

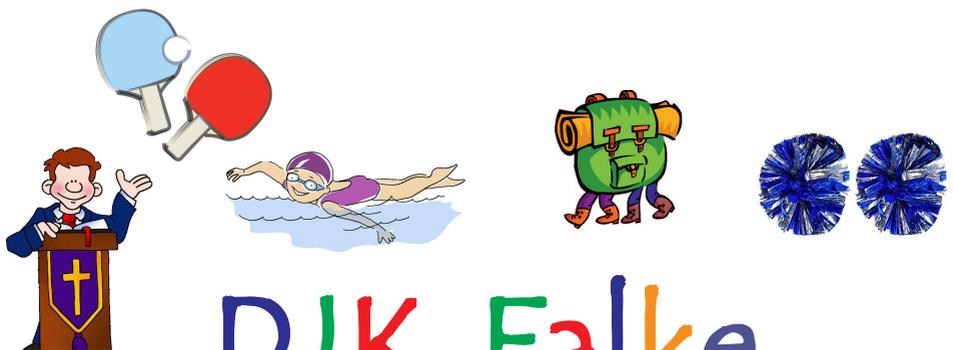


[www.djk-falke.de](http://www.djk-falke.de)

Nr. 240

# Vereinsnachrichten DJK Falke Nürnberg e.V.

*Oktober - November - Dezember 2018*



## DJK Falke



## ist bunt





# Glückwünsche zum Geburtstag

Geburtstage Oktober - Dezember

## 60 Jahre

Yusif Bayramov  
Georg Schneider  
Lothar Trappe

## 70 Jahre

Manfred Reitinger

## 80 Jahre

Rosi Eberl

## 85 Jahre

Marga Schlehlein  
Käthe Lutz



## Termine

Fr., 16.11.2018	19:00 Uhr	Infoveranstaltung zum 100jährigen Vereinsjubiläum 2022 im Vereinsheim
Mi., ??*.11.2018		Gedenkgottesdienst für verstorbene Mitglieder in St. Kunigund *Der Termin steht noch nicht endgültig fest, wird aber rechtzeitig unter <a href="http://www.djk-falke.de">www.djk-falke.de</a> bekannt gegeben.
Sa., 01.12.2018		Weihnachtsmarkt im Zeltnerschloss
So., 02.12.2018		Weihnachtsmarkt im Zeltnerschloss
Sa., 05.02.2022		DJK Falke wird 100

# DJK FALKE NÜRNBERG E.V.

Mitglied des BLSV und des Hauptverbandes der Deutschen Jugendkraft Düsseldorf e.V.

Sportplatz und Vereinshaus:

Sudetendeutsche Str. 60, 90480 Nürnberg,

Telefon 40 97 846 , Fax 40 87 07 01

Internet: <http://www.djk-falke.de>, E-Mail: [info@djk-falke.de](mailto:info@djk-falke.de)

Bürozeiten: Donnerstag 18 – 20 Uhr

Bankverbindung: Liga Bank Regensburg (BLZ 750 903 00) Konto-Nr. 105 121 086

IBAN: DE04 7509 0300 0105 1210 86, BIC: GENODEF1M05

Monatliche Beitragssätze: (seit 1.1.2017)	Erwachsene	15,- EUR
	Kinder bis 14 Jahre	8,50 EUR
	Jugendliche von 14 bis 18 Jahre	9,- EUR
	Rentner, Passive, Azubis, Schüler, Studenten, Wehrdienst- und FSJ-Leistende über 18 Jahre	9,- EUR
	Familienbeitrag ab 2 Personen	23,- EUR
	Bei Eintritt wird eine Verwaltungsgebühr von 5,- EUR erhoben.	

Bei Kündigung der Mitgliedschaft muss der Beitrag bis zum Jahresende bezahlt werden.

---

---

## Abteilungen und Ansprechpartner

**Cheerleading:** Verena Adami, ☎ 0179 / 608 94 66, [Cheerleading@djk-falke.de](mailto:Cheerleading@djk-falke.de)

**Fußball:** Daniel Hager, ☎ 0175 / 596 66 91, [Fussball@djk-falke.de](mailto:Fussball@djk-falke.de)

**Gymnastik:** Rotraut Kraft, Ehemannstraße 9, 90459 Nürnberg, ☎ 47 18 26

**Handball:** Petra Kokl, Hannbergerstr. 6a, 91093 Hessdorf  
☎ 09 135 / 16 17, [Handball@djk-falke.de](mailto:Handball@djk-falke.de)

**Kinderturnen:** Jutta Lutz, Eisensteiner Str. 46, 90480 Nürnberg,  
☎ 49 28 64, 0176 - 618 46 305

**Nordic Walking:** Christine Seitz, Beim Grönacker 43, 90480 Nürnberg, ☎ 40 16 75

**Schwimmen:** Rosi Freiberger, Neuweiherstr. 12, 90480 Nürnberg, ☎ 40 15 18

**Ski:** Hans Freiberger, Neuweiherstr. 12, 90480 Nürnberg, ☎ 40 15 18, [Ski@djk-falke.de](mailto:Ski@djk-falke.de)

**Tischtennis:** Martin Plobner, Walter-Meckauer-Str. 11, 90478 Nürnberg,  
☎ 0174/ 32 36 253, [Tischtennis@djk-falke.de](mailto:Tischtennis@djk-falke.de)

**Volleyball:** Petra Reiser, ☎ 40 32 86

**Wirbelsäulengymnastik:** Rosi Lehner, Egerer Str. 27, 90480 Nürnberg, ☎ 40 34 83

Liebe Mitglieder,

die letzte Ausgabe der Vereinsnachrichten bedeutet immer, Bilanz zu ziehen. Wir blicken zufrieden auf ein doch alles in allem unspektakuläres, aber erfolgreiches Vereinsjahr zurück. Viele Dinge, die wir uns vorgenommen haben, wurden geschafft, nun heißt es den Focus auf die Zukunft zu richten.

Finanziell steht der Verein auf soliden Füßen, große Investitionen können zwar nicht angegangen, allerdings das Projekt Neuinstallation der Heizungsanlage realisiert werden. Priorität hat nun als Nächstes im sportlichen Bereich die Errichtung des Kunstrasenplatzes. Der letzte Schritt hierfür sollte mit Spendenbereitschaft und Eigenleistung zu stemmen sein.

Ein besonderes Highlight war zuletzt unser Familiengottesdienst im September am Falkeplatz. Allen, die zum Gelingen beigetragen haben, den Jugendlichen mit ihren Trainern und Eltern, den Fußballern der 1. und 2. Mannschaft und Allen, die dem Gottesdienst einen würdigen Rahmen gegeben haben, ein herzliches Vergelt's Gott. Einhellige Meinung war, dass es sich wohl um den gelungensten Feldgottesdienst seit langem gehandelt hat. Ein besonderer Dank gilt unserem geistlichen Beirat, Pfarrer Georg Schneider, der uns als Sportler mit seiner beeindruckenden Predigt (s. Beitrag) zu Fairness und Anstand ermunterte.

Bei all diesen positiven Eindrücken wird mir nicht bange um die Zukunft unseres wunderbaren Vereins. Ich hoffe, dass wir so auch weiterhin mit Ruhe und Gelassenheit die vor uns liegenden Aufgaben bewältigen.

Für den verbleibenden Rest des Sportjahres 2018 wünsche ich Ihnen / Euch alles Gute, Gesundheit, wie immer viel Freude am Sport und das ein oder andere gute Gespräch in unserer Vereinswirtschaft. Ein Besuch lohnt sich.

Für den Vorstand  
Ihr Michael Reiser

Nach diversen Anfragen von unseren Werbepartnern und auch wegen dem insgesamt frischeren und peppigeren Erscheinungsbild haben wir uns entschieden, die Vereinsnachrichten erstmals komplett in Farbe zu drucken. Nach dem ersten 'Probelauf' wird dann entschieden, ob wir die Farbe beibehalten. Wir wünschen Allen recht viel Spaß beim Lesen und Freude an den farbigen Bildern!

Christian Freiberger  
Pressewart

# Romantischer Weihnachtsmarkt im ZeltnerSchloß



**Samstag 1.12. von 14:00 – 19:00 Uhr**  
**Sonntag 2.12. von 12:00 – 18:00 Uhr**

Besucht den einzigartigen Weihnachtsmarkt mit Organisationen und Vereinen aus dem Stadtteil.

