

Training im Westbad mittwochs von 20:00 – 21:30 Uhr

Stammtisch:

nach dem Training, wie immer beim Netscho,
Katharinenhof, Prüfeninger Str. 8

- 02.10.2019
- 09.10.2019
- 16.10.2019
- 23.10.2019
- 30.10.2019



Veranstaltungen im Oktober 2019

- **Abtauchen:** Donnerstag, 03.10.2019 am Murner See, siehe unten..
- **Schließung des Westbads:** 7. – 18.10.2019, siehe Seite 4)
- **24-Stunden-Schwimmen,** siehe Seite 4)

Alle Veranstaltungen auf einen Blick:

- Gesundheitswandern mit Judith. **Sonntag, den 3. November 2019**, siehe S. 4)
- Weihnachtsfeier: Samstag, 07.12.2019 bei Forsters, Donaustauf

Blick voraus

Abtauchen:

Am **Donnerstag, den 3. Oktober** findet das alljährliche Abtauchen zum „taucherischen Saison-Ende“ am **Murner See** statt. Man trifft sich pünktlich **um 10:00 Uhr** am Murner, taucht zügig und freudig in die – hoffentlich noch etwas warmen – Fluten ab, beeilt sich dann, nach dem Wiederauftauchen, die nassen Klamotten so schnell wie möglich vom Leib zu lösen, denn dann – ja dann, gibt es ein tolles Mittagessen!



Im neuen **GEFASOFT**-Gebäude, Franz-Mayer-Straße 10, in Regensburg, wird in der Zwischenzeit ein Spanferkel gegrillt, das den hungrigen Tauchern und Nicht-Tauchern bestimmt köstlich munden wird. Beilagen wie Kartoffelsalat und Krautsalat werden ebenfalls angeboten. Getränke können bei Mike käuflich erworben werden. Als Unkostenbeitrag pro Person € 5,00.

Teilnehmerzahl max. 30 Personen. Anmeldeschluss war der 11. September!

Blick zurück: Bayerische Meisterschaft im Orientierungstauchen und Klausensee-Pokal

Am Vortag des Wettbewerbs, als Reinhold, Norbert, Jürgen und Andreas unter der Leitung von Klaus und Helga Scholz, sich abmühten, die Bojen wieder an Ort und Stelle im Klausensee zu verankern, regnete es unaufhörlich. Das veranlasste Klaus, sich die Einleitung seines Berichtes bereits im Voraus zu formulieren, wie folgt: „*Es regnete in Strömen, so dass man nicht wusste, ist man bereits im Wasser oder noch am Ufer!*“ Vielleicht war das der Grund, weshalb Petrus uns am Sonntagmorgen mit trockenem, milden Wetter verwöhnte. Natürlich eine gute Voraussetzung für das Gelingen des Wettkampfs.



Helga Scholz hatte wieder für Kaffee, Tee und Zwetschkuchen gesorgt, Norbert Ortman aus Wendelstein und Ben Schmidt brachten vorsorglich je einen Pavillon für alle Fälle mit. So war man bestens auf großartige Leistungen vorbereitet! Die Zeit bis zum Wettbewerbs-Beginn vertrieb man sich mit Unterhaltung, ausprobieren, wieviel Blei man wohl benötigt, Erfahrungen der letzten Wettbewerbe austauschen und Warten. Für die „Erstlinge“ war es interessant sich die Geräte anzusehen, deren Funktionen mit Kompass und



Durchflussmesser zu lernen und sich überhaupt mal wieder mit einem Kompass zu beschäftigen. Favoriten waren natürlich der große Kompass von Johannes und der etwas kleinere von Andreas, deren Anzeigen wesentlich besser zu erkennen waren, als die an den Geräten und somit ein gutes Ergebnis versprochen.

War es nun die Gewissheit, dass man den Wettbewerb mit der tollen Ausrüstung sicher prima bestehen würde, oder einfach nur Pech, dass, bis auf eine Teilnehmerin, niemand auch nur die erste Boje richtig traf. Jeder Versuch begann sehr vielversprechend, doch nach etwa der Hälfte der Strecke machten alle einen leichten Knick nach rechts (nur Helene zog links vorbei), so dass als Ergebnis die erreichte Zeit und der Abstand zur Boje als Messkriterien galten.



Die Personen auf dem Begleitboot der Wasserwacht machten die über das Ziel hinaus geschwommenen Taucher darauf aufmerksam, dass sie wieder auftauchen können und

brachten teilweise die Geräte zum Ausgangspunkt zurück, um das Ganze schneller abzuwickeln. Wartezeiten entstanden, wenn die begehrten Kompassse nicht schnell genug zurück kamen.

