



PULVER

MAGAZIN

2021-02



AUF ABSTAND VEREIN(T)

Saison Rückblick 2021

Neuer Spielplatz

Mehr Angebot für die ganze Familie (Seite 2)

Die Tennis Abteilung startet durch!

Touchtennis, Rollitennis, Crossminton, u.v.m. (Seite 26)

204
Jahre



**Weil's um mehr
als Geld geht.**

Weil's um unser Klima geht.



Naturerlebnis & Umweltbildung vereint -
der Waldpfad im Tiergarten Nürnberg. Dieses und
weitere Zukunftsprojekte der Sparkasse Nürnberg
unter www.s-magazin.de/zweihundert

 **Sparkasse
Nürnberg**

INHALT

1	Vereinsleben
7	Fitness
13	Schwimmen
19	Synchronschwimmen
25	Tennis
31	Informationen

LIEBE SPORTLERINNEN UND SPORTLER,

die Freibadsaison 2021 neigt sich dem Ende und die kalten Tage rücken leider immer näher. Gemeinsam können wir auf turbulente Monate zurückblicken und möchten diese gerne mit euch Revue passieren lassen. Das Corona-Virus dominierte uns insbesondere zu Beginn des Jahres. Schon die Vorbereitung der Freibadsaison lief nicht problemlos ab. Aufgrund von Corona kam es zu Lieferschwierigkeiten, weshalb die Beckenfarben für unsere Schwimmbecken nicht rechtzeitig geliefert werden konnten. Das Resultat: grünliche Stellen am Beckenboden. Das Wasser ist selbstverständlich qualitätsgesichert vollkommen sauber und wir hoffen zur kommenden Saison unsere Becken wieder im schönen Blau erstrahlen lassen zu können.

Zunächst war das Vereinsgelände ausschließlich für den Leistungssport freigegeben – für Freizeitsportler vollständig untersagt. Mitte April der Lichtblick; erste Lockerungen waren möglich und einige Individualsportarten konnten unter Einhaltung der jeweiligen Hygienevorschriften mit dem Trainingsbetrieb beginnen. Durch den kontinuierlichen Rückgang der Infektionszahlen konnte Ende Mai der langersehnte Sportbetrieb wiederaufgenommen werden. Kurz darauf, Anfang Juni, durften wir endlich auch wieder Besucher in unserem Freibad empfangen. Obwohl wir dankbar um die Lockerungen und die Rückkehr des Vereinslebens waren, haben sich die gesetzlichen Vorgaben im 2-Wochen-Rhythmus geändert und somit lief alles eher ungewohnt bürokratisch ab, wie z.B. ein Zutrittssystem, das für Verwirrung und Unmut bei den Besuchern geführt hat.

Die Gastronomie lief zudem nicht vollständig reibungslos. Unserem Wirt mangelte es noch an geeignetem Personal, weshalb zunächst nur der Kiosk betrieben werden konnte und sich die geplante Eröffnung des Restaurants etwas verzögerte.

Das heiße Wetter mit ca. 30 Grad in den ersten Saison-Wochen brachte nicht nur viele Besucher, sondern auch viele Probleme mit sich. Die negative Seite zeigte sich an den genervten Anwohnern und einigen Besuchen vom Ordnungsamt, sodass nach den Auflagen vom Ordnungsamt ein Corona-konformes Besuchermanagement eingeführt werden musste.



Dazu gehörte u.a. die Erhöhung der Personalstärke mit zusätzlichem Security-Dienst und indirekt auch das Online-Buchungssystem (Vorab-Bezahlungssystem). Die endgültigen finanziellen Auswirkungen sind noch nicht abzusehen, aber es wird keine rosige Saison werden.

Leider mussten wir auch personelle Einbußen verzeichnen. So musste unser Vorsitzender Werner Pfeifer, im März 2021, aus gesundheitlichen Gründen von seinem Amt im Bayern 07 zurücktreten. Leider wird auch unsere stellvertretende Vorsitzende Corinna Weidlich aus persönlichen Gründen von Ihrem Amt zurücktreten. Für die vielen Jahre, in der Sie den Verein in dieser verantwortungsvollen Position mit viel wirtschaftlichem Geschick geführt hat, möchten wir Ihr schon jetzt unseren größten Dank aussprechen!!!

Nun suchen wir dringend Mitglieder, die sich im Vorstand engagieren möchten, um den Verein gemeinsam mit den anderen Vorständen zu prägen und zukünftig weiterführen zu können. Bei Interesse meldet euch bitte schnellst möglich unter vorstand@bayern07.de oder sprecht uns persönlich an.

Trotz aller Schwierigkeiten konnten wir auch viele Projekte dank der tatkräftigen Unterstützung einiger Helfer in die Wege leiten und umsetzen. Dazu gehören beispielsweise die Fertigstellung der Terrasse und der Innenausbau der Gaststätte, der neue Anstrich des Vereinsgebäudes und

dank Martin von der Tischtennisabteilung der Aufbau der neuen Umkleideschnecken auf unserem Gelände.

Ein besonderes Lob geht auch an unsere Kassen-Service-Kräfte Moni, Moni und Gabi, die sich sehr mit neuen Buchungs- und QR-Code Scans auseinandersetzen mussten und dies toll gemeistert haben, sowie an unsere beiden Bademeister German und Marco, die an allen Stellen engagiert mit angepackt haben.

Viele „Baustellen“ sind dennoch weiterhin offen. Die Umsetzung angestrebter bzw. notwendiger Projekte ist nur mit tatkräftiger Unterstützung von euch Mitgliedern möglich! Aktuell sind zu wenige Helfer zur Mitarbeit bereit. Dem Vorstand ist es nicht möglich diese fehlende Freiwilligenarbeit durch eigenes Arbeitspensum zu kompensieren. Sichtbar wurde dies u.a. in der verzögerten Fertigstellung des Spielplatzes. Wenn ihr euch verstärkt einbringen wollt, meldet euch gerne unter vorstand@bayern07.de.

Abschließend kann gesagt werden, dass diese Saison vor allem Corona bedingt viele neue Herausforderungen und Veränderungen mit sich gebracht hat. Lasst uns auch in Zukunft gemeinsam Anpacken und positive Veränderungen für unseren Verein bewirken! Nur gemeinsam ist das möglich.

*Mit sportlichen Grüßen
Euer Vorstands-Team*

MarthaCafé

Café, Begegnung & Kultur

Marthastraße 35, 90482 Nürnberg
Web: www.marthacafe.de

Telefon: 0911/ 80 19 43 98
Email: info@marthacafe.de

Di - Fr: 12 -19 Uhr; Sa, So und Feiertage: 14 -17 Uhr

Selbstgebackene Kuchen und Torten. Gerne bewirten wir Sie bei Geburtstagsfeiern o.ä.
Wir suchen ehrenamtliche MitarbeiterInnen

VEREINSLEBEN

Geschäftsstelle: Yvonne Endhart
info@bayern07.de

GEHT' SPIELEN!

Der neue Spielplatz ist da!