Eine Vielzahl von Musikalischem und Kulinarischem in besonderem Flair lässt einen Besuch zum besonderen Erlebnis werden.

Die Falken bieten auch dieses Jahr wieder die echten Nürnberger Bratwürste vom Holzkohलगrill an.

Wir freuen uns auf euren zahlreichen Besuch  
Das Falke Grill- Dream Team

**P.S. Für den Auf- und Abbau werden noch dringend Helfer gesucht.**  
**Bitte bei Petra melden: Tel: 0171 2048562**



## *Friseursalon*

Blomenhofer

Wohnstift am Tiergarten  
Bingstr. 30  
90480 Nürnberg  
Telefon 09 11/ 40 30 205

Öffnungszeiten: Dienstag- Freitag: 8.00 - 17.00 Uhr  
Samstag: 8.00 - 12.00 Uhr

auch Hausbesuche möglich

Die Vereinsnachrichten von DJK Falke erstmals komplett in Farbe. Was liegt da näher, als ein paar Fakten zum Thema 'Farbe' zusammenzutragen. Hier sind sie in Folge 4 der Serie 'Unnützes Wissen':

1. Elektromagnetische Strahlung existiert mit vielen unterschiedlichen Wellenlängen. Die mit Wellenlängen zwischen 380 und 760 Nanometer erkennt das menschliche Auge als Farbe.
2. Zur Wahrnehmung gibt es im menschlichen Auge dabei verschiedene Rezeptoren: Die Stäbchen zum Erkennen des Hell-/Dunkel-Kontrasts, die Zapfen für die Farbwahrnehmung.
3. S-Zapfen dienen zum Erkennen des blauen Farbbereichs (kurze Wellenlängen).
4. M-Zapfen dienen zum Erkennen des Farbbereichs zwischen blauem und orangem Licht (mittlere Wellenlängen).
5. L-Zapfen dienen zum Erkennen des gelbgrünen bzw. roten Farbbereichs (lange Wellenlängen).
6. Forschungen haben gezeigt, dass die Entwicklung des Farbsehens eng mit einer Verringerung des Geruchssinns zusammenhängt. Je besser das Farbsehen also beispielsweise bei Affen entwickelt ist, desto weniger gut entwickelt ist der Geruchssinn.
7. Für Licht sind die Farben Blau, Rot und Grün als Grundfarben definiert. Alle anderen Farben lassen sich durch Mischen der drei Grundfarben erzeugen.
8. Das Mischen von Lichtfarben geschieht durch die sogenannte additive Farbmischung. Alle drei Grundfarben zusammen ergeben dabei die Farbe weiß.
9. Körperfarben sind Farben eines Körpers, der nicht selbst leuchtet. Als Grundfarben sind hier die Farben Cyan, Gelb und Magenta definiert. Auch Farbpatronen für Tintenstrahldrucker enthalten diese drei Grundfarben.
10. Das Mischen von Körperfarben geschieht durch die subtraktive Farbmischung. Alle drei Grundfarben zusammen ergeben die Farbe schwarz.
11. Viele Insekten, Vögel, Eidechsen, Schildkröten und Fische können auch ultraviolettes Licht mit Wellenlängen kürzer als 400 nm wahrnehmen, das das menschliche Auge nicht sehen kann.

Liebe Leserinnen und Leser, liebe DJKler!

„Fair geht es auch“ hieß das Leitwort beim Falke-Gottesdienst am 16. September. Der Bitte, die Gedanken der Ansprache schriftlich zu fassen, komme ich gerne nach. Bemerkenswert möchte ich freilich, dass es in der Glaubensfeier nicht in erster Linie um ein Thema geht oder gar um Belehrungen, sondern um die gemeinsame Feier: Wir sind froh über Gott, weil Gutes von ihm kommt - und dazu gehört gewiss, dass er Wege zur Fairness zeigt und uns Fairness erleben lässt.



Einen wichtigen Teil der Predigt übernahmen gleich zu Beginn junge Fußballspieler der DJK Falke und einige Väter. Sie hatten sich zwei Spielszenen ausgedacht, wie es zugehen kann auf dem Fußballplatz und am Spielfeldrand. In der ersten Szene ging es einer Mannschaft darum, um jeden Preis der Bessere, der Stärkere und der Sieger zu sein. Das verlangten auch die lautstarken Zurufe ihrer Zuschauer - sinngemäß

besagten sie: Macht die anderen nieder! Dass vom Gegner ein Foulspiel kam, war nur vorgetäuscht, die Bestrafung des anderen wurde zum eigenen Vorteil genutzt. Die zweite Spielszene zeigte das positive Gegenbeispiel. Da die eine Mannschaft nur schwach besetzt war, tauschten einige Spieler die Seite, um von Anfang an ein Gleichgewicht der Kräfte herzustellen. Die Rufe der Zuschauer freuten sich über den Gemeinschaftssinn im Spiel. Und als der Schiedsrichter fälschlicherweise ein Foul vermutete, blieben die Spieler ehrlich und verzichteten auf die ungerechtfertigte Bestrafung der anderen.

Die Idee, auf das Thema Fairness einzugehen, war vor dem Gottesdienst durch einen Zeitungsartikel entstanden. Er hatte geschildert, was in Sportvereinen landauf und landab nicht immer, aber doch oft genug erlebt wird. Selbst Kinder verwenden bereits Kraftausdrücke und legen Rücksichtslosigkeit und Grobheiten an den Tag. Allzu ehrgeizige Eltern vergöttern den eigenen Sohn oder die eigene Tochter und mischen sich vom Spielfeldrand aus ein. Es wird getrickst und getäuscht. Nicht nur im Sport, auch in anderen Bereichen wird über Rohheit geklagt. Feuerwehrleute und Sanitäter werden bei ihren Einsätzen angepöbelt und angegriffen. Im Internet fallen ganze Horden über Einzelpersonen her und versenden ihre Beleidigungen.

Gerade Sportvereine setzen sich dagegen das Ziel, den Heranwachsenden, wie es so schön heißt, eine sportliche Haltung nahezubringen. Auch in der DJK ist es uns ein Anliegen: Wer zu uns kommt, soll sich willkommen fühlen, Achtung erfahren und Freunde finden. Niemand wird gefragt, was er hat oder was er ist. Die gemeinsame Freizeitgestaltung baut Brücken zwischen Jugendlichen verschiedener Herkunft.

Die Schrift nennt es Nächstenliebe. Wo die Güte und die Liebe wohnt, da ist Gott, heißt es in einem Kirchenlied. Ebenso können wir sagen: Wo Fairness wohnt, da leuchtet auf, dass er unter uns ist. Es kommt darauf an, dass wir Gott und seinen guten Weg anerkennen „von ganzem Herzen“ - so heißt es im biblischen Hauptgebot. „Ganz“ bedeutet nicht mit betulicher Überschwänglichkeit oder mit verkrampfter Anstrengung, sondern auf eine Art und Weise, die nicht widersprüchlich oder inkonsequent ist. Also nicht bloß mit einer Fassade, sondern ehrlich und echt. Nicht nur in der Kirche, sondern im ganzen Leben. Nicht nur im politischen Engagement, sondern auch in den persönlichen Begegnungen.



Zwei Anregungen kann ich hinzufügen. Die eine hat mit eigenen Erfahrungen zu tun. In den Gesprächen lasse ich manchmal durchblicken, dass ich nie eine große Sportskanone gewesen bin. Das ändert sich auch nicht durch das Amt des Geistlichen Beirats im Sportverein. Zu meiner Schulzeit habe ich natürlich den Sportunterricht besucht. Der sah so oft aus, dass Fußball gespielt wurde. Das war für den Lehrer am bequemsten. Dann musste er den Unterricht nicht vorbereiten und hatte auch während der Stunde wenig zu tun. Mir ging es meistens so:

**Loma-Sport**

**Es ist unser Job...**

....

