie ohne Wind.

Die Beim Radfahren verrichtete Arbeit ergibt sich nun als Produkt aus der zurückgelegten Strecke s und der

$$KraftF = F_L + F_R.$$

Teilen wir schließlich noch durch die dafür benötige Zeit ergibt sich für die Leistung

$$p = (F_L + F_R)\frac{s}{t}.$$

Hier können wir für s/t die Geschwindigkeit relativ zur Straße v_S einsetzen. Außerdem können wir die Beziehung zwischen Windgeschwindigkeit v_W, Geschwindigkeit relativ zur Luft und Geschwindigkeit relativ zur Straße $v_L = v_W + v_S$ ausnutzen und erhalten

$$p(v_S) = \pm C \cdot (v_S + v_W)^2 \cdot v_S + F_R \cdot v_S.$$

Man erkennt, dass die Leistung also im Allgemeinen von der dritten Potenz der Geschwindigkeit abhängt. Um doppelt so schnell zu fahren muss man die Leistung also verachtfachen. Deshalb ist bei hohen Geschwindigkeiten die Aerodynamik so wichtig.

Sind nun C, F_R und die Leistung bekannt, die bei Windstille für 30 km/h erforderlich ist, so können wir die Windgeschwindigkeit in obige Gleichung einsetzen und nach v_S auflösen. Durch Schätzen der benötigten Leistung bei verschiedenen Geschwindigkeiten und das Lösen eines sogenannten linearen Ausgleichsproblems erhält man

$$F_R \approx 2{,}4 \; und \; C \approx 0{,}0035,$$

wobei die Einheiten so gewählt sind, dass alle Geschwindigkeiten in km/h angegeben werden können. Auf guter Straßeverodynamischer Sitzposition sind dann 170 Watt eine gute Schätzung für die bei Windstille benötigte Leistung bei 30 km/h.

Das heißt wir suchen eine Lösung der Gleichung

$$0{,}0035(v_S + 30)^2 v_S + 2{,}4 v_S = 170.$$

Methoden zur exakten Lösung solcher Gleichungen sind zwar bereits seit fast 500 Jahren bekannt, allerdings auch recht kompliziert. Daher habe ich mir das Leben leicht gemacht und mit dem Computer eine Näherungslösung bestimmt. Man findet

$$v_S \approx 16{,}8 \frac{km}{h}.$$

Das heißt mit einer Leistung von 170 Watt kann, fährt ein Radfahrer bei 30 km/h Gegenwind noch etwa 17 km/h. Bei 30 km/h Rückenwind ergibt sich dann übrigens eine Geschwindigkeit von etwa 48 km/h. Das unterscheidet den Radfahrer vom Vogel, der kann bei zu starkem Wind nämlich nur noch rückwärts fliegen, profitiert aber auch stärker von Rückenwind, da für ihn nur die Geschwindigkeit relativ zur Luft relevant ist.

Abbildung 2 zeigt die Leistungskurven bei Rückenwind (10 km/h), ohne Wind und Gegenwind (10 km/h). Abbildung 1 zeigt die mit 170 Watt erreichte Geschwindigkeit, abhängig von der Windgeschwindigkeit. Eine negative Windgeschwindigkeit steht für Rückenwind.

Jetzt wünsche ich euch viel Spaß beim Nachmessen!

Christopher Brand

ABBILDUNG 1

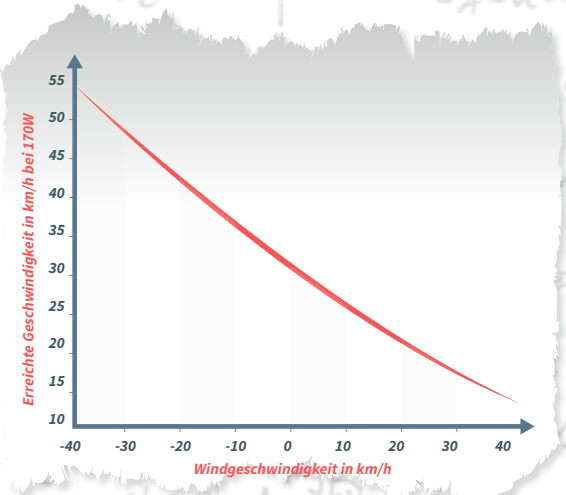
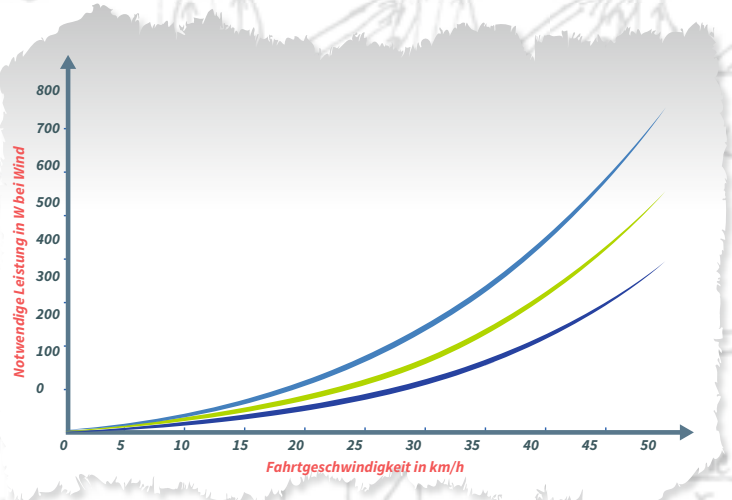


ABBILDUNG 2



JANUAR

[26. – 28.]
SKATING
WE

FEBRUAR

[13.]
MTB
Faschingsausfahrt

MÄRZ

[24. – 31.]
TRAININGSLAGER
Mallorca
Can Picafort Gran Vista

JULI

[07. – 11.]
MTB Mehrtagestour

[14. – 15.]
FERNFAHRT Coburg

[22.]
Interner ARBER

[28.]
WELTENBURGER Kriterium

[29.]
34. ARBER Radmarathon

AUGUST

[01.]
ARBER Nachfeier

[02. – 05.]
MTB Mehrtagestour

SEPTEMBER

[28. – 30.]
MTB Tour Südtirol Gais

TER

APRIL

[15.]
FRÜHJAHRSAUSFAHRT
Weltenburg

MAI

[05. + 06.]
FEHRNFAHRT
Schwäbische Alp

JUNI

[23. – 30.]
PÄSSETOUR
Mont Ventoux

OKTOBER

[06.]
SCHOKOTOUR

NOVEMBER

DEZEMBER

[12.]
WEIHNACHTSFEIER

MINE 2018

ibk
HERSTELLER FÜR ELEKTRO-
AKUSTISCHE ANLAGEN

Wir sorgen für Ihre Sicherheit

Schulen
Kliniken
Industrie
Hochschulen
Kulturzentren
Einkaufszentren
Mehrzweckhallen
Fußballstadien
Freizeitbäder
Flughäfen
Kirchen
Hotels
u.v.m.

Seit 30 Jahren sorgen unsere Elektroakustischen Anlagen für Erreichbarkeit, Sicherheit und Unterhaltung von Menschen in öffentlichen Räumen.

Als regionaler Hersteller sichern wir Arbeitsplätze im Raum Regensburg, liefern unsere zertifizierten Anlagen aber in ganz Deutschland aus.

Im Notfall sorgen Elektroakustische Anlagen dafür, dass Menschen in öffentlichen Räumen umfassend gewarnt werden und ermöglichen so eine geordnete Evakuierung.

www.IBK-Elektroakustik.de

Schreinerei
Aichner

Die Technik besticht • die Qualität überzeugt • die Möbel begeistern

Möbel die zu Ihnen passen

Sie suchen Innenausstattung, die zu Ihnen und Ihrem Raumkonzept passt?
Unser Ziel ist es, modernes und zeitloses Design in handwerklicher Perfektion zu verarbeiten.
Besonderer Wert wird dabei auf Materialqualität und gut geplante Detaillösungen gelegt.
Setzen Sie sich mit uns in Verbindung und wir gestalten mit Ihnen Ihre ganz persönlichen Möbel. Einzelstücke, mit denen Wohnen Spass macht.

Ihre Schreinerei Aichner, Hauptstraße 1, 93104 Taimering, www.schreinerei-aichner.de, tel. 09480/1570

WHO IS WHO PART 1

DR. PETER BAIER war heuer erstmals beim Arber Radmarathon als Helfer. Er sollte beim Bierausschank eine wesentliche Stütze sein. Dies ging grundsätzlich schief, da Peter ungefähr 150 alte Freunde wieder traf, mit denen er ein Schwätzchen von zwei bis fünf Minuten führen musste, sodass er nicht zur Arbeit kam. Wir hoffen, dass Du 2018 wieder dabei bist und unsere Freunde unterhaltsam mit Bier versorgst.