Buddeln, Schaufeln, Rutschen, Klettern – durch VEREINte Kraft mit vielen helfenden Händen konnte im August endlich der neue Spielplatz fertiggestellt werden.

Der neue Ort für Spiel, Spaß und Aktion, gleich in der Nähe des Kinderbeckens, wird mit Sicherheit in Zukunft viele Kinderherzen erfreuen.



An alle Helferinnen und Helfer:

VIELEN DANK

für Euren selbstlosen Einsatz!



**Gravuren
Schilder
Pokale**

Gravieranstalt Hanisch OHG
Koberger Straße 39
90408 Nürnberg
Tel.: 0911/35 22 50 · Fax: 0911/36 73 00
E-Mail: hanisch-gmbh@nefkom.net
www.hanisch-gravuren.de



**Ihr Damen-
und Herrenfriseur**

Inh. Birgit Schwarz
Nürnberg
Marthastraße 32
Telefon 54 46 60

BAYERN 07er

Ein Herzliches Willkommen liebe Vereinsmitglieder, Sportsfreunde, Gäste und Nachbarn im Restaurant „Bayern 07er“. Mein Name ist Andreas Thienel und zusammen mit meinem Team betreiben wir das Restaurant des SB Bayern 07, sowie im Sommer den angeschlossenen Kiosk zur Freibadsaison. Im Restaurant bieten wir auf unserer Speisekarte deutsche und internationale Gerichte an. Während der Freibadsaison kann man tagsüber auch als externer Besucher die Bewirtung auf der Kioskterrasse nutzen. Weitere Details und Informationen findet man auf Facebook und Instagram (bayern07er) oder auf unserer Website bayern-07er.eatbu.com. Wir freuen uns auf Euren Besuch bei uns. In diesem Sinne – Vergelt's Gott!



Öffnungszeiten Restaurant

Di – Sa 16.30 – 22.00 Uhr
So 10.00 – 14.30 Uhr

Öffnungszeiten Kiosk (Mai –Sept.)

Mo – Do 11.00 - 19.30 Uhr
Fr – So 10.00 - 19.30 Uhr

Telefonnummer für Fragen und Reservierungen: 0911 - 91 94 07 90

Hier finden Sie das Menü unserer Vereinsgaststätte:



ARBEITSDIENSTE



Nur mit Unterstützung ist die Realisierung vieler Projekte und die Pflege unseres Geländes zu stemmen. Deshalb möchten wir auch hier noch mal auf unsere Arbeitsdienste hinweisen. Arbeitsdienste können von März bis November (30.11.) durchgeführt werden. Dafür ist eine vorherige Anmeldung erforderlich, damit wir die

Arbeitskräfte sinnvoll einteilen können. Wir bitten euch, nach vorhandenen Fertigkeiten und terminlicher Möglichkeit, euren Arbeitsdienst verbindlich über unsere Doodle-Liste (QR-Code) zu buchen. Oder meldet Euch direkt per Telefon bei unseren Bademeistern Marco unter 0163- 77 70 798 oder German unter 0151- 41 28 46 25.



PINN WAND



KENNST DU SCHON?

Kennst du schon unsere Social-Media-Kanäle? Folge uns auf Instagram (@bayern07_bewegt) und Facebook (Freibad Bayern 07) und bleibe Up to date!!!

Bayern 07 Firmenpartnerschaft

Schenken Sie Ihren MitarbeiterInnen Gesundheit und Erholung mit unserem Fitness- und Sportangebot am Wöhrder See. Weitere Infos finden Sie unter bayern07.de/b2b



Du kaufst ein - AMAZON spendet an Bayern 07 e.V.

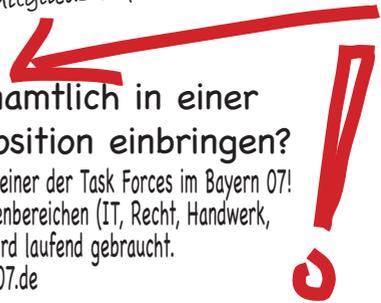
Bei jedem Amazon-Einkauf über www.smile.amazon.de werden 0,5% des Kaufpreis an den ausgewählten Verein gespendet. Wir bedanken uns im Voraus für Deine Unterstützung!

Mitgliedschaft verschenken!

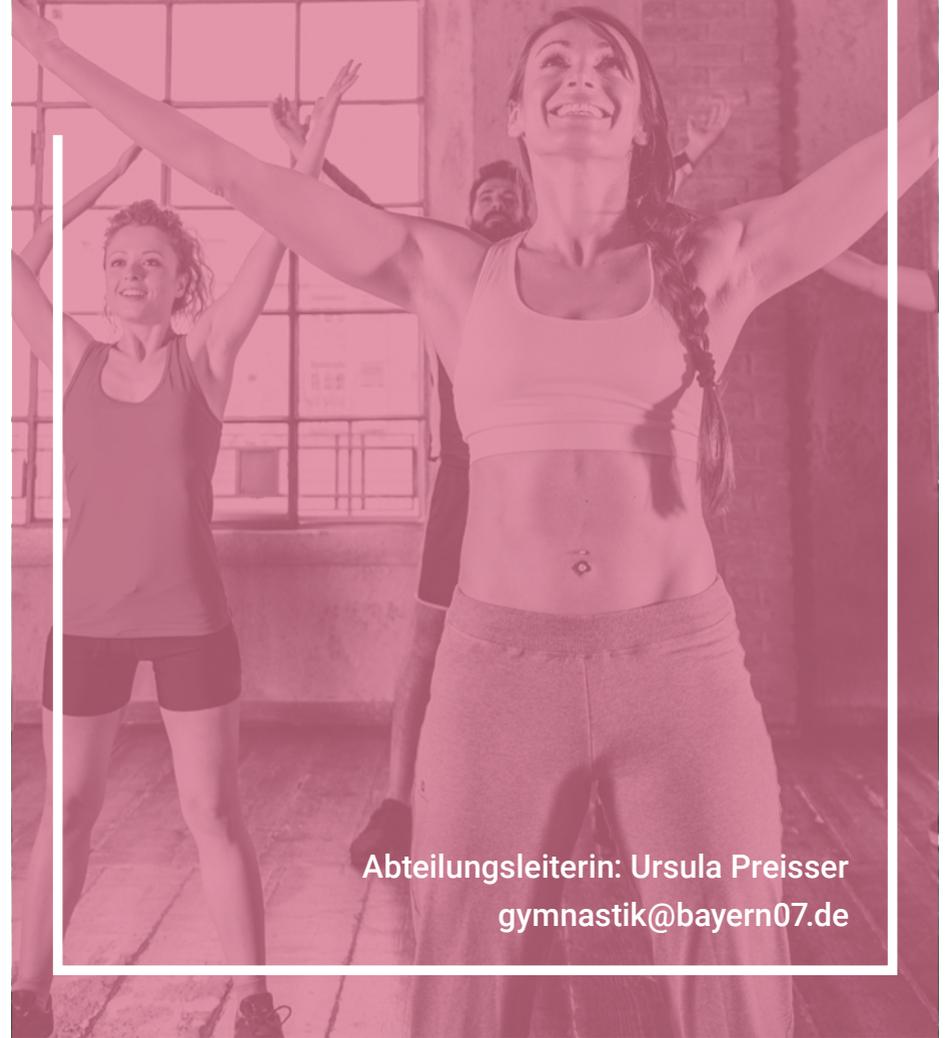
Aktivität, Erholung und gute Laune machen wirklich jeden glücklich. Verschenke deshalb ganz einfach eine Mitgliedschaft im Bayern 07!

