



DIE GOLDFENE RAUTE

Das Gütesiegel für den deutschen Fußball-Verband



Vereinsmitteilungen

55. Jahrgang · Nummer 9 · September 2011

SVL

**Sportverein Nürnberg-Laufamholz
1895 e. V.**

**Das aktuelle
Sportprogramm
des SVL
ab September
2011**



Vereinsmitteilungen

Herausgeber: SV Nürnberg-Laufamholz
Schupfer Straße 81, 90482 Nürnberg
Postanschrift: Postfach 310123, 90201 Nürnberg
E-mail: svl@svlaufamholz.de
Internet: www.svlaufamholz.de
Vereinsabend: jeden Freitag im Sportheim, Schupfer Str. 81
Pächterin Sava Kusturic, Tel./Fax 0911/501941
Verwaltungssitzung: jeden 1. Freitag im Monat

Vorstandschafft:

1. Vorsitzender:	Horst Roth	Tel. 0911/5700682
2. Vorsitzender:	Jürgen Oedinger	Tel. 0911/5048526
3. Vorsitzender:	Horst Katzmeier	Tel. 0911/503255
Schriftführerin:	Barbara Scherrbacher	Tel. 0911/503958
Schatzmeister:	Günter Sdobik	Tel. 0172/8129661
Mitgliederverwaltung:	Bernhard Prösl	Tel. 0911/504078

Bankverbindung:

Sparkasse Nürnberg	Konto-Nr. 1 920 536	BLZ 760 501 01
Deutsche Bank PGK AG	Konto-Nr. 3 605 151	BLZ 760 700 24

Spendenkonto:

Sparkasse Erlangen	Konto-Nr. 55	BLZ 763 500 00
---------------------------	--------------	----------------

Beiträge:	pro Monat	pro Jahr
Mitglieder über 16 Jahre	8,50 €	102,00 €
Mitglieder bis 16 Jahre, in Ausbildung befindliche Mitglieder bis 24 Jahre, Mitglieder ab 65 Jahre	6,00 €	72,00 €
Familien (Eltern + beliebig viele Kinder bis 16 Jahre)	18,00 €	216,00 €
Aufnahmegebühr	1 Monatsbeitrag	

Bitte denken Sie daran, uns eventuelle Kontoänderungen mitzuteilen, um unnötige Mehrarbeit und Kosten, welche wir Ihnen belasten müssten, zu vermeiden.
Vielen Dank für Ihre Mitarbeit.

Inhaltsverzeichnis

Aus unserer Vereinsfamilie	3
Aus unserer Fußball-Abteilung	5, 7
Kindergarten & Sportverein	9
Sportprogramm ab Herbst 2011	11
Yoga	13
Fitnessübersicht	14, 15

Verantwortlich für den Inhalt:

Horst Roth

Druck:

Buch- und Offsetdruckerei H. Millizer
Spitalberg 3, 91126 Schwabach
Tel. 09122/938019 – Fax 938030
E-mail: satztechnik@druckerei-millizer.de

Aus unserer Vereinsfamilie

Herzliche Glückwünsche gehen an alle Geburtstagskinder, welche in der nächsten Zeit feiern dürfen.

Die nachstehenden Mitglieder begehen persönliche Jubiläen:

18. 9. Sylvia Kern	29. 9. Manfred Sommer
20. 9. Dagmar Schmidt	3. 10. Gerlinde Riedl
20. 9. Hannelore Köllisch	13. 10. Rosa Kumpf
25. 9. Dieter Sziegoleit	13. 10. Hedy Martin

Wir wünschen ihnen alles Gute und vor allem Gesundheit für das kommende Lebensjahr.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei **Waltraud und Herbert Burger** für ihre Spende.

