Markt Regenstauf

55. JAHRGANG | AUFLAGE 9.100 | Oktober 2026 | NR. 10

Mitteilungsblatt

Markt Regenstauf



VOLKSTRAUERTAGE 2026

8. November ..... Regenstauf
14. November ..... Ramspau
15. November ..... Steinsberg



Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Ihre Immobilie. Unser Know How. Ihr erfolgreicher Verkauf.

Als Immobilienmakler begleiten wir Sie beim Kauf, Verkauf & Vermietung!

Zu unseren aktuellen Objekten

Ihr *zuverlässiger* **Immobilienpartner!**

Raiffeisenbank Regenstauf eG

Postanschrift:	93128 Regenstauf, Bahnhofstraße 15 93128 Regenstauf, Postfach 130 Telefon 09402 5090 Telefax 09402 50950
Homepage:	www.regenstauf.de
E-Mail:	markt@regenstauf.de

Sprechstunden des Bürgermeisters

Nur mit Voranmeldung

Öffnungszeiten

Montag	08.00 – 12.00 Uhr
Dienstag	08.00 – 12.00 Uhr 14.00 – 16.00 Uhr
Mittwoch	08.00 – 12.00 Uhr
Donnerstag	13.30 – 17.30 Uhr
Freitag	08.00 – 12.00 Uhr

Öffnungszeiten Wertstoffhof

TELEFON 0151 29186904 · Werner-von-Siemens-Str. 10

Dienstag	08.00 – 12.00 Uhr 14.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag	08.00 – 12.00 Uhr 16.00 – 19.00 Uhr
Samstag	08.00 – 13.00 Uhr

Öffnungszeiten Kompostplatz

R 21 Richtung Eitlbrunn

Mittwoch	14.00 – 17.00 Uhr (Winterzeit) 14.00 – 18.00 Uhr (Sommerzeit)
Freitag	15.00 – 17.00 Uhr (Winterzeit) 15.00 – 18.00 Uhr (Sommerzeit)
Samstag	08.00 – 13.00 Uhr

Wichtige Telefonnummern

Störungsdienst REWAG - Gas	Telefon (0941) 601-3444
Störungsdienst Bayernwerk AG - Erdgas	Telefon (0941) 2800-3355
Störungsdienst Bayernwerk AG - Strom	Telefon (0941) 2800-3366
Störungsdienst Wasser (Gemeinde)	Telefon (09402) 933519 oder (09402) 5090
außerhalb der Dienststunden	Telefon (0170) 8550781
Störungsdienst Abwasserzweckverband	Telefon (09402) 784674

Notrufnummern

Notruf / Überfall / Verkehrsunfall	Telefon 110
Feuerwehr	Telefon 112
Notarzt, Rettungsdienst	Telefon 112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	Telefon 116117
Giftnotruf München	Telefon (089) 19240
Giftnotruf Nürnberg	Telefon (0911) 3982451

Marktbücherei

TELEFON (09402) 9379012 · Regensburger Str. 4

Montag	14.00 – 18.00 Uhr
Dienstag	10.00 – 13.00 Uhr 16.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch	15.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag	15.00 – 18.00 Uhr
Freitag	15.00 – 18.00 Uhr

Sitzungsplan

Sitzung des Marktgemeinderats:
Dienstag, 10. November 2026 um 18.00 Uhr

Sitzung des Bau-, Umwelt und Verkehrsausschusses:
Dienstag, 24. November 2026 um 18.00 Uhr



Inhaltsangabe

Berichte aus den Sitzungen..... S. 6
Mitteilungen aus dem Rathaus ..... S. 6
Feste, Kurse und Veranstaltungen..... S. 16
Beratungen und Sprechtage ..... S. 22
Informationen anderer Stellen..... S. 28
Interessantes aus Regenstauf..... S. 28
Jugendseite..... S. 34
Mehrgenerationenhaus..... S. 35
Seniorenprogramm ..... S. 37
Veranstaltungskalender..... S. 39
Aus Schulen und KiTas ..... S. 40
Kirchliche Nachrichten ..... S. 48
Vereinsnachrichten..... S. 52

Impressum

Herausgeber:
Markt Regenstauf · Bahnhofstraße 15 · 93128 Regenstauf
V. i. S. d. P. :
Josef Schindler, 1. Bürgermeister
Anzeigen und Druck:
Hofmann Druck & Verlag
Werner-von-Siemens-Str. 1 · 93128 Regenstauf
Telefon: 09402/9 48 22-0 · Telefax: 09402/9 48 22 22
Vertrieb:
Markt Regenstauf
Erscheinungsweise:
monatlich
Bildnachweis Titelblatt
Birgit Gaßner / Fotoclub Regenstauf
Bildnachweis Hintergründe
pixabay.com, freevector.com, adobestock.com

Redaktionsschluss: 4. November 2026
Im Dezember: 1. Dezember 2026
Vereinsnachrichten und Informationen an:
oeffentlichkeitsarbeit@regenstauf.de

Anzeigenschluss: 4. November 2026
Im Dezember: 1. Dezember 2026
Anzeigen an: anzeige.rs@beeindrucken.com

Nachruf

Der MARKT REGENSTAUF
trauert um

Herrn Bruno Schleinkofer

Am 14. Oktober 2026 ist Bruno Schleinkofer im Alter von 68 Jahren verstorben.

Er gehörte dem Marktgemeinderat vom 1. Mai 1990 bis zum 30. April 2026 an. Davon war er 24 Jahre Sprecher der CSU-Fraktion. Wichtig war ihm die Finanzpolitik. Mit großem Engagement begleitete er im Marktgemeinderat und in den Ausschüssen die Aufstellung der Haushaltspläne. Zwölf Jahre leitete er den Rechnungsprüfungsausschuss.
In den Jahren 2020 bis 2026 hat er das Amt des 2. Bürgermeisters ausgeübt und war Vorsitzender des Klimabeirates.

Im Kreistag des Landkreises Regensburg vertrat er die Interessen der Bürgerinnen und Bürger vom 1. Mai 1996 bis zum 30. April 2020. In der Wahlzeit von 2002 bis 2008 bestellte ihn der Kreistag zum weiteren Stellvertreter des Landrats.

Mit Herrn Schleinkofer verliert der Markt Regenstauf eine außergewöhnliche Persönlichkeit.

Der Markt Regenstauf wird Herrn Bruno Schleinkofer in dankbarer Erinnerung behalten und ihm stets ein ehrendes Gedenken bewahren.

Unser Mitgefühl gilt seinen Angehörigen und allen, die um ihn trauern.

Markt Regenstauf
Josef Schindler
1. Bürgermeister

Der Marktgemeinderat

Der Personalrat
Barbara Maier
Vorsitzende

Nachruf

Der MARKT REGENSTAUF
trauert um

Herrn Adolf Brandl

Der Verstorbene war von 1972 bis 1978 Mitglied des Gemeinderates der ehemaligen Gemeinde Hirschling. Außerdem war er als Feldgeschworener tätig.

Herr Brandl war ein engagiertes Mitglied in zahlreichen Vereinen des Ortes Hirschling.

Wir werden ihm stets ein ehrendes Gedenken bewahren. Den Angehörigen gilt unsere aufrichtige Anteilnahme

Markt Regenstauf
Josef Schindler
1. Bürgermeister

Der Marktgemeinderat

Markt Regenstauf

Der Markt Regenstauf stellt
zum 1. September 2027 jeweils

einen Auszubildenden (m/w/d) zum Verwaltungsfachangestellten

in der Fachrichtung Kommunalverwaltung

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

einen Beamtenanwärter (m/w/d) der 2. Qualifikationsebene

der Fachlaufbahn Verwaltung und Finanzen
(Beamtenverhältnis auf Widerruf) ein.

Ausbildungsdauer: 2 Jahre

Zielsetzung / Berufsinhalte:

- Vermittlung von rechtlichen Grundlagen für den kommunalen Verwaltungsdienst
- Einweisung in Organisation, Verwaltungs- und Informationstechniken sowie Schriftverkehr
- Einweisung in spezielle Rechtsgebiete (z. B. kommunale Finanzwirtschaft, Personalwesen, Ausweis- und Passrecht, …)

Wir erwarten:

- Realschulabschluss zum Einstellungsdatum
- gute Leistungen in Deutsch und Mathematik
- gutes Ausdrucksvermögen
- gute Rechtsschreibung und Satzbau
- Interesse an der Arbeit mit Rechtsvorschriften
- Verantwortungsbewusstsein
- Kontaktfreudigkeit, Teamfähigkeit und Zuverlässigkeit
- und ein freundliches aufgeschlossenes Wesen

zusätzlich für die Einstellung als Beamtenanwärter (m/w/d):

- Zeugnis des Landespersonalausschusses über die erfolgreiche Teilnahme am Auswahltest aus dem Jahr 2025 oder aus den drei vorhergehenden Einstellungsjahren
- Besitz der deutschen Staatsangehörigkeit oder die Staatsangehörigkeit eines anderen Mitgliedsstaats der Europäischen Union oder von Island, Liechtenstein, Norwegen, des Vereinigten Königreichs oder Schweiz

Ansprechpartner für weitere Informationen:

Herr Andreas Liegl,
E-Mail: andreas.liegl@regenstauf.de, Telefon 09402 509-30

Herr Andreas Wolf,
E-Mail: andreas.wolf@regenstauf.de, Telefon 09402 509-71

Interessiert? Dann freuen wir uns über Ihre Bewerbung!

Schriftliche Bewerbungen können an den

**Markt Regenstauf, Personalamt,
Bahnhofstr. 15, 93128 Regenstauf**

gesandt werden.

Alternativ können Sie unser Online-Bewerbungsportal unter

https://www.regenstauf.de/buergerservice-und-politik/jobs-und-karriere/stellenangebote

nutzen.

Bewerbungsschluss ist der **9. November 2026**

Volkstrauertage im Markt Regenstauf 2026

Der Markt Regenstauf (Veranstalter) und die katholischen Pfarrgemeinden informieren: Zum 1. September 2025 entstand die Pfarreiengemeinschaft „Maria Magdalena – im unteren Regental“. Es wurden die Pfarreien der beiden Gemeinden Regenstauf und Zeitlarn zu einer Pfarreiengemeinschaft (der größten im Bistum Regensburg) zusammengelegt.

Dadurch ist es nicht mehr möglich, die Volkstrauertage wie bisher abzuhalten.

Für 2026 sind die Volkstrauertage wie folgt festgesetzt:

Regenstauf: Sonntag, 8. November um 10.00 Uhr Gedenkfeier; vorher Treffen beim Rathaus für Gedenkmarsch zur Sebastianskapelle; nach Gedenkfeier um 10.30 Uhr Gottesdienst in St. Jakobus

Ramspau: Samstag, 14. November um 18.00 Uhr Vorabendgottesdienst mit anschließender Gedenkfeier

Steinsberg: Sonntag, 15. November um 8.30 Uhr Gottesdienst mit anschließender Gedenkfeier

In 2027 finden die Volkstrauertage wieder in Diesenbach, Kirchberg und Eitlbrunn statt.

Alle Bürgerinnen und Bürger sowie die ortsansässigen Vereine sind aufgerufen, zahlreich an den Volkstrauertagen teilzunehmen und so der Opfer von Krieg und Gewalt zu gedenken.

Den genauen Ablauf der Volkstrauertage können Sie bei der jeweiligen Krieger- und Soldaten-/Reservistenkameradschaft erfragen.

Bekanntmachung
Aufgrund Artikel 18 der Gemeindeordnung (GO) finden im Jahr 2026 zu den folgenden Terminen Bürgerversammlungen statt:

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Ortsteil	Versammlungsraum
Montag	09.11.	19.30 Uhr	Heilinghausen	Landgasthof
Montag	16.11.	19.30 Uhr	Steinsberg	Waldschänke

Tagesordnung:

1. Bericht des 1. Bürgermeisters Schindler
2. Aussprache / Anträge / Anfragen

Das Wort können grundsätzlich nur Gemeindeangehörige erhalten (Art. 18 Abs. 3 Satz 1 GO). Ausnahmen kann die Versammlung beschließen. Empfehlungen der Bürgerversammlung sind innerhalb einer Frist von drei Monaten durch den Gemeinderat zu behandeln (Art. 18 Abs. 4 Satz 1 GO).

Die Bürgerversammlungen bieten allen Bürgerinnen und Bürgern des Marktes die Möglichkeit der Mitberatung und Erörterung gemeindlicher Angelegenheiten. Teilnehmer können die Entwicklung des Ortes mitgestalten.

Ich lade Sie hierzu herzlich ein und freue mich auf Ihren Besuch.

Regenstauf, den 31.07.2026

Schindler
1. Bürgermeister

Berichte aus den Sitzungen

Auszug aus der Niederschrift über die Sitzung des Bau-, Umwelt- und Verkehrsausschusses vom 25. August 2026

Den Vorsitz führte 1. Bürgermeister Schindler.

ÖFFENTLICHER TEIL:

Anfragen

1. Marktgemeinderatsmitglied Bleier erkundigte sich, ob es sich bei dem Feldweg im Bereich des Epfenthauer Weges um einen öffentlich-gewidmeten Feld- und Waldweg handelt. Das Straßenverkehrsamt wird um Beantwortung der Frage gebeten.

2. Marktgemeinderatsmitglied Bleier berichtete von der Freiflächenanlage in Ferneichlberg.

   Anliegende Nachbargrundstücke werden aufgrund herablaufenden Wassers aus der Anlage belastet. Herr Bleier verwies dabei auf die Vorschrift Nr. 5.2 des dort gültigen Bebauungsplanes und erklärte, dass aus seiner Sicht ein Nachteil für tieferliegende Grundstücke vorliegt.

   Vorsitzender, 1. Bürgermeister Schindler erklärte, dass für die Einhaltung der Bebauungsplanvorschriften der Bauherr selbst verantwortlich ist. Die Verwaltung ist diesbezüglich bereits in Gesprächen mit dem Bauherrn.

   Zuständig bei einem Verstoß gegen die Festsetzungen des Bebauungsplanes ist grundsätzlich die Bauaufsicht des Landratsamtes Regensburg.

Mitteilungen aus dem Rathaus

Hinweis auf die Zahlungsfälligkeit

Am **15. November 2026** werden folgende Gebühren zur Zahlung beim Markt Regenstauf fällig:

Wassergebühren – 3. Rate 2026

Grundsteuer – 4. Rate 2026

Gewerbesteuer – Vorauszahlung – 4. Rate 2026

Bargeldlose Zahlungen können auf folgende Konten der Marktkasse erfolgen:

Sparkasse Regensburg
IBAN: DE02 7505 0000 0020 8051 07 BIC: BYLADEM1RBG

Raiffeisenbank Regenstauf
IBAN: DE64 7506 1851 0000 0108 20 BIC: GENODEF1REF

HypoVereinsbank Regensburg
IBAN: DE28 7502 0073 0008 9000 00 BIC: HYVEDEMM447

Um Mahngebühren und Säumniszuschläge zu ersparen, bitten wir um Beachtung der Zahlungstermine.

Hinweis auf die Zahlungsfälligkeit

Beim Zweckverband zur Abwasserbeseitigung im Regental werden am **15. November 2025** folgende Zahlungen fällig:

Kanalgebühren – 3. Vorauszahlungsrate 2026

Soweit Gebührenpflichtige nicht am Lastschrifteinzugsverfahren teilnehmen, bitten wir um rechtzeitige Überweisung.

Zahlungen können auf folgende Konten erfolgen:

Sparkasse Regensburg
IBAN: DE03 7505 0000 0020 8010 15 BIC: BYLADEM1RBG

Raiffeisenbank Regenstauf
IBAN: DE62 7506 1851 0000 0350 09 BIC: GENODEF1REF

Hinweis der Redaktion

Liebe Autorinnen und Autoren,

da das Mitteilungsblatt im Dezember mit den Terminen für Januar, also die nächste Ausgabe, die Weihnachtsgrüße des 1. Bürgermeisters und der Vereine enthält, erscheint diese Ausgabe immer noch vor Weihnachten. Daher sind wir gezwungen, den Redaktionsschluss vorzulegen.

Redaktions- und Anzeigenschluss für die „Weihnachtsausgabe“ ist am

Dienstag, 1. Dezember 2026

Für diese Ausgabe ist es, aufgrund der straffen Timeline nicht möglich, Nachzügler anzunehmen. Bitte beachten Sie den Termin!

Wir bedanken uns für Ihr Verständnis und freuen uns auf Ihre Beiträge.

Vereinsvorstandsbesprechung des Marktes Regenstauf

1. Bürgermeister Schindler lädt die Vereinsvorsitzenden des Marktes Regenstauf zur gemeinsamen Besprechung am

Markt Regenstauf

Mittwoch, 18. November 2026 um 19.00 Uhr in die **Diesenbacher Bürgerstuben** herzlich ein.

Neben allgemeinen Angelegenheiten soll insbesondere die Terminplanung für Vereinsveranstaltungen im Jahr 2026 besprochen werden.

Sie haben Gelegenheit, Ihre Wünsche aus dem Vereinsleben bekannt zu geben.

Der Markt Regenstauf freut sich darauf, viele Vorsitzende begrüßen zu dürfen.

Manöver der US Streitkräfte Deutschland

Übungsschäden unverzüglich beim Ordnungsamt des Marktes Regenstauf melden

Die US-Streitkräfte Deutschland führen in der Zeit vom 30. November 2026 bis 19. Dezember 2026 in Teilen des Landkreises Regensburg ein Manöver durch.

Im Zusammenhang mit der Übung kann es zu militärischen Truppen- und Fahrzeugbewegungen kommen. Militärische Fahrzeuge können dabei auch im öffentlichen Straßenverkehr unterwegs sein.

Das Aneignen von Munition, Munitionsteilen oder sonstigen militärischen Gegenständen ist verboten. Aufgefundene Munition oder verdächtige Gegenstände dürfen keinesfalls berührt, aufgenommen oder bewegt werden. Entsprechende Funde sind unverzüglich der Polizei zu melden. Meldungen nimmt jede Polizeidienststelle entgegen.

Auftretende Übungsschäden sind unverzüglich bei der Marktverwaltung Regenstauf, Rathaus, Zimmer-Nr. 20, Bahnhofstr. 15, 93128 Regenstauf anzuzeigen.

Fundsachen

Folgende Fundsachen wurden zuletzt im Fundamt abgegeben:

- Bargeld, Fundort: Nettoparkplatz am Straßäcker
- Schlüsselbund mit drei Schlüsseln, Schlüsselband mit dem Aufdruck „Northwave“,
  Fundort: Schreibwarenhandel Ulrich, Hindenburgstraße
- Einzelner Schlüssel mit Schlüsselanhänger „Danke“ aus kleinem Würfel und Engel aus Perlen
- Braune Jacke mit Reißverschluss, Marke: Tommy Hilfiger
- Schlüsselbund mit zwei kleinen und zwei großen Schlüsseln, Schlüsselanhänger: rosa Schlüsselband mit Bear-Aufdruck,
  Fundort: vor dem Rathaus, Bahnhofstraße
- Schwarzes Cube Moutainbike,
  Fundort: Jahnstraße im Gebüsch
- Einzelner Schlüssel mit silbernem Flaschenöffner,
  Fundort: Am Regen bei TB/ASV-Gelände
- Braune Sonnenbrille, Marke: Ray Ban,
  Fundort: Am Radweg beim Valentinsbad

Die Gegenstände können zu den allgemeinen Öffnungszeiten im Rathaus im Fundamt, Zimmer 21, abgeholt werden.

Bitte bringen Sie einen Identitätsnachweis mit.

Bei Fahrrädern muss vorher ein Abholtermin vereinbart werden unter der Telefonnummer 09402/509-18.

Gelbe Tonne kommt

Die Einführung der Gelben Tonne im Landkreis Regensburg erfolgt planmäßig zum 1. Januar 2027. Die Verteilung der Tonnen wird im Zeitraum Mitte September bis Dezember dieses Jahres durchgeführt. Die Gelbe Tonne darf erst ab dem 1. Januar 2027 benutzt werden. Die Leerung der Gelben Tonne erfolgt im Vier-Wochen-Rhythmus.

Die Termine zur Abholung, welche Leichtverpackungen in die Gelbe Tonne entsorgt werden dürfen und viele weitere Informationen finden Sie unter:

www.gelbe-tonne-landkreis-regensburg.de

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich, Herrn Einweg, Sachgebietsleiter Abfallwirtschaft beim Landratsamt Regensburg unter 0941 4009 346.

Hinweis der Passbehörde zum Besitz eines gültigen Dokumentes

Gemäß §1 des Personalausweisgesetzes (PAuswG) ist jeder Deutsche, der das 16. Lebensjahr vollendet hat und der allgemeinen Meldepflicht unterliegt, verpflichtet, einen gültigen Personalausweis zu besitzen. Die Verpflichtung ist auch erfüllt, wenn ein gültiger Reisepass ausgestellt ist.

Nach § 32 Abs. 1 PAuswG handelt ordnungswidrig, wer es vorsätzlich oder leichtfertig unterlässt, für sich oder als gesetzlicher Vertreter eines Minderjährigen für diesen einen Ausweis ausstellen zu lassen, obwohl er dazu verpflichtet ist.

Ordnungswidrigkeitstatbestände können entsprechend § 56 Gesetz über Ordnungswidrigkeiten entweder mit einem Verwarnungsgeld oder mit einer Geldbuße geahndet werden.

Bitte überprüfen Sie die Gültigkeit Ihres Personalausweises oder Reisepasses.

Sollte Ihr Personalausweis oder Reisepass in der nächsten Zeit ablaufen, beantragen Sie bitte rechtzeitig ein neues Ausweisdokument. Dazu ist es erforderlich, persönlich beim Passamt vorzusprechen sowie ein aktuelles biometrisches Passfoto in digitaler Form (mit Matrix-Code), ggf. eine Geburts- oder Heiratsurkunde und das bisher ausgestellte Dokument vorzulegen. Wenn Eltern für ein minderjähriges Kind einen Personalausweis oder Reisepass beantragen, muss das Kind ebenfalls anwesend sein.

Der Personalausweis gilt bei Antragstellung bis zum 24. Lebensjahr 6 Jahre und kostet 27,60 Euro. Ab dem 24. Lebensjahr beträgt die Gültigkeit 10 Jahre, die Gebühr 46 Euro.

Der Reisepass gilt bei Antragstellung bis zum 24. Lebensjahr 6 Jahre und kostet 37,50 Euro. Ab dem 24. Lebensjahr beträgt die Gültigkeit 10 Jahre, die Gebühr 70 Euro.

Die Bearbeitungszeit der Personalausweise beträgt zurzeit ca. 2-3 Wochen, die der Reisepässe ca. 4-5 Wochen.

Personen, die aufgrund hohen Alters und körperlicher Gebrechen nicht mehr in der Lage sind, am öffentlichen Leben teilzunehmen, können nach Prüfung des Sachverhalts gegebenenfalls von der Ausweispflicht befreit werden. Nähere Informationen hierzu erteilt das Passamt.

Wärmenetz Schulzentrum am Schlossberg: Informationsveranstaltung über einen möglichen Anschluss von Wohngebäuden zur Wärmeversorgung

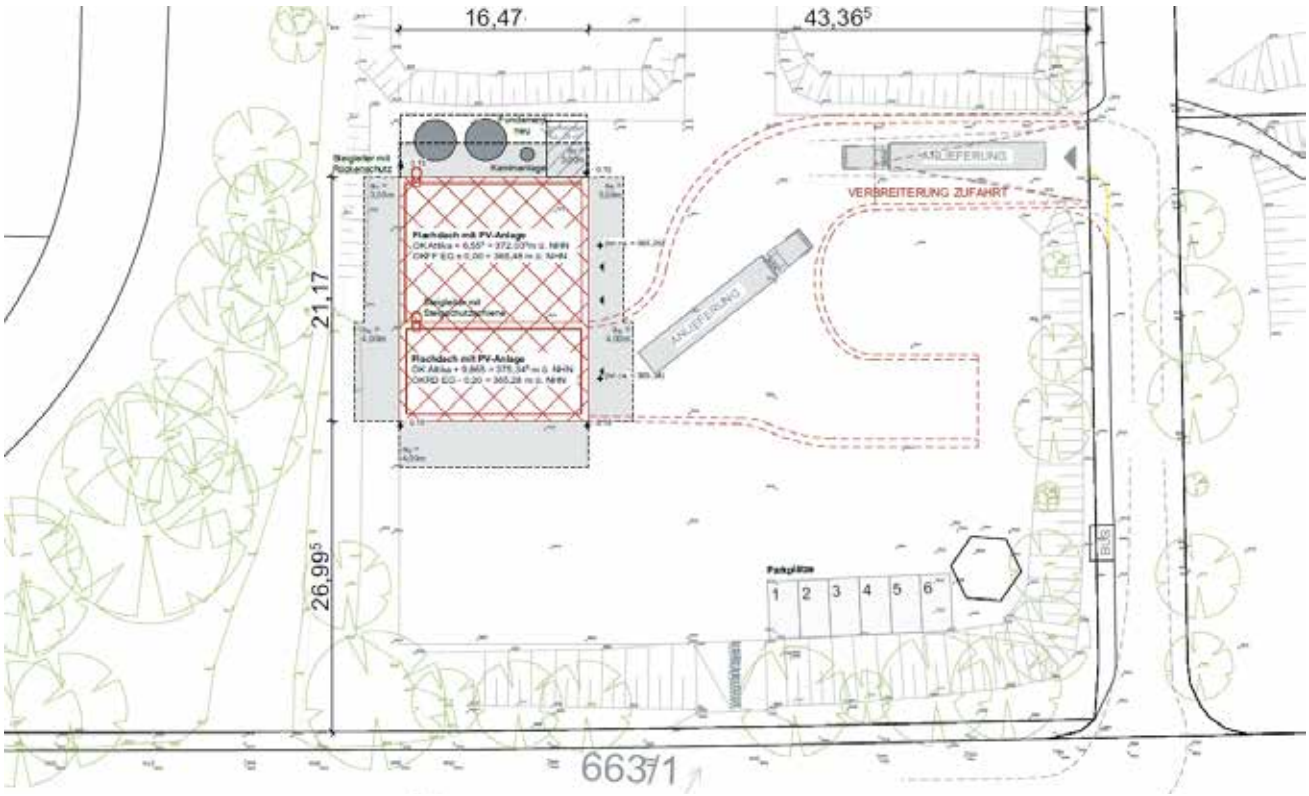
Am 23. September 2026 fand im Rathaus eine Informationsveranstaltung für Eigentümerinnen und Eigentümer von Gebäuden in der Schlesierstraße und Böhmerwaldstraße über die Planungen für das Wärmenetz im Bereich des Schulzentrums am Schlossberg statt. Ausgangspunkt des Projekts ist die geplante Wärmeversorgung des Schulzentrums. Zur Versorgung des neuen Schulschwimmlehrbeckens wird die Erweiterung der aktuellen Wärmeversorgung am Schulgelände erforderlich. Dazu ist eine neue Heizzentrale am Volksfestplatz vorgesehen. In dieser soll Wärme mit Hackschnitzeln aus der Region erzeugt werden. Die neue Heizzentrale soll über Wärmeleitungen mit dem Wärmenetz am Schulzentrum verbunden werden und das bestehende System ergänzen.

In dem Zuge bietet das Kommunalunternehmen des Marktes Regenstauf Eigentümer/innen der Schlesierstraße und Böhmerwaldstraße die Möglichkeit an, künftig an das Wärmenetz anzuschließen. Eine eigene Heizung wäre dann für diese Gebäude nicht mehr nötig. Die Teilnehmenden wurden bei der Veranstaltung über Heizkonzept, Organisationsstruktur, Anschlussvoraussetzungen, Vertragsbedingungen, Fördermöglichkeiten und Kosten informiert. Ob das Netz tatsächlich in dem geplanten Umfang verwirklicht werden kann, hängt wesentlich vom Interesse der Hauseigentümer ab. Nach den vorgestellten Planungen soll eine Straße erst erschlossen werden, wenn sich ausreichend Gebäude an das Wärmenetz anschließen. Die Erschließung weiterer Straßen ist im Falle einer erfolgreichen Realisierung vorgesehen.