Du möchtest dich ehrenamtlich in einer verantwortungsvollen Position einbringen?

Werde Teil des Vorstand Teams oder komme zu einer der Task Forces im Bayern 07! Die Hilfe von Experten in verschiedensten Themenbereichen (IT, Recht, Handwerk, Grafik, Finanzen, Landschaftsgärtnerei u.v.m.) wird laufend gebraucht. Bei Interesse bitte E-Mail an: vorstand@bayern07.de



FITNESS



Abteilungsleiterin: Ursula Preisser
gymnastik@bayern07.de

GESUNDES TRAINIEREN

Für mehr Gleichgewicht und Wohlbefinden!

Wenn der Rasen zu nass, die Luft zu kalt, die Sonne zu heiß und auch zu viele Badegäste vorhanden sind, dann begeben sich alle „Young Ager 60 plus mit kleinen Schönheitsfehlern“, nach den Corona-Regeln, lieber ohne Zuschauer in die B07 Sporthalle. Um den Gesundheitszustand bestens zu erhalten, muss man gelegentlich auch einen Gang herunterschalten, um gelenkschädigende Übungen zu vermeiden. Seilspringen kann jeder auch ohne zu springen. Wie? Das wird von unserer Trainerin Uschi gezeigt. Sie selbst spricht aus eigener sportlicher Erfahrung. Denn wenn 48 Tennispokale nach fast 40 jähr-

ger Übungsleitertätigkeit im Karton kurz vor der Vernichtung die letzte Ruhestätte gefunden haben, ist Uschi froh, bis jetzt keine Sportinvalidin zu sein. Wenn „mich die Jungen überholen“, lächelt Uschi nur schon der langen sportlichen Erfahrungen wegen. Sport gibt Freude, Kraft und Ausdauer, um immer wieder etwas „Neues“ entstehen zu lassen. Erfolg liegt in der Gemeinschaft und hält den Kreislauf und vor allem die Ausdauer in Bewegung. „Ich bin vor allem nicht nur zufrieden, sondern auch sehr dankbar all den Teilnehmern, die mich anregen, immer wieder etwas Neues zu entdecken.“



YOGA reduziert Stress, fördert Beweglichkeit und macht stark. Dass es vor allem gute Laune schenken kann, zeigen diese

fröhlichen Yogis. Yoga kennt kein Alter und ist für ALLE da. Man glaubt nicht, wie viel Leben in einer Stunde Yoga passt!



A T P (AlltagsTrainingsProgramm) ist ein Präventionsprinzip, wichtige Fähigkeiten Ausdauer, Kraft Beweglichkeit möglichst lange alltagsnah zu trainieren. ATP ist ein Element „Älter werden in Balance“ wissenschaftlich unterstützt durch die BZGA dem DOSB und vom Verband der Krankenversicherungen. Der Sportverein B07 fungiert als Partner durch geschulte Übungsleiter und findet durch ATP finanzielle Unterstützung durch Kurse und anschließendem Dauerangebot. Damit

„Hindernisse“ (WS-Gelenkschäden, Unbeweglichkeit, Bequemlichkeit, chron. Erkrankungen u.a.) durch umfangreiche vielfältige Übungen dem Alltagsleben wieder mehr Freude abgewinnen kann, wird ATP zukünftig als Dauerangebot für Nichtmitglieder und auch Mitglieder jeden Dienstag durchgeführt. Als Belohnung erhalten alle Teilnehmer ein Kartenbewegungspaket, ein Theraband und einen Notizblock.

Uschi Preißer

ALTER WEGTRAINIEREN

Uschi hält dich jung und beweglich!

Ich bin über 10 Jahre Mitglied bei B07 (durch eine Anzeige in der NN) u. bedauere, dass ich nicht schon früher in den Verein (obwohl ich eigentlich ein Vereinsmuffel bin) eingetreten bin. „Work in progress“ d.h. laufende Arbeit, unvollendetes Werk. Es gibt 2 Tage im Jahr, an denen man nichts tun kann. Der eine ist gestern, der andere morgen, dies bedeutet, dass heute der richtige Tag zum Leben

ist, packen wir's an. Unsere Gymnastik bei Uschi (jeden Donnerstag) ist nicht zu toppen. So viel Abwechslung und Leidenschaft bei der Gymnastik kann nur ein Profi bieten, der wie Uschi ein geborener Trainer ist. Die wöchentliche Gymnastik ist Lebenselixier und schenkt mir Lebensqualität. Ich freue mich wöchentlich auf „Dich“ Uschi. Du gehörst für mich zum Alltag wie das „Zähne putzen“.



Wenn man im fortgeschrittenen Alter gefragt wird, wie alt man ist, so kann man mich offensichtlich nicht einschätzen und

ich fühle mich jünger als ich bin. Ich selbst möchte nicht sterben, weil ich krank bin, sondern weil ich gelebt habe!

Ilse Zickert



Unsere Trainingsbank

25 Übungen aus dem AlltagsTrainingsProgramm (ATP)

ATP
AlltagsTrainingsProgramm

Alltag in Bewegung –

das Dauerangebot zum AlltagsTrainingsProgramm (ATP)

Ein fortlaufendes Angebot für alle, die dauerhaft aktiv sein möchten

Verein: SB Bayern 07 (Am Pulversee 1, 90402 Nürnberg)

Trainerin: Preißer Ursula (Lizenzierte ATP Trainerin)

Anmelden: bpreisser@t-online.de oder unter 0911/499646

Wann: jeden Dienstag von 10 - 11 Uhr oder jeden Montag von 10 - 11 Uhr

Weitere Informationen:

www.aelter-werden-in-balance.de/atp

Entwickelt durch:



Deutsche Sporthochschule Köln
German Sport University Cologne



DTB
DEUTSCHER TURNER-BUND

BZgA Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung



PKV
Verband der Privaten Krankenversicherung

Ein Programm der BZgA, mit finanzieller Unterstützung des Verbandes der Privaten Krankenversicherung e. V. (PKV).

KURSPLAN FITNESS

Mo., 17:30 - 18:15

Juni - September
Freibad SB B07

Kurs 1: Aqua-Fitness

Stärkung physischer Gesundheitsressourcen, gelenkschonendes, kraftvolles Ausdauertraining.

Di., 10:00 - 11:00

ganzjährig
Sporthalle/Gelände B07

Kurs 2*: ATP

„Sport pro Gesundheit“ Ganzkörperkräftigungsprogramm mit Alltagsbezug. Förderung durch Krankenkassen bis 80 %. Neu, siehe Homepage News Aktuelles.

