



## Taekwondo

Zwei Landes-  
meistertitel und  
mehrere Silber-  
ränge bei der  
Taekwondo-  
Landesmeisterschaft  
in Bad Kreuznach

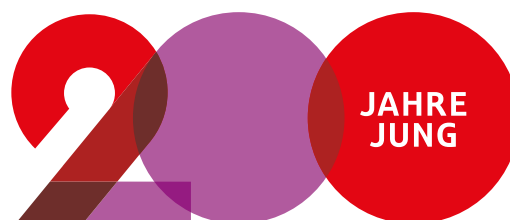


## Rehasport

Aquajogging im  
Stadtbad



**Eine Bank.  
Für Generationen.**



**Sparkasse Trier**  
seit 1825





## RENTABEL.

Finden Sie die für Sie  
richtige Anlageform –  
zu attraktiven Konditionen.

EINE BANK. EIN WORT.  
SEIT 1872.

# JETZT ERSPARTES FLEXIBEL ANLEGEN!

Egal ob Sie eine feste Summe anlegen, regelmäßig sparen oder Ihr Geld einfach parken wollen – Ihre PSD Bank West eG bietet Ihnen stets eine gute Basis für Ihr Vermögen:

- Attraktive Guthabenverzinsung
- Sichere Anlageoptionen
- Flexible Laufzeiten – von täglich verfügbar bis langfristig angelegt
- Einfach und bequem online abschließbar

Es gibt viele Möglichkeiten, wie Sie Ihr Geld anlegen können.

**Mehr Informationen unter [www.psd-west.de/geldanlage](http://www.psd-west.de/geldanlage)**

## PST – der Name für eine lange, sportliche Tradition

Der Post-Sportverein Trier e.V. wurde 1929 von Beschäftigten der Post gegründet, steht aber schon seit Jahrzehnten für jedermann offen. Nur der Vereinsname erinnert noch an die Ursprünge. Über die Jahre hinweg wuchs das Sportangebot stetig, sodass wir heute mit über 30 Sportarten und mehr als 3.300 Mitgliedern zu den größten Vereinen der Region gehören.

Sport im Verein bedeutet mehr als seinen Körper fit zu halten. Sport im Verein heißt vor allem, gleichgesinnte Menschen zu treffen, das Gemeinschaftsgefühl zu erleben und zusammen die Freizeit zu gestalten. Das macht nicht nur Spaß, sondern ist auch der beste Ausgleich zum Alltag.

Wir bieten Ihnen eine große Anzahl von Sportmöglichkeiten

für Breiten- und Leistungssportler und für jedes Alter. Mehr als 30 Abteilungen finden sich unter dem Dach des PST, eine einzigartige Vielfalt des Sports innerhalb eines Vereins.

Um Kindern und Jugendlichen den Einstieg in den Sport zu erleichtern, bieten wir viele auf Kinder zugeschnittene Sportarten an.

## PST – Vielfalt schafft Möglichkeiten

Während die meisten Vereine selten mehr als eine einzige Sportart anbieten, stellen wir eine breite Palette an Angeboten zur Verfügung. Egal, ob Sie Mannschafts- und Ballsportarten bevorzugen, fernöstliche Kampfsportarten ausüben möchten, gerne Wind und Wasser um sich haben, Tiere zu Ihrem Leben gehören oder sich mit Freunden und Bekannten zum Schachspiel treffen.

Was generell für kleinere Vereine nicht möglich ist, kann der PST Trier bieten: Neben den gängigen Sportarten haben Sie bei uns die Möglichkeit, aus einer Menge an sportlichen "Exoten" Ihr persönliches Sport- und Freizeitprogramm zu gestalten.

Mit nur einem günstigen Grundbeitrag erhalten Sie Zugang zu allen Sportarten des Vereins.

Einzelne Abteilungen erheben einen Sonderbeitrag für bestimmte sportartspezifische Leistungen. Ermäßigungen für Schüler, Studenten (bis einschl. 26 Jahre), FSJ-ler, Azubis, Kinder und Jugendliche (bis 18 Jahre) sind selbstverständlich.

Alle Beiträge in der Übersicht finden Sie unter:

<http://www.pst-trier.de/downloads>

## PST – Orte des Sports

Unser Verein hat 9 eigene Sportstätten, welche für unser breites Sportangebot genutzt werden:

Toni-Chorus-Halle

Clubhaus

Fitness-Center

Waldstadion

Schießstand

Reitanlage Hofgut Monaise

Yachthafen

Wasserskianlage Estricher Hof

Agility-Anlage

Ausoniusstr. 3, 54292 Trier · Hallenwart Reza Rostaei, 0173/5757799

Ausoniusstr. 3, 54292 Trier

Ausoniusstr. 3, 54292 Trier

Kockelsberger Weg 2, 54293 Trier

Kockelsberger Weg (im Waldstadion), 54293 Trier, Telefon: 820139

Pächter: Georg Meyer, Telefon: 0173/5778820

Schloss Monaise 9-10, 54294 Trier, 0651/84311

0171/4910268

Diedenhofener Str. 27A, 54294 Trier, 800880 (nur Anrufbeantworter)

## PST – ein sportlicher Partner

Der PST kann auch zu Ihrem sportlichen Werbepartner werden. Wir sind stetig auf der Suche nach Sponsoren und Kooperationspartnern. Nutzen Sie oder Ihr Unternehmen die vielseitigen Werbemöglichkeiten des größten Sportvereins in Trier:

- Werbung in unserem eigenen zweimal jährlich erscheinendem Vereinsmagazin
- Link auf unserer Vereinshomepage
- Berichte in Social Media (Facebook und Co.)
- Werbung auf unseren Vereinsbussen
- Werbung bei Veranstaltungen des PST (z.B. Waldstadionfest, Hallenfest, Trier spielt, etc.)

- Werbung auf PST-Sportkleidung

Unterstützen Sie den Verein oder einzelne Abteilungen, wir freuen uns auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit mit Ihnen.

Besucht uns auch bei





## PST – Vielseitigkeit im Sport

### Ballsport

American Football	Ralph-Jan Altenscheidt	altenscheidt@trier-football.de
Badminton	Christian Gütter	0651-4632301 / badminton@guetter.org
Fußball	Dirk Wengler	0651-9985283
- Futsal	Arthur Maier	0176-39559611 / arthurmaier93@gmail.com
Handball	Melanie Schönhofen	pst-handballdamen@web.de
Hockey	Jakob Joeres	0651-9372988 / vorstand@hockey-trier.de
Quidditch	Bob Thines	thunderbirdstrier@gmx.de
Tischtennis	Patrick Rittel	patrick.rittel@gmail.com
Volleyball	Martin Zimmer	0172-9520241

### Denksport & Konzentration

Bogenschießen	Martin Quintus	quintus.pst@gmx.de
Schach	Frank Görgen	0162-6543978 / schach@pst-trier.de
Sportschützen	Wolfgang Fuchs	0160-90122890

### Fitness & Reha

Fitness-Studio	Kirill Jordan	
Reha-Sport	Petra Schneider	0651-39958

### Gymnastik & Cheerleading

Gymnastik/Aerobic/ Seniorengymnastik	Uschi Dahm	0176-20686963 / uschidahm@googlemail.com
Kinderturnen		info@pst-trier.de
Cheerleading	Christina Jacobs	cheerleading-trier@web.de

### Kampfsport

Aikido	Yves Reinhard	00352-661214646 / yves.reinhard@email.lu
Fechten	Alexander Strunk	alexander.strunk92@web.de
- Historische Tänze	Thomas Freis	t.freis@gmx.de
Judo	Helmut Berg	judo@pst-trier.de
Kampfkunst	Martin Rieff	
Taekwondo	Torsten Berweiler	0163-8425430 / pst-taekwondo@gmx.de

### Laufen & Bewegen

Leichtathletik	Günter Heidle	0651-56130699
Triathlon	Marc Pschebizin	info@triposttrier.de
Wandern & Fahrten	Armin Koch	0172-6894303
- Walking	Lothar Gröbel	0172-6533158
Zweiter Weg	Rüdiger Cadenbach	0651-800400

### Mensch & Tier

Agility	Nicole Röder	agility@pst-trier.de
Reitsport	Thomas Beier	0651-9986848

### Wassersport

Segeln	komm. Barbara Ritz	vorsitz@pst-segeln-trier.de
Tauchen	Juan Angel Martin	0175-5250478
Wasserski/Wakeboard	Sarah Embach	wasserski-trier@web.de

## PST – Management Team

Unsere Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle beraten Sie gerne bei allen Fragen rund um den Verein und seine Sportarten.

### **Maria Funk** **Geschäftsführerin**

Sport- und Fitnesskauffrau, zuständig für die Leitung des Vereins und die Verwaltungsorganisation, Rechnungswesen und Budget, Zusammenarbeit mit den Abteilungen und Sportgruppen, Versicherungswesen, Sportstätten- und Hallenverwaltung, Veranstaltungen.

### **Melisa Munipi** **Mitarbeiterin Geschäftsstelle**

Kauffrau für Büromanagement, zuständig für Mitgliederverwaltung und -betreuung, Schließanlage, Sportstättenverwaltung und -belegung, Unfallmeldungen.

### **Sandra Pauli** **Mitarbeiterin Geschäftsstelle**

Bürokauffrau, zuständig für Mitgliederverwaltung und -betreuung, Schließanlage, Kursangebote, Vereinsmagazin und Social Media.

Für die vereinseigenen Sportstätten ist unser Hausmeister zuständig. Er kümmert sich ebenso um unsere Vereinsbusse, welche unseren Sportgruppen zur Verfügung gestellt werden können.

**Reza Rostaei** 0173/5757799

Sie erreichen uns während unserer **Geschäftszeiten**

unter folgenden **Kontaktdaten**

Montag	13:00 - 18:00 Uhr
Dienstag	geschlossen
Mittwoch	08:30 - 13:00 Uhr
Donnerstag	13:00 - 18:00 Uhr
Freitag	08:30 - 13:00 Uhr

Telefon:	0651 / 74 90 0
Fax:	0651 / 99 40 268
E-Mail:	info@pst-trier.de
Website:	www.pst-trier.de
IBAN:	DE48 5855 0130 0000 9612 68
BIC:	TRISDE55XXX · Sparkasse Trier
USt-IdNr.:	DE 149879703

## PST – Ehrenamt

Mit viel ehrenamtlichem Engagement kümmert sich das große Team des Präsidiums um die Belange des Vereins. Die gewählten Vertreter des Vereins sorgen für einen reibungslosen Ablauf im Vereinsmanagement und entwickeln den Verein stetig weiter für eine erfolgreiche sportliche Zukunft.

**Präsident:** Wolfgang Scholtes

**Vizepräsident/in:** Dr. Andreas Ammer / Alexandra Candels

**Ref. Finanzen:** Patrick Lenz

lenz.patrick@web.de

**Ref. Finanzen:** Adrian Dahm

**Ref. Recht:** Dr. Andreas Ammer

0651/949020

**Ref. Liegenschaften:** Martin Böhrer

pst.liegenschaften@gmail.com

**Ref. Sport:** Alexandra Candels

0651/80687

**Ref. Jugend:** Helmut Berg

0651/15544

**Ref. Projektaufgaben:** Rüdiger Cadenbach

0651/800400

**Rechnungsprüfer:** Nik Rudolph

**Rechnungsprüfer:** Ulrich Weber

**Datenschutzbeauftragter:** z. Zt. nicht besetzt

datenschutzbeauftragter@pst-trier.de

## PST – im Sport aktiv

Sie möchten sich neben der Ausübung Ihrer Sportart im Verein weiter engagieren?

Wir unterstützen Sie bei der Ausbildung (z.B. zum Trainer, Übungsleiter, Vereinsmanager), bei der sportlichen Weiterbildung (z.B. durch Kurse oder Lehrgänge) oder bei der Mitarbeit in unseren Projektgruppen.

Bei Fragen können Sie sich gerne an unsere Geschäftsstelle wenden. (0651/74900 oder info@pst-trier.de)

## Impressum

**Redaktion:** Geschäftsstelle PST • **Druck:** RaabDruck GmbH Trier



## Unser Vereinsmagazin wird digital!

Sehr geehrte Sportlerinnen und Sportler,  
liebe Mitglieder,

neue Sportarten, neue Bewegungstrends oder neue Regeln – die Zeit ist voller Veränderungen, und das macht auch vor dem Sport nicht halt. Ständig erscheinen neue Trends und Sportarten, Veränderungen prägen unseren Alltag.

Auch in unserem Verein bleibt die Entwicklung nicht aus: Ab dem kommenden Jahr wird sich auch unser Sportmagazin verändern. „PST goes green“ - in der Zeit der Digitalisierung und der Nachhaltigkeit wird unser Vereinsmagazin ab dem kommenden Jahr, nur noch auf Nachfrage als Print-Version verfügbar sein.

Alle Mitglieder können sich gerne über unsere Homepage [www.pst-trier.de](http://www.pst-trier.de) zu unserem neuen Newsletter anmelden und unser altbekanntes – und dennoch neues – Vereinsmagazin per Klick ins Postfach bestellen.

Nach dem Erscheinen des neuen Magazins erhalten Sie dann künftig eine Mail, mit welcher Sie unser Magazin digital als E-Paper lesen können.

Möchten Sie unser Magazin auch zukünftig – wie bisher - als Printausgabe per Post erhalten? Dann ist eine kurze Bestellung – gerne telefonisch oder auch per Mail an [info@pst-trier.de](mailto:info@pst-trier.de) unabdingbar!

Wir freuen uns schon darauf, Ihnen im kommenden Jahr unser Magazin in veränderter Ausgabe präsentieren zu dürfen.



## Deine größte Aufstiegs-Chance nach der Schule

**Werde Dachdecker.** Wir suchen Jungs und Mädchen, die auf eine Ausbildung mit Zukunft bauen!



### Interesse?

Nutze ein Praktikum als Einstieg für die Ausbildung und bewerbe Dich unter [www.DerDachdenker.de](http://www.DerDachdenker.de)



## Haben Sie eine neue Anschrift?

Dann füllen Sie bitte das Formular aus und schicken es an folgende Adresse:  
Post-Sportverein Trier e. V., Ausoniusstraße 5, 54292 Trier

Sie können das Formular auch gerne in unseren Briefkasten einwerfen, oder uns Ihre neue Adresse per E-Mail mitteilen, an [info@pst-trier.de](mailto:info@pst-trier.de).

<b>Bitte unbedingt angeben:</b>	<input type="text"/>
	Name, Vorname
	<input type="text"/>
	Geburtsdatum
<b>Alte Anschrift:</b>	<input type="text"/>
	Straße, Hausnummer
	<input type="text"/>
	PLZ, Ort
<b>Neue Anschrift:</b>	<input type="text"/>
	Straße, Hausnummer
	<input type="text"/>
	PLZ, Ort



## Haben Sie eine neue Bankverbindung?

Dann füllen Sie bitte das Formular aus und schicken es an folgende Adresse:  
Post-Sportverein Trier e. V., Ausoniusstraße 5, 54292 Trier

Sie können das Formular auch gerne in unseren Briefkasten einwerfen, oder uns Ihre neue Bankverbindung per E-Mail mitteilen, an [info@pst-trier.de](mailto:info@pst-trier.de).

<b>Bitte unbedingt angeben:</b>	<input type="text"/>
	Name, Vorname
	<input type="text"/>
	Geburtsdatum
<b>Bankdaten:</b>	<input type="text"/>
	BIX / SWIFT
	<input type="text"/>
	IBAN
	<input type="text"/>
	Name oder Kurzbezeichnung der Bank
Bitte nur ausfüllen bei neuer Bankverbindung und bereits erteilter Einzugsermächtigung!	<input type="text"/>
	Name des Kontoinhabers für das Mandat





Liebe Mitglieder,

um Sie auch zeitnah kontaktieren zu können, werden vermehrt Einladungen, Anschreiben oder Ähnliches über E-Mail versandt.

Leider erreichen wir noch nicht alle Mitglieder auf diesem Weg, hoffen aber, zukünftig weitere Mitglieder per E-Mail erreichen zu können.