**ALLES**

**SPORT RUND UM DEN TEAM**

**LOMA SPORT GMBH**  
Moritzbergstraße 40  
90482 Nürnberg  
Tel. 09 11 / 50 30 22  
Fax 09 11 / 5 04 85 22

**Auch für Werbepartner bedrucken wir T-Shirts, Sweat-Shirts etc., nach Ihrer Vorlage oder wir erstellen ein Logo nach Ihren Wünschen.**

**Besonders günstige Angebote und Auslauf-Ware haben wir immer auf Lager----- Ein unverbindlicher Anruf rentiert sich.....**

**LOMA SPORT GMBH**  
Friedrich-Ebert-Straße 2  
91781 Weissenburg  
Tel. 0 91 41 / 7 19 90  
Fax 0 91 41 / 9 27 58

Bis ich beim Ball war, war der Ball schon ganz woanders. Eine Zeitlang hieß es bei den Mitspielern: Was machst du denn, lauf doch richtig. Doch bald war klar, dass ich beim Spiel nicht einbezogen werden musste. Ich befand mich auf dem Spielfeld als Hindernis, das von der anderen Mannschaft leicht zu umrunden war. Zu Beginn der Stunde sah die Wahl der Mannschaften meistens so aus, dass zwei Spieler bestimmt wurden, die abwechselnd einen Mitschüler aufrufen und auf die eigene Seite dazu holen durften, bis alle eingeteilt waren. Es war für jeden sichtbar: Wer zuerst gewählt wurde, gehörte zu den Besten. Ich war immer einer der letzten. Das hieß, ohne dass es laut gesagt werden musste: Beim Fußball - einer wichtigen Freizeitbeschäftigung - können wir dich eigentlich nicht brauchen. Ich will die Schuld nicht bloß den anderen geben, aber im Nachhinein fällt es mir auf: Es kam niemand auf die Idee, daran zu arbeiten oder etwas daran zu ändern. Auch den Lehrer störte es nicht, dass nur ein Teil der Klasse das Spiel bestritt und seinen Spaß hatte. Es gab keine Übungen, keine Tipps, keine Anleitung, um die weniger Geübten hinzuführen, sie ruhig auch einmal herauszufordern und zu ermutigen. Aber das wäre ja die Aufgabe des Trainers gewesen.

Es geschieht also nicht automatisch, dass Sporttreiben der Anerkennung dient, dem Miteinander, der Verständigung und der guten Begegnung. Es kommt auf das Wie an. Und ich glaube, wichtig ist, dass jeder an seinem Platz richtig da ist und seine Aufgabe



wahrnimmt. Dass jeder die Augen offen hält und mitdenkt: Ist es gut, so wie es ist, oder könnte manches anders sein?

Eine zweite Anregung stammt aus einem Gespräch, das ich vor kurzem mit einer meiner Nichten geführt habe. Sie kommt gerade vom Studium und schickt sich an, in den Schuldienst zu

gehen. Zu ihren Fächern gehört die Psychologie. Sie wird also über kurz oder lang auch für Beratungen den Schülern zur Verfügung stehen. Um welche Probleme geht es dann, wollte ich wissen. Sie zählte einige auf, Prüfungsangst gehörte dazu und Mobbing. Was hilft gegen Mobbing, was tut man dagegen? Ein Ansatz ist es, dass man die schweigende Mehrheit in der Klasse mobilisiert. Mobbing sieht oft so aus, dass es einen Rädelsführer gibt, der ein paar andere mitzieht. Und es gibt den einen, auf den sie sich eingeschossen haben. Der Großteil der Klasse schaut zu und scheint damit einverstanden zu sein. Diese Mehrheit sieht in Wirklichkeit ein, dass die Hetzjagd falsch ist, dass sie auch kein Spaß ist, den junge Leute sich halt manchmal leisten und wo man schon ein Auge zudrückt. Die richtige Haltung zu bestärken, die im Grund bereits da ist, und Mut zu machen, sie gemeinsam zu zeigen, also deutlich zu machen: Das wollen wir nicht - vielleicht hilft es nicht in jedem Fall, aber so könnte ein Weg aussehen.

Ich wünsche es uns allen, und ich wünsche es uns in der DJK, dass es die Vielen gibt, die für ein faires Miteinander eintreten, für die gegenseitige Achtung und für ein Klima, das Freude schenkt. Und ich wünsche es uns, dass eine solche Haltung zum Zug kommt und das Leben prägt.

Passt wie eingegossen.



www.paulaner.de



GUT, BESSER, PAULANER.



# Tischtennis

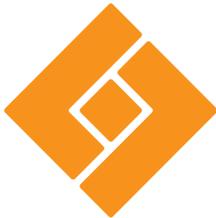
Abteilungsleiter: Martin Plobner, Walter-Meckauer-Str. 11  
90478 Nürnberg, ☎ 0174/3236253, E-Mail: Tischtennis@djk-falke.de

Die lange Sommerpause ist für uns vorbei und es darf endlich wieder um Punkte gespielt werden. Aktuell befinden wir uns in der Bezirksklasse D Gruppe 7 Süd auf Tabellenplatz 2, was nach einem Saisonspiel allerdings natürlich noch nichts aussagt. Wichtiger ist, dass wir unser Auftaktspiel Zuhause gegen TSV Fischbach V mit 8:6 gewinnen konnten.

Gespielt wird bis Anfang Dezember, nach der Weihnachtspause dann wieder von Ende Januar bis Mitte April. Hier die genauen Spieltermine bis Ende des Jahres:

Do.,	18.10.2018	19:00 Uhr	SpVgg Zabo Eintracht II	-	DJK Falke
Mi.,	24.10.2018	20:00 Uhr	Post SV Nürnberg XI	-	DJK Falke
Di.,	30.10.2018	19:30 Uhr	DJK Falke	-	SC 1904 Nürnberg VII
Do.,	08.11.2018	19:30 Uhr	SB Bayern 07 V	-	DJK Falke
Mo.,	19.11.2018	20:00 Uhr	ATV 1873 Frankonia III	-	DJK Falke
Di.,	04.12.2018	19:30 Uhr	DJK Falke	-	BVSV Nürnberg II

Über Zuschauer vor allem zu unseren Heimspielen freuen wir uns genauso wie über neue Gesichter zu unseren Trainingszeiten dienstags ab 18 Uhr bei DJK Falke.



## SchusterDruck

**IHRE DRUCKEREI IN EIBACH**

Castellstraße 10  
90451 Nürnberg

Tel 0911 642 68 28  
Fax 0911 642 68 27  
info@schusterdruck.de  
www.schusterdruck.de





# Cheerleading

Abteilungsleiterin: Verena Adami

☎ 0179 / 608 94 66, Email: [Cheerleading@djk-falke.de](mailto:Cheerleading@djk-falke.de)

## *Erfolgreicher Saisonabschluss auf den Bayern Cheermasters in Nürnberg am 07.07.2018*

Am Samstag, den 7.7.2018 hatten wir die letzte Meisterschaft der Saison 2017/2018 im BBZ in Nürnberg und demnach auch unser jährliches Heimspiel.

Bei den Bayern Cheermasters sind wir in fünf Kategorien mit 64 Mädels an den Start gegangen.

Besonders bei dieser Meisterschaft war auch, dass erstmalig auch unsere ganz Kleinen, die Tiny Diamonds, in der Kategorie Open Division an den Start gegangen sind und somit erstmals Meisterschaftsluft schnuppern konnten. Die Mädels im Alter von 5-7 Jahren zeigten ein sehr tolles Programm, welches innerhalb von wenigen Monaten einstudiert wurde.

Eine richtig tolle Leistung! Wir sind sowohl auf die Mädels als auch auf die beiden Trainerinnen Johanna und Jana sehr stolz!

Von den sommerlichen Temperaturen ließen sich auch unsere „älteren“ Athleten nicht abhalten und zeigten erneut was in ihnen steckt. Alle Teams zeigten durchweg schöne und saubere Programme und erzielten sehr gute Jurybewertungen.