Mi., 17:00 - 18:30

Januar - Dezember
Sporthalle/Gelände B07

Kurs 3: Yoga Open „Move together“

In diesem dynamisch kraftvollen Yoga Flow erarbeiten wir gemeinsam Sequenzen aus dem Hatha Ashtanga (Vinyasa) Yoga, öffnen Herz und Geist, um Energie und Lebensfreude zu entdecken.

Mi., 18:30 - 20:00

Oktober - März
Sporthalle B07

Kurs 4: Body Work-out, Fitnessmix für Alle

Konditionstraining unter Einbeziehung der neuesten Trends. Faszientraining, stärkt HKL-System (BBPo).

Mi., 19:15 - 20:00

April - September
Sporthalle/Gelände B07

Kurs 5: Togu-Brasil

Ein Tiefenmuskeltraining und ein präventives gelenkschonendes Rückentraining. Neu, siehe Homepage News Aktuelles.

Do., 10:00 - 11:00

Januar - Dezember
Sporthalle B07

Kurs 6: Sport für Ältere ab 60+ „Age is only a number“

Stärkung physischer und psychosozialer Gesundheitsressourcen: Mobilisation der Wirbelsäule, Kraft Ausdauer, Balance, Koordination und Beweglichkeit.

Do., 15:00 - 16:30

ganzjährig
Sporthalle B07

Kurs 7: Yoga for the Kids (5 bis 8 Jahre)

Sanfte Bewegungen (Asanas), spielerische Meditations- und Atemübungen ermöglichen es den Kids ihren Körper in Gleichgewicht und Harmonie zu stärken auf ganz natürliche Art und Weise.

Fr., 10:00 - 11:00

ganzjährig
Sporthalle B07

Kurs 8: Yoga für Anfänger oder Ältere

Asanas, Pranayama und Meditation werden u.a. mit einfachen Hilfsmitteln unter Abmitwandlung an die jeweiligen Bedürfnisse der Teilnehmer/innen erarbeitet.

Fr./Sa., 16:00 - 17:30

Vereinsgelände B07

Kurs 9: Nordic Walking für Anfänger & Fortgeschrittene

Technikschulung, Schrittvariationen, Atemschulung, Herz-Kreislauf-Ausdauertraining unter Beachtung der mHF.

Kurse sind nicht an die Mitgliedschaft gebunden! Für Mitglieder frei, *außer Kurs 2. Kurstag und Zeit kann nach Gruppenanzahl geändert werden.



SCHWIMMEN

Abteilungsleiter: Tim Grasser
schwimmen@bayern07.de

DER ETWAS ANDERE FRÜHJAHRSPUTZ

Unsere erste gemeinsame Trainingseinheit

Am 17. April 2021 stand die alljährliche Säuberung unseres geliebten Freibads an. Wie immer war die Schwimmabteilung zahlreich und vor allem höchstmotiviert vertreten. Mit der Erwartung wie immer ein wenig Laub zu rechen, Hecken zu schneiden oder die Wege zu kehren sammelte sich die Masters-Gruppe vor Ort. Doch dieses Jahr kam alles anders. Unser

Verein hat sich dazu entschieden, das alte Spielgerüst auszutauschen. Hierfür benötigten die Verantwortlichen Hilfe beim Ausheben des alten Sandkastens. „Ein bisschen Buddeln“, dachten wir. „Kein Problem“, dachten wir. „Wir sind ja alle stark und gut trainiert“, dachten wir. Doch wie es so oft vorkommt, wurden wir eines Besseren belehrt.



Einerseits waren wir selbstverständlich alle adäquat für körperliche Arbeit gekleidet, andererseits wurden wir mit Arbeits-

geräten höchster Qualität ausgestattet. Aber gut, für die vier Stunden sollten die Voraussetzungen kein Problem darstellen.

Also fingen wir nach einer kurzen Einweisung mit dem Graben an - die einen mit Spaten, die anderen mit Schaufeln. Es dauerte nicht lange bis das Buddeln im vermeintlichen Sandkasten erstaunlich laute Geräusche mit sich brachte. Bei

jedem Spatenstich oder Schaufelversuch stießen wir auf harten Untergrund. „Nur ein paar kleine Steine“, dachten wir. Pustekuchen. Es handelte es sich um alles andere als „kleine Steine“, sondern eher um ganze Teerbrocken.



Um genauer zu sein um Teerplatten, die selbst unsere starken Männer zu dritt hochhieven mussten. Das Ganze war ziemlich frustrierend. Denn dabei handelte es sich nicht nur um einen einzigen Teerbrocken, sondern um etliche, die den ein oder anderen Materialschaden mit sich brachten. Aber wir wären nicht wir, wenn wir uns davon unterkriegen lassen. Durch unser grandioses Teamwork haben wir

uns durch die vier Stunden gekämpft und einiges geschafft.

Gekrönt wurde die harte Arbeit durch ein 4-Sterne-Menü aus selbstgemachten Delikatessen. Von Nudelsalat über Blätterteigschnecken bis hin zu Muffins – ein wahrer Gaumenschmaus und der perfekte Abschluss des diesjährigen außergewöhnlichen Frühjahrsputzes.

Teresa Kraus

 Like us on
Facebook



 | Instagram

Ihr Schwimmsport-Spezialist für Wettkampf, Training + Hobby

www.swimwear4u.de













Anprobe und Abholung in Rückersdorf nach Vereinbarung möglich!

Swimwear4u UG (Inh. Deborah Schmitz-Karl)

 swimwear4u@t-online.de

 0175/5917548

Swimwear4u Bayern:

Bergwiesenweg 6
90607 Rückersdorf

Swimwear4u NRW:

Oberstraße 115
45134 Essen

HERAUSFORDERUNG COVID-19

Wenn die Lieblingssportart nicht möglich ist

Die weltweite Pandemie hat uns alle aus dem Tritt gebracht. Körperlich und vor allem seelisch. Persönliche Schicksalsschläge, Kontaktbeschränkungen, Home-Schooling sowie Home-Office, Ausgangssperre und dementsprechend auch ein Trainingsverbot für uns Nicht-Kadersportler. Kein gemeinsames Training, kein Wasser. Es heißt immer: Schwimmer sind Indivi-

dualsportler. Aber stimmt das wirklich? Sind wir nur auf uns fokussiert und ziehen nur für uns unsere Bahnen? Ich denke, ich spreche für alle, wenn ich diese Fragen mit einem klaren Nein beantworte – egal in welchem Alter und egal auf welchem Leistungsniveau. Es geht neben der sportlichen Betätigung um einiges mehr: Spaß haben, Kontakte pflegen, Teamgeist, Freundschaft.



