



HC JOURNAL

Das Saisonheft 2019 / 2020
des HC Erlangen e.V.

Von den Minis bis zur U23:
Alle Mannschaften im Überblick

U23 - Rückblick und Ausblick

**Interview mit unseren
Athletiktrainern Fabian und Sina**



KURIER MIT SYSTEM.

KDE wünscht
allen Mannschaften
des HC Erlangen e.V.
für 2019/2020 eine
spannende Saison und
viel Erfolg bei
den Spielen!



***Wir bewegen Handball
und ganz Europa!***

www.kde-kurier.de



INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort Dr. Carsten Bissel	5
Saisonrückblick:	
Von Zeltlagern und Turnieren	6-7
Unsere Mädels beim HC	9
Die Back-Ground-Workers	10-11
Unsere FSJ-ler stellen sich vor	13
Die Stimme, die jeder kennt:	
Hallensprecher Tim	14
Der Weg nach oben	15
Nach der Saison ist vor der Saison	16
Alle Mannschaften des HC im Überblick	17-35
Die U23: Rückblick und Ausblick	36-39
Die U23: Neuzugänge	40
Gesundheit hat Vorrang	42-44
Kontakte // HC Erlangen e.V.	46

**WERDEN AUCH SIE
FÖRDERER DER JUGEND!**

Unsere Jugend freut sich über jede Unterstützung!

Bei Fragen zu Spenden und Sponsoring wenden Sie sich gerne an Tobias Wannemacher oder die HC- Geschäftsstelle.

Unsere Bankverbindung:

Handballclub TV48/TB88/CSG Erlangen e.V.

IBAN: DE79 7635 0000 0050 0054 71

BIC: BYLADEM1ERH

Stadt- und Kreissparkasse Erlangen

IMPRESSUM

Bei Fragen zu unserem Saisonheft wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle. Es erscheint einmal im Jahr und ist frei bei Heimspielen in der Halle erhältlich.

Herausgeber: Handballclub TV48/TB88/CSG Erlangen E.V.

Rathenastr. 17, 91056 Erlangen

Tel.: 09131/9726060 // E-Mail: gsev@hc-erlangen-ev.de

Amtsgericht Fürth, Registernummer 21579

Präsident: Dr. Carsten Bissel

Redaktion: Tobias Wannemacher

Fotos: Christiana von Alvensleben, Pingping Witt, Adobe Stock

Druck: Druckhaus Haspel // Auflage: 3000 www.lokalkolorist.de

Umsetzung: Handballclub TV48/TB88/CSG Erlangen E.V.

Mitarbeiter: Tobias Wannemacher, Michaela Weinbach (KDE),

Barbara von Alvensleben (KDE)



PRINT
– and –
PIXEL

Das Team braucht Druck.

Ob richtiges Augenmaß bei Kleinauflagen oder starke Leistung beim großen Wurf: Wir machen Druck – und fördern seit vielen Jahren mit handwerklichem Können und Leidenschaft den Handballsport. **Wie können wir Sie in Führung bringen?**



Digitaldruck /
Direktdruck /
Folienschnitt /
Formfräsen /
Großformat /
Kleinauflage /
Stoff- und
Textildruck

Print and Pixel Druck und Medien GmbH / Benno-Strauß-Straße 7 / 90763 Fürth Tel:
0911-21 79 78-3 / E-Mail: info@printandpixel.de

www.printandpixel.de

VORWORT DES VEREINSPRÄSIDENTEN DR. CARSTEN BISSEL

LIEBE FREUNDINNEN UND FREUNDE UNSERES HC ERLANGEN,



ein weiteres ambitioniertes Spieljahr liegt vor uns. Wir haben uns viel vorgenommen in den nächsten Monaten. Im vergangenen Jahr konnten wir uns als DER Handballverein in Bayern nicht nur behaupten. Wir haben unsere unangefochtene Spitzenposition sogar weiter ausgebaut.

Seit Jahren sind wir der einzige bayerische Verein, der in der ersten Handballbundesliga und dort eine in ganz Deutschland anerkannte Rolle knapp unterhalb der Plätze spielt, die die Qualifikation für einen europäischen Wettbewerb bedeuten würden. Jede Woche tragen die Live-Berichterstattung im TV und Artikel in vielen Medien unseren Vereinsnamen und den Namen unserer Stadt zu den Menschen in der ganzen Republik.

In unserem Bundesligateam sind nunmehr mit Jan Schäffer, Christopher Bissel und Benedikt Kellner drei Spieler verankert, die in unseren Nachwuchsmannschaften ausgebildet wurden. Und es sollen noch mehr Spieler werden. Deshalb legen wir großen Wert darauf, dass unsere jungen Spieler die Möglichkeit haben, sich unter bestmöglichen Bedingungen zu entwickeln. Alle Nachwuchsteams im männlichen Bereich spielen in den höchsten Ligen. Auch damit sind wir Spitze in Bayern, weit vor dem - aus unerfindlichen Gründen - staatlich ungemein geförderten Internat in Grosswallstadt und unseren Konkurrenten aus Coburg und Rimpfing. Unsere zweite Mannschaft tritt wieder als U23 in der dritten Bundesliga an, einer Liga voller Profis, und wird, verstärkt durch die jungen Neuzugänge Daniel Mosindi aus Tel Aviv, Tarek Marschall aus Hanau, Lars Goebel und Julian Mangen aus Bruck, auch diese Saison wieder für begeisternde Spiele in der Hiersemann Halle sorgen, dessen bin ich mir sicher. Besondere Ambitionen hegt unsere A-Jugend unter ihrem engagierten Trainer Johannes Heufelder, die - ebenfalls erheblich verstärkt - in diesem Jahr einen Spitzenplatz in der Jugendbundesliga einnehmen kann. Auch für die B-Jugend unter dem ehemaligen Bundesligaspieler Matthias Bracher als vorzüglichem Trainer, für die C-Jugend und alle weiteren Nachwuchsteams gilt, dass das Ziel der Gewinn der jeweiligen Meisterschaft und die Verbesserung der Leistungsfähigkeit aller Jugendspieler sein sollte. Besonders gefreut habe

ich mich über die Meisterschaft und den Aufstieg unserer U21 in die Landesliga. Nicht nur hier hat unser Jugendkoordinator und Urgestein Tobi Wannemacher - als Trainer und Spieler - mit seinen Jungs in einer Liga ohne Harz Großartiges geleistet. Tobi Wannemacher, Johannes Heufelder und Bernd Ehrlicher stellen mit Roland Wunder das Herzstück unseres Vereins dar.

U23, U21, A-, B- und C-Jugend bilden nun ein durchgängig leistungsorientiertes System zur Ausbildung junger Handballspieler in Erlangen auf höchstem Niveau. Wenn im kommenden Jahr nach Fertigstellung der bereits im Bau befindlichen Halle auf dem Gelände der internationalen Schule FIS eine weitere Homepage dazukommt, muss uns vor der Zukunft auch in infrastruktureller Hinsicht nicht mehr bange sein.

Ein wichtiger Baustein unseres Vereines sind, das darf nicht vergessen werden, unsere Damen- und Mädchenmannschaften, die voller Engagement und Leidenschaft nach Höherem streben. Man merkt, dass sich hier viel bewegt. Und auch darauf können wir stolz sein.

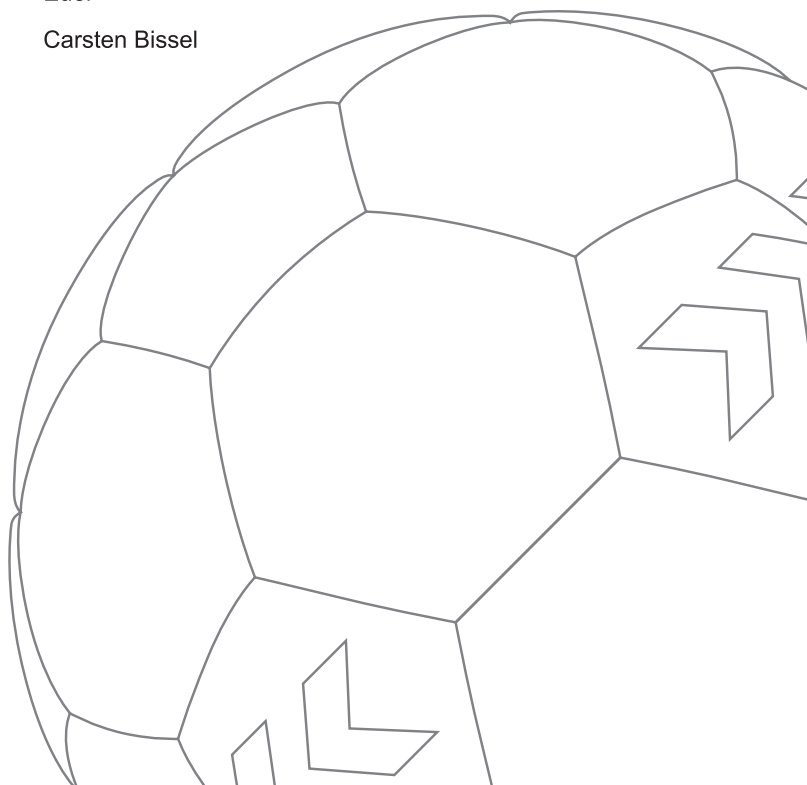
Ich danke allen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern in der Halle und der Geschäftsstelle, die sich täglich für den Handball Club Erlangen mit Herzblut engagieren. Ich danke den Sponsoren unseres Vereines mit der Firma KDE als Hauptsponsor an der Spitze und all unseren Fans, ohne die es den HCE in dieser Form nicht geben würde. Und ich danke den Verantwortlichen der Stadt Erlangen, die jederzeit ein offenes Ohr für die Belange ihres sportlichen Aushängeschildes, unseres HCE, haben.

Ich schaue voller Optimismus in die Zukunft und freue mich auf viele tolle Spiele unserer Mannschaften in der nun bevorstehenden Spielzeit 2019/20.

Wir sehen uns in der KHHH und in der Arena Nürnberger Versicherung!

Euer

Carsten Bissel



VON ZELTLAGERN UND TURNIEREN

UNSERE JUGEND UNTERWEGS

MINI-WM 2019

Vom 4.1. - 6.1.2019 trat die männliche D-Jugend in Hannover bei der Mini-WM als Team Dänemark an. Von 24 Mannschaften erreichten sie als „Dänemark“ einen sehr respektablen 9. Platz.

Godt klaret!



D- UND B-MÄDELS BEI DEN HANDBALL-DAYS IN LÜBECK

Am Wochenende nach den Pfingstferien, vom 28. bis zum 30. Juni, unternahmen zwei der Teams aus dem weiblichen Bereich eine Reise zu einem der größten internationalen Handballturniere. Die B&D-Jugend machten sich am Freitagmorgen mit einem Reisebus auf den Weg nach Lübeck.

Nach 9 Stunden Fahrt und der Eröffnungsparade bereiteten wir unseren Schlafplatz in der Turnhalle vor. Bereits am Freitagabend fanden die ersten Gruppenspiele der beiden B-Jugend-Teams statt. Dabei gab es zwei klare Siege und eine knappe Niederlage.

Am nächsten Morgen machten wir uns wieder mit einem Shuttlebus auf den Weg zu den Plätzen, auf denen den ganzen Samstag noch Gruppenspiele ausgetragen wurden. Zwischen den Spielen sind wir, wenn es zeitlich möglich war, zu den Plätzen gefahren, auf denen die anderen HC Teams gerade spielten, um sie anzufeuern.

Am Abend stand fest, dass alle Mannschaften den Einzug ins Achtelfinale geschafft haben. Außerdem fand noch die Players-Night mit DJ im Essenszelt statt. Gegen halb zwölf ging es aber schon wieder zur Schule, damit wir am nächsten Morgen fit für die Spiele waren. Am Sonntag ging es dann mit Gepäck auf zu den Platzierungsspielen. Für die B1 wurde es letztendlich der dritte Platz, da das Halbfinale gegen HC Leipzig knapp verloren ging. Die B2 schied im Achtelfinale aus und die D-Jugend konnte sich nach einem spannenden ersten KO-Runden-Spiel, das sie im Siebenmeterwerfen gewinnen konnten, über den Einzug ins Achtelfinale freuen, welches dann leider verloren wurde.

Noch vor der Siegerehrung traten wir die lange Heimreise an, damit wir möglichst früh zuhause ankamen. Gegen zwei Uhr morgens parkte der Bus schließlich wieder vor der KHHH. Insgesamt war es ein tolles Turnier, bei dem sich B&D-Jugend besser kennenlernen konnten und miteinander Spaß hatten.

Ein Bericht von Lisa Fuchs



Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr!

NICHTS FÜR WEICHEIER: DAS ZELTLAGER DER A-JUGEND IN HERRSCHING

Ende August ging es für Mannschaft und Trainer für eine Woche nach Herrsching am Ammersee ins Trainingslager. Nach einer zweiwöchigen Handball-Pause starteten wir dort nun in die finale Phase der Vorbereitung.

In Herrsching verbrachten wir die Zeit neben der Halle im Bootshaus des TSV Herrsching, wobei fast alle Spieler die Nächte außen in Zelten verbringen durften.

// Hier nochmal der Dank an die Familie Wannemacher, die uns das alles möglich gemacht hat. //

Jedoch spielte das Wetter am Ammersee nicht ganz mit, wodurch ein Großteil der Spieler viele nasse Nächte erleiden mussten.

Um die abendliche Verpflegung kümmerten wir uns durch ein selbstgemachtes 3-Gänge-Menü in kleinen Gruppen selbst. Der Einkauf hierfür gestaltete sich auch schwierig, da wir nach der Idee unseres Trainers beim Einkaufen in der Gruppe die ganze Zeit zusammen eine Holzstange berühren mussten (siehe Bild unten).



Handballerisch galt die Woche vor allem der Feinabstimmung in Angriff und Abwehr. So absolvierten wir auch drei Spiele gegen die A-Jugenden aus Allach und Günzburg, sowie gegen die Herrenmannschaft aus Herrsching. Hier gelang uns gegen die zwei gleichaltrigen Teams zwei Siege, während man sich gegen Herrsching knapp geschlagen geben musste.

Neben den Handballeinheiten stand auch viel das Teambuilding im Vordergrund, das am Freitag beim Stand Up Paddling seinen Abschluss nahm.

// Great things never came from comfort zones. //
Matthias Bracher



semper-plastic
B. Pomian GmbH

Spezialbetrieb für:

- CNC-Frästechnik
- Laserbearbeitung
- Sonderanfertigungen
- Technische Artikel
- Displays & Vitrinen
- Messe- und Ladenbau

Fürther Str. 80 • 90574 Roßtal

Telefon: 09127 / 95 47 13-0

Telefax: 09127 / 95 47 13-99

www.semper-plastic.com

semper-plastic

Acrylglas, Plexiglas®
Makrolon®, PVC, PS, PE
PP-Halbzeugen



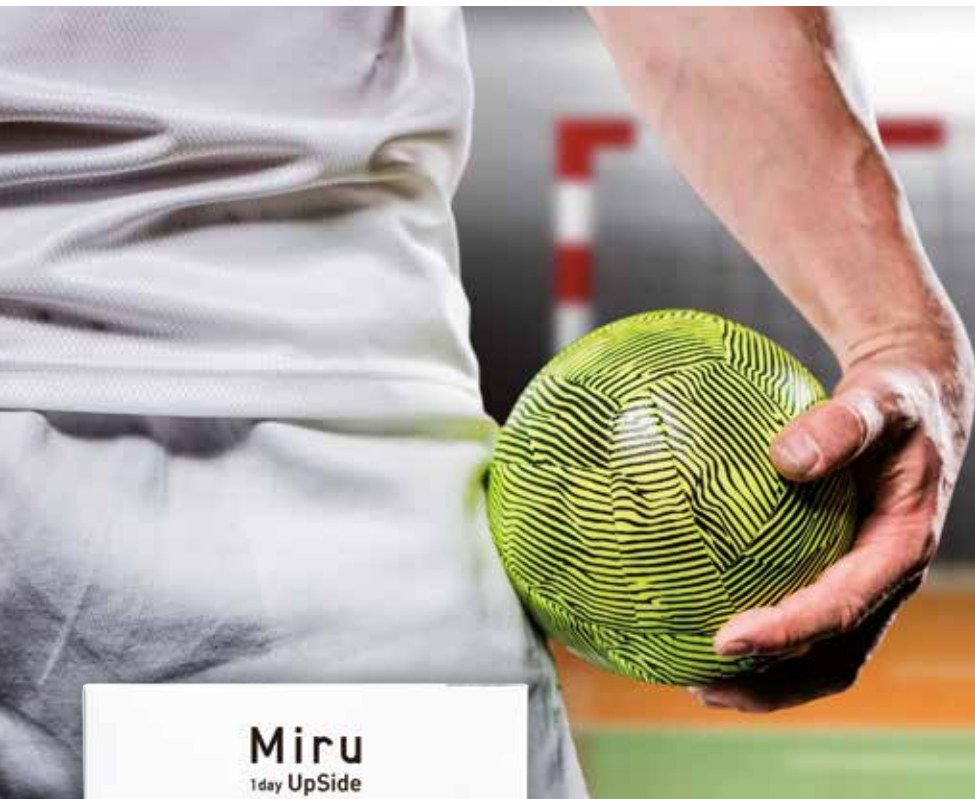
ISO
9001



kontaktlinsenFREUDE

Handball spielen mit Brille? Lieber nicht!