Wir sind sehr stolz auf die Leistungen unserer Teams, welche durchweg mit klasse Platzierungen belohnt wurden:



Tiny Diamonds (OD)



Diamonds Galaxy (Peeweewes GS L2)



Little Diamonds (Peewee L1)

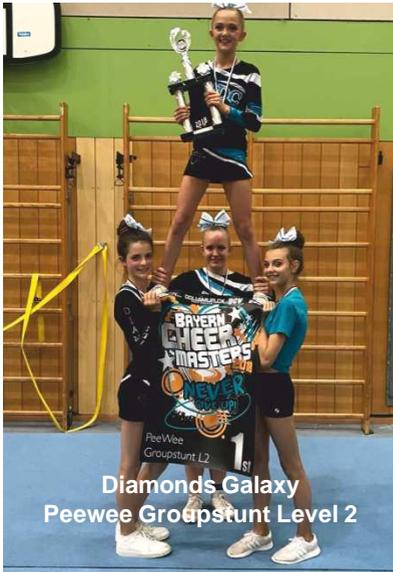


Fancy Diamonds (Junior L4)



Blue Diamonds (Senior L5)

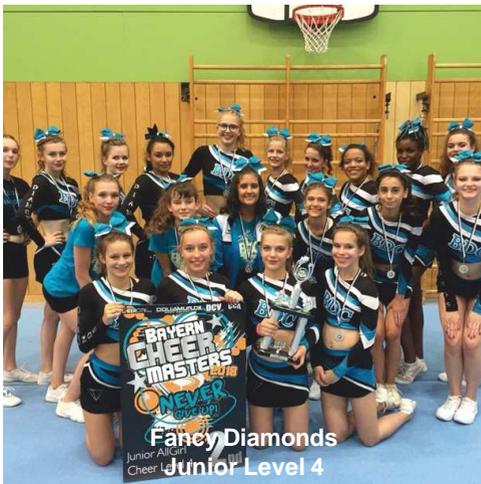
Impressionen der BayernCheermasters:



Diamonds Galaxy  
Peewee Groupstunt Level 2



Little Diamonds  
Peewee Cheer Level 1



Fancy Diamonds  
Junior Level 4



Blue Diamonds  
Senior Level 5 – 1. Platz

Vielen Dank an alle Aktiven, Trainer, Betreuer, Familien und Freunde für die tolle Saison 2017/2018!



## Feriencamp Stadt Nürnberg

In den Sommerferien haben wir in diesem Jahr über die Stadt Nürnberg beim Ferienprogramm mitgemacht und 5 Tage lang 18 Kinder im Alter von 7-14 Jahren an das Cheerleading herangeführt. Betreut wurden die 17 Mädchen und 1 Junge vom 20.8. - 24.8.2018 von jeweils 8:00 - 14:00 Uhr.

Pyramiden, Stunts, Jumps, Tumbling, Cheer, Dance – Alles wurde mit viel Motivation geübt. Natürlich durfte auch der Spaß nicht fehlen. Deshalb wurde eine Wasserschlacht und eine Schnitzeljagd veranstaltet, ganz viel gebastelt (T-Shirts, Schleifen und PomPoms) und gespielt.



Gemeinsam mit den Kindern wurde während der Woche ein kleiner Auftritt einstudiert, welcher am Freitag Nachmittag den Eltern präsentiert wurde. So konnten die Eltern ebenfalls einen kleinen Einblick in unsere Sportart erhalten.

Das Feriencamp hat uns viel Freude bereitet und wir haben uns sehr gefreut, dass einige von den Kindern sich zwischenzeitlich im Verein als Vereinsmitglieder angemeldet haben.

Nach kurzer Trainingspause haben wir die Saison 2018/2019 bereits begonnen, welche direkt mit einem Trainingscamp gestartet hat. Während die Trainer Kurse zur Weiterbildung besucht haben, haben die Cheerleader gemeinsam mit anderen Cheerleaderteams neue Techniken erarbeitet.  
Ein gelungener Start in die neue Saison!

Für die neue Saison sind wir immer auf der Suche nach neuen Mitgliedern für alle unsere Altersklassen.

### **Unsere Trainingszeiten der jeweiligen Altersklassen:**

#### PeeWees (Alter 5-12 Jahre)

Freitags von 15:30-17:30 Uhr im Falke Saal

#### Juniors (Alter 12-18 Jahre)

Mittwochs von 17:30-19:30 Uhr im Falke Saal

Samstags von 11:00-13:00 Uhr in der Turnhalle des Neuen Gymnasium Nürnberg

#### Seniors (Alter ab 18 Jahren)

Mittwochs von 19:30-21:30 Uhr im Falke Saal

Freitags von 17:45-20:00 Uhr in der Turnhalle des Neuen Gymnasium Nürnberg

Ansprechpartnerin: Verena Adami eMail: [Cheerleading@djk-falke.de](mailto:Cheerleading@djk-falke.de) Handy: 0179/6089466



# Fußball

Abteilungsleiter: Daniel Hager

☎ 0175 / 596 66 91, E-Mail: Fussball@djk-falke.de

## 1. und 2. Mannschaft

In den letzten Vereinsnachrichten wurde noch berichtet, wie historisch die Leistung und der Saisonabschluss war. Mit viel Bewegung im Kader hat man sich sicher nicht viel mehr erhofft. Doch momentan läuft vieles positiv. Die erste Mannschaft der DJK Falke steht aktuell auf Platz zwei in der Kreisliga-Tabelle, und das nicht ganz unverdient. Der eingeschworene Haufen wurde punktuell verstärkt, der neue Trainer Eduard Hulm hat sich perfekt eingefunden und die Mannschaft weiterentwickelt. Das Team, welches diese Saison erneut leidenschaftlich um den Klassenerhalt kämpfen sollte, hat sich wieder einmal selbst übertroffen und ist dem Abstieg fast so fern wie nur möglich.



Die zweite Mannschaft muss hingegen die Kehrseite der Medaille verarbeiten. Eine komplett neu aufgestellte Mannschaft, der es noch an Spielpraxis fehlt, kommt momentan viel zu oft unter die Räder. Mit nur drei Punkten bewegt man sich so langsam auf die Winterpause zu. Gerade offensiv machen es die Verletzungen der Mannschaft nicht leicht. Doch die Problematik war zum Saisonstart klar. Dennoch glaubt man daran, dass die Reserve es spätestens in der Rückrunde schafft, den Bock umzuschmeißen. Das Potential der Mannschaft ist vorhanden und wird sich sicher noch zeigen.





## Alte Herren

Seit 1. September rollt auch bei den alten Herren wieder der Ball und das in der Rückrunde meist Freitag abends. Nicht immer rollte er seitdem so wie wir uns das gerne gewünscht hätten. Dem höchsten Sieg (12:0 Zuhause gegen DJK Eintracht Süd) steht auch ein 0:6 (auswärts in Laufamholz) gegenüber, die Ergebnisse waren also recht durchwachsen. Vier Spiele stehen bei Redaktionsschluss noch an, das letzte davon am 9. November um 18.30 Uhr beim FSV Stadeln. Das letzte Heimspiel steigt exakt eine Woche davor gegen den Stadtteil-Nachbarn SpVgg Zabo Eintracht.

Doch es rollt nicht nur der Ball bei den Alten Herren, sondern beispielsweise auch der Zug in den Steigerwälder Ort Iphofen. Und dort der "Boxbeutel-Express" Bus nach Bullenheim ins Paradies. So heißt das dortige Weinanbaugebiet, dem wir am 25. August einen Besuch abstatteten. Vor Ort verließ uns glücklicherweise der Regen und es begrüßte uns Herr Voit, der uns über eine Strecke von 4,5 km durch die Weinberge führte. Dabei erfuhren wir viel Wissenswertes über Weinanbau allgemein und den in den Bullenheimer Weinbergen mit ihrer geologischen Zusammensetzung speziell. Damit die Theorie nicht zu trocken wurde durften wir unterwegs drei verschiedene Weine kosten, in üppigen Mengen von Frau Voit per Begleitfahrzeug jeweils an die richtige Stelle gebracht. Dazu gab es zunächst Trauben direkt vom Stock und Brot, in der Weinparadiesscheune

**HUGO WÄLLISCH**  
Sanitärtechnik und Service

— Gegründet 1880

Planung und Ausführung  
von sanitären  
Anlagen und Gasheizungen  
Baufaschnerei und  
Rohrreinigungsdienst

**Mobil-Kundendienst (0160) 72 73 149**

**Inh. Frank Wällisch**  
Hintere Cramergasse 19  
90478 Nürnberg  
Telefon (0911) 46 53 84  
Fax (0911) 46 95 20  
E-Mail: [info@hugo-waellisch.de](mailto:info@hugo-waellisch.de)  
Internet: [www.hugo-waellisch.de](http://www.hugo-waellisch.de)

konnten wir uns dann richtig stärken und den Nachmittag am Hofschoppenfest in Bullenheim ausklingen lassen. Herzlichen Dank an dieser Stelle an Lothar Trappe fürs Organisieren!