(Text: Veronika Preis)



Heizzentrale, Ansicht von der Pestalozzistraße aus (Quelle: energielenker projects GmbH)



Lageplan der Heizzentrale (Quelle: energielenker projects GmbH)

HOFMANN
DRUCK & VERLAG
DIGITALDRUCK
ideal für
FACHARBEITEN, VISITENKARTEN, FLYER, HOCHZEITSKARTEN,
POSTKARTEN, URKUNDEN, BEWERBUNGEN,
HOCHWERTIGE KOPIEN, FOLDER ETC.
Werner-von-Siemens-Straße 1 · Regenstauf
Tel. 09402-948220 · www.beeindrucken.com

Hinweis des Marktes Regenstauf zur Kabeltrasse der Firma Windpower

Die Firma Windpower beginnt am **2. November 2026** mit der Verlegung einer rund 6 km langen Kabeltrasse. Die Bauzeit beträgt voraussichtlich etwa drei Monate.

Die Arbeiten starten am Solarpark bei Schönleiten und enden am Solarpark bei Ferneichlberg. Verlegt werden Mittelspannungskabel.

Die Maßnahme erfolgt in Abstimmung und mit Genehmigung des Landratsamts Regensburg und des Marktes Regenstauf.

Bei Fragen steht die Firma Windpower unter kontakt@windpower-gmbh.de zur Verfügung.

Laurenz Islinger zum Beamten auf Lebenszeit ernannt

Im September 2022 begann der junge Beamte seine Ausbildung in der zweiten Qualifikationsebene der Fachlaufbahn Verwaltung und Finanzen beim Markt Regenstauf.

2024 schloss er diese erfolgreich mit der Qualifikationsprüfung ab. Während der Ausbildung unterstützten ihn die Kolleginnen und Kollegen dabei, die an der Verwaltungsschule erworbenen theoretischen Kenntnisse in der Praxis anzuwenden. Besonders zur Seite stand ihm dabei sein Ausbildungsleiter, der stets ein offenes Ohr für Fragen hatte.



Während der anschließenden zweijährigen Probezeit vertiefte und erweiterte Laurenz Islinger seine Kenntnisse. Aufgrund seiner guten Leistungen hat er die Probezeit bestanden und konnte die Ernennung zum Beamten auf Lebenszeit in Empfang nehmen. Zum 1. Oktober folgt die Beförderung zum Verwaltungsobersekretär.

1. Bürgermeister Josef Schindler freut sich, dass der Markt Regenstauf mit Laurenz Islinger einen zuverlässigen Mitarbeiter hat. Geschäftsleiter Andreas Liegl bezeichnet ihn als Bereicherung für die Verwaltung und betont, dass er sich die Ernennung zum Beamtenlebenszeit und die Beförderung zum Verwaltungsobersekretär durch seine Leistungen verdient habe.

(Text und Foto: Sabine Zaus-Vogl, Markt Regenstauf)

25-jähriges Dienstjubiläum Marianne Auburger und Petra Hartl

Gleich zwei 25-jährige Dienstjubiläen gab es beim Markt Regenstauf im Oktober gemeinsam zu feiern. „Heute darf ich mich bei Frau Auburger und Frau Hartl für ihr Engagement in der Kinderbetreuung herzlich bedanken. 25 Jahre verlässliche Arbeit für unsere Kinder verdient unseren Respekt“, so 1. Bürgermeister Josef Schindler. Marianne Auburger und Petra Hartl sind beide seit 25 Jahren in der Mittagsbetreuung an den Grundschulen in Regenstauf und Diesenbach tätig. Beide begannen ihre Tätigkeit mit jeweils zwölf betreuten Kindern und einem frühen Betreuungszeitraum von 11.15 bis 13.00 Uhr.

Marianne Auburger übernahm die Mittagsbetreuung der Grundschule Regenstauf viele Jahre lang allein. In den Anfängen begleitete sie die Kinder damals sogar noch zum gemeinsamen Essen ins Altersheim. Seit mehr als 10 Jahren ist Frau Auburger ein wichtiger Teil des Teams der Offenen Ganztagsschule.

An der Grundschule Diesenbach startete Petra Hartl ebenfalls mit zwölf Kindern in einem Betreuungszeitraum von 11.00 bis 13.00 Uhr; die Betreuungszeit wurde später auf bis 14.00 Uhr ausgeweitet. Früher aßen die Kinder in der Sportgaststätte Diesenbacher Bürgerstuben, später lieferte die Firma Eckert das Essen; seit 2016 stehen eigene Räume mit Catering zur Verfügung. Mit der Zeit haben sich die Anforderungen verändert: so ist heute unter anderem mehr Dokumentation vonnöten.

Ordnungsamtsleiterin Christiane Zaus gratulierte beiden Jubilarinnen herzlich und dankte für die stets verlässliche Zusammenarbeit und die sehr gute Kommunikation. Die Personalratsvorsitzende Barbara Maier hob hervor, dass eine so lange Betriebszugehörigkeit nicht selbstverständlich sei und zollte großes Lob. Der Geschäftsleiter dankte für 25 Jahre im öffentlichen Dienst, zeigte großen Respekt und erinnerte daran, wie sehr sich die Kinderbetreuung ausgeweitet hat — heute werden rund zwei Drittel der Schülerinnen und Schüler betreut.



Die Jubilarinnen (Mitte) gemeinsam mit Geschäftsleiter Andreas Liegl (l.), Ordnungsamtsleiterin Christiane Zaus (2. v. l.), Personalratsvorsitzender Barbara Maier (2. v. r.) und 1. Bürgermeister Schindler

Wir hoffen auf viele weitere Jahre der Unterstützung und gratulieren Marianne Auburger und Petra Hartl herzlich zu ihrem Jubiläum.

www.regenstauf.de

25-jähriges Dienstjubiläum Maria Ostermaier

„Ein schöner Anlass“, freute sich 1. Bürgermeister Josef Schindler, der Maria Ostermaier, der Leiterin des Kindergartens „Eitlbrunner Dorfzwerge“, zum 25-jährigen Dienstjubiläum gratulieren durfte.

Ihre berufliche Laufbahn begann 2001 als Kinderpflegerin im Eckert Kinderhaus. Mit der Übernahme des Eckert Kinderhauses durch den Markt Regenstauf 2017 wechselte auch Maria Ostermaier in den Dienst des Marktes. In den folgenden Jahren bildete sie sich kontinuierlich weiter, unter anderem zur pädagogischen Fachkraft sowie zur Fachwirtin für Kita- und Hortmanagement. 2022 wechselte sie zu den Eitlbrunner Dorfzwergen, wo sie 2024 die stellvertretende Leitung übernahm. Seit 2026 leitet sie die Einrichtung.

Besonders schätzt Maria Ostermaier den tollen Zusammenhalt im Team des Kindergartens Eitlbrunn.



Zum Dienstjubiläum gratulieren Geschäftsleiter Andreas Liegl (l.), 1. Bürgermeister Schindler (2. v. l.) und Hella Sachau-Mohr vom Personalrat.

Geschäftsleiter Andreas Liegl würdigte ihr Engagement und dankte ihr dafür, Verantwortung zu übernehmen und den Kindergarten Eitlbrunn zu leiten. Auch Hella Sachau-Mohr vom Personalrat schloss sich den Glückwünschen an.

Der Markt Regenstauf dankt Maria Ostermaier für ihren langjährigen Einsatz und wünscht ihr auch weiterhin viel Freude an ihrer Arbeit.

(Foto: U. Pesold)

40-jähriges Dienstjubiläum Herbert Kaiser

Bereits am 1. Oktober konnte Herbert Kaiser, Leiter des Bauamtes sein 40-jähriges Dienstjubiläum feiern. „Es freut mich, dir zum 40-jährigen Dienstjubiläum zu gratulieren“, so 1. Bürgermeister Josef Schindler.

Nach seiner Ausbildung zum Industriekaufmann bei Siemens führte Herbert Kaisers Weg zunächst zur Bundeswehr, wo er am 1. Oktober 1986 seine Grundausbildung antrat. Noch während des Grundwehrdienstes verpflichtete er sich und schlug die Unteroffizierslaufbahn ein. Aufgrund der Umstrukturierungen in der Bundeswehr nach der Wende begann er am 1. September 1994 seine Beamtenausbildung bei der Stadt Regensburg. Bis zum 31. Mai 2000 arbeitete er beim Personalamt der Stadt Regensburg, dann wechselte er zum Markt Regenstauf bzw. zum Zweckverband zur Abwasserbeseitigung im Regental. Seine Aufgaben beim Zweckverband umfassten zunächst die Kassenverwaltung und die Abwassergebührenabrechnung. Einige Jahre später übernahm er der die Berechnung der Herstellungsbeiträge. Im Jahr 2019 wechselte er in die Bauverwaltung des Marktes Regenstauf wurde als Sachbearbeiter für die Bauanträge eingesetzt. Die Leitung des Bauverwaltungsamtes übernahm er 2024.



Zum 40-jährigen Dienstjubiläum gratulierten neben 1. Bürgermeister Schindler auch Geschäftsleiter Andreas Liegl und Laurenz Islinger, Vertreter für die Beamten im Personalrat.

(Foto: U. Pesold)



Wir suchen Dich!

AUSBILDUNG ZUR/ZUM
ZAHNMEDIZINISCHEN FACHANGESTELLTEN (ZFA)

Du möchtest Teil eines freundlichen Teams sein, das mit Leidenschaft für gesunde Zähne sorgt?
Dann bist du bei uns genau richtig!

Wir bieten:
- fundierte Ausbildung in einer modernen Praxis
- abwechslungsreiche Aufgaben von Assistenz bis Verwaltung
- herzliches Team, das Dich unterstützt und fördert
- geregelte Arbeitszeiten und angenehme Arbeitsatmosphäre
- Übernahmemöglichkeiten nach der Ausbildung

Lust auf eine spannende Ausbildung?
Dann bewirb Dich gleich bei uns! ☺

PRAXIS FÜR ZAHNMEDIZIN
DR. STEPHAN LÜDECK

Marktplatz 8, 93128 Regenstauf
kontakt@zahnarzt-regenstauf.de Tel.: 09402-6666

40 Jahre im öffentlichen Dienst: Markt Regenstauf gratuliert Maria Roith zum Dienstjubiläum

Ein besonderes Jubiläum konnte im September beim Markt Regenstauf gefeiert werden: Seit 40 Jahren steht Maria Roith im öffentlichen Dienst und blickt auf eine beeindruckende berufliche Laufbahn zurück.



Bereits im Alter von 16 Jahren begann sie ihre Ausbildung beim Finanzamt Schwandorf. Mit 18 Jahren wechselte sie zum Finanzamt Nürnberg, ehe ihr beruflicher Weg sie mit 21 Jahren zum Markt Regenstauf führte. Dort war sie im Einwohnermeldeamt (EWO) tätig, wo sie den Bürgerinnen und Bürgern mit Fachwissen, Erfahrung und Freundlichkeit zur Seite stand. Nach der Familienphase und dem Erziehungsurlaub für ihre Kinder arbeitete sie einige Zeit im Straßenverkehrsamt, bevor sie schließlich wieder zu ihrer vertrauten Wirkungsstätte, dem Einwohnermeldeamt, zurückkehrte.

Bürgermeister Josef Schindler würdigte die langjährige Mitarbeiterin anlässlich ihres Dienstjubiläums: „Maria Roith gehört zu den Mitarbeiterinnen, die unsere Verwaltung über Jahrzehnte hinweg mitgeprägt haben. Für ihre langjährige Verbundenheit mit dem Markt Regenstauf, ihre Verlässlichkeit und ihr großes Engagement danke ich ihr sehr herzlich. Ich freue mich, dass sie dem Markt Regenstauf schon so viele Jahre die Treue hält."

Ihre Vorgesetzte Christiane Zaus schätzt an der Jubilarin besonders ihre Teamfähigkeit und ihre lösungsorientierte Arbeitsweise. Anliegen bringe Maria Roith nie nur als Problem vor, sondern stets auch mit einem passenden Lösungsansatz. Diese Eigenschaft mache sie zu einer wertvollen und geschätzten Kollegin.

Auch die Jubilarin selbst blickt mit großer Verbundenheit auf ihren Arbeitsplatz. Das Einwohnermeldeamt beschreibt sie augenzwinkernd als „kleine Insel". Damit meint sie: Wenn die Kolleginnen und Kollegen im Team gut zusammenarbeiten und sich gegenseitig unterstützen, braucht man nur selten Rückmeldungen aus der Führungsebene. Dieses Bild steht zugleich für den starken Zusammenhalt und das gute Miteinander innerhalb des EWO-Teams.

Vier Jahrzehnte im öffentlichen Dienst bringen nicht nur einen reichen Erfahrungsschatz mit sich, sondern auch die eine oder andere kuriose Anekdote.

Besonders in Erinnerung geblieben ist Maria Roith eine Geschichte aus der Zeit, als das Fundbüro noch im Einwohnermeldeamt angesiedelt war: Eines Tages wurde dort ein Gebiss als Fundgegenstand abgegeben. Dass dieses tatsächlich wieder abgeholt werden würde, konnte sie sich damals kaum vorstellen. Umso größer war die Überraschung, als der rechtmäßige Besitzer kurze Zeit später erschien und sein verlorenes Eigentum wieder in Empfang nahm.

Der Markt Regenstauf gratuliert Maria Roith herzlich zu ihrem 40-jährigen Dienstjubiläum, bedankt sich für ihren langjährigen Einsatz und wünscht ihr weiterhin viel Freude bei ihrer Tätigkeit sowie beste Gesundheit für die kommenden Jahre.

(Foto: S. Zaus-Vogl)

Abschied der Schulfamilie Ramspau von der „Mitti"-Leitung

Am 30. September 2026 stand der Schulfamilie Ramspau ein Ereignis ins Haus, das alle Anwesenden mit einem lachenden, aber auch weinenden Auge zurücklies.

Frau Eleonore Schulz verabschiedete sich nach 25 Jahren von der Mittagsbetreuung Ramspau. Sie war dort seit 2001 beschäftigt und hat ab dem Jahr 2018 deren Leitung übernommen. Ins kalte Wasser geworfen, musste sie sich einiges an Wissen selbst aneignen und in die Leitungsrolle hineinwachsen. Für Frau Schulz brachte das eine große Verantwortung mit sich, gegenüber dem Betreuungs-Team, dem Markt Regenstauf, der Schule und ebenso in der Kommunikation mit den Eltern.

Ihre Aufgaben hat „Elli" nach dem Bekenntnis der Schulleiterin, Frau Claudia Müller, hervorragend gemeistert. Sie bedankte sich vor allem für die Zuverlässigkeit, den vertrauensvollen Umgang miteinander, die hervorragende Zusammenarbeit, das offene Ohr und die Flexibilität, um Wünsche der Schule in der Mittagsbetreuung zu berücksichtigen. Mit einem Augenzwinkern erinnert Frau Müller an das „Hitzefrei", das gerade in diesem Jahr mehr denn je von der „Mitti" aufgefangen wurde.

Besonders anerkennend hob die Schulleiterin hervor, dass Eleonore Schulz alle neuen Herausforderungen angenommen hat und mit ihren Aufgaben gewachsen ist. Sie wünscht für den wohlverdienten Ruhestand alles Gute, nicht zuletzt Ruhe, wunderschöne Momente sowie erlebnisreiche Ausflüge und Reisen.

Als Abschiedsgeschenk wurde Frau Schulz ein selbst angefertigter Gartenstecker überreicht, zu dem jedes einzelne Mitglied der Schulfamilie seinen eigenen Teil beigetragen hat.

Für den Markt Regenstauf würdigte die Amtsleitung außerdem das wirtschaftliche Denken der Kollegin und ihren großen Einsatz, der immer über das erwartete Maß hinausging. Sie bedankte sich für die kommunikative, stets freundliche und lösungsorientierte Zusammenarbeit sowie die Geduld und das Verständnis, wenn es manchmal etwas gedauert hat, Anregungen oder Wünsche für die „Mitti" umzusetzen.

Herr 1. Bürgermeister Josef Schindler brachte Frau Schulz mit einer Orchidee und einer kleinen Aufmerksamkeit der Gemeinde ebenfalls den Dank des Dienstherrn an eine Mitarbeiterin zum Ausdruck, die sich durch große Zuverlässigkeit und Integrität ausgezeichnet hat. Er ließ die Jahre in der Mittagsbetreuung Ramspau Revue passieren und stellte fest, welch große Herausforderung es darstellt, ein Team zu übernehmen, anzuleiten und „beisammen zu halten", das von zwei Mitarbeiterinnen zur Betreuung weniger Kinder auf nun zehn Kolleginnen für fast 140 Kinder anwächst.

Dazu verriet Eleonore Schulz, dass sie als gelernte Friseurin mit späterer Beschäftigung im Verkauf, Seiteneinsteigerin sei. Nach anfänglicher Skepsis, die Mitti-Führung zu übernehmen, habe sie sich doch überraschend schnell eingelebt. Das sei auch der großen Unterstützung durch die Schule und vor allem durch ihr tolles Team zu verdanken.



Vorne v. l.: Claudia Müller (Schulleiterin), Eleonore Schulz (Leitung Mittagsbetreuung), 1. Bürgermeister Josef Schindler (Foto: C. Zaus)

Mit der Schulfamilie Ramspau dankt der Markt Regenstauf für mehr als 25 Jahre Einsatz und Treue.

Wir wünschen Frau Eleonore Schulz nur das Beste und vor allem Gesundheit für den nun folgenden spannenden Lebensabschnitt.

Marktbücherei

Öffnungszeiten Herbstferien

In den Herbstferien ist die Bücherei zu den gewohnten Zeiten für Sie geöffnet! Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Vorlesestündchen startet!

Am **Dienstag, 10. November 2026**, startet wieder das Vorlesestündchen für Kinder ab drei Jahren bis zum Vorschulalter. Eltern dürfen gerne dabeibleiben.

Beginn ist um 15.00 Uhr, Einlass ab 14.50 Uhr.

Das Vorlesestündchen dauert ca. 30 Minuten. Gerne können Sie an diesem Tag auch neue Medien ausleihen.

Anmeldung bitte direkt beim Bücherei-Team, per E-Mail: marktbuecherei@regenstauf.de oder telefonisch: 09402 9379012.

Jederzeit möglich: die Ausleihe über unser Onleiheportal www.leo-nord.de

Voraussetzung dafür ist ein eBook-Reader, Tablet, Laptop oder Smartphone sowie eine Anmeldung mittels Lesernummer (Ziffern nach dem Bindestrich) und Passwort oder Geburtsdatum ohne Punkte.

Leo-Nord ist ein Verbund von 51 Büchereien, bei dem Sie online aus über 26.000 Medien (eBooks, ePapers, eAudios) ausleihen können.

Reparaturinitiative Regenstauf

Die Reparaturinitiative Regenstauf hilft mit Rat und Tat bei Problemen mit:

- elektrischen Kleingeräten, z. B. Küchengeräte, Elektrowerkzeuge
- Computern und Zubehör, z. B. Druckern, ...
- Beschaffung von Ersatzteilen, technischen Beschreibungen …

Kurz, alles was eine Person tragen kann.

Der Reparaturtreff im Mehrgenerationenhaus findet **an jedem 3. Dienstag im Monat** von 17.00 – 19.00 Uhr statt. (Termine können in den Schulferien abweichen)

Es wird um vorherige Anmeldung im Mehrgenerationenhaus Regenstauf unter Telefon 09402 784623 oder E-Mail an mehrgenerationenhaus@regenstauf.de gebeten.

Nachhaltigkeit beginnt im Kleinen. Geräte, die nur einer kleinen Reparatur bedürfen, bei denen nur ein Teil ersetzt werden muss, helfen dabei, unsere Müllmengen zu verkleinern.

Nutzen Sie diese Gelegenheit und holen Sie sich Rat und Hilfe beim Reparaturtreff.

Sie haben selbst handwerkliches oder technisches Geschick? Unser Reparaturteam freut sich auf Unterstützer. Schauen Sie unverbindlich beim Reparaturtreff vorbei.

HOFMANN DRUCK & VERLAG
Wir drucken für Sie
Plakate, Geschäftsausstattungen, Prospekte, Flyer, Mappen und vieles mehr.
In allen Farben, Formen und Veredelungen.
Werner-von-Siemens-Straße 1 · Regenstauf
Tel. 09402-948220 · www.beeindrucken.com

MusikTreff

Der Musik Treff des Marktes Regenstauf ist ins neue Schuljahr gestartet. Wir haben in allen Fächern freie Plätze! Leider können wir in diesem Schuljahr keinen Hackbrett- und Harfenunterricht anbieten.

In den Kursen Musikalische Früherziehung und Musikalische Grundausbildung gibt es auch noch freie Plätze, hier freuen wir uns, wenn noch mehr Kinder teilnehmen.

Das Video „Gemeinsam gegen Gewalt“ ist zum Weltkindertag auf YouTube und TikTok online gegangen. Frank Wendeberg bedankt sich herzlich für die Unterstützung und das Mitsingen der Schüler des Musik Treffs.

Energieberatungen und Klimaschutz

Auf der Web-Seite www.regenstauf.de/klimaschutz finden Sie unter **Energieberatungen und Förderungen** viele Beratungsangebote und Fördermöglichkeiten rund um die Themen Energie und Klimaschutz zusammengefasst. Darunter auch alle Informationen zu:

BERATUNGSOFFENSIVE – AKTION im Rahmen der Kommunalen Wärmeplanung ab 28. November 2025:

Der Markt übernimmt den Eigenanteil von 40 Euro für 50 Energie-Checks!

Alle Bürgerinnen und Bürger können über den Verbraucher-ServiceBayern eine erste Vor-Ort-Beratung zum Thema Heizung und Sanierung wahrnehmen. Hierfür fällt ein Eigenanteil von 40 Euro an. **Diesen Anteil übernimmt der Markt Regenstauf für die ersten 50 Beratungen!** Dabei wird aufgezeigt, wie sich Immobilien energetisch optimieren lassen und welche Heizsysteme geeignet sind, um Energiekosten zu sparen und den Wohnkomfort zu erhöhen. Bei Interesse wenden Sie sich direkt an kontakt@energieagentur-regensburg.de oder telefonisch unter 0941 2984491-0.

- **Energieberatungsgutschein** im Wert von 200 Euro für Bürgerinnen und Bürger aus Regenstauf
- **Praxisbeispiele für moderne Heizungen in Bestandsgebäuden in Regenstauf und Lappersdorf** – ehrenamtliche Gruppe gibt Einblick in ihre ganz persönlichen Erfahrungen mit modernen Heizsystemen und bietet Informationsaustausch. Fragen Sie die Liste der Praxisbeispiele an unter klimaschutz@regenstauf.de.



- **Kostenlose Online-Beratungsangebote** rund um die Themen Heizungserneuerung, Sanierung, Wärmepumpe, Photovoltaik, E-Mobilität u. v. m. von unabhängigen Institutionen (z. B. Verbraucherzentrale, Energieagentur, etc.)
- **Förderwegweiser** Bundesförderprogramme Energieeffizienz
- **Energie-Effizienz-Expertenliste**

(Text: V. Preis / Foto: S. Geipel)

Dauerthema: Wilder Müll und Hundekot

Müll- und Kleidersäcke, Hundekot, Grünabfälle: In letzter Zeit häufen sich solche Meldungen von verärgerten Bürgerinnen und Bürgern wieder vermehrt. Nicht nur auf den Containerstellplätzen, auch in den Dosen-, Glas- und Altkleidercontainern, vor dem Wertstoffhof, in Waldzufahrten und auf öffentlichen Plätzen wird Müll „entsorgt".

Diese unerlaubte Müllentsorgung muss mühsam und auf Kosten der Allgemeinheit beseitigt werden. Solche Verstöße werden künftig verstärkt durch den Markt Regenstauf verfolgt und zur Anzeige gebracht. Wer erwischt wird, muss mit empfindlichen Bußgeldern rechnen!

Für alle üblicherweise anfallenden Abfälle gibt es in der Marktgemeinde Regenstauf genügend Entsorgungsmöglichkeiten.

Sperrmüllabholungen können im Internet unter www.meindl-entsorgung.de oder mit Anmeldekarten, erhältlich an der Rathauspforte, veranlasst werden. Der gemeindliche Wertstoffhof nimmt sämtliche Wertstoffe wie Kunststoffverpackungen, Dosen, Alufolie, Styroporteile und –flocken, Altbatterien, Elektroschrott und vieles mehr an. Auch kleine Mengen (max. 0,5 m^3 oder 60 l) von Bauschutt können hier entsorgt werden. Genaue Informationen hierzu finden Sie im Beitrag „Wertstoffhof".

Durch Restmüll- und Papiertonne kann der restliche Hausmüll schnell und ordnungsgemäß entsorgt werden.

Für Hundekot stehen im gesamten Marktgemeindegebiet Hundetoiletten zur Verfügung.

Problemmüll kann beim Umweltmobil abgegeben werden.

Mehr zum Thema „Müllentsorgung" finden Sie unter www.entsorgungsdaten.de

Es gibt also keinen vernünftigen Grund unsere Umwelt mit Müll zu verschmutzen!

Honiggläser nur gut gespült in die Altglascontainer einwerfen

Hintergrund ist die hochinfektiöse bakterielle Amerikanische Faulbrut, eine Brutkrankheit, mit deren Sporen sich die Bienen beim Kontakt mit im Glas befindlichen Honigresten infizieren können. Die Sporen können sich im gesamten Bienenstock ausbreiten und dort erheblichen Schaden anrichten. Im schlimmsten Fall führen sie zum Tod der Brut der heimischen Honigbiene und zum Verenden des ganzen Bienenvolkes. Die Amerikanische Faulbrut tritt weltweit auf, gerade aber im nicht europäischen Honig ist die Wahrscheinlichkeit, Sporen dieser Krankheit zu finden, besonders hoch.

Glasverpackungen wie Marmeladengläser, Gemüsegläser oder Joghurtgläser hingegen müssen nicht gespült werden. Die Glasverpackungen sollten jedoch „löffelrein" sein, das heißt ein gründliches Auslöffeln ist ausreichend.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an das Landratsamt Regensburg.

Kontakt: Karin Dächert, Telefon 0941 4009-404 oder
Andreas Einweg 0941 4009-848, oder
per E-Mail an abfallwirtschaft@lra-regensburg.de

Entsorgung von Heliumflaschen

Korrekt entleerte Heliumflaschen können Sie auf dem Wertstoffhof abgeben.

Eine **Anleitung** zur korrekten Entleerung finden Sie im Abfallratgeber des Landkreises Regensburg:

https://www.landkreis-regensburg.de/buergerservice/abfallratgeber/abfall-abc/ (Stichwort Heliumflaschen)

Bauschuttcontainer (nur Kleinmenge bis max. 0,5 m^3)

In den Bauschuttcontainer dürfen:
Beton, Mauer- und Mörtelreste, Dachziegel, Putz, Fliesen, Sanitärkeramik, Steinmaterial, Estrich

Bitte beachten! Im Bauschutt dürfen lediglich kleine Mengen (bis max. 60 l) Erde, Kies, Sand, Steine, Fensterglas (ohne Rahmen), Porzellan- und Keramikscherben, Glasbausteine, Rigipsplatten, unbrauchbare Zement- oder Putzreste (ohne Säcke!) enthalten sein!

Das bitte nicht:
Fenster- und Türrahmen, Dämmmaterial, Bodenbeläge, Dachrinnen, Versorgungsleitungen, Teer, Spiegel, Kabelreste, Heraklit, Mineralfaserabfälle, Schamottsteine, Kaminabbruchmaterial und Porenbeton/Ytongsteine.

Häufige Fehlwürfe:

- **Gasbetonsteine (Ytong)**
  Änderungen von gesetzlichen Vorschriften untersagen das Deponieren von gipshaltigem Bauschutt auf einfachen Bauschuttdeponien. Diese müssen auf Deponien mit bautechnisch höheren Anforderungen eingebaut werden.
- **Heraklitplatten (Sauerkrautplatten)**
  Heraklit besteht aus Holzwolle und mineralischem Bindemittel wie Zement oder Magnesit. Durch den Organikanteil dürfen diese nicht auf Bauschuttdeponien eingebaut werden. Heraklitplatten müssen über die Müllumladestation Haslbach entsorgt werden.
- **Rigips mit Anhaftungen (Fliesen, Styropor, Ytong …)**
  Es dürfen nur bis zu 60 Liter pro Einzelanlieferung von Rigipsverschnitt gebracht werden.
  Rigips mit Anhaftungen (Tapeten, Fliesen usw.) dürfen nicht über den Bauschuttcontainer entsorgt werden.
- **Schamott-/Nachtspeicherofensteine**
  dürfen aufgrund der Belastung (z. B. Asbest, Chrom IV usw.) nicht auf Bauschuttdeponien.