Miru 1day UpSide Tageslinsen sind praktisch, sicher, komfortabel.



Miru
1day UpSide

30 kontaktlinsen

TAGESLINSEN

Jetzt ausprobieren!

Augenoptik
Sommerfeld

Friedrichstraße 2 · 91054 Erlangen
www.augenoptik-sommerfeld.de

MODE auf über 6.000 qm

Kinder-, Damen- und Herrenmoden,
Braut- und Festmoden,



- kostenlose Parkplätze
- fachkundige Beratung
- Änderungs - Service



www.murk.de

MURK

Mo - Fr 9.30 - 18.00 Uhr
Samstag 9.30 - 16.00 Uhr

Tel. 09548/9230-0

96193 Wachenroth

UNSERE MÄDELS BEIM HC

BERICHT VON THOMAS FUCHS, JUGENDKOORDINATOR WEIBLICH

Eine erfolgreiche Saison bestritten unsere Mädelsmannschaften. In der B-Jugend erreichten sowohl unser Bayern- als auch unser Landesliga-Team einen 5. Platz, während die C-Jugend nach einer tollen Saison verlustpunktfrei den bayerischen Meistertitel gewann. Auch in der D-Jugend waren zwei Teams am Start: Platz zwei in der höchsten Spielklasse – der Bezirksoberliga – und ein erster Platz in der Bezirksklasse standen am Ende der Saison zu Buche.

Vor der neuen Saison, in der nach einigen Jahren wieder in allen Altersklassen Teams an den Start gehen, blickt Jugendkoordinator Thomas Fuchs auf die Situation im Mädelsbereich.

RÜCKBLICK AUF DIE LETZTE SAISON

Neben den Erfolgen der Mannschaften ist es uns gelungen, gerade bei den jüngeren Teams einige neue Spielerinnen zu gewinnen. Und im Trainerbereich konnten wir uns in den letzten Monaten breiter aufstellen. Durch die stärkere Einbindung von Spielerinnen aus dem Damen- und älteren Jugendbereich haben wir mittlerweile in fast allen Teams auch den Co-TrainerInnen-Posten besetzt. Hinzu kommt, dass wir für fast alle Teams lizenzierte/ausgebildete TrainerInnen haben.

// Dies wollen wir in der Zukunft weiter ausbauen, damit wir die Basis für tollen Mädchenhandball sowohl im Breiten- als auch im Leistungssport anbieten können. //

AUSBLICK AUF DIE NEUE SAISON

// Mich freut besonders, dass wir in der kommenden Saison wieder in allen Altersklassen vertreten sind. //

Dabei haben wir sowohl mit der A-Jugend – die 2002er Mädels gehen dann mittlerweile im vierten Jahr in Folge in der Bayernliga an den Start - als auch der B1-Jugend die Qualifikation für die höchste Liga geschafft. Besonders bemerkenswert ist dies vor dem Hintergrund, dass beide Teams fast vollständig aus Spielerinnen des jeweils jüngeren Jahrgangs bestehen. Dies gilt auch für unsere C-Jugend, die in der Landesliga spielen wird, und mit den 2006er Mädels in der Saison 20/21 dann große Chancen auf die Bayernliga hat.

WIE ES WEITERGEHT

Wir wollen den Schwung der letzten Saison weitertragen und uns konsequent breiter aufstellen. Aktionen wie der Grundschulaktionstag, um weitere Mädels vom Handballsport zu begeistern und die Gewinnung – hier vor allem aus dem eigenen Verein - und Ausbildung von TrainerInnen, um die Basis für Handball-Breiten- und Leistungssport zu legen, stehen dabei im Mittelpunkt. Um enger zusammenzuwachsen gehören gemeinsame Fahrten wie z.B. zu den Handball-Days in Lübeck (siehe separater Bericht) genauso dazu wie das Altersklassen übergreifende Training (E-Mädels trainieren/spielen bei der D usw). Letzteres auch um talentierten Spielerinnen bestmögliche Förderung zu bieten. Um dies umsetzen zu können, wollen – und müssen – wir auch die finanzielle Grundlage erweitern: wir freuen uns über jede Spende / jeden Sponsor, der uns dabei unterstützt.



DANK

// Ganz herzlich möchte ich mich bei allen TrainerInnen bedanken! Alle sind mit viel Einsatz und großem persönlichen Engagement dabei und schaffen damit die Grundlage dafür, dass die Mädels ihren Sport betreiben können. Und natürlich auch bei allen, die uns neben dem Spielfeld unterstützen. //

Angefangen bei den Eltern (bzw. Chauffeur-/ZeitnehmerInnen), die Caterings und Fahrten organisieren, über Irmgard Simon, die sich um die Ausrüstung gekümmert hat, Clemens Wunder & Stefan Schückher, die das ca. 100-teilige „Spielplan-Puzzle“ erfolgreich gelegt haben, bis hin zu Yvonne Latteyer, die mit einem Team von mehreren Eltern begonnen hat, den Sponsoring-Bereich auch im Jugendbereich auszubauen. Nicht zu vergessen natürlich auch unsere Geschäftsstelle mit Bianca Eckert & Bernd Ehrlicher und die gute Zusammenarbeit mit den „Jungs“, Tobias Wannenmacher und Johannes Heufelder.

Lassen Sie sich im komplett umgestalteten Unicum von unserer vielseitigen Küche verwöhnen.

Wir freuen uns auf Sie!



Unicum

Tel.: 09131 - 503480
Carl-Thiersch-Straße 9
91052 Erlangen
unicum-erlangen.de

f unicum-erlangen
@ unicum_erlangen

IM SOMMER:
Großer
Biergarten!

DIE BACK-GROUND-WORKERS

EIN BERICHT AUS UNSERER GESCHÄFTSSTELLE VON BERND EHRLICHER

Auch ein Verein ist ein kleines Unternehmen, in dem im organisatorischen Bereich von der Hallenplanung über Personalwesen, Marketing bis zur Buchhaltung alles wie am Schnürchen laufen muss, damit unsere Sportler trainieren und spielen können.

Deshalb möchten wir unser Büroteam vorstellen, verbunden mit einem herzlichen Dankeschön:

Unser Senior im Team, **Stefan Schückher**, der Mann der nie im Vordergrund stehen will. Seine Leistungen sind enorm. Er stellt sich vielen Herausforderungen. Die Koordination der Spiele in den verschiedenen Hallen ist schon fast „olympisch“ – Schücki bringt dies immer wieder in Abstimmung mit den Wünschen der sportlichen Seite auf den Punkt. Im finanziellen Bereich sorgt er dafür, dass die Mitgliedsbeiträge ordnungsgemäß entrichtet werden. Seine langjährige Erfahrung im Bereich Handball sorgt dafür, dass er die Vorschriften und die Regularien wie kein Zweiter kennt und wertvolle Empfehlungen oder auch Warnungen ausspricht. In Kombination zu seiner Tätigkeit beim BHV Ostbayern ist er immer bestens informiert, was alles so läuft auf der Bezirksebene.

// Stefan ist rund um die Uhr für den HC Erlangen online – außer wenn er mit seiner Frau einkaufen geht. //

Bernd Ehrlicher über Stefan Schückher



Ohne seine Unterstützung im IT-Bereich sowohl in der Geschäftsstelle als auch bei den Spielen würden manche jungen Leute „alt aussehen“ wenn der Computer mal wieder nicht funktioniert – Stefan findet fast immer eine Lösung.

Seit 01.04.2018 unterstützt **Bianca Eckert** das Team in der GS. Als „Quotenfrau“ ist sie für alles zuständig, was so anfällt. Neben der Bearbeitung von E-Mails und Anrufen, übernimmt sie auch beim Catering der U23 und der Planung und Durchführung von Festen und Events die Hauptaufgaben. Für jeden hat sie gerne immer ein offenes Ohr und versucht weiter zu helfen, wo Hilfe gebraucht wird.

Eine Herkulesaufgabe ist die Organisation und Bestellung der Trikots und der Ausrüstungsgegenstände mit den Sonderwünschen, die von verschiedenen Seiten an Bianca herangetragen werden. Auf alle Tätigkeiten einzugehen würde den Rahmen sprengen.

// Wir sind heilfroh, dass wir Bianca haben – sie ist die gute Seele in der Geschäftsstelle. //

Viele kennen **Bernd Ehrlicher** als den kritischen Betrachter der Finanzen des HC Erlangen. Er hat sich in den ca. 2 ¼ Jahren seines Wirkens sehr intensiv mit einem geordneten Rechnungswesen, vielen steuerlichen Themen (Umsatz-/ Körperschaft-/Gewerbsteuer) sowie dem gesamten Vertragswesen für die Spieler und Übungsleiter (einschließlich Lohnsteuer, Sozialversicherung, Berufsgenossenschaft usw.) auseinandergesetzt. Dabei ist der Spagat zwischen Wunsch und Wirklichkeit, sowohl von den gesetzlichen Anforderungen her, als auch von den wirtschaftlichen Möglichkeiten des Vereins häufig nicht machbar.

Rechtsanwälte | Steuerberater

DR. BECKSTEIN UND KOLLEGEN

www.dr-beckstein.de

DIE BACK-GROUND-WORKERS

EIN BERICHT AUS UNSERER GESCHÄFTSSTELLE VON BERND EHRLICHER

// Es gilt der Dank allen Sponsoren, Spendern und Gönnern die uns in hervorragender Weise unterstützen.

Insbesondere bei unserem Hauptsponsor der Firma KDE und der Familie von Alvensleben stoßen wir immer wieder auf „offene Ohren“ vielen Dank. Hervorzuheben ist auch die unkomplizierte-Zusammenarbeit mit dem Förderverein

der Handballjugend, die uns namhafte Beträge jedes Jahr zur Verfügung stellt. Was wäre der HC Erlangen e.V. ohne die Spieler, die die Pro HC für uns immer wieder abstellt?

Nicht vergessen möchte ich auch die Hallenkassierer und die fleißigen Helfer, die für unsere Einnahmen im Catering sorgen.

Für mich ist es immer wieder eine Herausforderung die Gesamtkosten des Vereins durch entsprechende Einnahmen zu decken und einen kleinen Gewinn zu erzielen, damit sich der Verein nach und nach einen Risikopuffer erarbeiten kann. // *Bernd Ehrlicher*



Jörg Kohlmann
Leiter Baufinanzierung

Sie bündeln Ihre Energie für das, was Sie begeistert! Um dafür Kopf und Hände frei zu haben, sollten Sie unsere genossenschaftliche Beratungskompetenz nutzen.

BERATUNG VON „8 BIS 8“

Bei Ihnen zuhause, in unseren Filialen, 12 Uhr mittags oder 8 Uhr abends - SIE bestimmen Ort und Zeit!



Montag bis Freitag, 8:00 bis 20:00 Uhr
nach individueller Terminvereinbarung

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

vr-bank-ehh.de

VR-Bank
Erlangen – Höchststadt – Herzogenaurach eG

**WASSERMANN
FLORISTIK**

Blumen & Pflanzen

SCHÖNE BLUMEN ÜBERALL

- * Blumensträuße, Gestecke, Arrangements
- * Brautsträuße und Hochzeitsfloristik
- * Tischschmuck und florale Raumdekoration
- * Saisonale Beet- und Balkonpflanzen
- * Grabpflege am Altstädter Friedhof
- * persönlicher Lieferservice im gesamten Stadtgebiet, Fleuroperservice weltweit

WASSERMANN FLORISTIK - Ihr Florist in Erlangen
Martinsbühler Straße 8 91054 Erlangen
Tel. 09131 / 2 41 70 Fax 09131 / 2 24 64
info@wassermann-floristik.de



GEBALLTE KRAFT UND LEISTUNG.

- Heizöl
- Kraftstoffe
- Tankstellen
- Schmierstoffe
- Autowaschstraßen



ELO-Mineralöl KG · Rathenaustraße 20 · 91052 Erlangen
Tel. 09131 120234 · Fax 120235 · www.elo-mineraloel.de

Ein Unternehmen der KEMPE Unternehmensgruppe 



HanseMerkur

Ihr Partner hier vor Ort in Erlangen.

Ganz in Ihrer Nähe finden Sie einen **persönlichen Ansprechpartner**:
für Ihre individuellen Fragen, für direkte Betreuung und besten Service auf kurzem Wege.
Damit wir Hand in Hand Ihre Lebensziele absichern können.

Gerne beraten wir Sie zu **erstklassigen Versicherungsangeboten**.
Rufen Sie uns an oder kommen Sie doch einfach vorbei.



Geschäftsstellenleiter René Flauger

Möhrendorfer Str. 3 · 91056 Erlangen
Telefon 09131 8144570 · Fax 09131 8144571 · Mobil 0176 10040707
rene.flauger@hansemerkur.de · www.hansemerkur.de/web/rene.flauger

UNSERE FSJ-LER STELLEN SICH VOR

TIM BAUDER UND PHILIPP VON ALVENSLEBEN UNTERSTÜTZEN DIESE SAISON DEN VEREIN



STECKBRIEF TIM BAUDER

FSJ Verwaltung HC
Trainer von: weibliche D-Jugend
Spielt Handball seit 11 Jahren, seit 3 Jahren beim HC
Mannschaft: mA-Jugend - Position: Links Außen/Mitte

Warum machst Du ein FSJ beim HC?

Weil es eine gute Möglichkeit ist, einen Einblick in das Vereinsleben zu bekommen und man auch praktische Erfahrungen als Trainer sammeln kann.

// Tim Bauder ist seit ein paar Wochen unterstützend in der Geschäftsstelle tätig. Er macht die ihm übertragenen Aufgaben hervorragend und könnte für uns der „Hans-Dampf in allen Gassen“ werden. Wir freuen uns auf eine weitere Unterstützung durch Tim.//

Bernd Ehrlicher

STECKBRIEF PHILIPP VON ALVENSLEBEN

FSJ sportlicher Bereich HC
Trainer von: männliche C1-Jugend
Ist vor 8 Jahren vom Fußball zum Handball gewechselt
Mannschaft: U23 - Position: Rückraum Mitte

Warum machst Du ein FSJ beim HC?

Es bietet eine tolle Möglichkeit, Erfahrung zu sammeln und einen Schritt weiter in der Berufsfindung zu gehen. Außerdem macht mir die Trainerarbeit mit Johannes und den Jungs sehr viel Spaß und durch das FSJ lässt sich alles toll mit meinem eigenen Handball verbinden.

// Wir möchten unsere eigenen Trainer ausbilden (...). Dabei haben Tobias und ich einige wenige aus unserer Sicht geeignete, noch aktive Spieler heraus gesucht. Einen dieser jungen Trainer, den wir ausbilden werden, ist Philipp von Alvensleben. Er wird mich in der U15 unterstützen und hat bereits in der Qualifikation gezeigt, welchen Handballsachverstand er hat. Auch seine Art kommt bei den Jungs und den Eltern sehr gut an. So würde ich von einer absoluten WinWin Situation sprechen! //

Johannes Heufelder

neprosport[®]
professional nutrition

DIE STIMME, DIE JEDER KENNT

UNSER HALLENSPRECHER TIM - SPITZNAME UWE - IM INTERVIEW

Tim Markovic – unser Hallensprecher des HC Erlangen e.V., besser bekannt als unser Uwe.