Zu erwähnen ist, dass Mark fast den ganzen Parcours durchschwamm, ohne jedoch die Bojen direkt zu finden und das in einer Zeit von 5:15 Minuten. Und Helene mit ihren

kleinen Flossen die Strecke bis zum Aufgeben in Nähe der Boje in glatten 1:11 Minuten schaffte. Patrick war auch schnell (1:28 Min.), aber er hatte die langen Flossen an!

Das Pech war nicht nur den Teilnehmern des Klausenseepokals (UCR) beschieden, sondern auch Dreien der vier Teilnehmer der Bayerischen Meisterschaft. Sylvia Seitz, die Einzige, die an der ersten Boje rüttelte, tauchte weiter bis über die 2.Boje hinaus, ohne sie zu finden und benötigte dafür 2:25 Minuten.

Im Anschluss an den Wettkampf wurden sehr schnell die aufgestellten Tische und Bänke, sowie der Pavillon abgebaut und Alle begaben sich in die See-Gaststätte zum Mittagessen, einer Kartoffelsuppe mit Würstchen. Noch vor dem Essen verteilte Klaus an alle Teilnehmer die Urkunden für die Teilnahme und nach dem Essen wurden die Pokale an die Sieger übergeben.

Für den UCR erhielt Mark Meininger den Pokal als bester der Herrenriege und Helene Penzenstadler den Pokal für das beste Ergebnis der Damenriege.



Bei den „Bayerischen“ gab es je einen Pokal für Pauline Mangelkramer und Fabian Bäuml als beste Jugendliche, weiblich/männlich und für Sylvia Seitz und Norbert Ortman als beste Erwachsene weiblich/männlich.

Während der Verteilung dieser Trophäen begann es draußen zu regnen, ja zu schütten und wir waren alle dankbar, dass das Wetter für uns so gnädig war!!!

Wir danken Klaus und Helga Scholz für die Organisation dieser Veranstaltung und freuen uns auf das nächste Jahr, mit dem alljährlichen Vorsatz, die Fertigkeit des Orientierungstauchens in das Trainingsprogramm aufzunehmen. Warten wir es ab!!!!



Ingo Westerboer fand dieses nette Bild und hat folgenden Kommentar dazu:



*„Es ist unwahr, dass ein ausgetrockneter UCR'ler bei seiner Ägypten-Reise angesichts dieser Szene trockenen Gaumens in Ohnmacht fiel!
Wahr ist vielmehr,
dass er spontan das erste Glas ergriff,
es austrank und dankbar niederkniete.“*

..... noch ein „Aufgeschnappt“ von Ingo:
*Theoretisch können viele Menschen schwimmen, weil sie hohl sind.
In der Praxis gehen sie aber unter, weil sie nicht ganz dicht sind!*

Eine Reise nach Bali ...

... und die Frage, was nimmt man mit. Diese Frage stellten wir uns am Anfang auch.

Da wir nicht nur in einem Hotel die Zeit mit Relaxen verbringen wollten, fiel nach gründlichen Recherchen bei Annette, Ben und weiteren Bekannten die Entscheidung, dass wir quer durchs Land wollten und dass dies am besten mit einem Rucksack geht. Aber was passt da alles rein ... bzw. was passt nicht rein? Das Tauch-Equipment leider nicht. Da Angelika und Stefan aber beide Nicht-Taucher sind, beschränkten wir uns auf Maske und Schnorchel. Flossen kann man sich ja überall ausleihen und somit war klar, dass es ein Kultur-, Erholungs- UND Schnorchelurlaub sein wird. Also Reiseführer gekauft, durchgelesen, geplamt, umgeplamt, noch mal umgeplamt usw. Beim Durchlesen fielen mir immer wieder 2 Ziele auf, welche ich unbedingt ansteuern wollte: 1. Die Manta-Bay auf Nusa Penida und 2. die Schildkröten-Station auf Serangan. So jetzt sind wir gedanklich am Meer angekommen und entsprechend meinem neuen Hobby war klar, **die UW-Kamera MUSS ins Gepäck.**

Nach der ersten Kultur-Woche sind wir dann am 21. August im Norden bei Amed angekommen



und dort konnte ich die ersten UW-Bilder am Jemeluk-Beach machen. Zuerst ein Unterwasser-Tempelchen, Korallen, Seesterne und doch einige Fische. Natürlich bzgl. der Fischvielfalt und auch bei der Sicht kein Vergleich mit Ägypten. Die Kamera hatte schon Besseres aufgenommen.