Abfall- und Wasserrecht: Entsorgung von Gartenabfällen an Bächen

Der Markt Regenstauf weist darauf hin, dass Gartenabfälle (z. B. Strauch- und Grasschnitt) außerhalb der eigenen Grundstücke nicht abgelagert und zur Verrottung gebracht werden dürfen.

Es dürfen keine Gartenabfälle in und an Bächen entsorgt werden!

Gartenabfälle können in Kleinmengen kostenlos am Wertstoffhof Regenstauf entsorgt werden. Für größere Mengen steht der Kompostplatz Regenstauf zur Verfügung.

Entsorgung von Kleintier- und Katzenstreu, Sägespäne und Asche usw.

Kleintier- und Katzenstreu, Mist aus Kleintierhaltung, **Sägespäne** und **Asche** (Holz, Kohle), Inhalt von Staubsaugerbeuteln usw. gehören in die **Restmülltonne** und können am Wertstoffhof **nicht** entsorgt werden.

www.regenstauf.de

Entsorgung von sonstigen Kunststoffen am Wertstoffhof

Sonstige Kunststoffe

Wir sammeln: Sortenreine, nicht verschmutzte Kunststoffe aus Haushalt und Garten (keine Verpackungen), bis zu einer Größe von 0,80 m und ohne Fremdanteile, wie z.B. Metall, Glas, Stoff oder Chemikalien.

Bitte Maß beachten

Wir sammeln:

Putzeimer, Übertöpfe, Gießkannen, Regentonne, Fässer (halbiert), Schüsseln, Brotzeitdosen, Ablagekörbe, Klappboxen, Baufolien, Kunststoffsäcke (ohne Gewebe), Kunststoffmöbeln, Bobbycar (ohne Metallstange), Acrylbadewannen (halbiert), Tanks aus Kunststoff (zerkleinert), Duschtüren aus Kunststoff (zerkleinert), PVC- Bodenbeläge (ohne Rückstände von Kleber), Rohre, Wäschekörbe, Kunststoffhüllen von Grabkerzen

(frei von Wachs), Kinderspielzeug ohne Metall und ohne elektronische Bauteile, Pflanzschalen aus Kunststoff, Schirmständer, Blumenkästen, Kunststoffkleiderbügel mit Metall

Wir sammeln nicht:

Spielzeug mit Elektronik (graue Kleinelektrobox), Kunststofffenster, Kunststofftüren, Baustyropor (Restmüll); landwirtschaftliche Folien (gesonderte Sammlung), Teile mit anhaftendem Kleber, textile Kunststoffe, Zelte, Schultertaschen, Gartenschläuche, Schaumstoffe, Planschbecken (mit Gewebe), Folien und Abdeckplanen (mit Gewebe), Ski (Sperrmüll), Säcke mit Gewebe, Metallbügel von Eimern (Alteisen), Plexiglas- und Hohlkammerplatten (Restmüll)

Auskunft erteilt:

Frau Dächert, Abfallberatung, Müllabfuhr und Wertstofferfassung, Landratsamt Regensburg, Tel. 0941/4009-404

Veranstaltungskalender 2027

Der Markt Regenstauf veröffentlicht für seine Bürgerinnen und Bürger sowie seine Ferien- und Urlaubsgäste wichtige Veranstaltungen über einen Online-Kalender auf der Website www.regenstauf.de

Um diesen Kalender so attraktiv wie möglich zu gestalten, aber auch um Terminüberschneidungen zu vermeiden, bitten wir alle Vereine, Kulturanbieter, Pfarrgemeinden und Interessengruppen die wichtigsten Termine und Daten für die im Jahre 2027 geplanten Kulturveranstaltungen, Feste, kirchlichen Feiern (Erstkommunion, Firmung, Konfirmation usw.), Jubiläen, Faschingsveranstaltungen, Generalversammlungen, Weihnachtsfeiern und sonstigen Veranstaltungen einzupflegen. Die Einpflege durch den jeweiligen Verein / Institution stellt die korrekte inhaltliche Darstellung sicher. Wenn Sie Ihre Veranstaltungen selbst einpflegen, können Sie durch das Hochladen von Fotos Ihre Veranstaltung ansprechender gestalten.

Mit dem Button „Veranstaltung einreichen“ besteht die Möglichkeit ohne Anmeldung Ihre Veranstaltung/en zu melden.

Nutzer ohne Internet haben auf dem **Formblatt** „Veranstaltungsanzeige“ auf der folgenden Seite bis **14. Dezember 2026** die Möglichkeit, Termine an die Verwaltung des Marktes Regenstauf zu melden.

Falls Ihre Termine bereits zur Vereinsvorstandsbesprechung am 18. November 2026 feststehen, können Sie das ausgefüllte Formblatt gerne zu diesem Termin mitbringen.

Wir bedanken uns für Ihre Unterstützung und wünschen Ihnen in Ihrem Ehrenamt weiterhin viel Freude und Erfolg.

Bitte nutzen Sie das elektronische Veranstaltungsmodul unter www.regenstauf.de / Button Veranstaltungen und stellen Sie Ihre Veranstaltungen direkt in unseren Veranstaltungskalender ein.

KLIMASCHUTZ GEHT LEICHT

Tipps des Monats

EFFIZIENT HEIZEN



(Bild: USA-Reiseblogger / pixabay)

Selbst mit geringem Aufwand können Sie viel erreichen. Hier sind einige einfache Schritte, die Sie schnell mit Hilfe eines Fachbetriebs umsetzen können: Hydraulischer Abgleich: Stellen Sie sicher, dass Ihre Heizung und Heizkörper optimal eingestellt sind, um gleichmäßig Wärme zu verteilen. Heizung jährlich warten: Bei der Wartung kann der Installateur auch gleich die Heizungseinstellungen optimieren. Dämmung von Heizungsrohren: Reduzieren Sie Wärmeverluste durch eine gute Dämmung der Heizungsrohre, vor allem im Keller und in unbeheizten Räumen.

HEIZUNG OPTIMIEREN



(Bild: TBIT / pixabay)

Dämmung von Fensternischen, Fenstern und Türen: Verbessern Sie die Effizienz Ihrer Heizung mit wenigen Handgriffen mit geeigneten Dichtbändern oder dem Tausch von defekten Dichtungen. Thermostatventile austauschen: Programmierbare Thermostate helfen, die Raumtemperatur gezielter zu steuern. So können Sie bspw. morgens das Bad aufheizen, während das Wohnzimmer erst später am Tag geheizt werden muss. Heizungsumwälzpumpe erneuern: Hocheffiziente Heizungsumwälzpumpen können bis zu 90 % derjenigen Stromkosten sparen, die durch die Pumpe verursacht werden (www.energieatlas.bayern.de).

Markt Regenstauf – Klimaschutz schafft Perspektiven

Mehr Infos unter www.regenstauf.de/klimaschutz und www.energieagentur-regensburg.de

REGENSBURG energieagentur

- Markt Regenstauf –
Öffentlichkeitsarbeit

Name und Anschrift
des Veranstalters (Verein, Organisation, Stammtisch)

…… Datum:……
……
……
……

Veranstaltungen 2027
Jahreshauptversammlung, Neuwahlen, Jubiläen, Pfarrfest, Erstkommunion, Firmung Weihnachtsfeiern, Fahnenweihen, Tag der Offenen Tür, Theateraufführungen, Kulturveranstaltungen, Sommernachtsfeste, Ausstellungen usw.

Termine im elektronischen Veranstaltungskalender Markt Regenstauf selbst eingegeben:

ja / nein

Datum	Uhrzeit	Art der Veranstaltung	Veranstaltungsort, Lokal

Rückgabe an den Markt Regenstauf
14. Dezember 2026

Bitte nutzen Sie den elektronischen Veranstaltungskalender
um Ihre Termine selbst einzutragen!
www.regenstauf.de/Veranstaltungen/Button **Veranstaltungen einreichen**

zum Herausschneiden

Feste und Veranstaltungen

LBV Vogel- und Umweltstation

Ankündigungen:

Ferienprogramm: Schaurige Spinnenwelt

Dienstag, 3. November 2026 von 14.00 bis 16.00 Uhr

Entdecke mit uns die geheimnisvolle Welt der Spinnentiere! Wir lernen diese faszinierenden Tiere genauer kennen und basteln uns eigene Spinnen aus Pfeifenputzern und Draht. Am Lagerfeuer lassen wir den Nachmittag mit leckerem Stockbrot ausklingen. (Voraussetzung: passendes Wetter) Bitte mitbringen: wettergerechte Kleidung, Trinkflasche. Kosten: 10 Euro. Anmeldung unter https://www.vhs-regensburger-land.de/.



(Foto: Katrin Kunz)

Seife sieden mit ätherischen Ölen

Dienstag, 10. November 2026 von 18.30 bis 21.00 Uhr

Aus hochwertigen Pflanzenölen, verfeinert mit ätherischen Ölen und Gewürzen, sieden wir unsere eigene Seife. Der Workshop vermittelt die Grundlagen des traditionellen Kaltsiedeverfahrens. Die hergestellte Seife kann im Anschluss mitgenommen werden. Kosten: 25 Euro, inkl. Materialkosten. Anmeldung bis 9. November unter umweltstation.regenstauf@lbv.de.



(Foto: Canva)

Wolle upcyceln für ein DIY-Häkeltuch

Montag, 16. November 2026 von 16.00 bis 18.00 Uhr

Wir lernen, wie man ein Schultertuch häkelt und alte Wolle recycelt, Vorerfahrung im Häkeln ist wünschenswert. Für Kinder ab 10 Jahren, Familien und Senioren. Gern kann eigene Wolle mitgebracht werden, Häkelnadel und Wolle werden gestellt. Veranstaltung der Ortsgruppe im Städtedreieck. Ort: Schützenverein Waldeslust Roding e.V., Raffastraße 50, 93142 Maxhütte-Haidhof. Anmeldung bis 9. November unter jenny.neeser@lbv.de.

Mandala-Adventskalender – achtsam in die Weihnachtszeit

Montag, 30. November 2026 von 18.30 bis 20.30 Uhr

Sei willkommen, hier geht es um dich:

Um deine Emotionen, deine innere Stimme, deinen kreativen Ausdruck.

Über die Meditation finden wir gemeinsam neue Wege in deine Selbsterfahrung: Mit Origami-Papier, Mandala-Stempeln und Buntstiften gestaltest du deinen individuellen Adventskalender – als Überraschung für einen lieben Menschen oder achtsames Geschenk an dich selbst. So startest du in entspannter Atmosphäre in deine Vorweihnachtszeit – ganz ohne Leistungsdruck.

Kosten: 45 Euro

Treffpunkt: Masurenweg 19, 93128 Regenstauf

Anmeldung: www.humanenergetik.de



(Foto: Luise Hufschmid)

Hobby.-Künstlerstammtisch Regenstauf

Treffpunkt für kreative Ideen, liebevoll gestaltete Produkte und kunsthandwerkliche Vielfalt.

Am *Sonntag, den 15.11.2026* findet in der *Jahnhalle Regenstauf* der *Weihnachtsmarkt* statt.

Über 50 Aussteller präsentieren Ihre Produkte. Die Auswahl: Feine gearbeitete Holz.-Wollware, handgefertigter Schmuck, Keramikwaren, Adventskränze, liebevoll gestaltete Weihnachtsdekoration und vieles mehr.

Nutzen Sie die Gelegenheit, sich inspirieren zu lassen oder bereits die ersten Weihnachtsgeschenke auszuwählen.
Die Aussteller freuen sich auf Sie.
Der Markt ist geöffnet
von 09:30 Uhr bis 16:30 Uhr.
Unkostenbeitrag pro Erwachsene 1.-€

SimCo Engineered · Regensburg, Donaustaufer Str. 120

PV-CHECK MIT WÄRMEBILD-DROHNE · ECHTER FALL, SEPTEMBER 2026

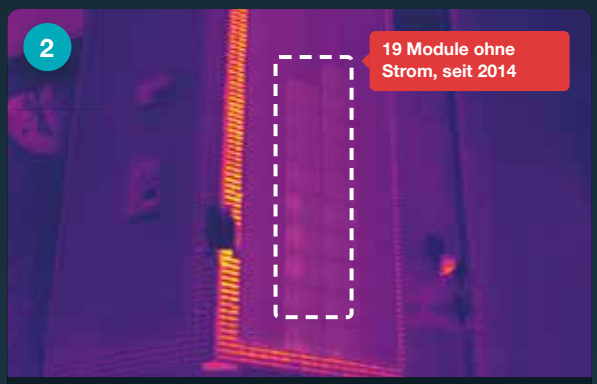
PV-CHECK
229 €
Buchung bis 30.12.2026
bis 25 kWp · inkl. MwSt.

19 Module. Zwölf Jahre. Kein Strom. Niemand hat es bemerkt.

Der Wechselrichter zeigte die ganze Zeit keinen Fehler.



So sieht es jeder: alle Module gleich.
Luftbild derselben Anlage. Mit bloßem Auge ist nichts zu erkennen, der Wechselrichter meldet nichts.



So sieht es die Wärmebildkamera.
Module ohne Stromabgabe werden wärmer und heben sich als heller Block ab. Gleiche Anlage, gleicher Moment.

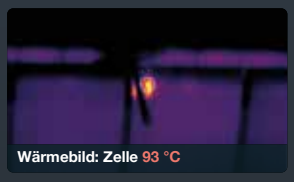
ca. 1.270 € **Verlust dieser Anlage pro Jahr** durch die 19 Module ohne Strom, bei 0,30 €/kWh. Zwölf Jahre lang.

WARUM DAS NIEMAND SIEHT

Ihr Wechselrichter zeigt den Gesamtertrag. Welches Modul keinen Strom liefert, zeigt er nicht.

Hier fehlten rund 4.200 kWh im Jahr, etwa der Verbrauch eines Vier-Personen-Haushalts. Von außen sah jedes Modul gleich aus, der Wechselrichter meldete nichts. Erst das Wärmebild hat es sichtbar gemacht.

ANDERE ANLAGE, ANDERE URSACHE


Wärmebild: Zelle 93 °C


Ursache hier: Schatten der SAT-Schüssel

In manchen Fällen besteht Brandgefahr.
Wohnhaus in der Region, von unten unsichtbar. Auslöser sind auch Laub, Vogelkot, Schatten von Bäumen oder Kaminen, Zellbrüche nach Hagel sowie lose Stecker und Kabel. Überhitzte Zellen gelten als sicherheitsrelevant.



So prüfen wir Ihre Anlage.
Wärmebild-Drohne über dem Dach, jedes Modul einzeln, ohne Gerüst, in etwa einer Stunde. **Schriftlicher Bericht mit Bildern im Preis enthalten.**
Auf Wunsch Gutachten für Ihre Versicherung, gegen Aufpreis.

Ob ein Jahr alt oder fünfzehn: Ein Blick lohnt sich.
Montagefehler fallen sonst erst nach Jahren auf. Flugtermin bis 30.04.2027 zum gleichen Preis, Anfahrt bis 70 km inklusive.
Bitte Stichwort „Regenstauf“ nennen.

0941 3820 8513
oder QR-Code scannen
simco-engineered.com/pv-check

www.simco-engineered.com/pv-check

SimCo Engineered · Donaustaufer Str. 120 · 93059 Regensburg · info@simco-engineered.com · Fotos aus eigenen Inspektionen 2026, anonymisiert und mit Zustimmung der Eigentümer. Thermografie in Anlehnung an IEC 62446-3, ersetzt keine elektrische Prüfung.

Tom's Bühne

13. November 2026 – Craobh Rua

Beginn 20.00 Uhr, Einlass 19.00 Uhr

Tom's Bühne, Hauptstr. 15, 93128 Regenstauf

Tickets: 20 Euro bei okticket

Craobh Rua* aus Belfast spielen mitreißende irische Tunes (Tanzmelodien), gefühlvolle Balladen und feurige Lieder, die eine große Sehnsucht nach der grünen Insel entstehen lassen. Die „Botschafter der traditionellen irischen Musik" touren nun schon seit vielen Jahren rund um den Erdball.



Craobh Rua demonstriert eindrucksvoll, wie frisch und lebendig die irische Musik klingen kann. Gefühlvolle Balladen bilden ein harmonisches Gegengewicht zu den virtuos gespielten Tunes; so entsteht eine angenehme Atmosphäre aus Spannung und Ausgelassenheit.

Craobh Rua sind:

Desy McCabe (Uilleann Pipes, Tin Whistle)

Brian Connolly (Banjo, Mandoline)

Eoghan McKenna (Fiddle)

Declan Keenan (Gitarre, Gesang)

**Craobh Rua (ausgesprochen: „Crave Roo-Ah") ist Irisch-Gälisch und bedeutet übersetzt „Roter Zweig". Der Begriff ist in Nordirland historisch bekannt, insbesondere durch die Sagen rund um die Red Branch Knights of Ulster (die Ritter vom Roten Zweig von Ulster).*

(Foto: Craobh Rua)

20. November 2026 – DuoNova

Beginn 20.00 Uhr, Einlass 19.00 Uhr

Tom's Bühne, Hauptstr. 15, 93128 Regenstauf

Tickets: 20 Euro bei okticket

Ein Duo, das durch innovative Instrumentierung in neue Klangwelten eintaucht. Es widmet sich sowohl der Konzertmusik aus Süd- und Mittelamerika als auch der spanischen Musik des 19. Jahrhunderts. Die Besetzung aus Gitarre und Bandoneon ist einzigartig und fesselt die Ohren der Zuhörer. Nico Graz und Florian Kohlscheen sind zwei Ausnahmekünstler, die sich musikalisch weit über die Klassik hinausbewegen. Die Zuhörer erwartet ein einmaliges Konzerterlebnis.



(Foto: Thomas Eberl)

Kathreintanz in der Jahnhalle

14. November 2026, 19.30 Uhr

„Der Kathrein stellt den Tanz ein" – mit diesem alten Spruch ist die Zeit vor der stillen Zeit verbunden. Früher war der Kathreintanz die letzte Gelegenheit, noch einmal gemeinsam das Tanzbein zu schwingen. Der Heimat- und Volkstrachtenverein „Stamm" Regenstauf hält diese Tradition lebendig und lädt am **Samstag, 14. November 2026,** ab 19.30 Uhr zum Kathreintanz in die Jahnhalle ein.

Zum Tanz spielt die Kapelle „Bloß Blech" aus Donaustauf auf. Polka, Walzer, Schottische und Zwiefache laden dazu ein, gemeinsam die ersten Runden auf dem Tanzboden zu drehen. Auch einfache Figurentänze stehen auf dem Programm. So ist der Abend für geübte Tänzer ebenso gedacht wie für alle, die einfach einmal ausprobieren möchten, wie viel Freude im gemeinsamen Tanzen steckt.



Eingeladen sind Jung und Alt, Trachtenträger, Blasmusikfreunde und alle, die gerne einen geselligen Abend verbringen. Da trifft man sich mit Freunden, kommt miteinander ins Gespräch und findet sich wenig später gemeinsam auf der Tanzfläche wieder. Genau darin liegt ein Stück bayerischer Lebensart: Musik, Bewegung und Geselligkeit gehören zusammen – unkompliziert, miteinander und mit viel Freude an der gemeinsamen Zeit.

Ob Dirndl, Lederhose oder ganz unkompliziert – auf der Tanzfläche zählt vor allem die Freude am gemeinsamen Tanzen. Der Kathreintanz verbindet damit einen alten Brauch mit einem lebendigen Abend, an dem Tradition nicht nur bewahrt, sondern gemeinsam erlebt wird.

Der Unkostenbeitrag beträgt 10 Euro. Platzreservierungen nimmt die Gaststätte Jahnhalle unter 09402 1338 entgegen.

(Text: T. Lehner / Foto: Vereinsarchiv Heimat- und Volkstrachtenverein „Stamm")

maier
•SANITÄR
•HEIZUNG
•SPENGLEREI

Mario Maier
Sanitär- Heizung- und Spenglermeister

Bayernstraße 13 · 93128 Regenstauf
Telefon: 0 94 02 / 29 09 · Telefax: 0 94 02 / 64 28
E-Mail: Sanitaer-Maier@t-online.de
www.shs-maier.de

Eisenbahnfreunde Regenstauf



Am **Samstag 14. November 2026** und Sonntag 15. November 2026 findet die 43. Regenstaufer Modellbahnbörse der Eisenbahnfreunde Regenstauf jeweils von 10.00 – 15.00 Uhr in der Eckert-Bibliothek, Dr.-Robert-Eckert-Str. 3 in Regenstauf statt.

Gezeigt wird der Bahnhof Falkenstein in Spur 0 im Maßstab 1:43 – der Regensburger Hauptbahnhof mit dem neuen Dampflok-Bahnbetriebswerk mit 3 Drehscheiben in Spur H0 im Maßstab 1:87 und die Eckert-Berganlage mit Zahnradbahn in Spur H0 im Maßstab 1:87. Der bekannte Modellbauer Udo Uecker aus Dalking bei Cham zeigt seine neuesten Modellbahn-Dioramen. Als weitere Attraktion wird es die Aktion „Modellhäuser – Basteln für Kinder“ geben. Auch eine Holzeisenbahn wird für die Jüngsten aufgebaut. Neben den üblichen Angeboten einer Modellbahnbörse mit teilweise wechselnden Ausstellern am Samstag und Sonntag kann man sich auch über die Modellbahn-Neuheiten 2026 informieren. Eine Probestrecke ist in allen gängigen Spurweiten (Z-IIm) vorhanden.



Nähere Informationen erhalten Sie bei Gunther Hocke unter Tel. 0941 46105405 oder unter www.eisenbahnfreunde-regenstauf.de!

(Text und Foto: Gunther Hocke)

Wärmepumpe live erleben: „Tag des offenen Heizungskellers“

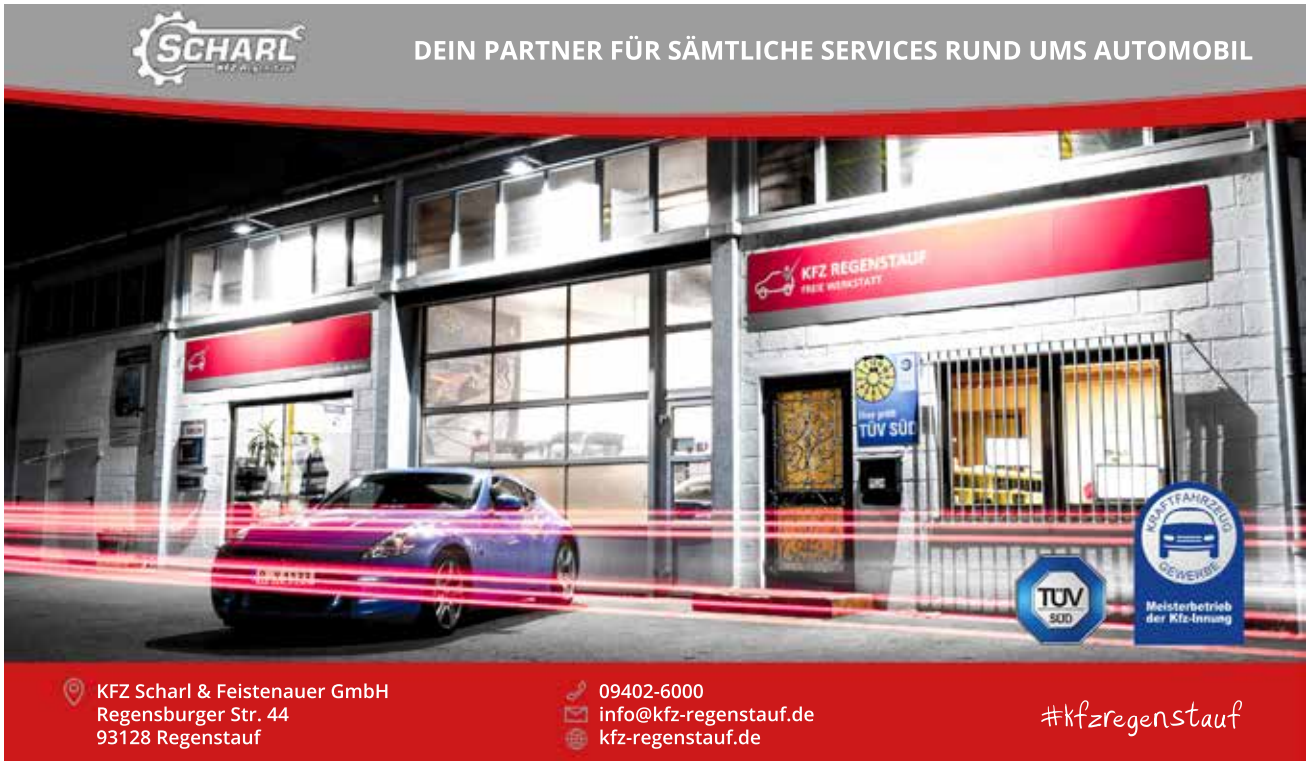
TAG DES OFFENEN HEIZUNGSKELLERS

Samstag, 21. November 2026

Am **21. November 2026** findet der bundesweite „Tag des offenen Heizungskellers“ statt. Auch in Regenstauf und Umgebung öffnen mehrere Hausbesitzer/innen ihre Türen und zeigen ihre Wärmepumpe im Einsatz. Besucherinnen und Besucher können sich vor Ort informieren, praktische Erfahrungen sammeln und aus erster Hand erfahren, wie der Umstieg auf klimafreundliches Heizen funktioniert. Viele Menschen interessieren sich für Wärmepumpen, zögern aber bei der Anschaffung – weil sie Fragen zur Technik, zu den Kosten oder zur Förderung haben. Am Tag des offenen Heizungskellers kommen Eigentümer/innen klimafreundlicher Heiztechnik mit Interessierten ins Gespräch – ganz direkt, offen und alltagsnah. Der bundesweite Aktionstag wird vom Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND), Campact, co2online, GermanZero, Greenpeace Deutschland und dem Solarenergie-Förderverein Deutschland (SFV) initiiert. Ziel ist es, die Wärmewende sichtbar zu machen und praktische Beispiele zu zeigen – von der Planung über die Finanzierung bis zur alltäglichen Nutzung.

Heizungskeller in Ihrer Nähe finden und anmelden

Über die Website https://offenerheizungskeller.de/besucher/ finden Sie „offene Heizungskeller“ in Ihrer Nähe und können sich für eine Besichtigung am Tag des offenen Heizungskellers anmelden.



4. Karlsteiner Schlossweihnacht – Zeit für besondere Momente bei romantischem Lichterzauber und festlicher Stimmung

Nach den großartigen Erfolgen in den letzten Jahren laden die Freiwillige Feuerwehr Karlstein zusammen mit der Gräflichen Familie von Drechsel sowie dem Schützenverein „Eichenlaub“ Karlstein zur 4. Karlsteiner Schlossweihnacht am **Samstag, den 21. November 2026** ein.



Ab 15.00 Uhr verwandelt sich das historische Ambiente von Schloss Karlstein wieder in ein wahres Weihnachtswunderland und öffnet für die „4. Karlsteiner Schlossweihnacht“ seine Pforten und stimmt die Besucherinnen und Besucher auf die staade Zeit ein.

Wie es sich für einen traditionellen Weihnachtsmarkt gehört, steigt der Duft von Glühwein, gegrillten Knackern, leckeren Schupfnudeln und frischen Waffeln den Besuchern in die Nase. Romantische Lichter werden wieder für eine ganz besonders stimmungsvolle Kulisse im Schlosshof sorgen. Auch heuer wartet in den ehrwürdigen Mauern von Schloss Karlstein wieder eine Keller-Bar auf die Besucher.

In der ehemaligen Brennerei bereichern auch in diesem Jahr wieder zahlreiche Aussteller mit ihren Angeboten die Schlossweihnacht. Für die kleinen Besucher schaut auch der Heilige Nikolaus vorbei.

Bei weihnachtlicher Stimmung lässt es sich also gut schlemmen, unterhalten und ein paar gemütliche Stunden verbringen. Der Eintritt ist frei!