Wir alle kennen seine Stimme, er sagt Tore und Siebenmeter an, er peitscht aber auch die Zuschauer an, damit sie sich erheben, um in entscheidenden Spielphasen unsere Spieler zu unterstützen.

HALLO TIM, WIE KAM ES DAZU, DASS DU HALLENSPRECHER WURDEST?

Mich hat schon immer die super Stimmung im Handball durch die Zuschauer beeindruckt. Meistens sorgt ja auch der Hallensprecher für die gute Stimmung in der Halle durch die Fans.

Da habe ich mir gedacht, ob ich auch in der Lage wäre, mal in diese Rolle schlüpfen zu können. Und so kam es dann auch. Erst war ich in der Saison 2017/2018 Hallensprecher der HCE A Jugend, danach bin ich dann zur U23 in der 3. Liga gestoßen.

HAST DU SELBST EINMAL HANDBALL GESPIELT?

Ja, in der B und A Jugend des HC Erlangen jeweils eine Saison. Viele meiner ehemaligen Mannschaftskollegen spielen jetzt in der U23, Steffen, Jonas oder Lorenz.

WAS WAR DEIN SCHÖNSTES ERLEBNIS ALS HALLENSPRECHER?

Ein schönstes Erlebnis hervorheben ist schwer. Allgemein gesagt ist jedes Heimspiel in der KHHH ein Erlebnis, immer wieder ein neuer Gegner mit jeweils starken Handballern in ihren Reihen, wie z.B. Christian Zeitz oder U21 Nationalspieler Dimitrie Ignatov in der letzten Saison.

HATTEST DU AUCH SCHON EINMAL EINE PEINLICHE ODER UNANGENEHME SITUATION?

Es kann mal passiert sein, dass ich einen Nachnamen falsch ausgesprochen habe oder eine andere Spielernummer angesagt habe.;



Tim, vielen Dank für
Dein ehrenamtliches
Engagement.
Ohne Dich wäre es in
der Halle ganz
schön still!



DER WEG NACH OBEN

HANDBALLNACHWUCHS

INTERVIEW MIT JOHANNES HEUFELDER

U21, U23 oder dann als Profi in die erste Mannschaft des HC Erlangen. Davon träumen die meisten jungen Handballer. Der HC e.V. bildet die jungen Spieler von klein auf altersgerecht aus und talentierte Spieler erhalten eine umfassende Förderung. Trotzdem werden nur wenige von ihnen am Ende das Ziel erreichen.

Johannes, was würdest Du einem jungen Handballer raten, der es ganz nach oben schaffen will?

Ich würde jedem sagen, überlege es dir gut! Damit sind einige Entbehrungen verbunden und eine Garantie gibt es nicht. Neben Fleiß, Willen und Athletik gehört auch immer eine Portion Talent dazu. Aber am wichtigsten ist ehrgeizig an sein Ziel zu glauben und daran zu arbeiten!

Was hat sich in den letzten Jahren beim Trainingsansatz geändert im Handball?

Geändert weiß ich nicht, aber der Fokus liegt schon sehr auf einer starken athletischen Ausbildung. Dazu kommt dann eine schnelle Auffassungsgabe und eine möglichst hohe Flexibilität.

Ab wann sollte man mit Leistungssport beginnen?

Im allgemeinen sollte man in der C-Jugend, also bei uns in der U15. mit dem Leistungssport beginnen. Bei besonderen Talenten beginnt die Frühförderung aber auch schon früher.

Was kann ein Spieler zur Prävention vor Verletzung selbst tun?

Das ist ein immens wichtiges Thema, das sehr viele Spieler vernachlässigen, leider zu ihrem eigenen Schaden. Unsere Spieler bekommen individuelle, auf sie zugeschnittene kleine Programme von unserem Athletiktrainer und Physio-

therapeuten, diese lassen sich hervorragend ins Aufwärmen integrieren. Ich bin der Meinung, dass oft wenig besser ist, als selten viel.

Warum ist Athletiktraining so wichtig?

Das Athletiktraining erfüllt gleich zwei elementare Eckpfeiler unserer Sportart. Zum einen ist es absolut zwingend notwendig um das volle Leistungsvermögen eines Spielers abrufen zu können, zum anderen verringert man damit die Gefahr von Verletzungen.



// Unsere Fehlschläge sind oft erfolgreicher als unsere Erfolge. //

Johannes Heufelder

PHYSIO
MED
SCHINDLER

MEDIZINISCHE PRAXIS
FÜR PHYSIOTHERAPIE



Eva' Apfel

BIOLADEN IM ZOLLHAUS

Luitpoldstraße 31

91052 Erlangen

Telefon 0 91 31 - 20 45 42

NACH DER SAISON IST VOR DER SAISON VON QUALI-RUNDEN, VORBEREITUNG UND SAISONZIELEN

DIE ARBEIT UNSERER JUGENDKOORDINATOREN UND TRAINER

Der HC Erlangen hat 2019 seine Ambitionen im Nachwuchsbereich mit eindrucksvollen Qualifikationen untermauert.

Die Qualis waren für den HC in diesem Jahr ein riesiger Erfolg. Doch das ist kein Zufall sondern harte Arbeit und eine sehr weitsichtige Planung durch unsere Jugendkoordinatoren Johannes Heufelder und Tobias Wannemacher.

Johannes und Tobias haben bereits mit Beginn der Rückrunde einige strategische Anpassungen vorgenommen, welche dann in der Quali geholfen haben. Der Fokus lag auf einer konstant guten, erfolgreichen Nachwuchsförderung. Außerdem ist es dem HC gelungen, einige grandiose Neuzugänge zu verpflichten, die nochmal einen Schub gegeben haben.

Und das nötige Quäntchen Glück war natürlich auch auf unserer Seite. Aber die Qualifikation ist nur der erste Schritt. Es gilt nun das, was wir uns mit den Qualifikationen vorgenommen haben, in der Saison umzusetzen.

Dazu gehört eine umfassende Vorbereitung, in der die Grundlagen für die bevorstehende Saison gelegt werden.

Athletische-, und handballspezifische Schwerpunkte wechseln sich ab und werden von gelegentlichen Teambuilding Events ergänzt. Die neuen Spieler müssen integriert werden, um ein schlagfertiges Team auf die Beine zu stellen.

In der Regel liegt in der ersten Phase der Schwerpunkt etwas mehr auf der Athletik, während die zweite Phase dann eher in Richtung Handballspezifik geht.



Eine neue mit Spannung erwartete Saison steht uns bevor, wir haben tolle Mannschaften zusammengestellt und sind schon sehr gespannt, was diese zu leisten im Stande sind!!

HIER KOCHEN EMOTIONEN!



UNTERSTÜTZT DEN HCE

Täglich geöffnet ab 11:00 Uhr



Die Mannschaften des HC Erlangen



Von den Minis bis zur U23
Saison 2019 / 2020

männlich	Ligazugehörigkeit
U23	3. Liga - Süd
U21	Landesliga
A1	Bundesliga
A2	Bayernliga
B1	Bayernliga
B2	Landesliga

männlich	Ligazugehörigkeit
C1	Bayernliga
C2	Bezirksoberrliga
D1	Bezirksliga
D2	Bezirksklasse
D3	Bezirksklasse

weiblich	Ligazugehörigkeit
Damen	Bayernliga
A	Bayernliga
B1	Bayernliga
B2	Bezirksoberrliga
C	Landesliga
D	Bezirksklasse



Kempa

DIE NEUE KEMPA FAN KOLLEKTION

JETZT IM NEUEN
OFFIZIELLEN HC FANSHOP
ENTDECKEN!



jetzt SHOPPEN ▶



powered by

**INTERSPORT
EISERT**

www.intersport-eisert.de

Sporthaus Eisert GmbH
Sedanstrasse 1 · 91052 Erlangen

HC Minis

Bei den Minis können auch die Jüngsten Handballluft schnuppern. „Wir sind ein buntgemischter Haufen von Jungs und Mädchen im Alter von 5 - 8 Jahren, die Spaß am gemeinsamen Bewegen haben – mit und ohne Ball. Wir haben die Chance, unser Können im Training oder auf dem Spielfeld zu zeigen. Außerdem haben wir viel Spaß und dies nicht nur beim Gewinnen.“ Die Minis entwickeln spielerisch eine breite und solide Basis an sportlichen Fähigkeiten – der ideale Weg, um sie an unseren Sport heranzuführen. Marwin Wunder, Trainer



E-Jugend weiblich

Wir treten in der Saison 2019/2020 als fast eingespieltes Team auf, da uns nur wenige in Richtung D-Jugend verlassen haben. Der Fokus im Training liegt neben dem Fördern der motorischen Fähigkeiten auf dem weiteren Ausbau der Grundlagen wie Fangen, Passen, Tippen und Werfen, sowie das Verhalten im Spiel Frau gegen Frau!

Für die kommende Saison möchten wir viel Spaß bei den Spielen haben und aus den vielen „Einzelkämpferinnen“ ein spielfreudiges und erfolgreiches Team formen!

E-Jugend männlich

Die männliche E-Jugend freut sich auf die neue Spielzeit!

Nach den Osterferien begann das Training für die Jungs der männlichen E-Jugend wieder. In der neuen Konstellation mit den Jahrgängen 2009/2010 wurde viel gespielt und die Grundlagen Werfen, Fangen, Prellen und Passen verbessert. Einige der 2010er hatten schon in der Rückrunde E-Jugend Luft bei den Großen geschnuppert und so kannten sich viele Kinder daher oder aus gemeinsamen Minispielzeiten schon.

Auch ist es schön, dass ein paar neue Kinder den Weg in die Hallen des HC Erlangens gefunden haben. So kann man in der kommenden Saison wieder problemlos mit zwei Mannschaften in den Spielbetrieb starten. Am letzten Ferienwochenende der Pfingstferien trat man zum Beachhandballturnier beim MTV Stadeln an. Da man im Sand weniger Spieler braucht als in der Halle, reichten die zehn Kinder für zwei Teams, wobei die Älteren aufgrund zu weniger Mannschaften am Turnier der D-Jugend teilnahmen. Alle sammelten wertvolle Erfahrungen auf dem Spielfeld an diesem ereignisreichen Tag. Eine Woche später spielte man dann beim SV Puschkendorf ebenfalls erfolgreich wieder mit zwei Teams auf Rasen und fand trotz großer Hitze genügend Abkühlung bei einer erfrischenden Wasserschlacht. Nun sind die Sommerferien gerade mal zur Hälfte rum und alle warten sehnsüchtig darauf, dass das Training wieder losgeht und man sich am 28.09. beim Turnier in Eltersdorf mit anderen Mannschaften messen kann.



Herrensalon

Karlheinz Herbst

Gebbertstraße 10 · 91052 Erlangen

Tel.: 09131 - 2 46 28

D-Jugend weiblich

Für uns startet die Saison am 21.9. mit dem ersten Turnier dieser Saison. Nach einer dreiwöchigen Pause in den Sommerferien startet nun die finale Phase, bevor es in den Ligaalltag geht. In einer Gruppe aus fünf Mannschaften, die jeweils in Turnierform aufeinandertreffen, dürfen wir uns in diese Saison mit den Mannschaften aus Diepersdorf, Forchheim, Eckental und Baiersdorf messen. Nach der Hinrunde in dieser Gruppe besteht dann bei einer guten Platzierung der Aufstieg in die Bezirksoberliga. Mit einem Kader aus aktuell 13 Spielerinnen bereiten wir uns aktuell auf die anstehende Saison vor. In den Einheiten haben wir auch meist eine hohe Trainingsbeteiligung, sodass es Spaß macht, mit den Mädels zu arbeiten.

D-Jugend männlich

Ehrgeizige Ziele für die neue Spielzeit

Nach einer durchaus erfolgreichen Saison 2018/19, in der die D1 (Bezirksoberliga) und die D2 (Bezirksliga) jeweils ihre Staffel gewannen, will man in dieser Altersklasse beim HC Erlangen dieses Jahr noch mal „eins draufsetzen“. Schließlich verpassten beide Teams beim Saisonabschluss – Nordcup (vierter Platz für die D1) bzw. Ostbayerncup (zweiter Platz für die D2) – die angestrebten Turniersiege.

Die Chancen, dieses Jahr innerhalb der Bezirke Unter-, Mittel- und Oberfranken bzw. Ostbayern wieder einmal ganz oben zu stehen, scheinen jedenfalls nicht schlecht. Verfügt doch der (ältere) D-Jugend-Jahrgang 2007 über eine ganze Reihe toller Talente.

Freilich wird es auch darauf ankommen, wie viele Spieler dieses Jahrgangs bereits in der C-Jugend-Bayernliga eingesetzt werden, um dort schon Impulse für den nächsten Entwicklungsschritt zu bekommen. Außerdem gilt es in den nachfolgenden Teams (D2 und D3) schon die Spieler der jüngeren Jahrgänge (2008 und teilweise sogar 2009) entsprechend zu fördern, damit auch in den nächsten Jahren im D-Jugend-Bereich ein Niveau erreicht wird, auf dem sich in den Folgejahren gut aufbauen lässt.

Neben den schon erwähnten Saisonhöhepunkten, insbesondere dem Nordcup, wartet auch dieses Jahr wieder ein weiteres Saisonhighlight auf die D1. Schon traditionell nimmt man an der alljährlich vom TSV Anderten Hannover veranstalteten Mini-EM (letztes Jahr Mini-WM) teil. Man darf gespannt sein, welche Nation man diesmal beim Turnier vertritt. Dementsprechend gilt es rechtzeitig Hymnen zu üben bzw. Mützen zu stricken etc.



Kader: Lena Müller, Carlotta Quellmalz, Lina Wagner, Anna Brunotte, Mia Fuchs, Greta Brunotte, Angi Zebelein, Aliya Karanfil, Katharina Plewa, Emilia Dornheim, Jennifer Schreiber, Jule Stempel, Johanna Seidel



// Nie aufgeben: - Wer kämpft kann verlieren, wer nicht kämpft hat schon verloren! //

Thomas Fuchs

ZWERGER & SCHULTZ

Zahnarztpraxis | Erlangen Mitte

Tel: 09131/23325 • Web: www.zahnarztpraxiserlangen.de

C-Jugend weiblich

Rückblick auf die Vorbereitung der aktuellen Saison:

Zunächst einmal gab es einige Veränderungen im Trainerstab: Tim Frost (zuvor wD) übernahm die Trainerposition von Michael Meinert und neu an seiner Seite als Co-Trainer war auch Frank Vogel, der als Trainer im Männerbereich nun seine Erfahrungen im weiblichen Jugendbereich weitergibt. Tim hat im Sommer eine berufliche Veränderung nach Österreich gemacht und Frank hat gerne das Amt als Trainer übernommen.

In der ersten Phase der Vorbereitung nach der erfolgreichen Quali (Landesliga Nord) lag der Fokus natürlich auf dem gegenseitigen Kennenlernen des Teams und der Trainer.

Die kurze Zeit nach den Sommerferien bis zum Saisonstart (am Sonntag, den 29.09. um 13:00 Uhr in der KHHH) wird für intensive Grundspiele und das weitere Zusammenwachsen des Teams genutzt.

Ziele und Vorausschau:

Da die Leistungen aus der Quali und auch die Gegner schwer einzuschätzen sind, steht das Sammeln von Erfahrungen im Vordergrund. Natürlich streben wir auch einen guten Platz in der Landesliga an, denn die Mädels sind motiviert, engagiert und dazu auch spielerisch in der Lage. Wenn der Trainingseifer der Mannschaft so anhält und der Trainer das Training weiter wirkungsvoll, motivierend und mit Spaß gestaltet steht einer positiven individuellen Entwicklung, einem tollen Teamgeist und dem mannschaftlichen Erfolg fast nichts mehr im Weg!



// Die individuelle
Stärke eines
Spielers erkennt
man nur am
Erfolg der
Mannschaft. //



Frank Vogel, Trainer
der C-Jugend weiblich

Roland Wunder

ALEXANDER WELFHÖFER
PHYSIOPARK-ERLANGEN

WIR BEWEGEN SIE



Friedrichstraße 1 | 91054 Erlangen | Telefon: 09131 9742442

info@physiopark-erlangen.de | www.physiopark.erlangen.de

Öffnungszeiten: Mo. Di. Do. 09.00 – 19.00 Uhr | Mi. Fr. 09.00 – 16.00 Uhr

Manuelle Therapie, Massage, Lymphdrainage, Krankengymnastik,
Osteopathische Behandlungstechniken, Sport- und Mannschaftsbetreuung

C1-Jugend männlich

Nach einer erfolgreichen Qualifikation, ohne Punktverlust, spielen wir dieses Jahr wieder in der Bayernliga. Mit vielen starken Gegnern wie Bayreuth, Rimpf und Coburg wird diese Saison für unsere sehr junge Mannschaft zu einer großen Herausforderung. Dass wir aber mit genau diesen Teams mithalten können, zeigt beispielsweise der Turniersieg in Coburg bei dem u.a. auch die oben genannten Mannschaften teilnahmen.