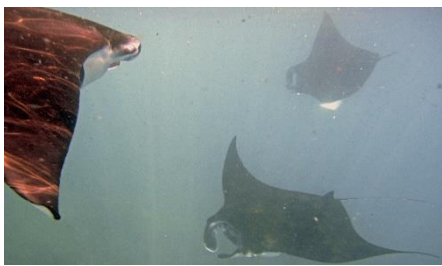


Dann ein paar Tage später eines der absoluten Highlights der Reise, die Manta-Bay. Als skeptischer Mitteleuropäer glaubt man natürlich den Plakaten nicht sofort und die 98-prozentige

Wahrscheinlichkeit einer Manta-Sichtung erschien mir viel zu hoch. Trotzdem, Flossen ausgeliehen, Kamera, Maske und Schnorchel gepackt, ein kleines Ausflugsboot gechartert und schon war ich mit Stefan unterwegs zur Manta-Bay. Dort angekommen der erste Schreck: ca. 20 Ausflugsboote mit Unmengen an Schnorchlern waren schon da. Macht nichts, ab zu den anderen ins Wasser und da waren sie ... bei ca. 20 Meter Sichtweiten kamen immer wieder Mantas ins Blickfeld so dass wir die Anzahl auf 8 – 10 Tiere schätzten. Mal von vorne,



mal von hinten, mal im Kreis um uns oder dicht unter uns durch ... das war der absolute Wahnsinn. Was hätte ich wohl gemacht wenn ich die UW-Kamera zuhause gelassen hätte? Also Kamera einschalten und den Auslöser drücken. Teilweise kamen die Mantas bis auf gefühlt einen Meter an uns ran, so dass ich das zuhause gelassene, schwere Fisch-Eye-Objektiv gebraucht hätte. Aber ich denke, dass auch so genügend schöne Bilder entstanden sind. Wobei ... die Bilder geben in keinsten Weise das tatsächliche Gefühl wieder, wenn rund um einen herum die Mantas durchs Wasser „fliegen



Später fuhren wir dann mit dem Gefühl etwas Wunderbares gesehen zu haben zurück, um noch ein bisschen im Flachwasser zu schnorcheln.

Am nächsten Tag waren wir dann noch am Angels Billabong und Broken Beach, als Angelika von der Klippe aus Delfine im Meer entdeckte und wir sie beobachten konnten.

Kurz vor der Rückreise waren wir dann noch in der Schildkröten-Auffang- und Zuchtstation auf Serangan und konnten die frisch geschlüpften Schildkröten sowie die etwas älteren Exemplare bewundern. Wenn die Überlebenschance der Schildkröten-Babies hoch genug und der Panzer etwas ausgehärtet ist, werden die Kleinen freigelassen. Hier konnten wir dabei sein als ca. 40 Schildkröten am Strand abgesetzt und auf direktem Weg ins Meer entschwinden sind. Auch dieses Bild wird sich auf lange Zeit in der Erinnerung einprägen.



Somit war die Bali-Reise neben vielen Tempeln, traditionellen Tänzen, Zeremonien, Reis-Terrassen, Königsgräbern, Wasserfällen, Vulkanen, Buchten, herrlichen Landschaften und gastfreundlichen Balinesen auch durch die Taucherbrille ein besonderes Erlebnis !!!

Schließung des Westbads

Wir freuen uns alle sehr, dass das Westbad mal wieder überholt /gereinigt wird. Leider sperren sie's dabei vom 7. – 18. Oktober 2019 zu. So entfällt am 9. und 16.10.2019 das Training. Zum Stammtisch treffen wir uns aber doch und zwar schon ab **20 Uhr**, natürlich im Katharinenhof bei Netscho.

Sa. 24.10. 17:00 bis So. 25.10. 17:00 Uhr: 24-Stunden-Schwimmen !!!!!!!!!!!!!!!!

Am 19./20. Oktober wird das Westbad dann mit einem besonderen Event wiedereröffnet:

Um 12 Uhr erfolgt der Startschuss zum 24-Stunden-Schwimmen. Badbesucher können in diesem Zeitraum 24 Stunden lang alle Attraktionen des Westbads nutzen. Das 24-Stunden-Armband als Eintrittskarte gilt auch noch, wenn man zwischendurch das Bad verlässt. Ab Samstag 17:00 Uhr bis Sonntag 17:00 Uhr wird kontinuierlich auf 8 Bahnen geschwommen.

Wer vom UCR an dieser Veranstaltung im Gruppenrahmen teilnehmen möchte, meldet sich bitte bei den Vergnügungswarten vergnuegungswarte@ucr-regensburg.de Sollte jemand den Ehrgeiz haben, als Rekordschwimmer teilzunehmen, muss dieser sich anmelden und erhält eine Startnummer. Unser Tipp: Im Kalender vormerken und bis dahin fleißig trainieren, damit viele Spendenkilometer für einen guten Zweck zusammenkommen.



Gesundheitswandern:

In der Juli-Aquapost schrieben wir bereits, dass Judith Schöffel Gesundheitswandern anbietet.