FERENZ MÜLLER und **KARL-GÜNTHER WILFURTH** nahmen zu Trainingszwecken an der Salzburgfahrt teil, allerdings mit der Maßgabe, dass sie von Salzburg der Haupttruppe entgegenfuhren. Nach einer kurzen Einkehr in Waging am See wurde die Fahrt nach einer Maß Weißbier fortgesetzt. Ohne Karte und Navigation fuhren beide weiter Richtung Traunstein, kamen aber nach ca. 25 km wieder in Waging an. Von dort fuhren sie dann Richtung Salzburg und trafen dort die Sportfreunde voller Freude wieder. Es war wie in alten Zeiten!

ELISA WILFURTH, 7-jähriger VCR-Jungstar, fuhr 2017 wieder die kleine Familienstrecke und war erstaunt, dass es in Kiefernholz nicht regnete, sodass sie die ganze Strecke wieder auf dem Fahrrad zurückfahren musste. Das Schönste für Sie war das Auftauchen der Domtürme bei der Rückfahrt.

ALEXANDER KOLLER, HERLINGER SIGI und **REISER JÜRGEN** erwecken im VCR-Chat den Eindruck, dass sie ganzjährig auf Mallorca trainieren und daher die zeitweise vor Ort gezeigte Form nicht von ungefähr kommt.

WILFURTH BENEDIKT, jüngster Spross aus der Wilfurth-Familie, macht seinen Eltern Heike und Matthias Wilfurth die besondere Ehre und ist 600. VCR-Mitglied. Weiter so!

HUBMANN CHRISTOF, VCR-Seniorenbergmeister, würde gerne auch erfolgreich einen Triathlon bestreiten. Leider fehlt ihm im Wasser der nötige Auftrieb.

Die Seniorengruppe um **RAINER GIESSMANN, WERNER WAGMÜLLER, REINHARD BARTH UND LUDWIG MEIER** zücken bei jeder Einkehr das Handy und informieren einzeln ihre Ehefrauen über Zustand und Standort. Damit ist sichergestellt, dass für den Fall des „nicht-mehr-Heimfindens" zumindest ihr letzter Aufenthaltsort der Suchmannschaft übermittelt werden kann. Geht doch!

GOSS HERMANN, VCR-Bierpabst und Rom-Mitverantwortlicher schaffte es als Einziger, sich einen kräftigen Stachel im Hinterreifen einzufangen. Das kommt davon, wenn man ein Stachelschwein überfährt!

Unser Alt-Regensburger Stenz **CLAUDIO VOGL** wohnt und lebt nun nach 3-jährigem mittelfränkischen Exil gleich neben dem Monaco-Franze-Denkmal in Alt-Schwabing, dreht seine Aufbaufahrten mit dem MTB im Englischen Garten und in den Isar-Auen. Ein gebrochenes Sprunggelenk vermasselte ihm einen Großteil der Münchner Rennrad-Saison mit den typischen Ausflugszielen Starnberger See oder in den Hirschgarten.

Für manche VCRler scheint der Tag mehr als 24 Stunden zu haben. So findet **VOLKER LIEBL** zwischen vielfältigen und umfangreichen beruflichen Tätigkeiten genug Zeit für die Fliegerei, Segelturns in der Ostsee und viele Aktivitäten beim Veloclub. Trotz erheblichem Trainingsrückstand erreichte auch er als Highlight 2017 den Petersplatz in Rom.

Applaus und Gratulation an unseren unermüdlichen Tempobolzer, VCR-Notarzt und Quick-Hipps-Erfinder **DR. WOLFGANG STOSIEK** für die Beförderung vom Assistenzarzt zum Oberarzt. Mit seiner weitreichenden Erfahrung und stetigen Hilfsbereitschaft steht er allen VCRlern in medizinischen Fragen gerne zur Seite.

Nach mehrjährigem Lernen und Wirken an einer Münchner Großklinik mit langem Forschungsaufenthalt in den USA kam **DR. MED. ANDREAS VOSS** zurück in die alte Heimat und verdingt sich nun in der Unfallchirurgie am Uniklinikum Regensburg. Ob er als Jungvater auch Zeit für ein Comeback auf dem Rennrad hat?

HORST MELLER, unser Guide der 2. MTB-Gruppe, feierte seinen 70. Geburtstag gemeinsam mit den VCR-Mountainbikern. Jede Woche zeigt uns Horst die allerbesten Trails in der Umgebung und mindestens einmal im Jahr führt er uns auf wunderschönen Pfaden durch den Bayerischen Wald (dieses Mal am Osser). Danke Horst, weiter so!

WHO IS WHO PART 2

Nachdem **JÜRGEN REISERS** Hautfarbe beim letzten Skating Wochenende dem Schnee glich, hat er nun einen namhaften Skatinglehrer engagiert, der ihn hoffentlich bald glänzen lässt.

HELMUT SCHWÖGLER hatte auf der Fahrt nach Rom immer Ginvolle Ideen in seiner Radflasche.

JÜRGEN R. hat mit **FRANZ PFEILSCHIFTER** einen neuen Ziehsohn gefunden, der seinen ganzen Jahresurlaub für ihn opferte. Sein Ziel 2018: als Erster am Mont Ventoux oben zu sein.

Bier wird nun sicher beim VCR nicht mehr ausgehen! Mit Logistikboss und Neumitglied **HEIKO FRÖHLICH** ist diese Lücke nun geschlossen.

Im VCR geht das Gerücht um, dass die Vatikan Ministranten **MARKUS, MATTHIAS, WOLGANG** und **ALEX** bald auch im Dom zu Regensburg zum Einsatz kommen.

MARKUS WILFURTH fuhr mit seinem 20 Jahre alten Rennrad nach Rom in der Hoffnung, dass Mutter Barbara Mitleid hat und ihm zum 40. Geburtstag ein neues Rad sponsert.

CONNY HERLINGER hat nun ein 2. Standbein! Neben ihrem Blumenladen ist sie nun Gastwirtin im Herzl. Eine sehr gute Entscheidung!

KERSTIN GRUBER und **MICHA WINKLER** irrten planlos durch Rom auf der Suche nach den neuen Modetrends. Gut, dass sie auf Shoppingqueen Ralf Schneider trafen, der mit Rat und Tat zur Seite stand.

HARALD BLAZEJEWSKI Eigentliche Aufgabe: Schriftführer des Vorstandes; doch seiner wahren Funktion als Komödiant und Scherzkeks wird sich Jeder spätestens nach dem ersten gemeinsamen Clubabend bewusst. Eine Eigenschaft, für die wir ihn schätzen und lieben.

PAUL RENGER Ist das dieser Sportliche Leiter? Laut seiner Lizenz ja, sieht man es ihm aber auch nicht gleich an. Als Bezugsperson für seine Radsportler-Schützlinge schafft er es, aus einem Team eine starke Gemeinschaft zu machen, die über den reinen Radsport hinausgeht.

DAS JUNGVOLK Eine zusammengeschweißte Kultur aus den „üblichen Verdächtigen“ vorzufinden an jedem Clubabend. Namentlich: Christoph Setescak, Severin Gießibl, Julius Strobl, Lucas Kudala, Paul Renger und der Nachwuchs. Auch Harald Blazejewski hat unterhaltsamerweise einen Platz am Stammtisch.

CHRISTOPHER BRAND Dank seines regelmäßigen Krafttrainings können wir uns vieler muskulöser junger Radfahrer erfreuen. Genauso viel Engagement findet man in Form von deliziösem Essen mit etwas Glück an einem Mittwochabend, wenn er mal wieder für die Clubtheke zuständig ist.

DIE KATRINS Die beiden Sekretärinnen, welche sich den gleichen schönen Namen teilen, herrschen mal im Wechsel, mal mit vereinten Kräften über das Büro. Eine reibungslose Organisation unseres Vereins ist nicht zuletzt den beiden Damen zu verdanken.

STEFAN BRANDLMEIER Bergfahrer zu sein ist einer der härtesten Jobs als Rennfahrer. Doch der designierte Kletterspezialist der Rennmannschaft Stefan Brandlmeier kann, weil er als Zöllner am Flughafen München arbeitet und daher berufsbedingt an einer sehr heftigen Stressallergie erkrankt ist, dies mehr als kompensieren.