Die nächsten Tests stehen bereits an: Wir fahren nach Rodgau, um ein hochklassiges Turnier gegen Mannschaften aus Hessen und NRW zu bestreiten. Höhepunkt der Vorbereitung ist aber ein „Bundesligaturnier“ der Rhein-Neckar-Löwen, die uns nach einem sehr guten Testspiel vor ein paar Wochen ein weiteres Mal eingeladen haben.

Trotzdem können wir es kaum erwarten, bis es endlich losgeht. Und natürlich würde wir uns sehr freuen, wenn der eine oder andere am 29.09.2019 in die KHHH kommen würde und sich unser „kleines“ Derby gegen Coburg anschaut :) - Eure mC1



Kader:

Harvey Riechmann
Henrik Jahns
Moritz Common
Ben Eggenwirth
Tom Stöckert

Simon Sturm
Nino Heckerott
Michel Fuchs
Michael Schubert
Jan Wilsdorf
Hannes Brossog

David Donauer
Laurin Grüneberg
Leo Engelhardt
Finn Scharnweber
Noah Schubert
Johann Leppert

// Will it be easy? Nope! Worth it? Absolutely! //

Matthias Bracher



C2-Jugend männlich

Nach einer stark gespielten Qualifikation ist unsere neu formierte männliche C2-Jugend im letzten Spiel im 7-Meter-Werfen am FC Bayern München knapp gescheitert. Beinahe hätten wir in der neuen Saison in der Landesliga gespielt.

Jetzt heißt es, sich auf die Begegnungen in der ÜBOL Nord vorzubereiten und diese mit dem gleichen Engagement zu spielen. Dem Trainerteam steht dafür ein breiter Kader zur Verfügung. Spieler der aufgelösten C3 sowie einzelne Spieler aus der D- und ggfs. C1-Jugend bilden zusammen mit den C2 Jungs eine schlagkräftige Mannschaft.

Im Vordergrund für die neue Saison steht die individuelle Entwicklung jedes einzelnen Spielers und die Vorbereitung der 2006er Jungs auf die C1 in der kommenden Saison 2020/2021. Auch jungen Spielern aus der D-Jugend soll bereits die Chance gegeben werden, erste Erfahrung im C-Jugend Bereich zu sammeln. Unterstützt werden die vielen jungen Spieler noch von ein paar älteren Jungs des Jahrgang 2007.

Mit schnellem und attraktivem Handball möchten wir uns mit Gegnern, wie z.B. HSC 2000 Coburg II und HC Forchheim, messen und den Zuschauern gute Unterhaltung bieten.

Kader

Julius Bucher
Felix Grimm
Lennart Wrege
Paul Stempel
Tim Stranghöner

Arthur Dechant
Niklas Hoffmann
Niklas Regnath
Daniel Sauer
Peter Gaipf
Felix Rümmelein

Anton Schwab-Zettel
Brian Heilmann
Georg Baumüller
David Donauer
Florian Weiß

Sonderkonditionen
und Gruppentarife für
unsere HC-Mannschaften.
Mehr Infos: auf Seite 46

WARRIOR'S
LUCK NINJA WARRIORS
TRAININGSHALLE

B1-Jugend weiblich

In die dritte Bayernliga-Saison in Folge geht es für die meisten Spielerinnen unserer weiblichen B-Jugend in die kommenden Spielzeit. Das Team, das sich zu großen Teilen aus Spielerinnen des jüngeren B-Jugend-Jahrgangs (2004) zusammensetzt, konnte sich in den beiden Qualifikationsturnieren jeweils als Gruppenerster durchsetzen. Nach dem bayerischen Meistertitel in der vergangenen C-Jugend-Saison war die souveräne Qualifikation ein weiterer toller Erfolg.

Um bestens vorbereitet in die neue Saison starten zu können, läuft seit Juni die intensive Vorbereitung. Trainer Thomas Fuchs wird dabei von Torwart-Trainer Thomas „Bob“ Barwitzki und Chris May, der Athletik und Kraft-Trainings-Einheiten leitet, unterstützt.

Das Trainer-Team erwartet eine deutlich schwerere Saison als im vergangenen Jahr. In diesem konnte verlustpunktfrei der bayerische C-Jugend-Meister-Titel geholt werden.

Unvergessen bleibt der 30:21-Sieg vor toller Kulisse in der heimischen Karl-Heinz-Hiersemann-Halle im vorentscheidenden Rückspiel gegen den späteren Vize-Meister TSV Schabmünchen. In der Gesamtstatistik standen zum Abschluss der Saison im Schnitt über 33 eigene und knapp 11 Tore Differenz pro Spiel zu Buche.

Während der Vorbereitung erreichte die Mannschaft dann beim internationalen Turnier des MTV Lübeck, den Handball-Days-Lübeck, den hervorragenden 3. Platz. Nach einer Niederlage im Halbfinale gegen den letztjährigen Dritten der deutschen B-Jugend-Meisterschaften, den HC Leipzig, wurde das Spiel um Platz drei klar gewonnen.

B2-Jugend weiblich

Wie im letzten Jahr schickt der HC Erlangen e.V. eine weibliche B2 in die Saison. Die Mannschaft setzt sich aus verschiedenen Gruppierungen von Spielerinnen zusammen. Zum einen können diejenigen Spielerfahrung sammeln, denen das letzte Saison aufgrund des großen Kaders nicht immer so gut möglich war. Auch sie können nun in der wB2 spielentscheidend agieren. Zum anderen werden uns C-Jugendsspielerinnen unterstützen und somit bereits etwas B-Luft schnuppern können. Und schließlich werden einige sowohl B1 als auch B2 spielen.

Die wB2 wurde für die Qualifikation der Bezirksübergreifenden Oberliga gemeldet. In der ersten Runde beendeten die Erlanger diese auf dem 1. Platz, wodurch sie sich für die Landesliga-Qualifikation qualifizierten. Bei dieser erwischten sie einen sehr gebrauchten Tag und starke Gegner, was neben der nicht allzu großen Erfahrung der Mannschaft dazu führte, dass sie die dritte Qualifikations-Runde wieder für die Bezirksübergreifende Oberliga spielten, die sie letztendlich auf dem zweiten Platz beendeten und sich somit für die ÜBOL qualifizieren konnten.

Auf die wB2 wartet nun ein Programm mit 16 Spielen, neuen Erfahrungen und Kuchen im Training, wenn die Spielerinnen oder die Trainerin zu spät kommen.



Kader: Vorne von li nach re: Hannah Lorz (7), Irem Öztürk (6), Ina Simon (24), Ines Simon (11), Lisa Fuchs (2), Lea Walkowiak (25), Jacqueline Latteyer (99), Franca Wunder (1), Frieda Knöll (13), Esma Gümüs (5), Jasmin Kohler (9), Laura Sauer (4), Asli Gümüs (34), Charlotte Pillipp (8)
Hinten von li nach re: Thomas Barwitzki (TW-Trainer), Thomas Fuchs (Trainer), Chris May (Athletik-Trainer)

Und auch bei dem BHV-Auswahl-Team sind die Mädels erfolgreich dabei: Derzeit sind 7 Spielerinnen beim BHV-Landesstützpunkt-Training der Jahrgänge 2004/5 vertreten. Lea Walkowiak & Lisa Fuchs schafften im Februar sogar den Sprung zur DHB-Sichtung in Heidelberg.

Die Erfolge in den letzten Monaten sollten eine gute Basis für eine erfolgreiche Saison sein. Los geht's aufgrund einer Spielverlegung am Wochenende 21./22.9. mit einem Doppelspieltag: Am Samstag geht's zu dem in der Qualifikation ungeschlagenen HCD Gröbenzell, während am Sonntag das erste Heimspiel gegen den letztjährigen bayerischen Meister der B-Jugend, den TSV Haunstetten, ansteht.



Kader: Julia Arndt, Sophia Becker, Hannah Beuschel, Laura Isabell Fitz, Asli Gümüs, Esma Gümüs, Lena Jung, Emilia Kämpf, Liv Krimm, Charlotte Philipp, Laura Sauer, Anna Maria Seidel, Anna Valentina Teleami, Anna Thiel

Handball, der bewegt!



BHV
Bayerischer
Handball-Verband



B1-Jugend männlich

Rückblick auf die letztjährige Saison

Die letztjährige Saison war geprägt von vielen Höhen und Tiefen. Gleich zu Beginn konnten wir bei einem stark besetzten Turnier in Berlin andeuten, wie viel Potential in uns steckte. Dort errangen wir ein Unentschieden gegen den Gastgeber und konnten auch gegen Melsungen phasenweise mithalten.

Während der Saison hatten wir starke Auswärtsspiele, zum Beispiel in Coburg und Großwallstadt, allerdings auch bittere Niederlagen gegen Rimplar, wo wir aufgrund von einer schlechten Chancenverwertung das Spiel in den letzten Minuten aus der Hand gaben. Nicht zuletzt die schmerzliche Heimmiederlage gegen Coburg, die uns die bayerische Meisterschaft kostete, stellte einen Tiefpunkt in der letztjährigen Saison dar, als wir uns in der altherwürdigen Karl-Heinz-Hiersemann-Halle



Kader: Nicolas (03), Kai/Leo (04), Paul (03)/ Jan (05), Anton (03)/Tobi (04), Mats, Julius (03), Johann (03)/Lucas D. (04), Simon (03)/Anton H. (04), Nick (03) Lenny (04)

// Work Hard Play Hard // Basti Walz

mit 21:19 geschlagen geben mussten und „nur“ bayerischer Vizemeister wurden. Doch noch einen letzten großen Kampf bestritten wir gemeinsam: Im Qualifikationsspiel für das Achtelfinale der Deutschen Meisterschaft gegen Magdeburg waren wir entschlossen zu zeigen, dass wir die starken Magdeburger, damals amtierende Deutscher Meister, schlagen könnten. Allerdings wurden wir in eigener Halle 20:38 besiegt und Magdeburg zog in das Achtelfinale der Deutschen Meisterschaft ein.

Rückblickend können wir uns zufrieden mit der bayerischen Vizemeisterschaft geben, auch wenn man feststellen muss, dass wir gesamt gesehen nicht in der Lage waren, unser großes Potential zu nutzen. Allerdings war es eine extrem lehrreiche und spannende Saison, die uns großen Spaß bereitete und wir wuchsen individuell als Spieler. Wir bedanken uns herzlich bei unseren Trainern Matthias Bracher und Johannes Heufelder, allen Helfern insbesondere den Spielereltern und natürlich allen Unterstützern, die uns bei jedem Spiel bedingungslos nach vorne peitschten.

Die Vorbereitung

Zunächst einmal gab es eine Änderung im Trainerstab. An die Seite von Matthias Bracher trat nun Andreas Slowik, der letztes Jahr als Co-Trainer die männliche A-Jugend des HC Erlangen leitete. Als Athletiktrainer fungieren weiterhin Sina Döbler und Chi-An Thai aus dem Sportland, die versuchen, uns körperlich möglichst

gut auf kommende Saison vorzubereiten.

In der ersten Phase der Vorbereitung fokussierten wir uns hauptsächlich auf die Verbesserung unserer Grundathletik. Viele Einheiten im Krafraum der Karl Heinz Hiersemann Halle und unzählige Runden auf dem Gelände des TB waren nun Trainingsalltag. In der zweiten Phase der Vorbereitung werden wir mehr Wert auf den handballerischen Part unseres Spiels legen und somit den Grundstein für eine erfolgreiche Saison setzen.

Ziele und Vorausschau

Mit dem Kader den wir haben, muss es unser Ziel sein, Bayerischer Meister zu werden. In Bayern geben wir den Ton an, das ist unser Ziel. Trotz eines extrem harten Auftaktprogramms blicken wir zuversichtlich und mit voller Vorfreude auf die neue Saison. Wir haben richtig Bock!

Dennoch steht im Vordergrund natürlich die individuelle Entwicklung der Spieler und der Teamzusammenhalt. Unser Ziel ist es, jeden Tag als Team ein bisschen besser zu werden, allerdings hilft ein konkretes Ziel, um eine Saison erfolgreich zu gestalten. Wir freuen uns auf eine tolle Saison und werden bereit sein, mit euch die Hütte abzureißen!

Von Paul Poser, Korrektur: Johann Neuner



HAUSÄRZTLICHE GEMEINSCHAFTSPRAXIS

KLAUS MÜLLER · DR. JULIA SEIDEL

Ihr Ansprechpartner rund um Ihre Gesundheit und Partner des HC-Erlangen

B2-Jugend männlich

Sprungbrett und Förderteam

Nachdem unsere mB1 durch den Vize-Titel in der Vorsaison für die Bayernliga qualifiziert ist, konzentrierten wir uns mit der gesamten B-Jugend darauf, in der Quali eine möglichst gute Ausgangsposition für den jüngeren B-Jugendjahrgang zu schaffen.

Mit dem Erreichen der Landesliga Nord ist uns dies sehr gut gelungen und wir spielen als 2'te Mannschaft in der 2't-höchsten Liga.

Wir sind in der Saison 19/20 eine „typische 2'te-Mannschaft“: 9 Spieler des jüngeren (2004) Jahrgangs werden durch 4 Spieler des älteren (2003) ergänzt, wobei jederzeit die Möglichkeit besteht, sich nach oben zu empfehlen. Zusätzlich ist geplant, dass noch 2-3 Jungs aus der aktuellen mC1 bei uns B-Jugendluft schnuppern.

Um eine größtmögliche Förderung unserer Talente zu gewährleisten, werden einige zusätzlich in der Bayernliga der B- und/oder A-Jugend eingesetzt.

Durch diesen gewollten Wechsel der Besetzungen haben alle Jungs die Chance auf viel Einsatzzeit, um sich optimal zu entwickeln und Erfahrungen zu sammeln.

Wir freuen uns auf eine abwechslungsreiche Saison.

Matthias Groß

A2-Jugend männlich

Landesliga geplant. Bayernliga erreicht.

Nachdem die letztjährige A2-Jugend die Landesliga Nord mit einem vierten Platz beenden konnte, startete unsere diesjährige A2-Jugend in die Vorbereitung für die anstehende Qualifikationsturniere. Mit dem Erreichen der Landesliga wurde das Ziel klar formuliert, doch dass unsere Jungs über dieses Ziel hinauschießen, hätte keiner vorher gedacht.

Nachdem schon in der ersten Runde der Landesligaqualifikation in Nürnberg sehr deutliche Siege gegen Mitkonkurrenten eingefahren wurden, fand man sich überraschenderweise in der zweiten Runde der Bayernqualifikation wieder. Im Gegensatz zur ersten Runde reiste unsere A2-Jugend mit einem deutlich jüngeren Team nach Haunstetten. Mit kämpferisch guten Leistungen sicherte sich die Mannschaft den zweiten Platz und das Erreichen der Landesliga, außerdem ging es in die dritte Runde der Bayernqualifikation. Diesmal in eigener Halle, dort traf man auf alte nordbayerische Bekannte aus Bayreuth, Marktsteft, Nürnberg und Rothenburg. Dass unsere Jungs körperlich unterlegen waren, glichen sie durch ihre individuellen



B2:

Leo, Josef, Kai (04)
Max (04)
Frido (04)
Emile (03), Jan (05) Henrik (04)
Finn, Eric (04)
Lenny (04)
Lukas H. (03)

A2:

Josef, Kai, Leo (04)
Marc (03), Frido (04)
Anton (03), Tobi (04)
Henrik (04), Emile (03)
Johann (03), Simon (03)
Anton H. (04), Finn (04)
Nick (03), Fynn S. (04)
Lucas D (04), Lukas H. (03)

// Das Handballspiel beginnt im Kopf und endet in der Hand. //

Roland Wunder

und technischen Stärken aus. So konnte das Team einige Siege einfahren. Lediglich gegen HBC Nürnberg lies man Punkte liegen, die aber selbst wiederum gegen Marktsteft verloren. Die damit erreichte Bayernliga ist für das überwiegend noch aus B-Jugendspielern bestehende Team eine überraschend starke Leistung. Mit der A-Jugend Bayernliga ist für unsere jungen Spieler die bestmögliche Liga erreicht worden, um sich handballerisch weiterzubilden.