Wir möchten hiermit alle zu ehrenden Mitglieder und alle Ehrengäste, welche wir zum **Ehrungsabend am 22. Oktober 2011** eingeladen haben, nochmals an diesen Termin erinnern. Außerdem bitten wir um Rücksendung bzw. Rückgabe des der Einladung beigelegten Antwortschreibens bis zum 23. September 2011, um Sicherheit bei der Planung zu haben. Vielen Dank!

Die nächste Verwaltungssitzung findet am

Freitag, dem 7. Oktober 2011,

um 19.30 Uhr im Sportheim statt.

Verehrte SVL-Mitglieder, besuchen Sie uns auf unserer Homepage unter

www.svlaufamholz.de

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Liebe Leser der Vereinsmitteilungen, bitte denken Sie bei Ihren Einkäufen an unsere Inserenten und Laufamholzer Geschäftsleute, welche uns unterstützen. Vielen Dank!

Ihre Vorstandschaft



Pyraser Bier

SV Laufamholz 1895 e.V.

Sportgaststätte

Pächter:
Sava Kusturic
Schupfer Str. 81
90482 Nürnberg
Tel./Fax 0911/501941

Mit teilbarem Nebenraum für bis zu 100 Personen für Familienfeiern und Firmenveranstaltungen.
Täglich wechselnde, preiswerte kleine Gerichte.
Sonntags frische Braten im Angebot.

Geöffnet:
Di - Do ab 16.00 Uhr
Freitag ab 14.00 Uhr
Sa/So sowie an Feiertagen ab 10.00 Uhr

Pyraser
WALDQUELLE



**Super Kondition(en) –
und das zum Ortstarif!**

01801-80 04 12

Die WBG Nürnberg Gruppe ist die führende Unternehmensgruppe der Wohnungswirtschaft in der Metropolregion Nürnberg.

Sie können direkt bei uns mieten, wenn Sie eine Wohnung suchen. Natürlich provisionsfrei! Wir helfen Ihnen gerne, denn „Wohnen ist unser Produkt“. Bitte rufen Sie uns an.

Wir gestalten LebensRäume

WBG Nürnberg Gruppe

Aus unserer Fußball-Abteilung

1. und 2. Mannschaft

SpVgg Nürnberg – SV Laufamholz

3:2 (0:1)

Ein bitteres Ende nahm das Saisonauftaktmatch für den Aufsteiger SV Laufamholz bei der SpVgg Nürnberg, dem Tabellenfünften des abgelaufenen Spieljahres. Mit einer 1:0-Pausenführung durch ein Freistoßtor von Spielertrainer Stefan Birngruber (15.) im Rücken, bekamen die Gäste – für die hatte Roppelt in Halbzeit Eins Pech mit dem Aluminium – im zweiten Durchgang immer mehr Probleme im Defensivbereich gegen die flinken Stürmer der Diehm-Elf. Das 1:1 in der 54. Minute war die Konsequenz. Die erneute Gästeführung hatten dann Birngruber – dessen sehenswerter Freistoß an die Querlatte knallte – und Albano auf dem Fuß, dessen Schuss aus der Drehung vom aufmerksamen SpVgg-Torwart aus der Ecke gefischt wurde. Kurz danach konnte SVL-Keeper Andreas Baur auf der anderen Seite nicht mehr retten (60.), so dass die Hausherren das Spiel Mitte der zweiten Halbzeit gedreht hatten, ehe der kurz zuvor eingewechselte Philipp Kaiser mit einer Direktabnahme am langen Eck wieder für den Ausgleich sorgte (72.). Eine Aneinanderreihung von Fehlern im Laufamholzer Defensivverbund nutzten die Hausherren in der Schlussphase schließlich zum 3:2 (88.). Das Ergebnis hatte auch nach der langen Nachspielzeit noch Bestand, in der Sven Albrecht mit dem Rücken zum Tor noch einmal unverhofft zu einer Riesenmöglichkeit kam, den Ball aber nicht mehr traf.