JOHANNES GLAMEYER ist der wichtigste Mann in der Mannschaft, wenn es um Unterhaltung geht. Durch seine witzige Art, die fast einer Einweisung in eine Psychiatrie bedarf, stärkt er die Moral der Mannschaft. Außerdem führt das dadurch hervorgerufene extreme Kopfschütteln seiner Mannschaftskollegen zur zwangsweisen Auflockerung der Nackenmuskulatur.

JONAS SONNLEITNER ist einer der Rennfahrer, der zwar bärenstark Rad fährt, doch seine Schwestern sollte man tunlichst meiden. Denn die eher extrovertierte Persönlichkeit aller Sonnleitners plus sehr schrille Frauenstimmen führen auch ohne Kater zu Kopfschmerzen.

Würde man **SEVERIN GIESSIBL,** bürgerlich Gießkanne, mit einem Ausdruck beschreiben, so würde wohl „Linearkombination aus Klugscheißer und Dummschwätzer“ am besten zutreffen. Trotzdem lässt es sich in seiner Umgebung sehr gut aushalten, vor allem, weil man permanent etwas zu lachen hat.

CHRISTOPH SETESCAK Allgemein gilt in einem Radrennen, dass die die weniger über was-wäre-wenn-Situationen denken besser abschneiden. Christoph ist einer dieser Rennfahrer, die womöglich zu viel Denken, doch er treibt es soweit, dass er dieses Leistungsminimum in Abhängigkeit des Denkens überwindet, denn er befasste sich in einer wissenschaftlichen Arbeit intensiv mit den Fahreigenschaften von Fahrradreifen.

WEIN & MEHR

www.wein-und-mehr.de

HOCHGENUSS FESTTAG
KOCHEN MIT FREUNDEN
LUST AUF SCHENKEN
FEIERN ZEIT FÜR MICH
GLÜCKSMOMENTE

IHRE WEINSTIMMUNG

UNSER WEIN

sonnauer

Neuzeitliche Malerarbeiten
Fassadenanstriche
Fassadenputze
Tapezieren
Schriftenmalerei
Verkauf und Verlegen sämtlicher Bodenbeläge
Gerüstbau

Rupert Sonnauer
Malermeister

93092 Barbing
Friesheimer Straße 21
Telefon (09401) 3623
Telefax (09401) 8776

sonnauer

PASSGENAU: Zwei Bausteine für Absicherung und Rendite

MANDO ASSEKURANZ

Als Versicherungsmakler Ihres Vertrauens beraten wir Sie im privaten und gewerblichen Bereich für Ihre optimale Absicherung.

Messen Sie uns gerne an unserem strengen Qualitätsdenken und Werten:

- partnerschaftliche Beratung
- individuelle Situationsanalysen
- bedarfsorientierte Lösungen
- anbieterunabhängige Produkte

Für die Veloclub-Radsaison 2016 wünscht Armin Schmuck mit Team und Kooperationspartnerin Doris Biersack-Press eine unfallfreie Fahrt!

SICHER · GUT · BERATEN

MANDO FINANZ
BERATUNG · ANLAGE · VERMÖGEN

Anlageberatung
Flexible Anlagekonzepte passend strukturiert für Ihre individuelle Situation.

Vermögensmanagement
Ihr Vermögensaufbau wird systematisch geplant und aktiv betreut.

Finanzierungen
Das optimale Finanzierungsmodell finden wir für Sie aus über 100 Bankpartnern.

© marktwert.marketing

Weissenburgstraße 22
93055 Regensburg
Tel: 0941 502 778 711
www.mando-assekuranz.de

Tel: 0941 502 778 710
www.mando-finanz.de

gebundener Vermittler gemäß § 2 Abs. 10 KWG der B.F.V Bank für Vermögen AG

Nachruf

CHRISTIAN BERINGER

*10.12.1964 + 15.11.2017

Er war mit bewundernswerter Kraft
zu jeder Zeit an unserer Seite.

Das was du für uns getan hast
wird bei uns weiterleben.

Der VCR trauert um Dich. Es sind
keine leeren Worte, wenn wir sagen:

**„CHRISTIAN, WIR WERDEN DICH
NIE VERGESSEN".**

IN STILLEM GEDENKEN

Georg VI. Schneider, Genussbrauer

SCHNEIDER WEISSE
Seit 1872
G. Schneider & Sohn

Klassiker aus Bayerns Genussbrauerei.

Was uns ausmacht: unser Herzblut, unsere Neugierde und unser Können. Und ein heute seltenes, handwerkliches Brauverfahren mit eigener Hefereinzucht, einer Hauptgärung im offenen Bottich und anschließender echter Flaschengärung, ohne Filtration und Pasteurisation.

SPEZIELL · WIE'S LEBEN ·

www.facebook.com/schneiderweisse • www.schneider-weisse.de

Just Married!

MASCHEK Automobile

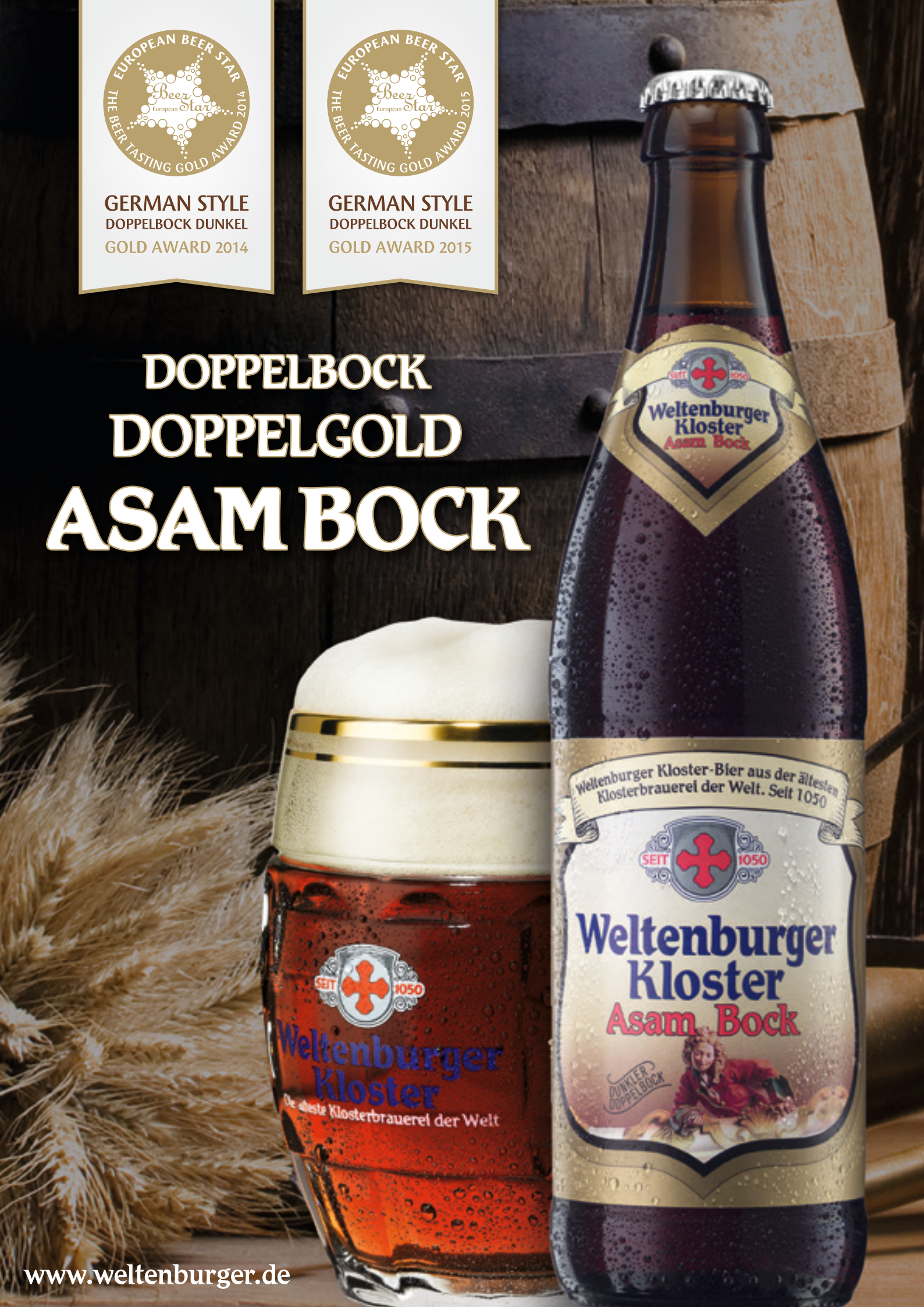
Volkswagen Nutzfahrzeuge ŠKODA Service

Ihr persönlicher Audi & Volkswagen Partner in Wackersdorf & Schwandorf.

www.maschek-automobile.de

Audi Gebrauchtwagen :plus
Das WeltAuto.