Auf Ihren zahlreichen Besuch freuen sich die Veranstalter sowie alle Austeller.

(Foto: Karl-Heinz Merl / Feuerwehr Karlstein)

Krippenfreunde Regental e. V.

Krippenausstellung

Anlässlich des 30-jährigen Vereinsjubiläums findet vom 28. November 2026 bis 6. Dezember 2026 eine Krippenausstellung im Dachgeschoss des Mehrgenerationenhauses statt.

Gezeigt werden Krippen von Vereinsmitgliedern, Freunden des Vereins und aus der italienischen Partnergemeinde Casirate d’Adda.



Die Ausstellung ist täglich von 9.00 bis 12.00 Uhr und 14.00 bis 17.00 Uhr geöffnet.

Abweichend dazu am Mittwoch, 3. Dezember bis 19.00 Uhr.

Am Sonntag, 6. Dezember schließen wir um 16.00 Uhr.

Wir freuen uns über viele Besucher der Ausstellung.

Krippenfreunde Regental e.V.

hofmann-krippenbau@r-kom.net

Tel. 09402 782367

(Text und Foto: Eberhard Hofmann)

Vorabinformation Seniorenweihnachtsfeiern

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
liebe Seniorinnen und Senioren,

es hat sich viel getan und viel verändert in den Jahren, seit Altbürgermeister und Ehrenbürger Johann Zelzner diese schöne Tradition eingeführt hat.

Leider besuchten in den vergangenen Jahren immer weniger Seniorinnen und Senioren diese Weihnachtsfeiern. Ob es am höher angesetzten Renteneintrittsalter liegt oder die grundsätzlich veränderte Lebensweise, durch die wir uns alle „erst später als Seniorin oder Senior fühlen“, lässt sich nicht ermitteln.

Der Rückgang der Teilnehmerinnen und Teilnehmer, personelle Veränderungen beim Markt Regenstauf sowie die Erweiterung der Pfarreiengemeinschaft, die von unseren drei Pfarrern seelsorgerisch begleitet werden sollen, veranlassen uns, bei den Seniorenweihnachtsfeiern Änderungen vorzunehmen.

Wir wollen weiterhin an der liebgewordenen Tradition festhalten und unseren älteren Mitbürgerinnen und Mitbürgern die Möglichkeit anbieten, in geselliger Runde ein paar schöne vorweihnachtliche Stunden zu verbringen.

Daher finden ab 2026 im gesamten Marktgemeindegebiet **zwei** Seniorenweihnachtsfeiern statt:
am 2. Adventssamstag in Steinsberg und am 3. Adventssonntag in Regenstauf.

Für die Steinsberger Seniorenweihnacht wird es keinerlei Änderung zu den vergangenen beiden Jahren geben. Aufgrund der geringen Nachfrage haben wir den Shuttle-Bus schon vor ein paar Jahren eingestellt.

Künftig feiern die Regenstaufer, Diesenbacher und Regentaler Seniorinnen und Senioren gemeinsam ihre Weihnachtsfeier in Regenstauf in der Jahnhalle. Ein von uns organisierter Shuttle-Service bringt dabei unsere älteren Mitmenschen aus dem Regental (wie früher und zusätzlich Ramspau) und Diesenbach kostenlos zur Veranstaltung und anschließend wieder zurück.

Wie gewohnt erwartet Sie, liebe Seniorinnen und Senioren, ein abwechslungsreiches Programm, Kaffee, Tee und weihnachtliches Gebäck sowie Zeit, alte Bekanntschaften zu pflegen und neue zu schließen.

Die ausführliche Einladung sowie weitere Informationen veröffentlichen wir in unserem Mitteilungsblatt November – Termine Dezember, dass Sie spätestens Anfang Dezember in Ihrem Briefkasten finden.

Vorab die Termine 2026 zum Vormerken:
Für die westlichen Gemeindeteile: **Samstag, 5. Dezember 2026** in der Taverna Alte Hofmark
Regenstauf, Diesenbach und Regental: **Sonntag, 13. Dezember 2026** in der Jahnhalle

Wir freuen uns auf viele Besucherinnen und Besucher unserer Seniorenweihnachtsfeiern!

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Frau Zaus-Vogl: 09402 509-16



DEINE FÜSSE SIND EINZIGARTIG. DEINE EINLAGEN AUCH.

Jede Einlage **individuell** für dich gefräst.

100 % INDIVIDUELL
Maßgefertigt für deine Füße.

MODERNSTE TECHNOLOGIE
Präzise CNC-Fräsung für höchste Qualität.

MEHR KOMFORT. MEHR LEBENSQUALITÄT.
Spürbar jeden Tag.

SEIDL
Orthopädie – Schuhtechnik

- Individuelle Einlagen
- Orthopädische Schuhe
- Bandagen
- Schuhzurichtungen

KOMPETENZ RUND UM DEINEN AUFTRITT.

Beratungen und Sprechtage

Helferkreis „Menschen helfen Menschen“ – Wir sind für Sie da

Seit 2019 gibt es den Helferkreis „Menschen helfen Menschen“. Wir unterstützen Menschen in Regenstauf, die gerade Hilfe brauchen – schnell, unkompliziert und ganz ohne Hürden.

Wir übernehmen alles, was auch ein guter Nachbar tun würde, zum Beispiel:

- Besorgungen oder Begleitung beim Einkaufen
- Unterstützung bei Formularen, Schreiben, Ämtern, Behörden oder Arztbesuchen
- Hilfe beim Kontakt zu Beratungsstellen und anderen Diensten
- Unterstützung am PC, Handy oder im Internet
- Kurzzeitige Kinderbetreuung oder Begleitung
- Gräber gießen in Regenstauf
- Kleine Arbeiten im Haus oder Garten
- Zeit schenken – für Gespräche, Zuhören, Spazierengehen

Unser Helferkreis freut sich auch über neue Menschen, die mithelfen möchten – genauso wie über Ideen, wie wir unser Angebot weiterentwickeln können.

Alle Helferinnen und Helfer arbeiten ehrenamtlich und kostenlos. Wenn Sie Unterstützung brauchen, melden Sie sich einfach – ganz ohne Scheu und ohne großen Aufwand.

Kontakt: Frau Mechthild Hofstetter Telefon: 09402 8473

Familienstützpunkt Regenstauf



Erziehung heißt oft genug, Fragen zu haben. Wir wollen Ihnen bei Ihren Fragen helfen.

Familienstützpunkt Regenstauf
Im Kultur- und Mehrgenerationenhaus
Hauptstraße 34
93128 Regenstauf

E-Mail: familienstuetzpunkt@regenstauf.de

Ihre Ansprechpartner:

Barbara Maier (Dipl. Sozialpädagogin (FH))

Kristin Kilger (pädagogische Fachkraft)

Offene Elternsprechstunde

Im Zusammenleben mit Kindern stellen sich tausend kleine und große Fragen. Oft ist man nur ein bisschen unsicher, manchmal braucht man eine Hilfestellung zu einem konkreten Problem.

Hier will die Elternsprechstunde weiterhelfen. Mit einem offenen Ohr für Elternnöte, egal ob in der „klassischen“, der Patchwork- oder Regenbogenfamilie oder bei Alleinerziehenden.

Kristin Kilger, zertifizierte Elternberaterin und Elternbegleiterin zu den Bildungsverläufen von Kindern, steht Ihnen hierfür zur Verfügung. Ihre Beratung ist kostenlos, unterliegt der Schweigepflicht und läuft auf Wunsch anonym ab.

Die offene Elternsprechstunde findet statt:

einmal monatlich Dienstag von 9.00 – 10.30 Uhr

einmal monatlich Dienstag von 16.00 – 17.00 Uhr.

Hierfür müssen Sie sich nicht anmelden, den genauen Termin finden Sie in der Rubrik Mehrgenerationenhaus und Familienstützpunkt weiter hinten in diesem Blatt.

Gerne können Sie auch einen Termin zu einem Beratungsgespräch vereinbaren Tel. 09402 9382515,
E-Mail: familienstuetzpunkt@regenstauf.de

Jugendhilfe: Beratungsangebot und sozialpädagogische Hilfen, Einzelhilfen für Kinder, Jugendliche und Eltern

Die Jugendpflege bietet Beratung und Unterstützung bei persönlichen, schulischen und beruflichen Fragen. Sie vermittelt zudem zusätzliche Unterstützung und Dienstleistungen an, um den Kindern und Jugendlichen bei ihren Anliegen zur Seite zu stehen.

Sie erreichen uns unter:

Festnetz	09402 784624 (mit AB),
Mobil und über WhatsApp unter	0175 5607299,
per E-Mail unter	jugendpflege@regenstauf.de,
per Instagram unter	„juzregenstauf“,
oder per Facebook unter	„Jugendpflege Regenstauf“

Sozialpädagogische Hilfen und Beratung

Beratung von Kindern, Jugendlichen und Eltern

Praktikumsbegleitung für Studierende der OTH, BOS oder FOS

FH/FOS/BOS/Universität, 48-Stundenpraktikum der sozialen Arbeit, als auch 22-Wochenpraktikum ist in der Jugendpflege ableistbar.

Notariatssprechtage

Die Sprechstunde des Notariats Dr. Merkle/Schünemann in Regensburg findet am Mittwoch, **4. und 18. November 2026** um 14.00 Uhr im Rathaus auf Zimmer 44 (1. OG) statt.

Die Notare bitten möglichst nach vorangegangener telefonischer Anmeldung bei ihrer Geschäftsstelle Notare Dr. Merkle/Schünemann, 93047 Regensburg, D.-Martin-Luther-Str. 13, Tel. 0941 58507-0, vorzusprechen.

Sonjas Kleiderkammer Regenstauf

Freitag von 15.00 bis 16.00 Uhr: Anlieferung
von Damen-, Herren- und Kinderbekleidung und Schuhen, Haushaltsutensilien (Töpfe, Pfannen, Geschirr, Gläser, Besteck, Schüsseln und vieles mehr), Kinderwägen, Kinderspielzeug, Büchern, Fahrrädern, Rollern.

Samstag von 9.00 bis 12.00 Uhr: Abholung
der oben genannten Artikel

Falls Sie an den oben genannten Terminen keine Zeit haben sollten, bin ich gerne bereit, für Sie die Kleiderkammer zu öffnen.

Sie erreichen Sonjas Kleiderkammer unter der Telefonnummer 0151 20453664.



BRK-Regenstauf

Bayerisches Rotes Kreuz | Kreisverband Regensburg

Hilfen aus einer Hand

Seniorenzentrum Regenstauf
Senioren Wohn- und Pflegeheim, Dechant-Wiser-Str. 20
Tel. 09402 7856-0

Sozialstation Regenstauf
Regensburger Str. 31, Tel. 09402 9479416

Tagespflege Regenstauf „Oase am Regen“
Dr.-Martin-Luther-Straße 5, Tel. 09402 9381499

BRK Kreisverband Regensburg (Stadt und Landkreis)
Hoher-Kreuz-Weg 7, 93055 Regensburg, Tel. 0941 79605-0
www.brk-regensburg.de
E-Mail: info@kvregensburg.brk.de

24h-BRK Servicezentrale, Tel. 0941 297600

Grundpflege, Behandlungspflege, Haushaltshilfen, Fahrdienste, Essen auf Rädern, Hausnotruf, Entlastung für pflegende Angehörige, Kurzzeitpflege und vollstationäre Pflege, Tagespflege

Blutspendetermin in Regenstauf in der Grundschule am Schloßberg

Am **Montag, 16. November 2026** findet in Regenstauf, von 16.30 bis 20.30 Uhr, in der Grundschule am Schloßberg, Friedenstraße 40 unser Blutspendetermin statt.

Jetzt Wunschtermin reservieren:
www.blutspendedienst.com/regenstauf

Um eine rege Beteiligung wird gebeten.

Der Blutspendedienst weist hin: Bitte bringen Sie zu jeder Spende unbedingt Ihren Blutspendepass, zumindest aber einen Lichtbildausweis (Personalausweis, Reisepass, Führerschein) mit.

Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

- Allgemeine Schwangerenberatung
- Schwangerschaftskonfliktberatung mit Beratungsnachweis
- Information über finanzielle Hilfen und Antragstellung bei der Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“
- Beratung zur Familienplanung und Empfängnisverhütung
- Beratung vor und nach pränataler Diagnostik

Die Beratung ist kostenlos und unterliegt der Schweigepflicht.
Bitte vor jeder Beratung einen Termin vereinbaren.

Landratsamt Regensburg
Gesundheitsamt
Altmühlstraße 3, 93059 Regensburg
Tel. 0941 4009-193 oder -732
E-Mail: gesundheitsamt@landratsamt-regensburg.de
Internet: www.landkreis-regensburg.de

Donum Vitae in Bayern e. V.

Donum Vitae in Bayern e. V.
Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

Maximilianstr. 13
93047 Regensburg
E-Mail:
Internet:

Tel. 0941 5956490
Fax 0941 5956499
regensburg@donum-vitae-bayern.de
www.regensburg.donum-vitae-bayern.de

Pro familia, Ortsverband Regensburg

Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

An der Schergenbreite 1 (Ecke Donaustaufer Straße gegenüber Gewerbepark, barrierefrei erreichbar), 93059 Regensburg

Informationen zum Angebot erhalten Sie unter
www.profamilia.de/regensburg
Kontakt unter 0941 704455 oder regensburg@profamilia.de





Informationen für Schwangere

Geburtsvorbereitung
Beginn etwa ab 27. Schwangerschaftswoche, geschlossener Kurs, für Erst- und Mehrgebärende.
Es finden pro Kurs (nach Absprache mit den Kursteilnehmerinnen) 1 – 2 Partnerabende statt.
Kurskosten werden von der Krankenkasse übernommen, Kosten für Partner 20 Euro.

Rückbildungsgymnastik mit Babysitter, Mittwochvormittag
In diesem Kurs werden nach und nach alle Muskelpartien, die sich in der Schwangerschaft und während der Geburt verändert haben, wieder gekräftigt.
Beginn frühestens 4 – 6 Wochen nach der Geburt, nach Kaiserschnitt frühestens nach ca. 8 Wochen.
Kurskosten werden von der Krankenkasse übernommen. Kosten für Babysitter 3 Euro / Termin.

Informationen zu allen Kursen bitte direkt bei den Hebammen, am besten per E-Mail, anfordern:
Ines Deppe (inesdeppe@gmx.de)
Marita Burkhardt (marita@vilshof.de)
Astrid Burkhardt (astrid@vilshof.de)

Koordinierungsstelle Hebammenversorgung Stadt und Landkreis: Babysprechstunde bietet Unterstützung nach der Geburt

2019 wurde die Koordinierungsstelle Hebammenversorgung von Stadt und Landkreis Regensburg mit dem Ziel gegründet, die Versorgung durch freiberufliche Hebammen nachhaltig zu verbessern. Angesiedelt ist sie beim Gesundheitsamt für Stadt und Landkreis Regensburg. Seit September 2024 bietet die Koordinierungsstelle eine Babysprechstunde an, in der junge Eltern an **jedem ersten Montag im Monat in der Zeit von 10.00 bis 12.00 Uhr** Unterstützung und Beratung bekommen. Ort der Veranstaltung ist das Gesundheitsamt, Altmühlstraße 3, 93059 Regensburg, Zimmer 2.062. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Was passiert in der Babysprechstunde?

In der Babysprechstunde können junge Eltern mit ihren Fragen und Anliegen oder einfach zum Austausch kommen – unverbindlich und kostenlos. Hebamme Martina Eibl unterstützt gerne bei allen Fragen rund ums Baby während dessen erstem Lebensjahr. Zu folgenden Themen wird u. a. beraten und informiert:

Stillprobleme, auf Wunsch Gewichtskontrolle Ihres Babys, Beschwerden durch 3-Monats-Koliken, Ihr Baby weint viel, Schlafprobleme, Eltern-Kind-Bindung, Überforderung im Alltag, Sie fühlen sich ohne erkennbaren Grund traurig und antriebslos, Ernährung mit dem Fläschchen, Einführung der Beikost, Abstillen, Zahnungsprobleme

Kontakt: Koordinierungsstelle Hebammenversorgung Stadt und Landkreis Regensburg, Gesundheitsamt, Altmühlstraße 3, 93059 Regensburg, Martina Eibl, Tel. 0941 4009-155

(Kürzung: Redaktion Mitteilungsblatt)



TelefonSeelsorge

Die TelefonSeelsorge bietet allen Menschen Unterstützung an, die einsam sind oder trauern, in einer Lebenskrise stecken oder von Suizidgedanken gequält werden.

Sie erreichen uns möglichst unkompliziert telefonisch, per Mail oder Chat. Immer ist unsere Beratung anonym und kostenfrei.

0800 1110111 oder **0800 1110222**

oder per Mail und Chat auf online.telefonseelsorge.de

EUTB Oberpfalz Süd

Die EUTB ist eine Beratungsstelle von und für Menschen mit Behinderung. Die Beratung ist kostenlos und unabhängig.

Öffnungszeiten:
Montag: 9.00 bis 13.00 Uhr
Mittwoch: 10.00 bis 16.00 Uhr
Freitag: 10.00 bis 14.00 Uhr

Dr.-Robert-Eckert-Str. 1
(Erdgeschoss Gesundheitszentrum)
93128 Regenstauf

Tel. 09402 9838438 oder 0171 5774587
E-Mail: landkreisregensburg@eutb-bayern.org
Weitere Infos unter: www.eutb-bayern.org

Ambulante Alten- und Krankenpflegestation Regenstauf

Seit über 40 Jahren besteht die Ambulante Alten- und Krankenpflegestation in Regenstauf und leistet Hilfestellung in höchster Qualität und Zuverlässigkeit.

Ein hochqualifiziertes Pflegeteam stellt seine Leistungsfähigkeit auf unterschiedlichen Gebieten unter Beweis:

Wir bieten … Wir beraten … Wir vermitteln…

- Beratung in Alten- und Krankenpflege
- Behandlungspflege und hauswirtschaftliche Versorgung
- Vermittlung Essen auf Rädern
- Vermittlung Hausnotruf
- Vermittlung von Pflegehilfsmitteln
- Sterbebegleitung
- Auf Wunsch Vermittlung von Nachbarschaftshilfe

Sprechzeiten: Werktags Montag bis Freitag 9.00 – 10.00 Uhr und 13.00 – 14.00 Uhr
Bitte melden Sie sich vorher telefonisch an 09402 9185!

Ansprechpartner:

Geschäftsführung:	Josef Hochmuth
Pflegedienstleitung:	Birgit Wach
Anschrift:	Kirchplatz 7, 93128 Regenstauf
Telefon:	09402 9185 – Fax: 09402 9187
E-Mail:	krankenpflege@ambulante-regenstauf.de
Internet:	www.ambulante-regenstauf.de

Krankenpflegeverein des Marktes und der Pfarrgemeinden von Regenstauf e. V.

Der Vorstand des Krankenpflegevereins lädt herzlich ein zur diesjährigen **Jahreshauptversammlung am 15. November 2026** um 14.00 Uhr im Pfarrzentrum St. Jakobus Regenstauf.

Folgende Tagesordnung ist vorgesehen:

1.	Begrüßung	1. Vorsitzender Michael Drindl
2.	Totengedenken	Pfarrer Christian Blank
3.	Bericht 1. Vorsitzender	Michael Drindl
4.	Bericht Schriftführerin	Veronika Portele
5.	Bericht Schatzmeisterin	Helga Lautenschlager
6.	Bericht Kassenprüferinnen	Evi Geigl; Hedwig Humbs
7.	Entlastung	
8.	Bericht über die Arbeit in der Krankenpflegestation	Geschäftsführer Josef Hochmuth
9.	**Neuwahlen**	
10.	Grußworte	Bürgermeister
11.	Verabschiedung	
12.	**Ehrungen**	
13.	Wünsche, Anträge, Verschiedenes	

Anträge der Mitglieder sind spätestens bis zu fünf Tagen vor der Versammlung schriftlich an den Vorstand anzumelden.

1. Vorsitzender Michael Drindl	Tel.:	09402 9489723
2. Vorsitzender Thomas Bonkowski	Mobil:	0151 19130553
Schatzmeisterin Helga Lautenschlager	Tel:	09402 3503 oder
	Mobil:	0170 6345759

Bankverbindung:

Raiffeisenbank Regenstauf
IBAN: DE73 7506 1851 0000 0253 05
BIC: GENODEFIREF (auch Spendenkonto)

Kontaktdaten, Beitrittsanträge und weitere Informationen unter www.krankenpflegeverein-regenstauf.de oder per E-Mail: krankenpflegeverein-regenstauf@web.de

Apotheken-Notdienstplan

Leider können wir den Apothekenplan im Mitteilungsblatt nicht mehr veröffentlichen, da uns die erforderlichen Daten nicht mehr wie gewohnt zur Verfügung stehen. Wir bitten um Ihr Verständnis. Die aktuellen Daten finden Sie unter dem Reiter Notdienst auf https://www.blak.de.



Sachgebiet „Hilfen in schwierigen Lebenslagen – Pflegestützpunkt Plus im Landkreis Regensburg“ – Ein Rundum-Service aus einer Hand

Fachbereich stationäre Pflegeeinrichtungen und Wohnformen der Eingliederungshilfe – Fachstelle für Qualitätsentwicklung und Aufsicht (FQA, früher Heimaufsicht)

Petra Haslbeck	0941 4009-711
Brigitte Voit	0941 4009-648
Ann-Kathrin Wabra	0941 4009-867

Fachbereich Pflege- und Wohnberatung

Helferkreis Auszeit – für Menschen mit Demenz

Helferkreis MeHr Leben – für Menschen mit erworbener Hirnschädigung

Birgit Mai	0941 4009-198
Stefan Steinkirchner	0941 4009-712

Beratung und Beteiligung bei rechtlichen Betreuungsverfahren sowie der erweiterten Unterstützung

Anastasija Beck	0941 4009-8482
Stefan Dünstl	0941 4009-714
Jitka Eckl	0941 4009-708
Ulrike Günter-Mahrer	0941 4009-145
Lisa Schrack	0941 4009-191
Franz Wagerer	0941 4009-787

Hilfs- und Begleitdienst für Menschen in Not (HBMN)

Felix Kuhn	0941 4009-149

Beratung zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Anastasija Beck (A-J)	0941 4009-8482
Saskia García Jociles (K-S)	0941 4009-531
Felix Kuhn (St-Z)	0941 4009-149

Umsetzung Aktionsplan Inklusion und Seniorenpolitisches Gesamtkonzept (demografischer Wandel)

Daniel Wend	0941 4009-268
Saskia García Jociles	0941 4009-531

Anschrift:

Landratsamt Regensburg
Sachgebiet „Hilfen in schwierigen Lebenslagen –
Pflegestützpunkt Plus im Landkreis Regensburg
Altmühlstr. 3
93059 Regensburg
E-Mail: hilfen.lebenslagen@lra-regensburg.de

(Kürzung: Redaktion Mitteilungsblatt)

Computerspende Regensburg e. V.

Sie möchten Ihr altes Notebook loswerden?

Wir, die Computerspende Regensburg e. V., freuen uns, wenn Sie es an uns spenden!

Was machen wir mit Ihrem alten PC?

Sofort nach Erhalt löschen wir die Festplatte und überschreiben sie vollständig mit Zufallszahlen. Dadurch können Ihre Daten auch von Spezialisten nicht mehr ausgelesen werden. Bei sensiblen Daten ist auch ein Ausbau der Festplatte möglich.

Steht ein Empfänger für das Gerät fest, installieren wir ein neues Betriebssystem (Linux). Der Windows Produkt-Key des PCs wird dafür nicht benötigt.

Defekte Geräte verwenden wir als Ersatzteilspender.

Überprüfte und instandgesetzte Notebooks vermitteln wir an Bedürftige wie Schüler, Studenten, Rentner, Bezieher von Grundsicherung, Flüchtlinge oder Menschen mit Behinderung sowie gemeinnützige Vereine und Organisationen in Regenstauf sowie im Großraum Regensburg.

Wir suchen:

- Laptops, Notebooks und Netbooks nicht älter als ca. 10 Jahre, auch defekte Geräte.
- Scanner soweit noch funktionsfähig.
- Zubehör wie Mäuse, externe Festplatten, USB-Sticks, Netzgeräte
- Tower-PC und Drucker können wir derzeit aus logistischen Gründen leider nicht annehmen, kümmern uns aber gerne um die Vermittlung an potentielle Abnehmer.

Wo können Sie in Regenstauf Ihr altes Notebook spenden?

An der Rathauspforte (während der Parteiverkehrszeiten)

Im Mehrgenerationenhaus nach Terminvereinbarung unter mehrgenerationenhaus@regenstauf.de oder Tel. 09402 784623

Abholung vereinbaren unter kontakt@computerspende-regensburg.de

Nähere Informationen finden Sie unter
www.computerspende-regensburg.de

Computerspende Regensburg e. V. arbeitet ehrenamtlich und in Kooperation mit dem Markt Regenstauf und dem Mehrgenerationenhaus Regenstauf.

ZU VERMIETEN

in Regenstauf/ Steinsberg

Schickes Einfamilienhaus

mit Garage und Carport, ca. 155 m² Wfl., inkl. KG, EG, DG, Balkon, EBK, Sauna… ab 01.11.2026

info@regental-immobilien.de

mobil: 0151 125 187 58

elpa GmbH

Ihr Elektriker aus Regenstauf

Elektroinstallation/Neubau & Sanierung
Sprechanlagen • Satellitenanlagen
Netzwerktechnik• Smart Home • Wallbox
Kundendienst • Baustrom • Rauchmelder
Geräteprüfung • VDE-Prüfung

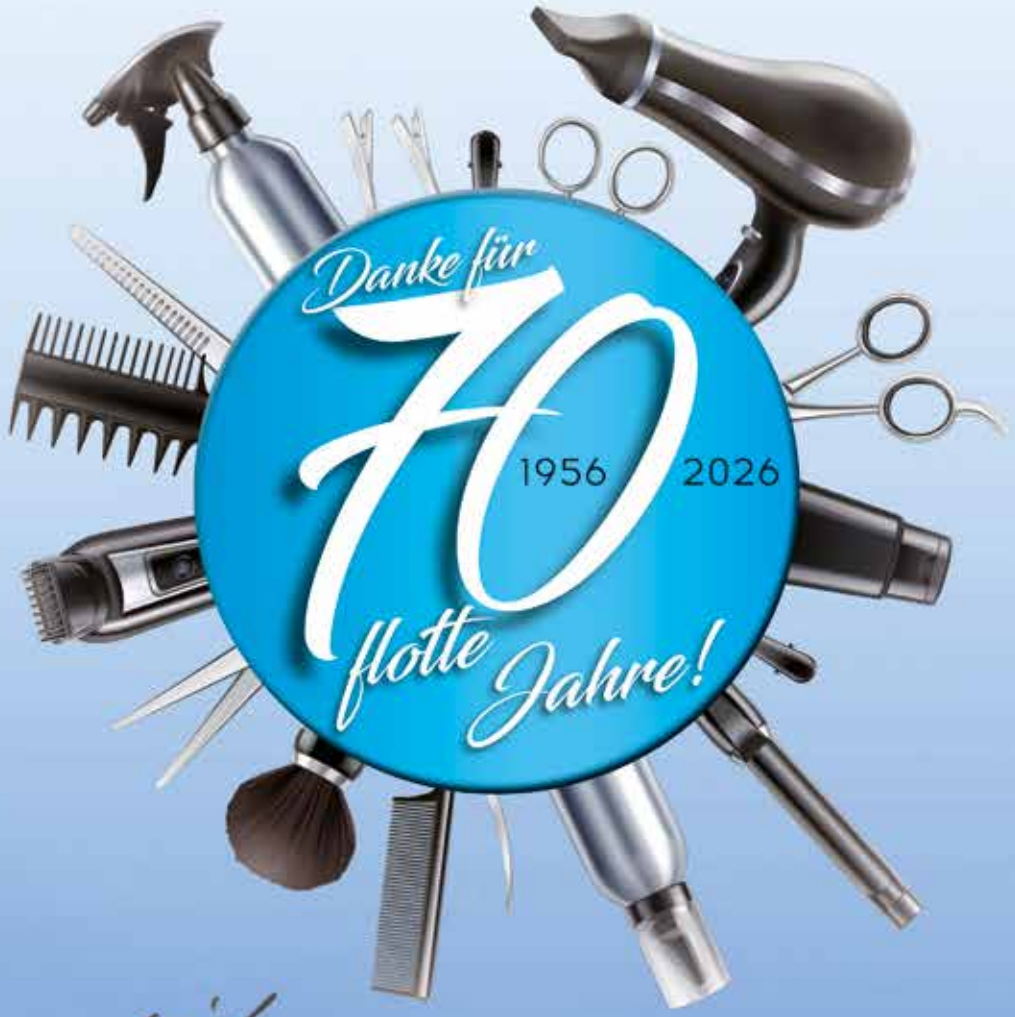
Richard-Wagner-Straße 25
93128 Regenstauf
Tel. 09402/504 226-0
info@elpa-gmbh.com

www.elpa-gmbh.com

PERSÖNLICH - KOMPETENT - MENSCHLICH

FRISÖR SALON ERICH BAYER

HAUPTSTRASSE 12 TEL. 0941_64140





Informationen anderer Stellen

Kostenloses Onlinekurs-Angebot der KoKi-Fachstelle: „Mein Start mit Baby“

Im November lädt die KoKi des Landkreises wieder zu einem besonderen Angebot für Eltern ein, dieses Mal speziell für werdende Eltern.