Daher bitten wir Sie, uns eine kurze E-Mail zusammen mit Ihrem Namen und Ihrem Geburtsdatum an [info@pst-trier.de](mailto:info@pst-trier.de) zu senden. So können wir Ihr Mitgliedskonto aktualisieren und Sie in Zukunft schneller erreichen.



**MATTHIAS RUPPERT**  
Bauunternehmen

AUF UNSER **WORT**  
KÖNNEN SIE **BAUEN**

Rohrerweg 3 | D-54518 Esch | 06508-9150-0 | [info@matthias-ruppert.de](mailto:info@matthias-ruppert.de) | [www.matthias-ruppert.de](http://www.matthias-ruppert.de)

## Lang ist's her, vor 70 Jahren

Zur Erinnerung an den 07.08.1955: Horst Liell, Deutscher Meister über 800 m. Die große Überraschung der DM: Überlegener Sieg unseres PST Sportlers!



242 Horst Liell, Deutscher Meister über 800 m am 7.8.1955

*Wir wünschen unseren Mitgliedern, Mitarbeitern,  
Freunden und Sponsoren eine frohe Weihnachtszeit,  
besinnliche Tage und ein gutes Neues Jahr 2026.*

**Präsidium und Geschäftsstelle des PST**





## American Football – Saisonrückblick – die PST Trier Stampers 2025

Von der Jugend, bis zu den Damen und den Herren: In diesem Jahr gingen die Nashörner mit drei Mannschaften auf Punktejagd.

Im Juniorenbereich beerbte Jan Thesen den Posten als Cheftrainer der U16. Wie schon im Vorjahr bildeten die jüngsten Nashörner eine Spielgemeinschaft mit den Mittelrhein Phönix in der Oberliga Mitte. Vier spannende Turniertage standen auf dem Programm – und die jungen Spieler nutzten jede Gelegenheit, sich weiterzuentwickeln.



Nach einer vergangenen Saison ohne Siege, zeigte das Team in diesem Jahr eine beeindruckende Lernkurve. Am Ende durften die U16-Spieler zwei hart erkämpfte Siege gegen die Bad Kreuznach Warriors feiern. Diese Erfolge sind nicht nur ein Grund zum Jubeln, sondern auch ein vielversprechender Ausblick auf das kommende Jahr.



Unsere Damenmannschaft, die einzige im Spielbetrieb in Rheinland-Pfalz, startete in der Saison 2025 erneut in der DAL7. Gleich zu Beginn zeigten sie ihre Stärke: Fünf Siege in Folge bewiesen die Klasse und den starken Teamgeist der Mannschaft von Head

Coach Martin Charles. Bereits der Auftakt gegen den späteren Meister, die Spielgemeinschaft der Phantoms/Bulls, war erfolgreich. Es folgten weitere Siege gegen die Limburg Valkyries und die Erfurt Indigos.



Im entscheidenden Spiel um die Meisterschaft in Wiesbaden mussten sie sich nur einmal in dieser Saison geschlagen geben. Damit sicherten sich die Damen den Rang als Vizemeisterinnen. Mit einer beeindruckenden Punktedifferenz von 157:60 stellten sie außerdem sowohl die beste Offensive als auch die beste Defensive der Liga. Damit setzten die Stampers Ladies ein Ausrufezeichen und legten den Grundstein für eine erfolgreiche kommende Saison.



Die Herrenmannschaft startete in diesem Jahr erneut in der Landesliga Mitte. Direkt zum Saisonauftakt sicherten sich die Nashörner in einem sehr spannenden Spiel auf der BSA Heiligkreuz die ersten Punkte. Doch Verletzungsausfälle, darunter auch einiger Schlüsselspieler, erschwerten die weitere Saison. Das Team zeigte jedoch großen Zusammenhalt und sprang jeweils für den anderen ein. Nach einigen knappen Niederlagen kämpfte sich das Team zum Saisonende zurück und feierte Siege gegen die





Bad Kreuznach Warriors und die Frankfurt Pirates. Head Coach Constantin Wilhelm zieht dennoch ein positives Fazit: Einsatz, Zusammenhalt, Entwicklung des Teams und die Verstärkung aus der Jugend, stimmen für die kommende Saison zuversichtlich.



Zum Abschluss bedankt sich der Abteilungsvorstand bei allen Spieler\*innen, Coaches, Helfern und Helferinnen, der PST-Geschäftsstelle, Sponsoren, Partnern und Fans. Mit euch zusammen auf das nächste Jahr American Football in Trier.



## Hockey – „Trier Spielt“ am 13.09.2025



Der Stand der Hockeyabteilung auf dem Kornmarkt bei „Trier Spielt“ am 13.09.2025

Die Hockeyabteilung beteiligte sich wie schon in den letzten Jahren an der „Trier Spielt“-Aktion mit einem Stand auf dem Kornmarkt. Auf einem kleinen Kunstrasenstück von ca. 4 x 8m wurde um neue Mitglieder vor allem bei den Kleineren der Altersklassen U6 bis U10 geworben. Dank der Unterstützung der Trainer:innen und jugendlicher Spieler:innen konnten über 70 Kinder Hockey einmal ausprobieren. Der Erfolg zeigte sich in den Wochen danach mit vielen neuen Kindern, die zum Schnuppertraining kamen.

## Feldsaison Spielbetrieb

Die Minis (U6) nahmen während der Feldsaison wegen des großen Anteils sehr junger Spieler:innen noch nicht an Turnieren teil, dies ist für die kommende Hallensaison geplant.

Die U8 nahm an mehreren Turnieren des Hockeyverbandes Rheinland-Pfalz/Saar teil und konnte gegen starke Teams aus der Pfalz und Rheinhessen gute Ergebnisse und etliche Erfolge erzielen. Die Spieler:innen der U10 spielen zur Zeit entweder bei der U8 mit oder sind in die U12-Mannschaft integriert, da es momentan nicht für eine eigene Mannschaft reicht.



Die U8 beim Spieltag in Bad Kreuznach am 21.09.2025 mit Trainerin Johanna





Die U12 beim Spieltag in Neunkirchen am 31.08.2025 mit den Trainern Elselien und Uli

Zur Feldsaison traten Jugend-Mannschaften der U12, mU16 und wU16 bei den in der Verbandsliga des Hockey-Landesverbandes Rheinland-Pfalz/Saar sowie eine gemischten Erwachsenenmannschaft in der neuen Kleinfeldliga an. Die U12 und die weibliche und männliche U16 erreichten dabei jeweils die



Die mU16 beim Spieltag Frankenthal am 31.08.2025 mit Trainer Paul

Endrunden, dabei konnte die wU16 im heimischen Moselstadion die Feldrunde mit einem erfreulichen Sieg beenden, die U12 konnte ihre Platzierungsrunde ebenfalls im Moselstadion mit 2 Siegen gewinnen und erreichte somit einen guten Platz 9 in Rheinland-Pfalz, die mU16 und die Erwachsenenmannschaft konnten ihre Ligen auf Platz 3 bzw. 5 abschließen.



Die wU16 beim Spieltag in Neunkirchen am 18.05.2025 mit Jugendwart Martin (Trainer Eric war ausnahmsweise verhindert)



Die Erwachsenenmannschaft beim Heimspieltag am 15.06.2025 in Tarforst

## Trainer:innen der Hockeyabteilung

Beim Trainer:innen-Team sind zur Feldsaison mit Jonas, Pepe und Eva drei engagierte Helfer:innen aus der eigenen Jugend als Verstärkung dazu gekommen. Paul Knobloch hat seine Tätigkeit als Trainer zum Ende der Feldsaison beendet, da er inzwischen Trier nach dem Abitur verlassen hat, und steht dadurch leider auch nicht mehr als Spieler zur Verfügung, wir bedanken uns bei ihm für sein langjähriges Engagement seit seinem Start beim Hockey mit 10 Jahren in der U12.

### Aktuelles Trainer:innen-Team:

U6 : Jacqui, Luna, Jonas, Eva / U8: Johanna und Jan / U10/U12: Elselien und Uli / männliche U14/16: Jonathan, Paul S / weibliche U14/16: Eric / Damen / Herren: Sebastian / Jonathan / Paul S, Torwarttraining Jugend: Pepe, Tuula



Die Trainer:innen der PST-Hockeyabteilung mit Sportwart Matthias (5. v. r.) und Jugendwart Martin (2. v. r.) – es fehlen Johanna und Jonathan





## Volleyball – Neue Saison, neuer Trainer

Die Damen 2. freuen sich kommende Saison mit unserem neuen Trainer Dominik Schmitt und gleichzeitig Co. Trainer der Damen 1. an den Start zu gehen.

Die Vorbereitung lief hervorragend; mit viel Ehrgeiz und Disziplin haben beide Damen Mannschaften vom PST-Trier Volleyball ein tolles Wochenende bestritten.

Jetzt kann die Saison kommen.

Wir freuen uns auf eure Unterstützung.

Die Trainer Martin Zimmer & Dominik Schmitt sind jederzeit ansprechbar.



### 🏐 Wir suchen dich! 🏐

Wir suchen Verstärkung für unsere Damen 1!

Du bist eine ambitionierte Volleyballspielerin mit Erfahrung und suchst ein neues Team? Dann bist du bei uns genau richtig!

Unsere Damen 1 des PST-Trier spielt aktuell in der Bezirksliga und suchen zur kommenden Saison Verstärkung, idealerweise im Zuspiel und auf allen anderen Positionen.

Wir sind ein motiviertes Team aus engagierten Spielerinnen, das mit Spaß, Ehrgeiz und Teamgeist auf dem Feld steht – aber auch außerhalb der Halle den Zusammenhalt lebt.

Kontaktiere uns gern für ein Probetraining!

Wir freuen uns auf dich!





## Schach

Es war ein sonniger Herbsttag, etwas kalt, aber freundlich. Ich ging mit meiner Laptop Tasche bepackt in mein Lieblingscafé. Da begrüßte mich bereits der Wirt: „Dasselbe wie immer?“

„Genau, ein großer Kaffee mit Milch – danke Iwe.“

**Iwe:** „Warum hast du dann deinen Computer dabei?“

**Ich:** „Du weißt doch, dass ich im Schachclub bin. Ich möchte einen Zeitungsartikel über unseren Sport und unser Vereinsleben schreiben.“

**Iwe:** „Alles klar – und worüber schreibst du genau?“

**Ich:** „Weiß ich noch nicht – wenn du eine Idee hast, nur her damit.“

**Iwe:** „Du weißt, dass ich kein Schach spiele. Ich habe auch noch nie verstanden, was dir daran gefällt. Wenn du das paar Mal gespielt hast, müsstest du ja irgendwann alle Züge kennen.“

**Ich:** „Nach 3 Zügen gibt es über neun Millionen mögliche Positionen.“

**Iwe:** „Super, das heißt du bist seit Jahren im Verein und nach drei Zügen musst du überlegen, weil du nicht mehr weiterweißt.“

**Ich:** „Eigentlich nach 2 Zügen.“

Da lachte Iwe und nahm ein Glas in die Hand, um es zu polieren. Dann fragte er:

„Gibt es beim Schach eigentlich

auch so etwas wie eine Weltmeisterschaft?“

**Ich:** „Ja klar! Es gibt sogar eine Olympiade und die besten Spieler der Welt können ganze Partien im Kopf spielen, ohne überhaupt aufs Brett zu schauen.“

„Respekt“, sagte Iwe und stellte das Glas in den Schrank. „Ich bleib beim Fußball“, fügte er dann noch hinzu.

**Ich:** „Weißt du – das Spannende am Schach ist, dass man fünf Figuren mehr haben und im nächsten Zug Schachmatt gesetzt werden kann. Stell die vor, beim Fußball wärest du 5:0 vorne und nach dem nächsten Freistoß steht es dann 5:6 und der Schiri pfeift auch sofort ab.“

**Iwe:** „Klingt spannend – dann schreib doch darüber.“

**Ich:** „Nein, der Artikel soll vom Vereinsleben bei uns im PST-Trier handeln.“

**Iwe:** „Noch nen Kaffee?“

**Ich:** „Espresso“.

**Iwe:** „Habt ihr ein Vereinsfest oder sowas oder einen Ausflug, von dem du berichten kannst?“

**Ich:** „Ja klar – wir machen jedes Jahr ein Sommerfest. Hier gibt es ein Buffet, Spiele, Turniere und natürlich auch einen offiziellen Teil, bei dem die Mannschafts-

aufstellungen besprochen werden und es wird auch definiert wer welche Aufgaben übernimmt. Paul Adam ist zum Beispiel jetzt unser neuer Turnierleiter, Cedric Peeters unser neuer Jugendwart und Toni Krüger für Projektarbeiten zuständig. Unverändert blieben Frank Görden der Abteilungsleiter und Richard Roscheck sein Vertreter.

Dieses Jahr haben wir wieder an einem viertägigen Turnier, dem „Reinland-Pfalz-Open“ in Neuwied teilgenommen.“

**Iwe:** „Und liefs besser als letztes Jahr?“

**Ich:** „Ja definitiv! Ich konnte den 85. Platz bei 232 Teilnehmern erreichen. Vor allem ging es hier jedoch um den Spaß. Wir haben uns dieses Jahr wieder mit 5 Leuten ein Ferienhaus gemietet. Nach den Spielen haben wir gemeinsam gekocht und zusammen die Partien analysiert. Meistens gingen wir aber auch ins Zentrum von Neuwied, um noch was zu unternehmen. Des Weiteren haben wir viel Zeit mit den Spielern aus anderen Vereinen verbracht.

**Iwe:** „Man kennt sich also“.

**Ich:** „Man kennt sich. Du kannst doch auch mal zum Verein kommen?“

**Iwe:** „Ich bin doch viel zu alt.“

**Ich:** „Wofür, zum Schach spielen? Das kann ich nicht als Ausrede gelten lassen. Schach kann jeder spielen. Ob Frau oder Mann, ob jung oder alt. Ist auch egal ob du Anfänger bist oder nicht. Wir haben acht Mannschaften, wobei die erste in der Rheinlandliga und die 8. in der C-Klasse spielt.“

**Iwe:** „Zeig mal die Tabelle“.

Ich holte mein Handy raus und zeigte Iwe die Ergebnistabelle der letzten Saison.

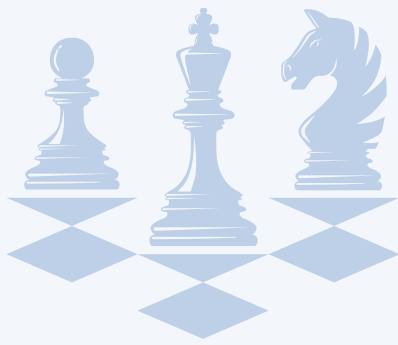
**Iwe:** „Also eure 5. Mannschaft ist auf jeden Fall die beste – Platz 1 – stark.“

**Ich:** „Also technisch gesehen ist die 1. Mannschaft die stärkste, ....“.

**Iwe:** „Jaja, aber ein solider 5. Platz.“ Die 2. Mannschaft wurde auch Meister in ihrer Liga, der







Bezirksliga, wobei hier Ruben Petrosyan mit 6 Siegen aus 8 Partien die meisten Punkte holte. Bei der 6. Mannschaft holte Kai Lüers sogar 6 aus 7 Punkten – Respekt. Beim 7. Team war es Luca Steuer der 9 aus 13 Punkten holte und beim 8. Team Kaya Deniz sogar 5 aus 5! Da habt ihr ja ein paar richtig gute Spieler.“

Ich blickte durchs Fenster. Draußen begann es langsam dunkel zu werden. Meine Tasse war leer – genauso wie das Word-Dokument auf meinem PC.