An erster Stelle der kommenden Bayernliga-Saison steht natürlich, dass die Spieler Erfahrungen sammeln und sich so gut es geht weiterentwickeln. Die Ergebnisse sowie die Tabellenplatzierung werden vorerst an zweiter Stelle stehen, trotzdem wird das Team einen Tabellenplatz im oberen Mittelfeld am Ende der Saison anstreben.

Im Gegensatz zur letztjährigen Saison wird sich auch natürlich einiges ändern. Sowohl auf als auch abseits des Platzes. Ein großer Aspekt wird die Professionalität sein. Diese Saison ist nicht nur zum Spaß für unsere A2-Jugend. Es ist eine Saison wie jede andere, nur dass das Ergebnis nicht erstrangig sein wird, sondern die Förderung unserer Jugendspieler.

Bericht von Anton



Garten- und Landschaftsbau Michael Finzel

Unsere Leistungen:

- Baumfällarbeiten
- Sichtschutz
- Dachbegrünung
- Gabionenwände
- Rollrasen
- Pflasterarbeiten
- Teichbau
- Natursteinmauern
- Zaunanlagen
- allgemeine Gartenarbeiten



Werkstättenweg 8
91088 Bubenreuth
Telefon: 09131 203505
Telefax: 09131 203506
E-Mail: info@ghg-finzel.de

A-Jugend weiblich

Nachdem sich die weibliche A-Jugend auch dieses Jahr wieder für die Bayernliga qualifiziert hat, wartet auf die Mädchen und das Trainerteam eine sehr herausfordernde Aufgabe.

Die Bayernliga in diesem Jahr ist wohl so stark wie noch selten, denn von den 10 Mannschaften in der Liga haben bis auf zwei Teams alle versucht, sich für die A-Jugend Bundesliga zu qualifizieren und sich dementsprechend verstärkt. Zu den beiden Teams, die solch hohe Ziele noch nicht anstreben können, gehört das Team des HC Erlangen. Wie schon letztes Jahr steht für uns wieder die kontinuierliche Weiterentwicklung der Mädchen im Vordergrund. Dazu gehören sowohl die athletischen, technischen als auch spieltaktischen Fähigkeiten.

Ein wichtiger Faktor, der das Erreichen dieses Ziels unterstützen wird, ist ein noch engeres Zusammenrücken der Mannschaften im weiblichen Bereich. Teilweise wurden Trainingszeiten angepasst und auch Möglichkeiten für intensives Krafttraining geschaffen. Dies ist bei der Menge der Mannschaften des HC Erlangen und der Knappheit der Hallenzeiten eine schwere Aufgabe und wir möchten uns dafür bei allen Beteiligten nochmal bedanken. Die bereits seit längerem hervorragende Kooperation zwischen der A-Jugend und der B-Jugend kann dadurch noch intensiviert werden. Die Anbindung an die Damenmannschaft ist durch diese Anpassung ebenfalls gelungen und wird für die Entwicklung der Mädchen eine große Rolle spielen.

Die gemeinsame Trainingsarbeit macht riesigen Spaß und wir werden versuchen, diesen Spaß auch in die Saison zu transportieren, um die eine oder andere Überraschung zu landen.



Kader: Von li. hinten nach re.: Trainer Christian Hein, Ines Simon, Amelie Rätsch, Hanna Lorz, Lea Neudecker, Jacky Latteyer, Johanna König, Chris May (Fitnesstrainer) - vorne v. li. n. re.: Toni Beer, Lea Walkowiak, Melina Rothenbücher, Pauline Hein, Lotta Sackmann, Lisa Schmidt

// Don't stop when it
hurts, stop when
you're done //

Matthias Bracher



OrthoPoint

Kompetenz Zentrum Orthopädie Technik

Unsere Leistungen im Überblick:

- Bandagen und Sportbandagen
- Modernste Orthesen- und Prothesensysteme
- Kompressionsstrümpfe
- Alltags- und Reha Hilfen
- Massage- und Gesundheitsartikel
- Diabetikerversorgungen
- Gesundheitsschuhe
- Orthopädische Schuheinlagen
- Igl Carbonfasereinlagen
- Fußdruckmessung
- Laufbandanalyse aus dem Hochleistungsbereich
- Backmapper Wirbelsäulenscan

Zentrale:

**Sanitätshaus Orthopoint
Rückl & Schick GmbH**
Tennenloher Straße 49
91058 Erlangen

Tel: 09131/92077- 0
Fax: 09131/92077-99

www.orthopoint-erlangen.de • info@orthopoint-erlangen.de

Filialen:

Drausnickstr. 5a
91052 Erlangen
Tel: 09131/5339216

Allersberger Str. 139
90461 Nürnberg
Tel: 0911/4749957

Raiffeisenstr. 1
91207 Lauf a.d. Pegnitz
Tel: 09123/9612807

Mögeldorfer Hauptstraße 18
90482 Nürnberg
Tel: 0911/81021676

Haidfeldstraße 14
91301 Forchheim
Tel: 09191/340450

Konrad-Adenauer-Str. 11
90542 Eckental / Forth
Tel: 09126/2932901

Spinnereistr. 7
95445 Bayreuth
Tel: 0921/16271630

HEITEC



engineering solutions



Wir bewegen
Mensch und Maschine
www.heitec.de



A1-Jugend männlich

Bundesliga

1. Tim Bauder
2. Julius Siegler
3. Paul Poser
4. Artur Fröse
5. Simon Grieshammer
6. Noah Mund
7. Tom Hartmann
8. Marco Stellmacher
9. Samuel Kiss
10. Christian Stöckl
11. Lucca Bialowas
12. Oskar Eule
13. Tim Lehmacher
14. Alexander Merk
15. Valentino Duvancic
16. Gustav Dannhäuser
17. Tizian Braun
18. Sebastian Klein
19. Hannes Winicki



JBLH

Deutscher Handballbund



Nach der Qualifikation ist vor der Saison: Mit diesem Motto geht es für die neu formierte U19 des HC Erlangen erneut in eine schweißtreibende Vorbereitung für ein weiteres Jahr Bundesliga. Doch es hat sich einiges verändert, sowohl auf als auch neben dem Platz.

// Seit ich hierher gekommen bin, ist mir besonders wichtig, dass wir die Dinge nachhaltig optimieren. Man kann schnell Erfolg generieren, aber im Nachwuchsbereich geht es vor allem um Nachhaltigkeit und Konstanz. Hierbei sind vor allem die Rahmenbedingungen für den Trainingsbetrieb entscheidend. Tobias (Trainer U23) und ich versuchen diese in jeder freien Sekunde zu optimieren. //

Johannes Heufelder, Trainer der A-Jugend

INTERVIEW MIT JOHANNES HEUFELDER:

Hallo Johannes, was wurde im Hinblick auf die neue U19 Bundesligasaison optimiert?

Einiges, zu allererst haben wir einen neuen Modus. Das macht es zum einen extrem spannend, weil keiner genau weiß, was auf ihn zukommt. Zum anderen hat sich daraus für uns eine echte Hammergruppe ergeben, mit dem SC Magdeburg, den Füchsen Berlin, Hannover Burgdorf und dem SC DfhK Leipzig sind vier der absoluten Topinternationale Deutschlands in unserer Gruppe gelandet. Diese vier Teams haben Möglichkeiten, von denen wir nur träumen können. Angefangen mit den Internatsstrukturen, aber auch die direkte Schulanbindung ist natürlich ein gewaltiger Vorteil.

Nichtsdestotrotz werden wir diese Situation nicht kampflos aufgeben, im Gegenteil, als wir von der Auslosung gehört haben, war die erste Reaktion durchweg positiv. Wir wollen genau da hin, wollen uns auf dem höchsten Level mit den besten von Deutschland messen und dann sehen, wo wir stehen. Ich habe bei meinem Antritt gesagt, ich will den Nachwuchsbereich in Erlangen zum besten in Bayern und zu einer absoluten Adresse in Deutschland formen. Dabei sind wir auf einem guten Weg, aber noch lange nicht am Ziel.

Wie sieht dieses Ziel genau aus?

Das Ziel muss es sein in den nächsten Jahren, wieder junge Spieler aus der Region in die 1. Mannschaft zu bringen. Wir

haben mit der U23 und mit Tobias tolle Bedingungen im Bereich der Anschlussförderung in der 3. Liga. Darüber hinaus bin ich sehr froh, in Fabian Lauenstein den perfekten Athletiktrainer für unsere U19 gefunden zu haben, seine Aufgaben sollen neben der athletischen Betreuung der U19 auch konzeptionell im Nachwuchsbereich ausstrahlen.

Außerdem ist mir mit Benni (Benjamin Burger / Physiotherapeut U19) ein echter Glücksgriff gelungen, er hat bereits in der Qualifikation gezeigt, wie wichtig er für uns ist. Beide passen mit ihrem Ehrgeiz und ihrer für ihr Alter enormen Kompetenz perfekt ins Team.

Mir ist auch die Verknüpfung mit unserer 1. Mannschaft sehr wichtig, dabei freut es mich natürlich sehr, dass ich mit Michael Haas ausgerechnet den Kapitän für mein Projekt in der U19 begeistern konnte. Er wird im angriffstaktischen Bereich tätig sein und den Jungs mit seiner Erfahrung helfen. Auch freue ich mich sehr, dass das Trainerteam durch Markus Korn komplettiert wird. Mit ihm habe ich bereits zu meiner aktiven Zeit zusammen gearbeitet und er wird mich gemeinsam mit Michael unterstützen.

Du sagtest auch, das Team selbst hat sich verändert, was ist dort passiert?

Ja, dort hat es einen kleinen Umbruch gegeben. Wir haben auf wichtigen Positionen Spielerabgänge wie Philipp von Alvensleben, um nur einen zu nennen. Aber da wir diesen Umbruch bereits vor der vergangenen Saison schon eingeleitet haben, konnten wir die Qualifikation für die Bundesliga erneut sicherstellen. Wir haben einige Neuzugänge, allerdings sind die meisten getreu meiner Philosophie Spieler des jüngeren Jahrgangs, oder noch jünger. Spieler des älteren Jahrgangs haben wir nur wenige und sehr bewusst dazu geholt, diese haben in meinen Augen das Zeug als Führungsspieler in dieser Mannschaft zu agieren. Dazu kommen dann unsere sehr talentierten U17 Spieler, welche ich kontinuierlich an dieses Niveau heranführen will, ohne sie dabei zu verheizen.

Gibt es ein Saisonziel für die A-Jugend?

Natürlich haben wir Ziele, wir möchten uns auf der nächsten Ebene etablieren und die ganz Großen ärgern.

Konkret werden wir uns im Trainingslager mit dem Thema Zielsetzung beschäftigen. Aber ich spreche für die ganze Mannschaft, wenn ich sage, wir freuen uns schon jetzt sehr darauf, wenn es endlich losgeht!


JBLH

Deutscher Handballbund

Vorrunde A-Jugend Bundesliga				
07.09.2019	19:30	TSV Anderten	:	HC Erlangen
15.09.2019	13:00	HC Erlangen	:	1. VfL Potsdam 1990
21.09.2019	18:00	HC Erlangen	:	NSG Nickelhütte Aue
06.10.2019	16:00	TV Gelnhausen	:	HC Erlangen
13.10.2019	13:00	HC Erlangen	:	SC DHfK Leipzig
26.10.2019	16:30	TSV Burgdorf	:	HC Erlangen
03.11.2019	13:00	HC Erlangen	:	TV Großwallstadt
10.11.2019	16:30	SC Magdeburg	:	HC Erlangen
19.11.2019	13:00	HC Erlangen	:	Füchse Berlin Reinickendorf

// Ein Champion ist
jemand, der aufsteht,
wenn er nicht kann. //

Johannes Heufelder



Wir haben Ihre Gesundheit im Blick!

Kernspintomographie (MRT)
 Mehrzeilen-Computertomographie (CT)
 Digitale Vollfeld-Mammographie
 Mammographie-Screening
 Tomosynthese | Nuklearmedizin
 Positronen-Emissions-Tomographie (PET/CT)
 Radiosynoviorthese | Röntgen | Ultraschall
 Schmerztherapie (PRT/FB) | Osteodensitometrie (DXA)
 uvm.

**Alle Verfahren | Alle Kassen
 Großes Expertenteam**

Institut für bildgebende
 Diagnostik & Therapie



MVZ Radiologie & Nuklearmedizin

U21 männlich

Vorbereitung mit vielen neuen Gesichtern

Seit Ende Juni bereitet sich die U21 auf die bevorstehende Landesligasaison vor. Viele neue Gesichter hatten sich zum Vorbereitungsstart zusammengefunden. Die wichtigste Personalie ist dabei der neue Trainer Florian Schindler. Der Physiotherapeut aus Forchheim mit Vergangenheit im Erlanger 2. Liga Handball übernimmt die Mannschaft zusammen mit Dirk Samel, der dem HC Erlangen erhalten bleibt. Harald Käppner hat sich aus dem aktiven Geschehen vorläufig zurückgezogen.

Außerdem sind Marco Jonas (TS Herzogenaurach), Maximilian Werzinger, Patrik Längst (Post SV Nürnberg), Andreas Birner (HSG Fichtelgebirge), der bereits in der Jugend für den HC auflief, und Kristian Görlitz (HSV Hochfranken) dazugestoßen. Kevin Nguyen und Ferdinand Albrecht vom HC 03 Bamberg sammeln ihre Spielpraxis beim HC Forchheim und schieben Extrainheiten im Training der U21.

Im Vordergrund steht neben der individuellen Entwicklung der jungen Spieler in erster Linie der Klassenerhalt. Eine schwierige Aufgabe in der Landesliga, denn von 14 Mannschaften steigen mindestens 4 ab. Die letzten Jahre war der Abstiegskampf in dieser Liga immer bis zum letzten Spieltag hochbrisant. Man möchte alles dafür tun, so schnell wie möglich im gesicherten Mittelfeld zu stehen.

Den Neuzugängen stehen auch einige Abgänge gegenüber. Marwin Wunder wechselte zum Bayernligisten SG Regensburg und Thomas Halota tritt aus beruflichen Gründen kürzer. Dass die Entwicklung der jungen Spieler ein wichtiges Saisonziel ist, machte sich schon in den ersten Wochen der Vorbereitung bemerkbar, weil Spieler wie Christian Froschauer, Ferdinand Neuss und Patrik Längst, die in der Landesliga Verantwortung übernehmen sollen, in den Trainingsbetrieb der U23 einspringen mussten, um andere verletzte Spieler zu ersetzen.



Oben von links: Trainer Dirk Samel, Kristian Görlitz, Andreas Birner, Chris Wegmann, Jacob Kühle, Marco Jonas, Sebastian Loreck, Tim Samel, Patrik Längst, Christian Froschauer, Trainer Florian Schindler. - Unten von links: Kevin Nguyen, Ferdinand Albrecht, Lukas Sauter, Chris Eibert, Clemens Rein, Maximilian Werzinger, Ferdinand Neuss, Justin Spörke

// Nur wer selbst wirft,
wird berühmt. //

Ralf Abend



Dass dies aber nicht mehr dem Trainingsbetrieb der U21 zur Last fällt, ist ein großer Pluspunkt im Vergleich zur vergangenen Saison und nur durch die vielen motivierten Neuzugänge möglich. Zusätzlich wird mit Spielern der A-Jugend ergänzt, die erste Erfahrungen im Erwachsenenhandball machen können.

Im ersten Test der Vorbereitung gegen den letztjährigen Gegner HC Forchheim konnte man schon gute Ansätze sehen und das Spiel ähnlich souverän wie in der Saison gewinnen. Am vergangenen Wochenende bot man dem Bayernligisten HT München lange Paroli und musste sich am Ende nur knapp geschlagen geben.

Weitere Testspiele und Trainingseinheiten sollen in den letzten drei Wochen der Vorbereitung die Mannschaft weiter zusammenwachsen lassen und fit machen für den Saisonstart am 14.09. um 16:30 auswärts bei der HSG Fichtelgebirge. Der letztjährige Tabellendritte ist gleich ein schwerer Gegner zum Auftakt, der gleich zeigen wird, wo die Mannschaft zu Beginn der Saison steht.