Normalerweise haben wir bis zu fünf Mal pro Woche die Möglichkeit, zusammen zu trainieren. Zudem schwimmen wir ab und an gemeinsam auf Wettkämpfen. Nicht nur an Einzelwettkämpfe, sondern ebenso an Mannschaftswettbewerben, z. B. am Nachtschwimmen oder an den DMS (Deutsche Mannschaftsmeisterschaften). Hier zählt Teamwork. Teamwork, das logischerweise nicht möglich ist, wenn keine gemeinsamen Einheiten möglich sind. Durch die Pandemie waren wir ab No-

vember 2020 auf uns selbst gestellt. Wir mussten kreativ werden, denn selbst als Einzelpersonen wurde uns der Zugang zu Schwimmbädern nicht möglich. Das verschlimmerte die Gesamtsituation. Viele von uns schwimmen bereits, seitdem sie denken können. Wir schwimmen, weil Schwimmen einfach einzigartig ist. Neben den sozialen Aspekten bringt das Abtauchen ins kühle Nass noch einen weiteren Vorteil mit sich: Man kann hervorragend den Kopf abschalten.



Foto: Ron Hübner

Denn während den Schwimmserien gibt es doch nur dich und das Wasser. Du allein spürst, wie du durchs Wasser gleitest. Du allein spürst, wie du so mit jedem Armzug und Beinschlag vorankommst. Du allein spürst, wie jeder einzelne Muskel deines Körpers aktiviert wird. Nur du allein spürst deinen Herzschlag und spürst, wie das Blut durch deinen Körper gepumpt wird. Das ist spätestens der Zeitpunkt, an

dem wir alle dem Alltag entfliehen können und uns frei fühlen – wie in unserer kleinen heilen Welt. In der Pandemie zumindest in der Theorie ein Zufluchtsort. Im Moment ist das Ausführen unserer Liebessportart wieder möglich. Ab September hoffentlich wieder gemeinsam im Langwasser Bad – mit Glück ohne die nächste Lockdown Variante...

Teresa Kraus

SYNCHRON- SCHWIMMEN

Abteilungsleiterin: Birgit Leipner-Mata
synchronechwimmen@bayern07.de

LOCKDOWN & TRAINING, GEHT DAS?

In den Herbstferien 2020 hat der Lockdown wieder erbarmungslos zugeschlagen und unsere motivierte Norisnixentruppe für 7 Monate wieder ins Zoom-Training verbannt. Danke vor allem an Irina Tonn und Francesco Cremaschi für das regelmäßige Online-Training. Zumindest an

Land sind die Aktiven dadurch fit geblieben. Als endlich wieder Freiland- und dann Wassertraining möglich war, hat sich das sehr positiv ausgewirkt und der Trainingsrückstand war nicht so riesig, wie gedacht.



Der geplante vereinsinterne Wettkampf konnte aber leider nicht stattfinden. Und bevor wir selbst eine Land-Challenge organisieren konnten, kam dann der Covi-cup Terra für den Nachwuchs. Unsere Kaderathleten Francesca Parolisi, Daria

Tonn Sophie Elperin und etwas später auch noch Amelie Blumenthal Haz und Rita Burla durften jedoch weiterhin unter strengen Coronaauflagen und zu anderen Trainingszeiten trainieren.

Birgit Leipner-Mata

HURRA, ENDLICH WIEDER ERFOLGREICHE WETTKÄMPFE FÜR DIE NORISNIXEN!

Covi-cup Terra, die Land-Challenge für alle!

Für alle Aktiven Jahrgang 2007 und jünger, auch die, die nur online trainieren konnten, generierte die Landestrainerin Barbara Liegl den Covi-cup Terra: eine Bodenkür, wie beim Nachwuchswettkampf an Nikolaus und noch eine Spagatübung, Handstand und Brücke dazu.

Alles fix per Handy aufnehmen und bis Ende Februar 2021 eingeschickt. Die Wertungsrichter bekamen dann die Videos zugesendet und schickten ihre Bewertungsbögen dann so schnell wie möglich zur Auswertung zurück. Gewertet wurde nach Jahrgang.

Unsere Erfolge:

- | | |
|-------------------|--|
| Drei mal Platz 1: | Daria Tonn Jahrgang 2007
Amelie Blumenthal Haz Jahrgang 2008
Laura Runge Jahrgang 2012 |
| Zwei mal Platz 2: | Maria Tonn Jahrgang 2011
Alissia Nozik Jahrgang 2012 |
| Ein mal Platz 4: | Sophie Elperin verpasste knapp das Podest im Jahrgang 2009 |

Unsere weiteren Teilnehmerinnen Sophia Bacic, Rita Burla, Christina Forster, Melanie Repp und Agatha Weaver hatten auch noch den Mut teilzunehmen und konnten

sich jeweils gut platzieren. Bravo Mädels! Es hat sich ausgezahlt, dass ihr fleißig bei Irina und Francesco am Zoomtraining teilgenommen habt.



CHRISTOPH SCHWERDT
RENNRAD & TRIATHLON.DE SHOP NÜRNBERG



*Rennrad
Triathlon
Gravel
Zubehör
Bekleidung
Neopren
Positions-
optimierung
Wattmessung
Laufschuhe
uvm.*

*professionelle
Beratung auch für
Einsteiger*

**DER RENNRAD UND
TRIATHLON SPEZIALIST IN NÜRNBERG**

Westtorgraben 17 • 90429 Nürnberg • Tel: 0911 / 54 83 08 44

info@rennrad-triathlon-nuernberg.de

www.rennrad-triathlon-nuernberg.de



Öffnungszeiten: Mo, Di, Do, Fr 13 - 19 Uhr; Sa 10 - 16 Uhr

Covi-cup H2O bringt Motivation für die Kaderaktiven

Beim Covi-cup H2O Mitte März im Wasser, konnten natürlich nur die Kaderaktiven und Ergänzungskader teilnehmen. Geschwommen wurde nur Pflicht, keine Kür, sonst wäre es zum Bewerten zu schwierig geworden. Auch hier waren unsere Norisnixen sehr erfolgreich! Auch die zwei Ergänzungskader Amelie und Rita haben super abgeschnitten, obwohl sie erst einen knappen Monat wieder im Wasser trainieren konnten.

Im A/B/J Kader konnte Francesca Parolisi im Jahrgang 2005 den 2. Platz erzielen.

In der Altersklasse C belegte Daria Tonn im Jahrgang 2007 Platz 1: Amelie Blumenthal Haz belegte im Jahrgang 2008 Rang 2 und war damit Erste des Ergänzungskaders, der ja später mit Wassertraining angefangen hat. Rita Burla belegte im gleichen Jahrgang Platz 10 und war damit die zweitbeste des Ergänzungskaders. In der Altersklasse D war Sophie Elperin sowohl in der Gesamtwertung, als auch im Jahrgang 2009 auf dem zweiten Platz. Insgesamt ein sehr gutes Ergebnis. Wir sind stolz auf euch!