**Iwe:** „Jetzt haben wir so lange geredet und du weißt immer noch nicht worüber du schreiben sollt.“

**Ich:** „Doch – ich glaube, das weiß ich jetzt.“

**Iwe:** „Aha – dann bin ich jetzt aber mal gespannt.“

**Ich:** „Ich schreibe über unser Gespräch, das wir heute geführt haben, über deine Fragen zum Schach und über meine Antworten zum Geschehen bei der Schachabteilung beim PST-Trier.“

**Iwe:** „Freut mich, dass ich helfen konnte. Aber wenn du mich erwähnst - wir wollen ja hier keine Schleichwerbung für mein Café machen - halte es anonym.“

**Ich:** „Ok, wie soll ich dich denn nennen?“

**Iwe:** „Also nach allem, was ich jetzt verstanden habe, kann Jeder Fragen zum Schach stellen und Jeder kann mitmachen – nenn mich also – Irgendwer.“

**Ich:** „Alles klar Iwe, mach ich. Und danke noch für den Kaffee.“

*Ein Bericht von Mats Weber*

## Sportschützen – Es tut sich was bei den Sportschützen

Wie in der letzten Vereinszeitung bereits berichtet, sind auf dem Schießstand im Waldstadion einige Umbau-Arbeiten im Gange – der 25m-Pistolenstand steht kurz vor der Fertigstellung. Viele Mitglieder haben sich an den Arbeiten beteiligt und Enormes geleistet. Die alte Anlage wurde vollständig entfernt und durch eine Anlage mit modernem Kugelfang, besserer

Beleuchtung, einem zusätzlichen Notausgang und neuer Belüftung an das gültige Regelwerk angepasst.

Am 7. Februar 2026 ist eine Feier zum 50-jährigen Bestehen der Schützenabteilung geplant, in deren Rahmen auch die feierliche Wiedereröffnung des Pistolenstandes stattfinden soll.



Alles muß raus ...



Derzeitiger Stand der Umbau-Arbeiten



## Königsschießen

Auch wurde in diesem Frühjahr wieder ein Königsschießen veranstaltet. Hierbei wird auf einen Holzvogel geschossen, mit dem Kleinkaliber-Gewehr auf 50m Entfernung. Dabei ist es immer wieder spannend, wenn erst der eine und dann der andere Flügel – jeweils an einer Leiste hängend, die mit jedem Treffer ein wenig dünner wird – beschossen wird, bis der Flügel nach einiger Zeit schließlich beim entscheidenden Schuss herunterfällt. Der erfolgreiche Schütze erhält dann den Titel „2. Ritter“ bzw. „1. Ritter“. Danach wird noch auf den Schwanz des Vogels geschossen, und derjenige, bei dem der Schwanz schließlich abfällt, ist dann der neue König / die neue Königin!

Die Beteiligung am Königsschießen war erfreulich groß, und alle hatten jede Menge Spaß. Anschließend wurde gegrillt und der Tag in gemütlichem Beisammensein beendet.



2. Ritter Roland Melchisedech, König Carsten Emser, 1. Ritter Vera Liewen

Im Juli lud der neue Schützenkönig dann ein zum gemeinsamen Frühstück, das sich bis in den frühen Nachmittag hineinzog. Vielen Dank dem König!

## Deutsche Meisterschaften Philippsburg



Die erfolgreichen Schützen in Philippsburg – mit Unterstützung

Bei der Deutschen Meisterschaft des Verbandes DSU in Philippsburg waren einige Schützen der Abteilung vertreten, und sie konnten mit dem Kleinkaliber-Gewehr in verschiedenen Disziplinen gute Platzierungen erreichen – insbesondere Vera Liewen, sie wurde in ihrer Klasse 2x Deutsche Vize-Meisterin!

Vera Liewen	2 x 2. Platz = Deutsche Vize-Meisterin
Roland Melchisedech	2. Platz
Wolfgang Fuchs	4. Platz
Heinz Liewen	12. Platz

Herzlichen Glückwunsch den erfolgreichen Athleten!

## Liga-Wettkämpfe

Im August haben die Liga-Wettkämpfe der Druckluft-Disziplinen begonnen. Die Schützen-Abteilung stellt auf Bezirks-Ebene mehrere Mannschaften in den Disziplinen Luftgewehr Auflage, Luftpistole Auflage, Luftpistole Freihand. Aktuell steht die Mannschaft der Disziplin LG Auflage auf Platz 2, in der Disziplin Luftpistole Freihand auf Platz 1, bei einem noch ausstehenden Wettkampf. Die voranstehenden Erfolge konnten von der Mannschaft der LP Auflage

nicht erreicht werden. Über die endgültig erreichten Platzierungen werden wir im nächsten Heft berichten.

Bereits im Frühjahr fanden die Liga-Wettkämpfe der Kugeldisziplinen statt. Hier konnte die Mannschaft des PST in der Disziplin Kleinkaliber-Gewehr Auflage den 1. Platz erreichen. Herzlichen Glückwunsch!

*Isolde Carrara*



## Wir können mehr als „Olé Olé“ und Laola-Wellen.

**100 % Region, 100 % Herz, 100 % Fan.**

**EINHUNDERTPROZENT** ist eine großartige Zahl, denn mehr geht nicht.

Ein Beispiel? Wir versorgen unsere Haushaltskunden bereits seit 2008 mit 100 Prozent Ökostrom. Und genauso unterstützen wir auch zu 100 Prozent unsere Vereine in der Region. Echte Fans können halt mehr. [www.swt.de](http://www.swt.de)



## Reha

### Aquajogging als Rehasport – Schweben, Strampeln, Spaß haben!

Wer glaubt, Joggen sei nur was für harte Knochen und durchtrainierte Sportskanonen, hat noch nie unser Aquajogging ausprobiert.

Bei uns läuft - oder besser: schwimmt - dieser Sport ein bisschen anders.

Im Wasser werden die Gelenke entlastet, die Muskeln gestärkt und die gute Laune sprudelt gleich hoch.



### Gelenkschonend und trotzdem effektiv.

Jeder Schritt und jeder Tritt ist sanft und trotzdem wirkungsvoll. Während das Wasser unseren Körper trägt, trainiert es gleichzeitig alle Muskeln, die wir sonst mal gerne vergessen. Kein Muskelkater vom harten Asphalt, sondern ein angenehmes „Wow, das hat richtig gutgetan“. Neben der Fitness kommt auch das Wohlbefinden nicht zu kurz.

### Spaß garantiert – egal wie man aussieht.

Manchmal sieht es ein bisschen aus wie Delfine beim Ballett, manchmal eher wie schnatternde Enten im Frühling. Aber genau das macht den Reiz aus. Es darf im Wasser bei uns geschwitzt und gelacht werden.

Als wir beschlossen haben noch einen zusätzlichen Aquajoggingkurs montags zu starten ahnten wir nicht, dass unmittelbar kurzer Zeit auch dieser Kurs schon ausgebucht war. Unser Motto: Rein ins Wasser raus mit guter Laune!

Der gute Ruf unserer Abteilung reicht mittlerweile über die Stadtgrenze Triers hinaus. Das ganze Jahr sind wir, egal ob in der Halle oder im Wasser, mit Herz und Energie dabei, damit sich alle wohlfühlen, fit bleiben und Freude an der Bewegung haben. Gemeinsam machen wir Rehasport zu etwas ganz Besonderem!

Darauf sind wir alle sehr stolz.

*Petra Schneider*





# ALKOHOLFREI ERFRISCHEN? Bitte

*Bitte ein Bit*



ISOTONISCH **MIT** VITAMINEN

## BRINGT DIE KRAFT ZURÜCK.

GEROLSTEINER®



**1.816** mg/l  
HYDROGENCARBONAT

**348** mg/l  
CALCIUM

**108** mg/l  
MAGNESIUM

GEROLSTEINER.DE



## Gymnastik- und Aerobic-Angebote (für Vereinsmitglieder)

### Bauch-Beine-Po

Montag	18:15 - 19:15 Uhr	Balthasar-Neumann-Technikum, Paulinstr.	Vira Hein
--------	-------------------	---	-----------

### Body-Shaping

Dienstag	18:00 - 19:00 Uhr	Friedrich-Wilhelm-Gymn., Olewiger Str. 2	Lisa Grüneisen
----------	-------------------	--	----------------

### Funktionsgymnastik und Entspannung (Frauen & Männer)

Montag	16:45 - 18:15 Uhr	Grundschule Heiligkreuz, Rotbachstr.	Helmut Thiel
--------	-------------------	--------------------------------------	--------------

### Haltung & Bewegung II – Schwerpunkt Rücken

Mittwoch	09:00 - 10:30 Uhr	PST Clubhaus, Ausoniusstraße	Mechthild Faber
----------	-------------------	------------------------------	-----------------

Mittwoch	10:30 - 12:00 Uhr	PST Clubhaus, Ausoniusstraße	Mechthild Faber
----------	-------------------	------------------------------	-----------------

### H.I.I.T

Dienstag	19:00 - 20:00 Uhr	Friedrich-Wilhelm-Gymn., Olewiger Str. 2	Lisa Grüneisen
----------	-------------------	--	----------------

### Kindergymnastik / Kinderturnen

Mittwoch	15:00 - 16:00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen, 2 - 4 Jahre (Toni-Chorus-Halle)	Marcel Ritz
----------	-------------------	--	-------------

Mittwoch	16:00 - 17:00 Uhr	Jungen & Mädchen, 6 - 8 Jahre (Toni-Chorus-Halle)	
----------	-------------------	--	--

Mittwoch	17:00 - 18:00 Uhr	Jungen & Mädchen, 9 - 11 Jahre (Toni-Chorus-Halle)	
----------	-------------------	---	--

Freitag	15:30 - 16:30 Uhr	Jungen & Mädchen, 4 - 6 Jahre (Toni-Chorus-Halle)	
---------	-------------------	--	--

Freitag	16:30 - 17:30 Uhr	Jungen & Mädchen, 4 - 6 Jahre (Toni-Chorus-Halle)	
---------	-------------------	--	--

### Seniorengymnastik Ü65 (Frauen & Männer)

Dienstag	17:30 - 18:30 Uhr	Angela-Merici-Gymnasium, Neustraße	Susanne Düntzer
----------	-------------------	------------------------------------	-----------------

Mittwoch	17:30 - 18:30 Uhr	Angela-Merici-Gymnasium, Neustraße	Uschi Dahm
----------	-------------------	------------------------------------	------------

Freitag	20:00 - 21:30 Uhr	Toni-Chorus-Halle	Reza Rostaei
---------	-------------------	-------------------	--------------





## Kurs-Angebote (auch für Nicht-Vereinsmitglieder)

**Alles Kurse starten mehrmals im Jahr.**

**Aktuelle Termine finden Sie auf unserer Homepage unter der Rubrik "Kurse".**

GYROKINESIS®			
Mittwoch	17:30 - 18:30 Uhr	ALL LEVEL (Einsteiger & Fortgeschrittene) PST Clubhaus, Ausoniusstraße	Karin Sattler
Donnerstag	10:00 - 11:00 Uhr	FÜR MENSCHEN IM DRITTEN LEBENSALTER PST Clubhaus, Ausoniusstraße	Karin Sattler
Haltung & Bewegung I – Ganzkörpertraining			
Montag	19:30 - 20:30 Uhr	Fortgeschrittene (mit Pilateselementen) AMG, Gymnastikhalle, Kuhnenstr.	Uschi Dahm
Mittwoch	20:30 - 21:30 Uhr	Einsteiger AMG, Gymnastikhalle, Kuhnenstr.	Uschi Dahm
Piloxing			
Montag	20:45 - 21:45 Uhr	Einsteiger & Fortgeschrittene AMG, Gymnastikhalle, Kuhnenstr.	Uschi Dahm
Step-Aerobic			
Mittwoch	18:30 - 19:30 Uhr	Einsteiger AMG, Gymnastikhalle, Kuhnenstr.	Uschi Dahm
Mittwoch	19:30 - 20:30 Uhr	Fortgeschrittene AMG, Gymnastikhalle, Kuhnenstr	Uschi Dahm
Yoga – "MORGEN YOGA"			
Freitag	10:30 -11:30 Uhr	Einsteiger & Fortgeschrittene PST Clubhaus, Ausoniusstraße	Nicole Steffen
Yoga – "YOGA FÜR ALLE"			
Mittwoch	20:00 - 21:00 Uhr	Einsteiger & Fortgeschrittene AVG, Gymnastikhalle (Dominikanerstraße)	Sophia Paulus

Für alle Aktiven  
 die ideale Anlaufstation  
 Für Sport-Ausrüstungen  
 und Sportbekleidung  
**Sport-Simons**  
 Trier, Konstantinstraße  
 - an der Basilika -



Jeden Samstag von 11:45 Uhr – 12:45 Uhr  
auf dem Gelände des Friedrich-Wilhelm-Gymnasiums

SEI DABEI, FREUE MICH AUF DICH 😊  
Uschi

## Aerobic mit Waltraud Retiene

Ende des Jahres werde ich meine Übungsleiter-Tätigkeit beenden.

Nachdem ich 1977 meinen Übungsleiter-Schein erhielt, ging es gleich mit der Praxis los. Zu dieser Zeit gab es noch viele sportbegeisterte Kinder und ich bekam gleich zwei Gruppen. Vorschulkinder, mit denen die Arbeit große Freude machte und die etwas größeren Kinder, die Gymnastik und Turnen liebten. Die Mütter dieser Kinder wollten auch etwas für die Bewegung tun und meldeten sich im Verein an. So hatte ich bald drei Gruppen Damen-Gymnastik.

Die tänzerische Gymnastik war immer schon mein Hobby und so konnte ich viele meiner rhythmisch begabten Frauen dazu gewinnen, eine extra Tanzgruppe zu gründen. Eine Halle für die Tanzstunde war schnell gefunden. Nun war zusätzlich viel Training angesagt. Einen Namen fanden wir auch, wir waren jetzt die „Tanzmäuse“ des PST.



Zum 50jährigen Jubiläum des PST sollten wir dann das erste Mal öffentlich auftreten. Meine Choreografie war ein Tanz voller sportlicher Elemente. Beim Galaabend in der Europahalle in Trier, vor vollbesetztem

Haus, war unsere Aufregung sehr groß. Der Auftritt war ein toller Erfolg und danach folgten viele Auftritte in Trier, Umgebung und in weiter Ferne.

Einmal jährlich kam aber auch mein Dankeschön für all die Mühe und das schweißtreibende Training. Ich lud alle meine Tanzmäuse in den Clubraum des PST zu Kaffee und Kuchen ein, natürlich von mir selbst gebacken. Zu so einer Kaffeerunde gesellte sich gerne unser lieber, unvergessener Hajo Laas ein. Das war eine sehr schöne Zeit, an die ich gerne zurückdenke.

Dann, nach der Tanzzeit, ging es mit der rhythmischen Gymnastik und Aerobic weiter.



Zu meinem 10-jährigen Jubiläum 1987, fuhren wir einige Tage nach Berlin. Ein schönes Programm in eigener Regie hatte ich ausgearbeitet.

Ebenso die vielen Mehrtagestouren zu den schönsten Musicals „Cats, Starlight Express, Phantom der Oper und Grease“ mit angemietetem Bus und gutem Fahrer.

Verschiedene Wanderungen und Tagesfahrten, mit einigen Überraschungen, z. B. der Überfall im Soonwald mit der Schinderhannes-Räuberbande, gab es auch.





Auch unsere jährliche Adventsfrühstücke und Weihnachtsfeiern seien erwähnt.

Zu meinem runden Geburtstag hatte ich zu einer großen Kaffeetafel eingeladen. Viele bunte Rundschals hatte ich gestrickt und jede Dame konnte sich ihre Farbe aussuchen. Es sollten ja alle gesund durch den Winter kommen und bei keiner Übungsstunde, wegen Erkältung, fehlen.



Auch wurde ich mehrmals vom Sportbund Rheinland beauftragt, als Referentin für Breiten- und Freizeitsport in rhythmisch- und tänzerischer Gymnastik tätig zu sein.

Als 1983 die Aerobic-Welle aus Amerika zu uns kam, hielt ich die erste Stunde in der Post-Sporthalle mit 80 Teilnehmerinnen. Natürlich hatte ich zuvor auch an Aerobic -Lehrgängen teilgenommen.

Ein besonderes Erlebnis war die erste 1. Landesgymnaestrada in Bad Ems. 2000 Turnerinnen zeigten eine super Reifenkür. Die Ausführung der Kür unserer Damen war so präzise, dass man uns die Titelseite der „Sport im Rheinland“ widmete. Hierfür hatten wir auch viele Wochen geübt.



Am gleichen Tag hatte ich auch mit den Tanzmäusen zwei große Auftritte im Kurhaus von Bad Ems. Das war sehr aufregend, hat aber super geklappt.

