

TSV Pavelsbach

Newsletter

01/2026

Liebe Vereinsmitglieder und Pavelsbacher*innen,
liebe Engagierte in unserem Sportverein,

mit dem Start ins Jahr 2026 öffnen sich viele neue Türen und Chancen für uns alle. Wir blicken mit Vorfreude und Zuversicht auf die kommenden Monate – voller spannender Projekte, inspirierender Events und unzähliger Möglichkeiten, unser Vereinsleben weiter zu gestalten. 2026 bietet uns die Gelegenheit, gemeinsam neue Ziele zu erreichen, kreative Ideen zu verwirklichen und unsere Gemeinschaft noch enger zusammenzuführen. Ob bei gemeinsamen Veranstaltungen, engagierten Aktionen oder ganz persönlichen Momenten – dieses Jahr wird uns viele tolle Erlebnisse bescheren.



Vielen Dank für die helfenden Hände sowie Sach- und Geldspenden bei unserer Christbaumversteigerung. Besonderer Dank geht an **Daniel Frisch**, der nun als Versteigerer bei unserer Christbaumversteigerung eine neue Aufgabe beim TSV angetreten ist.

Lasst uns das neue Jahr mit genauso viel Energie, Tatkraft und Optimismus angehen. Wir freuen uns darauf, mit euch zusammenzuwirken, zu wachsen

und unvergessliche Augenblicke zu schaffen.

Auf ein erfolgreiches, gesundes und glückliches Jahr 2026!

Herzliche Grüße
Eure TSV Vorstandschaft

BOCK

wünscht ein
Frohes Neues Jahr

20
26



Die neuen Kurse beginnen am

12.01.2026 um 19.15 Uhr

15.01.2026 um 18.00 Uhr

15.01.2026 um 19.15 Uhr

Ggf sind noch Restplätze frei.

Hierzu gerne an die Übungsleiter wenden.

**Wir bieten auch wie schon im vergangenen Winter
zusätzliche Stunden für Mannschaften an,
zur Überbrückung der Winterpause, Saisonvorbereitung, usw.
Bei Interesse gerne melden!**



Wir freuen uns auf euch!

Mathias

Michael

Patrick



Präventionskurse beim TSV

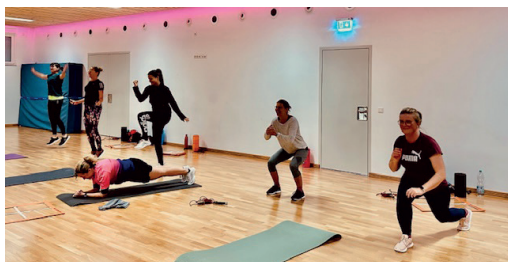
Fit mit HIIT – Effektiv, Vielseitig, Atem(be)raubend

HIIT-Training (High Intensiv Intervall Training) steht für maximale Wirkung bei maximaler Flexibilität. Egal ob Anfänger oder sportlich erfahren, jung oder älter – das Training lässt sich individuell an jedes Leistungsniveau anpassen. Genau das macht HIIT so besonders: Jeder trainiert auf seinem eigenen Level und kommt dennoch an seine persönlichen Grenzen.

Durch die intensiven Belastungsphasen wird der Stoffwechsel aktiviert. Der hohe Nachbrenneffekt sorgt dafür, dass der Körper noch bis zu 24 Stunden nach dem Training Kalorien verbrennt. Die Folge: Die Kalorien purzeln, während gleichzeitig Muskeln aufgebaut und das Herz-Kreislauf-System nachhaltig gestärkt werden.

HIIT ist nicht nur effektiv, sondern auch ganzheitlich. Ergänzt durch gezieltes Faszientraining wird die Beweglichkeit verbessert, die Regeneration unterstützt und das Verletzungsrisiko reduziert. So entsteht ein rundes Trainingskonzept, das Kraft, Ausdauer und Mobilität optimal miteinander verbindet.

Auch dieser Kurs gehört zur **Reihe der Präventionskurse beim TSV Pavelsbach**, ist von den Krankenkassen anerkannt und wird bezuschusst.