Wenn dieses Heft gedruckt ist wird auch der zweite Kultur-Ausflug vorüber sein, der uns nach Bamberg führt und die dortige Hexenverfolgung im Mittelalter zum Thema hat. Ebenso vorüber ist die jährliche AH-Sitzung. Alle Posten sind wieder verteilt und in guten Händen, so dass wir weiter beruhigt den Ball rollen lassen können.

- CF -



# SCHÜTTLER

BAUBESCHLÄGE • GERÜSTBAU

Seit mehr als  
**40** Jahren

Wetzlarer Straße 13  
90427 Nürnberg

Telefon 09 11 / 431 36 60  
[www.schuettler-geruestbau.de](http://www.schuettler-geruestbau.de)



## D1-Junioren

Die D1-Jugend setzt sich in dieser Saison ausschließlich aus dem 2006er Jahrgang zusammen. Mit 12 Spielern haben wir ein ausreichend großes Team für die neue Saison, in die wir Anfang September gestartet sind.



Durch den Wegfall des 2005er Jahrgangs mussten einige Positionen/Spieler, die große Fußabdrücke hinterlassen haben, neu besetzt werden.

Jedwede Bedenken räumte die Mannschaft jedoch von Beginn an im ersten Punktspiel aus. Mit einer überzeugenden Leistung in allen Mannschaftsteilen wurde ein Auftaktsieg gegen Bayern Kickers mit 2:0 eingefahren. Auch in den darauffolgenden Spielen haben sich die Veränderungen auf den Positionen bewährt.

Die erste Hürde im Pokal wurde ebenso gemeistert und mit 6:4 gewonnen. Offiziell wurde das Spiel dann hinterher 2:0 gewertet, da es „Passprobleme“ beim Gegner gab! Im dritten Spiel der Saison mussten wir aufgrund sehr kurzfristig ausgefallener Spieler dann ohne Torwart und Ersatzspieler anreißen. Nach einem 0:2 Rückstand haben sich die Jungs an ein 2:2 heran gekämpft und mussten dennoch kurz vor Schluss die 2:3 Niederlage hinnehmen. Traurig, das wir keinen Torwart aus den anderen Mannschaften bekommen konnten!

Im Pokal ging es dann in die 2. Runde gegen Sparta Noris. Nach 60 min und einem 1:1 Spielstand war ein Elfmeterschießen notwendig, um eine Entscheidung herbeizuführen. Und tatsächlich wir können doch im Elfmeterschießen verlieren. Irgendwann musste es ja mal so weit sein - Tja.

In der Punkterunde wartete nun Mögeldorf auf uns, die mit einer ausgesprochen guten III. Mannschaft angereist waren! Eine 0:2 Niederlage konnte letztlich nicht verhindert werden. Und dann spielten wir schon wieder gegen Sparta Noris, nur diesmal ein Punktspiel. Wieder war es ein Spiel auf Augenhöhe mit Einsatzfreude und tollen Zweikämpfen, welches ebenfalls 1:1 am Ende ausging. Jedes Team wollte unbedingt den Sieg und hatte seine Möglichkeiten, die Entscheidung herbei zu führen. Diesmal gab es kein Elfmeterschießen. In einer überwiegend ausgeglichenen Gruppe mit drei Derbys wird es noch sehr spannend werden, wer sich am Ende als Meister durchsetzen kann.

Die Saison verspricht spannend zu werden und die Jungs sind alle hoch motiviert. Hoffentlich hält der NGN-Platz einigermaßen durch und behält noch ein wenig Grün, denn der ist jetzt schon ziemlich mitgenommen und holprig!

## D2-Junioren



Die Vorbereitung auf unsere erste D-Jugend Saison lief sehr gut. Mit viel Gesprächen und Trainingseinheiten mussten wir die Kinder auf neue Regeln vorbereiten. Nicht nur, dass zwei Kinder mehr spielen, sondern vielmehr mussten wir die Rückpassregel, das Abseits und die richtigen Einwürfe erläutern. Auch das neue Umfeld für Training und Spiele auf dem NGN ist eine Umstellung für Team und Trainer. Die Mannschaft setzt das im Großen und Ganzen schon recht ordentlich um. Unsere Gruppeneinteilung ist leider nicht so wie wir uns das vorgestellt haben, aber man weiß ja nie wie die anderen Vereine ihre Mannschaften melden. Hier die Spiele der Vorrunde im Überblick mit den ersten Ergebnissen:

- 15.09. Bayern Kickers – DJK Falke 0:13
- 22.09. DJK Falke – Deutenbach 10:0
- 29.09. TSV Altenberg – DJK Falke 1:10
- 06.10. DJK Falke – Falkenheim 12:0
- 13.10. Mögeldorf – DJK Falke
- 20.10. DJK Falke – Altenfurt
- 27.10. DJK Falke – SV Wacker
- 31.10. Flügelrad – DJK Falke
- 10.11. DJK Falke – Post SV
- 17.11. Rangierbahnhof – DJK Falke

PL.	Verein	Spiele	S	U	N	Tore	Differenz	Pkt.
1	DJK Falke	4	4	0	0	45:1	44	12
2	SpVgg Mögeldorf	4	3	1	0	17:4	13	10
3	Post SV	3	3	0	0	29:2	27	9
4	SV Wacker	2	2	0	0	11:4	7	6
5	TSV Altenberg	3	1	1	1	4:12	-8	4
6	STV Deutenbach	4	1	0	3	5:24	-19	3
7	ESV Flügelrad	2	1	0	1	9:3	6	3
8	TSV Altenfurt	4	0	2	2	3:7	-4	2
9	Falkenheim	4	0	1	3	2:20	-18	1
10	Rangierbahnhof	3	0	1	2	1:28	-27	1
11	Bayern Kickers	3	0	0	3	4:25	-21	0

Hier die aktuelle Mannschaft der D2 der DJK Falke.



Stehend von links nach rechts: Co-Trainer Seppi Kopaniak, Julien Weidner, Jiyen Serttas, Colins Obioguma, Simon Langer, Sale Horyna, Asad Midzic, Dawid Kopaniak, Danilo Vukic, Trainer Bernd Weidner  
sitzend von links nach rechts: Nasar Babiichuck, Vincent Tischer, Blessing Mukuwo, Noah Hailu, Laurin Dölp.

Natürlich werden wir mit aller Macht versuchen, die Meisterschaft einzufahren und hoffen, dass uns das gelingt. Nach dem letzten Vorrundenspiel bei Rangierbahnhof werden wir in das Hallentraining einsteigen, um uns dort auf die Hallensaison vorbereiten zu können.



Natürlich möchte ich auch unsere drei neuen und deren Eltern recht herzlich in unserer Falke-Familie begrüßen. Willkommen bei uns Nazar, Sale und Jiyam mit ihren Eltern. Wir sind glücklich, dass ihr bei uns seid.

Die jungen Falken vertreten den Verein sehr gut und machen uns derzeit wieder nur positiv einen Namen. Bis zum nächsten Bericht der D2

Mit sportlichen Grüßen, euer Bernd



## E1-Junioren

Hallo zusammen, ich möchte mich erst einmal in der Falke Familie vorstellen. Mein Name ist Tino Knorr und seit dem 1.7.2018 habe ich die E1 Junioren übernommen. Mein letzter Verein war der ATSV Erlangen. Die ersten Eindrücke der Mannschaft waren sehr positiv und machten Laune auf die kommende Saison. Die Gruppeneinteilung ist sehr schwer für unsere Jungs, da wir unter anderem die SG Quelle und den FCN in der Gruppe haben. Hier die Spielberichte:

### 1. Spieltag SG Quelle 2:7

Im ersten Spiel mussten meine Jungs gleich gegen die SG Quelle antreten. In den ersten 20 Minuten hielten wir gut mit und kamen zwei mal gut zurück. Im Anschluss war dann die Quelle klar besser und wir mussten uns 2:7 geschlagen geben.

### 2. Spieltag TSV Johannis 83 5:4

Im zweiten Spiel wollten wir eine Wiedergutmachung, doch leider haben wir die erste Viertelstunde völlig verschlafen und lagen dann bereits 0:4 hinten. Danach wachten wir auf und kämpften uns auf 3:4 heran. Leider mussten wir uns am Ende aber doch 4:5 geschlagen geben.