Rückblickend waren es schöne, fast 50 Jahre, Übungsleiter-Stunden. Es heißt ja: Wenn es am Schönsten ist, sollte man gehen!



In meiner langen Übungsleiter-Zeit habe ich viele nette Frauen kennen gelernt. Freundschaften sind durch und mit dem Sport entstanden.



Ich wünsche allen eine gute Gesundheit ... und bleibt dem Sport treu!

*Eure Waltraud Retiene*



## Fechten – Trierer Fechter bei den Deutschen Meisterschaften

Durch seinen erfolgreich verteidigten Titel bei den Landesmeisterschaften des Fechterbundes Mittelrhein im März, hatte sich Malte Lubawinski für die Deutschen Meisterschaften der Altersklasse U13 in Heidenheim qualifiziert. Insgesamt 81 Degenfechter aus ganz Deutschland kämpften dort um den Titel. Zunächst wurde das Teilnehmerfeld in 10 Vorrundengruppen aufgeteilt. Dort konnte Malte in seiner Gruppe mit einer ganz starken Leistung vier seiner sechs Gefechte gewinnen und die Zwischenrunde erreichen. Die verbliebenen 54 Teilnehmer wurden in neun Gruppen aufgeteilt, um



Malte posiert mit Primus I., Maskottchen des Deutschen Fechter-Bundes, für einen Schnappschuss bei den Deutschen Meisterschaften in Heidenheim

die 40 Fechter zu ermitteln, die in die K.O. Runde einziehen würden. In der Zwischenrunde bekam es Malte mit deutlich stärkeren Gegnern im Vergleich zur Vorrunde zu tun, konnte aber zwei seiner fünf Gefechte für sich entscheiden. In Kombination mit den insgesamt sieben gesetzten Treffern in den verlorenen Gefechten schaffte er den Sprung unter die besten 40 Fechter und war für die Direktausscheidung qualifiziert. Dort zog er gegen den späteren Deutschen Meister Hannes Froebus von der TV Neheim mit 3:10 den Kürzeren, konnte sich aber dennoch über einen ganz starken 34. Platz freuen.

## Fechtstand bei Trier Spielt

Wie bereits in den Vorjahren war die Fechtabteilung auch 2025 mit einem eigenen Stand bei Trier spielt am 13. September vertreten.

Dabei hatten Interessierte die Möglichkeit, den Fechtsport näher kennenzulernen.

Wer dabei selbst aktiv mitmachen wollte, konnte mit Plastik-Übungswaffen Angriffs- und Defensivaktionen ausprobieren, wobei erfahrene Fechter des Vereins Hilfestellung gaben. Da die Übungswaffen aus Plastik natürlich nicht der Realität entsprachen, standen auch mehrere echte Degen bereit, damit die Besucher ein echtes Gespür für den Fechtsport bekommen konnten.



Die PST-Fechter Brandon Zandbergen und Matthias Balzer-Flores erklären bei „Trier spielt“ die Grundlagen des Degenfechtens

## Trierer Musketier erlangt die Goldmedaille in Leverkusen

PST-Fechter Paul Donkel hat die diesjährige Auflage der NRW Kids Challenge in Leverkusen in der Altersklasse U11 gewonnen. Durch eine erfolgreiche Vorrunde mit drei Siegen aus fünf Gefechten behauptete er sich gegen starke Kontrahenten und positionierte sich an siebter Stelle der Setzliste. Dieses Momentum nahm er ins Achtelfinale mit, das er mit 10:6 Treffern für sich entscheiden konnte.



Stolzer Sieger: Paul Donkel präsentiert seine Goldmedaille und Siegerurkunde

Noch besser lief es für den Trierer Fechter im Viertelfinale, das er mühelos mit 10:3 gegen den Zweitplatzierten der Vorrunde gewann. In einem ausgeglichenen Halbfinale konnte Donkel sich mit einem knappen Sieg von 10:8 gegen Titus Böcker (TSC Dortmund) durchsetzen.

Im spannenden Finale gegen Henryk Burba des Rheydter TV, der sich ebenfalls souverän zur Spitze gekämpft hatte, sicherte sich Paul mit einem starken 10:7 Sieg die Goldmedaille.

## Silber für Fechterin des PST

Beim 34. FTV-Jugendpokal in Frankfurt am 13.09.2025 hat PST-Fechterin Mikayla Farnum den 2. Platz in der Altersklasse U11 gewonnen.

Nach einer fast makellosen Vorrunde mit vier Siegen und nur einer Niederlage gegen Pelin Ela Cevikol von der Eintracht Frankfurt, platzierte sie sich an zweiter Stelle der Setzliste und zog durch ein Freilos direkt ins Halbfinale ein.

Dort gewann sie mühelos mit 10:4 und traf im Finale erneut auf Pelin Ela Cevikol, gegen die sie in einem spannenden Gefecht und großem Kampf mit 6:10 verlor. Nichtsdestotrotz konnte sie sich über einen sehr guten zweiten Platz und Edelmetall freuen.



Mikayla Farnum (links) mit Pokal und Urkunde für ihren 2. Platz in Frankfurt



Mikayla Farnum und Paul Donkel auf dem Siegereck in Dillingen

## Zwei PST-Fechter in Dillingen erfolgreich

Paul Donkel und Mikayla Farnum sicherten sich beim diesjährigen Alois-Lauer-Gedächtnis-Turnier in Dillingen jeweils Bronze und Silber im gemischten Einzelkampf U11.

Nach einer guten Vorrunde für Paul mit zwei Siegen und Mikayla mit einem Sieg, trafen die beiden Vereinskollegen unglücklicherweise direkt im Halbfinale aufeinander. Dort erkämpfte sich Mikayla in einem spannenden und knappen Gefecht mit 10:7 den Sieg und zog

ins Finale ein. Dort musste sie sich gegen Maximilian Kunkel vom Fechtzentrum Maxdorf geschlagen geben (3:10). Durch die getrennte Wertung nach Geschlecht, bedeutete es aber für Mikayla Platz 1 bei den Mädchen und Paul durfte sich über Silber bei den Jungen freuen.



## Taekwondo – Ergebnisse des Mosel Cups in Grevenmacher

Am 17. Mai fand in Grevenmacher der traditionsreiche Mosel Cup im Taekwondo-Zweikampf statt, organisiert vom örtlichen Taekwondo Club. Der PST Trier war mit sieben Sportlerinnen und Sportlern vertreten – einige davon standen erstmals auf einer offiziellen Wettkampffläche. Betreut wurde das Team von den Coaches Thien Van Pham und Emma von Wenzlawowicz.

In der Schwarzgurtklasse sammelten Antonia Cagalj, Max Schumacher, Johann Schumacher und Leonit Gashaj wertvolle Wettkampferfahrung. Im Nachwuchsbereich traten jeweils Janosch Grathoff und Raziel Ramirez Ruiz zu ihrem ersten Taekwondo Kampf an.

Besonders hervorzuheben ist die Leistung des erst zehnjährigen Hatuey Ramirez Ruiz, der in der Nachwuchsklasse zwei Kämpfe bestritt und sich dabei souverän den zweiten Platz sicherte – eine starke Leistung für den jüngsten Newcomer des Teams.

Die Leistungsdichte beim Mosel Cup war insgesamt sehr hoch, was allen Beteiligten die Bedeutung gezielter Vorbereitung und kontinuierlichen Trainings deutlich machte. Der Wettkampf war damit nicht nur ein sportlicher Vergleich, sondern auch eine wichtige Standortbestimmung und Motivation für kommende Herausforderungen auf der Matte.



Hatuey Ramirez Ruiz mit Coach Thien Van Pham – PST Trier – Abteilung Taekwondo



## PST Trier überzeugt beim „De Baek Cup“ in Junglinster – Vereinspreis gesichert

Am 18. Mai reisten die Poomsae-Sportlerinnen und -Sportler der Taekwondo-Abteilung des PST Trier zum „De Baek Cup“ nach Junglinster (Luxemburg). Mit acht Athletinnen und Athleten, vier Kampfrichtern sowie einem Coach war der Verein stark vertreten – und am Ende auch erfolgreich: Platz 3 in der Vereinswertung war der verdiente Lohn für einen rundum gelungenen Turniertag.

Gleich zu Beginn des Wettkampfes setzten Emma Ellinger und Anaïs Bellagh Maddouri in der Altersklasse Einzel 9–11 Jahre ein Ausrufezeichen: Beide zeigten starke Formen und sicherten sich souverän Platz 2 (Emma) und Platz 1 (Anaïs) unter sieben Teilnehmerinnen. Auch im Paarlauf ließen sie nichts anbrennen – gemeinsam holten sie Gold unter fünf Teams.



Laura Kuhn trat alleine in der Klasse 15–17 Jahre an und bewies Nervenstärke. Nach leichten Anlaufschwierigkeiten präsentierte



sie ihre Formen souverän und wurde mit der Goldmedaille belohnt.

Die erfahrene Sportlerin Suah Hong überzeugte in der stark besetzten Klasse 12–14 Jahre. Mit hoher technischer Präzision und beeindruckenden Kicks holte auch sie den 1. Platz.

Nach längerer Wettkampfpause kehrten Lina und Ronja Yilmaz im Paarlauf Ü18 erfolgreich zurück: Mit einer synchronen und ausdrucksstarken Darbietung belegten sie den 3. Platz von insgesamt acht Paaren. Gemeinsam mit Vereinskollege Tom Lehnert gelang den beiden im Teamlauf ein weiterer Erfolg – Gold gegen vier andere Teams.

Auch die Leistungen von Tom Lehnert (18–30 Jahre, 3 Startern) und Susanne d'Anterrockes (41–50 Jahre, Einzelstarterin) konnten sich sehen lassen. Beide nutzten das Turnier zur Vorbereitung auf bevorstehende Großveranstaltungen und überzeugten jeweils mit Platz 1 in ihren Kategorien. Die mitgereisten Kampfrichter Torsten Berweiler, Herbert Winkel,

Lars Bähke und Phong Le trugen maßgeblich zum reibungslosen Ablauf des Turniers bei.

Trainerin Sabrina zeigte sich am Ende des Tages hochzufrieden: „Unsere Athletinnen und Athleten haben heute nicht nur Medaillen gewonnen, sondern auch gezeigt, dass Qualität und Teamgeist uns stark machen.“

Der 3. Platz in der Gesamtwertung beweist: Der PST Trier gehört im Poomsae-Bereich zur regionalen Spitze.



## European Universities Combat Sports Championships 2025

Tom Lehnert, Trainer des PST Trier und Student der Elektrotechnik an der Hochschule Trier, vertrat seine Hochschule bei den European Universities Combat Sports

Championships 2025 in der Kategorie Poomsae Herren Einzel 18–30 Jahre. Die Wettkämpfe fanden vom 23. bis 25. August 2025 in Warschau (Polen) statt.

Am 23. August 2025 Uhr stand Lehnert im Achtelfinale dem kroatischen Nationalkader-Sportler Borna Pecko gegenüber. In einem spannungsgeladenen Duell zeigte



Lehnert eine technisch saubere und eindrucksvolle Darbietung. Dennoch unterlag er hauchdünn: Mit 7,099 Punkten musste er sich Pecko geschlagen geben, der mit 7,182 Punkten ins Viertelfinale einzog.

Die knappe Punktdifferenz belegt

eindrucksvoll Lehnerts starke Leistung. Sein Auftritt in Warschau machte deutlich, dass er sich auch auf internationalem Parkett behaupten kann und mit seiner Präzision sowie Ausdruckskraft in der Poomsae-Darbietung zu den ernstzunehmenden Athleten seiner Altersklasse zählt.

RENOVIEREN & SANIEREN MIT **SCHOLTES**

## CERO FLIESEN ODER DESIGN-VINYL

- Keramische Fliesen
- Klebe- oder Klickvinyl
- auf Wunsch Verlegung durch unsere Fachkräfte
- kurzfristig lieferbar



**CERO**  
DESIGN

**SCHOLTES**  
Fliesen | Bad | Design

1965  
**60**  
2025

Luxemburger Str. 236 · 54294 Trier · Tel.: 0651-91866 0 · scholtes.de



## Große Erfolge für Trierer Sportler bei Taekwondo-Landesmeisterschaft

Bad Kreuznach / Trier – Bei der diesjährigen Landesmeisterschaft Taekwondo Poomsae am Samstag, 6. September überzeugten die Sportlerinnen und Sportler des PST Trier auf ganzer Linie. Unter rund 150 Teilnehmenden sicherten sie sich gleich mehrere Titel und Podestplätze.

Den Auftakt machte das Mädchentrio Anais Bellagh Maddouri (11), Emma Ellinger (9) und Cattleya Schu (9). Mit einem abgestimmten Synchronlauf holten die drei Nachwuchssportler den ersten Platz in ihrer Altersklasse. Doch damit nicht genug: Im Einzellauf setzte sich die erst neunjährige Emma Ellinger gegen zehn Konkurrentinnen durch und krönte sich nach zwei starken Formen überraschend zur Landesmeisterin. Vereinskollegin Anais wurde Zweite, Cattleya verpasste das Podium nur knapp und landete auf Rang vier – ein tolles Ergebnis für den Trierer Nachwuchs.

Auch die älteren Athletinnen und Athleten zeigten Nervenstärke. Die 16-jährige Laura Kuhn reihte sich nach zwei souveränen Formendarbietungen auf den 2. Platz ein. Bei den Erwachsenen sorgte Turnierdebütantin Elena Dvyanova (42) für ein tolles Ergebnis und holte in ihrer Altersklasse Gold. Suah Hong (13 Jahre) belegte in einem starken Teilnehmerfeld von 9 Starterinnen Platz 2 und wurde Vize-Landesmeisterin.



stolze Sieger: Emma, Cattleya und Anais mit den coaches (v.l.n.r.)

In der Schwarzgurtklasse starteten die turniererfahrenen Sportler Susanne D'anterreoches (46) und Tom Lehnert (21 Jahre). D'anterreoches belegte dabei den 1. Platz, während Lehnert im Finale nur knapp hinter Landesmeister Lenny Barzen aus Kaiserslautern blieb und die Silbermedaille gewann.

Mit zwei Landesmeistertiteln und mehreren Silbermägen kehrten die Sportlerinnen und Sportler des PST Trier hochzufrieden von der Meisterschaft zurück.

## FINALS Saarland Zweikampf

Am 18.10.2025 fand in Saarbrücken im Olympia-Park die FINALS-7-Reihe der Deutschen Taekwondo Union statt.

Zu diesem Bundesranglistenturnier reisten auch einige Sportlerinnen und Sportler des PST Trier an.

Veronika Welke (17) startete nach langer Pause wieder in das Wettkampfgeschehen ein. Sie belegte mit einer starken, zweiten gewonnenen Runde den 2. Platz und feierte ein gelungenes Comeback.

Antonia Cagalj (13) konnte ihren Auftaktkampf für sich entscheiden und zog verdient in das Viertelfinale ein. Dort unterlag sie knapp ihrer Gegnerin und errang am Ende die Bronzemedaille – eine tolle Leistung für die Nachwuchs-



Hinten v.l.n.r.: Veronika Welke - Silber, Antonia Cagalj - Bronze, Emma von Wenzlawowicz - Silber.  
Vorne: Thien Pham Vam

athletin in der neuen Leistungs-kategorie LK I.

Emma von Wenzlawowicz, Studentin an der Sporthochschule Köln und Trainerin des PST Trier, konnte zwei Matches in der stark umkämpften Damenklasse –53 kg für sich entscheiden.

Im Finale unterlag die 20-Jährige leider ihrer Kontrahentin aus Gelsenkirchen. Silber für Emma und damit wertvolle Ranglistenpunkte.