Volkswagen Partner: *Regensburger Straße 70, 92421 Schwandorf, 09431/75 80-0*
Audi Partner: *Gewerbepark 2, 92442 Wackersdorf, 09431/71 44-0*


EUROPEAN BEER STAR
Beer Star
European
THE BEER TASTING GOLD AWARD 2014
GERMAN STYLE
DOPPELBOCK DUNKEL
GOLD AWARD 2014
EUROPEAN BEER STAR
Beer Star
European
THE BEER TASTING GOLD AWARD 2015
GERMAN STYLE
DOPPELBOCK DUNKEL
GOLD AWARD 2015
DOPPELBOCK
DOPPELGOLD
ASAM BOCK
Weltenburger Kloster Asam Bock
Weltenburger Kloster-Bier aus der ältesten Klosterbrauerei der Welt. Seit 1050
SEIT 1050
Weltenburger Kloster
Asam Bock
DUNKLER DOPPELBOCK
SEIT 1050
Weltenburger Kloster
Die älteste Klosterbrauerei der Welt
www.weltenburger.de

BEKLEIDUNG

[RADHOSE KURZ]
Damen- und Herrenschnitt, mit Träger und Sitzpolster
Hersteller: Giessegi
Größen: S, M, L, XL, XXL
45 €

[WINDWESTE]
Damen- und Herrenschnitt
Hersteller: Craft
Größen: S, M, L, XL, XXL
55 €

[TRIKOT LANGARM]
Damen- und Herrenschnitt
Hersteller: Craft
Größen: S, M, L, XL, XXL
58 €

[VCR TEAM CAP]
Hersteller: Bioracer
Größe: Unisex
5 €

[TRIKOT KURZARM]
Damen- und Herrenschnitt
Hersteller: Craft
Größen: S, M, L, XL, XXL
45 €

[WINDJACKE]
Damen- und Herrenschnitt
Hersteller: Craft
Größen: S, M, L, XL, XXL
70 €

[BLUSE]
langarm weiß
20 €

[HEMD]
langarm weiß
20 €

[SOCKEN]
Größen: 36-38, 39-41, 42-44, 45-46
7,50 €

Heimat trage ich im Herzen. Warum nicht auch in der Brieftasche?

HVB Motiv ecKarte

Die HVB Motiv ecKarte bietet Ihnen alle Funktionen einer üblichen ecKarte, nur viel persönlicher – und das für nur 7 Euro. Wählen Sie zu Ihrem HVB Girokonto eine HVB Motiv ecKarte.

Weitere Infos erhalten Sie in Ihrer Filiale Regensburg.

hvb.de/motivkarte

HypoVereinsbank
Member of UniCredit

ZEITEN

[VERSAMMLUNG/STAMMTISCH]

VCR Clubhaus
Mittwoch ab 19:00 Uhr

[TRAINING WINTER]

Indoor-Cycling
Mittwoch 18:00 – 19:30 Uhr
Donnerstag 19:00 – 20:30 Uhr
Samstag 16:00 – 18:00 Uhr

Hobby-Spinning (Ü60)
Gruppe Roland:
Dienstag 10:00 – 11:00 Uhr
Donnerstag 10:00 – 11:00 Uhr

Die Anmeldung zu den Stunden erfolgt über das Internet. Außer Hobby-Spinning. Es gilt "first come first serve". Die Stunden finden statt, wenn sich mindestens drei Teilnehmer anmelden. **Kosten:** Nach der zweiten Teilnahme wird ein Betrag von 50 € abgebucht.

Mountainbike
Samstag 13:00 Uhr (Treffpunkt siehe Homepage)

Skating / Langlauf (Ankündigung siehe Homepage)

[TRAINING SOMMER]

Rennrad
Mittwoch 18:00 Uhr
Samstag 13:00 Uhr
Sonntag 09:00 Uhr

Hobbytraining
Dienstag 13:00 Uhr
Donnerstag 13:00 Uhr

Mountainbike
Samstag 14:00 Uhr (Treffpunkt siehe Homepage)

[BÜRO]

Öffnungszeiten Sommer:
Dienstag 10 – 12 Uhr
Mittwoch 18 – 20 Uhr
Donnerstag 10 – 12 Uhr

Öffnungszeiten Winter:
Dienstag 10 – 12 Uhr
Mittwoch 18 – 20 Uhr

Adresse:
Ziegetsdorfer Straße 46a, 93051 Regensburg
Telefon 0941/54982, Telefax 0941/567031
E-Mail: info@veloclub-ratisbona.de
www.veloclub-ratisbona.de

RAD-ERLEBNISSE EINMAL ANDERS...

MIT WOLFF-OST-REISEN

DEM SPEZIALISTEN FÜR
REISEN NACH
MITTEL- UND OSTEUROPA

Erleben Sie Radfahren in anderer Umgebung, zum Beispiel in Südböhmen, in den schönen Landstrichen Masurens oder in Ungarn am Balaton. Planen Sie Ihren Betriebsausflug, Ihr Seminar oder Event doch einmal in Osteuropa, z. B. in Pilsen, Budweis oder in der Goldenen Stadt Prag.

WOLFF Ost-Reisen ist Ihr Partner für Ihren Trip nach Osteuropa.
Fragen Sie uns, gerne arbeiten wir Ihnen Ihr ganz persönliches Programm aus.

WOLFF

Wolff Ost-Reisen GmbH
D-93437 Furth im Wald
Tel. (09973) 5080
Fax (09973) 508161
wor@wolff-ostreisen.de
www.wolff-ostreisen.de

VCR Vorstandschaft

[PRÄSIDENTIN]
Barbara Wilfurth
M 0171/4527019
barbara@wilfurth.de

[VIZEPRÄSIDENTIN]
Kerstin Gruber
M 0160/98097813
Kerstin.gruber123@t-online.de

[3. PRÄSIDENT/PRESSE]
Albert Blümel
M 0176/31857165
albertbluemel@gmail.com

[SCHATZMEISTER]
Alexander Koller
M 0170/2239959
Alexander.Koller@web.de

[SCHRIFTFÜHRER]
Harald Blazejewski
M 0171/9722399
habl@arcor.de

[TOURISTIK]
Axel Rösler
M 0175/753081333
axel.roesler@arcor.de

[MTB]
Stephen Setescak
M 01511/4515203
setescak@t-online.de

VCR Beiräte

[EDV/IT]
Christoph Setescak
M 0170/7154954
c.setescak@gmail.com

[SPORTWART]
Ronny Knackfuss
M 0151/16106134
ronkna@gmx.de

[JUGEND- UND SCHÜLER-WART]
Christopher Brand
M 0175/9157544
christopher.brand@gmx.net