SVL: Baur, C. Meier, P. Leithner (70. Kaiser), Willmann, Amet (46. Tscherner), Meyer (20. Körner), Filip, Albano, S. Albrecht, Birngruber, Roppelt.

Tore: 0:1 Birngruber (15.), 1:1 (54.), 2:1 (60.), 2:2 Kaiser (72.), 3:2 (88.).

SV Laufamholz – TSV Fischbach

3:3 (2:3)

Nach der Last-Minute-Niederlage am letzten Wochenende behielt der SV Laufamholz in seinem zweiten Saisonspiel gegen den ambitionierten Tabellenführer vom TSV Fischbach zumindest einen Punkt zu Hause. Diesen verdiente sich die Birngruber-Elf in einer umkämpften Partie, die nach 90 intensiven Minuten 3:3 endete. Nach der frühen Führung durch Sebastian Roppelt drehte zunächst der Gast das Spiel, ehe wiederum Roppelt in der 24. Minute für den 2:2-Ausgleich sorgte. Ein Ballverlust im Vorwärtsgang lud dann Fischbachs Daniel Heyn, der die Laufamholzer mit seinem Siegtor bereits vor zwei Jahren in die A-Klasse schoss, zum 3:2 ein. Im zweiten Abschnitt bemühten sich die Gastgeber um den erneuten Ausgleich, der dem eingewechselten Philipp Kaiser nach einer Calhan-Flanke schließlich gelang. In den verbleibenden 25 Minuten lieferten sich beide Teams ein abwechslungsreiches Duell auf Augenhöhe, das am Ende keinen Sieger mehr fand.

SVL: Markus, Körner, Willmann, Amet, Tscherner (51. Kaiser), C. Meier, S. Albrecht, Calhan (82. P. Leithner), M. Billner, Birngruber (88. Ranft), Roppelt.

Tore: 1:0 Roppelt (2.), 1:1 (10.), 1:2 (12.), 2:2 Roppelt (24.), 2:3 (32.), 3:3 Kaiser (51.).

TB Johannis 88 – SV Laufamholz

5:2 (3:1)

Einen Warnschuss vor den Bug erhielt der Aufsteiger SV Laufamholz am 3. Spieltag auswärts beim gestandenen Kreisklassisten Johannis 88. Nach ordentlichem Beginn der Gäste und einer Chance von Moritz Billner, stolperte das Team von Stefan Birngruber in der Defensive von einer Verlegenheit in die andere. Die 88er verwendeten dazu vergleichsweise einfache Mittel: entschlossenes Zweikampverhalten und lange Pässe in Richtung Strafraum. Die verdiente Führung der Gastgeber nach 18 Minuten glich Billner wenig später aus kurzer Distanz noch aus, ehe Johannis durch zwei Kopfballtore auf 3:1 davonzog. Nach Billners Kopfballtreffer zum 2:3 unmittelbar nach der Pause, keimte beim SV Laufamholz noch einmal Hoffnung auf. Zwanzig Minuten vor Schluss leistete sich der Gast dann im Vorwärtsgang einen von vielen unnötigen Ballverlusten, sodass im Gegenzug das 4:2 fiel. Nur noch statistischen Wert hatte freilich das 5:2.

Unser Service für Sie:

Brillen • Kontaktlinsen
Vergrößernde Sehhilfen
Uhrenbatteriewechsel
Augenarzt im Haus



brillen- HANNES REGITZ
studioost

Moritzbergstraße 45 90482 Nürnberg Tel: 54 84 681

FLIESEN-KÖSTLER & KLIER GMBH

AUSFÜHRUNG SÄMTLICHER FLIESEN-, PLATTEN-, MOSAIK-
UND NATURSTEINARBEITEN



Fachbetrieb des
deutschen Fliesengewerbes
in der Bauinnung Nürnberg

Eslarner Str. 8, 90482 Nürnberg
Tel. 0911 / 541388 · Fax 541047

SVL: K.H. Filip, Willmann, Roth (43. P. Leithner), S. Meyer, Amet (43. Körner), Calhan, C. Meier, S. Albrecht (72. Albano), M. Billner, Birngruber, Kaiser.