Thien Pham Van, ebenfalls Trainer des PST Trier, ging in der Königs-kategorie der Herren –68 kg auf die Matte. Nach einem harten Schlagabtausch und einem knappen Punktestand von 18:16 musste sich Thien in den letzten Sekunden leider unglücklich seinem Kontrahenten geschlagen geben.

volksbank-trier-eifel.de

**Mit Wero Geld  
senden und  
empfangen  
in Echtzeit.**



**Jetzt Wero  
freischalten!**

**In unter 10 Sekunden mit der VR Banking App  
Geld von Konto zu Konto senden –  
Handynummer genügt.  
Wir machen den Weg frei.**

**Volksbank  
Trier Eifel eG**



**WERO**





## Leichtathletik – Traumergebnisse für die Athletinnen und Athleten der Altersklasse U16 in der Freiluftsaison 2025

Das Fazit der zurückliegenden Wettkampfsaison 2025 könnte nicht positiver ausfallen: Absolute deutsche Spitze findet sich in den Reihen der U16 Leichtathleten und -athletinnen des PST! Unser Mittelstreckentalent, Lilly Förster, rangiert in der Altersklasse der 14-jährigen Mädchen über die Distanzen 800, 1000 und 2000 Meter gleich dreimal auf Platz 1 der Deutschen Bestenliste, über 3000 Meter ist Lilly Zweite. Ebenfalls herausragend sind die Platzierungen unserer „Lissy“: Elisabeth Schwind ist mit 1.68 m die drittbeste Hochspringerin des Jahrgangs 2010 in Deutschland, die zweitbeste Mehrkämpferin ist sie im 4-Kampf, und auf Platz 4 steht sie in ihrer Paradedisziplin, dem 7-Kampf.

Die Ausnahmestellung dieser beiden Mädchen spiegelt sich aber nicht nur in den herausragenden Platzierungen auf Bundesebene wider, sondern vor allem auch in den diesjährigen Medaillen-Erfolgen: Rang zwei und somit Silber für Elisabeth Schwind bei den Deutschen Meisterschaften im 7-Kampf (3.857 Punkte) in Leverkusen bei den 15-jährigen und Rang vier im Hochsprung (1.61 m) bei den Deutschen Einzelmeisterschaften in Ulm, sowie Gold über die 2000



Meisterlich! Die Deutsche Vizemeisterin im Mehrkampf, Elisabeth Schwind, und die Süddeutsche Meisterin, Lilly Förster, mit Edelmetall behängen.

Meter (6:29.50) durch Lilly Förster bei den 14-jährigen und Bronze für Elisabeth im Speerwurf (37.69 m) bei den Süddeutschen Meisterschaften in Kandel waren die Highlights der Saison 2025.

Glänzen, auch ohne Edelmetall, konnten bei den Süddeutschen Meisterschaften zudem Oskar Gemke mit einem 4. Platz im Dreisprung (11.43 m) der 15-jährigen Jungen. Am Ende fehlten ihm nur wenige Zentimeter zur Qualifikation und somit der Teilnahme an den Deutschen Meisterschaften und zur Bronzemedaille. Der sehr gute 11. Platz von Benedikt Metz (10.80 m) und Lara Grünewalds tolle 100 m-Zeit (13.42 sec) im Vorlauf dieser Süddeutschen Meisterschaften runden das Ergebnis von Kandel ab.

Aber auch die übrigen Ergebnisse und Platzierungen der Saison können sich sehen lassen. Trotz einiger krankheitsbedingter Ausfälle, denen leider auch unsere 4 x 100m Staffel der Mädchen zum Opfer fiel, kehrte bereits zu Beginn der Saison unser kleines, aber starkes U16-Team gleich mit drei Landestiteln sowie zwei Vizetiteln von den Rheinland-Pfalz-Meisterschaften in Neuwied zurück nach Trier! Elisabeth Schwind verteidigte überzeugend ihren Titel vom Vorjahr im Hochsprung. Zudem errang Lissy in neuer Bestzeit von 12.33 sec. Silber über die 80m-Hürden. Ebenfalls mit Gold und Silber dekoriert wurde Lilly Förster, die das 3000m-Rennen der 14-jährigen Mädchen in der Top-Zeit von 10:03,84 für sich entschied und anschließend auch noch den Vizetitel im Hochsprung mit 1.53 m folgen ließ. Gold gab es auch für Oskar Gemke, der bei den 15-jährigen Jungen den Dreisprung für sich entschied.

Die Verbandsmeisterschaften im Mehrkampf in Konz unterstrei-

chen einmal mehr die Dominanz unserer PST-Athletinnen in dieser Disziplin. Elisabeth Schwind überzeugte im 4-Kampf und holte mit weitem Vorsprung den Verbands-titel mit der Punktzahl von 2235 Punkten; allein der starke Gegenwind stand einem neuen Verbandsrekord, der nun weiterhin bei 2249 Punkten liegt, entgegen. Die Vierkampf-Mannschaft, ergänzt durch Lilly Förster und Frida Laux, holte zudem den Titel im 4-Kampf. Im 7-Kampf gab es Mannschaftsgold für die Mädchen des PST in der Besetzung Mila Raithel, Lara Grünewald und Ida Gans vor der TG Konz. Und bei unseren männlichen U16-Stärkern haben Benedikt Metz und Oskar Gemke in Konz erfolgreich ihren ersten 9-Kampf bestritten.



Da kann es schon einmal eng werden: Silber für unsere Block-Mehrkampf-Mannschaft in der Besetzung Lara Grünewald, Ida Gans, Mila Raithel, Frida Laux und Lilly Förster.

Besonders deutlich wird die Klasse unserer PST-Mädchen und -Jungen zum Abschluss der Saison bei einem Blick auf die Bestenlisten des neu gegründeten Verbands Rheinhessen-Rheinland. Trotz noch stärkerer Konkurrenz durch die neu hinzugekommenen Vereine, insbesondere jene aus Mainz, führt Elisabeth Schwind gleich siebenmal die Bestenlisten an



(Hochsprung 1.68 m/Weitsprung 5.15 m/Speerwurf 38.03 m/ Kugel 11.64 m/ 300 Hürden 47.09 sec/ 4-Kampf und 7-Kampf); dreimal rangiert sie auf Rang 2 bei den W15. Und Lilly Förster steuert vier erste Plätze und einen zweiten bei. Erwähnenswert auch der 5. Rang von Lara Grünewald mit der tollen Zeit von 13.19 sec. über die 100 Meter. Oskar Gemke führt die Dreisprungbestenliste an, und Benedikt Metz liegt mit sehr guten 12.58 sec. über die 100 Meter auf Rang 9.

Und beim Saisonabschluss in Bernkastel – siehe Foto! – wurde wieder einmal deutlich, dass sich unsere Stärke nicht nur in Se-



Saisonabschluss in Bernkastel: Benedikt Metz, Lilly Förster, Anouk Klimperle, Elisabeth Schwind, Mila Raithel, Frida Laux, Lara Grünewald, Ida Gans und Emily Redinger.

kunden und Metern messen lässt, sondern sich vor allem bei Spaß und guter Laune zeigt! Ein Dank an die tolle Truppe und besonders

auch an die Eltern, ohne deren Einsatz dies alles nicht möglich wäre.

*Jochen Staebel*

## Leichtathletik Saison 2025

Auf eine sehr erfolgreiche Saison können auch in diesem Jahr die Leichtathletinnen und Leichtathleten des PST zurückblicken. Neben der Teilnahme an den Verbands- und Landesmeisterschaften waren Athletinnen und Athleten für alle Süddeutschen und Deutschen Meisterschaften der verschiedenen Altersklassen qualifiziert.

### Deutsche Meisterschaften (DM) Langstaffeln Hamburg sowie Langstrecke

Die DM in den Langstaffeln der Frauen und Männer (4x400m, 3x800m und 3x1000m Männer) fanden in diesem Jahr direkt zum Saisonstart in Hamburg statt. Insgesamt 5 Staffeln des PST und damit so viele wie lange nicht, hatten sich qualifiziert, sodass wir mit einer riesen Gruppe nach Hamburg reisen konnten.

Auch wenn wir leider keine Medaillen mit nach Hause bringen konnten, überzeugten die PSTler mit drei Top 8 Platzierungen.

Die 3x1000m Staffel der Männer mit Louis Decker, Philipp Nitsch und Lucas Meyer belegten einen sehr guten 7. Platz. Die 3x1000m

Staffel der MJU23 mit Matusen Kumarathas, Theo Knopp und Matthias Simon wurde 13. Sehr stark präsentierte sich ebenfalls die 4x400m Staffel der Frauen mit Rebecca Kupczik, Sandra Teller, Greta Sonnenberg und Marlene Moll, welche einen tollen 6. Platz belegte.

Ebenfalls gute Ergebnisse lieferten die Mixed-Staffeln über 4x400m. Mit der U20 Staffel – bestehend aus Florian Leitz, Hannah Stohmann, Theo Knopp und Hannah Schwind – wurde ein guter 11. Platz und bei den Erwachsenen mit Matusen Kumarathas, Sandra Teller, Lucas Meyer und Rebecca Kupczik ein ganz starker 8. Platz belegt.



Louis Decker – 5000m



Gruppenbild Hamburg





Tags zuvor fand bereits die Langstrecken DM – ebenfalls in Hamburg – statt. Louis Decker (MJU20) konnte in einem sehr taktischen Rennen lange sehr gut mithalten, seine gute Frühform unter Beweis stellen und belegte in einer Zeit von 15:21,59min einen starken 7. Platz.

### Deutsche Meisterschaften U16/U23 in Ulm

Am ersten Juliwochenende standen die Deutschen Einzelstreckenmeisterschaften der U16/U23 in Ulm an. Matusen Kumarathas (MJU23) konnte sich in seinem ersten U23 Jahr direkt über die 800m qualifizieren. Im schnellsten der drei Vorläufe hielt er lange mit, schied schlussendlich jedoch aus und belegte insgesamt den 16. Platz.



Matusen Kumarathas – 800m

Seine ersten Deutschen Meisterschaften erlebte hingegen Gabriel Rademacher (M15). In seinem erst



Gabriel Rademacher – 1500m Hindernis

zweiten Rennen über 1500m Hindernis lief er in neuer persönlicher Bestzeit starke 4:53,68min, belegte den guten 19. Platz und lief nur um 0,68sec am Rheinland-Rekord in seiner Altersklasse vorbei.

### Deutsche Meisterschaften U18/U20 Wattenscheid

Für die am zweiten Juliwochenende stattfindende U18/U20 DM hatte sich neben den Einzelstärkern Hannah Schwind (100m Hürden, Hochsprung und 200m), Theo Knopp (1500m), Louis Decker (1500m und 3000m) und Maximilian Hoppe (2000m Hindernis) auch die 4x100m Staffel der WJU20 qualifiziert. Die Staffel in der Besetzung Linda Thesen, Hannah Schwind, Greta Sonnenberg und Marlene Moll, liefen ein sehr starkes Rennen. Mit nahezu perfekten Wechsels konnten sie ihren Lauf gewinnen und liefen in einer Zeit von 48,34sec so schnell, wie noch nie eine PST Staffel gelaufen ist. Zudem liefen sie die zweitschnellste Zeit, die jemals im Bezirk Trier gelaufen wurde. Im Gesamtergebnis sprang ein sehr guter 14. Platz heraus.



Staffelfoto 4x100m WJU20 (v. l. Linda Thesen, Hannah Schwind, Greta Sonnenberg und Marlene Moll)

Noch am Freitag durfte Theo Knopp seinen Vorlauf über 1500m bestreiten. In einem richtigen „Bummelrennen“ konnte sich Theo auf seinen Spurt verlassen, gewann seinen Vorlauf und qualifizierte sich für das Finale am Samstag. In einem ebenfalls sehr taktischen Finale kam es schlussendlich darauf an, wer die schnellste Schluss-

runde laufen kann. Theo hielt sich lange in der Spitzengruppe und kämpfte bis zum Ende um eine Medaille. Um eine Sekunde verpasste er diese, schlussendlich belegte jedoch einen überragenden 5. Platz.



Theo Knopp – 1500m

Ebenso am Samstag hatte Hannah Schwind (WJU20) ihren ersten Einsatz beim Hochsprung. Hannah übersprang ohne Fehlversuch alle Höhen bis 1,68 m. 1,72 konnte Sie aber an diesem Tag leider nicht überspringen und belegte einen guten 8. Platz.



Hannah Schwind – Hochsprung

Am Sonntag standen für Hannah zuerst die 100m Hürden auf dem Programm. Als 3. ihres Vorlaufes konnte sie mit ihrer zweitschnellsten Zeit in diesem Jahr souverän für das Halbfinale qualifizieren. Im Halbfinale lief es aber nicht so rund und sie kam nach einem technischen Fehler nicht mehr richtig ins Laufen. Somit konnte sie sich leider nicht für das Finale qualifizieren und belegte insgesamt den 14. Platz. Obwohl die Beine am 3. Wettkampftag für Hannah schon sehr



schwer waren, wollte sie die 200m noch laufen. In einem sehr guten Rennen wurde sie in persönlicher Bestzeit von 25,03sec 4. ihres Laufes. Das reichte zwar nicht für das Finale, aber es sprang eine tolle Zeit und ein sehr guter 15. Platz heraus.



Hannah Schwind - 200m

Seine Premiere bei Deutschen Meisterschaften feierte Maximilian Hoppe (MJU18). Über 2000m Hindernis lief er im nach eigener Aussage „tollsten Lauf seines Lebens“ nah an seine persönliche Bestleistung heran und belegte in 6:30,66min einen guten 26. Platz.



Maximilian Hoppe – 2000m Hindernis

Louis Decker, der super stark in die Saison gestartet war und sich über 1500m und 3000m qualifiziert hatte, musste angeschlagen auf einen Start über seine Hauptstrecke – 3000m – verzichten. Trotz einer der besten Meldezeiten über 1500m schied er leider gesundheitlich angeschlagen bereits im Vorlauf aus.

### Deutsche Meisterschaften der Männer und Frauen in Dresden

Ein super Auftritt liefert Lucas Meyer über die 1500m der Männer am ersten Augustwochenende ab. Er qualifizierte sich mit der B-Norm als Nachrücker für seine ersten Deutschen Meisterschaften und suchte mutig sein Heil in der Flucht. 3 Runden lief er ganz alleine vorne weg und hatte zum Teil mehr als 30m Vorsprung auf das Feld was dazu führte, dass Lucas Meyer Sprechchöre durch das Stadion schallten. In der letzten Runde musste er seinem hohen Tempo Tribut zollen. Die Favoriten erhöhten nochmals deutlich das Tempo, sodass Lucas vom Feld ein- und überholt wurde. Schlussendlich belegte er in seinem Lauf den 13. Platz und verfehlte die Qualifikation für das Finale. Nichts desto trotz sorgte er drei Runden lang für eine Menge Fernsehpräsenz und Werbung des PST.

Wie auch im letzten Jahr hatte sich die 4x400m Staffel der WJU20 mit Hannah Stohmann, Hannah Schwind, Greta Sonnenberg und Marlene Moll für diese Meisterschaften qualifiziert. Obwohl die 4 Mädchen sich gegenüber dem letzten Jahr nochmals um 8 Sekunden steigern konnten, war es kein so gutes Rennen. Am Ende blieb ein 15. Platz mit einer neuen Bestzeit, die es im nächsten Jahr nochmals anzugreifen gilt.



Teilnehmer\*innen DM Dresden 4x400m Staffel (v. l. Hannah Stohmann, Marlene Moll, Hannah Schwind, Greta Sonnenberg) und Lucas Meyer – 1500m

Ebenfalls die B-Norm für die Deutschen Meisterschaften erreichten in diesem Jahr Rebecca Kupczik, die in neuer persönlicher Bestzeit über 400m Hürden den Sprung ins 24er Feld genauso knapp wie Sandra Teller (1500m) verpasste.

### Deutsche Meisterschaften Mehrkampf in Leverkusen

Die letzten Deutschen Meisterschaften auf der Bahn fanden am letzten Augustwochenende in Leverkusen im Mehrkampf statt. Mit Hannah Schwind, Lissy Schwind und Friederike Mattern konnten sich drei PSTlerinnen im Siebenkampf qualifiziert. Hannah, die letztjährige deutsche Vizemeisterin in der WJU18, ging erstmals in der WJU20 an den Start. Sie startete über die Hürden nicht ganz so gut wie gehofft, konnte dann aber in den folgenden Disziplinen Hochsprung, Kugelstoßen und 200m einige Punkte gutmachen und beendete den 1. Tag unerwartet auf einem ausgezeichneten 3. Platz. Am 2. Tag standen mit Weitsprung, Speerwurf und 800m Lauf noch 3 schwere Disziplinen auf dem Programm. Nach einem soliden Weitsprung und neuer Bestleistung im Speerwurf befand sich Hannah vor dem abschließenden 800m auf Platz 5. Mit dem Wissen, dass die beiden vor ihr liegenden Athletinnen nicht so gute Läuferinnen waren und mit der Aussicht auf eine weitere DM-Medaille, lief sie ein mutiges Rennen, belohnte sich mit einer neuen persönlichen Bestzeit über 800m, neuer Bestleistung im Siebenkampf sowie der überraschenden Bronzemedaille.