[MATERIALWART]
Paul Renger
M 0172/7746630
Paul.Renger@gmx.de

[SPORTARZT]
Dr. Gerd Haas
M 0162/13421113

Dr. Wolfgang Stosiek

VCR Schiedskommission

Karl-Günther Wilfurth

Ludwig Artinger

Christof Hubmann

VCR Kassenprüfer

Jürgen Budig

Thomas Dengler

[EINTRITTE] 2017

Auer Gerhard	19.06.2017	**Hünn Harald**	01.03.2017	**Röhrl Birgit**	01.01.2017
Beck Karl	11.07.2017	**Ismail Ali**	28.06.2017	**Röhrl Lea**	01.01.2017
Biedermann Curd	03.05.2017	**Jäger Silvia**	10.05.2017	**Röhrl Pia**	01.01.2017
Breitfelder Gabriele	02.02.2017	**Knackfuß Johannes**	16.03.2017	**Rosner Linus**	24.10.2017
Dehen Florian	15.06.2017	**Koller Matthias**	06.04.2017	**Roth Nepomuk**	11.05.2017
Dobner Peter	16.01.2017	**Krätschell Dietrich**	06.06.2017	**Rötzer Andreas**	08.11.2017
Ehbauer Patricia	14.01.2017	**Lerch Carlotta**	23.08.2017	**Schneider Ralf**	14.01.2017
Fiegl Marcus	08.11.2017	**Lerch Juliane**	23.08.2017	**Schock Christian**	22.03.2017
Fröhlich Heiko	13.06.2017	**Lerch Richard**	23.08.2017	**Schreiber Jörg**	25.03.2017
Gärtner Julius	28.09.2017	**Mattioni Michael**	10.03.2017	**Speer Chiara**	01.10.2017
Geisenberger Fabian	25.06.2017	**Misslbeck Rainer**	10.01.2017	**Speer Hannah**	01.10.2017
Glameyer Johannes	09.02.2017	**Müller Siegfried**	10.01.2017	**Dr. med Speer Jörg**	01.10.2017
Glauert Sonja	10.02.2017	**Ohland Erika**	05.09.2017	**Speer Nevenka**	01.10.2017
Götzenberger Tobias	31.08.2017	**Orth Uwe**	10.02.2017	**Vahldiek Nina**	14.11.2017
Graf Carina	19.01.2017	**Parchomenko Sebastian**	21.01.2017	**Weinberger Tanja**	01.04.2017
Grossberger Ales	23.09.2017	**Pfeilschifter Franz**	10.03.2017	**Wilfurth Benedikt**	28.09.2017
Hammerl Christina	13.09.2017	**Preising Konstantin**	21.10.2017	**Winkler Fabian**	22.03.2017
Hofmann Manfred	02.01.2017	**Rehwald-Wilke Heike**	06.11.2017	**Zilker Christine**	16.08.2017
Horn Alexander	10.02.2017	**Richter Fabian**	03.04.2017		

[JUBILÄUMS-EINTRITT]
600. VCR-MITGLIED

BENEDIKT WILFURTH IST NOCH SO KLEIN – ABER SCHON EINER DER GRÖSSTEN BEIM VELOCLUB RATISBONA. ER IST DAS 600. MITGLIED DES VEREINS. DAS TRIKOT IST BENEDIKT WILFURTH NOCH ETWAS ZU GROSS – ABER IN DEN KOMMENDEN JAHREN WIRD DER NEUE ROT-WEISSE WOHL HINEINWACHSEN.

Seit mehreren Jahren gibt es einen imposanten Anstieg der Mitgliederzahlen beim VCR. Der 1984 gegründete Radsportclub startete mit einigen Rennradfahrern. In den 90er Jahren folgten Rennsport, Triathlon und MTB. Von knapp 100 Mitgliedern in den 80er Jahren versechsfachte sich die Mitgliederzahl auf 600.

Der Vater von Benedikt, Matthias Wilfurth, gehörte vor 15 Jahren zusammen mit seinem Bruder Markus zu den größten Radsport-Talenten Deutschlands. Beide waren Mitglieder der deutschen U23-Nationalmannschaft im Straßenradrennsport und bestritten unter anderem mit Radsportlegende Erik Zabel und Jan Ullrich Rennen wie „Paris-Roubaix“; „Rund um den Henniger Turm“ sowie die „Bayern-Rundfahrt“. Der Club stützt mittlerweile mehrere Säulen im Radsport: Die Straßen- und Bahnrennfahrer, die Mountainbiker und die Breitensportler mit der Radtouristik stellen ein umfangreiches Angebot für die Mitglieder dar.

Aushängeschild des Veloclub Ratisbona ist einer der größten deutschen Radmarathons. Seit über drei Jahrzehnten organisiert der Club den Arber Radmarathon, welcher am 29. Juli 2018 zum 34. Mal stattfindet.

Der VCR wird, neben den vielen Radsportlern, durch Barbara Wilfurth als Vorsitzende seit 25 Jahren maßgeblich geprägt und gehört mittlerweile zu den erfolgreichsten Radsportvereinen in Deutschland.

[MITGLIEDER] 2017

Adam Markus
Albrecht Ole
Artinger Ludwig
Aschenbrenner Max
Auburger Robert
Auer Gerhard
Austermann Christa
Bachmeier Michael
Baier Florian
Dr. Baier Peter
Balej Günther
Barsa Hans
Barsa Mira Anna
Barth Reinhard
Bauer Florian
Bauer Johannes
Bauer Heribert
Baumer Bernhard
Baumgartner Regina
Baumgartner Peter
Baumgartner-Steck Philomena
Beattie-Budig Nicole
Beck Karl
Dr. Beck Martin
Becker Matthias
Becker Katrin
Becker Erik
Becker Paulina
Beier Daniela
Beier Maximilian
Bender Felix
Dr. Bender Thomas
Bender Ulrike
Bender Clemens
Beringer Christian
Bernt Guido
Biedermann Curd
Biersack Markus
Dr. Blank Michael
Blazejewski Barbara
Blazejewski Harald
Blazejewski Helena
Blazejewski Veronika
Blümel Albert
Böhm Toni
Boneder Lennart
Boneder Timon
Boneder Peter
Brand Christopher
Brandl Wolfgang
Brandl Johann
Brandlmeier Stefan
Braun Daniel
Breitfelder Gabriele
Dr. Breyer Albert
Bruckner Andreas
Bruckner Dietmar
Bruckner Elisabeth
Brunner Heinrich
Brunner Thomas
Buchbinder Evi
Buchbinder Rupert
Buda Ioana - Mariana
Budig Jürgen
Dr. Dr. Burger Rainer
Burghardt Michaela
Burghardt Adrian
Burghardt Antonius
Burghardt Walter
Conrad Herbert
Dr. Coppeneur-Krieger Cornelia
Dausch Tobias
Dechant Thomas
Dehen Florian
Dengler Thomas
Dinkel Klaus
Dinkel Annemarie
Dirlmeier Jürgen
Dittrich Wolfgang
Dobner Peter
Dörges Rosemarie
Dr. Dörges Joachim
Döringer Werner
Dorschner Klaus
Dotter Adele
Dotter Caroline
Dotter Johannes
Dotter Max
Dotter Ulrich
Dr. Draeger Georg
Eberwein Manfred
Ebner Charlotte
Ebner Alfons
Eckhardt Peter Paul
Eckstein Sebastian
Eglmeier Ludwig
Ehbauer Patricia
Dr. Ehrnsperger Franz
Eibl Ludwig
Eibl Katrin
Eichenseer Laura
Eichenseer Benedikt
Eichenseer Johann
Eichenseer Erich
Eichenseer Doris
Eichenseer Eva
Eichenseer Lena
Eichenseer Philipp
Eichenseer Laura
Eismann Georg
Elleke Caroline
Engl Gernot
Engl Joachim
Eschenwecker Christoph
Eschenwecker Christine
Eschenwecker Anton sen.
Eschenwecker Anton Michael
Eschenwecker Edwin
Eschenwecker Sylvia
Esser Dominique