Tore: 1:0 (18.), 1:1 M. Billner (21.), 2:1 (38.), 3:1 (41.), 3:2 M. Billner (47.), 4:2 (70.), 5:2 (85.).

TSV Fischbach II – SV Laufamholz II 3:2 (1:1)

In ihrem ersten Punktspiel der Saison und unter Neu-Trainer Jürgen Reuter ließ die 2. Mannschaft des SVL in der ersten halben Stunde mehrere hochkarätige Chancen aus und zollte im weiteren Spielverlauf dem großen läuferischen Aufwand der Anfangsphase Tribut. So musste man sich am Ende zehn Fischbachern mit 2:3 geschlagen geben.

SVL II: Fentroß, S. Meier, C. Leithner, Starz, Junker, F. Prösl, Ranft, B. Billner, Pöhlmann, Nuß, M. Albrecht / Schmeissner, Schubert, Bonn.

Tore: 2 x Nuß.

ASC Boxdorf II – SV Laufamholz II 0:4 (0:1)

Bei hochsommerlichen Temperaturen hatten die Gäste aus Laufamholz Ball und Gegner im Griff, suchten den Torabschluss aber meist zu früh aus der Distanz. Kurz vor der Halbzeit fand ein harmloser Freistoß von Nuß trotzdem den Weg ins Tor. Nach der Pause fiel die Entscheidung nach zwei Treffern von Benedikt Billner, ehe Ferdinand Strauch mit einem sehenswerten Schlenzer den 0:4-Endstand erzielte.

SVL II: K. Filip, Junker, C. Leithner, Tscherner, Roth, Wißerner, Bonn, Scharf, B. Billner, Nuß, Pöhlmann / Strauch, Amet.

Tore: 0:1 Nuß (43.), 0:2 B. Billner (55.), 0:3 B. Billner (70.), 0:4 Strauch (86.).

ASC Boxdorf – SV Laufamholz 1:1 (0:0)

Beim Aufeinandertreffen der beiden Aufsteiger dominierte der SV Laufamholz auf dem Boxdorfer Sportgelände und erspielte sich im ersten Durchgang eine Handvoll guter Möglichkeiten. Doch zweimal war der Abschluss schwach, zweimal reagierte Boxdorfs Schlussmann überragend und einmal konnte der Ball noch auf der Linie geklärt werden. Besser machte es kurz nach der Halbzeit Marek Filip, der aus zwanzig Metern mit einem strammen Schuss erfolgreich war. Danach vergaben die Gäste noch drei weitere Gelegenheiten und wurden dafür nach einer Stunde bitter bestraft. Nach einer Standardsituation traf Boxdorf per Kopfball zum 1:1. Bis zum Schluss entwickelte sich ein offener Schlagabtausch, ein Tor fiel indes nicht mehr.

SVL: Markus, C. Meier, Ranft, P. Leithner, Calhan (55. Amet), M. Filip, M. Billner, S. Meyer (30. S. Albrecht), Birngruber, Kaiser (35. Körner), Roppelt.

Tore: 0:1 M. Filip (49.), 1:1 (63.).

PKW + KOMBI + CABRIO + VAN + BUS 9-SITZER + LIMOUSINE



»Unfall? Mietwagen mit Unfallservice«

24-h-Unfallservice ☎ 54 70 54

Nürnberg · Laufamholzstraße 118
www.loesch-autovermietung.de

ERSTKUNDENRABATT
1 PKW-
Wäsche
WASCHSTRASSE
AB 1 TAGESMIETE
GRATIS

**EUROPA
SERVICE**
AUTOVERMIETUNG

LKW 3,5 - 40 t + MÖBELWAGEN + KÜHLWAGEN

MEIER IMMOBILIEN GMBH

- Vermittlung von Haus- und Grundbesitz
- Vermietungen
- Kapitalanlagen
- Wertermittlungen

Seit 1990 betreuen wir erfolgreich Kirchen, Sozialwerke, Krankenhäuser und Privatpersonen in Immobilienfragen.