In der WJU18 konnte sich Friederike Mattern erstmalig für eine DM qualifizieren. Schon der Start bei der DM war ein großer Erfolg für Friederike, sodass sie ohne Druck und mit viel Spaß an den Start gehen konnte. Mit 4 Disziplinen nahe an ihren Bestleistungen und neuer PB im Speerwurf, Weitsprung und über 200m absolvierte Friederike einen tollen Wettkampf.





Sie verbesserte ihre Siebenkampfbestleistung um 100 Punkte und beendete den Siebenkampf auf einem hervorragenden 15. Platz von 34 Starterinnen.

Mit Lissy Schwind (W15) ging auch unsere jüngste Starterin im Siebenkampf an den Start. Aufgrund ihrer Qualifikationsleistung konnte man bei einem Top Wettkampf von ihr durchaus mit einer Medaille rechnen. Es sollten zwei harte und anstrengende Tage für sie werden. Mit vier Bestleistungen am 1. Tag lieferte Lissy ein Topergebnis und übernachtete auf Platz 3 mit lediglich 23 Punkten Rückstand auf Platz 2. Die 100m am 2.Tag absolvierte Lissy in einer guten Zeit, ließ aber im Hochsprung – ihrer Paradedisziplin – ein paar Punkte liegen. Mit knappem Vorsprung lag sie vor der letzten Disziplin – dem 800m Lauf – sogar auf Platz 2. Es wurde gerechnet und schnell war klar, dass Lissy Chancen auf Silber hatte, aber sie musste gegen ganz starke Konkurrenz so schnell wie noch nie laufen. Zudem durften die beiden Verfolgerinnen nicht weit vor ihr ins Ziel kommen. Taktisch entsprechend eingestellt, ging Lissy ins Rennen und hielt ihre beiden Konkurrentinnen um die Medaillen immer im Auge. In der letzten Runde verschärfte sie nochmals das Tempo und konnte so eine der beiden Verfolgerinnen abschütteln. Bronze war gesichert. Aber die andere Mitkonkurrentin verschärfte nochmals das Tempo



Hannah und Lissy Schwind - Siebenkampf

und konnte sich von Lissy absetzen. Mit knapp 2 Sekunden Rückstand kam sie ins Ziel, sodass nicht klar war, ob es für Silber gereicht hatte. Nach einer kurzen Pause kam aber schnell das Ergebnis und die Gewissheit, das Lissy 12 Punkte Vorsprung retten konnte und somit Deutsche Vizemeisterin geworden ist.



Teilnehmerinnen DM Mehrkampf – Hannah Schwind, Friederike Mattern und Lissy Schwind

### DM 10km Straße - Siegburg

Zum Abschluss der Sommersaison konnten sich unsere Nachwuchsathletinnen und Athleten mit Medaillen bei der 10km Straßen DM belohnen. Das U18-Frauenteam bestehend aus Julie Vandenbussche (40:41min), Marlen Schmitt (44:25min) und Viktoria Vieh (46:50min) gewann sensationell Gold. Damit zeigten die Drei was alles durch Fleiß, Teamgeist und vor allem Spaß am Laufsport möglich ist.



Damenteam (WJU18) – 10km Straße (v. l. Viktoria Vieh, Julie Vandenbussche, Marlen Schmitt)

Mit Silber belohnte sich das U18-Männerteam, welches in einer Gesamtzeit von 1:45:50min stark ablieferte. Theo Knopp (34:04min – 9. Platz U18), Maximilian Hoppe (35:07min) und Jonas Teusch (36:39min) konnten somit einen sehr gelungen Saisonabschluss feiern bevor es in die wohlverdiente Trainingspause ging. Louis Decker (31:54min – 9. Platz U20) und Michael Pfeil (33:54min – 5. Platz M40) zeigten ebenfalls starke Leistungen auf der anspruchsvollen Strecke in Siegburg.



Männerteam (MJU18) 10km Straße (v. l. Maximilian Hoppe, Theo Knopp, Jonas Teusch)

Neben den Ergebnissen bei Deutschen Meisterschaften aber es gab eine Vielzahl weiterer Top Leistungen im Laufe der Saison.

Eine Vielzahl an Titeln und Top Platzierungen auf Verbands- und Landesebene im Hochsprung, Dreisprung, auf der Mittel- und Langstrecke sowie bei den Sprints, den Staffeln und im Mehrkampf konnten errungen werden. In den DLV-Bestenlisten dokumentiert eine große Zahl an TOP20 Platzierungen den hohen Leistungsstand unserer Athletinnen und Athleten.

Ein Dank an alle, die uns in diesem Jahr unterstützt und geholfen haben. Es war viel Arbeit, aber es hat sich gelohnt und sehr viel Spaß gemacht.

*Autoren: Thomas Fusenig  
und Adrian Wirtz*



## Saison der Masters Athletinnen 2025

2025 war leider durch Verletzungen und Zeitproblemen mit den Wettkampfterminen der vergangenen Saison zu vergleichen. Trotzdem waren unsere Frauen zu den Deutschen Meisterschaften in Thüringischen Gotha Top Fit und konnten dort einige Titel gewinnen.

Wie schon in den letzten Jahren gewannen unsere Masters Damen den Titel über die 4x100m. Mit Nicoll Richter – Melanie Schröter – Mareike Metz und als Schlussläuferin Karin Udelhoven erreichten sie in der sehr guten Zeit von 53,90 Sekunden hier wiederholt den Titel eines Deutschen Meisters in der Klasse W40. Eine hervorragende Bilanz.



Die 4x100m Staffel (v. l. n. r) Karin Udelhoven – Mareike Metz – Melanie Schröter – Nicoll Richter

Allen voran erreichte unsere Mehrkämpferin Mareike Metz (mit der Staffel) - 3 Mal den Titel der Deutschen Meisterin. Sie siegte im Speerwurf mit der hervorragenden Weite von 39,55 m und wurde auch Siegerin im Kugelstoßen mit 12,29 m. Zum ersten Mal bei den Masters am Start im Diskuswurf schaffte sie gute 32,03 m und wurde damit noch Vierte.

Unsere Sprinterin Nicoll Richter erreichte über 100m mit 13,83 Sekunden und 200m in 28,48

Sekunden. Jeweils den undankbaren 4. Platz. Auch die von Achillessehnen Beschwerden geplagte Sprinterin Melanie Schröter kam leider mit ihrem 200m Start in 30,79 Sekunden nicht an ihre Saisonbestleistung heran.

Unsere Langsprinterinnen Annette Ritter erreichte über 200m den 4. Platz mit 29,41 Sekunden - in der Klasse W 55 und in ihrer Parade-disziplin über 400m erreichte sie 65,48 Sekunden. Und wurde mit dieser Zeit Zweiter in ihrer Klasse.



Siegerehrung Annette Ritter

Karin Udelhoven ging über den Langsprint 400m an den Start und lief dann noch die 800m.

Über 400m wurde sie mit 67,67 Sekunden in ihrer Klasse Zweiter und streifte fast den Titelgewinn. Über 800m erreichte sie dann noch 02:42,84 min und wurde hier Vierte in ihrer Klasse-eine hervorragende Bilanz.

Unsere richtige Mittelstrecklerin Judith Weber ging über die 800m und 1500m an den Start. Hier war die Konkurrenz sehr groß aber Judith Weber schaffte mit der 800m Zeit von 02:31,32 min noch den hervorragenden 3. Platz. Über 1500m erreichte sie mit der sehr guten Zeit von 05:15,29 min immerhin noch den 4. Platz und verpasste leider die Siegetreppe.



Siegerehrung Dr. Judith Weber

## Johann Bast

Inh. Rudolf Bast

Trierer Str. 90

54329 Konz

heizoel.bast@arcor.de



**Heizöl EL schwefelarm**  
**Super Heizöl Ecotherm**  
**Dieselmkraftstoff**  
**Markenschmierstoffe**





## Triathlon – Tri Post Trier – Rückblick, Highlights & Ausblick: Mai – September 2025

### Neue Gesichter im Trainerteam

Dieses Jahr wurde unser Trainerteam durch zwei neue Schwimmlehrerinnen verstärkt:

- Magdalena Camardella, aktuell in der Ausbildung zur C-Trainerin Triathlon, selbst leidenschaftliche Triathletin und in dieser Saison für unsere 2. Damenmannschaft am Start.
- Laura Spang, Studentin an der Deutsche Sporthochschule Köln, bringt mit ihrer Trainer C-Lizenz viel frischen Wind und Kompetenz ins Team.

Wir freuen uns sehr über diese Verstärkung im Jugend- und Erwachsenenbereich!

### Die Bundesliga-Saison 2025

Die Saison war für Tri Post Trier geprägt von spannenden Rennen, starken Teamleistungen und großem Einsatz.

Der Auftakt in Kraichgau verlangte dem Team alles ab: Im Staffel-Format 2x2 mussten zwei Athleten gemeinsam ins Ziel, während das zweite Paar taktisch agierte. Ein Raddefekt durchkreuzte die Strategie, sodass am Ende Platz 9 zu Buche stand – ein Tief, das jedoch Antrieb für die folgenden Rennen gab.

In Tübingen mit seiner schönen Altstadt kämpfte sich das Team in dem schnellen und harten Rennen von Platz zu Platz nach vorne und erreichte Platz 6 in der Tageswertung, was Rang 8 in der Gesamtwertung nach zwei Rennen bedeutete.



Dresden bot eine magische Kulisse für die Finals und die Deutsche Meisterschaft. Zwei Athleten fuhren in der ersten Radgruppe, beim Lauf waren sie vorne mit dabei, und schließlich holte sich Jonas Osterholt den deutschen Vize-Meistertitel im Einzel. Platz 5 in der Tageswertung und Platz 7 gesamt zeigten die Stärke des Teams und Tri Post Trier konnte sich gelungen im ZDF präsentieren.

In Allgäu am Alpsee, bei einer Atmosphäre wie bei der Tour de France, belohnte sich das Team für seinen Einsatz mit Platz 2 in der Tageswertung und einem Podiumsplatz im Einzel, sodass nach vier Rennen Rang 4 in der

Tabelle erreicht wurde – mit dem klaren Ziel, im Finale die Top 3 zu verteidigen.

Beim großen Finale in Hannover zeigte das Team eine starke Leistung: Drei Athleten belegten Plätze in den Top 20, der vierte Mann Platz 21, was Platz 3 in der Tageswertung bedeutete. Am Ende des Tages stand der vierte Platz in der Bundesliga-Gesamtwertung 2025. Eine hervorragende Saison, die vor allem den großen Teamgeist der Athleten unter Beweis stellte.

### Nachwuchs – Unsere Tri Kids geben Vollgas



### Trainingslager Weiskirchen:

Zum Saisonauftakt trainierten unsere Tri Kids im Mai in Weiskirchen bei besten Bedingungen – Schwimmbad, Jugendherberge







und tolle Lauf- & Radstrecken. Neben intensivem Training kam der Spaß natürlich nicht zu kurz.

**Tri Kids Sommercamp, 12.–15. Juli:** Vier Tage voller Action, Spaß, SUP-Board-Fahren und Trainingseinheiten im Nordbad Trier. Ein besonderer Dank geht an Thomas Bohn und sein Team sowie an unsere Coaches für die tolle Organisation.



### Wettkampfsommer – Starke Leistungen in Serie

Die Mannschaften von Tri Post Trier blicken auf eine solide Saison mit bemerkenswerten Platzierungen zurück. Die 2. Damenmannschaft erreichte in der RTV Liga einen respektablen 4. Platz in der Gesamtwertung. Auch die 1. Damenmannschaft konnte sich auf überregionaler Ebene behaupten und belegte in der Regionalliga Rang 5. Bei den Herren sicherte sich die 2. Mannschaft den 11. Platz in der Regionalliga, während die 3. Herrenmannschaft mit einem starken 3. Platz in der RTV Liga zu den Spitzenmannschaften ihrer Klasse zählte.



Unsere Tri Kids feierten in der Region beeindruckende Erfolge bei zahlreichen Wettkämpfen wie beispielsweise in Merzig, Echternach und Baumholder. Auch auf nationaler Ebene präsentierte sich der Nachwuchs stark: Von Goch bis Dresden sammelten unsere jungen Athletinnen und Athleten

Medaillen und Meistertitel. In Pirmasens überzeugten sie – neben den starken Teamleistungen unserer Damen- und Herrenmannschaften – mit zahlreichen Podestplätzen und mehreren Rheinland-Pfalz-Meistertiteln in verschiedenen Altersklassen. Auch beim Grafschafter Cross-Duathlon in Ahrweiler glänzten unsere Nachwuchssportler mit Top-Ergebnissen. Abgerundet wurde die erfolgreiche Saison mit dem Gesamtsieg von Lily Förster im DTU-Triathlon-Jugendcup 2025 nach einem Sieg in Forst und Platz zwei in Dresden.



### Internationale Events

Beim Ironman Chattanooga nutzte Andreas Bund die Chance, nach technischen Problemen in Nizza noch einmal seine Form auszuspielen. Trotz eines Sturzes auf der Laufstrecke erreichte er in 10:10 Stunden den 3. Platz in seiner Altersklasse und Rang 118 von 1343 overall – ein starkes Ergebnis bei heißen Bedingungen im Süden der USA.





## Challenge Roth

Für viele Triathletinnen und Triathleten ist der Triathlon Roth das absolute Saisonhighlight – auch für mehrere Mitglieder unserer Triathlonabteilung war das Traditionsrennen in Franken der Höhepunkt des Jahres. Bei einzigartiger Stimmung und großartigem Support durch Familie, Freunde und Fans stellten sie sich der Langdistanz.

Sara Bund lief strahlend über die Ziellinie und belegte mit einer Zeit von 10:53:15 Stunden den 2. Platz ihrer Altersklasse. Tine Hausmann feierte ein eindrucksvolles Langdistanz-Debüt in 10:24:22 Stunden und sicherte sich Rang 7. Marius Kolz überzeugte mit einem konstant starken Rennen, erreichte das Ziel nach 09:31:15 Stunden und stellte eine neue persönliche Bestzeit auf.



Niko Haase kämpfte sich trotz Schwierigkeiten tapfer ins Ziel (11:50:18 Stunden) – ein Beweis für echten Sportsgeist. Peter Joecken musste das Rennen nach der Schwimmstrecke beenden, zeigte aber mit der absolvierten Raddistanz seine Leidenschaft für den Sport. Karina Wenzel-Repey brachte in einer Staffel ihr Team mit einer starken Schwimmzeit von 1:22:32 Stunden auf Kurs.

So bleibt die Challenge Roth 2025 für unsere Abteilung ein unvergessliches Erlebnis – mit groß-

artigen Leistungen, emotionalen Momenten und einer Atmosphäre, die ihresgleichen sucht.



## Saisonabschluss

Der Swim & Run am 21. September im Nordbad Trier war trotz Regenwetter ein voller Erfolg.



Kids, Jugendliche und Erwachsene gaben beim letzten Event der Saison noch einmal alles.

Mit einer erfolgreichen RTV-Kadersichtung am 4. Oktober startet Tri Post Trier motiviert in den Herbst. Besonders erfreulich: Drei Nachwuchstalente aus der Schüleraltersklasse – Georg Janzen, Lia Krahn und Susie Vandenbussche – wurden in den Perspektivkader berufen. Zudem sind mit Lily Förster und Emie Vandenbussche zwei Jugendliche des Vereins in der Jugend B des Landeskaders vertreten.

Voller Zuversicht und Tatendrang blickt Tri Post Trier nun auf die Saison 2026 – mit dem Ziel, die positive Entwicklung fortzusetzen, Talente zu fördern und in allen Ligen starke sportliche Akzente zu setzen.