Esser Rolf
Esser Julian
Esser Moritz
Esser Felix
Esser Peter
Esser Elfi
Fichtl Irmgard
Fichtl Manfred
Fiedler Nicole
Fiedler Wolfgang
Fiedler Mathias
Fiegl Marcus
Förster Peter
Frankl Herbert
Freimuth Stefanie
Dipl. Ing. Fröhlich Heiko
Frohn Florian
Frohn Dagmar
Frohn Horst
Fromm Hubert
Fromm Severin
Fromm Catrin
Fromm Tabea
Fuchs Sonja
Prof. Dr. Füchtmeier Bernd
Funke Tobias
Dr. Fürst Alois
Gabler Elisabeth
Gammel Katharina
Gammel Michael
Gammel Gudrun
Gammel Mike Simon
Gärtner Julius
Gebert Andreas
Geissenberger Fabian
Gierstorfer Lena
Gierstorfer Thomas
Gierstorfer Annette
Gierstorfer Artur
Giessibl Severin
Gießmann Rainer
Gießmann Christel
Gilbert Stefan
Glameyer Johannes
Glauert Sonja
Gorges Martin
Gorges Juna
Gorges Cassian
Gorges Karoline
Goß Franziska
Goß Christine
Goß Hermann
Goß Maximilian
Gottl Karin
Götzenberger Tobias
Graf Carina
Dr. Grassmann Andreas
Gref Leonhard
Greil Andreas
Groenewold Heinz
Groß Hubert
Grossberger Ales
Größl Karl Heinz
Gruber Kerstin
Gschoßmann Isabella
Dr. Gschoßmann Bernhard
Gschoßmann Maria das Dó`res
Gschoßmann Philipp
Gschoßmann Patricia
Dr. Haas Gerd
Haas Niko
Haas Jakob
Haas Sabine
Haas Miriam
Haering Hannes
Haering Johann
Hamberger Maximilian
Hammerl Christina
Hanshans-Eichenseer Cornelia
Harlass-Neuking Florian
Dr. Hartl Marco
Hartl Wolfgang
Dr. Härtl Hans
Hasslinger Andreas
Haubensak Maximilian
Haubensak Theresa
Haubensak Alexander
Haubensak Antonia
Haubensak Christina
Haubensak Victoria
Hecker Werner
Heckner Markus
Heimerl Hans-Peter
Dr. Heiss Anton
Heiss Michaela
Heiss Patricia
Heiss Victoria
Herden Benjamin
Herlinger Kathrin
Herlinger Conny
Herlinger Siegfried
Herrmann Sebastian
Heselberger Thomas
Heselberger Martina
Heselberger Jonas
Heselberger Fabian
Hien Marina
Dr. Hieronymus Julian
Hillinger Hans-Peter
Hillinger Andreas
Höcherl Herbert
Hofmann Manfred
Hofmann Peter
Hofmann Cora sen
Hoibl Karl
Hopf Jürgen
Horn Herbert
Horn Alexander
Huber Rolf
Huber Klaus
Hubmann Christof
Hubmann Leonhard
Hubmann Magdalena
Hubmann Konstantin
Hubmann Astrid
Hünn Harald
Ismail Ali
Jäger Silvia
Jentzsch Uwe
Jentzsch Leon
Jentzsch Antonio
Jentzsch Bruno
Jobst Liselotte
Jobst Daniel
Jobst David
Jobst Dominik
Jobst Karl
Jörgl Carmen
Junghanns Ralph
Kamm Michael
Karl Franz
Karl Manfred
Karmann Thomas
Prof. Dr. Kastenmüller Andreas
Keiderling Stefan
Kempfer Martin
Prof. Dr. Kerkhoff Eugen
Kiener Michael
Kleindorfer Werner
Knackfuss Ronny
Knackfuß Johannes
Kneidl Wolfgang
Köbler Florian
Koch Peter
Koch Roswitha
Kocur Andreas
Köhler Matthias
Kohlmeier Erika
Kohlmeier Alfons
Koller Matthias
Koller Alexander
Krätschell Dietrich
Kraus Stefan
Kreis Maria
Dr. Kreis Florian
Kreis Ludwig
Kreis Sophie
Krieger Albert
Krieger Florian
Krieger Maximilian
Krieger Katharina
Krieger Sebastian
Krügel Samuel
Krüger Olaf
Kubinger Markus
Kudala Lucas
Kuhne Lars
Kuhne Imke
Kürzl Peter
Lamminger Rupert
Landgraf-Sattler Eva
Lauberger Bernd
Lederer Ernst
Lehner Markus
Leipold Lars
Leipold Hans-Jürgen
Lennert Ulrich
Lerch Richard
Lerch Carlotta
Lerch Juliane
Dr. Lermann Barbara
Leuchtenberger Annalena
Leuchtenberger Katrin
Liebl Volker
Dr. Dr. Lienhard Stefan
Lienhard Ludwig
Dr. Lorenz Veronika
Lüttich Alexander
Mammay Elisabeth
Mammay Alfred
Mann Ann-Marie
Marzinke Wolfgang
Maschek Ingo
Matt Maximilian
Matt Birgit
Matt Hannelore
Matt Michael
Matt Katharina
Matt Bernhard
Mattioni Michael
Dr. med. Mattis-Nahr Candida
Mauerer Thomas
Mäusl Bastian
Mäusl Maximilian
Mäusl Andrea
Mäusl Michael
Mayer Erich
Dr. Mayer Johannes
Meiler Eva
Meiler Vincent
Meiler Thomas
Meir Ludwig
Meller Horst
Merkl Julia
Merkl Monika
Dr. Merkl Christian
Merkl Patricia
Merz Anne-Kathrin
Meyer Karl
Meyer Tobias
Michalik Marcus
Mickelat Michael
Mirter Roland
Mirter Andreas
Mirter Ingrid
Misslbeck Rainer
Mönius Ulrich
Muche Christopher
Mühlbacher Dagmar
Mühlbacher Peter
Müller Markus
Müller Siegfried
Müller Ferenc
Müller Klaus-Klemens
Müller Peter
Müller Diana
Müller Gabi
Müller Stefan
Dr. Nahr Wolf-Dietrich
Nenning Brigitte
Prof. Dr. Nerlich Michael
Dr. Nettesheim Stefan
Neubauer Johannes
Neugebauer Brigitte
Neugebauer Johanna
Prof. Dr. Neugebauer Rainer
Neugebauer Katrin
Newin Helmuth
Newin Sophia
Newin Clara
Nickl Julian
Niebauer Franz
Nuber Peter
Oberhoff Sabine
Oberhoff Markus
Oberhoff Felix
Oberhoff Marie
Dr. Obermüller Albrecht
Ohland Erika
Orth Uwe
Ott Sonja
Otto Gerd
Parchomenko Sebastian
Park Jong Il
Paulmann Bernd
Payer Elisabeth
Payer Albert
Pecherski Andrzej
Pensl Paul
Peter Thomas
Dr. Peterhans Oswald
Pfaff Johannes
Pfeifer-Rauscher Gabriele
Pfeilschifter Franz
Polauke Horst
Preising Konstantin
Prell Anke
Rauch David
Prof. Dr. Rauscher Karlheinz
Reiser Jürgen
Reiser Lena
Reiser Doris
Reisser Andreas
Reisser Christoph
Reiter Ludwig
Renger Paul
Repp-Polauke Gabriele
Dr. Reuthlinger Klaus
Reuthlinger Hannelore
Richter Fabian

[MITGLIEDER] 2017

Riederer Martin
Ritter Christiane
Robold Franz
Röhrl Lea
Röhrl Pia
Röhrl Gabi
Röhrl Birgit
Röhrl Walter
Röhrl Anton
Röhrl Andreas
Röhrl Armin
Röhrl Monika
Rösler Axel
Rosner Linus
Roth Nepomuk
Dipl. Ing. Rötzer Andreas
Rübling Klaus
Dr. Sachau Manfred
Sangiovanni Massimo
Sasso in Voss Maria Rita
Sattler Ulrich
Schafbauer Josef
Schäfer Klaus
Schäfer Harald
Schaidinger Edelgard
Schaidinger Hans
Scheibe Marco
Schels Maria Luise
Schels Johann
Dr. Scheugenpflug Hermann
Schlegl Christian
Schmaderer Werner
Schmaderer Annelies
Schmeilzl Michael
Schmid Heike
Schmid Jürgen
Schmitt Bernhard
Schmuck Louisa
Schmuck Fabian
Schmuck Armin
Schmuck Gabriele
Schneider Georg
Schneider Ralf
Schneider Philipp
Schock Christian
Schöls Georg P.
Schopper Veit
Schreiber Jörg
Dr. Schulze Beate
Schürger Werner
Schürger Heidelore
Schüßler Tobias
Schuster Manfred
Schwögler Helmut
Seidl Petra
Seidl Ferdinand
Seidl Christian
Seidl Ann-Sophie
Setecak Stephen
Setescak Chistoph
Setescak Regina
Setescak Alexander
Singpiel Wolf-Dieter
Dr. Sommer Johann
Sonnleitner Jonas
Dr. Med. Speer Joerg
Speer Hannah
Speer Nevenka
Speer Chiara
Stadler Helmut
Stahl Sabine
Stahl Stefan
Stahl Werner
Stangl Margit
Stangl Alfred
Stark Michael
Stark Philipp
Stark Susi
Steck Gerhard
Steinhauser Karl
Steinhauser Notburga
Stocker Jonas
Stosiek Alexandra
Dr. Stosiek Wolfgang
Stosiek Maximilian
Stösser Ernst
Streit Franz-Josef
Strobel Julius
Süß Brigitte
Süß Hans
Taffner Simon
Thoma Lorenz
Thompson Nigel
Thumann Michael
Trepnau Peter
Ubben Antje
Uhe Sebastian
Unzner Veronika
Unzner Barbara
Unzner Maria
Unzner Christian
Urban Marc
Prof. Dr. med. Ußmüller Jürgen
Vanneste Xavier
Vogl Claudio
Völkl Petra
Völkl Wolfgang
Dr. Voss Andreas
Voss Jörg
Voss Michaela
Voss Stefan
Wachter Patrick
Waffler Stephan
Waffler Julian
Dr. Waffler Bernd
Waffler Nicolas
Wagmüller Emmi
Wagmüller Toni
Wagmüller Werner
Wagner Maria
Wagner Karl Gerhard
Wagner Bernhard
Wagner Alexander
Walch Thomas
Prof. Dr. Walter Tonio
Wälzlein Jan
Wanninger Ludwig
Wasylkowski Carmen
Weber Marcel
Weber Matthias
Weck Robert
Weinberger Tanja
Wendl Andreas
Dr. Wenning Ulrich
Wenning Dorothee
Wensauer Christian
Wenz Markus
Wenz Louis

Operationen: u.a.