Für vorgemerkte Kunden suchen wir laufend Eigenheime, Eigentumswohnungen, Mietshäuser und Bauplätze.

Kostenlose Beratung – Vereinbaren Sie Ihr persönliches Gespräch mit unserem Herrn Meier, auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause.

Arthur Meier
Moritzbergstr. 19a
90482 Nürnberg

Tel.: 0911 / 50 20 45
Email: meier-immobilien@arcor.de
Mitglied im Internationalen Gideonbund



MORITZAPOTHEKE

Apothekerin Margit Schlenk
Moritzbergstraße 53
90482 Nürnberg
Tel. 09 11 / 9 50 69 66 · Fax -77
max@moritzapotheke.de



Unser individueller Service:

- Haar Mineral Analyse und Vitaminberatung
- Ernährungsberatung
- MORITZCARD: die Servicekarte für Ihre Arzneimittelsicherheit sowie Jahresquittungen und vieles mehr für Ihre Gesundheit



Grund zum Jubeln hatten die Kinder des evangelischen Kindergartens, denn durch die Kooperation mit dem Sportverein SV Laufamholz wurde ihnen ein Gutschein von Sport Erhard über 200 Euro überreicht.



BSJ- BAERchen

Bewegung ist gut !

Bayerische Sportvereine gehen mit Kindertagesstätten Hand in Hand

Die Kooperation „Kindergarten & Sportverein“ unter dem Namen BAERchen (**B**ewegung, **A**ufklärung, **E**rnährung, **R**essourcen) bringt noch mehr Sport in den Kindergarten. Einmal pro Woche erhalten die Kinder der Tagesstätten in den Nürnberger Stadtteilen Laufamholz und Rehlfeld durch einen qualifizierten Übungsleiter eine zusätzliche Bewegungsstunde, die auch den bewussten Umgang mit der täglichen Nahrung unterstützt.

Für die Besiegelung dieses Rahmenvertrages gab es nun für jeden Kindergarten einen Gutschein von Sport Erhard über 200 Euro. Überreicht wurde dieser vom Vorsitzenden der Bayerischen Sportjugend Lothar Sölla an die Kindergartenbeauftragte des Gemeindevereins Barbara Plato.





Pyraser Bier **Laufamholzer** **Getränkeland**

Erwin Pillhofer

Winner Zeile 5
90482 Nürnberg

Telefon 0911 501528
Fax 0911 5065208

- Ständig ca. 150 Getränkesorten auf Lager
- Heimservice
- Fassbiere auf Bestellung von 5 bis 50 Liter
- Franken- und intern. Weine ständig im Sortiment

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 9 - 12 u. 14 - 18, Sa. 9 - 14 Uhr



Pyraser
WALDQUELLE

Waren Sie schon bei SCHERNECK ? **Der weiteste Weg lohnt sich!**

Wir führen alle Weltmarken in Riesenauswahl.
Viele Muster- und Ausstellungsstücke stark reduziert!
Bei uns stimmt die Qualität und der Preis.

Ihr Partner für starke Marken

SCHERNECK

lifestyle | trends | travel
Erlangen - Hauptstraße 35 - Altstadt

LEDERWAREN
SCHERNECK

Im neuen Markt, 1. Etage
91052 Erlangen (an der Rolltreppe)
Tel. 0 91 31 / 2 36 24

Leder Studio S

Hauptstraße 10, Im Zentrum
91054 Erlangen, Nähe Hugentottenplatz
Tel. 0 91 31 / 2 45 57