Wettkampf für Bayernkader – endlich wieder live

Am 24. Juli konnte doch noch für die Kaderaktiven ein Präsenzwettkampf, diesmal sogar mit Kür stattfinden. Natürlich galt es, ein strenges Hygienekonzept einzuhalten. Deshalb durfte der Wettkampf auch nur einen Tag lang dauern, so dass nicht übernachtet werden musste. Das alles haben wir gerne in Kauf genommen, Hauptsache mal wieder die anderen Vereine treffen und sich miteinander messen können.

Das Ergebnis kann sich sehen lassen: unsere Mädels landeten mit allen Kürren auf Medaillenplätzen!

Solo C Daria Tonn: Platz 3

Solo D Sophie Elperin: Platz 2

Das Bayernduett mit der Norisnixen Sophie Elperin und der Isarnixen Johanna Karb startete außer Konkurrenz, wäre aber natürlich mit dieser Leistung Erster geworden.



Gruppe C Daria Tonn, Amelie Blumenthal Haz, Rita Burla und Sophie Elperin Platz 2. Sophie ist zwar noch Altersklas-

se D, durfte aber schon in der Gruppe mit-schwimmen, weil Pflicht und Kür getrennt gewertet wurden.



Francesca Parolisi nahm an diesem Wettkampf nicht teil, weil sie mit der Junior-Nationalmannschaft bei den Junior EM bis Anfang Juli in Malta war und deshalb keine Zeit mehr für Solotraining war. Durch hartes Training mit Yoko hat Francesca es geschafft, als Ersatz mitfahren zu dürfen. Als Ersatz muss man nämlich möglichst viele Gruppenplätze lernen, dass man auch einspringen kann, wenn jemand ausfällt: genau das ist eine Stärke von Francesca, die unheimlich schnell neue Sachen lernen kann. Wohl verdient Francesca! Doch sie war nicht allein im Team: Denise Deisner, unsere beste Norisnixe, die jetzt

für München startet, war natürlich auch mit dabei und eine feste Größe im Team Deutschland. In der Gruppe konnten sie einen hervorragenden 9. Platz in Europa erringen und dabei mit 81,2 Punkten die magische 80 Punkte Marke, die sehr gut bedeutet, erreichen!

Da jetzt das Training für alle wieder möglich ist, trainieren wir schon fleißig für nächstes Jahr, weil dieses Jahr wahrscheinlich keine Wettkämpfe mehr stattfinden werden. Es gibt nämlich immer noch Vereine in Bayern, die erst nach den Sommerferien wieder im Schwimmbad trainieren können.

Birgit Leipner-Mata

TENNIS



Abteilungsleiter: Norman Aschenbach
tennis@bayern07.de

B07 TENNIS – HOCH HINAUS!

Rollstuhltennis, Touchtennis, Crossminton, Maskottchen, Graffiti, Foto-Shooting, Vereinsmeisterschaft, neue Mixed-Mannschaften und Spitzenpositionen – unser Aufstieg in die nächste Liga ist perfekt.

Unsere Tennisabteilung startete die diesjährige Saison mit der Einführung der Trendsportart touchtennis. Sie eröffnete im April den ersten touchtennis Sandplatz Deutschlands und ließ sich bundesweit als ersten offiziellen touchtennis Austragungsort für nationale und internationale

Turniere registrieren. Der neue Platz 7 spricht Jung und Alt gleichermaßen an: Er kann sowohl von Erwachsenen für spannende touchtennis Matches als auch von den Kleinen für das Kindertraining genutzt werden.



Ohne den Einsatz der engagierten, freiwilligen Helfer:innen wäre diese Erweiterung unserer Anlage nicht möglich gewesen. Deswegen erhielt Markus stellvertretend für die vielen fleißigen Hände aufgrund seiner überragenden Ballwandputzaktion als kleines Dankeschön das B07 Arbeitsdienstfoto des Jahres.

Neben dem Touchtennis verkürzen seit Anfang dieser Saison noch zahlreiche weitere Sportmöglichkeiten die Wartezeit auf einen freien Tennisplatz: Es darf jetzt Kicker, Crossminton, Schultischtennis, Dart und Spikeball in der Tennisabteilung gespielt werden. Das entsprechende Equipment liegt in dem Vereinsheim zum Ausleihen bereit.

Kurz nach Saisonstart entstand auch unser neues B07 Tennisabteilungsmaskottchen

Tara aus der Feder des Comic-Zeichners Raimund Frey. Gerüchteweise soll es sich bei den weltweit bekannten und beliebten Bahamas-Schweinchen eigentlich um Nürnberger Hausschweinchen handeln, die aus dem B07 Freibad stammen und vor etlichen Jahren in die Karibik ausgewandert sind. Genau wie die gesamte Abteilung ist Tara „einfach saustark!“

Im Juni bekam unser Vereinsheim sodann einen neuen Anstrich. Dank weiterer Helfer:innen, und der finanziellen Unterstützung eines Design Hotels konnten die beiden Nürnberger Graffiti-Künstler Cris Krieger und Highner von tribegas unser Clubhaus mit einem einzigartigen Graffiti versehen. Unseren sechs Tennisplätzen verhalf ein anderer Sponsor mit neuen Netzen und Blenden zu frischem Glanz.



Mitte Juli durften wir beim ersten B07 Crossminton Event sowohl die Nürnberger Knightspeeder als auch den ehemaligen Crossminton Weltmeister und mehrfachen deutschen Meister, Sönke Kaatz, vom PostSV Buxtehude aus Norddeutschland auf unserer Anlage begrüßen. Zusammen mit unserem Neumitglied, Sebastian Christoph, amtierender Crossminton Vize-Weltmeister im Mixed, ließ Sönke die Speeder (Federbälle) mit bis zu 300km/h

durch den B07 Sommerhimmel flitzen. Ende Juli 2021 zeigten dann unsere beiden Abteilungsmitglieder Chiara und Titus beim ersten B07 Tennis Topmodel Shooting ihre Schokoladenseiten. Die Fotografin Patricia Mort und der Fotograf/Drohnenflieger Peter Keila sorgten für wundervolle Aufnahmen sowohl von den beiden Amateur-Modells als auch von unserer Anlage.



Foto: Patricia Mort

Dass unsere Abteilung für Freude-Fairness-Füreinander steht und jeden mit offenen Armen empfängt, wollen wir mit dem ersten B07 Rollstuhltennis Inklusionstag Mitte August beweisen, welcher kurz nach Redaktionsschluss stattfindet. Mit freundlicher Unterstützung des Deutschen Rollstuhlsportverbands und eines finanzstarken Sponsors besucht uns der Rollitennis e.V. aus Windhagen/Rheinland-Pfalz mit Rollifahrer:innen aller

Spiel- und Altersklassen und zeigt den Fußgänger:innen nicht nur das Können sondern auch die besondere Leidenschaft und Freude seiner Mitglieder an unserer tollen Sportart. Bis Ende September wird zudem die erste B07 Vereinsmeisterschaft der Herren ausgetragen, deren Partien analog dem DFB-Pokal in jeder Runde per Los ermittelt werden. Dem Sieger winkt ein riesen Wanderpokal und ewiger Ruhm. Nach

dem Pokal soll noch das jährliche LK-Turnier folgen, im nächsten Jahr dann auch die Vereinsmeisterschaft der Damen. Selbstverständlich kam bei dem ganzen Drumherum auch unser Mannschaftstennis nicht zu kurz. Letzteres hat seit dieser Saison dank Manni's wöchentlichem Spielertreff und zahlreicher Fast Learner Kurse zwei neue Mixed-Mann-

schaften vorzuweisen, die erfolgreich mit viel Spaß in ihr erstes Jahr gestartet sind. Das sportliche Highlight der Saison ist sicherlich der Aufstieg der Herren 30 I Mannschaft in die Bayernliga, der höchsten bayrischen Spielklasse. Aber auch die anderen Damen- und Herrenmannschaften spielten ganz oben mit und belegten Spitzenpositionen.