HC Damen

Mit neuem Trainer in die Bayernliga

Mit neuem Trainer und einigen frischen Gesichtern im Kader geht die Damenmannschaft in die neue Bayernliga-Saison. Nach dem überraschenden Rücktritt von Elmar Ehrich übernahm mit Attila Kardos ein überaus erfahrener Trainer das Zepter.

Die Abgänge von wichtigen Leistungsträgerinnen wie Anika Bissel, Cara Reuthal und Sarah Pack waren nicht leicht zu kompensieren. Doch mit der jungen Sara Ohsam vom ESV Regensburg, Viktoria Birner von der HSG Fichtelgebirge und Alina Erdmann von der TS Herzogenaurach konnten Lücken geschlossen werden.

Zudem setzt Kardos auf die starke Jugendarbeit beim HC und will schon in dieser Saison jungen Talenten wie Lisa Schmidt, Pauline Hein oder Lotta Sackmann nach Möglichkeit Spielanteile geben.

Ziel ist der mittelfristige Aufbau einer schlagkräftigen Mannschaft, die sich in den Folgejahren nach oben orientieren will.



Kader: hinten von li nach re: Trainer Attila Kardos, Babsi Nübel, Nele Stock, Jenny Hofmann, Mona Walzik, Viki Peters, Mira Olk, - vorne von li nach re: Vera Vierheilig, Johanna Weigel, Lisa Schmidt, Marion Weick, Sara Ohsam, Franzi Peschko, Caro Frost

Spielplan Damen Bayernliga 2019/2020

14.09.2019	14:30	HSG Fichtelgebirge	:	HC Erlangen
21.09.2019	18:00	TSV EBE Forst United	:	HC Erlangen
28.09.2019	15:30	HC Erlangen	:	TSV Winkelhaid
12.10.2019	17:30	VfL Günzburg	:	HC Erlangen
19.10.2019	18:00	HC Erlangen	:	TSV Ismaning
26.10.2019	18:00	TSV Haunstetten II	:	HC Erlangen
02.11.2019	15:30	HC Erlangen	:	HSG Freising-Neufahrn
09.11.2019	17:30	HSG Würm-Mitte	:	HC Erlangen
16.11.2019	15:30	HC Erlangen	:	MTV Stadeln
23.11.2019	17:00	HG Zirndorf	:	HC Erlangen
07.12.2019	15:30	HC Erlangen	:	HaSpo Bayreuth
14.12.2019	17:30	Mintraching/Neutraubling	:	HC Erlangen
11.01.2020	18:00	HC Erlangen	:	HSV Bergtheim
18.01.2020	15:30	HC Erlangen	:	HSG Fichtelgebirge
25.01.2020	15:30	HC Erlangen	:	TSV EBE Forst United
01.02.2020	19:00	TSV Winkelhaid	:	HC Erlangen
08.02.2020	15:30	HC Erlangen	:	VfL Günzburg
15.02.2020	17:30	TSV Ismaning	:	HC Erlangen
29.02.2020	15:30	HC Erlangen	:	TSV Haunstetten II
08.03.2020	14:30	HSG Freising-Neufahrn	:	HC Erlangen
14.03.2020	18:00	HC Erlangen	:	HSG Würm-Mitte
21.03.2020	18:00	MTV Stadeln	:	HC Erlangen
28.03.2020	18:00	HC Erlangen	:	HG Zirndorf
04.04.2020	17:30	HaSpo Bayreuth	:	HC Erlangen
18.04.2020	15:30	HC Erlangen	:	Mintraching/Neutraubling
25.04.2020	18:00	HSV Bergtheim	:	HC Erlangen



// Wer denkt
jemand zu
sein, hat
aufgehört
jemand zu
werden. //

Basti Walz

Franken

Gebäudereinigung

U23

Ein Blick zurück und ein Ausblick auf die kommende Saison

Das zweite Jahr ist bekanntlich das schwerste, das musste auch die U23 des HC Erlangen in der abgelaufenen Saison feststellen.



3. LIGA

Deutscher Handballbund



Als Vizemeister mit hohen Ansprüchen in die Saison gestartet, fand man sich zu Saisonbeginn im unteren Drittel der Tabelle wieder. Erst im November kamen die Jungs von Cheftrainer Tobias Wannemacher richtig in Fahrt und ließen zum Ende der Hinrunde ihr Potential aufblitzen. Die Rückrunde verlief erfolgreicher, dabei konnte man nicht nur beide Derbys gegen die HSC Coburg und Brooklyn United für sich entscheiden, sondern man kletterte auch in der Tabelle Platz um Platz weiter nach oben. Am Ende reichte es jedoch nicht wieder für die Vizemeisterschaft, aber der 5. Platz und 4 Punkte Rückstand auf Platz 3 sind für das vermeintlich schwere zweite Jahr versöhnlich.

Nach einer erholsamen Pause ging es weiter mit der Vorbereitung für die neue anstehende Saison. Die erste Phase fand fast ausschließlich ohne Ball statt, statt Tore zu werfen ging es in den Wald oder auf den Sportplatz, um das ein oder andere Läuferchen zu absolvieren. Doch auch die Gewichte im Krafraum der Karl-Heinz-Hiersemann waren für zahlreiche Muskelkater verantwortlich. In der zweiten Phase wurden die Läufe kürzer und schneller, die Wiederholungszahl beim Krafttraining kleiner und die Gewichte schwerer. Der Schwerpunkt der Handballeinheiten lag vor allem im individuellen Bereich. Dazu fielen zahlreiche Testspiele und das Trainingswochenende in Herrsching in die zweite Phase. Taktik hieß das Motto der dritten Phase, jedoch wurden auch noch genug kleine Belastungsspitzen gesetzt. Es wurde auch viel getestet unter anderem gegen Haspo Bayreuth, den Schweizer Pokalsieger und ehemaligen Championsleague-Teilnehmer Wacker Thun, DJK Waldbüttelbrunn und HT München.

Ende August endet die Vorbereitung und die U23 des HC Erlangen beginnt ihre erste Saison in der 3. Liga Süd.

WE DEM BOYZ



Nachname	Vorname	Pos	Nr.	Nachname	Vorname	Pos	Nr
Banik	Steffen	RL	22	Mangen	Julian	RR	24
Bauer	Stefan	RL	9	Marschall	Tarek	RM	11
Bayer	Johannes	RL	5	Mosindi	Daniel	RR	23
Braun	Tizian	TW	16	Müller	Felix	RL	34
Duvancic	Valentino	KL	73	Neuß	Ferdinand	RM	6
Froschauer	Christian	KL	3	Poser	Jonas	RA	7
Goebel	Lars	TW	12	Spörke	Justin	RA	19
Hoffmanns	Jakob	RL	4	v. Alvensleben	Philipp	RM	77
Klein	Sebastian	TW	1	Wagner	Florian	KL	14
Längst	Patrik	LA	25	Walz	Sebastian	KL	15
Maidl	Lorenz	LA	8	Wenzel	Luca	RM	55

L&S
lightshow+sound
 Messebau
 Bühnenbau
 Beschallung
 Lichtinstallation

**Ihr Partner für
 professionelle
 Veranstaltungstechnik**

L&S Lightshow+sound
 Norbert Hirsch
 Bauhüttenstr. 8-12
 D-90441 Nürnberg

Tel: +49 (0)911 - 70 66 77
 Mobil: +49 (0)171 - 234 30 84
 Fax: +49 (0)911 - 433 12 62
 E-Mail: hirsch@lightshow-sound.de
 I-Net: www.lightshow-sound.de

Schor
TRANSPORTE

...bewegt!

Schor Transporte GmbH
 Ansbacher Str. 30
 91613 Marktbergel

Telefon: 09843-98300
 Telefax: 09843-983022
 info@schor.de

Spielplan 3. Liga Männer Süd 2019/2020

24.08.2019	18:00	HC Erlangen II	:	TV Hochdorf
31.08.2019	19:30	HG Saarlouis	:	HC Erlangen II
07.09.2019	18:00	HC Erlangen II	:	VfL Pfullingen
14.09.2019	20:00	TSB Heilbronn-Horkheim	:	HC Erlangen II
21.09.2019	20:00	TuS 04 Dansenberg	:	HC Erlangen II
28.09.2019	18:00	HC Erlangen II	:	TSV Blaustein
06.10.2019	13:00	HBW Balingen-Weilstetten II	:	HC Erlangen II
13.10.2019	15:30	HC Erlangen II	:	SV Salamander Kornwestheim
19.10.2019	19:30	TuS Fürstenfeldbruck	:	HC Erlangen II
26.10.2019	20:00	HC Oppenweiler/Backnang	:	HC Erlangen II
02.11.2019	18:00	HC Erlangen II	:	TSG Haßloch
09.11.2019	19:00	TGS Pforzheim	:	HC Erlangen II
16.11.2019	18:00	HC Erlangen II	:	TV Willstätt
30.11.2019	20:00	Rhein-Neckar Löwen II	:	HC Erlangen II
07.12.2019	18:00	HC Erlangen II	:	TV Plochingen
14.12.2019	19:00	TV Hochdorf	:	HC Erlangen II
21.12.2019	18:00	HC Erlangen II	:	HG Saarlouis
11.01.2020	20:00	VfL Pfullingen	:	HC Erlangen II
18.01.2020	18:00	HC Erlangen II	:	TSB Heilbronn-Horkheim
25.01.2020	18:00	HC Erlangen II	:	TuS 04 Dansenberg
31.01.2020	20:00	TSV Blaustein	:	HC Erlangen II
08.02.2020	18:00	HC Erlangen II	:	HBW Balingen-Weilstetten II
15.02.2020	20:00	SV Salamander Kornwestheim	:	HC Erlangen II
29.02.2020	18:00	HC Erlangen II	:	TuS Fürstenfeldbruck
07.03.2020	18:30	HC Erlangen II	:	HC Oppenweiler/Backnang
14.03.2020	19:30	TSG Haßloch	:	HC Erlangen II
21.03.2020	18:30	HC Erlangen II	:	TGS Pforzheim
28.03.2020	20:00	TV Willstätt	:	HC Erlangen II
18.04.2020	18:00	HC Erlangen II	:	Rhein-Neckar Löwen II
25.04.2020	19:00	TV Plochingen	:	HC Erlangen II



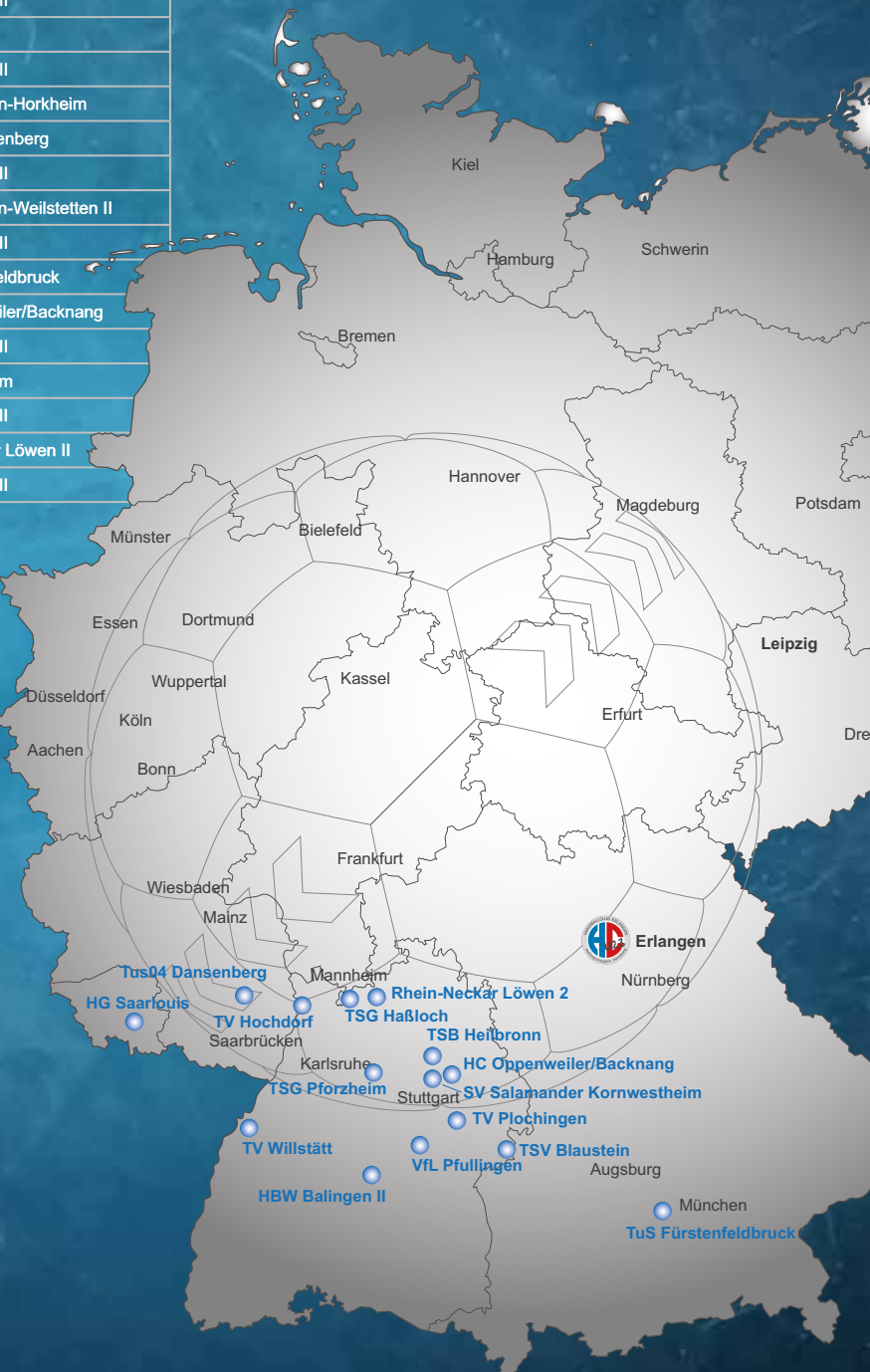
3. LIGA

Deutscher Handballbund



// Just the sky is the limit. //

Basti Walz



**3. LIGA**

Deutscher Handballbund



TOBI, WIE ZUFRIEDEN WARST DU MIT DER VERGANGENEN SAISON?

Nach einer schwierigen und zerrissenen Vorbereitungsphase, auch weil wir uns auf zwei Mannschaften konzentrieren mussten (U23 und U21) und zahlreichen Verletzten aus der Endphase der Vorsaison, hatten wir einen eher suboptimalen Saisonstart. Nach der doch überraschenden Vizemeisterschaft letzte Saison, hat uns der Saisonauftakt sehr schnell auf den Boden der Tatsachen zurückgeholt. Tiefpunkt war dabei die Derby-Niederlage in Coburg - danach konnten wir uns dann aber nach einer allgemeinen Neuausrichtung bis zum Jahreswechsel stabilisieren und Luft nach unten verschaffen.

Die Weihnachtspause inklusive anschließender Vorbereitung auf die Rückrunde konnten wir aufgrund anhaltender Personalprobleme leider auch nicht wie gewünscht nutzen, um wie teamintern besprochen sofort oben anzugreifen, deswegen stagnierten wir im „Niemandland“ der Tabelle. Ab Februar folgte dann aber eine richtig starke Phase mit vielen hohen Siegen und man konnte sehen, was in uns steckt. Voraussetzung dafür war ein kompletter Kader, die fokussierte Einstellung und regelmäßige Trainingseinheiten mit dem vollständigem Kader. Nachdem wir die Saisonziele dann gegen Ende der Saison nach oben korrigiert hatten, auch um die Motivation im Training hoch und damit wochenweise aufrecht zu halten, mussten wir leider ein, zwei vermeidbare Niederlagen einstecken und somit war die Bestätigung der Vizemeisterschaft und eine bessere Platzierung als der 5. Platz nicht mehr möglich. Wir haben die Saison letztendlich mit 3 Punkten weniger abgeschlossen als im sehr erfolgreichen Jahr zuvor und können als eine der drei besten zweiten Mannschaften Deutschlands durchaus wieder zufrieden mit uns sein.

Individuell bin ich mit den meisten Entwicklungen sehr zufrieden.