Am **9. November** startet der **dreiteilige Onlinekurs** „Mein Start mit Baby“. Die weiteren Termine sind der 11. und 16. November, immer von 18.00 bis 19.00 Uhr, online über die Plattform Webex. Die erfahrene Familien- und Kinderkrankenschwester Nancy Moleda leitet diesen Kurs und hat viele Themen und Tipps im Gepäck, um werdende Eltern bestmöglich auf ihr Baby vorzubereiten.

Es werden ausführlich die sogenannten Basics der Betreuung und Versorgung eines Neugeborenen besprochen. Ein weiteres Thema ist die Gestaltung des künftigen Tagesablaufs, damit sich Eltern und Baby wohlfühlen. Ebenso werden die unterschiedlichen Körpersignale eines Babys vorgestellt und gemeinsam lernen die Teilnehmenden, sie zu erkennen und richtig darauf zu reagieren. Es besteht immer Gelegenheit, Fragen zu stellen.

Anmeldung bei KoKi – Netzwerk frühe Kindheit:

Telefon: 0941 4009-611, E-Mail: koki@lra-regensburg.de

(Text: Landratsamt Regensburg / Presse- und Öffentlichkeitsarbeit/ Pressesprecherin: Claudine Tauscher, E-Mail: pressestelle@lra-regensburg.de, Internet: www.landkreis-regensburg.de)

Interessantes aus Regenstauf

Neues Rückhaltebecken in Eitlbrunn schützt Straße vor Oberflächenwasser

Am 23. September 2026 wurde in Eitlbrunn ein neues Rückhaltebecken mit einem Volumen von rund 30 m^3 installiert. Es soll künftig verhindern, dass bei stärkeren Niederschlägen Wasser von den angrenzenden Feldern über die Straße läuft, wie dies in der Vergangenheit bereits der Fall war.



Ein Mönchbauwerk mit Drosseleinrichtung sorgt dafür, dass das gesammelte Wasser kontrolliert mit einer Abflussmenge von 10 Litern pro Sekunde weitergeleitet wird.

(Text und Foto: S. Zaus-Vogl, Markt Regenstauf)

Dr. Cyril King
PRIVATPRAXIS

Facharzt für Allgemeinmedizin | Facharzt für Anästhesie | Intensivmedizin
Wir bieten u. a. eine OHT-Therapie an.

Die Ozonhochdosistherapie ist zu empfehlen bei:

- Antioxidativer Wirkung + Entgiftung
- Stammzellenaktivierung + Zellregeneration
- Long Covid + Post Covid Syndrom
- Immunregulation + Immunstärkung
- sowie ganzheitliche Harmonisierung für Körper, Geist und Seele durch das energetische Bioresonanzverfahren der Organetik



Termine nach telef. Vereinbarung

Sprechzeiten
Di 10:00 – 14:00 Uhr
Mi 10:00 – 14:00 Uhr
Do 10:00 – 14:00 Uhr

Privatpraxis Cyril King
Hauptstraße 8
93170 Bernhardswald
Telefon 09463 8127760
king.uta08@yahoo.de

Bürgermeistersprechstunde für Senioren

Auf Anregung der Seniorenvertretung des Marktes Regenstauf hatte 1. Bürgermeister Josef Schindler am 24. September 2026 zur Bürgermeistersprechstunde für Senioren eingeladen. Die Gelegenheit, spezielle Themen der älteren Generationen direkt anzusprechen, nahmen rund 25 Personen wahr.

Auch die Seniorenbeauftragte, Paula Wolf, der stellvertretende Vorsitzende der Seniorenvertretung, Thomas Bonkowski, sowie weitere Mitglieder der Seniorenvertretung des Marktes Regenstauf, ließen sich die Teilnahme an dieser Veranstaltung nicht nehmen.

1. Bürgermeister Josef Schindler begrüßte alle Anwesenden am Nachmittag um 15.30 Uhr im großen Sitzungssaal des Rathauses Regenstauf. Er berichtete und erläuterte anhand einer ausführlichen Präsentation die wichtigsten Daten, Fakten, Vorhaben und Herausforderungen im gesamten Gebiet der Großgemeinde Regenstauf.

Im Anschluss erhielten die Bürgerinnen und Bürger die Möglichkeit, Ihre Anliegen, Fragen und Vorschläge zwanglos vorzubringen. Von Interesse waren insbesondere Haltestellen des City-Busses, reparaturbedürftige Ruhebänke und Bürgersteige, Gefahren durch E-Roller und die Parkplatzanordnung im Ortskern, die durchgängige Befahrbarkeit von Radwegen, die Organisation von Grüngut- und anderen Abfall-Containern, eine Grundversorgung mit Essen für Hilfe-Bedürftige, die erforderliche Wohnraumplanung für ältere alleinstehende Menschen sowie viele andere aktuelle Themen.



Sämtliche Anfragen fanden bei Bürgermeister Schindler ein offenes Ohr. Er konnte bereits beim Termin viele Lösungsansätze, im Übrigen die Prüfung und Erläuterung einzelner Anfragen in Zusammenarbeit mit den maßgeblichen Fachstellen, anbieten.

Nach rund zwei Stunden waren die dringendsten Angelegenheiten vorgebracht. Bürgermeister Schindler schloss die aufschlussreiche Veranstaltung mit einem positiven Rückblick und dem Versprechen auf eine Wiederholung im nächsten Jahr.

(Text: Christiane Zaus / Foto: Sabine Zaus-Vogl)



Einweihung Solarpark Ferneichlberg

Im September fand die offizielle Einweihung des Solarparks Ferneichlberg statt. Auf rund 20 Hektar erzeugen 40.203 Solarmodule künftig rund 25 Millionen Kilowattstunden Ökostrom pro Jahr für rechnerisch etwa 7.100 Haushalte. Die Anlage verfügt über eine Leistung von 25 Megawatt. Über eine 2,8 Kilometer lange Leitung ist der Solarpark an das Umspannwerk Diesenbach angeschlossen.

Betreiberin ist die PV Ferneichlberg GmbH & Co. KG, an der Bayernwerk Natur GmbH, die KERL Projekt GmbH sowie drei private Flächeneigentümer beteiligt sind. Der erzeugte Strom wird über einen langfristigen Vertrag mit der Bayernwerk Netz GmbH für neun Jahre vermarktet.

Bürgermeister Schindler betonte: „Uns war wichtig, dass Bürgerinnen und Bürger und die Gemeinde von dem Energievorhaben profitieren. Durch die Beteiligung der Flächeneigentümer und der Landkreisgesellschaft KERL stellen wir regionale Wertschöpfung sicher“. Außerdem wird die Kommune an der Stromerzeugung mit 0,2 ct je eingespeister Kilowattstunde Strom beteiligt. Diese Einnahmen können künftig für Ausbau und Sanierung von Kindergärten und Schulen und weiteren kommunalen Liegenschaften verwendet werden.



Landrätin Tanja Schweiger, Bürgermeister Josef Schindler und Dr. Egon Leo Westphal (vorn, v.l.n.r.) feierten mit Vertreter der Kerl eG, der PV Ferneichlberg GmbH und der Bayernwerk Natur die Einweihung des PV-Parks Ferneichlberg. (Foto: Michael Hitzek / Bayernwerk AG)

(Text: V. Preis, Markt Regenstauf)



Ausstellung im Rathaus: 700 Jahre Marktrechte

Eine Ausstellung im Rathaus informiert noch bis zum 11. Dezember über die Verleihung der Marktrechte an Regenstauf vor über 700 Jahren. Die Eröffnung fand im Beisein von 1. Bürgermeister Josef Schindler, stellvertretendem Landrat Josef Schütz, Ehrengästen und vor einem vollbesetzen Sitzungssaal Mitte September statt. Die einführenden Referate zur Historie der Markterhebung hielten die beiden Ausstellungsmacher, Marktarchivarin Nadine Birk und Ortsheimatpfleger Georg Gahr. Diese wiederum hatten Knud Seckel, einen der wenigen professionellen „fahrenden Sänger“ der Gegenwart, die noch mittelalterliches Liedgut bis hin zum Minnesang beherrschen, eingeladen. Mit seinen Auftritten im Sitzungssaal vermittelte er einen Eindruck von der Unterhaltungsatmosphäre im einstigen Großen Saal im Palas der Regenstaufer Burg, durch Lieder mit vielfach regionalem Bezug, nämlich der Burggrafen von Regensburg und Riedenburg, sowie dem vermutlich in Passau entstandenen Nibelungenlied.



Die Ausstellung schlägt einen Bogen von der Zeit vor der Markterhebung bis in die Neuzeit und verweist auf eine Handelstätigkeit beidseits des Regens, beginnend mit mesolithischen Freilandstationen, der neolithischen Feuersteinstraße, dem wohlhabenden bronzezeitlichen Handelsplatz, bis hin zur Versorgungsregion für die nahe Königspfalz und den zeitweiligen Sitz der bayerischen Herzöge, Regensburg. Die Erhebung von Regenstauf zu einem mittelalterlichen Markt war somit logische Folge aus der Kontinuität der wirtschaftlichen und verkehrlichen Bedeutung des Ortes an einem Flussübergang im unteren Regental.

1326 erste urkundliche Erwähnung als „Markt“

Allerdings verspätete sich die Grafschaft Regenstauf etwas als Kandidat zur Markterhebung. Denn als der Ort 1204 nach dem Aussterben der Landgrafen von Stefling (1196) unter Ludwig d. Kelheimer endgültig an die Wittelsbacher fiel, waren deren unermüdliche Städtegründungen und Markterhebungen schon ein halbes Jahrhundert im Gange. Und so taucht Regenstauf 1234 im ersten bayerischen Herzogsurbar zunächst nur als ein Amt der Wittelsbacher auf. Es gibt noch keinerlei städtische oder marktrechtliche Strukturen.

1266 dann die Katastrophe: Während eines Feldzugs von König Ottokar von Böhmen gegen die bayerischen Herzöge wird Regenstauf mitsamt seiner Burg teilweise zerstört. Doch die Bewohner scheinen sich davon wirtschaftlich relativ schnell erholt zu haben. Denn 60 Jahre nach Ottokars Zerstörungswerk listet das neue Herzogsurbar des Viztumamtes Lengenfeld 1326 den Ort als „Markt“ („In foro Stauff …“) und damit mit einer völlig neuen Rechtsstellung. Das genaue Markterhebungsdatum, möglicherweise unter Herzog Ludwig, späteren König Ludwig IV. d. Bayer, kennen wir nicht, da dieses Dokument nicht mehr existiert.

1614 Neuausstellung der Urkunde nach Brand

Privilegien und Pflichten, wurden in der Regel den Berechtigten als Urkunde übergeben und von diesen sicher verwahrt, so lange dies gelang, meist nur bis zum nächsten Großbrand. Und Brände traten in Regenstaufs Geschichte nicht gerade selten auf. So auch einer davon 1547, bei dem das wertvolle Schriftstück ein Raub der Flammen wurde. Der Markt, seit 1505 in das Fürstentum Pfalz-Neuburg eingegliedert, beantragte daraufhin beim Landesherrn die Neuausstellung der Urkunde. Bis 1614, also 67 Jahre, zog es sich schließlich hin, bis Bürgermeister und Räte diese von Pfalzgraf Philipp Ludwig ausgehändigt bekamen.

Marktrechte und Privilegien ähnlich einer Stadt

Die Urkunde zeigt, wie Gemeinde, Bürger und Landesherr miteinander verbunden waren. Sie legt fest, welche Rechte Regenstauf hatte, welche Aufgaben die Bürger übernehmen mussten und wo die Befugnisse des Landesherrn begannen. 28 Bestimmungen beschreiben zahlreiche Bereiche des Lebens in Regenstauf: die Wahl von Bürgermeister und Rat, Gerichtsbarkeit und Regelung von Streitigkeiten, die Nutzung von Gemeindewald und Weideflächen, Jahrmärkte und Wochenmarkt, Bierbrauen und Ausschank, Armenkasse und Gemeindeeinnahmen und das Recht, ein eigenes Wappen zu führen. Die Originalurkunde wird im Regenstaufer Rathaus verwahrt und wurde bei der Eröffnungsveranstaltung zur Einsichtnahme präsentiert.

Heutzutage wird die Veranstaltung von gewerblichen Märkten in Deutschland maßgeblich durch die Gewerbeordnung (GewO) geregelt. Genehmigungen erteilen die jeweiligen Gemeindeverwaltungen. In Regenstauf geht die wieder eingeführte Tradition der Jahrmärke in Form der vier Marktsonntage und des Wochenmarkts auf die in der alten Urkunde genehmigten Märkte pro Jahr zurück.

(Text: Georg Gahr / Fotos: Sabine Zaus-Vogl)



Die Ausstellung kann täglich zu den Öffnungszeiten des Rathauses besucht werden.

Montag	8.00 – 16.00 Uhr
Dienstag	8.00 – 16.00 Uhr
Mittwoch	8.00 – 16.00 Uhr
Donnerstag	8.00 – 17.30 Uhr
Freitag,	8.00 – 12.00 Uhr

Anlässlich der Ausstellung zur Markterhebung wurde die Neuschrift der Originalurkunde von 1614 ausgestellt. V.l.: Bürgermeister a. D. Dagobert Knott, 1. Bürgermeister Josef Schindler, stellvertretender Landrat Josef Schütz, Archivarin Nadine Birk, Ortsheimatpfleger Georg Gahr, Altbürgermeister Siegfried Böhringer und Spielmann Knud Seckel.

Gemeinsam vorsorgen: Markt Regenstauf stellt Sturzflutrisikomanagement-Konzept vor

Wie können die Folgen von Starkregen und Sturzfluten im Gemeindegebiet möglichst gering gehalten werden? Mit dieser Frage beschäftigte sich der Markt Regenstauf im Rahmen seines kommunalen Sturzflutrisikomanagement-Konzeptes, schon lange bevor sich die Schadensereignisse in 2024 ereigneten. Bei drei Informationsveranstaltungen in Steinsberg, Karlstein und Regenstauf stellten Christoph Eckl, Tina Zimmermann und Michael Kuchereuther von der EBB Ingenieurgesellschaft mbH das Konzept vor. Seitens des Marktes Regenstauf nahmen Bürgermeister Schindler und Michael Leist von der Bautechnik teil, vom Wasserwirtschaftsamt Regensburg war Franz Beer vor Ort.

Für die Erstellung des Sturzflutrisikomanagement-Konzeptes erhält der Markt Regenstauf eine Förderung von 75 Prozent im Rahmen der Richtlinien für Zuwendungen zu wasserwirtschaftlichen Vorhaben (RZWAS 2021) über das Wasserwirtschaftsamt Regensburg durch das bayerische Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz.

Grundlage des Konzepts ist eine umfangreiche Bestandsanalyse. Mithilfe hydraulischer Modelle wurde untersucht, welche Wege das Wasser bei unterschiedlichen Starkregenereignissen nimmt, wo sich größere Wassermengen sammeln und welche Risiken daraus für Menschen, Gebäude und Infrastruktur entstehen können. Dabei wurden auch Regeneinzugsgebiete außerhalb der Gemeindegrenzen berücksichtigt, wenn von dort Wasser in das Gemeindegebiet abfließt.

In die neuen Berechnungen flossen auch frühere Untersuchungen von Prof. Metzka ein. Neu ist insbesondere die hydraulische Darstellung, mit der Fließwege, Wassertiefen und mögliche Gefährdungen detailliert abgebildet werden können. Die gewonnenen Daten ermöglichen es auch Grundstückseigentümern, das individuelle Risiko für ihr Anwesen besser einzuschätzen.

Aus den Untersuchungen hat die EBB Ingenieurgesellschaft mbH mögliche Maßnahmen erarbeitet. Es ist geplant, einige der Projekte in den nächsten Jahren umzusetzen. Mögliche Schutzmaßnahmen reichen grundsätzlich von technischen Bauwerken wie Rückhaltebecken oder größeren Durchlässen über Maßnahmen auf landwirtschaftlichen Flächen bis hin zur privaten Vorsorge.

Starkregenvorsorge ist Gemeinschaftsaufgabe

Eine zentrale Botschaft der Informationsveranstaltungen lautete: Einen hundertprozentigen Schutz vor Starkregen und Sturzfluten kann es nicht geben. Starkregen ist ein Naturereignis, das nicht verhindert werden kann. Ziel ist deshalb, vorhandene Gefahren zu erkennen und die möglichen Folgen so weit wie möglich zu reduzieren.

Der größtmögliche Schutz kann nur gemeinsam erreicht werden. Neben Maßnahmen des Marktes Regenstauf spielen deshalb die Eigenvorsorge der Grundstückseigentümer sowie Maßnahmen in Flur und Fläche eine wichtige Rolle. Die Präsentation nennt beispielsweise Erosionsschutzstreifen, eine Bewirtschaftung quer zum Hang und eine möglichst hohe Bodenbedeckung als Möglichkeiten im landwirtschaftlichen Bereich.

Auch Eigentümer können ihr Anwesen auf mögliche Schwachstellen überprüfen: Wo könnte Wasser in das Gebäude eindringen? Sind Kellerabgänge, Lichtschächte oder andere tiefer liegende Öffnungen gefährdet? Ist ein Rückstauschutz vorhanden? Als mögliche Schutzmaßnahmen nennt das Konzept unter anderem die Abschirmung von Wassereintrittsöffnungen, Abdichtungen und eine angepasste Nutzung gefährdeter Räume. Bei Neubauten sollten zudem mögliche Fließwege, Senken und Tiefpunkte frühzeitig berücksichtigt werden. Dabei gilt stets, dass Schutzmaßnahmen die Situation auf benachbarten Grundstücken nicht verschlechtern dürfen.

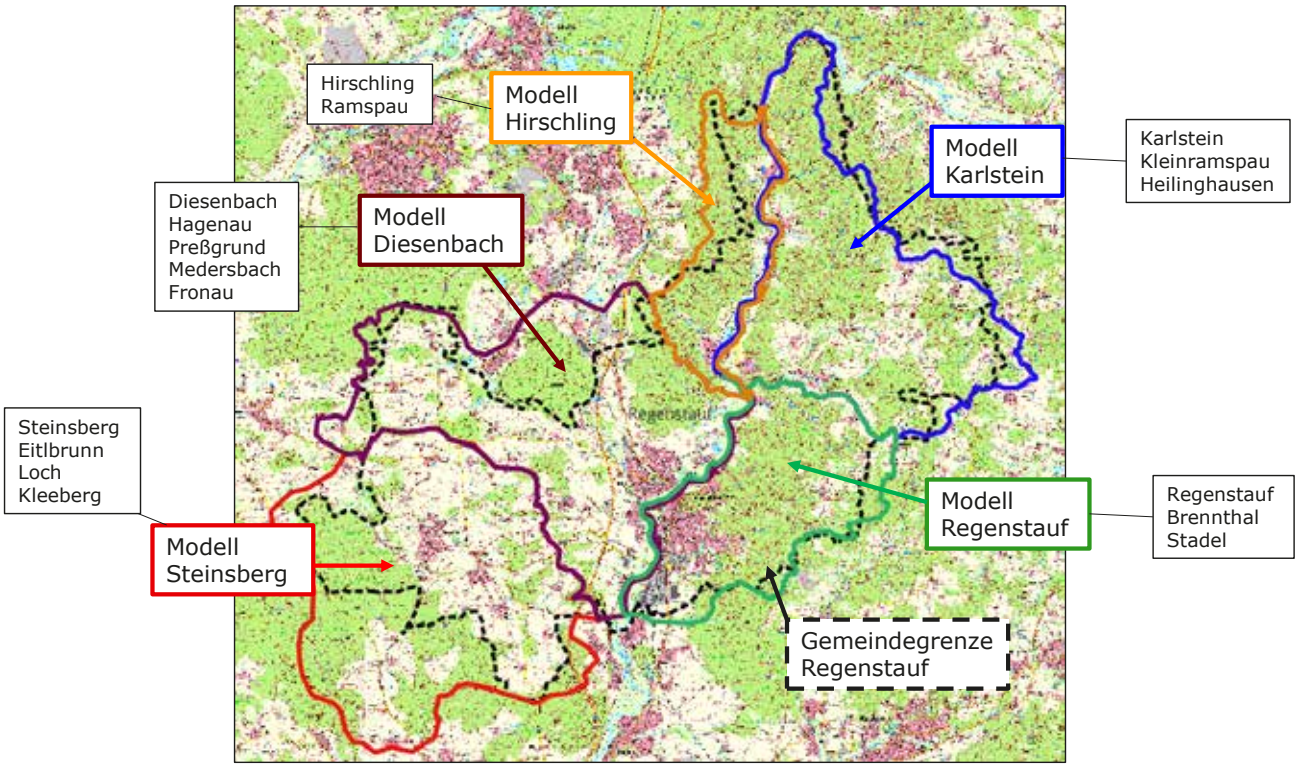
Gemeinde, Grundstückseigentümer und Landwirtschaft tragen damit gemeinsam dazu bei, Risiken zu verringern und den Markt Regenstauf und seine Ortsteile bestmöglich auf künftige Starkregenereignisse vorzubereiten.

Die Präsentationen zu den einzelnen Veranstaltungen sowie die Internet-Links zu den Hydraulischen Modellen finden Sie unter www.regenstauf.de/sturzflutrisikomanagement

EBB Ingenieurgesellschaft mbH

EBB

Hydraulische Modelle Sturzflutkonzept



Am 9. Oktober würdigte der Markt Regenstauf in der Jahnhalle die sportlichen Erfolge des Jahres 2026 sowie hervorragende Schulabschlüsse.

„Ich freue mich sehr, Sie alle heute Abend zur Sportlerehrung des Marktes Regenstauf begrüßen zu dürfen“, begrüßte 1. Bürgermeister Josef Schindler die Anwesenden. „Ein besonderer Gruß gilt natürlich den erfolgreichen Sportlerinnen und Sportlern sowie den Schülerinnen und dem Schüler mit einem hervorragenden Abschluss. Schön, dass Sie heute Abend bei uns sind.“

Sport gehöre für viele Menschen zum Alltag: Er halte fit, mache den Kopf frei und bringe Lebensfreude. Gleichzeitig stärke er das Miteinander, vermittele wichtige Werte wie Fairness, Durchhaltevermögen und Verantwortung und mache Kinder wie Erwachsene stark. Und er schaffe Heimat – beim großen Wettkampf genauso wie bei der Dorfmeisterschaft. Sport verbindet.

Deutsche und Bayerische Meister, Oberpfalz- und Bezirksmeister, Bezirkspokalsieger, Aufstiege in hochklassige Ligen ebenso wie Medaillen bei nationalen und internationalen Wettbewerben in den verschiedensten Sportarten wurden an diesem Abend geehrt.

„Mit diesen hervorragenden Leistungen vertreten Sie uns in Bayern, in Deutschland und in der ganzen Welt“, so Josef Schindler. „Dafür danke ich Ihnen im Namen aller Regenstauferinnen und Regenstaufer sehr herzlich.“

Auch dieses Jahr fand bei der Sportler-Ehrung die Preisverleihung für die Gewinner-Teams des Stadtradelns statt. Gemeinsam hat Regenstauf in diesem Jahr 121.972 Kilometer zurückgelegt. Auf Platz 3 landete heuer das Schulteam der Mittelschule am Schlossberg mit 32 aktiven Radlern und einer Teamleistung von 11.054 km. Platz 2 erreichte die Spielvereinigung Ramspau mit 37 Radlern und 13.111 km. Mit 105 Radlern und 28.623 erradelten Kilometern landete die Max-Ulrich-von-Drechsel Realschule zum dritten Mal verdient auf dem 1. Platz. Weitere Auszeichnungen gab es in diversen Sonderkategorien.

Mit der Sportehrennadel des Marktes Regenstauf oder einem Sachpreis wurden geehrt:

Von der Karateabteilung des SV Diesenbach

Auburger, Victoria	Oberpfalzmeisterschaft, Kata Einzel, 1. Platz
Pippir, Maya/ Auburger, Isabella/ Düzgün, Asmin	Oberpfalzmeisterschaft, Kata Team, 1. Platz

TV Burglengenfeld

Wagner, Felix	Mountainbike-Rennen „Sellaronda Hero Gesamtwertung 2. Platz

Schwimm Club Regensburg

Dechant, Marian
- Offene Bayer. Meisterschaft im Para Schwimmen, 2. Platz
- Deutsche Meisterschaft, „Kleiner 4-Strecken-Mehrkampf Jgd. C/D, 3. Platz
- Deutsche Meisterschaft, 50 m Schmetterling Jugend C, 2. Platz
- Deutsche Meisterschaft, 50 m Brust Jugend C, 3. Platz
- Deutsche Meisterschaft, 50 m Rücken Jugend C, 3. Platz
- Int. offene Süddeutsche Meisterschaft, 50 m Rücken Jugend B, 2. Platz
- Int. offene Süddeutsche Meisterschaft, 50 m Brust Jugend B, 2. Platz
- Int. offene Süddeutsche Meisterschaft, 50 m Schmetterling Jugend B, 3. Platz
- Int. offene Süddeutsche Meisterschaft, 100 m Brust Jugend B, 3. Platz

Von der SG Waldeslust

Brandl, Sonja	Deutsche Meisterin Klasse Reflexbogen-Modern (RB-M) Damen; Deutsche Vize-Meisterin Mannschaft RB-M
Anstadt, Stephan	Deutscher Vize-Meister Klasse RB-M Herren Deutscher Vize-Meister Mannschaft RB-M
Brandl, Florian	Deutsche Meisterschaft in der Klasse RB-M Herrn, 7. Platz

Von der SG Almenrausch

Weke, Caroline	Bezirksmeisterin Luftgewehr 1.10.43 Junioren II/w, 408,2 Ringe Bezirksmeisterin Zimmerstutzen 1.30.11 Damen I, 274 Ringe Bezirksmeisterin KK – 3x40 1.60.43 Junioren II/4, 1078 Ringe
Fleischmann, Gerhard	Bezirksmeister Luftgewehr Auflage 1.11.78 Senioren V/m, 317,9 Ringe
Lang, Vinzenz	Bezirksmeister DSB KK-Unterhebelgewehr 1.56.10 Herren I, 350 Ringe
Harbauer, Martin	Bezirksmeister DSB-KK Unterhebelgewehr 1.56.12 Herren II, 343 Ringe Bezirksmeister Perkussionsgewehr 7.10.12 Herren II, 76 Ringe Bezirksmeister Perkussionsrevolver 7.40.12 Herren II, 36 Ringe
Weke, Hartmut	Bezirksmeister KK – 3x40 1.60.14 Herren III, 1040 Ringe
Lang, Dietmar	Bezirksmeister Freie Pistole Auflage 2.21.72 Senioren II/m, 250 Ringe
Zellmer, Daniel	Bezirksmeister Recurve Herren, Total 403
Schröter, Tobias	Bezirksmeister Recurve Schüler B, Total 519
Streck, Maxim	Bezirksmeister Blankbogen Herren, Total 450
Streck, Benedikt	Bezirksmeister Blankbogen Schüler B, Total 296
Zellmer, Thomas	Bezirksmeister Blankbogen Jugend, Total 245

Von den Bogenschützen im Regental:

Sauren, Philipp	Landesmeisterschaft im Freien, 2. Platz Bayerische Meisterschaft Para, 1. Platz Deutsche Meisterschaft Halle, 2. Platz
Merl, Andreas	Landesmeisterschaft im Freien, 2. Platz

Von der SG 1859

Zlamal, Richard
- Bayer. Meisterschaft Kurzwaffe 25 Meter Präzision Revolver
- Magnum bis 357 Seniorenklasse, 183 Ringe, 2. Platz
- Bayer. Meisterschaft Kurzwaffem 25 Meter Präzision Revolver über 38 Seniorenklasse, 169 Ringe, 4. Platz
- Bayer. Meisterschaft Kurzwaffe 25 Meter Präzision Revolver Magnum über 357 Seniorenklasse, 181 Ringe, 4. Platz
- Bayer. Meisterschaft Kurzwaffe 25 Meter Präzision Revolver bis 38 Seniorenklasse, 180 Ringe, 5. Platz
- Bayer. Meisterschaft Kurzwaffe 25 Meter Präzision Fr. Kl. Pistole/ Revolver 32 S&W long, Seniorenklasse, 165 Ringe, 5. Platz

Aus der Abteilung Volleyball des TB/ASV

Fuchs, Anna / Lingauer Maria / Richter Aurelia / Stuber, Johanna / Gradl, Lotte / Stuber, Leonie / Klepatz, Lintje / Richter Emilia	Volleyball Oberpfalzmeister U 20 weiblich, 1. Platz Nordbayerische Meister U20 weiblich, 1. Platz Bayerische Meisterschaft U20 weiblich, 4. Platz
Fuchs, Anna / Lingauer, Maria / Richter, Aurelia / Stuber, Johanna / Gradl, Lotte / Stuber, Leonie / Klepatz, Lintje / Wagner, Veronika / Jeckel, Steffi / Gradl, Jette / Bolling, Franziska / Anderle, Sarah / Sima, Viktoria / Rudhart, Theresa / Stuber, Luise / Vogl, Lisa / Hederer, Judith	Volleyball Landesliga Nord-Ost, 1. Platz Aufstieg in die Bayernliga

Aus der Abteilung Tennis des TB/ASV

Huber-Obermeier Silvia	Nordbayerische Meisterschaft Damen 60, 2. Platz, Tennis
Obermeier Pia	Nordbayerische Meisterschaft Damen 30, 1. Platz, Tennis

Aus der Abteilung Tischtennis des TB/ASV

Brandl Fabian	Bezirksmeister in der Leistungsklasse A, Tischtennis

Für den Bartclub Regenstauf

Greller, Bernhard	Europameisterschaft Kategorie Kinn- und Backenbart Naturale bis 20 Zentimeter, 3. Platz
Solleder, Eduard	Europameisterschaft Kategorie Kinn- und Backenbart Naturale bis 20 Zentimeter, 8. Platz

Mit der Ehrennadel für außergewöhnliche schulische Leistungen wurden ausgezeichnet: Eva Reisinger, Katharina Schindler und Timo Zelter die ihr Abitur mit der hervorragenden Note 1,0 absolvierten, sowie Marie Fuchs, die ihre Mittlere Reife ebenfalls mit der Traumnote 1,0 abschloss

Alle Geehrten durften sich nach der Ehrung in das Goldene Buch des Marktes Regenstauf eintragen.