Insgesamt sehen die aktuellen Platzierungen wie folgt aus:

Herren 30 I – Landesliga:	1. Platz (beendet; Aufstieg)
Damen 60 – Landesliga:	2. Platz (beendet; Klassenerhalt)
Herren 55 – Bezirksliga:	5. Platz (beendet; Klassenerhalt)
Damen 30 – Bezirksklasse 1:	2. Platz (laufend; Aufstieg möglich)
Herren 30 II – Bezirksklasse 1:	1. Platz (laufend; Aufstieg möglich)
Damen – Kreisklasse 2:	3. Platz (laufend; Klassenerhalt)
Herren 40 – Kreisklasse 1:	1. Platz (beendet; Aufstieg)
Mixed I – Kreisklasse 1:	3. Platz (laufend; Klassenerhalt)
Mixed II – Kreisklasse 1:	6. Platz (laufend; Klassenerhalt)



Sanitär-Service Schwarz

Meisterbetrieb
Martin Schwarz

Teutonenstraße 22
90402 Nürnberg
Telefon: 0911 - 461 10 44
Mobil: 0171 - 491 64 85

WASSER, WÄRME, WOHLFÜHLBAD - QUALITÄT AUS MEISTERHAND!

So neigt sich eine ereignisreiche Sommersaison langsam, aber sicher dem Ende entgegen und es verbleibt „DANKE!“ zu sagen – den zahlreichen Unterstützern und vor allem Dir, liebe Gaby Hartung, für die vielen Jahre der ehrenamtlichen Tätigkeit in unserer Abteilungsleitung. Wir wissen

Euer Engagement sehr zu schätzen. Unseren verletzten und erkrankten Mitgliedern wünschen wir eine baldige Genesung und hoffen, Euch alle im Laufe der Restsaison sowie im nächsten Jahr wieder regelmäßig bei uns begrüßen zu dürfen. Ihr seid mit Abstand die Besten!

Felix Stahlmann



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00 - 8:30							
08:30 - 9:00							
09:00 - 9:30							Synchronschwimmen
09:30 - 10:00							
10:00 - 10:30		ATP (Alltagsstraining) mit Uschi	Tischtennis	Sport für Ältere mit Uschi		Synchronschwimmen	
10:30 - 11:00							
11:00 - 11:30							
11:30 - 12:00							
12:00 - 12:30							
12:30 - 13:00							
13:00 - 13:30							
13:30 - 14:00							
14:00 - 14:30							
14:30 - 15:00							
15:00 - 15:30							
15:30 - 16:00							
16:00 - 16:30	Tennis						
16:30 - 17:00							
17:00 - 17:30		Tischtennis	Yoga mit Uschi	Tischtennis Jugend	Yoga mit Uschi *		
17:30 - 18:00							
18:00 - 18:30			Kraft- und Fitnesstraining mit Romy	Tischtennis	Tischtennis		
18:30 - 19:00							
19:00 - 19:30							
19:30 - 20:00							
20:00 - 20:30							
20:30 - 21:00							
21:00 - 21:30			Fußball -				
21:30 - 22:00			Hobbymannschaft				
22:00 - 22:30							
22:30 - 23:00							
23:00 - 23:30							
23:30 - 0:00							

Hinweise:

* Entfällt an Turniertagen der Tischtennis-Abteilung.

Die Hallenbelegungen am Samstag und Sonntag gelten nicht bei Sonderveranstaltungen und/oder Tischtennisspielen (nach Absprache) Hallenbelegungen ausserhalb des Planes sprechen Sie bitte mit Herrn Martin Teras (Tel.: 0152/33888543) ab.

Es ist unbedingt auf Sauberkeit in der Halle zu achten. Zutritt ist nur mit Turnschuhen mit hellen Sohlen erlaubt!Schwimmerbund **BAYERN 07** e.V.

Beachvolleyball
Fitness
Schwimmen
Stand Up Paddling
Synchronschwimmen
Tennis
Tischtennis
Triathlon
Wasserspringen

Mitgliedsantrag

Ich bin: neues Mitglied bereits Mitglied
(Zutreffendes ankreuzen)

Mitgliedsnummer

Feld wird vom Verein ausgefüllt

Meine **Personalien** sind:

Name	Aktuelles Lichtbild für den Mitgliedsausweis
Mädchenname (freiwillige Angabe)	
Vorname	
Geboren am	

Strasse und Nr.
PLZ Wohnort

Telefon	Email
Mobil (freiwillige Angabe)	

Meine **Bankverbindung** für den Einzug des Mitgliedsbeitrages:

Bank	Kontoinhaber + Adresse (falls oben abweichend)
IBAN ¹	
SWIFT-BIC (bei Konto im Ausland notwendig)	

Ich beantrage folgenden **Status** der Mitgliedschaft:
(Zutreffendes ankreuzen)

- Einzelmitglied Ehepartner Familienmitglied ²
 Schüler / Student / Azubi / Freiwilliges soz. Jahr ³

Name oder Mitgliedsnummer des Ehepartners / der Familie

¹ Für den Bankeinzug ab 2014 von der EU vorgeschriebene Information.

² Familie mit mindestens einem Kind (bis 18 Jahre).

³ Nur in Verbindung mit beigefügtem gültigen Nachweis möglich!

Ich wünsche zusätzlich die Aufnahme in den folgenden **Abteilungen**: ⁴
(Für die reine Nutzung des Freibads ist die Aufnahme in eine der Schwimmabteilungen nicht zwingend notwendig)

- | | | |
|--|------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Beachvolleyball | <input type="checkbox"/> SUP | <input type="checkbox"/> Tennis |
| <input type="checkbox"/> Fitness | <input type="checkbox"/> Synchron- | <input type="checkbox"/> Tischtennis |
| <input type="checkbox"/> Schwimmen | schwimmen | <input type="checkbox"/> Triathlon |
| | | <input type="checkbox"/> Wasserspringen |

Ich hätte gerne einen **Schrank** in der Umkleide, falls verfügbar: ⁵

- klein, halbe Höhe groß, ganze Höhe

Weiterhin beantrage Ich für den **Zugang auf das Vereinsgelände** außerhalb der Freibad Öffnungszeiten:

- eine Zugangskarte

Für den Zugang ist ein einmaliges Entgelt i.H.v. € 10,- auf das Vereinskonto zu überweisen und die Nutzungsvereinbarung, sowie ggf. die Zustimmungserklärung für Minderjährige (siehe Anhang) zu unterschreiben.