LEDERWAREN
SCHERNECK

Schwabacher Straße 12
90762 Fürth
Tel. 09 11 / 77 32 01

SV Laufamholz 1895 e.V. Sportprogramm ab Herbst 2011



Fitness: Y.Schamel, Tel. 0911/5047474, C.Josse 0911/504196

Montag	18.30 Uhr	PowerFit	SVL-Halle
Montag	19.20 Uhr	FigurFit / Pilates	SVL-Halle
Montag	20.00 Uhr	Skigymnastik	Schulturnhalle
Dienstag	18.30 Uhr	Offener Lauftreff	
Mittwoch	08.30 Uhr	Fitness-Gymnastik	SVL-Halle
Mittwoch	10.00 Uhr	Yoga 50 plus (Kurs 04.10. - 14.12.2011)	SVL-Halle
Mittwoch	19.00 Uhr	PowerFit	SVL-Halle
Mittwoch	19.50 Uhr	Figur Fit / Yoga	SVL-Halle
Donnerstag	09.00 Uhr	Fit ab 60	SVL-Halle
Donnerstag	18.30 Uhr	Offener Lauftreff	
Donnerstag	19.00 Uhr	Fit ab 50	Schulturnhalle
Donnerstag	19.50 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Schulturnhalle
Donnerstag	18.15 Uhr	Viet Vu Dao - Kampfkunst	SVL-Halle
Freitag	09.00 Uhr	Rücken Fit	SVL-Halle
Freitag	09.50 Uhr	Body & Mind / Pilates	SVL-Halle
Samstag / Sonntag		Offener Lauftreff	

Vorstandschafft:
1. Vorstand: Horst Roth
Tel. 0911/5700682
2. Vorstand: Jürgen Oedingen
Tel. 0911/5048526
3. Vorstand: Horst Katzmeier
Tel. 0911/503255

Kids: Y.Schamel, Tel. 0911/5047474, C.Josse 0911/504196

Montag	15.30 Uhr	Sport-Spiel-Spaß ab 6 Jahren	Schulturnhalle
Montag	16.30 Uhr	Sport-Spiel-Spaß ab 4 Jahren	Schulturnhalle
Dienstag	16.00 Uhr	Sport-Spiel-Spaß Eltern-Kind ab 2 J. (Kurs)	Schulturnhalle
Dienstag	17.00 Uhr	Sport-Spiel-Spaß ab 8 Jahren	Schulturnhalle
Donnerstag	10.00 Uhr	Sport-Spiel-Spaß Eltern-Kind ab 1 J. (Kurs)	SVL-Halle
Donnerstag	11.00 Uhr	Sport-Spiel-Spaß Eltern-Kind ab 1 J. (Kurs)	SVL-Halle
Donnerstag	16.00 Uhr	Einrad / Akrobatik / Jonglage Anfänger	Schulturnhalle
Donnerstag	17.00 Uhr	Einrad / Akrobatik / Jonglage Fortgeschr.	Schulturnhalle

Sportheim:
Schupfer Str. 81
Pächterin Sava Kusturic
Tel. 0911/501941

Fußball Senioren: Andreas Schmidt, Tel. 0179-2038452

1. + 2. Mannschaft	Dienstag 19.00 Uhr / Donnerstag 19.00 Uhr	Sportplatz
Cosmos	Montag 19.15 Uhr	Schupfer
AH-Mannschaft	Mittwoch 18.30 Uhr	Str. 81

Postanschrift:
Postfach 310123
90201 Nürnberg
svl@svlaufamholz.de
www.svlaufamholz.de

Fußball Junioren: Stephanie Wißner, Tel. 0911/503971

Mike Schäufle, Tel. 0911/5048603, 0151/56101434

U17 (B-Junioren)	Montag 18.00 Uhr / Freitag 17.00 Uhr	
U15 (C-Junioren)	Dienstag 17.15 Uhr / Donnerstag 17.15 Uhr	
U13 (D-Junioren)	Dienstag 17.45 Uhr / Freitag 16.30 Uhr	
U11 (E1/E2-Junioren)	Montag 16.30 Uhr / Freitag 15.30 Uhr	Schupfer
U9 (F1/F2-Junioren)	Montag 17.00 Uhr / Mittwoch 17.00 Uhr	Str. 81
U7 (G-Junioren)	Freitag 14.30 Uhr	