Nächster Kursstart am Montag,
23.02.2026 um 19:30 Uhr.

Anmeldung bei Julia Nunner,
Tel. 0170/4419498.



Montags

Nächste Kurstermine: 23.2./2.3./9.3./16.3./
23.3./13.4./20.4./27.4./4.5./11.5.2026

Freitags

Nächste Kurstermine: 27.2./6.3./13.3./20.3./
27.3./10.4./17.4./24.4./8.5./22.5.2026

Pilates am Abend

17.30 Uhr

Fit mit HIIT

19.30 Uhr

Pilates am Morgen

9.00 Uhr





Handball ABTEILUNG



Weihnachtsfeier in der Ballspielgruppe



Schleiferei Pröll - Marienstraße 20a - 92353 Pavelsbach
Tel. 09189 / 22 60 - E-Mail: schleiferei-proell@outlook.de

Große Augen, staunende Gesichter und jede Menge Freude: Die Ballspielgruppe bekam ganz besonderen Besuch. **Das Christkind** schaute in der Sporthalle vorbei und sorgte für eine fröhliche Überraschung bei den Kindern.

Es brachte viel Lob und eine tolle Mütze für die fleißigen Handballer. Mit Punsch und Plätzchen ließen wir das Jahr gemütlich ausklingen.

Weihnachtsfahrt zum HC Erlangen

In der Adventszeit machte sich die Handballabteilung gemeinsam auf den Weg zu einer besonderen Weihnachtsfahrt zum HC Erlangen. Voller Vorfreude ging es los, um Profihandball hautnah zu erleben.

In der Halle sorgten spannende Spielszenen, tolle Stimmung und laute Fangesänge für Begeisterung bei Groß und Klein. Für viele war es ein unvergessliches Erlebnis, die Spieler live zu sehen und echte Handball-Atmosphäre zu spüren. **Diese gemeinsame Fahrt brachte nicht nur weihnachtliche Freude, sondern stärkte auch den Zusammenhalt in der Handballabteilung.**

Beschützen ist
unsere Leidenschaft.



VERBUNDEN
KÄMPFEN
HILFEN

Ein Stück Sicherheit.

Generalagentur Marktplatz 9 - 92342 Freystadt
Tel. 09179 941200 - Fax 09179 941212
info@schlick.vkb.de - www.schlick.vkb.de

Schlick





Ein besonderes Highlight: Unsere Jugendspieler als Einlaufkinder.



Ski ABTEILUNG

45 Jahre Skiabteilung



Am 17. Dezember 2025 feierte die Skiabteilung des TSV Pavelsbach ihr 45-jähriges Bestehen. Ein Anlass, um gemeinsam auf die Geschichte zurückzublicken:

1980 gründeten rund 20 Skibegeisterte um Herbert Summerer die Abteilung. Bald folgten erste Meilensteine: **Anschaffung eines Loipenspurgeräts, Teilnahme am Kreisjugendskitag oder der Bau der Skihütte.**

Über die Jahre wurden **zahlreiche Tages- und Mehrtagesfahrten** organisiert: Scheffau, Schladming, Flachau, Ratschings und viele weitere Ziele sind unvergessen. Auch das Hüttenwochenende in Sudelfeld gehört seit über zehn Jahren fest zum Programm.



Neben Skifahrten fanden **Skigymnastik, Skikurse, Fahrradtouren, Sonnwendfeiern, Hüttenweihnachtsfeiern, Wanderwochenenden und Skibasare** statt. Leider sorgt Frau Holle seit Jahren für wenig Schnee, sodass der heimische Langlauf pausiert. Alle diese Erlebnisse, ob auf der Piste, bei Ausflügen oder geselligen Abenden, haben uns viele unvergessliche Momente beschert.

Ein herzliches Dankeschön an alle, die sich in den vergangenen 45 Jahren engagiert haben. Wir freuen uns auf viele weitere gemeinsame Erlebnisse.