// Es ist die vorrangige Aufgabe als Unterbau der Erstligamannschaft unsere jungen aufstrebenden Spieler optimal weiter zu entwickeln und entweder an den Profikader im eigenen Haus heranzuführen oder sie alternativ für ihren persönlichen nächsten Karriereschritt zu fördern. //

So war es uns möglich, das Training der ersten Mannschaft regelmäßig qualitativ hochwertig zu ergänzen, aber auch in wiederkehrenden Phasen mit Personalschwierigkeiten im Bundesligateam dort Alternativen und Ergänzungen aus dem Kader der U23 anzubieten. Als bestes Beispiel dient hier Benedikt Kellner, der sich in die erste Mannschaft hineinentwickelt, sich zum Saisonende dort als fester Bestandteil etabliert und sich seinen anschließenden Profivertrag damit absolut verdient hat. Aber auch Michael Haßferter (in die 2. Liga zur HSG Konstanz), Maximilian Lux (erst nach Wetzlar 1.Liga, anschließend zur Eintracht Hagen) und Sergej Gorpishin (zum Championsleague-Sieger Vardar Skopje) sind durchaus positive individuelle Beispiele für die sehr guten Entwicklungsmöglichkeiten über die Erlanger U23 in das Profigeschäft des Handballs.

Zudem haben sich alle unsere Jugendspieler der Jahrgänge 95 – 99 im Erwachsenenbereich absolut freigeschwommen und präsentieren sich größtenteils als mindestens vollwertige 3.Ligaspieler, trotz Ihrer jungen Jahre. Das sollte das erste Ziel eines jeden Jugendspielers bei uns im Verein sein.



ZIRKEL

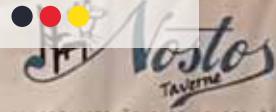
RÜCKBLICK UND AUSBLICK

INTERVIEW MIT TOBIAS WANNENMACHER



3. LIGA

Deutscher Handballbund



// Dass die sogenannte U21 souverän den angestrebten Aufstieg in die Landesliga geschafft hat, war zudem eine nicht zu unterschätzende Herkulesaufgabe für alle Beteiligten und bietet dem Verein nun eine weitere Säule in unserem Konzept, um unsere Jugendspieler angemessen zu fördern und Ihnen zudem eine sportliche Heimat im eigenen Verein zu geben.//

DIE MANNSCHAFT MUSSTE EINIGE ABGÄNGE VERKRAFTEN, WIE SIEHST DU DIE MANNSCHAFT AUFGESTELLT?

Abgänge sind natürlich nie schön, vor allem nicht für eine über so lange Zeit zusammengewachsene Gruppe wie die U23, besonders dann auch mit den Erfolgen der letzten Jahre, aber das ist nun mal leider der Lauf der Zeit. Die meisten Abgänge sind dem beruflichen Werdegang der Spieler zuzuschreiben, wie bei Thomas Halota, Philipp Walzik, Magnus Hayn oder Jonas Schletterer, die den immensen Aufwand nicht mehr betreiben können.

Bei Felix Müller ist es uns gelungen, ihn davon zu überzeugen, uns in der aktuellen schwierigen Phase zu helfen und sein Karriereende zu verschieben.

Gut aufgestellt sind wir natürlich mit unseren aufrückenden Jungs aus der mA Bundesliga, die seit 2-3 Jahren qualitativ hochwertig und quantitativ umfangreich trainieren. Mit Philipp von Alvensleben und Justin Spörke kommen zwei Spieler nach, die die Lücken auffüllen können, aber auch auf die Spieler des Jahrgangs 99 wird ab jetzt mehr Verantwortung zukommen.

Aus dem „Exil“ bei Erlangen-Bruck haben wir Lars Goebel und Julian Mangen zurückgeholt. Beide haben nicht nur letztes Jahr handballerisch absolut bewiesen, dass sie uns aufgrund ihrer dortigen Qualitäten sofort helfen werden, sondern darüber hinaus sind sie auch Spieler aus unserer eigenen Jugendarbeit, die nun als Führungsspieler zurückgekommen sind, um weiter in der 3. Liga zu spielen. Im letzten Drittel der Vorbereitung konnten wir uns zudem mit Tarek Marschall und Daniel Mosindi, die sich beide auch im Anschlusskader der ersten Mannschaft

finden, verstärken. Beide sind sehr jung (Jahrgang 2000 und 2001), werden aber trotzdem eine tragende Rolle in der U23 spielen müssen, dies aber auch wollen. Ziel wird sein, sie schnellstmöglich zu integrieren und das Erfolgsgen der U23 der letzten Jahre einzuimpfen.

// Natürlich ist die Zeit mehr als knapp gewesen um aus der jungen Truppe eine Einheit zu bilden, aber wie in den Jahren zuvor, nehmen wir obligatorisch die ersten 3-4 Wochen der Saison grundsätzlich mit auf in die Vorbereitungszeit, um uns ab spätestens Ende September dann als Mannschaft gefunden zu haben, aber auch um körperlich und taktisch auf höchstem Level agieren zu können.//

Zudem werden wir dieses Jahr vermehrt talentierte und willige Spieler aus der mA Bundesliga in den Kader aufnehmen. Stellvertretend hier genannt die beiden Torhüter Tizian Braun bzw. Sebastian Klein und Kreisläufer Valentino Duvancic.



Ingenieurgesellschaft
für das Bauwesen

RÜCKBLICK UND AUSBLICK

INTERVIEW MIT TOBIAS WANNENMACHER



TOBI, WIE STEHST DU ZU DEM WECHSEL IN DIE SÜDSTAFFEL?

Die Möglichkeit eines Staffelswechsels hatten wir auf dem Schirm, er kam trotzdem ein bisschen überraschend. Jede Staffel sagt von sich, die Beste zu sein.

// Ich denke, dass jede Staffel ihre Stärken und Schwächen hat. Wir werden die kommende Challenge, unsere Stärken im Süden zu zeigen, annehmen und für Spieler, die jetzt schon zwei Jahre in der Oststaffel gespielt haben, ist es zudem eine neue Herausforderung, die für Abwechslung sorgt. //

Die Fahrten führen uns bis an die französische Grenze nach Saarlouis. Leider fallen wegen dem „Umzug“ ein paar Derbys weg, aber es wird zum Bayernderby gegen Fürstentfeldbruck kommen. Dies hat zumindest auf der Trainerbank eine besondere Brisanz, da beide Trainer schon mehrere Jahre zusammen in der Jugend in Herrsching und in der Jugend- und Juniorennationalmannschaft zusammengespielt haben und auch darüber hinaus außerhalb der Halle gute Freunde sind. Für mich ist die Staffel Süd keine Unbekannte, weil ich mit Auerbach vor 4 Jahren dort schon vertreten war und einige Teams noch kenne. Vielleicht sind es vom Namen her nicht ganz so bekannte Mannschaften, aber einige Mannschaften mit viel Tradition und technisch sehr gutem Handball. Interessant wird es sein, zu sehen, wie sich unser Spielsystem im Süden durchsetzen kann.



3. LIGA

Deutscher Handballbund



Home of Handball



WIR FREUEN UNS DEN HC ERLANGEN AUCH IN DIESER SAISON WIEDER ALS OFFIZIELLER GASTRO-PARTNER ZU UNTERSTÜTZEN.

HC RABATT FÜR ALLE
DAUERKARTENBESITZER UND HC E.V. MITGLIEDER:
10% AUF ALLE GETRÄNKE, DIE GANZE SAISON LANG!

ARIZONA ERLANGEN
WASSERTURMSTRASSE 8 | 91054 ERLANGEN
WWW.ARIZONA-ERLANGEN.DE | INFO@ARIZONA-ERLANGEN.DE
09131 9745657

DER RABATT IST NICHT ÜBERTRAGBAR. NUR ZUM EIGENVERZEHRE.
NICHT MIT ANDEREN RABATTAKTIONEN UND ANGEBOTEN KOMBINIERBAR.
BITTE DAUERKARTE BZW. MITGLIEDSAUSWEIS BEI DER BESTELLUNG VORLEGEN.

**10%
RABATT**



RÜCKBLICK UND AUSBLICK

INTERVIEW MIT TOBIAS WANNENMACHER

WIE LIEF DIE VORBEREITUNG?

Die Vorbereitung ist vergleichbar mit der des vergangenen Jahres. Wir haben wieder ein paar verletzte Spieler aus der Vorsaison und der Vorbereitung, die erst im Laufe der Saison zu uns stoßen werden. Zudem befindet sich Flo Wagner als Abwehrleader und Stammkreisläufer während der ersten vier Spiele studienbedingt im Ausland. Das alles hat uns in der allgemeinen Planung einer seriösen Vorbereitung ein wenig zurückgeworfen. Auch dass Linksaußen Lorenz Maidl sich bei einem Trainingsspiel unglücklich die Schulter auskugelte, ist ein Beispiel für die Unvorhersehbarkeit von Verletzungen. Wir werden versuchen, so gut es geht, weiter Verletzungsprophylaxe zu betreiben, die Trainingssteuerung individuell an die unterschiedlichen Belastungen anzupassen und den engen Kontakt mit Physios und Ärzten zu pflegen und ausbauen. Wichtig ist aber auch, dass die Spieler erkennen, dass sie mit Ihrem Körper pflichtbewusst umgehen müssen und Ihre körperlichen „Baustellen“ eigenverantwortlich angehen.

Sportlich haben wir uns natürlich darauf konzentriert die Neuzugänge an unser Spielsystem heranzuführen und in die Mannschaft zu integrieren. Es ist eine sehr junge Mannschaft von im Schnitt nicht mal 21 Jahren die sich erst finden und Erfahrungen sammeln muss. Rückschläge muss man einkalkulieren, wir werden vermutlich erstmal niemand wegschießen, aber wir gehen positiv an die Saison heran und wissen, dass wir unser Potential auch im Laufe der Runde deutlich steigern können. Besonders im Bereich der Abwehrarbeit gibt es nach der Jugendzeit immer genug zu tun, um dort auf das sehr gute Niveau der letzten Jahre zu kommen.

ZIELE FÜR DIE SAISON?

Frühzeitig den Klassenerhalt sichern und eine stabile Saison spielen, erstmal platzierungsunabhängig, besonders um in Ruhe arbeiten zu können.



3. LIGA

Deutscher Handballbund



//Wir werden aus Jugendspielern schnell Männer machen müssen, wollen aber trotzdem die Unbekümmertheit beibehalten und aus Fehlern immer lernen. //

Die Deckung wird dieses Jahr auch erstmal wieder wie gewohnt stehen müssen, um auf unser bewährtes Tempo im Umschaltspiel zu kommen.

Im Angriff wollen wir strukturierten, aber dennoch attraktiven und individuellen Handball spielen.

Das alles natürlich auch, um möglichst viele Zuschauer in die Erlanger KHHH zu locken, die den erfolgreichen und sympathischen Handball der U23 gerne sehen und die Jungs damit für ihre harte Arbeit belohnen.



HEIM SPIEL!

**BURGER KING® in Erlangen:
Günther-Scharowsky-Straße 2a**



DIE U23: NEUZUGÄNGE

WIR HEISSEN UNSERE NEUEN IM TEAM HERZLICH WILLKOMMEN



Von links nach rechts: Philipp von Alvensleben, Tarek Marschall, Patrik Längst, Lars Göbel, Daniel Mosindi, Justin Spörke, Julian Mangen

Mit seinen 18 Jahren zählt **Patrik Längst** zu den jüngsten Spielern im Team. Über die Stationen TSV 1860 Jahn-Schweinau, TV Eibach 03 und Post SV Nürnberg fand Patrik nun im Sommer den Weg zum HC Erlangen. „Ich freue mich, dass man mir die Chance gibt, mich handballerisch weiterzuentwickeln. Die Möglichkeiten, die mir der HCE bietet, möchte ich wahrnehmen, um mich bestmöglich in die Mannschaft integrieren. Sowohl auf dem Feld als auch neben dem Feld.“ Der 12. Klässler wird neben den Spielen bei der U23 auch im Kader der U21 erscheinen, um möglichst viel Spielpraxis zu bekommen.

„Irgendwann mal in der Bundesliga zu spielen, das wäre schon genial“, träumt **Justin Spörke**. 19 Jahre, Linkshänder, Rechtsaußen, Auszubildender im Sportland Erlangen. Der Jungspund kam bereits im letzten Sommer vom Nachbarn HSC 2000 Coburg in die A-Jugend des HC Erlangen gewechselt. Unter Trainer Johannes Heufelder spielte er ein Jahr lang Jugend Bundesliga. Das Highlight im letzten Jahr für ihn: „Ich durfte bei einem Spiel der ersten Mannschaft mit auf der Bank sitzen.“

Noch nie für einen anderen Verein als den HCE aufgelaufen ist **Philipp von Alvensleben**, kurz genannt Flippo. Der gutaussehende, blonde Mittelmann kommt frisch aus der eigenen Jugend in den Kreis der U23. Nach seinem Abitur absolviert er zur Zeit ein FSJ-Jahr beim HC. „Ich freue mich auf mein erstes Jahr in der U23. Die Mannschaft kenne ich aus den letzten Jahren bereits sehr gut. Wir wollen zusammen den Klassenerhalt möglichst früh sichern und zu einer starken Einheit mit dem Trainer-team zusammenwachsen.“

Im letzten Jahr noch Gegner, jetzt Mitspieler. **Julian „Juli“ Mangen** kehrt zum HC Erlangen nach drei Jahren beim Stadtrivalen TV Erlangen-Bruck zurück. Laut Trainer Tobias Wannemacher soll der geschulte Rechtsaußen nun auch vermehrt im Rückraumspiel des Teams integriert werden. Mit seinen 23 Jahren zählt der Lehramtsstudent bereits zu den Ältesten im Team. „Ich will meine Erfahrungen in unser Spiel einbringen, damit wir gemeinsam einen Schritt in die richtige Richtung machen. Besonders wichtig ist mir beim Handball aber auch der Spaß. Der sollte nie verloren gehen.“

Auch **Lars Goebel** kommt vom Stadtrivalen aus Erlangen-Bruck. Der Torhüter und gebürtige Erlangerer kann bereits auf eine Vergangenheit beim HC Erlangen zurückblicken.

„Natürlich spielte der Aspekt, weiterhin in der dritten Liga spielen zu können eine große Rolle bei meinem Wechsel und so freue ich mich auf eine hoffentlich erfolgreiche Saison. Die Eingliederung viel mir bereits sehr leicht, da ich die meisten Spieler bereits sehr gut kenne und denke, dass wir sowohl auf als auch neben dem Feld viel Spaß als Truppe haben werden.“

Des Weiteren freuen wir uns auf **Tarek Marschall**. Der junge, talentierte Rückraumspieler hat sich erst vor kurzem zu einem Wechsel vom ehemaligen Ligakonkurrenten HSG Hanau in die Hugenottenstadt entschieden. Hier wird er dem Anschlusskader der ersten Mannschaft angehören und uns im Rückraum unterstützen.

„Als junger Spieler will ich mich natürlich auf und neben dem Feld weiterentwickeln. Dafür finde ich hier die optimalen Voraussetzungen. Bereits bei unseren Spielen im letzten Jahr konnte ich mich von den Qualitäten der U23 überzeugen, deshalb erwarte ich ein Training auf sehr hohem Niveau. Das und die Möglichkeit bei den Bundesligaprofis zu trainieren, wird mich sicherlich nach vorne bringen.“

Da ich ja erst spät in der Vorbereitung gewechselt bin, möchte ich mich zuerst einmal gut in die Mannschaft integrieren, um dann die Mannschaft unterstützen zu können, um unsere Ziele zu verwirklichen und die Klasse zu halten.“

Last but not least wird uns mit **Daniel Mosindi** ein hochtalentierter, wurgewaltiger und sehr agiler Handballer im rechten Rückraum verstärken. Der 18-Jährige, der bereits in der A-Nationalmannschaft Israels zum Einsatz kam, wechselt aus Israel nach Franken. Als Grund für den Riesenschritt aus der Heimat zum HC nennt er vor allem die optimalen Möglichkeiten für seine persönliche Entwicklung, denn wie auch die beiden anderen Neuzugänge wird auch Tarek dem Anschlusskader der ersten Mannschaft angehören.

BadPlaner



NEUES BAD AUS EINER HAND?

- ▶ Kostenlosen Termin buchen - auf obi.de/badplaner - und persönliche Beratung durch einen qualifizierten Badexperten erhalten.
- ▶ Bad im OBI Markt planen und individuellen Projektverlauf abstimmen.
- ▶ Projekt umsetzen je nach Wunsch selbst realisieren oder Handwerker über OBI buchen.