Volleyball: Christine Beda, Tel. 0160/99165730

Dienstag	19.00 Uhr	Volleyball Erwachsene gemischt	Schulturnhalle
Mittwoch	19.30 Uhr	Volleyball Senioren männlich	Schulturnhalle

Tischtennis: Thomas Krause, Tel. 0911/405561

Montag	16.00 Uhr	Anfängertraining	SVL-Halle
Dienstag	17.30 Uhr	Mädchen (incl. Heimspiele)	SVL-Halle
Dienstag	19.30 Uhr	Herrentraining (incl. Heimspiele)	SVL-Halle
Mittwoch	17.30 Uhr	Stützpunkt + Heimspiele 1. Jugendman.	Schulturnhalle
Mittwoch	17.00 Uhr	Heimspiele 2. Jugendman.	SVL-Halle
Freitag	15.30 Uhr	Basis- und Fortgeschrittenentraining	SVL-Halle
Freitag	17.30 Uhr	Jugend Mannschaftstraining	SVL-Halle
Freitag	20.00 Uhr	Herren (incl. Heimspiele)	SVL-Halle
Samstag	11.00 Uhr	Jugend Mannschaftstraining	SVL-Halle
Samstag	12.00 Uhr	Jedermanntraining	SVL-Halle



Laiensclub: Kathrin Roderus 0172/8516143

Donnerstag	20.30 Uhr	Theater / Showbühne	SVL-Halle
------------	-----------	---------------------	-----------



Tennis: Dr. Ingomar Grafe, Tel. 0911/503464

50 JUBILÄUMSLÖWEN: PEUGEOT 206+



Abb. enthält Sonderausstattung

PEUGEOT 206+

LIMITIERTE STÜCKZAHL: der 206+ Fifty 75 PS 5-türig zum
50. Jubiläum im Autohaus Fröhlich:

- ESP
- Fensterheber vorn elektr.
- Klimaanlage
- Radio Audio/CD
- Rücksitzbank geteilt umklappbar
- Zentralverriegelung mit Funkfernbedienung
- Scheinwerfer in Klarglasoptik

AB

€ 10.990,00

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts
8,2-4,9; außerorts 4,7-3,5; kombiniert 6,0-4,0;
CO₂-Emission in g/km: kombiniert 139-104;

PEUGEOT **206+**



PEUGEOT
MOTION & EMOTION

Fröhlich

Peugeot Center Nürnberg

Nürnberg • Gustav-Adolf-Straße 135 • Tel.: (09 11) 95 40 80

Nürnberg • Ostendstraße 154 • Tel.: (09 11) 95 40 80

Fürth • Erlanger Straße 170 • Tel.: (09 11) 787 4740

www.autohaus-froehlich.de

Neuer Kurs beim SVL:
Yoga 50 plus!



YOGA für mich

neuer Kursbeginn:
Mittwoch, 04.10.2011, 10.00 Uhr
10 Einheiten, einmalige Kursgebühr:
für SVL-Mitglieder: 10 €
für Nichtmitglieder: 80 €

Info und Anmeldung bei
Ulla Grötsch, Tel. 0911/5443500

Für Yoga ist es nie zu spät -
der beste Zeitpunkt ist jetzt!

Sie halten sich körperlich fit, trainieren Muskeln
und Gelenke und bringen den Kreislauf in Schwung
- mehr Lebensfreude und Vitalität entstehen

Sie unterstützen Ihre Atmung durch bewusstes
und achtsames Atmen - körperliches und seelisches
Gleichgewicht entstehen

Sie bleiben mit Konzentrations- und
Meditationsübungen geistig wach - Sie finden Zeit
und Ruhe für sich.