### 3. Spieltag SV Wacker 7:2

Zu diesem Spiel gibt es nicht viel zu sagen außer dass wir die zweite Halbzeit wieder guten Fußball spielten. Die Mannschaft ist auf einem guten Weg und ich bin überzeugt, dass wir die Kurve kriegen

Mit sportlichem Gruß Tino



# elektro- rupprecht

90480 nürnberg  
zerzabelshofer hauptstr. 11  
telefon 40 46 76  
fax 4 09 79 23  
handy 0160 97 54 90 57

## E2-Junioren



Im September lud der Bayerische Fußballverband alle U11- und U13 Meisterteams im Rahmen eines Fußballaktionstags in den Playmobil-Funpark, mit dabei auch unsere E2-Junioren der vergangenen Saison unter Hartmut Ühlelein. Neben der feierlichen Übergabe der Meisterurkunden konnten sich die Jungs beim Fußballgolf oder an der Torschussgeschwindigkeitsmessanlage austoben. Auch die FCN- und Kleeblatt-Profis Sebastian Kerk und Benedikt Kirsch waren mit am Start.



**Sicher • Diskret • Neutral**

Sicherheitsberatung - Objektschutz - Detektei  
Observationen - Veranstaltungen u.v.m.

Breslauer Straße 396 • 90471 Nbg. • **0911-98801230**

[info@sicherheitsdienst-nuernberg.net](mailto:info@sicherheitsdienst-nuernberg.net)  
[www.sdn-sicherheitsdienst.de](http://www.sdn-sicherheitsdienst.de)



# Kinderturnen

Abteilungsleiterin: Jutta Lutz, Eisensteiner Str. 46, 90480 Nürnberg  
☎ 0911 - 49 28 64, 0176 - 618 46 305

## Kinderturnen DJK Falke

In der

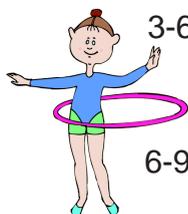


### Scharrerschule, untere Turnhalle

findet jeden Mittwoch (außer in der Ferienzeit) unser Kinderturnen statt.

Nach den Pfingstferien sind wir bei trockenem Wetter  
am NGN-Sportplatz

Mitmachen können alle Kinder im Alter zwischen



3-6 Jahren in der 1. Gruppe von 17.00 - 18.00 Uhr

und

6-9 Jahren in der 2. Gruppe von 18.00 - 19.00 Uhr.

Kommt und macht mit!

Ansprechpartner: Jutta Lutz, Tel. 49 28 64

0176 - 618 46 305

Sandra Glauber, Tel. 490 290 96

0171 - 707 00 32



## Salon Inge

Inhaberin

Birgit Schwarz

Marthastraße 32  
90482 Nürnberg

Tel.: 0911-544660

Öffnungszeiten

Di-Fr 8.00 bis 17.30

Sa 7.00 bis 12.30



# Schwimmen

Abteilungsleiterin: Rosi Freiburger, Neuweiherstr. 12, 90480 Nürnberg  
☎ 40 15 18

Liebe Schwimmfreunde,

im Langwasserbad schwimmen wir jeden Mittwoch ab 21 Uhr auf zwei 25 m Bahnen und in den Ferien auf einer 50 m Bahn.

Die Wassertemperatur liegt bei durchschnittlich 27 °C. Treff ist um 20.45 Uhr in der Eingangshalle.

Alle Vereinsmitglieder sind herzlich willkommen.

*Eure Rosi*



**GA** Die **GOLDBACH**  
**APOTHEKEN**  
Apotheker Werner Leichs e.Kfm.

Montag - Freitag  
8.00 - 19.00 Uhr

Samstag  
8.00 - 14.00 Uhr

[www.goldbach-apo.de](http://www.goldbach-apo.de)

**Zerzabelshofstraße 25**  
90478 NÜRNBERG

Telefon (09 11) 46 46 47  
Telefax (09 11) 46 77 47

[info@goldbach-apo.de](mailto:info@goldbach-apo.de)

**Zerzabelshofer Hauptstraße 22**  
90480 NÜRNBERG

Telefon (09 11) 48 08 38 30  
Telefax (09 11) 48 08 37 10

[info@goldbach-apo-zabo.de](mailto:info@goldbach-apo-zabo.de)



# Nordic Walking

Abteilungsleiterin: *Christine Seitz, Beim Grönacker 43, 90480 Nürnberg*  
40 16 75

**H**allo Nordic Walking Fans,

das Jahr neigt sich dem Ende zu und die Tage werden kürzer. Deshalb treffen wir uns nach der Zeitumstellung (28. Oktober) wieder ab Montag den 29.10. um 18.15 Uhr am Valznerweiher (Bushaltestelle).

Ich hoffe ihr seid alle wieder mit dabei und mit Stirnlampe ausgerüstet. Wir laufen bei jedem Wetter, auch wenn es schneit und würden uns auch über neue Teilnehmer freuen.



*Eure Christine*



## Trattoria Limoncello

Pietro Sbrandolino  
Sudetendeutsche Str. 60 - 90480 Nürnberg - 0911/71524885

Liebe Gäste,

außer italienischen Spezialitäten bieten wir Ihnen auch fränkische Köstlichkeiten, ob in unserem gemütlichen Gastraum, im schattigen Biergarten oder im Saal für größere Feierlichkeiten.

Unsere Öffnungszeiten sind:

Dienstag - Sonntag durchgehend 11.30 - 22 Uhr  
Montag Ruhetag

Gerne kümmern wir uns um Ihre großen und kleinen Feierlichkeiten und gehen auf Ihre Wünsche in der Menüplanung ein.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch. Ihr Vereinswirt Pietro.



# Gymnastik

Abteilungsleiterin: *Rotraut Kraft, Ehemannstraße 9, 90459 Nürnberg*  
☎ 47 18 26

*Unsere Sportstunden sind:*

Senioren-gymnastik

Montag, 10.00 - 12.00 Uhr Falkesaal, Sudetendeutsche Str. 60

Senioren-gymnastik

**Achtung, die Gymnastik am Dienstagabend findet nicht mehr statt!**

Gymnastik

Donnerstag, 17.30 - 19.00 Uhr und 19.15 - 20.30 Uhr,  
Epiphantias Gemeindesaal, Fürther Str. 153

Wir machen keine Ferien, alle Gymnastikstunden laufen das ganze Jahr durch.



**NORIPLANA**  
MASSIVHAUS

*Massiv bauen mit Vertrauen*

Besuchen Sie unser Musterhaus  
Innstr. 35, 90451 Nürnberg  
Dienstag - Freitag, 14:00 - 18:00 Uhr.  
Samstag nach Vereinbarung.  
Sonntag, 14:00 - 17:00



[www.noriplana.de](http://www.noriplana.de) Tel. 0911 - 99 55 228

Über **40**  
**Jahre**  
Bauerfahrung



# Ski

Abteilungsleiter: Hans Freiberger, Neuweiherstr. 12  
90480 Nürnberg, ☎ 40 15 18, E-Mail: Ski@djk-falke.de

---

## *Vorbereitung auf den bevorstehenden Skiwinter Jetzt die Fitness für den bevorstehenden Skiwinter aufbauen*

Was für ein Sommer, er lässt sich nur sehr schwer in Worte fassen. So lange warm bis heiß und sehr selten etwas Regen. Es kommt selten vor, dass man sich so sehr nach etwas Abkühlung und Regen sehnte. Kalenderisch ist längst Herbst, doch der Sommer will nicht gehen. Heute bei der Landtagswahl in Bayern kletterte die Temperatur selbst im Schatten einiges über die 20° Marke. Mal schau'n wie es weitergeht.

Persönlich hatten wir, das ist die Rosi und ich gesundheitliche Probleme. Rosi brauchte eine neue Hüfte und musste eine Woche ins Krankenhaus und 3 Wochen zur Reha. Ich hatte eine Entzündung im Fuß, genauer gesagt am Zeh. Wahrscheinlich war eine Blase der Beginn dieser Entzündung. Das Ergebnis war eine Woche Krankenhaus mit Antibiotikabehandlung. Ich bin noch in ärztlicher Behandlung, hoffe jedoch auf baldige Gesundheit. Ab 16. Oktober ist auch die Rosi wieder zu Hause.