- Arthroskopie (Gelenkspiegelung) des Schulter-und Ellbogengelenkes (z.B. Kalkschulter...)
- Rekonstruktion der Rotatorenmanschette
- Subacromiale Dekompression bei Engpasssyndrom
- Bandersatzplastik bei Ellbogeninstabilitäten
- Tennis-/ Golferellenbogen
- Frakturversorgung

Konservative Therapie:

- ERNÄHRUNGSBERATUNG/ PRÄVENTION
- K-Taping
- Fokussierte Stoßwellentherapie
- Lasertherapie
- Gezielte Injektionstherapie (Hyaluronsäure, PRP, Homöopathika)
- Arbeits- und Schulunfälle (D-Arzt)

Dr. med. Jörg Speer

«NEUE KOMPETENZ RUND UM SCHULTER, ELLBOGEN UND SPORTVERLETZUNGEN IM OTC | REGENSBURG »

OTC | ORTHOPÄDIE TRAUMATOLOGIE CENTRUM REGENSBURG

Terminvereinbarung:
Tel. +49 941 785395-0
Email: info@otc-regensburg.de
Internet: www.otc-regensburg.de

Wick Michael
Wiesinger Tina
Wiesinger Franz
Wiesner Elisabeth
Wilden Bert
Wilfurth Barbara
Wilfurth Karl-Günther
Wilfurth Benedikt
Wilfurth Markus
Wilfurth Matthias
Wilfurth Michael
Dr. Wilfurth Silvia
Wilfurth Ferdinand
Wilfurth Elisa Rosa
Wilfurth Emily
Wilfurth Theresa Maria
Wilfurth Sophia
Wilfurth Heike
Wilfurth Meret
Wingenfeld Alwine
Wingenfeld Michael
Winkler Fabian
Winkler Michaela
Prof. Dr. Dr. Wirsching Rainer Paul
Dr. Wittig Hans-Dieter
Wittl Simone
Wittmann Hans
Wittmann Jürgen
Wolbergs Joachim
Wolff Kirsten
Wolff Hartmut
Wolfrum Erich
Zeitler Petra
Zeitler Theresa
Zeitler Franziska
Zeitler Leopold
Zerbe Gerhard
Zetzl Dominik
Ziegaus Ralph
Zilker Christine
Zuber Herbert
Zuber Hannelore
Zunker Matthias
Zweidorff Christian von

Karosserie
Starzinger GmbH
Ditthornstraße 3
93055 Regensburg
Telefon
(09 41) 4 66 27 0
Telefax
(09 41) 4 66 27 27

Eurogarant- Fachbetrieb

Unfallinstandsetzung
Lackiererei
Kühler
Fahrzeug-Innenausbau

KAROSSERIE
STARZINGER

GRUPOTEL
HOTELS & RESORTS

Benvingut

Grupotel Hotels & Resorts bieten Ihnen 35 Hotels in den schönsten Ecken Mallorcas, Menorcas, Ibizas und Barcelonas.

Entdecken Sie das authentische Flair der Balearen. Das gesamte Team von Grupotel ist für Sie da, damit Sie unvergessliche Tage erleben.

Benvingut – Herzlich willkommen im Urlaubsparadies.

www.grupotel.com

(34) 971 708 240 |

JUBILARE

[10 Jahre]

Sabine Haas	01.01.2007
Miriam Haas	01.01.2007
Jakob Haas	01.01.2007
Niko Haas	01.01.2007
Dr. Gerd Haas	01.01.2007
Margit Stangl	02.01.2007
Dr. Bernd Waffler	14.02.2007
Dr. Franz Ehrnsperger	14.02.2007
Petra Seidl	19.03.2007
Ann-Sophie Seidl	19.03.2007
Christian Seidl	19.03.2007
Wolfgang Fiedler	01.04.2007
Peter Paul Eckhardt	02.04.2007
Simon Taffner	27.04.2007
Dr. Alois Fürst	03.07.2007
Prof. Dr. Michael Nerlich	22.07.2007
Caroline Elleke	22.07.2007
Magdalena Hubmann	13.09.2007

[15 Jahre]

Dr. Bernhard Gschoßmann	01.01.2002
Maria das Dó`res Gschoßmann	01.01.2002
Philipp Gschoßmann	01.01.2002
Isabella Gschoßmann	01.01.2002
Patricia Gschoßmann	01.01.2002
Katrin Eibl	01.01.2002
Georg Eismann	01.01.2002
Dr. Florian Kreis	01.01.2002
Veronika Unzner	01.05.2002
Barbara Unzner	01.05.2002
Maria Unzner	01.05.2002
Sebastian Herrmann	01.05.2002
Artur Gierstorfer	01.06.2002
Annette Gierstorfer	01.06.2002
Thomas Gierstorfer	01.06.2002
Lena Gierstorfer	01.06.2002
Claudio Vogl	19.06.2002
Erich Eichenseer	20.07.2002
Erik Becker	01.08.2002
Katrin Becker	01.08.2002
Hans Barsa	08.09.2002
Heinz Groenewold	16.09.2002
Daniel Braun	01.12.2002
Andreas Gebert	01.12.2002

[20 Jahre]

Regina Baumgartner	01.01.1997
Peter Koch	22.01.1997
Kerstin Gruber	24.09.1997
Imgard Fichtl	29.09.1997
Manfred Fichtl	29.09.1997

[25 Jahre]

Herbert Conrad	01.01.1992
Jörg Voss	20.01.1992
Barbara Blazejewski	01.07.1992
Robert Weck	01.08.1992
Heidelore Schürger	10.10.1992
Dr. johannes Mayer	01.11.1992

[30 Jahre]

Caroline Dotter	01.01.1987
Dr. Thomas Bender	01.01.1987
Roland Mirter	01.02.1987
Horst Polauke	01.09.1987

AUTHENTISCH. ZEITLOS. EINZIGARTIG.

Atemberaubendes Ambiente
mit Loungebereich im Freien

Außergewöhnliche österreichische Gastlichkeit
auf höchstem Niveau

Österreichs beste Weine

Täglich kulinarische Highlights

Für Reservierungen zum Candle-Light-Dinner:
Tel. 065 41/63 39

Familie Kröll
www.wieseralm.at · Reiterkogel-Mittelstation

THE ALL NEW XANT

MADE IN GERMANY

ked.helmsysteme

KED GERMANY

Schwögler

RESTAURANT + CATERING

Individualität ist unsere Stärke!

Best ausgezeichnetes Restaurant im Landkreis!

GAULT-MILLAU BIB GOURMAND

CATERING FÜR EVENTS
ALLER ART VON »ZART BIS HART«

HOCHZEITEN | GEBURTSTAGE | FIRMENFEIERN | JUBILÄEN

SPEISEN GETRÄNKE SERVICE EQUIPMENT BERATUNG

Öffnungszeiten: Montag Ruhetag
Dienstag - Samstag 09.00 - 24.00 Uhr
Sonntag 09.00 - 14.00 Uhr
oder nach Vereinbarung

Stinkelbrunnstraße 18 · 93077 Bad Abbach
Tel. 09405 / 962300 · Fax 09405 / 962301
e-Mail: info@schwoegler.de
www.schwoegler.de

[SEI DABEI!]

Wir hoffen du hast am diesjährigen Velo-magazin Gefallen gefunden.

Möchtest auch du an erlebnisreichen Touren teilnehmen?

Der Veloclub Ratisbona zeichnet sich aus, durch ein vielfältiges Angebot für jedes Alter.

Dabei steht die gemeinschaftliche Freude am Radfahren im Vordergrund.

Mitgliedsbeitrag nur 48 €.