**Herzliche Einladung aller Mitglieder der Fußballabteilung zur jährlichen
Jahreshauptversammlung der Fußballabteilung:**

- **Datum:** 8. Januar 2026
- **Uhrzeit:** 19.00 Uhr
- **Ort:** Sportheim

*Blütenzauber
Frisch*



Tagesordnungspunkte:

1. Begrüßung
2. Bekanntgabe der Tagesordnung
3. Bericht der Abteilungsleiter
4. Bericht des Jugendleiters
5. Bericht des Kassiers
6. Entlastung der Abteilungsleitung
7. Neuwahl der Abteilungsleitung
8. Neuwahl der Kassenprüfer
9. Sonstiges

Die Abteilungsleitung freut sich auf ein zahlreiches Erscheinen seiner Mitglieder.



Fanshop unter:
**[www.myteamshop.de/
tsvpavelsbach](http://www.myteamshop.de/tsvpavelsbach)**



Lauf ABTEILUNG

16. HUEBER-Silvesterlauf Pleinfeld 2025

Ganz nach dem Motto „A little party never killed nobody“ haben wir uns zur kleinen Laufparty in Pleinfeld angemeldet – dem 16. HUEBER-Silvesterlauf Pleinfeld 2025. Erneut konnten wir ein starkes Läuferteam mit 14 Teilnehmerinnen und Teilnehmern an den Start bringen.



Hobbylauf – 4,85 km

21. Gräfe Alexander: AK 3. – 0:27:13 h

8. Härtl Tina: AK 4. – 0:29:03 h

13. Scheuerer Martina:

AK 2. – 0:30:38 h

17. Vitzthum Isabell: AK 3. – 0:34:09 h

Hauptlauf – 8,97 km

1. Böllet Stefan: AK 1. – 0:31:24 h

40. Kleesattel Johannes:

AK 5. – 0:38:25 h

69. Strunz Thomas: AK 31. – 0:41:39 h

92. Neber Sebastian: AK 13. – 0:43:38 h

42. Meier Melanie: AK 4. – 0:51:09 h

43. Seger Anna: AK 11. – 0:51:10 h

176. Kleesattel Thomas:

AK 20. – 0:52:09 h

182. Wild Christian: AK 18. 0:53:33 h

69. Kress Nadja: AK 8. – 0:57:52 h

212. Kress Manuel: AK 28. – 1:04:23 h

Neben vielen starken Einzelleistungen gab es noch einen ganz besonderen Erfolg: Stefan Böllet sicherte sich den RAIFFEISEN-LÄUFER-CUP 2025 im BLV-Kreis Roth-Weißenburg und brachte den Pokal mit nach Pavelsbach!

Ein gelungener Jahresabschluss für unser Team!



METALLDESIGN
Thoma

Info@metalldesign-thoma.de

**KFZ-WERKSTATT
WASCHANLAGE**

WWW.RACKL-WASCHWERK.DE

RACKL
WASCHWERK

16. HUEBER-Silvesterlauf Pleinfeld 2025

Das Jahr 2025 ist zu Ende gegangen – und damit auch unsere „Challenge 2025“

Doch worum ging es dabei eigentlich?

Unsere Läufer*innen wurden in Teams eingeteilt und hatten gemeinsam ein klares Ziel: über das gesamte Jahr hinweg zusammen 2025 Kilometer zu laufen.

Von insgesamt 6 Teams haben beeindruckende 5 Teams diese Herausforderung erfolgreich gemeistert

Diese Teams haben das Ziel erreicht:

- Cool Runnings (Stefan, Manuel)
- Frauenpower (Martina, Gaby, Christian, Andreas)
- 6.3. (Thomas, Tina)
- 5202 (Alexander, Sebastian, Nadja)
- E (Johannes, Melanie, Isabell, Monika)



Ein besonderes Highlight waren natürlich die individuellen Kilometerleistungen:

- 1. Platz: Stefan Böllet – 3.327 km
- 2. Platz: Martina Scheuerer – 1.622 km
- 3. Platz: Thomas Strunz – 1.586 km

Danke an Alexander Gräfe für die geniale Auswertung!