### **Doch nun zum Titelthema „Vorbereitung auf den bevorstehenden Skiwinter“**

Jetzt muss man die Fitness für den kommenden Skiwinter aufbauen. Man kann es gar nicht oft genug wiederholen, körperliche Fitness ist die Grundvoraussetzung für ein gesundes Wohlbefinden. Fitness in entsprechend notwendigem Maß hilft uns unsere Ziele zu verwirklichen, sowohl im körperlichen wie auch im geistigen Bereich. Gerade der mentale Zustand wird durch die körperliche Fitness optimiert – fast automatisch. Wer sich vorgenommen hat, im Winter Skisport zu betreiben, sollte auch unbedingt die Voraussetzungen dafür schaffen, dass die Elemente seines Körpers, sprich Gelenke, Bänder und Muskeln entsprechend trainiert werden. Es geht nicht darum, nur den Berg schneller hinunterzufahren oder mehr Abfahrten ohne Erschöpfung zu überstehen. Der gezielt trainierte Körper bietet eine gewisse Sicherheit gegen Verletzungen. Einen Großteil der Skiunfälle erleiden übermüdete, erschöpfte Skifahrer durch mangelnde Konzentration. Lasst es nicht soweit kommen, beugt vor!

Dies soll vor allem ein Aufruf für alle Falke Mitglieder sein, die gelegentlich vor allem an verlängerten Wochenenden zum Skifahren ins Gebirge fahren, macht euch vorher fit!

### **Das sportliche Programm:**

Der alpine Skilauf mit der Skigemeinschaftsfahrt wurde mangels Akzeptanz vorerst eingestellt. Zum Tourenskilauf und zum Skilanglauf finden sich immer wieder Interessenten, so dass die Teilnahme nach vorheriger Absprache gegeben ist.

### **Eisstockschießen:**

Der jüngste Spross der Skiabteilung ist die Gruppe der Eisstockschützen. Wie in den letzten Jahren bekamen wir von der Eissportabteilung des ESV Rangierbahnhof wieder die Möglichkeit eine Eisbahn in der Arena für uns zu belegen.

**Der Start ist am 15. Oktober um 14.00 Uhr.** Der wöchentliche Treff endet mit dem Eisstockschießen am **11. März 2019**. Die laufenden Termine wurden den Teilnehmern bereits mitgeteilt.

**Mittwochswanderungen:** (siehe hierzu den nachfolgenden Beitrag „Wandern mit Falke“)



Großes Interesse findet die Wandergruppe von Heiner Späth bei den Vereinsmitgliedern und deren Gästen. Gemäß der körperlichen Fitness ist die Teilnahme an 2 Gruppen möglich. Die erste Gruppe, die „Sportlichen“ läuft eine größere Runde mit ca. 20 bis 25 Personen. Die zweite Gruppe, die „Gemütlichen“ läuft die kleinere Tour, hier finden sich ca. 10 bis 15 Personen ein.

#### **Gymnastikprogramme:**

##### **Skigymnastik traditionelle Gruppe:**

Wie bereits anfangs erwähnt trainiert die „traditionelle Gruppe“ seit 11. September jeden Dienstag von 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr in der Halle I des Neuen Gymnasiums. Unterbrochen werden diese regelmäßigen Übungsabende nur durch die jeweiligen Schulferien. Bis zu 12 Personen umfasst die Gruppe, sie wird vor allem auch von den „Nichtskifahrern“ zur Erhaltung der Fitness mit großem Interesse genutzt.

Bedanken möchte ich bei Karl Hammer für den Einsatz als Übungsleiter der Skigymnastik während meiner Abwesenheit und auch der Heiner Späth steht öfter mal nicht zur Verfügung.

#### **Gesellige Programme:**

##### **Herbstwanderung:**

Unser Siegbert Funke hat eine schöne Wanderung im Steigerwald ausgesucht und exakt vorbereitet. Dafür danken wir ihm recht herzlich.

Mit der Bahn fahren wir bis Ansbach und weiter nach Uffenheim, danach mit dem Bocksbeutelbus bis Bullenheim. Gewandert wurde bis Seinsheim mit Mittagessen im „Weingut Kernwein“. Zurück ging es die Gleiche Strecke.

Die Routen hatte Siegbert Funke gewählt um den vollen Zügen auf den direkten Strecken in den Steigerwald zu umgehen (überfüllte Züge).

##### **Herbstfest:**

Diese beliebte Veranstaltung, findet am **Freitag, den 19. Oktober** statt.

##### **Weihnachtsfeier der Skiabteilung:**

Geplant haben wir für dieses Jahr noch nicht. Es ist jedoch davon auszugehen, dass unsere Weihnachtsfeier in der „Falkewirtschaft Trattoria Limoncello“ stattfindet. Nach Terminabsprache mit Pedro werden wir wieder informieren.

*Hans Freiburger*

## ***Wandern mit Falke***

Wie schon in den vergangenen Jahren in den Sommermonaten öfter, so war diesmal die Osterhöhle unser Ziel.

Am 4. Juli fahren wir mit dem Zug nach Sulzbach-Rosenberg. Unsere Genusswanderer stiegen bereits in Neukirchen b. S.R. aus, damit sie nur eine Stunde zu laufen hatten. Am Bhf. Sulzbach-Rosenberg versuchte ich die Wirtin von der Osterhöhle mit dem Handy zu erreichen. Als ich fertig war, versuchte ich meine Wandergruppe einzuholen. Doch plötzlich sah ich die Gruppe nicht mehr. Bei der ersten Markierung für unseren Weg ab Sulzbach-Rosenberg blieb ich stehen und versuchte die Gruppe zu erreichen. Nach einem Fehlruf klingelte mein Handy. Die Gruppe war ohne mich vom Weg abgekommen und wartete jetzt auf mich. Ich ging einen Teil des Weges zurück, wo sie auf mich warteten.

Gemeinsam gingen wir durch Sulzbach-Rosenberg und dann durch Felder und Wiesen,



wo uns die Hitze sehr zusetzte.

Endlich nach 1 Stunde erreichten wir den Wald, der uns bis zur Höhle begleitete. Der Wald schützte uns vor der Sonne, aber dafür ging es ständig bergauf und ab, sodass wir weiter stark schwitzen mussten. Doch endlich nach 3 Stunden Wandern sahen wir den Biergarten vor der Osterhöhle unter uns liegen. Unsere Genusswanderer hatten bereits im kühlen Biergarten gut gespeist. Auch wir wurden schnell und gut bedient. Nachdem auch wir uns erholt hatten, brachen wir gemeinsam auf und wanderten auf dem kürzesten Weg zum Bhf. Neukirchen b. SR. Einige Unermüdlige stiegen in Hartmannshof aus, um die schöne Wanderung im Garten des Cafés am Bahnhof mit Eis und Cappuccino abzuschließen. Nachdem sie dann einen Zug verpassten, kamen sie sehr spät zurück.

Es ist jetzt bereits zu einer Tradition geworden, dass eine kleine Gruppe eine Tour in den Alpen macht. Diesmal war die Landsberger Hütte im Tannheimer Tal unser Ziel. Am 15. Juli starteten wir mit dem Zug und Bus und fuhren bis zum Vilsalpsee im Tannheimer Tal. Von der Busstation wanderten wir am Ufer des Sees entlang bis zum Materiallift der Landsberger Hütte. Dort verstaute wir unsere schweren Rucksäcke. So erleichtert begannen wir den Aufstieg. Nach 2 Stunden Aufstieg bei dem wir sehr ins Schwitzen kamen, erreichten wir die Obere Traualpe, bei der wir uns erholten und für den steilen Aufstieg zur Hütte stärkten. Auf der voll belegten Hütte wurden wir in einem 25 Personenlager untergebracht. Das war nicht so erfreulich, aber dafür war das Essen und die Atmosphäre sehr gut. Am nächsten Morgen starteten wir nach einem ausgiebigen Frühstück zu unserer Wanderung zur Gappenfeld Alm. Wir wanderten an einem kleinen tiefblauen Bergsee, der Lache, vorbei und erfreuten uns am Anblick vieler blühenden Alpenrosen. Wir umgingen auf 2000 m Höhe die Schochenspitze und hatten von da eine Aussicht über die gesamten Tannheimer Berge und darüber hinaus in die Allgäuer Berge. Nach einer angenehmen Mittagspause ging es auf dem gleichen Weg zurück. Auf dem Rückweg hatten wir einen imposanten Blick auf die Bergkette vor uns hinter der, der Hochvogel mit einem Schneefeld zu sehen war. Am nächsten Tag ging unsere Bergtour zu Ende. Nach dem Abstieg und der Heimfahrt mit Bus und Bahn blieb uns die Erinnerung an die schönen Tage.