## Wandern und Fahrten – 4-Tage-Wanderfahrt nach Erzbach/Odenwald

Seit 2022 ist die jährliche 4-Tage-Wanderfahrt wieder fester Bestandteil im Jahresprogramm der Abteilung Wandern und Fahrten. Im Zeitraum 15.09. bis 18.09.25 war der wunderschöne Odenwald unser Ziel. Der Odenwald hat alles, was das Wanderherz begehrt: ungeahnte Weitblicke, tiefgrüne Täler, kristallklare Bäche und vor allem Wald, Wald, Wald. Bei heftigem Regen starteten wir am 15.09.25 mit dreizehn Teilnehmern auf die 220 km lange Fahrt. Da um 11.30 Uhr schon die erste Wanderung in Hiltersklingen im Mossautal geplant war, kam aufgrund des dauerhaften Regens ein leicht mulmiges Gefühl auf. Als wir am Startpunkt in Hiltersklingen ankamen, ging gerade ein Waldkindergarten mit drei Gruppen in Regenkleidung lächelnd und winkend an uns vorbei. Spätestens jetzt hatte keiner der Teilnehmer mehr ein Argument, die Wanderung ausfallen zu lassen. Also gingen wir bei nachlassendem Regen gut gelaunt auf die ca. 9 km lange Eingewöhnungsrunde durch den Hiltersklinger Wald. Vorbei an einer alten Köhlerhütte und einem „Trink-Haisl“ im Wald, wo man sich gegen ein kleines Entgelt selbst an den Getränken bedienen konnte.



Mit anschließendem Sightseeing in Michelstadt mit dem historischen Rathaus. Nach dem Abendessen im Hotel war Kegeln angesagt. Da wir einen Sportkegler in unseren Reihen hatten, konnten wir unter fachkundiger Anleitung die hauseigene Kegelbahn des Hotels nutzen. Getrübt wurde das Kegeln leider durch den Sturz unseres ältesten Teilnehmers „Bubi“, der an diesem Abend noch ins Krankenhaus musste. Gott sei Dank kam Bubi am nächsten Tag wieder zurück und konnte wieder mit uns nach Hause fahren.



Zwischendurch kam sogar die Sonne zum Vorschein, was über die ganzen vier Tage so bleiben sollte. Nach der Wanderung bezogen wir unser hervorragendes Hotel „Berghof“ im ländlichen und sehr idyllischen Örtchen Erzbach. Nach Kaffee und Kuchen und der Möglichkeit, das hoteleigene Schwimmbad mit Sauna zu nutzen, konnten wir abends das erste Mal die exzellente Küche des Hotels genießen. Den gelungenen Tag ließen wir danach bei ein paar Getränken gesellig und mit Vorfreude auf die nächsten Tage ausklingen.

Am Dienstag, den 16.09.25 starteten wir nach ausgiebigem Frühstück in die Ortschaft Weiten-Gesäß, von wo aus wir eine ca. 12 km lange Wanderung über Stock und Stein durchführten. Vorbeilaufende Rehe, Wildschweine (im Gehege), keine Geräusche außer unseren Schritten und Gesprächen, das ist Waldbaden, wie es sein soll. Vier Stunden mitten im Wald – mehr Odenwald und Natur war nicht möglich. Danach hatten wir uns eine Einkehr im Rathausbräu im nahegelegenen Michelstadt redlich verdient.



Am Mittwoch, den 17.09.25 starteten wir nach dem Frühstück direkt vom Hotel aus in die sehr reizvolle und ländliche Umgebung rund um Erzbach. Vorbei an Wiesen, Maisfeldern, vielen Pferdekoppeln mit Norweger-Pferden und natürlich wieder viel Wald, teilweise sehr ursprünglich. Nach sehr schönen, teilweise aber auch fordernden 11 km wartete im Hotel eine Vesper-Mahlzeit mit dem hier typischen Apfelwein auf die wackeren Wanderer. Für Mittag hatte der Organisator und Wanderführer Armin Koch eine Überraschung angekündigt. So freuten sich alle über eine gemütliche, 1,5 Stunden dauernde Traktorfahrt mit Planwagen durch Wiesen, Felder und Wälder rund um Erzbach. Natürlich waren auch Getränke an Bord, so dass die Stimmung nach anstrengender Wanderung nicht besser sein konnte.





Der Seniorchef des Hotels erzählte uns während der Stopps sehr interessante Details zur Geschichte des Hotels und der Region aus erster Hand. Alles in allem ein sehr entspannter Nachmittag bei angenehmen Wetter.



Nach dem Abendessen stieg die Spannung nochmal an. Bei zwei BINGO-Spielen wurden regionale Preise im Wert von jeweils 50,- gewonnen. Die Freude der Gewinnerinnen war groß und alle freuten sich natürlich mit den Beiden.



Am Donnerstag, den 18.09.25 wurde nach dem Frühstück die Rückreise nach Trier angetreten. Jedoch nicht, ohne einen Abstecher in die nur 50 km entfernte Universitätsstadt Heidelberg zu machen. Im Rahmen einer kurzweiligen fast zweistündigen Altstadtführung zeigte uns unser sehr lustiger und redegewandter Touristenführer die interessantesten Örtlichkeiten der historischen Altstadt. Und eins steht fest – Heidelberg ist wirklich eine Reise wert.



Nach der Stadtführung konnten wir uns noch deftig in einem Brauhaus in der Altstadt stärken, bevor wir die Rückreise nach Trier antraten. Auf der Rückfahrt wurde allen nochmal bewusst, wie schnell doch vier schöne Tage vergehen können. Gegen 17.00 Uhr kamen wir alle etwas wehmütig aber letztendlich wohlbehalten an der Toni-Chorus-Halle an. Zum Trost können wir uns auf viele weitere Wanderungen in unserer schönen Heimat freuen, die dem Odenwald in nichts nachsteht. Und die nächste 4-Tage-Wanderfahrt für 2026 ist schon in der Planung – nach Dieblich an die Untermosel.

*Armin Koch*

## Wandern ist gesund und macht Spaß

Wandern ist eine Wohltat für Körper und Geist. Auch das Gefühl, nach einer Wanderung etwas geleistet zu haben und die hiermit verbundene Zufriedenheit ist uns Wanderern sehr bekannt. Es gibt wohl keinerlei Zweifel mehr daran, dass Wandern gesund ist und bis ins hohe Alter durchgeführt werden kann. Ein altes Sprichwort lautet: „Wer rastet, der rostet.“. Das hierin nicht nur ein bisschen Wahrheit liegt, wird wohl jeder Mediziner und Physiotherapeut bestätigen. Natürlich muss man manchmal den inneren Schweinehund überwinden, aber in der Gruppe bei netten Gesprächen fällt dies viel einfacher. Wir laden alle, die mal reinschnuppern wollen, herzlich ein mit uns zu wandern. Schaut mal vorbei, wir freuen uns auf Euch. Hier noch ein paar Bilder aus den vergangenen Monaten....

*Die Wanderführer  
Gisela Sirznich, Hans Retiene,  
Frank Hessel, Armin Koch*





Gartengestaltung • Landschaftsbau

Ausführung sämtlicher  
Garten- und Landschaftsbauarbeiten

**Dronkestraße 12 • 54294 Trier**

Tel. 0651 / 88066

[www.landschaftsbau-schneider.de](http://www.landschaftsbau-schneider.de) • [info@landschaftsbau-schneider.de](mailto:info@landschaftsbau-schneider.de)





## Wanderungen PST 1. Halbjahr 2026

Stand: 15.10.2025

Wochentag	Datum	Wanderführer	Wanderung	Kontakt
Donnerstag	08.01.2026	keine Wanderung	Neujahrspause	
Sonntag	11.01.2026	Armin Koch	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	22.01.2026	Gisela Sirznich	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	25.01.2026	Armin Koch	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	05.02.2026	Gisela Sirznich	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	08.02.2026	Armin Koch	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	19.02.2026	Gisela Sirznich	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	22.02.2026	Frank Hessel	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0157/52272168
Donnerstag	05.03.2026	Gisela Sirznich	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	08.03.2026	Armin Koch	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	19.03.2026	Gisela Sirznich	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	22.03.2026	Frank Hessel	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0157/52272168
Donnerstag	02.04.2026	Gisela Sirznich	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	05.04.2026	keine Wanderung	Ostersonntag	
Donnerstag	16.04.2026	Gisela Sirznich	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	19.04.2026	Frank Hessel	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0157/52272168
Donnerstag	30.04.2026	Gisela Sirznich	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	03.05.2026	Frank Hessel	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0157/52272168
Donnerstag	14.05.2026	keine Wanderung	Christi Himmelfahrt	
Sonntag	17.05.2026	Armin Koch	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	28.05.2026	Gisela Sirznich	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	31.05.2026	Armin Koch	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	11.06.2026	Gisela Sirznich	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	14.06.2026	Frank Hessel	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0157/52272168
Donnerstag	25.06.2026	Gisela Sirznich	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	28.06.2026	Armin Koch	siehe Internet PST/ „Die Woch“	0172/6894303

Die Wanderungen werden mindestens 14 Tage vorher mit Treffpunkt, Startpunkt und Streckenlänge auf der Internetseite des PST bekannt gegeben, sowie bei Facebook und Instagram. Des Weiteren werden diese in der Vorwoche durch die Zeitung „Die Woch“ veröffentlicht. Die Wanderführer können von der o.a. Liste abweichen.



## 2. Weg – Jahresradtour "Zweiter Weg" - Gruppe Rolinger

Endlich war es wieder soweit, die alljährliche Radtour unserer Sportgruppe war angesagt.

Unser Ziel in diesem Jahr: Die Pfalz.

Früh am Freitagmorgen der letzten Ferienwoche von den Sommerferien ging es mit unserem Vereinsbus incl. Radanhänger sowie mit einem Pkw los.

Bornheim bei Landau unser Zielort. In der Pension "Zur Weinlaube" hatte unser Mitorganisator Ernst für uns die Zimmer gebucht.

Das Wetter, hervorragend. Die erste Tour zum Einrollen hatte dieses Mal Herbert ausgesucht. Eine Runde um Landau mit dem Zwischenziel Burg Landeck. Eine, wie sich herausstellte, anspruchsvolle Runde bei hohen Temperaturen brachte alle ins Schwitzen. So wurde nach dem Anstieg zur Burg die erste Rast genutzt, um den Flüssigkeitsverlust wieder auszugleichen. Nach der Rückkehr in unsere Pension eine kleine Runde Boccia, bei der Ernst nicht zu besiegen war.

Abendessen im Restaurant "Lehrer Lämpel". Für jeden Geschmack etwas dabei, und gleich die Reservierung für den nächsten Abend.

### Samstag - Vom Wein zum Rhein -

Ausgeruht und bestens gefrühstückt stand die große Runde Richtung Speyer auf dem Programm. Leider verlor sich die Gruppe auf dem Hinweg aus den Augen. Die etwas "Schnelleren" meldeten sich dann vom Speyerer Dom, wo wir dann wieder alle beisammen waren.

Kurze Mittagsrast am Speyerer Rheinhafen mit leckerem Imbiss, Eis, Kaffee und Kuchen.

Die Rückfahrt Richtung Germersheim wurde dann am Baggersee Lingenfeld von unseren "Wasserfreunden" genutzt, um ein kühles Bad zu nehmen und etwas zu chillen. Der Rest der Gruppe legte in Germersheim eine kurze Kaffeepause ein.

Nach Rückkehr in unsere Unterkunft: Revanche im Boccia, aber auch dieses Mal war Ernst nicht zu schlagen.

Geduscht und erholt machten wir uns wieder auf zum "Lehrer Lämpel". Auch an diesem Abend bei schönem Wetter wurden wir von der Küche des Hauses verwöhnt und konnten so den Samstagabend gemütlich ausklingen lassen.

### Sonntag

Auch heute wieder beste Wetterbedingungen. Eine kleine Runde zum Ausklang, ausgesucht von Sportfreund Dieter, fiel doch etwas anstrengender aus, als erwartet. Kleiner Lohn für die Mühe, eine kurze Einkehr im Weingut Anselmann in Edesheim bei einer kühlen Weinschorle, gefüllt nach Pälzer Art.

Überrascht hat uns dann noch Martin, der am Sonntagmorgen mit einer großen Tüte Teilchen und Brezeln auftauchte. Ende der Radrunde in Bornheim. Räder verladen, Gepäck verstauen und verabschieden von unseren sehr netten Gastgebern.

Die Rückfahrt Richtung Trier wurde dann noch im "Forsthaus Beckenhof" bei Pirmasens für einen abschließenden Imbiss und gekühltem Getränk im großen Biergarten unterbrochen. Souverän wie immer brachte uns unser Fahrer Reza wieder alle gesund zurück.

Danke an Ernst, Hermann und alle Mithelfer und "Mitdenker".

Ein besonderer Dank an unseren PST für die Bereitstellung von Bus und Anhänger, ohne die unsere Ausflüge so nicht möglich wären.

Auf eine neue Auflage 2026!



H. R. Cadenbach



## Agility – Ein Sommer voller Events in der Agility Abteilung

Jubel, Trubel, Heiterkeit. Viel Arbeit, viele gelassene Nerven, ein bisschen zu viel an Regen, aber trotz allem: Gute Laune bei Mensch und Tier. Das war der Sommer 2025 für unsere Abteilung.

Gestartet hat die Turniersaison für unsere Mitglieder\*innen vor allem mit Arbeit. Zum ersten Mal sollte ein Rally Obedience Turnier veranstaltet werden und direkt eine Woche später, nach vielen Jahren Pause, auch nochmal ein Agility Turnier. Da hieß es vor allem: Organisieren! Es wurde gemäht, geräumt, geputzt; es wurden Sponsoren gesucht und sich mit Computerprogrammen auseinandergesetzt; es wurden Richtergeschenke und Rosetten bestellt und nebenher wurden selbstverständlich die Hunde trainiert und fit für die Wettbewerbe gemacht. Schließlich will man den Heimvorteil so gut wie möglich nutzen.



An beiden Wochenenden hat sogar Petrus gezeigt, dass er ein Herz für Hunde hat und uns mit bestem Turnierwetter versorgt, so dass wir schlussendlich sagen können: Beide Veranstaltungen haben sehr viel Spaß gemacht und die Mühen haben sich gelohnt.

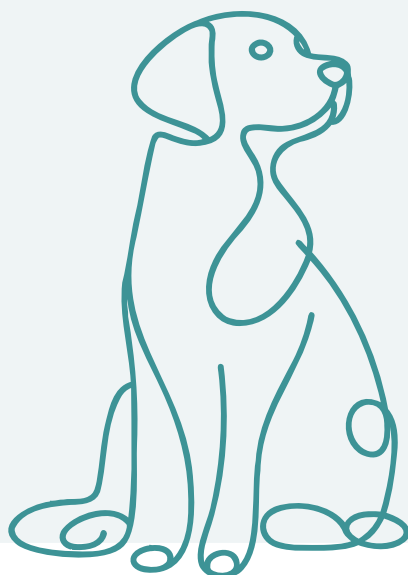
Unmittelbar nach den Turnieren kamen auch schon erste Rückmeldungen, ob wir in der Form auch im nächsten Jahr wieder etwas auf die Beine stellen wollen und ja, das wollen und werden wir. Und genau, wie wir es uns erhofft haben, konnten sich auch die Leistungen unserer abteilungsinternen Starter\*innen sehen lassen, so dass der ein oder andere Platz auf dem Treppchen innerhalb unserer Hundesportfamilie blieb. Wenn es so rund läuft, dann sind Motivation und Vorfreude natürlich auch gleich um einiges erhöht, so dass wir schon jetzt auf ein turnierreiches Jahr 2026 blicken.

Ein weiteres Highlight und zugleich Abschluss unserer Outdoor-Saison war die Hunderallye. Zum zweiten Mal wurde sie in diesem Jahr durchgeführt und obwohl Petrus im September anscheinend Urlaub hatte und sie im strömenden Regen stattfinden musste, sind wir mit dem Tag sehr zufrieden. Aller wetterbedingten Widrigkeiten zum Trotz haben sich 20 Mensch-Hund-Teams angemeldet und sich durch die verschiedenen Geschicklichkeitsstationen gearbeitet. Es wurde viel gelacht, sich im Vereinsheim bei leckerem Essen und Kaffee aufgewärmt und auch hier waren sich alle einig: Das war super, aber beim nächsten Mal hoffen

wir auf trockenes Wetter. Diese Veranstaltung ist von nun an ein fester Bestandteil unseres Abteilungskalenders und wird auch 2026 wieder am 3. Sonntag im September stattfinden und Mensch und Hund beschäftigen und erfreuen. Besonderen Anklang fand unsere Tombola, die gut bestückt mit tollen Preisen regionaler Unternehmen großen Zuspruch fand. An dieser Stelle noch ein herzliches Dankeschön an alle, die uns mit Sachspenden und Gutscheinen so toll unterstützt haben!