SV Nürnberg-Laufamholz 1895 e. V. Fitness-Übersicht ab 12.09.2011

Yvonne Schamel 0911 / 5047474
Claudia Josse 0911 / 504196
www.svlaufamholz.de

Montag

18.30 Uhr
PowerFit
Yvonne Schamel
SVL-Halle

19.20 Uhr
FigurFit / Pilates
Yvonne Schamel,
SVL-Halle

20.00 Uhr
Skigymnastik
Günter Kratzer,
Schulturnhalle

Dienstag



18.30 Uhr
Offener Lauftreff
Günter Kratzer

Mittwoch

8.30 Uhr
Fitnessgymnastik
I. Messingschlagler
SVL-Halle

10.00 Uhr
Yoga 50 plus
Kurs 04.10-14.12.11
U.Grötsch
SVL-Halle

19.00 Uhr
PowerFit
Doris Scherer
SVL-Halle

19.50 Uhr
FigurFit / Yoga
Doris Scherer
SVL-Halle

Donnerstag

9.00 Uhr
Fit ab 60
Yvonne Schamel
SVL-Halle

18.30 Uhr
Offener Lauftreff
Günter Kratzer

19.00 Uhr
Fit ab 50
Martina Kalmer
Schulturnhalle

19.50 Uhr
Wirbelsäulengymnastik
Martina Kalmer
Schulturnhalle

Freitag

9.00 Uhr
Rückenfit
Claudia Bärthlein
SVL-Halle

9.50 Uhr
Body & Mind / Pilates
Claudia Bärthlein
SVL-Halle



Samstag/ Sonntag

Offener Lauftreff
Günter Kratzer



SV Nürnberg-Laufamholz 1895 e.V. Übersicht Kids ab 13.09.2011



Claudia Josse 0911/504196
Yvonne Schamel 0911/5047474
www.svlaufamholz.de

Montag

15.30 Uhr
**Sport-Spiel-Spaß
ab 6 Jahren**
Yvonne Schamel
Schulturnhalle

16.30 Uhr
**Sport-Spiel-Spaß
ab 4 Jahren**
Yvonne Schamel
Schulturnhalle

Dienstag

16.00 Uhr
**Sport-Spiel-Spaß
Eltern & Kind ab 2 J.**
Kurs: 27.09.-06.12.11

Florian Menzke/
Claudia Bärthlein
Schulturnhalle

17.00 Uhr
**Sport-Spiel-Spaß
ab 8 Jahren**
Florian Menzke/
Claudia Bärthlein
Schulturnhalle



Mittwoch

10.0 & 11.00 Uhr
**Sport-Spiel-Spaß
Eltern & Kind ab 1 J.**
Kurs: 29.09.-08.12.11
Yvonne Schamel
SVL-Halle

Donnerstag

16.00-17.00 Uhr
Einrad & Akrobatik Anfänger
Claudia Josse /
Tamara Schiekofer
Schulturnhalle

17.00-18.30 Uhr
Einrad & Akrobatik Fortg.
Claudia Josse
Tina Rieder
Schulturnhalle

Freitag

swissflex®

swiss made. swiss quality.

110% SWISSFLEX BIETET MEHR!

Vom 1. Oktober bis 15. November 2011 erhalten Sie beim Kauf eines Swissflex®-Produktes 10% zusätzlichen Wert!



RÜGER

das Haus für Schlafkomfort

Daunendecken · Federbetten · Bettenreinigung · Matratzen
Lattenroste · Bettgestelle · Bettwäsche · Nachtwäsche
Ostendstraße 182 • 90482 Nürnberg-Mögeldorf
Tel. 0911/9 54 99 11 • Fax 0911/9 54 99 22
 Parkplätze vor dem Haus und im Hof.

www.swissflex.com