Auch dieses Jahr fand die Preisverleihung für die Gewinner-Teams des STADTRADLNs im Rahmen der Sportlerehrung statt. Auf Platz 3 landete dieses Jahr das Schulteam Mittelschule am Schlossberg Regenstauf mit einer Teamleistung von 11.054 km mit 32 aktiven Radlern. Den 2. Platz erreichte zum dritten Mal in Folge die Spielvereinigung Ramspau und mit 13.111 km und 37 Radlern.

Die Realschule schaffte es erneut, durch die Organisation eines schulinternen Wettbewerbs, die meisten Radler zu begeistern. 105 Schülerinnen, Schüler und Lehrkräfte sind kräftig in die Pedale getreten und haben damit satte 28.623 km erradelt. Damit landet die Max-Ulrich-von-Drechsel-Realschule Regenstauf zum dritten Mal verdient auf dem 1. Platz.

In weiteren Kategorien gewannen: das Team Bamboo Tree für die meisten Kilometer pro Kopf (nämlich 666 pro Teammitglied), Benjamin Barinka, für unglaubliche an einem Tag geradelte 455 Kilometer, Genoveva Onisimiuc für die meisten Fahrten (190), das radlaktivste Marktgemeinderatsmitglied war Katja Schmidbauer und der älteste Radler wie im letzten Jahr Prof. Wolf-Ewald Büttner. Die drei jüngsten Mitglieder beim Stadtradeln 2026 waren Hanna, Eva und Lorenz (alle Jahrgang 2022). Sie erhielten ihre Urkunden und Preise bereits mittags im Rathaus.

Musikalisch umrahmt wurde die Sportlerehrung von Christian Moser und Reinhold Baier vom Heimat- und Volkstrachtenverein „Stamm“.

Wir gratulieren allen Sportlerinnen und Sportlern zu den errungenen Titeln und Platzierungen, wünschen ihnen alles Gute, verletzungsfreie Trainingseinheiten und Wettbewerbe und stets den erhofften Erfolg.








Jugendseite

Jugendpflege und Jugendtreff JUZ 93

Interessantes aus der Jugendpflege

Mehr Infos? Neuster Stand?

Ihr erreicht uns unter:

..... 09402/784624 (Büro)

..... jugendpflege@regenstauf.de

..... juzregenstauf

..... Jugendpflege Regenstauf

JUZ 93 – Jugendtreff Regenstauf

Änderung Öffnungszeiten:

Öffnungszeiten JUZ am Dirtpark: (ab 21. April 2026)

Dienstag: 16.00 – 21.00 Uhr

JUZ am MGH:

Donnerstag: 16.00 – 21.00 Uhr

Für Fragen rund um den Jugendtreff steht euch Sonja Heinrich als Ansprechpartnerin gerne zur Verfügung.

Weitere Aktionen und Projekte, die wir im Jugendtreff anbieten, könnt ihr auch auf unseren Social-Media-Kanälen verfolgen oder direkt auf der Website des Marktes Regenstauf einsehen.

Wir freuen uns auf Euch

Sonja und Team



Mehr Generationen Haus
Miteinander – Füreinander



Barbara Maier
Dipl.-Soz. Päd. (FH)
MGH / FSP



Kristin Kilger
Pädagogin
FSP / MGH



Christine Böhm
Fachlehrerin HW,
Handarbeit, Werken
MGH



Marion Schmid
Kauffrau f. Büromanagement
MGH & Jugendpflege



Paula Wolf
Seniorenbeauftragte



Michael Drindl
Vorsitzender der
Seniorenvertretung



Bianca
Hoffmann-Baumstark
Jugendbeauftragte



Sonja Heinrich
Sozialpädagogin (M.A.)
Jugendpflege



Max Folger
Dualer Student Soz. Arbeit
Jugendpflege

Seniorenarbeit	Beratung von Eltern	Unterstützung, Beratung, Einzelfallhilfe
Generationsverbindende Veranstaltungen & Aktivitäten	Workshops, Vorträge, Kurse rund um die Familie	Jugendtreff
Vorträge und Kurse	Familientreff	Ferienprogramm

Mehrgenerationenhaus

Wöchentliche Kurse und Aktivitäten (nicht in den Schulferien)

Montag:

10.15 – 11.15 Uhr	Hawaiianischer Tanz mit Monika (MGH)
15.00 – 16.00 Uhr	Qigong 50+ (MGH)
17.00 – 18.00 Uhr	Probe Kinder- und Jugendgruppe Trachtenverein (14-tägig)
19.00 – 21.30 Uhr	„In der Tiefe verbunden“– (Gruppe Spiritualität) jeden 1. Montag im Monat

Dienstag:

9.00 – 10.00 Uhr	Seniorengymnastik (TB/ASV & Tageskarte)
10.15 – 11.15 Uhr	Mama-Sport
16.15 – 17.45 Uhr	Malen, spielen, basteln für Kinder
17.00 – 19.00 Uhr	Geburtsvorbereitungskurs (Hebammen), ggf. online

Mittwoch:

8.45 – 10.15 Uhr	Rückbildungsgymnastik, Kurs I (Hebammen)
9.45 – 11.15 Uhr	Rückbildungsgymnastik, Kurs II (Hebammen)
9.00 – 10.00 Uhr	Englisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen (KAB)
10.15 – 11.15 Uhr	Englisch für Fortgeschrittene (KAB)
ab 14.00 Uhr	Spielenachmittag; Gesellschafts- und Kartenspiele
18.45 – 19.45 Uhr	Achtsamer Yoga Flow mit Bente
20.00 – 21.15 Uhr	Vinyasa-Yoga mit Bente

Donnerstag:

ab 19.00 Uhr	Französisch Stammtisch (einmal im Monat)

Freitag:

9.30 – 10.15 Uhr	Gehirnjogging für Sofasportler
11.30 – 12.30 Uhr	Entspannung am Vormittag
16.45 – 18.00 Uhr	Line Dance mit Vorkenntnissen (MGH)
18.30 – 19.45 Uhr	Line Dance freies Tanzen (MGH)

Mobile Bildungsberatung im Mehrgenerationenhaus Regenstauf

Sie wollen sich beruflich verändern bzw. Ihre Fähigkeiten erweitern oder wieder ins Berufsleben einsteigen?

Lassen Sie sich kostenlos und unverbindlich von Torsten Tomenendal von der VHS Regensburger Land beraten. Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

Mobile Bildungsberatung des Landkreises Regensburg im MGH: nach Vereinbarung mit Torsten Tomenendal, Tel.: 09401 525522, E-Mail: torsten.tomenendal@vhs-regensburg-land.de

Alleinerziehende

Beratung und Einzelgespräche nach Terminvereinbarung. Anmeldung im Mehrgenerationenhaus.

Erstberatung in Trennungssituationen

Die Beziehung ist zerbrochen – wie geht es jetzt weiter? Wir helfen bei den ersten Schritten in den neuen Lebensabschnitt. Anmeldung im Mehrgenerationenhaus.

Keine Rechtsberatung!

Kontakt:
Hauptstraße 34
93128 Regenstauf
Tel. (0 94 02) 78 46 23
Fax (0 94 02) 78 46 25
Mobil (0176)15 09 00 30
e-mail: mehrgenerationenhaus@regenstauf.de
jugendpflege@regenstauf.de · www.regenstauf.de

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen gefördert.

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Markt Regenstauf
Lebensraum mit Perspektive

Kurs Qigong 50+

QiGong ist eine jahrtausendalte Bewegungsform mit verschiedenen einfachen und sanften Atem- und Bewegungsübungen. Auch für Menschen mit Bewegungseinschränkungen geeignet, da es möglich ist, die Übungen im Sitzen auszuführen.

montags 15.00 – 16.00 Uhr (nicht in den Schulferien)

Kosten: 100 Euro (Bezuschussung durch Krankenkasse möglich)

Kursanmeldung und Informationen: Dominik Rollenhagen, Physiotherapeut, Lehrer für Qigong und Alexandertechnik, Tel.: 0941 562667; E-Mail: info@bewussterbewegen.de

Mama-Sport

Gemeinsam stärken wir den Beckenboden und gehen gezielt auf Themen ein, die einen nach der Geburt häufig beschäftigen. Auch der Rest des Körpers kommt nicht zu kurz. Die Geburt ist schon länger her? Auch dann bist du herzlich willkommen!

Kinder dürfen gerne mitgebracht werden.

dienstags 10.15 – 11.15 Uhr

Mit Verena Leopold, Dipl. Sportwissenschaftlerin, Kursleiterin Modernes Beckenbodentraining

Kostenbeitrag: 5er Karte: 60 Euro, 10er Karte: 110 Euro

Anmeldung und nähere Infos: Verena Leopold,
Tel. 0160 1238035, E-Mail: Verena.Leopold@gmx.net

Malen, spielen basteln

Für Kinder von 6 – 10 Jahren,
jede Woche eine neue Spiel- und/oder Bastelidee mit Christine

dienstags 16.15 – 17.45 Uhr (nicht in den Schulferien)

Kostenbeitrag: 2 Euro

Anmeldung bis jeweils Montag davor im Mehrgenerationenhaus

Spielenachmittag Gesellschafts- und Kartenspiele

Siehe Seniorenprogramm

Yoga mit Bente

Achtsamer Yogaflow

Eine sanfte, fließende Yogapraxis, die Bewegung, bewussten Atem und Achtsamkeit verbindet

Mit Bente Ströhmer, Yoga Teacher

mittwochs 18.45 – 19.45 Uhr (außer in den Ferien) im Spiegelsaal

Kosten: 80 Euro für 8 Termine

Mindful Vinyasa Flow

kraftvolle dynamische Flows

Mit Bente Ströhmer, Yoga Teacher

mittwochs 20.00 – 21.15 Uhr (außer in den Ferien) im Spiegelsaal

Kosten: 80 Euro für 8 Termine

Anmeldung und nähere Infos:
Bente Ströhmer www.bentestroehmer.de

Tanz am Sonntag

Siehe Seniorenprogramm

Frühstück am Dienstag

Siehe Seniorenprogramm

Reparatur Initiative Regenstauf – Reparatur-Treff

Die Reparatur Initiative Regenstauf hilft unentgeltlich mit Rat und Tat bei Problemen mit: elektrischen Kleingeräten, (Küchengeräten, Elektrowerkzeugen), Computern und Zubehör, Beschaffung von Ersatzteilen, technischen Beschreibungen. Kurz, alles was eine Person tragen kann.

Reparatur-Treff Dienstag, 17. November 2026 ab 17.00 Uhr im Raum 209

Voranmeldung im Mehrgenerationenhaus erbeten

„In der Tiefe verbunden“

Offene Gruppe, in der spirituell interessierte Menschen jeden Alters sich austauschen und inspirieren können.

Treffen jeden 1**. Montag im Monat** 19.00 Uhr,
Dauer 1,5 – 2 Stunden im Café Pause

Mehr Infos und Anmeldung bei
Friedemann Burger (gibacht@ztz.de) oder
Renate Schömbs (renate.schoembs@gmx.de)

Französisch Stammtisch

Einmal monatlich Donnerstag, 19.00 Uhr im Café Pause

Bei Interesse bei M. Müller Tel. 09402 1784 melden

Workshop

VielfaltInKunst – inklusiver Kreativkurs

Sie haben Freude am Malen, möchten neue Menschen kennenlernen oder einfach Ihrer Kreativität freien Lauf lassen?

Egal, ob mit oder ohne Vorkenntnisse, mit oder ohne Beeinträchtigung – bei unseren inklusiven Kreativkursen steht das gemeinsame Erleben im Mittelpunkt. Unter der fachkundigen Anleitung der Künstlerin Nadine Bovenkamp entstehen in entspannter Atmosphäre individuelle Kunstwerke und wertvolle Begegnungen.

Mittwoch, 4. November 2026 ab 15.00 Uhr im Raum 209

Kosten: 30 Euro

Nähere Informationen und Anmeldung: Herr Wend (Tel. 0941 4009-268), Frau García Jociles (Tel. 0941 4009-531) sowie per E-Mail an hilfen.lebenslagen@lra-regensburg.de

Vortrag

Gesund altern

Erfahren Sie, welchen Einfluss wir auf Gehirn, Knochen und Gelenke nehmen können – mit besonderen Blick auf Demenz, Osteoporose und Krebsvorsorge.

Sie erhalten viele konkrete Tipps zu Ernährung, Bewegung und Mikronährstoffen, die sich ohne großen Aufwand in den Alltag integrieren lassen

Mit Dr. rer. Luisa Scheck Apothekerin, Pharmakologin, Fachberaterin für Präventivmedizin

Dienstag, 17. November 2026, 19.00 Uhr im Dachgeschoss-Saal

Anmeldung erbeten im Mehrgenerationenhaus

Mehrgenerationenhaus & Familienstützpunkt Regenstauf auf Facebook & Instagram:

– Mehrgenerationenhaus Regenstauf
– Familienstützpunkt Regenstauf
– mgh_regenstauf
– fsp_regenstauf
– Homepage: www.regenstauf.de unter „Leben in Regenstauf“

Familienstützpunkt



„Offene Elternsprechstunde“ – das offene Ohr für Elternfragen

Hilfe bei kleinen und großen Elternnöten, mit Kristin Kilger, Elternberaterin, FSP Regenstauf

Dienstag	10. November 2026	9.00 – 10.30 Uhr
	24. November 2026	16.00 – 17.30 Uhr

Auch telefonisch oder nach Terminvereinbarung möglich unter: 09402 784623

Familienfrühstück

Verbringt bei Kaffee, Tee und Frühstücksleckereien einen schönen Vormittag. Für die Kinder ist genügend Platz zum Spielen da.

Für alle Familien mit Kindern von 0 bis 5 Jahren

Freitag, 27. November 2026, 9.30 – 11.00 Uhr im Café Pause

Kosten: 5 Euro für Erwachsene,
2 Euro für Kinder ab 3 Jahren

Anmeldung: bis 25. November 2026

Regenstaufer Familientreff

Lernen Sie „spielend" andere Familien kennen.

In unserem großen Eltern-Kind-Raum können Sie sich bei Kaffee, Getränken und Gebäck mit anderen Eltern austauschen. Auch ist eine Mitarbeiterin des Familienstützpunkt dabei und steht gerne für Fragen rund um das Familienleben in Regenstauf zur Verfügung.

Donnerstag, 19. November 2026, 15.00 – 16.30 Uhr im Eltern-Kind-Raum

Kosten: Spende erbeten

Anmeldung nicht erforderlich

Alleinerziehendentreff

Alleinerziehend, aber nicht einsam. Wir laden alle Mütter und Väter, die den (Erziehungs)alltag alleine gestalten, herzlich ein, sich kennenzulernen und auszutauschen

Freitag, 20. November 2026, 15.00 Uhr

Wir backen Plätzchen im JUZ Bistro

Anmeldung: bis 17. November 2026

Workshops, Vorträge, Kurse:

Workshop: „Mein Stärkenrucksack – Jeden Tag mutig und ich selbst"

In diesem Kurs packen wir unseren ganz persönlichen „Stärkenrucksack": mit Mut, Selbstvertrauen, Einfühlungsvermögen und einem klaren „Ich kann das!".

Spielerisch und kreativ entdecken wir, was stark macht, wie wir mit Gefühlen umgehen und Herausforderungen in der Schule selbstsicher begegnen können.

Für Kinder im Grundschulalter

Montag, 2. November 2026, 9.00 – 13.00 Uhr im Spiegelsaal

Mit: Carola Hanusch, Dipl. Sozialpädagogin (FH); Systemische Beraterin

Kosten: 35 Euro pro Person (inkl. Materialien)

Anmeldung: bis 30. November 2026

Papyrus-Werkstatt (in Kooperation mit dem Medienzentrum Regensburger Land)

In der Papyruswerkstatt tauchst du in die Zeit des alten Ägypten ein. Auf dem Tastkäfer Waldi ertastest du ägyptische Schriftzeichen.

Du lernst auf Papyrus deinen Namen in Hieroglyphen zu schreiben und bemalst ein Lesezeichen mit einem ägyptischen Gott. Diesen kannst Du auf einem iPad kannst sprechen lassen.

Zum Schluss darfst du dich noch als Pharao Tutanchamun, Cleopatra oder als Mumie verkleiden und an der Fotobox ein Erinnerungsfoto mit nach Hause nehmen.

Für Kinder im Alter von 7 – 10 Jahren

Mit Gaby Eisenhut, Medienzentrum Regensburger Land

Freitag 13. November 2026, 15.00 – 16.00 Uhr im Eltern-Kind-Raum

Bei Bedarf wird von 16.15 bis 17.15 Uhr ein 2. Kurs angeboten

Kosten: für Sie kostenfrei

Verbindliche Anmeldung: bis 9. November 2026

Info und Anmeldung:
Mehrgenerationenhaus: 09402 784623 oder 0176 15090030;
mehrgenerationenhaus@regenstauf.de
Familienstützpunkt: 09402 9382515;
familienstuetzpunkt@regenstauf.de

Seniorenprogramm

Ehrenamtliche Seniorenbeauftragte:
Paula Wolf, Tel. 09402 1217,
E-Mail: wolf.paula@gmx.de

Ehrenamtliche Seniorenvertretung
Michael Drindl, Vorsitzender; Tel.: 0171 65603,
E-Mail: drindl@web.de

Mitglieder: Hermann Binninger, Thomas Bonkowski, Michael Drindl, Ursula Haneder; Johann Koller, Helga Lautenschlager, Rudolf Perzl, Lore Rinner, Ludwig Rödl, Richard Schmid, Dobrila Sentner und Sigrid Urban und Vertretung des Mehrgenerationenhaus Regenstauf.

Beratungsangebote

Beratung des gerontopsychiatrischen Dienstes der Diakonie im Mehrgenerationenhaus

Der gerontopsychiatrische Dienst der Diakonie Regensburg berät und hilft durch:

- Gespräche in psychischen Belastungssituationen
- Stabilisierung der psychischen Gesundheit bei Krisen
- Unterstützung bei Anträgen und behördlichen Angelegenheiten
- Beratung über Hilfsmöglichkeiten zur Erhaltung der Selbstständigkeit im eigenen Wohnumfeld
- Gespräche zur Entlastung und Unterstützung von Angehörigen

Beratungen im Mehrgenerationenhaus Regenstauf nach Terminvereinbarung über das Sekretariat der Beratungsstelle für psychische Gesundheit der Diakonie Regensburg, Tel. 0941 2977112

Hilfestellung bei Fragen und Anträgen bei Behörden

Zum Beispiel Krankenkassen, Pflegekassen (Beantragung eines Pflegegrades), Versicherungen, Ämtern; Keine Rechtsberatung
Ansprechpartner: Frau Helga Lautenschlager,
Tel. 09402 3503

Nordic Walking

Leichte Strecken, auch für Anfänger geeignet. Neuzugänge herzlich willkommen.

Treffpunkt jeweils um 14.00 Uhr in Medersbach, Parkplatz Waldrand:

Montag, 2. November 2026
Montag, 9. November 2026
Montag, 16. November 2026
Montag, 23. November 2026
Montag, 30. November 2026
Anmeldung nicht erforderlich

Veranstaltungen im Mehrgenerationenhaus

Seniorengymnastik

dienstags, 9.00 – 10.00 Uhr (nicht in den Schulferien)
(pro Std. 1,50 Euro oder TB/ASV-Mitgliedschaft)

Spielenachmittag Gesellschafts- und Kartenspiele
SkipBo, Watten, Schafkopf und weitere Karten- und Brettspiele miteinander spielen
Mit Schach-Ecke
Jeden Mittwoch 14.00 Uhr im Mehrgenerationenhaus. Es wird um pünktliches Erscheinen gebeten, da zu Beginn die Spieltische eingeteilt werden.

Gehirn-Jogging für Sofa-Sportler
Um im Alter die geistige und körperliche Belastbarkeit zu erhalten, ist es wichtig, aktiv zu bleiben.
Unser Gehirnjogging ist hierfür genau das richtige, mit leichten Übungen für Gedächtnis und Körper – Spaß haben / lustig sein ist hierbei nicht verboten.
Mit Christine Böhm, pädagogische Mitarbeiterin MGH
freitags, 9.30 – 10.15 Uhr *(nicht in den Schulferien)*
Kostenbeitrag: 2 Euro pro Person
Anmeldung: Bis spätestens Mittwoch davor

Tanz am Sonntag
Mit Live-Musik
Sonntag, 8. November 2026 ab 14.00 Uhr
Eintritt frei, Getränke und Gebäck laut Aushang

Frühstück am Dienstag
Gemeinsam den Tag bei Frühstück und Gesprächen beginnen.
Dienstag, 17. November 2026 ab 9.00 Uhr
Kostenbeitrag: 5 Euro *(Verzehrbon)*
Vorherige Anmeldung bis 13. November 2026 erforderlich

Vortrag
Gesund altern
Erfahren Sie, welchen Einfluss wir auf Gehirn, Knochen und Gelenke nehmen können – mit besonderen Blick auf Demenz, Osteoporose und Krebsvorsorge.
Sie erhalten viele konkrete Tipps zu Ernährung, Bewegung und Mikronährstoffen, die sich ohne großen Aufwand in den Alltag integrieren lassen
Mit Dr. rer. Luisa Scheck Apothekerin, Pharmakologin, Fachberaterin für Präventivmedizin
Dienstag, 17. November, 19.00 Uhr
Dachgeschoss-Saal
Anmeldung erbeten im Mehrgenerationenhaus

Seniorenvertretung Markt Regenstauf

Öffentliche Sitzung der Seniorenvertretung
Die Seniorenvertretung Markt Regenstauf lädt ein zu ihrer öffentlichen Sitzung:
Donnerstag, den 19. November 2026 um 15.30 Uhr im Dachgeschoss des Kultur- und Mehrgenerationenhaus Regenstauf

Treffen für ältere Gemeindemitglieder im Markt Regenstauf
Seniorenclub Diesenbach
Donnerstag, 19. November 2026, 13.30 Uhr Pfarrzentrum
Martinsfeier mit den Kindern des Diesenbacher Kindergartens

Nordic Walking: dienstags 9.00 Uhr
Treffpunkt: Medersbach

Seniorengymnastik im Sitzen: donnerstags,
9.30 – 10.15 Uhr, außer in den Schulferien

Evangelische Pfarrei Regenstauf
Treffen älterer Gemeindemitglieder
Bitte fragen Sie in der Kirchengemeinde nach

Frauenbund Regenstauf
Seniorennachmittag: am **3. Mittwoch im Monat** um 14.00 Uhr im Pfarrzentrum für alle Senioren der Pfarrei St. Jakobus
Frauenbundgymnastik: mittwochs 8.30 – 9.30 Uhr im Mehrgenerationenhaus außer in den Schulferien

Senioren Steinsberg
Spielenachmittag: Jeden 3. Donnerstag im Monat
Senioren-Spielenachmittag ab 14.00 Uhr im Alten Schulhaus in Steinsberg. Verschiedene Karten- und Brettspiele sind vorhanden.
Infos bei Annemarie Gürster, Tel. 09402 500126

FSV F.L.E.X Steinsberg
Senioren Walkingtreff (auch für Nichtmitglieder, Schnuppern ist immer möglich)
mittwochs um 15.00 Uhr
Treffpunkt: Florianskapelle Steinsberg
Anmeldung bei Lobna Meddeb 0151 23273500

Seniorenvertretung

Ankündigung
Die Seniorenvertretung Markt Regenstauf lädt ein zum **Lichtbilder-Vortrag**
„Ortsgeschichte Regenstauf mit historischen Fotografien“
am **Freitag, 20. November 2026** um 17.30 Uhr
Ort: Mehrgenerationenhaus (Kulturhaus), Dachgeschoss, Hauptstr. 34, 93128 Regenstauf
Genießen Sie mit den Referenten Hermann Binninger und Ruth Keller einen Spaziergang durch das frühere Regenstauf zwischen dem 15. Jahrhundert und 1960. Gezeigt werden Bilder von ausgewählten Gebäuden, Personen, Einzeldenkmälern und Kunst.
Der Eintritt ist frei! Getränke werden angeboten. Spenden willkommen.
Anmeldungen erbeten unter 09402 3503 (Helga Lautenschlager)

Öffentliche Sitzung der Seniorenvertretung
Die Seniorenvertretung Markt Regenstauf lädt ein zu ihrer öffentlichen Sitzung:
Donnerstag, den 19. November 2026 um 15.30 Uhr im Dachgeschoss des Kultur- und Mehrgenerationenhaus Regenstauf

Veranstaltungskalender des Marktes Regenstauf

November / Dezember

noch bis 11. Dezember 2026

Ausstellung 700 Jahre Marktrecht Regenstauf: zu den Öffnungszeiten des Rathauses
Marktarchiv und Ortsheimatpfleger
Rathaus Regenstauf

noch bis 8. November

Regentaler Wildwochen
Tourismusverein Regental
diverse

11. November 2026

„MuT-Partner“ – Stärkung der Digitalkompetenz für ältere Menschen: 16.00 Uhr
Landratsamt Regensburg
Regental Center

11. November 2026

Proklamation: 18.18 Uhr
FG Lari-Fari
Jahnhalle

13. November 2026

Herbstversammlung „Die Zünftigen“: 20.00 Uhr
Stammtisch „Die Zünftigen“
Feuerwehrgerätehaus Grafenwinn

14. November 2026

Metal vs. Alternative: 19.00 Uhr
SG Waldeslust Regenstauf

14. November 2026

Kathreintanz: 19.30 Uhr
Heimat- und Volkstrachtenverein „Stamm“
Jahnhalle

20. November 2026

Ortsgeschichte Regenstauf mit historischen Fotografien: 17.30 Uhr
Seniorenvertretung Markt Regenstauf
Regenstauf

21. November 2026

Inthroball: 20.00 Uhr
FG Lari-Fari
Jahnhalle

25. November 2026

Regentaler Musikantenstammtisch: 19.00 Uhr
Heimat- und Volkstrachtenverein „Stamm“
Gaststätte Jahnhalle

ab 28. November 2026

Krippenausstellung: täglich 9.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 17.00 Uhr sowie am Mittwoch, 3. Dezember bis 19.00 Uhr und Sonntag, 6. Dezember bis 16.00 Uhr.
Krippenfreunde Regental e. V.
Mehrgenerationenhaus

4. – 6. Dezember 2026

Regenstaufer Weihnachtsmarkt
Parkplatz am Suttenweg

Angaben ohne Gewähr! Änderungen vorbehalten!