Neben der Planung und Durchführung unserer Veranstaltungen soll nicht unerwähnt bleiben, dass sich auch auf dem Vereinsgelände einiges getan hat und für die Zukunft geplant ist. Nicht nur haben wir die ehemalige Tenniswand verschönern lassen, sondern es wartet auch, im wahrsten Sinne des Wortes, ein ganzer Berg Erde darauf, verarbeitet zu werden, damit wir im nächsten Jahr erneut damit durchstarten können, schon die jüngsten Vierbeiner aufs Leben als Familien- und Sporthunde vorzubereiten. Sobald Erde verteilt, Rasen gewachsen und Geräte für den Geschicklichkeitsparcours gebaut wurden, freut sich unser Welpenplatz darauf, mit Leben gefüllt zu werden.





Wir freuen uns schon sehr darauf, die Abteilung dann wieder um ein oft angefragtes Angebot erweitern zu können.

Wie man sieht, ist und war bei den Agility Freunden einiges los!



## Reiten

Auf eine erfolgreiche Turniersaison 2025 im Bereich der L Springen, in denen es neben Zeit und Stilwertung, über Hindernisse der Höhe 1,20- 1,35 m geht, kann Louisa Kinn mit ihrem Wallach Numero de carazon blicken. Ge krönt wurde die Leistung mit dem Sieg des Basena Cup 2025. Herzlichen Glückwunsch 🎉



*Schüler-Förder-Zentrum  
Trier*

Gerty-Spies-Str. 8  
54290 Trier  
info@sfz-trier.de  
www.sfz-trier.de

## Private Nachhilfe- und Förderschule

- Regelmäßiges & schulbegleitendes Lernen
- Alle Fächer, alle Schularten, alle Stufen, Ferienkurse
- Individuelles Förderkonzept
- Abiturvorbereitung
- Klausurvorbereitung (Uni/FH)
- Qualifizierte und erfahrene Lehrkräfte





## Segelabteilung – Saison Segelabteilung 2025 vom Wetter verwöhnt

Mit der Mairegatta, einer von vier in diesem Jahr, starteten wir in die Vereinsmeisterschaft 2025. Im Juni gab es den Segelmarathon, im August die Schlosspokalregatta und im September unsere Herbstregatta.

Am 29. Juni war der diesjährige Prüfungstag für unsere Sportboot Führerschein. 19 Schüler waren zur Prüfung gemeldet und alle haben bestanden. Herzlichen Glückwunsch! Mit der „Lizenz zum Üben“ in der Tasche freuen wir uns darauf alle im Jahr 2026 wieder im Yachthafen Monaise begrüßen zu dürfen.

Ganz besonders stolz macht uns der grandiose Start in das Kinder- und Jugendtraining. Nach einigen Jahren Pause konnten wir eine Opti-Kindergruppe (8 Kinder) und eine Jugendgruppe (10 junge Menschen) auf Piraten für ein wöchentliches Segeltraining gewinnen. Für die Jugendarbeit haben unsere Trainerin Johanna Klusch, zusammen mit Bernhard Heimbach, unserem Jugendwart, einen riesen Start in die Kinder- und Jugendarbeit hingelegt. An dieser Stelle „Hut ab“ vor so viel Engagement und vielen Dank an die beiden. In der ersten Woche in den Sommerferien konnten 6 Kinder das Segeln eines Optimisten (Jüngsten-Boot für Kinder) erlernen. Wie schon in den vergangenen 2 Jahren waren die Kinder zum Zelten und Segeln lernen 4 Tage durchgehend im Hafen.



Mitte Juli ging es für 12 Personen aus der Segelabteilung nach Zeeland an die Oosterschelde. Von einem Ausflugsboot, den wir chartern konnten, erlebten wir die Wettfahrten der Yngling-WM '25 hautnah mit. Welch eine Inspiration!



Neben den Regatten gab es das Training „Rund6“. Jeden Mittwoch maßen sich diverse Boote in einer kleinen Wettfahrt. Beim anschließenden Grillen wurde gefachsimpelt, beraten und die Segelstrategie reflektiert.



Über die Saison verteilt gab es zusätzlich Spezialtrainings zum richtigen Bedienen der Sportboot-schleuse, ein Kentertraining und ein Training zum Segeln mit Spinnaker.

In der ersten Septemberwoche fuhren 26 Mitglieder der Segelabteilung ans IJsselmeer, zu einem „Flotillentörn“ auf gecharterten Schiffen.

Am 27. September war das offizielle Ende der Saison. Beim sogenannten Absegeln/Abfahren und nach einer kleinen Ansprache wurden die Flaggen geborgen und die

Saison '25 bei Kaffee und Kuchen gefeiert und abgeschlossen. Seit dem 11. Oktober ist die Vereinsflotte winterfest verstaut.

Die Segelabteilung blickt auf eine erfolgreiche Saison mit vielen schönen Events zu-rück und wir freuen uns schon auf die Saison '26.

...na? Plötzlich Lust und Interesse am Segeln bekommen? Die Segelabteilung bietet qualifizierte Schulungen zum Erlangen diverser Sportbootführerscheine an. Es ist immer möglich auch mal zum Schnuppersegeln zu kommen.



Bei Fragen wendet Euch gerne an:  
[vorsitz@pst-segeln-trier.de](mailto:vorsitz@pst-segeln-trier.de)

Der schnelle Weg zur [Homepage](#)



Der schnelle Weg zum [Newsletter](#)



*Barbara Ritz, komm.  
Abteilungsleiterin und Sportleiterin*

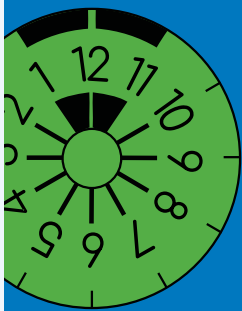
## Weber & Volkmer

KFZ-Prüfstellen GmbH



## Plakette fällig?

Schnell und ohne Termin  
für Ihre Sicherheit.



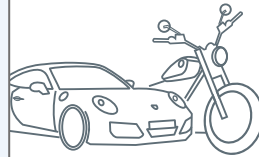
Trier  
Kürenzer Str. 10  
0651 1704002

Hermeskeil  
Römerstraße 5  
06503 980962

## WEBER

KFZ-Sachverständigenbüro

60 Jahre Expertise  
als unabhängiger Gutachter



Schadensgutachten  
Fahrzeugbewertung  
Technische Gutachten  
Reparaturprüfung  
Unfallrekonstruktion

Kürenzer Str. 10  
54292 Trier

0651 23 0 31

[www.sv-michaelweber.de](http://www.sv-michaelweber.de)

## Die Segelabteilung des PST Trier e.V. unter Olympioniken und Weltmeistern

Ehemalige Olympiateilnehmer, Weltmeister, Gewinner nationaler Meisterschaften und weitere begabte Segler\*innen treffen sich jedes Jahr im Rahmen des 470 Open European Trophy & Master's Cup, um auch außerhalb des aktiven Leistungssports gegeneinander zu segeln. Entsprechend hoch ist das Leistungsniveau bei dieser Veranstaltung. Das forderte uns (Thomas Schumann und Kevin Mertes) heraus die Segelabteilung des PST Trier e.V. zu vertreten. Nach Italien und Frankreich, war der Austragungsort in diesem Jahr der Plauer See in Mecklenburg-Vorpommern. Nach einer mehrstündigen Anreise am Freitag bis in die Nacht hatten wir zwei Tage Zeit das Boot vorzubereiten, um alle relevanten Einstellungen am Rigg nochmals durchzumessen und das Revier kennenzulernen.

Sogar für einen Ausflug in den Ort Plau am See hat es gereicht. Schöner alter Ort, mit viel Kopfsteinpflaster und Backsteingebäuden. Die nähere Umgebung wirkt wie eine Urlaubsregion, in der man es einige Tage aushalten kann. Der Wasserweg in die Elbe oder

die Müritz ist ebenfalls möglich, erfordert aufgrund einiger Schleusen jedoch Geduld. Das Wetter war abwechslungsreich. Von „oben ohne“ bis zu „ich trage meinen gesamten Kleidervorrat“ war alles dabei. Auch innerhalb von einem Tag. Mehrmals.







Aber zurück zum Segelsport. Ein polnisches Team war sogar eine Woche zuvor angereist und hatte sich schon akklimatisiert. Spätestens am Montag mussten dann alle Boote vor Ort sein, um sich der Vermessung zu stellen. Hier wurden das Gewicht von Rumpf und Mast sowie die wichtigsten Maße und Marken der Segel kontrolliert. Die erste Wettfahrt startete dann am Dienstag um 12:00. Bei ordentlich Wind, kam auch auf dem Plauer See eine Welle zustande, die als solche bezeichnet und genutzt werden konnte. Die letzte der insgesamt elf Wettfahrten wurde am Samstagabend beendet. Dazwischen war der Wind tendenziell abnehmend von 6-7 bft am Anfang auf 3-4 bft am Ende. Dabei durchaus auch bockig und drehend.



Der 470er, der noch immer bei den olympischen Spielen gesegelt wird, fordert nicht erst auf dem Wasser heraus. Der Sport beginnt schon an Land, wenn es darum geht das Boot auf die zu erwartenden Windverhältnisse vorzubereiten. Je nach Segelprofil benötigt der Mast eine individuelle Biegekurve. Diese gilt es mithilfe von Mastposition, Salingwinkel sowie Position und Vorspannung der Wanten einzustellen. Wenn das geschafft ist, müssen auf dem Wasser „nur eben“ die Segel passend getrimmt werden. Dank

der Trimmeinrichtungen eines Regattaboats muss die Crew hierzu lediglich noch das notwendige Verständnis und Erfahrung mitbringen. Der beste Trimm nützt jedoch nichts, wenn der Wind nicht mitspielt. Binnenreviere haben weniger hohe Wellen als Seereviere, sind jedoch oftmals durch das Gelände rundum stark beeinflusst. Den Moselsegler\*innen erzähle ich hier nichts Neues. Nutzen wir die rechte oder linke Seite der Bahn? Wann wenden wir? In welche Richtung dreht die Böe, die auf uns zukommt? Werden wir abgedeckt? Müssen wir jemandem ausweichen? Wie viele Runden haben wir noch? Die Regattasegler\*innen unter euch werden sich diese Fragen sicherlich schon gestellt haben. Ganz abgesehen vom Start. Mit 30 Booten an der Startlinie möchte man auf keinen Fall im Pulk verhungern. Aber seine Lücke zu finden ist oftmals nicht einfach, wenn kurz vor dem Startsignal das Feld den Plan nochmals umwirft und nun doch am Pin-End starten möchte.

Letztlich ist schnelles Segeln das Ergebnis von Fehlervermeidung beim Trimm, dem Lesen des Windes sowie dem perfekten Zusammenspiel der Crew an Bord. All das erreicht man durch intensives, jahrelanges Training im Team.



Für uns war diese Veranstaltung die fünfte Regatta überhaupt zusammen. Daher ist die Tatsache, dass wir in diesem hochkarätigen Teilnehmerfeld 27-tes von 30 Booten abgeschlossen haben und beim Zieldurchgang mit dem Feld mithalten konnten, ein Erfolg.

Der Master's Cup als solches ist mit zwei bis drei Wettfahrten am Tag sehr angenehm und kein Vergleich zu Ranglistenregatten am Wochenende mit bis zu fünf Wettfahrten an zwei Tagen inklusive An- und Abreise. Falls ihr die Möglichkeit habt an einer vergleichbaren Veranstaltung teilzunehmen, solltet ihr diese Chance nutzen.

*Beste Grüße  
Kevin Mertes*





# Laden wie Zuhause.

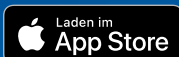
JETZT BIS ZU  
**80%**  
BEIM LADEN  
SPAREN!\*\*

Einfach sparen: Zum Hausstromtarif an allen öffentlichen Ladestationen der SWT.\*



- ✓ 100 % Ökostrom aus der Region
- ✓ Über 50 x im Stadtgebiet
- ✓ Auch an allen Schnellladestationen
- ✓ Jetzt bequem laden!

Jetzt über die  
**PORTAZON**  
App registrieren:



\* Exklusiv für SWT-Stromkunden.  
\*\* Im Vergleich zu Ladetarifen ausgewählter Mitbewerber.



[www.ladenwiezuhaus.de](http://www.ladenwiezuhaus.de)



# RAABDRUCK

**WIR BRINGEN IHRE IDEE AUF'S PAPIER.**



**IDEE & REALISATION**



**DRUCK**



**WEITERVERARBEITUNG**



**LOGISTIK & VERSAND**

## OFFSETDRUCK & DIGITALDRUCK

Beratung · Layout · Datenhandling · PDF-Workflow · Bildbearbeitung

Bücher · Broschüren · Flyer · Prospekte · Imagefolder · Mappen  
Formulardruck · Endlossätze · Geschäftsdrucksachen · Newsletter  
Kalender · Display · Mailing · Lettershop · Plakate · Programme  
Zeitschriften · SK-Etiketten · Aufkleber · Versandtaschen · Kuverts



Niederkircher Straße 2  
D-54294 Trier

Telefon +49 651 8 30 99

[info@raabdruck.de](mailto:info@raabdruck.de)  
[www.raabdruck.de](http://www.raabdruck.de)





**Sprachschule  
NEUKIRCH**



## Interkulturelles Sprachtraining Lernen. Sprechen. Verstehen

- Einzel- und Kleingruppenunterricht in 16 Fremdsprachen
- vom Anfänger- bis zum Muttersprachniveau (A1-C2)
- Gezielte Vorbereitung auf Ihr Studium, Auslandsaufenthalt oder den Beruf
- Abschluss mit Sprachzertifikat wie TELC, TOEIC, und TestDaF

**Jetzt anmelden  
und Kostenrückerstattung von 60 %  
über den Qualischeck sichern**

Südallee 37 e | 54290 Trier  
Tel. +49 (0) 651 460 49 84  
[www.sprachschule-neukirch.de](http://www.sprachschule-neukirch.de)



**Lernstudio  
ARCHIMEDES**



## Nachhilfe für Azubis

**Unterstützung & Qualifikation.  
Beste Zutaten für Freude am Beruf.**

Wir bieten individuelle Kurse zu folgenden Themen:

- Einführung in Word, Excel, PowerPoint
  - Arbeiten mit Suchmaschinen
  - Multimedia & Bildbearbeitung
  - Maschinenschreiben (10 Finger)
- Kaufmännisches Rechnen, Grundlagen Buchführung
  - Fremdsprachen
  - Prüfungsvorbereitung

Auf Anfrage: Erstellung eines individuellen  
Unterstützungsangebotes

Südallee 37 e | 54290 Trier  
Tel. +49 (0) 651 460 49 84  
[www.sprachschule-neukirch.de](http://www.sprachschule-neukirch.de)



# NATUS

INDUSTRIAL SOLUTION SYSTEMS

## TEAMPLAYER

Starte jetzt deine Ausbildung bei NATUS



## PRECISION IN DETAIL

AUSBILDUNG BEI NATUS

### WIR BILDEN AUS (m/w/d)

- » Industrieelektriker
- » Elektroniker für Betriebstechnik
- » Maschinen- und Anlagenführer
- » Konstruktionsmechaniker
- » Technischer Produktdesigner
- » Technischer Systemplaner
- » Fachinformatiker
- » Industriekaufmann
- » Fachkraft für Lagerlogistik

NATUS GmbH & Co. KG · Loebstraße 12 · 54292 Trier  
E-Mail: [ausbildung@natus.de](mailto:ausbildung@natus.de) · [www.natus.de](http://www.natus.de)



Instagram



Facebook