AUFNAHMEANTRAG

Name:

Vorname:

Titel:

Geburtstag: Beruf:

Straße:

PLZ, Ort:

Tel. (privat):

Tel. (dienstlich):

Handy:

E-Mail-Adresse:

Ort, Datum

Unterschrift
(bei Minderjährigen Unterschrift des Erziehungsberechtigten)

MITGLIEDSBEITRÄGE

	einmalig bei Aufnahme	jährlich
Einfacher Mitglieds-Beitrag	€ 10,00	€ 48,00
Familien-Mitglieds-Beitrag	€ 20,00	€ 72,00

FAMILIENBEITRÄGE

Name, Vorname, Geburtsdatum

Name, Vorname, Geburtsdatum

Name, Vorname, Geburtsdatum

Name, Vorname, Geburtsdatum

KOMBIMANDAT BESTEHEND AUS EINZUGSERMÄCHTIGUNG UND SEPA-BASISLASTSCHRIFT-MANDAT FÜR WIEDERKEHRENDE ZAHLUNGEN

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE68ZZZ00000329612 Mandatsreferenz: Ihre Mitgliedsnummer

SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Ich ermächtige den Veloclub Ratisbona e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Veloclub Ratisbona 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 (Kto.-Inh.):

Straße, HsNr.:

PLZ, Ort:

Kreditinstitut (Name)

BIC:

IBAN: D E

Ort, Datum und Unterschrift

KOMBIMANDAT BESTEHEND AUS EINZUGSERMÄCHTIGUNG UND SEPA-BASISLASTSCHRIFT-MANDAT FÜR WIEDERKEHRENDE ZAHLUNGEN

(KONTOINHABER/IN IST NICHT DAS VEREINSMITGLIED Z.B. ELTERNTEIL)

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE68ZZZ00000329612 Mandatsreferenz: Ihre Mitgliedsnummer

SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Ich ermächtige den Veloclub Ratisbona e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Veloclub Ratisbona 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 (Kto.-Inh.):

Straße, HsNr.:

PLZ, Ort:

Kreditinstitut (Name)

BIC:

IBAN: D E

Ort, Datum und Unterschrift

Dieses SEPA-Lastschriftmandat gilt für die Mitgliedschaft von:

Ort, Datum und Unterschrift

Wir versorgen die Region.
Mit Zukunft. Mit Sicherheit. Mit Energie.

Seit über 40 Jahren versorgen wir Regensburg und die Region mit Strom, Erdgas, Wärme und Trinkwasser. Mit nachhaltigen Energiekonzepten – ausgerichtet auf erneuerbare Energien – gewährleisten wir jetzt und in Zukunft eine zuverlässige und sichere Versorgung.
www.rewag.de

Immer für Sie nah!
REWAG

Foto: Rieger

20. World Games of Mountainbiking 06. - 09.09.2018

4 Disziplinen, Live-Acts und jede Menge

Pasta- und Jubiläumsparty

WORLD GAMES OF MOUNTAIN BIKING saalbach

UNSCHLAGBAR: DIE JOKER CARD

- Uneingeschränkte Benützung der geöffneten Seilbahnanlagen in Saalbach Hinterglemm mit Zugang zu Pro & Blue Line Reiterkogel, X-Line Schattberg, Milka-Line Kohlmais und Z-Line am Zwölferkogel
- Täglich 1 Fahrt mit der Asitzbahn in Leogang mit Zugang zum Bikepark Leogang
- Freier Eintritt zum Erlebnisbad Käpt'n Hook
- Zahlreiche lässige Erlebnisse bei weiteren Inklusiv- und Bonuspartnern

saalbach

JOKER CARD

WILLKOMMEN IM SKICIRCUS

SAALBACH HINTERGLEMM LEOGANG FIEBERBRUNN

WILLKOMMEN IM HOME OF LÄSSIG!

Für alle Wintersport-Fans bietet der Skicircus maximalen Schneespaß: 270 Abfahrtskilometer teilen sich auf 140 km blaue Pisten für Anfänger, 112 km rote Abfahrten für Fortgeschrittene und 18 km schwarze Strecken für Könner. Mit 70 Liftanlagen, mehr als 60 gemütlichen Skihütten, zahlreichen Snowparks, Freeride Parks, Flutlichtpisten und Rodelbahnen wird die Region zu einem der abwechslungsreichsten Skigebiete Österreichs.

Von sanften Hängen über weite Carvingpisten bis hin zur schwarzen WM-Abfahrt, von top-geshapten Snowparks über unberührte Variantenabfahrten bis zur Buckelpiste. Speziell die Weitläufigkeit und die bestens präparierten, breiten Pisten bieten für jeden Wintersportler ein ideales Terrain.

Freeriden im Skicircus heißt mehr als eine Spur in den frischen Schnee zu ziehen. In mehreren Natural Freeride Parks, auf zahlreichen Skirouten mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden, in diverse Check Rooms, einer Freeride Lounge und einem Freeride Lehrpfad werden Powder-Fans fündig.

Familien erwartet im Skicircus Saalbach Hinterglemm Leogang Fieberbrunn ein wahres Urlaubsparadies. In vielen Skischulen können auf speziell abgegrenzten Übungswiesen bereits die Kleinsten ihre ersten Schwünge üben. Aber auch abseits der Pisten finden Familien und aktive Winterurlauber beim Rodeln, Pferdeschlitten- oder Pistenbullyfahren und vielem mehr abwechslungsreiche Erlebnisse in der atemberaubenden Winterlandschaft.

TERMINE 2017/18

WANN	WAS	WO
08. – 10.12.2017	BERGFESTival Opening	Saalbach Hinterglemm
14. – 17.12.2017	Rave on Snow	Saalbach Hinterglemm
12.01.2018	Mountain Attack – Tourenski-Marathon	Saalbach Hinterglemm
20. – 21.01.2018	THULE Freeride Testival	Saalbach Hinterglemm
26.01.2018	White Style	Leogang
09. – 15.03.2018	Freeride World Tour	Fieberbrunn
16.03. – 01.04.2018	White Pearl Mountain Days	Saalbach Hinterglemm Leogang Fieberbrunn

[IMPRESSUM]

Herausgeber: Veloclub Ratisbona e.V.
Ziegetsdorfer Str. 46a
93051 Regensburg
Tel. 09 41 / 5 49 82
Fax 09 41 / 56 70 31
www.veloclub-ratisbona.de
info@veloclub-ratisbona.de

Redaktion: Albert Blümel

Anzeigen: Barbara Wilfurth, Alexander Koller

Layout & Druck: Bauer & Frischluft Werbung GmbH
Gutenbergstraße 3, 84069 Schierling
www.bauer-frischluft-werbung.de
Christina Vogl (Layout)

Ansprechpartner: Christina Vogl, Tel. 09451/943024
cv@bauer-frischluft-werbung.de

Auflage: 3.000 Stück

Nächste Ausgabe:
Die nächste Ausgabe erscheint im Dezember 2018

WIR BEDANKEN UNS BEI ALLEN INSERENTEN FÜR DIE UNTERSTÜTZUNG.

BITTE BERÜCKSICHTIGEN SIE BEI IHREN EINKÄUFEN DIESE FIRMEN.

Der Erfolg unserer Modelle sichert Tausende Arbeitsplätze in der Region Oberpfalz. Zudem engagieren wir uns für das Theater Regensburg und für viele weitere Partner in Kultur, Sport, Bildung, Umwelt und Soziales. Mehr zum Standort unter **www.bmw-werk-regensburg.de**

BMW GROUP THE NEXT 100 YEARS
Werk Regensburg

stadler

Deutschlands größtes Zweirad-Center

cervélo
VROOMEN.WHITE.DESIGN

Premium-Rennräder der Topklasse

! Wirklich 1107.- günstiger kein Druckfehler

Cervélo Modell R-2

- Universalgenie mit feinstem Carbonrahmen
- besonders fahrstabil, lenkpräzise und mit besten Dämpfungseigenschaften
- legendäre Verarbeitungsqualität und Kundenzufriedenheit
- stark am Berg, laufruhig in der Abfahrt und ausdauernd beim Marathon
- Highend-Rahmen kombiniert mit zuverlässiger 22 Gang Shimano 105 Schaltgruppe ergibt ein Preis-Leistungs-Paket erster Güte
- das perfekte Rad für Einsteiger, zum Training, als Zweitrad, Geschenk oder Basis zum späteren Upgrade
- hohe Wertstabilität

~~2599.-~~ *

1492.-

1107.- € günstiger

REGENSBURG
Zweirad-Center Stadler GmbH

Kirchmeierstraße 22, 93051 Regensburg
0941 3788-149 Mo-Sa.: 10:00-20:00 Uhr

2x in Berlin • Bremen • Hannover • Mülheim-Kärlich • Leipzig/Halle • Frankfurt • Mannheim
Nürnberg • Fürth • Regensburg • Straubing • Hammerau • München • Chemnitz • Essen

Irrtümer, Druckfehler, Preisänderungen und Liefermöglichkeiten vorbehalten. Teilweise keine Originalabbildungen. Angebote nur solange der Vorrat reicht. * Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers
** Ehemalige unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers *** Bisheriger Verkaufspreis.