Nachdem das Tauchen im Murner im sich heranschleichenden Herbst immer weniger attraktiv wird, wäre dies ein netter Ersatz des sonntäglichen Treffens. Gesundheitswandern ist ein völlig neues Bewegungskonzept, wobei kurze Wanderungen (4 - 6 km) mit speziellen physiotherapeutischen Übungen zur Kräftigung, Mobilisation und Dehnung des Körpers, sowie zur Förderung der Koordinationsfähigkeit kombiniert werden. Außerdem bekommen die Teilnehmenden Anregungen, wie sie mehr Bewegung in ihren Alltag integrieren und allgemein gesünder leben können. Bewegungsmangel ist einer der größten Risikofaktoren, der eine sogenannte Zivilisationskrankheit auslösen kann. Mit regelmäßigem Wandern kann diesem Umstand einfach vorgebeugt werden. Wandern stärkt den Bewegungsapparat und regt den Stoffwechsel an. Bewegung an der frischen Luft entspannt und wirkt stimmungsaufhellend. Wandern in der Gruppe fördert das soziale Wohlbefinden und macht Spaß! Zusätzlich werden die Wanderungen noch mit Übungen aus dem "Waldbaden" - das derzeit in aller Munde ist - ergänzt.

Wir konnten mit Judith einen Termin vereinbaren: **Sonntag, den 3. November 2019**. Treffpunkt ist der Parkplatz beim Walderlebnis-Zentrum in Sinzing um **14.00 Uhr**, Anmeldung über die Veranstaltungswarte unter: vergnuegungswarte@ucr-regensburg.de

Personelles:

Zum 30. September verlassen uns leider Ines und Uwe Wiegand. Durch berufliche, sportliche und auch private Gründe können sie an den meisten Veranstaltungen des Vereins nicht teilnehmen. Sie waren gerne bei Festen und Clubfahrten dabei, nun lässt sich das mit vielen persönlichen Aktivitäten nicht mehr vereinen.

Wir hoffen, dass wir sie trotzdem nicht aus den Augen verlieren und wünschen ihnen weiterhin Spaß beim Tauchen, bei ihren Tauchurlaube und für die Zukunft: **Schnaufen nicht vergessen!**

Personelles:

Im Oktober haben Geburtstag:

am 5. *Roland Hochmuth*
und *Sonja Dietz*
am 6. *Gudrun Boy*
und *Angelika Hofmeister*
am 7. *Thomas Hoffacker*

am 10. *Herbert Rudholzner*
am 11. *Netscho Novacovic*
am 18. *Lena Aschenbrenner*
am 27. *Annemie Bär*
am 30. *Jürgen Preuschl*



Gratulation!

Terminkalender

Wer kennt das Tier ???

UCR-Termine bereits eingetragen



- a) Rotmeerpapageienfisch
- b) Orangekakadufisch
- c) Wuschelkopfpapagei



- a) Blaukartoffel
- b) Topfkoralle
- c) Prachtanemone



- a) Pyjamafisch
- b) Tüpfelschwanzfisch
- c) Indische Süßlippe

Oktober 2019			November 2019			Dezember 2019		
Di	1		Fr	1		So	1	
Mi	2	UCR Training	Sa	2		Mo	2	
Do	3	Abtauchen!	So	3	Gesundheitswandern	Di	3	
Fr	4		Mo	4		Mi	4	UCR Training
Sa	5		Di	5		Do	5	
So	6		Mi	6	UCR Training	Fr	6	
Mo	7		Do	7		Sa	7	Weihnachtsfeier
Di	8		Fr	8		So	8	
Mi	9	kein Training	Sa	9		Mo	9	
Do	10		So	10		Di	10	
Fr	11		Mo	11		Mi	11	UCR Training
Sa	12		Di	12		Do	12	
So	13		Mi	13	UCR Training	Fr	13	
Mo	14		Do	14		Sa	14	
Di	15		Fr	15		So	15	
Mi	16	kein Training	Sa	16		Mo	16	
Do	17	Ausschuss 19:30	So	17		Di	17	
Fr	18		Mo	18		Mi	18	UCR Training
Sa	19	24 h Schwimmen	Di	19		Do	19	
So	20	Im Westbad	Mi	20	UCR Training	Fr	20	
Mo	21		Do	21	Ausschuss 19:30	Sa	21	
Di	22		Fr	22		So	22	
Mi	23	UCR Training	Sa	23		Mo	23	
Do	24		So	24		Di	24	Hl. Abend
Fr	25		Mo	25		Mi	25	1. Feiertag
Sa	26		Di	26		Do	26	2. Feiertag
So	27		Mi	27	UCR Training	Fr	27	
Mo	28		Do	28		Sa	28	
Di	29		Fr	29		So	29	
Mi	30	UCR Training	Sa	30		Mo	30	
Do	31					Di	31	Sylvester

Auflösung der Fragen von AP 09/19:

1c, 2b, 3a,

wird fortgeführt.....