GEBERIT

hansgrohe

FACKELMANN

DURAVIT

S
SCHULTE

ideal
STANDARD

Villeroy & Boch
1748

GROHE

pelipal

baliv

KEUCO

Erlangen

Neumühle 1 und Kurt-Schumacher-Str. 14
Mo. - Sa. von 8 bis 20 Uhr geöffnet

Baumarkt Regnitztal GmbH & Co. KG, Neumühle 1, 91056 Erlangen

OBI®

GESUNDHEIT HAT VORRANG

FITNESS- UND ATHLETIKTRAINING BEIM HC

FABIAN LAUENSTEIN - ATHLETHIKTRAINER DER A-JUGEND BUNDESLIGA UND
SINA DÖBLER - ATHLETHIKTRAINERIN DER B- UND C-JUGEND BERICHTEN VON IHRER ARBEIT

HALLO FABI, WIE LANGE BIST DU ALS ATHLETIKTRAINER TÄTIG?

Fitness- und Athletiktraining begleitet mich jetzt seit dem Beginn meines Bachelorstudiengangs in Jena 2012, in dessen Verlauf ich meine Fitnesstrainer A-Lizenz gemacht habe. Zum Handball selbst bin ich durch meine Masterarbeit gekommen und seit Januar 2019 arbeite ich beim HC Erlangen als Trainer im Athletik- und Rehabereich.



WARUM IST ATHLETHIK-TRAINING WICHTIG?

Athletiktraining bildet die Grundlage der handballerischen Fertigkeiten. Es reicht heute nicht mehr aus, nur über ein gutes Spielverständnis oder einen guten Wurf zu verfügen. Wer Profihandballer werden will, braucht eine gute Athletik.

WIE IST DAS ATHLETIKTRAINING IN DEINER MANNSCHAFT ORGANISIERT?

Das Athletiktraining der U19 ist am Saisonverlauf orientiert, je nach Phase hat das Athletiktraining einen unterschiedlichen Stellenwert. In der Saisonvorbereitung haben wir deutlich mehr Kapazitäten athletische Schwerpunkte zu setzen, als in der laufenden Saison, in der der Fokus der Leistungserhaltung und der Prävention gilt.

WAS SIND DIE GRÖSSTEN FEHLER BEIM ATHLETIKTRAINING?

Meiner Meinung nach liegt der größte Fehler in einem Kaltstart ohne vorherige Leistungsdiagnostik, also zum Beginn des Athletiktrainings das Wissen über das eigene Leistungsniveau. Man sollte also nicht auf eigene Faust und ohne Plan agieren, sondern sich klare Ziele setzen und einen Plan zur Erreichung dieser Zielsetzungen formulieren.

AB WANN SOLLTE MAN MIT DEM ATHLETIK-TRAINING BEGINNEN?

Das kann man unterschiedlich interpretieren, je nachdem wie man selbständig Athletiktraining definiert. Für mich fällt unter Athletiktraining nicht nur das klassische Krafttraining mit hohen Gewichten. Deshalb kann man schon im Kindheitsalter mit der athletischen Ausbildung beginnen, hierbei sollte der Fokus jedoch auf den koordinativen Fähigkeiten liegen. Mit dem klassischen Krafttraining kann mit dem Einsetzen der Pubertät begonnen werden, wobei schon vorher ein Techniktraining gestartet werden kann.

HALLO SINA, WIE BIST DU ZUM ATHLETIK-TRAINING GEKOMMEN?

Durch meine Tätigkeit als Trainerin im Sportland Fitness, dem Partner des HCE, bin ich Anfang 2018 als Athletiktrainerin im Nachwuchs-Leistungssport eingestiegen. Erfahrung im Krafttraining habe ich bereits zu Beginn meines 15. Lebensjahres gesammelt. Im Jahr 2013 habe ich dann mein Hobby zum Beruf gemacht und bin in die Fitness- und Gesundheitsbranche eingestiegen. Seitdem bilde ich mich stetig weiter und spezialisiere mich auf das Athletiktraining im Handball.

DU STREBST DEMNÄCHST EINE AUSBILDUNG BEIM DOSB (DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND) IN KÖLN AN. WAS ERHOFFST DU DIR DURCH DIESE WEITERBILDUNG?

Ich freue mich auf weitere Einblicke in das moderne Athletiktraining mit Schwerpunkt Handball, um den ambitionierten Sportlern beim HC ein höchstmögliches Niveau an individuellem und sportartspezifischem Training bieten zu können.

BIST DU MIT DEN FORTSCHRITTEN DER JUNGS ZUFRIEDEN?

Ich bin sehr zuversichtlich, dass „meine Jungs“ dank ihrer herausragenden Disziplin enorme Fortschritte gemacht haben. Sowohl vom Verständnis, warum Athletiktraining eigentlich zum Handball-Leistungssport dazu gehört, als auch sehr stark von der eigenen Körperwahrnehmung- und Fitness!

WORAUF LEGST DU BESONDERS WERT?

Auf die zielgerichtete Trainingssteuerung im Athletiktraining. Diese führt zur Verbesserung der allgemeinen und sportart-spezifischen Fitness und trägt somit ebenfalls zu einem großen Teil der Prävention bei. Zusammen mit den Spielern an den jeweiligen individuellen Stärken- und Schwächen arbeiten, um den Körper in den unterschiedlichen Phasen der Saison immer in Höchstform zu bringen. Das vorhandene Potential stetig anhand von Leistungszielen, -kontrollen und -anpassungen steigern. Ausgerichtet darauf, die für den Handballsport nötigen athletischen Anforderungen zu erreichen! Das alles im Einklang mit der individuellen Leistungsfähigkeit unserer jungen Spieler.

Danke, Fabi und Sina!

RehaBilliAktiv
...mehr als nur Physiotherapie

Wir RehaBilliAktivieren Ihre Gesundheit!

Unser Anspruch ist die ganzheitliche Sicht auf das Menschenbild und das Verständnis für komplexe Ursachen-Folgenketten.

Axel Käßner (Physiotherapeut HC Erlangen) und Robert Billi bieten zusammen mit ihrem kompetenten Team neben der **klassischen Physiotherapie** (Krankengymnastik), **Osteopathie** und der **manuellen Therapie** ein großes Spektrum an weiteren Dienstleistungen an, die mithelfen Sie wieder gesund werden zu lassen.

Das RehaBilliAktiv-Team freut sich auf Ihr Kommen.



Axel Käßner Geschäftsführer Physiotherapeut
Robert Billi Geschäftsführer Physiotherapeut B.Sc Osteopath
Claudia Beugel Physiotherapeutin
Steff Wolny Physiotherapeutin
Elias Jacob Physiotherapeut (freier Mitarbeiter)

Termine bitte telefonisch vereinbaren: Montag - Donnerstag 8 - 20 Uhr und Freitag 8 - 18 Uhr

Tel. 09131 - 5 333 888

Buckenhofer Straße 4, im Ärztehaus in Spardorf bei Erlangen

Mehr Information unter www.rehabilliaktiv.de

Massage
 Sportphysiotherapie
 manuelle Lymphdrainage
Osteopathie
 medizinische Trainingstherapie
 manuelle Therapie
 Wellness

RehaBilliAktiv
...mehr als nur Physiotherapie
 im Ärztehaus in Spardorf

GESUNDHEIT HAT VORRANG

FITNESS- UND ATHLETIKTRAINING BEIM HC

ATHLETIKTRAINING MIT JUNGEN SPIELERN

Das Augenmerk liegt besonders im altersgerechten, handball-spezifischen Athletiktraining. Das bedeutet, die sich im Wachstum- und Reifeprozess befindlichen jungen Talente, sollten langsam und behutsam an das Langhanteltraining herangeführt werden. Hierbei geht es in erster Linie um die Verbesserung der motorischen Fähigkeiten:

Ausdauer
Kraft
Schnelligkeit
Beweglichkeit
Koordination/Stabilität

Die Vorgehensweise richtet sich nach den methodischen Grundprinzipien:

vom Leichten zum Schweren
vom Bekannten zum Unbekannten
vom Einfachen zum Komplexen

SCHWERPUNKT IM ATHLETIKTRAINING MIT DER JUGEND

Der Fokus liegt im Langhantel-Techniktraining. Dabei werden die Grundübungen in einzelnen Teilschritten erlernt und perfektioniert, welche die Jungs auf ihrer sportlichen Karriere dauerhaft begleiten werden.



PRAXISBEISPIEL: BANKDRÜCKEN – RICHTIG ERLERNEN

Begonnen wird grundsätzlich mit dem Eigenkörpergewicht, also Stabilisationstraining. In diesem Fall ist die vorbereitende Übung für die Grundübung Bankdrücken, die Liegestütze. Kann die Rumpfspannung noch nicht einwandfrei gehalten werden, wird die Übung zunächst auf den Knien ausgeführt, anschließend in der klassischen Liegestützposition. Es gibt also für jedes Übungsziel zahlreiche Varianten zur Steuerung des Schwierigkeitsgrades, da sich jeder Sportler auf einem individuellen körperlichen Leistungsniveau befindet.

Sobald die Ausführung beherrscht wird, kann mit dem Techniktraining für Bankdrücken begonnen werden. Zunächst wird die korrekte Grundposition im Detail besprochen, die Übung dann vom Trainer vorgeführt, nahegelegt, worauf zu achten ist und anschließend am Sportler in Teilschritten durchgegangen. Begonnen wird beispielsweise mit dem „Smart Stick“ (vergleichbar mit einem Besenstiel), im weiteren Verlauf der Jugend kommt dann die 10- und anschließend die 20kg-Langhantel mit entsprechenden Gewichten zum Einsatz.

ZIEL DES LANGHANTEL-TECHNIKTRAININGS

Die Grundübungen aufbauen und beherrschen, zudem den Körper auf die späteren Kräfteinwirkungen – ob beim Langhanteltraining, oder dem direkten Körperkontakt im Handballspiel – präventiv vorbereiten.



TECHNIK VOR KRAFT!

BVUK

GESUNDHEIT HAT VORRANG

MEDIZINISCHE BETREUUNG FÜR UNSERE SPIELER



Zu einer umfassenden sportlichen Ausbildung gehört für uns auch, dass wir den Spielern das nötige Rüstzeug mitgeben, damit sie gesund und fit bleiben. Gerade bei sportlicher Aktivität im Leistungsbereich eine Verpflichtung für jeden Verein. Bei unserem hohen Trainingspensum sollen unsere Jugendlichen dazu angeleitet werden, auf ihren Körper und Warnhinweise zu achten.

Ob zur Prophylaxe oder bei körperlichen Beschwerden, hat der HC Partnerschaften mit Ärzten geschlossen.

Das **Metropol Medical Center** in Nürnberg und Spardorf mit Jörn Kühle, Jonas Gehr und Elke Lüst unterstützen uns hervorragend in diesen prophylaktischen

Maßnahmen wie in der Behandlung von Verletzung. Die Klinik verfügt über Fachärzte mit reichlich Erfahrung bei handball-spezifische Beschwerden und Verletzungen. Sie sind gerne erster Ansprechpartner für alle unsere Spieler.

Die **Gemeinschaftspraxis Klaus Müller und Dr. Julia Seidel** steht uns im internistischen und allgemeinmedizinischen Bereich mit Rat und Tat zu Seite.

Darüber hinaus haben wir mit **RehaBilliAktiv** mit Geschäftsführer Robert Billi und Axel Käßner einen erfahrenen Partner im Physiotherapiebereich gewinnen können, der sowohl in Erlangen als auch im **MMC** mit seiner Expertise vertreten ist.

Wir wünschen allen Spielern und Spielerinnen eine gesunde Saison und bedanken uns bei allen, die sie dabei unterstützen!

**NEUERÖFFNUNG
IN ERLANGEN-SPARDORF**

- MRT
- Digitales Röntgen
- Orthopädie
- Neurochirurgie
ab 01.09.2019 mit Kassenzulassung
- Sportmedizin
- Endoprothetik
- Wirbelsäulenchirurgie
- Fußchirurgie



Das Zentrum der medizinischen

Betreuung des HC Erlangen

OFFIZIELLE TEAMÄRZTE DES HCE



METROPOL
MEDICAL CENTER

NÜRNBERG | ERLANGEN-SPARDORF

Das private medizinische Zentrum in der Metropolregion Nürnberg.

N: Virnsberger Straße 75-79 · 90431 Nürnberg

ER: Buckenhofer Straße 4 · 91080 Erlangen-Spardorf



RADIOLOGIE

Dr. Göller & Kollegen

Radiologie Dr. Göller & Kollegen

N: 0911 99904-150 | ER: 09131 9965333

www.radiologie-mmc.de



ZENTRUM FÜR ORTHOPÄDIE
NEURO- UND UNFALLCHIRURGIE

Zentrum für Orthopädie, Neuro- und Unfallchirurgie

N: 0911 99904-400 | ER: 09131 8119880

www.orthopaedie-neurochirurgie.com

Medizin der kurzen Wege



Auf geht's in eine spannende Saison 2019/20

Wir freuen uns auf
eine schöne Saison
mit Euch.

Mit spannenden Spielen
und viel Spaß
auf und am
Spielfeldrand!



Wollt Ihr auch während der Saison über den HC e.V.
und seine Mannschaften auf dem Laufenden
bleiben?



www.hc-erlangen-ev.de

HC-Newsletter

(über HC-Website kostenfrei abonnierbar)



KONTAKTE // HC ERLANGEN E.V.

WO FINDE ICH WEN ODER WAS

HC-NEWSLETTER ABBONIEREN:

Auf der HC e.V. Website unter Kontakt:
<http://www.hc-erlangen-ev.de/kontakt/newsletter-anmeldung/>

DOWNLOADS:

Mannschaftsfotos und HC-Logos sowie Mitgliedsantrag und Satzung findet Ihr auf der HC e.V. Website unter:
<http://www.hc-erlangen-ev.de/kontakt/downloads/>

SPIELBERICHTE UND FOTOS:

Gerne veröffentlichen wir Fotos und Berichte von Spielen, Trainingslagern, Turnieren etc. unserer Jugend - per Mail an:
spielberichte@hc-erlangen-ev.de

SPORTLICHE LEITUNG:

Tobias Wannemacher
tobias.wannemacher@hc-erlangen-ev.de

Johannes Heufelder
johannes.heufelder@hc-erlangen-ev.de

MARKETING, SPONSORING:

Tobias Wannemacher
tobias.wannemacher@hc-erlangen-ev.de

GESCHÄFTSSTELLE:

HC Erlangen e.V.
Rathenaustraße 17
91052 Erlangen
Tel.: 09131-972 60 60
Fax: 09131-972 60 61

Öffnungszeiten:

Montag 10:00 - 13:00 Uhr
Donnerstag 10:00 - 13:00 Uhr

Termine außerhalb der Öffnungszeiten
nach Rücksprache über die Geschäftsstelle per Mail:
gsev@hc-erlangen-ev.de



TRAINING BEI WARRIOR'S LUCK:

Warrior's Luck bietet HC-Mannschaften Sonderkonditionen und Gruppentarife.

Minderjährige Spieler müssen vor dem Training im Warrior's Luck eine Einverständniserklärung der Eltern vorlegen. Download über:
www.warriorluck.de/preise-angebote.html



Profitieren Sie von der Erfahrung des größten Immobilienmaklers in der Region.

Zuhause ist einfach.

Sie beabsichtigen Ihre Immobilie zu verkaufen?

Wir suchen Häuser, Wohnungen und Grundstücke für vorgemerkte Kunden.



Immobilien kaufen und verkaufen ist Vertrauenssache! Unsere qualifizierten Berater werden Sie gerne umfassend beraten. Rufen Sie uns einfach an: 09131 824-2288.



LOKALKOLORIST.de



REGIONAL drucken

Mit Lokalkolorist schaffen Sie kurze Wege und investieren zugleich in die Zukunft Ihrer Heimat, Ihres Wirtschaftsumfeldes und Ihrer Kunden.



NACHHALTIG drucken

Wir haben uns auf nachhaltigen Druck spezialisiert. Gerne informieren und beraten wir Sie zu Technik und Prozessen.



DRUCKHAUS
HASPEL
ERLANGEN

Willi-Grasser-Straße 13a
91056 Erlangen
Tel. 09131 9200770