Nähere Informationen zu den Veranstaltungen finden Sie im Veranstaltungskalender auf www.regenstauf.de

CHRISTIAN FEIBIG
Garten- und Forstbetrieb

Baumfällung · Seilklettern
Baumpflege · Baggerarbeiten
Aushub (Haus und Pool)
Mobil-Bagger · Minibagger
Rodungen · Wurzelstockfräsen
Gartenpflege · Heckenschnitt
Rollrasen · Rindenmulch
Oscorna Dünger

An der Unteren Zell 3 - 93128 Regenstauf
Tel. 09402 7840422 - Mobil 0151 58798299
gartenservice-feibig@web.de
www.gartenservice-feibig.de

Regental BUCHBINDER
Alle das Buchbinderhandwerk betreffenden Facharbeiten
Goethestraße 13
(Eingang Frankenstraße)
93128 Regenstauf
Telefon 0 94 02 / 78 43 18

AUSFÜHRUNG SÄMTLICHER BUCHBINDERARBEITEN
Schuber
Futterale
Mappen
Kassetten
Fotoalben
Landkarten
Gästebücher
Jubiläumsalben
Schmuckkassetten
Diplomarbeiten
Sonderanfertigungen
Restaurierungen

Aus Schulen und KiTas

Kinderhaus am Diesenbach

Stachelige Besucher im Kinderhaus

In den vergangenen Wochen drehte sich im Kinderhaus alles rund um den Igel. Die Kinder bastelten, sangen Lieder und erfuhren viele spannende Dinge über das kleine Stacheltier.

Das große Highlight war der Besuch von Natalie von der Igelhilfe Bodenwöhr. Sie brachte sogar zwei kleine Igel mit ins Kinderhaus. Ganz gespannt betrachteten die Kinder die Tiere und konnten dabei genau sehen, wie ein Igel aussieht, wie sich seine Stacheln anfühlen und wie klein seine Beinchen sind.



Natalie erzählte den Kindern außerdem, was Igel fressen, wo sie leben und was sie brauchen, um gut durch das Jahr zu kommen. Die Kinder waren begeistert und hatten sichtlich Freude an den kleinen Besuchern.

Zum Abschluss konnten die Kinder gemeinsam gefüllte Spendenboxen an Natalie und die Igelhilfe überreichen. So wurde aus einem spannenden Vormittag gleichzeitig eine schöne Unterstützung für die wichtige Arbeit der Igelhilfe.

Ein herzliches Dankeschön an Natalie für diesen besonderen Besuch und die vielen spannenden Einblicke in die Welt der Igel und an die Eltern für ihre großzügigen Spenden für die Igelhilfe.

(Text und Foto: Laura Schmid)

Vom Apfel zum Saft: Die Enten besuchen die Mobile Mosterei Fuchs in Eitlbrunn

Nachdem wir auf dem Grundstück der Familie Graf in Diesenbach jede Menge toller Äpfel sammeln durften (vielen Dank dafür!), ging es am Freitag, den 2. Oktober 2026 für die Entengruppe zur Mobilen Mosterei Fuchs in Eitlbrunn. Organisiert und koordiniert wurde der Ausflug maßgeblich durch Frau Jobst und ihre Familie, auch dafür vielen herzlichen Dank!

Gleich in der Früh brachte uns der Bus ins Nachbardorf, wo unsere gesammelten Äpfel bereits auf uns und die Weiterverarbeitung warteten. Wir wurden sehr spannend durch den ganzen Prozess geführt, durften in die riesige Maschine schauen und zwischendurch sogar die entsafteten Apfelreste begutachten. Zum Schluss bekamen wir nicht nur eine Probe des frischen warmen Apfelsaftes. Wir durften die Packungen Saft mitnehmen!

Die Entengruppe bedankt sich herzlich bei der Mosterei Fuchs für die Zeit, die sich für uns genommen wurde und die tollen Erklärungen und Erfahrungen, die wir sammeln durften!

(Text: Julia Krause)



Herder - Schule Pielenhofen

HERDER FOS GESTALTUNG & SOZIALWESEN

Realschule und Fachoberschule-
Dein Weg zum Abitur:

Staatlich anerkannte Realschule

lebensnah ◆ kindgerecht ◆ werteorientiert

Fachoberschule (FOS)

keine Probezeit ◆ kleine Klassen ◆ individuelles Coaching ◆ interessante Projekte

Aufnahme mit Mittlerer Reife ohne Notenschnitt

Für FOS-SchülerInnen mit Wohnmöglichkeit

Jetzt anmelden!

Info-Termine nach Absprache (09409-859676) oder auf der Website:

www.herder-schule.org

Eckert Kinderhaus

Voller Elan geht's auf ins neue Kinderhausjahr

Ende September 2026 fand im Eckert Kinderhaus die erste Elternbeiratssitzung mit folgenden Mitgliedern und der Postenvergabe statt:

Florian Dams (Vorsitzender), Ines Aicher (Stellvertretende Vorsitzende), Lena Tries (Kassier), Melanie König (Schriftführerin) sowie Marcus Rossmeissl, Stefanie Lang, Corinna Kiendl, Nadine Maurer und Malvina Nowara (fünf Beisitzer).



Das Gesamtteam freut sich gemeinsam mit dem Elternbeirat und den Familien wieder tatkräftige Aktionen wie z. B. die bewährte Teddyklinik, den alljährlichen Malwettbewerb oder auch Aktionen bzw. Feste / Feiern für die Kinder auf die Beine zu stellen.

(Text: Anna Haneder / Foto: Katharina Otterbach)



Kindergarten Eitlbrunn

Auf Safari – unser Sommerfest 2026

Am 18. September 2026 hieß es bei uns: Auf geht's auf Safari!

Unter diesem Motto feierten wir gemeinsam mit unseren Kindern, Familien und Gästen unser diesjähriges Sommerfest. Zu Beginn durften die Kinder zeigen, was sie in ihren Gruppen vorbereitet hatten. Jede Gruppe gestaltete einen eigenen kleinen Auftritt und sorgte damit für einen schönen gemeinsamen Start in das Fest.

Anschließend gab es für die Kinder an verschiedenen Stationen einiges zu entdecken und auszuprobieren. Beim Kinderschminken und mit Tattoos konnten sie sich passend zum Safari-Motto verwandeln, an der Bewegungsstation aktiv werden oder bei der Feuerwehr vorbeischauen. Kreativität war beim Basteln von Ferngläsern und Armbändern gefragt. Für eine süße Stärkung zum Schluss sorgte außerdem unsere Candybar.

Auch für das leibliche Wohl unserer Gäste war bestens gesorgt. Ein herzliches Dankeschön geht hierbei an unseren Elternbeirat, der die Bewirtung übernommen und damit wesentlich zum Gelingen unseres Festes beigetragen hat.

Besonders gefreut haben wir uns auch über den Besuch unseres Bürgermeisters Josef Schindler, der gemeinsam mit uns einen Teil des Nachmittags verbrachte.

Nachdem unser ursprünglich geplanter Termin aufgrund der hohen Temperaturen verschoben werden musste, freuten wir uns umso mehr, dass unser Sommerfest im zweiten Anlauf stattfinden konnte. Ein besonderer Dank gilt dabei unseren Schulkindern, die zu diesem Zeitpunkt bereits in die Schule gestartet waren und dennoch noch einmal zu uns zurückkamen, um bei ihren Auftritten mitzuwirken.



Wir bedanken uns herzlich bei allen Kindern, Familien sowie Helferinnen und Helfern, die diesen schönen gemeinsamen Nachmittag möglich gemacht haben, und freuen uns, dass unser Safari-Sommerfest noch lange in guter Erinnerung bleiben wird!

(Text: Jeanette Piossek / Bild: Christina Weber)

Büro, auch in einem Gemeinschaftsbüro, zu mieten gesucht.
Tel: 0176 / 55552868 mail: mott7@gmx.net

Steinsberger Dorfzwerge

Gemeinsame Erntedankbrotzeit im Kinderhaus

Am 1. Oktober 2026 fand im Kinderhaus Steinsberg unsere gemeinsame Erntedankbrotzeit statt. Im Mittelpunkt stand das gemeinsame Essen, das gemütliche Beisammensein und die Freude, die verschiedenen Leckereien miteinander zu genießen. Die liebevoll vorbereiteten Speisen luden zum gemeinsamen Schlemmen und Verweilen ein. Es war ein schöner und geselliger Vormittag, bei dem die Kinder in entspannter Atmosphäre gemeinsam frühstücken und die Gemeinschaft erleben konnten. Dabei wurde auch die Bedeutung von Erntedank – die Dankbarkeit für die Vielfalt und Fülle unserer Lebensmittel – auf schöne und kindgerechte Weise nähergebracht.

(Text: Christina Preisner)

Erntedank in der Steinsberger Kirche

Anlässlich des Erntedankfestes besuchten die Krippen- und Kindergartenkinder die Steinsberger Kirche. Dort konnten sie den liebevoll gestalteten Erntedank-Altar bestaunen und entdeckten die vielen verschiedenen Früchte und Erntegaben. Ein schöner Ausflug, bei dem die Kinder das Erntedankfest ganz bewusst erleben konnten.

(Text: Nadine Heigl)

Herbstspaziergänge im Kinderhaus Steinsberg

Die spätsommerlichen Temperaturen Ende September luden die Kindergartenkinder der Steinsberger Dorfzwerge dazu ein, bei einem Herbstspaziergang die unmittelbare Umgebung zu erkunden. Hierbei bot die ländliche Lage der Einrichtung zahlreiche Möglichkeiten, die jahreszeitlichen Veränderungen der Natur in all ihren Facetten zu beobachten.

Nicht nur die bunt gefärbten Blätterkronen der Bäume, sondern auch verschiedene Früchte, wie Eicheln oder Hagebutten, weckten das Interesse der Kinder. Selbstverständlich wurden auch vielfältige Schätze in Form von kleinen Steinen, Ästen und herabgefallenen Blättern gesammelt und voller Stolz mit in den Kindergarten gebracht.

Nach der Rückkehr ins Kinderhaus waren sich die Steinsberger Dorfzwerge und ihre Erzieherinnen einig: diese Art von Ausflug hat allen sehr viel Freude bereitet und muss unbedingt wiederholt werden!

(Text: Kerstin Schmid)

ZU VERMIETEN

in Regenstauf

Stilvolles Einfamilienhaus

mit Doppelgarage, ca. 120 m² Wfl.,
inkl. KG, EG, DG, Balkon, EBK
ab 01.11.2026
info@regental-immobilien.de
mobil: 0151 125 187 58

Picknick am Waldrand

Passend zu unserem aktuellen Krippen-Projekt „im Wald ist was los!“ haben wir uns auf den Weg zu einem Picknick gemacht. Am Waldrand haben wir ein schönes Plätzchen gefunden und es uns gemütlich gemacht. Ein tolles Erlebnis für unsere kleinen Dorfzwerge!

(Text: Elena Beer)

Wir besuchen die „Eitlbrunner Dorfzwerge“

Mit unserem „Kita-Bus“ (Kitawagen) ging es nach Eitlbrunn in den Kindergarten zum Kastaniensammeln. Zum Glück haben die Eitlbrunner Dorfzwerge einen großen Baum im Garten, sodass wir unsere Taschen gut füllen konnten. Es gab jede Menge zu entdecken und wir hatten total viel Spaß!

(Text: Elena Beer)

Auf der Suche nach dem Kartoffelkönig und der Kartoffelkönigin

Passend zu unserem Erntedankfest machten sich die Kinder auf die spannende Suche nach der größten und dicksten Kartoffel. Mit viel Freude wurden die Kartoffeln verglichen und bestaunt – denn schließlich wollten wir herausfinden, wer den Titel Kartoffelkönig und Kartoffelkönigin tragen darf.



(Text und Foto: Nadine Heigl)

Der Elternbeirat stellt sich vor

Ein neues Kita- und Kindergartenjahr beginnt – und mit ihm startet auch unser neuer Elternbeirat in eine neue Runde. Mit viel Motivation, Freude und Engagement möchten wir uns für unsere Kinder und Familien einsetzen und gemeinsam mit dem pädagogischen Team eine schöne und abwechslungsreiche Zeit gestalten.

Damit unsere Arbeit gut organisiert ist, wurden verschiedene Ämter vergeben:

1. Vorstand: Susanne Strehl

2. Vorstand: Nathalie Kuhn

Schriftführerin: Jessica Baldauf

Kassenwartin: Jasmin Seitz

Weitere Mitglieder: Dennis Wilke, Theresa Dechant, Uli Heyde, Peter Schafberger, Julia Schäffer, Christina Wiesner, Monika Götz

Gemeinsam bilden wir ein buntes Team, das sich mit unterschiedlichen Ideen, Stärken und Perspektiven einbringen möchte. Natürlich freuen wir uns auch über neue Ideen und Anregungen aus der Elternschaft. Dabei ist uns besonders wichtig, dass wir miteinander und nicht nebeneinander arbeiten. Eine gute Zusammenarbeit zwischen Eltern, pädagogischem Team und Träger ist die Grundlage dafür, dass sich unsere Kinder wohlfühlen und ihre Kita- und Kindergartenzeit in schöner Erinnerung behalten. Wir freuen uns auf ein tolles neues Kitajahr, auf viele schöne Begegnungen und auf eine gute Zusammenarbeit mit allen Eltern und dem gesamten Team!



STERN Apotheke

Ihre Gesundheit in besten Händen

Persönliche Beratung, moderne Gesundheitsanalysen und zuverlässiger Service – direkt vor Ort in Regenstauf

E-REZEPT | WHATSAPP | APP-BESTELLUNG | LIEFERSERVICE

Kostenfreie Gesundheitsleistungen für viele Versicherte

- Arzneimittel-Check bei mehreren Medikamenten
- Persönliche Medikationsberatung
- Blutdruckkontrolle
- Inhalationsschulung
- Begleitung während einer Krebstherapie

BERATEN. OPTIMIEREN. BEGLEITEN.

Digital und unkompliziert

- E-Rezept per App einlösen
- Vorbestellung per App oder WhatsApp
- Direkte Kommunikation mit unserem Team
- Benachrichtigung, sobald Ihre Bestellung bereitliegt

EINFACH. SCHNELL. SICHER.

Mehr Klarheit für Ihre Gesundheit

- Vitamin-D-Test
- Ferritin-Messung (Eisenspeicher)
- HbA1c (Langzeitblutzucker)
- Haarmineralanalyse
- Fettsäureanalyse
- Darm- und Stuhlanalysen

TESTEN. VERSTEHEN. HANDELN.

Bequem versorgt

- Lieferservice in Regenstauf und Umgebung
- Schnell und zuverlässig geliefert

BESTELLEN. LIEFERN. VERSORGEN.

Rund um die Uhr versorgt

Unser 24-Stunden-Verkaufsautomat bietet Ihnen viele freiverkäufliche Arzneimittel und Gesundheitsprodukte – auch außerhalb der Öffnungszeiten.

FLEXIBEL. DISKRET. 24/7 FÜR SIE DA.

November-Angebot

Wie gut sind Ihre Eisenspeicher gefüllt?

Müdigkeit, Erschöpfung oder nachlassende Leistungsfähigkeit können viele Ursachen haben.
Lassen Sie jetzt Ihren Ferritin-Wert bestimmen.

Ferritin-Messung 24,95 €
inklusive persönlicher Beratung:
Ergebnis bereits nach 10 Minuten.

Jetzt Termin buchen!

STERN Apotheke
PERSÖNLICH. KOMPETENT. NAH.

Eichendorffstraße 18
93128 Regenstauf
09402 / 93 090
www.sternapotheke.de

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag:
08:00 - 18:00 Uhr
Samstag:
08:00 - 12:00 Uhr

Schüler- und Klassenzahlen der Schulen in Regenstauf – Schuljahr 2026/2027

Stand: 1. Oktober 2026

Mittelschule am Schlossberg Regenstauf

Jahrgangsstufe	Schüler	Klassen Anzahl
5	78	3
6	76	3
7	48	2
M7	21	1
8	47	2
M8	31	1
9	52	2
M9	53	2
M10	47	2
Gesamt	**453**	**18**
Gebundene Ganztagsklassen:	112	5
Gruppen Offene Ganztagsschule:	51	2

Grundschule am Schlossberg Regenstauf

Jahrgangsstufe		Schüler	Klassen Anzahl
1		50	2
2		45	2
3		63	3
4		75	3
Gesamt		**233**	**10**
Gruppen Offene Ganztagsschule:	kurz	163	6
	lang		4

Schule an der Friedenstraße
Sonderpädagogisches Förderzentrum Regenstauf

Jahrgangsstufe	Schüler	Klassen Anzahl
1	13	Jahrgangs-gemischt
1A	17	
2	21	
3	18	
4	22	
5	22	
6	11	
7	18	
8	14	
9	11	
Gesamt	**167**	
Gruppen Offene Ganztagsschule:	44	3

Grundschule Diesenbach

Jahrgangsstufe		Schüler	Klassen Anzahl
1		28	1
2		24	1
3		24	1
4		33	2
Gesamt		**109**	**5**
Gruppen Mittagsbetreuung:	kurz	3	45
	lang	1	19

Schule im Grünen Ramspau

Jahrgangsstufe		Schüler	Klassen Anzahl
1/2		107	4
3/4		91	4
Gesamt		**198**	**8**
Gruppen Mittagsbetreuung:	kurz	94	7
	lang	27	2

Grundschule Steinsberg-Eitlbrunn

Jahrgangsstufe		Schüler	Klassen Anzahl
1		36	2
2		44	2
3		41	2
4		38	2
Gesamt		**159**	**8**
Gruppen Mittagsbetreuung:	kurz	3	44
	lang	2	24

Max-Ulrich-von-Drechsel-Realschule Regenstauf

Jahrgangsstufe	Schüler	Klassen Anzahl
5	153	6
6	113	4
7	139	5
8	131	5
9	113	4
10	102	5
Gesamt	**751**	**29**
Gruppen Offene Ganztagsschule:	52	2

SCHIESSL WOHNBAU
schlüsselfertig bauen
GMBH

Grundschule im Grünen Ramspau

Unsere neuen Tiger sind da!

Mit leuchtenden Augen, gespannter Erwartung und sicher auch ein wenig Herzklopfen starteten unsere jüngsten Schülerinnen und Schüler am ersten Schultag in ihren neuen Lebensabschnitt. Gemeinsam mit ihren Eltern versammelten sich die Erstklässlerinnen und Erstklässler in unserer Turnhalle. Dort fanden sich auch die Kinder der zweiten bis vierten Jahrgangsstufe ein, um die neuen Mitglieder der Schulfamilie willkommen zu heißen.

Rektorin Claudia Müller eröffnete die Feier mit warmen Willkommensworten. Besonders aufmerksam lauschten die Kinder, als zwei Drittklässler – verkleidet als freundlicher Tiger und gemütlicher Bär – die Janosch-Geschichte „Gemeinsam sind wir tiger-bärenstark“ vorlasen.

Die Geschichte passt besonders gut zu unserer Schule: Da wir eine flexible Eingangsstufe haben und ausschließlich jahrgangskombiniert unterrichten, nennen wir unsere jüngeren Kinder „Tiger“ und die älteren, erfahrenen Schülerinnen und Schüler „Bären“.

Im Anschluss wurde jeder „Tiger“ von seinem persönlichen „Bären“-Tandempartner oder seiner Tandempartnerin begrüßt. Die älteren Kinder werden ihren neuen Mitschülerinnen und Mitschülern in den ersten Schulwochen zur Seite stehen, ihnen den Einstieg erleichtern und sie mit Rat und Tat unterstützen. Als Zeichen der Verbundenheit überreichte jeder Bär seinem Tiger ein kleines Geschenk.

Anschließend machten sich unsere neuen „Flexkinder“ gemeinsam mit ihren Bären-Partnerinnen und -Partnern Hand in Hand auf den Weg in ihre Klassenzimmer. Dort wartete die allererste Unterrichtsstunde auf sie – ein ganz besonderer Moment!

Während die Kinder ihre ersten Schulerfahrungen sammelten, blieben die Eltern in der Turnhalle. Rektorin Müller stellte ihnen unsere Schule sowie das pädagogische Konzept der Jahrgangskombination vor. Für das leibliche Wohl sorgte der Elternbeirat. Bei Kaffee und kleinen Leckereien konnten die Eltern erste Kontakte knüpfen, sich austauschen und miteinander ins Gespräch kommen.

Nach einer Stunde, die für die Kinder wie im Flug vergangen war, durften die Eltern ihre frischgebackenen Schulkinder vor den Klassenzimmertüren wieder in Empfang nehmen.

So begann für unsere Erstklässlerinnen und Erstklässler ein aufregender neuer Lebensabschnitt – getragen von einer starken Gemeinschaft, herzlicher Unterstützung und hoffentlich ganz viel Vorfreude auf die kommende Schulzeit.

(Text und Fotos: Marianne Hargasser)

Wandertag

Ende September machten sich die 1/2-Klassen auf den Weg, die nähere Umgebung der Schule zu erkunden. Wandertag!



Beim Start morgens um halb neun war es noch ziemlich frisch und der Nebel hing oben in den Bäumen. Wir ließen uns nicht abhalten und wanderten gleich hinter dem Ramspauer Schloss einen ziemlich steilen Berg hinauf. Da wurde uns ganz schön warm! Nach einer kurzen Verschnaufpause ging es auf schönen Waldwegen weiter. Was gab es da alles zu entdecken: Stöcke in allen Größen, Pilze im Moos, Bucheckern am Boden und Spinnennetze zwischen den Zweigen. Nach einem ordentlichen Marsch machten wir endlich Pause und packten auf einer Lichtung unsere Brotzeit aus. Glücklicherweise hatten wir genug dabei, um unsere Energiereserven wieder aufzutanken. Frisch gestärkt brachen wir zum nächsten Teil der Wanderung auf. Inzwischen strahlte die Sonne warm vom Himmel und verschaffte uns einen wunderbaren Spätsommertag. Auf engen Pfaden und zwischen tiefhängenden Zweigen hindurch kamen wir auf der Anhöhe oberhalb Ramspaus wieder aus dem Wald heraus. Wir konnten sogar unsere Schule sehen! Doch dahin wollten wir noch nicht zurück. Erst ging es noch in unser heiß geliebtes Waldstück zum Spielen. Waren unsere Lager vom Juli noch da? Waren die kleinen Bäumchen und der Farn wieder gewachsen? Die Tigerkinder wurden von den Bären gleich mit den Regeln und Spielmöglichkeiten bekannt gemacht. Und in kürzester Zeit waren alle schwer beschäftigt. Viel zu schnell ging der Vormittag vorbei und wir machten uns auf den Rückweg. Gut, dass es bis zur Schule nicht mehr weit war. Jetzt waren wir doch ganz schön müde. Aber wir freuen uns schon, dass wir bald wieder losziehen!

(Text: Barbara Detterbeck / Foto: Martina Finkenzeller)



Grundschule am Schlossberg

Aktion Bio-Brotbox

Die Grundschule am Schlossberg beteiligt sich auch dieses Jahr wieder an der Aktion Bio-Brotbox für gesunde Kinderernährung. Bei dieser Aktion wird Erstklässlern zur Einschulung eine wieder verwendbare Frühstücks-Dose mit Zutaten aus ökologischer Landwirtschaft und eine Trinkflasche überreicht. Für viele Eltern und Kinder ist dies der erste Kontakt mit Lebensmitteln aus ökologischer Herstellung. Ziel der Aktion ist es, die Wertigkeit und den Ursprung von Lebensmitteln nahe zu bringen und wieder mehr den er Wert einer gesunden Ernährung schätzen zu lernen.

Wahl des neuen Elternbeirats

Für das Schuljahr 2026/2027 wurde ein neuer Elternbeirat gewählt. An der Spitze des Gremiums stehen Bianca Hoffmann-Baumstark als 1. Vorsitzende und Julia Elsner als Stellvertreterin. Unterstützt wird das Duo von Monika Schindler, Ines Aicher, Ludmilla Weishäupl, Sybille Subirge, Theresa Seifert, Nina Spengler, Stefanie Kotzbauer, Nadine Maurer, Anika Döring, Franzi Wolf, Alexandra Ciso und Heike Meier. Zur Wahl gratulierte Rektorin Heid Nickl sehr herzlich und bedankte sich bei allen für die konstruktive und engagierte Zusammenarbeit im letzten Schuljahr.



Ausflug auf den Bauernhof

Die drei vierten Klassen besuchten im Rahmen der Aktion „Alltagskompetenzen“ und „Erlebnisort Bauernhof“ am 30. September 2026 den Bauernhof der Familie Gassner in Bergmatting. Die Kinder lernten dabei viel Wissenswertes über die Haltung und Ernährung von Kühen sowie die Verarbeitung von Milch. Spannend fanden die Kinder vor allem den Melkroboter. Alle Schülerinnen und Schüler durften selbst Butter herstellen und in den Pausen nach Herzenslust im Heustadel herumtoben oder die Kälber und Hasen füttern.

(Texte und Foto: Dr. Gugau)

Grundschule Steinsberg-Eitlbrunn

Elternbeiräte 2025/2026 und 2026/2027

1. Vorsitzende	Christina Schiedrich
2. Vorsitzende	Yvonne Welter
Kassier	Thomas Dirnhofer
Schriftführerin	Nicole Renner
Mitglieder	Marie-Theres Ballmann
	Theresa Dechant
	Vanessa Kamran
	Marie-Theres Irsigler
	Anna Dobler
	Melanie Vogel

Klassenelternsprecher 2026/2027

	1. Elternsprecher	2. Stellvertreter
Klasse 1a	Oliver Schmid	Anna Dobler
Klasse 1b	Ulrike Meiler	Isabell Ströckel
Klasse 2a	Ebru Stegerer	Sarah Kanitz
Klasse 2b	Marie-Theres Irsigler	Michael Samiei Khabiri
Klasse 3a	Theresa Dechant	Julia Brunnbauer
Klasse 3b	Jürgen Zimmerer	Sabine Weinbeck
Klasse 4a	Sebastian Daiser	Kathrin Neudecker
Klasse 4b	Kathrin Demeler	Carolin Dirnhofer

ABC Schützen

Für unsere ABC-Schützen stand im September die Verkehrssicherheit ganz im Mittelpunkt. Passend zum Verkehrsunterricht erhielten die Erstklässlerinnen und Erstklässler von ihren Lehrerinnen leuchtende Warnwesten, die von der Gemeinde gesponsert wurden. So sind die Kinder auf ihrem Schulweg gut sichtbar und sicher unterwegs.

(Text: Claudia Mandl)

ADACUS

Aufgepasst mit ADACUS! hieß es am 25. September in der Steinsberger Grundschule. Die Kinder erlernten mit viel Spaß, Bewegung und Freude die wichtigsten Verkehrsregeln und übten das richtige Verhalten im Straßenverkehr. Die Moderatorin und der schlaue Rabe ADACUS führten durch die interaktive Stunde. Zum Abschluss erhielt jedes Kind eine Urkunde und einen ADACUS-Aufkleber. So macht Verkehrserziehung richtig Spaß!