Unsere Vereinszeitschrift „**Pulvermagazin**“ erscheint einmal im Jahr mit aktuellen Informationen vom Vorstand und allen Abteilungen und wird den aktiven Mitgliedern kostenlos angeboten. Wie und wo möchten Sie Ihr „Pulvermagazin“ lesen?

- Gedruckt zu Hause ⁶ Im Internet lesen/herunterladen

Dürfen wir ggf. im „Pulvermagazin“ oder im Internet **Bilder** von/mit Ihnen veröffentlichen?

(Zutreffendes ankreuzen)

- Ja, auch mit Namen Ja, nur mit Vornamen Ja, ohne Namen
 Gruppenfotos ⁷

Wie haben Sie uns gefunden?

(Zutreffendes ankreuzen, freiwillige Angabe)

- Freunde / Bekannte Presse / Internet Sonstiges

⁴ Hierbei können Zusatzkosten entstehen. Den Stand bitte der aktuellen Beitragstabelle entnehmen.

⁵ Mietgebühr siehe Beitragstabelle. Die Geschäftsleitung prüft die Möglichkeiten und informiert Sie. Ein eigenes Vorhängeschloss ist dann mitzubringen.

⁶ Bei Erscheinen wird das Vereinsheft kostenlos an die genannte Anschrift verschickt. Familien und Partnerschaften bekommen ein gemeinsames Exemplar.

⁷ Im Sinne einer Berichterstattung aus unserem Vereinsleben.

AGB

Die Mitgliedschaft gilt **mindestens für die Dauer eines Jahres** ⁸, beginnend mit dem Eintrittsdatum. Danach sind Kündigungen jährlich möglich. Diese müssen schriftlich bis 30.11. des laufenden Kalenderjahres erfolgen, andernfalls verlängert sich die Mitgliedschaft um ein weiteres Jahr.

Hiermit erkenne ich die AGB an. Weiterhin sind mir die Vereinssatzung, die Datenschutzerklärung als auch die Beitragstabelle bekannt und werden ebenfalls von mir anerkannt.

.....
(Datum und Unterschrift, bei Minderjährigen bitte der Erziehungsberechtigte)

⁸ Im Beitrittsjahr erfolgt die Berechnung des Grundbeitrages anteilig nach noch verbleibenden Monaten des aktuellen Kalenderjahres.

Beitragstabelle

Jahresbeiträge in Euro, gültig ab Oktober 2020	Grundbeitrag		möglicher Zusatzbeitrag je Abteilung									
	Mitgliedschaft ⁺¹	Arbeitsdienst ⁺²	Beachvolleyball	Fitness	Schwimmen ⁺³	Stand Up Paddling	Synchronschwimmen ⁺⁴	Tennis	Tischtennis	Triathlon	Wasserspringen	
Erwachsene volljähriges Mitglied	135,-	50,-			25,-	10,-	60,-	150,-	15,-		48,-	
Partner des Mitglieds	85,-	50,-			25,-	10,-	60,-	150,-	15,-		48,-	
Ermäßigungen												
Kinder / Jugendliche bis zum vollendeten 18. Lebensjahr	67,50	50,-			25,-	10,-	60,-	45,-			24,-	
Schüler, Studenten, Azubis, Sozialdienstleistende mit gültigem Ausweis, bis zum vollendeten 25. Lebensjahr	67,50	50,-			25,-	10,-	60,-	100,-	15,-		24,-	
Familien mit mindestens einem Kind unter 18 Jahren	225,-	50,- pro Mitglied										
Passive Mitglieder Volljährig	20,-											
Minderjährig	20,-							35,-				
Miete Schrank ⁺⁵ ganzer Schrank	12,-							15,-				
halber Schrank	8,-											

⁺¹ Für Mitglieder ab 6 Jahren.
⁺² Nur für aktive Mitglieder von 16 bis 65 Jahren, die bis Ende November **keinen Arbeitsdienst** geleistet haben.
⁺³ Nur fällig für aktive Mitglieder der Abteilung Schwimmen.
⁺⁴ Einmalige Anmeldegebühr 120,-.
⁺⁵ Falls verfügbar! Bitte in der Geschäftsstelle (Telefon: 0911 46 80 98) anfragen.

Impressum

Herausgeber

Schwimmerbund Bayern 07 e.V.
 Am Pulversee 1, 90402 Nürnberg; www.bayern07.de, info@bayern07.de

Geschäftsstelle

Yvonne Endhart, Telefon: 0911 - 46 80 98, Email: info@bayern07.de
 Di. 09:00 – 11:00 Uhr, Mi. 15:00 – 17:00 Uhr, Do. 11:00 – 13:00 Uhr

Bankverbindung

Sparkasse Nürnberg, BLZ 760 501 01, Konto Nr.: 54 83 557
 IBAN: DE53 7605 0101 0005 4835 57, BIC SSKNDE77XXX

Vorstand

Vorsitzender:	N. N.
Stellv. Vorsitzende:	Corinna Weidlich
Technischer Vorstand:	Thomas Lomb
Stellv. techn. Vorstand:	Stefan Jordan
Schatzmeister:	Peter Fleischer
Stellv. Schatzmeister:	Julian Gutbrod
Vorstand Projektmanagement / Konzeptentw.:	Werner Goller

Anzeigen

Anzeigen Yvonne Endhart und Felix Neumann, info@bayern07.de

Design, Layout, Satz

Robomeleon Grafikdesign by Schulz x Schulz, robomeleon.de.

Pulver-Magazin

Beiträge / Leserbriefe bitte an die Geschäftsstelle.
 Anzeigenanfragen bitte in der Geschäftsstelle oder an info@bayern07.de

Freibad

Öffnungszeiten Sommersaison (Mai bis September) täglich von 09:00 – 19:30 Uhr.

Gaststätte

Öffnungszeiten Restaurant	Öffnungszeiten Kiosk (Mai –Sept.)
Di – Sa 16.30 – 22.00 Uhr	Mo – Do 11.00 - 19.30 Uhr
So 10.00 – 14.30 Uhr	Fr – So 10.00 - 19.30 Uhr
Telefonnummer für Fragen und Reservierungen: 0911 - 91 94 07 90	
Kiosk bei schlechtem Wetter geschlossen.	



AOK
Die Gesundheitskasse.

BAYERN

#stayfitathome

Kennen Sie schon unsere Online-Angebote?
www.aok.de/bayern/cyberpraevention
www.aok.de/bayern/oviva

Gesundheit nehmen wir persönlich.



Das PULVER-Magazin ist die offizielle Zeitschrift des Schwimmerbund **Bayern 07 e.V.** Beiträge und Leserbriefe bitte an pulvermagazin@bayern07.de. Anzeigenanfragen bitte an info@bayern07.de. Für mehr Informationen besuchen Sie uns auf www.bayern07.de.