Am 1. August waren trotz der starken Hitze 25 Wanderer gekommen, um mit nach Eismannsberg zu wandern. Wegen der großen Hitze hatten einige der Genusswanderer nicht die Lust zum Wandern, sondern fuhren mit dem Bus. Ich hatte den kürzesten Weg mit viel Wald ausgewählt, damit wir der Hitze nicht so ausgesetzt waren. Ein Teil der Genusswanderer hatte sich uns dieses Mal angeschlossen. So gingen wir gemeinsam los. Einmal mussten wir uns durch dichtes Gestrüpp und Unterholz kämpfen, da ich den Weg verließ, um länger im Schatten zu sein. So verlief die Wanderung durch das Traunfelder Tal und hinauf zum Ortsrand von Eismannsberg sehr gut. Da hatte eine Frau von uns einen Schwächeanfall und musste sich hinlegen. Doch nach kurzer Zeit hatte sie sich erholt und es war alles wieder gut. In der Gaststätte Hirschmann wurden wir freundlich empfangen und gut bedient. Leider hat die Gaststätte nur noch Brotzeiten und öffnet um

17 Uhr. Für angemeldete Gruppen macht die Wirtin eine Ausnahme. Nach einem guten und reichhaltigen Mittagessen brachen wir gemeinsam auf. Bis Hagenhausen waren alle guten Mutes. Doch da hatten viele genug von der Hitze und stiegen in den Bus, der sie zum Bhf. Altdorf brachte. Nur 6 Unentwegte liefen weiter zum Bahnhof, wo 3 auf den nächsten Zug warten mussten und etwas später zu Hause waren.



Am 5. September bei unserer nächsten Wanderung war es wieder so heiß. Wir fuhren mit dem Zug bis Etzelwang, während unsere Genusswanderer bereits in Hartmannshof ausstiegen und gemütlich nach Oed wanderten. Wir dagegen mussten zuerst den Berg hinauf bis zur Gipfelstation des Skiliftes und dann durch dichten Wald nach Ernhüll. Von da ging es nur bergab bis zum schönen schattigen Biergarten vom Gasthaus „Zur Traube“. Da saßen bereits unsere Genusswanderer beim Essen. Da es Schlachtschüssel gab, war es auch für uns nicht schwer etwas Leckeres zu finden. Nach einem kräftigen Mittagessen verließen wir den kühlen Biergarten. Nach einer kurzen Wanderung in der prallen Sonne erreichten



wir den Bahnhof

Hartmannshof. Dort wollte ein großer Teil im netten Garten des Lokals am Bahnhof einkehren. Doch sie wurden enttäuscht, denn es hatte Betriebsurlaub. So warteten wir gemeinsam auf den Zug nach Nürnberg. Doch dann plötzlich kippte einer unserer Wanderer bewusstlos um. Ich rief sofort einen Notarzt, während sich andere um den Bewusstlosen kümmerten. In der Zwischenzeit hat noch einer von uns einen Kreislaufzusammenbruch erlitten. Doch nach kurzer Zeit landete ein Hubschrauber mit den Rettungskräften und dann kam noch ein Sanitätswagen. Die beiden Rettungsmannschaften versorgten unsere beiden Erkrankten und transportierten sie ins Krankenhaus nach Hersbruck. Sie wurden am 3. Tag wieder gesund entlassen, was auch uns erleichterte. Ich möchte mich auch im Namen der beiden Betroffenen bei allen bedanken, die sie sofort behandelten und betreuten. Der Einsatz und die Bereitschaft sofort zu helfen, war vorbildlich. Das will ich hier besonders hervorheben und loben.

Unsere nächsten Termine:

Mittwoch, 7. November	9.20 Uhr am S – Bahnhof Gleißhammer
Mittwoch, 12. Dezember	9.20 Uhr am S – Bahnhof Gleißhammer
Mittwoch, 9. Januar	9.20 Uhr am S – Bahnhof Gleißhammer

Hinweis: Die Wanderungen im Dezember und Januar sind erst am 2. Mittwoch des Monats!



# Wirbelsäulen-Gymnastik

Abteilungsleiterin: Rosi Lehner, Egerer Str. 27, 90480 Nürnberg

☎ 40 34 83

Übungsleiterin: Ingrid Merkl, ☎ 46 22 800

---

**M**it unserer Gymnastik Teil zwei haben wir schon begonnen und drehen schon wieder unsere Runden zum Aufwärmen für die nachfolgenden Übungen. Einige Male müssen wir schon noch ran, um unseren Rücken bis Weihnachten fit zu bekommen.

Kaum aber hat der Kurs begonnen, müssen wir uns mit diesem Vereinsheft auch schon wieder von diesem Jahr verabschieden. Am 4.12. ist unsere letzte Übungsstunde und am 11.12.2018 um 19 Uhr ist wieder unser traditioneller Abschlussabend, wie immer bei Falke.

Überall riecht es schon wieder nach Weihnachten, so dass auch wir nicht anders können als euch allen ein frohes Weihnachtsfest und alles erdenklich Gute für das Jahr 2019 zu wünschen.

*Euer WS-Team Rosi, Ingrid und Reimund*



PS: Wir sagen Ciao, Adieu, Goodbye, weil dieses Jahr das letzte für uns ist/war. Aus den unterschiedlichsten Gründen müssen wir uns von allen Teilnehmern und der Wirbelsäulengymnastik verabschieden. Seit über 25 Jahren gab es die Wirbelsäulengymnastik und es war immer schön, gemeinsam mit euch zu trainieren, zu reden, zu lachen oder auch ernsthafte Dinge zu besprechen. Wir hoffen, wir können uns trotzdem noch sehen, sagen Herzlichen Dank an alle und wünschen euch weiterhin alles Liebe und Gute.



Der **Gedenkgottesdienst für verstorbene Mitglieder** findet auch dieses Jahr im November statt. Der genaue Termin stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest, wird aber rechtzeitig unter [www.djk-falke.de](http://www.djk-falke.de) bekannt gegeben.

Am **16. November** findet um 19 Uhr eine erste **Infoveranstaltung zum 100jährigen Vereinsjubiläum** im Jahr 2022 statt. Dabei geht es vor allem um Vorbereitungen für die Bereiche Feierlichkeiten, Sportveranstaltungen und Bauliche Maßnahmen. Es wäre schön, an dem Abend ein volles Vereinsheim zu haben.

Am ersten Dezemberwochenende ist der diesjährige **Weihnachtsmarkt im Zeltnerschloss**. Nicht nur der Falke-Grillstand freut sich auf euren Besuch!  
Weiteres auf Seite 5.



Wir wünschen allen Mitgliedern schon jetzt eine recht frohe und besinnliche Advents- und Weihnachtszeit!

## ***Impressum***

*Verantwortlich:* 1. Vorsitzender Michael Reiser ☎ 40 32 86

*Zusammenstellung und Bearbeitung:*

Pressewart: Christian Freiburger, ☎ 74 26 236

E-Mail: [pressewart@djk-falke.de](mailto:pressewart@djk-falke.de)

*Satz und Druck:* Schuster-Druck GmbH ☎ 6 42 68 28

*Verleger:* DJK Falke Nürnberg. Erscheint einmal im Vierteljahr.

Der Bezugspreis der Vereinsnachrichten ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

DJK Falke Nürnberg e.V.  
Sudetendeutsche Str. 60  
90480 Nürnberg



**INFOPOST**  
Ein Service der Deutschen Post

## DIE ALTERNATIVE BEI KURZSICHTIGKEIT



Neues Sehgefühl *ohne*  
Operation / Brille / Contactlinsen  
durch moderne

Wir machen's möglich!

Gerhard Schweiger  
und sein Team

- *Augenoptikermeister*
- *staatlich geprüfter Augenoptiker*
- *geprüfter Contactlinsenspezialist*
- *VDC-Mitglied*



# ORTHOKERATOLOGIE

*Schweiger*  
Augen  
optik  
Brillen  
Contactlinsen  
binokulare  
Refraktion  
Computer-Sehtest  
Mineralien

Stephanstraße 35 · 90478 Nürnberg  
Tel.: 09 11 / 4 72 00 97

[www.optikschweiger.de](http://www.optikschweiger.de)