Position	Team	km	Anzahl	7T- ø	Läufer	km	Höhe	Anzahl
1 □	Cool Runnings	3.576,0 (+1.551,0)	286	56,3	Manuel	248,3	1.362	38
					Stefan	3.327,7	15.617	248
2 ↓	Frauenpower	2.923,8 (+898,8)	294	35,0	Andreas (verl)	20,0	88	3
					Christian	434,7	3.416	54
					Gaby	846,7	4.840	87
					Martina	1.622,4	7.755	150
3 □	6.3.	2.325,1 (+300,1)	259	50,7	Thomas	1.586,2	8.638	134
					Tina	738,9	3.731	125
4 □	5202	2.260,4 (+235,4)	251	51,3	Alexander	1.101,8	5.140	132
					Nadja	202,1	1.012	38
					Sebastian	956,5	4.783	81
5 ↑	E	2.035,9 (+10,9)	225	58,1	Isabell	330,5	2.508	60
					Johannes	1.049,1	7.091	83
					Melanie	370,9	2.445	41
					Monika	285,4	2.538	41
6 □	F	1.610,5 (-414,5)	222	18,8	Doreen	928,8	5.087	105
					Jenny	107,1	563	18
					Michael	574,6	3.341	99

Respekt an alle Teilnehmer*innen für Durchhaltevermögen, Teamgeist und diese großartige sportliche Leistung!

Um auch 2026 die Motivation hochzuhalten, gibt es in diesem Jahr wieder eine Challenge. Dieses Mal werden Punkte durch absolvierte Kilometer und Bewegungszeit gesammelt. Zusätzlich können durch besondere Aktionen Bonuspunkte erzielt werden. Viel Erfolg und Spaß beim Laufen!



✓ TSV- Laufchallenge 2026



Teilnahme

Einmalige Anmeldung & Strava-Verbindung nötig.



Wertung der Laufeinheiten

- ♥ Run-Aktivitäten in Strava freigeben
- ♥ Pace max. 9:00 Min./km



Punktevergabe

≡ Basispunkte

- ♥ 1 Punkt pro Kilometer
- ♥ 1 Punkt pro 5 Min. Laufzeit



Bonuspunkte

- ♥ Wettbewerb: 10 Punkte
- ♥ TSV-Lauftreff: 5 Punkte
- ♥ Parkrun: 2 Punkte

Sei dabei!
Melde dich jetzt an



Schützen ABTEILUNG



TRAININGSZEITEN

Jugendtraining

Ab dem 19. Januar 2026 freuen wir uns euch wieder ab 17.30 Uhr beim Jugendtraining begrüßen zu dürfen.



Offenes Training

Alle die Lust haben können **Dienstags ab 19.00 Uhr** unser offenes Training für jedermann nutzen um sich an unserem Schießstand auszuprobieren oder die vorhandenen Fähigkeiten auszubauen.

Vorankündigung JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG

Die Jahreshauptversammlung 2026 wird am **01. März ab 14 Uhr** in der **Sportgaststätte Odysseas** stattfinden. Wir freuen uns, wenn ihr euch den Termin schon mal eintragt!

TSV SPORTGASTSTÄTTE „ODYSSEAS“

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag:	Ruhetag
Dienstag:	Ruhetag
Mittwoch:	Ruhetag
Donnerstag:	11.00 – 13.30 Uhr und 17.00 – 22.00 Uhr
Freitag:	17.00 – 22.00 Uhr
Samstag:	17.00 – 22.00 Uhr
Sonntag:	11.30 – 13.30 Uhr und 17.00 – 21.00 Uhr

Im Januar immer Montag, Dienstag und Mittwoch Ruhetag

(bei Spielbetrieb durchgehend geöffnet)

Warme Küche bis 1 Stunde vor Schließung!

Unsere Wirtsfamilie freut sich auf alle Besucher,
und begrüßt Sie in unserer Sportgaststätte.

Sie erreichen die Sportgaststätte unter der Nr. 09180/939377.



www.tsv-pavelsbach.de



09180/939377



0151/45563053



Find us on
Facebook