(Text: Claudia Mandl)

TABA-PRESS
PAPYROS FACHGESCHÄFT
PRESSE
LOTTO® Bayern
TABAKWAREN - ZEITSCHRIFTEN - SCHULBEDARF Ihr Fachgeschäft mit
Laden-Zentrum Strassäcker 2, neben Netto · 93128 Regenstauf · Tel. 09402/8033
Mo. – Do. 8:00 – 18:00 Uhr / Fr. 7:30 – 18:00 Uhr / Sa. 7:30 – 14:00 Uhr

Wandertag 2. Klassen

Mit dem Bus nach Regenstauf und dann zu Fuß hinauf zum Schlossberg. So startete der Wandertag für die Klasse 2a und 2b. Voller Elan ging es den Berg hinauf, Stufe um Stufe. Oben angekommen wurde ausführlich am Spielplatz gespielt und Pause gemacht. Anschließend ging jeweils eine Klasse in das Infocenter während die andere Gruppe aus Naturmaterialien Landart legte. Danach spielten beide Klassen noch am Ritterspielplatz. Ausgepowert ging es dann den Weg wieder runter zum Bus. Perfektes Herbstwetter lud noch ein bunte Blätter und Waldschätze mitzunehmen.

(Text: Andrea Kerscher)

Walderlebniszentrum

Eine Kugelbahn bauen, eine Mauer und eine Feuerwand überwinden und eine Zeitreise machen - und das alles an einem Tag? Was eigentlich unmöglich erscheint, wurde für die Kinder der 4. Klassen im Walderlebniszentrum wahr.





Sie durften bei verschiedenen erlebnispädagogischen Aufgaben zeigen, dass zusammen auch scheinbar Unmögliches klappen kann. Mit viel Spaß und Begeisterung diskutierten die Kinder verschiedene Lösungsmöglichkeiten und probierten diese aus. Wenn es mal nicht gleich klappte, gelang manches im zweiten Versuch mit einer neuen Strategie. Dass dabei nicht immer Schnelligkeit zum Ziel führte, sondern man manchmal eher mit viel Ruhe und Gelassenheit die Aufgabe gut lösen kann, war sicherlich für einige eine neue Erfahrung. In jedem Fall war es für alle schön zu sehen, dass die Klassen eine tolle Gemeinschaft bilden und gemeinsam viel Spaß haben!

(Text: Monika Neft / Foto: Gabriele König und Monika Neft)

HOFMANN DRUCK & VERLAG
KOPIEN IN SCHWARZ-WEISS UND FARBE
im A4 und A3 Format
Werner-von-Siemens-Straße 1 · Regenstauf
Tel. 09402-948220 · www.beeindrucken.com

Die Fairtrade-Gemeinde informiert

Fairtrade-Gemeinde Regenstauf

GEPA BIO COCOBA NUSS NOUGAT CREME MIT GESAMTNOTE „GUT“ BEWERTET



Die GEPA, größte europäische Fair Handelsgenossenschaft, teilt in ihrem Pressebericht vom 3. September 2026 mit, dass ihre beliebte Nuss Nougat Creme in der aktuellen „test“ -Ausgabe mit der Gesamtnote „gut“ bewertet wurde. In den Einzelkategorien „Sensorisches Urteil“, „Schadstoffe“, „Deklaration“ erreichte die GEPA ebenfalls die Note „gut“, bei „Mikrobiologische Qualität“ sogar „sehr gut“.

Unter „Umwelttipp“ empfiehlt Stiftung Warentest das GEPA-Produkt als eine von zwei „besten Bio-Cremes“. Insgesamt hat die Stiftung Warentest 18 Cremes untersucht, darunter sechs Bio-Produkte: zwölf schnitten mit „gut“ ab, vier mit „befriedigend“, zwei mit „ausreichend“.

MIT AGROFORSTWIRTSCHAFT GEGEN DIE KLIMAKRISE

Fairtrade-zertifizierte Bio-Rohware bezieht die GEPA unter anderem von der Kakaogenossenschaft COOPROAGRO (Dominikanische Republik) und der Zuckerkooperative Manduvirá (Paraguay). Die GEPA hat die Genossenschaft COOPROAGRO bei der Bio- und Fair-Zertifizierung sowie beim Ausbau von „Dynamischer Agroforstwirtschaft” als Anpassungsmaßnahme gegen die Klimakrise unterstützt. Sie war auch einer der ersten Abnehmer für Bio-Kakao. Marisol Villar, Mitglied und Kakaobäuerin, baut Kakao neben Bananen, Orangen und Mais in verschiedenen Zyklen an. Sie erklärt: „Wir haben hier Erbsen- und Maniok-Anbau, was dem Boden zugutekommt. Wenn man die Pflanzung beschneidet, profitiert der Boden auch.“

Die Kombination von Schattenbäumen, Sträuchern und Nutzpflanzen schützt die empfindlichen Kulturen wie Kakao vor Wind, Sonne und Starkregen, so auch der Öko-Anbauverband Naturland. Boden, Wasserhaushalt und Bodenfruchtbarkeit werden gestärkt. Bio-Landwirtschaft fördert die Artenvielfalt durch den Verzicht auf chemisch-synthetische Dünger und Pestizide gemäß EU-Öko-Verordnung. Der Bio-Kakao von COOPROAGRO ist auch Naturland-zertifiziert.

Man erhält die „GEPA Bio Cocoba Nuss Nougat Creme“ in Weltläden (auch in Regenstauf), im Lebensmitteleinzel-, Bio- und Naturkosthandel sowie im Onlineshop (www.gepa-shop.de)



Quelle:
https://www.gepa.de/blog/presse/detail/getestet-und-fuer-gut-befunden-gepa-bio-cocoba-nuss-nougat-creme

Gepa Pressefotos: 01_GEPA_8911878_Bio Cocoba Nuss Nougat Creme_092026 02_Marisol_Villar_Batista_COOPROAGRO_in_Agroforst

Kirchliche Nachrichten

Pfarreiengemeinschaft Maria Magdalena im unteren Regental

Pfarrgemeinde St. Jakobus Regenstauf

GOTTESDIENSTORDNUNG:

Sonntag, 1. November 2026 – Allerheiligen
10.30 Uhr Eucharistiefeier
14.00 Uhr Gräbersegnung auf dem Neuen Friedhof
14.30 Uhr Gräbersegnung auf dem Alten Friedhof

Montag, 2. November 2026 – Allerseelen
18.00 Uhr Eucharistiefeier mit namentlichen Gedenken aller, die seit dem 1. November 2025 verstorben sind

Mittwoch, 4. November 2026
18.00 Uhr Eucharistiefeier

Freitag, 6. November 2026
9.00 Uhr Eucharistiefeier

Samstag, 7. November 2026
17.15 – 17.45 Uhr Beichtgelegenheit
18.00 Uhr Vorabendgottesdienst

Sonntag, 8. November 2026 – Volkstrauertag in Regenstauf
10.00 Uhr Gedenken der Opfer von Kriegen und Gewalt an der Sebastianikapelle
10.30 Uhr Eucharistiefeier mit MAKABER

Mittwoch, 11. November 2026
17.30 Uhr Rosenkranz
18.00 Uhr Gedächtnisgottesdienst für die Verstorbenen des Monats Oktober

Freitag, 13. November 2026
9.00 Uhr Eucharistiefeier

Samstag, 14. November 2026
Kein Vorabendgottesdienst!

Sonntag, 15. November 2026
10.30 Uhr Eucharistiefeier mit Kirchenchor

Mittwoch, 18. November 2026
18.00 Uhr Elisabeth-Gottesdienst gestaltet vom kath. Frauenbund Regenstauf

Freitag, 20. November 2026
9.00 Uhr Eucharistiefeier
17.00 Uhr Gedenkgottesdienst der Ambulanten Krankenpflege

Samstag, 21. November 2026
17.15 – 17.45 Uhr Beichtgelegenheit
18.00 Uhr Vorabendgottesdienst
18.00 Uhr Gottesdienst für Ehejubilare in Zeitlarn

Sonntag, 22. November 2026
10.30 Uhr Eucharistiefeier

Multifunktionale Gewerbeimmobilie
Das ca. 20.000 m² große Grundstück ist mit Hallen bebaut. Ein Glasfaseranschluss ist am Grundstück vorhanden. Es ist überwiegend vermietet. Bei Vollvermietung ist eine Miete von ca. EUR 250.000,- p. a. zu erwarten. **EUR 3,49 Mio.**
Energieausweis in Erstellung
Gerne verkaufen wir auch Ihre Immobilie
TRUMMER IMMOBILIEN 0941 44 76 33
http://www.trummer.de

Mittwoch, 25. November 2026
15.00 Uhr Eucharistiefeier im BRK-Seniorenheim
18.00 Uhr Eucharistiefeier

Donnerstag, 26. November 2026
15.00 Uhr Eucharistiefeier im Caritas-Seniorenheim

Freitag, 27. November 2026
9.00 Uhr Eucharistiefeier

Samstag, 28. November 2026
17.15 - 17.45 Uhr Beichtgelegenheit
18.00 Uhr Vorabendgottesdienst

Sonntag, 29. November 2026
10.30 Uhr Familiengottesdienst, gestaltet vom Familiengottesdienst-Team mit Future

Termine:

Kommunion 2027
1. Weggottesdienst am Dienstag 10. November 2026 um 17.30 Uhr in der Pfarrkirche St. Jakobus

Firmung 2027
1. Firmtreff in Diesenbach am 20. November 2026 von 15.00 bis 17.30 Uhr

Meditations-Herzensgebet im Spindlhof
Mittwoch 4. und 18. November 2026, von 19.00 – 20.00 Uhr in der Kapelle im Caritas Seniorenheim.

Mittwochabend mal anders: „Feierabend“ in St. Jakobus
Mittwoch, 11. November 2026, 18.00 Uhr, St. Martin, Messe neu erleben – denn Kirche ist nicht nur Sonntagssache. Wir starten mit „Feierabend“: eine Messe neu gedacht, mit frischem Wind und Musik, die trägt. Nach dem Gottesdienst geht’s raus auf den Kirchplatz: Zeit zum Reden, Lachen, Ankommen – bei einer kleinen Stärkung im Stehen. Kommt, wie ihr seid!

Kinderbibeltag
Auch in diesem Jahr laden wir wieder herzlich zum Kinderbibeltag ein – einem Tag voller Gemeinschaft, Spiel und lebendigem Glauben. Die Termine: 14. November 2026 im Pfarrsaal Regenstauf oder 18. November 2026 im Pfarrsaal Zeitlarn.
Wer mithelfen möchte, meldet sich bitte bei Pastoralreferentin Eva-Maria Fritz (pastoralreferentin@pg-mariamagdalena.de / 01512 9883221). Wir freuen uns sehr über jede Unterstützung!

Jahreshauptversammlung des Krankenpflegevereins im Pfarrzentrum
am Sonntag, 15. November 2026 um 14.00 Uhr.

PGR-Sitzung
am Dienstag 17. November 2026 um 19.00 Uhr im Pfarrzentrum.

Meditativer Tanz
am Montag, 23. November 2026 um 19.30 Uhr im Pfarrsaal.

Familiengottesdienst
Der Familiengottesdienst am 1. Advent um 10.30 Uhr wird vom Familiengottesdienstteam gestaltet.

Nikolausdienst
Am 6. Dezember 2026 führt die Pfarrgemeinde St. Jakobus Regenstauf wieder eine Nikolausaktion durch. Leider sind in diesem Jahr keine Termine am 5. Dezember 2026 möglich. Die Nikoläuse werden am 6. Dezember 2026 von 17.00 – 20.00 Uhr in der Pfarrgemeinde Regenstauf unterwegs sein. Die Nikolausaktion ist kostenlos, gerne werden jedoch freiwillige Spenden für die Jugendarbeit entgegengenommen.
Anmeldung ab 9. November 2026 im Pfarrbüro unter Tel. 1268 nur während der Bürozeiten Montag 13.00 – 17.00 Uhr, Dienstag, Mittwoch und Donnerstag von 8.00 – 12.00 Uhr oder senden Sie eine E-Mail an regenstauf@bistum-regensburg.de mit Ihrem Wunschtermin und Ihrer Wohn-Adresse, wir kommen dann auf Sie zu.

Öffnungszeiten Eine-Welt-Laden im Pfarrzentrum:
Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr
Mittwoch: 16.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag: 16.00 – 18.00 Uhr
Freitag: 9.30 – 11.00 Uhr

Chorproben für alle mit Freude am Singen (ohne weitere Voraussetzungen)
Im Pfarrheim Sankt Jakobus, Kirchplatz 7, Regenstauf.
Alle Proben nur während der Schulzeit!

Kinderchor I (3-6 Jahre):	Mittwoch	17.00 – 17.30 Uhr
Kinderchor II (7-11 Jahre):	Donnerstag	17.15 – 18.00 Uhr
Jugendchor (12-20 Jahre):	Donnerstag	18.30 – 19.30 Uhr
Kirchenchor (ab 18 Jahre):	Mittwoch	19.30 – 21.00 Uhr
Chor Vocal Wave (ab 18 Jahre):	Donnerstag	19.45 – 21.00 Uhr

Pfarrgemeinde St. Johannes Diesenbach

GOTTESDIENSTORDNUNG

Sonntag, 1. November 2026 – Allerheiligen
8.30 Uhr Hl. Messe
14.00 Uhr Gräbersegnung am Neuen Friedhof Regenstauf

Montag, 2. November 2026
18.00 Uhr Requiem für die Verstorbenen unserer Pfarrgemeinde mit namentl. Gedenken aller, die seit dem 1. November 2025 verstorben sind.

Dienstag, 3. November 2026
18.00 Uhr Hubertusmesse

Freitag, 6. November 2026
18.00 Uhr Hl. Messe zum Herz-Jesu-Freitag; anschl. Eucharistische Anbetung bis 19.00 Uhr

Sonntag, 8. November 2026
10.00 Uhr Hl. Messe

Dienstag, 10. November 2026
18.00 Uhr Hl. Messe

Mittwoch, 11. November 2026
19.00 Uhr Hl. Messe in Edlhausen

Freitag, 13. November 2026
Keine Hl. Messe!

Sonntag, 15. November 2026
10.00 Uhr Hl. Messe
10.00 Uhr (Klein)-Kindergottesdienst im Pfarrsaal

Dienstag, 17. November 2026
Keine Hl. Messe!

Freitag, 20. November 2026
18.00 Uhr Hl. Messe

Sonntag, 22. November 2026
8.30 Uhr Hl. Messe

Dienstag, 24. November 2026
17.00 Uhr Hl. Messe (Jahrestag der Pfarrerhebung); anschl. Eucharistische Anbetung bis 18.30 Uhr

Freitag, 27. November 2026
17.00 Uhr Hl. Messe
19.00 Uhr MAISL (Modernes Abendgebet im Scheinwerferlicht) Thema 2026: „Knockin' on heaven's door"

Sonntag, 29. November 2026
10.00 Uhr Hl. Messe (Musikalische Gestaltung 2026 Ensemble St. Johannes und Kirchenmäuse)

MAISL (Modernes Abendgebet im Scheinwerferlicht)
Die Priestergemeinschaft (Josef, Tom und Christian) mit MAISL-Team lädt herzlich zum nächsten MAISL ein. Es findet am Freitag, 27. November um 19.00 Uhr in der Pfarrkirche St. Johannes in Diesenbach statt. Thema: „Knockin' on heaven's door"

Seniorenclub Diesenbach
Am Donnerstag, 19. November 2026 findet um 13.30 Uhr der Seniorennachmittag statt. Es gibt Kaffee und Kuchen. Außerdem gibt es eine Martinsandacht mit den Kindern des Diesenbacher Kindergartens.

Gräbersegnung an Allerheiligen:

Neuer Friedhof Regenstauf:	14.00 Uhr
Alter Friedhof Regenstauf:	14.30 Uhr
Eitlbrunn:	Hl. Messe um 10.00 Uhr; anschl. Gräbersegnung
Steinsberg:	Andacht um 14.00 Uhr in der Kirche; anschl. Gräbersegnung
Bubach am Forst:	13.00 Uhr (Beginn am Friedhof)

Gedenken zum Volkstrauertag:

Samstag, 14. November:	18.00 Uhr Bubach am Forst
Sonntag, 15. November:	8.30 Uhr Steinsberg

Pfarrgemeinde St. Michael Eitlbrunn

GOTTESDIENSTORDNUNG

Sonntag, 1. November 2026
10.00 Uhr Hl. Messe; anschl. Gräbersegnung im Friedhof Eitlbrunn

Samstag, 7. November 2026
18.00 Uhr Vorabendmesse

Donnerstag, 12. November 2026
17.30 Uhr Martinsfeier in der Kirche; anschl. Martinszug

Sonntag, 22. November 2026
10.00 Uhr Hl. Messe

Samstag, 28. November 2026
17.00 Uhr Eucharistische Anbetung
17.30 Uhr Rosenkranz
18.00 Uhr Vorabendmesse



Pfarrgemeinde St. Josef Steinsberg mit Expositur St. Peter und Paul Bubach

GOTTESDIENSTORDNUNG

Samstag, 31. Oktober 2026
18.00 Uhr Vorabendmesse (Steinsberg)

Sonntag, 1. November 2026
13.00 Uhr Gräbersegnung im Friedhof Bubach
14.00 Uhr Andacht in der Pfarrkirche St. Josef Steinsberg; anschl. Gräbersegnung im Friedhof Steinsberg

Montag, 2. November 2026
18.00 Uhr Hl. Messe (Steinsberg)

Mittwoch, 4. November 2026
18.00 Uhr Hl. Messe (Steinsberg)

Donnerstag, 5. November 2026
8.00 Uhr Hl. Messe zum Gebetstag um geistliche Berufe; anschl. Eucharistische Anbetung bis 9.00 Uhr (Bubach)

Sonntag, 8. November 2026
8.30 Uhr Hl. Messe (Bubach)

Mittwoch, 11. November 2026
17.00 Uhr Martinsfeier des Kinderhaues in der Pfarrkirche; anschl. Martinszug

Donnerstag, 12. November 2026
16.00 Uhr Hl. Messe (Bubach)

Samstag, 14. November 2026
18.00 Uhr Vorabendmesse (Bubach) anschl. Gedenken zum Volkstrauertag

Sonntag, 15. November 2026
8.30 Uhr Hl. Messe (Steinsberg) anschl. Gedenken zum Volkstrauertag

Mittwoch, 18. November 2026
18.00 Uhr Hl. Messe (Steinsberg)

Donnerstag, 19. November 2026
16.00 Uhr Hl. Messe (Bubach)

Samstag, 21. November 2026
18.00 Uhr Vorabendmesse (Steinsberg)

Mittwoch, 25. November 2026
18.00 Uhr Hl. Messe (Steinsberg) mit Verabschiedung der Ministranten

Donnerstag, 26. November 2026
Keine Hl. Messe!

Sonntag, 29. November 2026
8.30 Uhr Hl. Messe (Bubach)



Pfarrgemeinde St. Laurentius Ramspau

GOTTESDIENSTORDNUNG

Sonntag, 1. November 2026
14.00 Uhr Andacht in der Pfarrkirche, anschließend Gräbersegnung auf dem Friedhof

Donnerstag, 5. November 2026
18.00 Uhr Eucharistiefeier in Heilinghausen

Sonntag, 8. November 2026
9.00 Uhr Eucharistiefeier in Ramspau

Donnerstag, 12. November
18.00 Uhr Eucharistiefeier in Hirschling

Samstag, 14. November 2026
18.00 Uhr Volkstrauertag in Ramspau
Vorabendgottesdienst in Ramspau
anschließend Gedenken der Gefallenen und Vermissten der beiden Weltkriege am Kriegerdenkmal

Sonntag, 15. November 2026
17.00 Uhr Martinszug in Ramspau – wir treffen uns im Pfarrgarten

Donnerstag, 19. November 2026
18.00 Uhr Eucharistiefeier in Heilinghausen

Samstag, 21. November 2026
18.00 Uhr Wortgottesfeier in Ramspau mit Taizé Lieder

Donnerstag, 26. November 2026
18.00 Uhr Eucharistiefeier in Hirschling

Sonntag, 29. November 2026
9.00 Uhr Eucharistiefeier in Ramspau

Martinszug in Ramspau
Am **Sonntag, 15. November 2026** lädt die Eltern-Kind-Gruppe um 17.00 Uhr zu einem Martinsspiel im Pfarrgarten ein. Anschließend Laternenzug zur Schule und zurück ins Pfarrheim zu Punsch und Lebkuchen.



Pfarrgemeinde Mariä Himmelfahrt Kirchberg

GOTTESDIENSTORDNUNG

Sonntag, 1. November 2026
9.00 Uhr Eucharistiefeier in Kirchberg
anschließend Gräbersegnung auf dem Friedhof

Sonntag, 15. November 2026
9.00 Uhr Eucharistiefeier in Kirchberg

Dienstag, 17. November 2026
18.00 Uhr Eucharistiefeier in Karlstein

Sonntag, 22. November 2026
9.00 Uhr Eucharistiefeier in Kirchberg

Evang.-Luth. Kirchengemeinde Regenstauf

GOTTESDIENSTE IN DER CHRISTUSKIRCHE

Sonntag, 1. November 2026 – 22. Sonntag nach Trinitatis
Kein Gottesdienst in der Christuskirche Regenstauf
9.30 Uhr Gottesdienst Friedenskirche Lappersdorf
11.00 Uhr Gottesdienst Dietrich-Bonhoeffer-Kirche Wenzenbach

Sonntag, 8. November 2026 – Drittletzter Sonntag des Kirchenjahres
9.30 Uhr Gottesdienst
17.00 Uhr Krabbel-Gottesdienst mit anschl. Martinsumzug

Sonntag, 15. November 2026 – Vorletzter Sonntag des Kirchenjahres
9.30 Uhr Gottesdienst
10.45 Uhr Kinderkirche

18. November 2026 – Buß- und Bettag
19.00 Uhr Gottesdienst mit Hl. Abendmahl

Sonntag, 22. November 2026 – Letzter Sonntag des Kirchenjahres
9.30 Uhr Gottesdienst mit Hl. Abendmahl und Gedenken der Verstorbenen des vergangenen Kirchenjahres

Sonntag, 29. November 2026 – 1. Advent
9.30 Uhr Gottesdienst mit dem Chor canto passionale

GRUPPEN UND KREISE

Eltern-Kind-Gruppe „Zwergen-Truppe“
jeden Mittwoch von 9.00 – 11.00 Uhr
Es gibt noch freie Plätze!
Ansprechpartner für die Eltern-Kind-Gruppe ist das Pfarramt Regenstauf, Tel. 1334

Happy Kids (Kindergruppe 1.– 4. Klasse)
Donnerstag, 19. November 2026 um 15.30 Uhr

Leselöwe (lesebegeisterte Kids von 3 – 7 Jahren)
Dienstag, 17. November 2026 um 15.00 Uhr

Line-Dance (Fr. Marpoder, Tel. 70339)
jeden Montag von 19.00 – 20.30 Uhr
Unkostenbeitrag 2 Euro je Abend

Spieleabend für Erwachsene (Info über das Pfarramt)
Dienstag, 10./24. November 2026 um 19.30 Uhr

Frauenkreis (Fr. Schade, Tel. 2855)
Termine nach Vereinbarung

Seniorenkreis (Pfr. Kritzenthaler)
Dienstag, 3. November 2026 um 14.30 Uhr

WomenFit (B. Hoffmann-Baumstark)
donnerstags nach Rücksprache, 17.15 – 18.15 Uhr

Taizègebet (Hr. Burger, Tel. 5256)
Freitag, 20. November 2026 um 19.00 Uhr
Kapelle Gibacht bei Heilinghausen

Percussion-Gruppe „Drum bun“ (rumän.: „Gute Reise!“)
für Erwachsene
freitags 14-tägig, 19.15 – 21.15 Uhr
Leitung: Martina Eff, Tel. 0151 21527983, Tina.eff@web.de

Ökumenisches Friedensgebet in Lappersdorf
Einmal im Monat beten wir gemeinsam für den Frieden. Denn die Orte des Krieges werden nicht weniger. Und was wir hier vor Ort tun können – ist beten. Gemeinsam und ökumenisch.

Im November entfällt das Friedensgebet, stattdessen findet die Friedensdekade statt: Ökumenische Friedensdekade „Couragiert und widerständig“

18.00 Uhr

Dienstag,	10. November 2026:	Pettendorf St. Margaretha
Mittwoch,	11. November 2026:	Hainsacker St.Ägidius
Donnerstag,	12. November 2026:	Kareth St. Elisabeth
Freitag,	13. November 2026:	Lappersdorf Mariä Himmelfahrt
Montag,	16. November 2026:	Lappersdorf Friedenskirche

VorsorgeZeit – heute informieren – morgen beruhigter sein.

Dazu laden wir Sie herzlich zu einem Informationsnachmittag in unserer neuen Filiale in Regenstauf ein.
In angenehmer Atmosphäre informieren wir Sie über die Möglichkeiten der Bestattungsvorsorge, beantworten Ihre Fragen und nehmen uns Zeit für ein persönliches Gespräch.

Wann: Sonntag, 29.11.2026, von 13:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Wo: Bestattungen Friede, Hauptstr. 50, 93128 Regenstauf

Das Team von Bestattungen Friede freut sich auf Ihren Besuch!

FRIEDE
BESTATTUNGEN

Vereinsnachrichten

1. SKC Regenstauf

Fr.	6. Nov., 17.30 Uhr	SV Obertraubling 2	–	**Herren 2 gem.**
Sa.	7. Nov., 17.00 Uhr	KF Pfatter 1	–	**Herren 1**
Di.	10. Nov., 19.00 Uhr	**Herren 2 gem.**	–	TSV Wörth G1
Fr.	27. Nov., 18.30 Uhr	KF Pfatter Damen G1	–	**Herren 2 gem.**
Sa.	28. Nov., 14.00 Uhr	TSV Siegenburg 1	–	**Herren 1**

Achtung! wegen Unbespielbarkeit der Bahnen sah sich der Verein gezwungen seine Heimspiele bei der SpVgg Walhalla Rgbg. auszutragen.

Bartclub Regenstauf / Diesenbach

Die Sitzungen des Bartclubs sind jeden ersten Freitag des Monats bei Herrn Greller, 1. Vorstand, zu Hause.
Beginn um 19.00 Uhr

Auskünfte erhalten Sie unter Bartfuchs.Diesenbach@web.de.



Bergverein Regenstauf e. V.

Nach der monatlichen Monatsversammlung, dem Arbeitseinsatz und der Jugendaktion ging es im September mit unserem alljährlichen Tagesausflug weiter. Diesmal nach Würzburg, Rainer Hofmann organisierte das Ereignis wieder hervorragend.



Bereits um 6.30 Uhr ging es am Bahnhof Regenstauf los. Auf dem Weg legten wir einen ersten Zwischenstopp im malerischen Prichsenstadt ein, wo wir uns bei einer gemütlichen Knackerpause stärkten und die historische Altstadt bei einem kurzen Spaziergang erkundeten.

In Würzburg angekommen, erwartete uns eine spannende Führung durch die prunkvolle Würzburger Residenz, bevor alle noch Zeit hatten, das Schloss und die Gartenanlagen auf eigene Faust zu erkunden.

Anschließend besuchten wir das STRAMU Straßenmusik- und Straßenkunstfestivals, das die Würzburger Innenstadt mit Leben erfüllte. Den perfekten Ausklang fand der Ausflug schließlich in Sommerach: Nach einem schmackhaften Abendessen im Gasthof zum Schwan besichtigten wir das Weingut Then und genossen eine gesellige Weinprobe.

Danke auch an Michl Reisen.

Ein weiterer feierlicher Höhepunkt folgte am 27. September: Bei der Begleitung des Berggottesdienstes durften wir nicht nur gemeinsam innehalten, sondern auch einen Blick in die Zukunft unseres Vereins werfen – im Rahmen des Gottesdienstes wurden unsere zwei neuen Fahrzeuge (ein UTV und ein John Deere) gesegnet und offiziell vorgestellt.

(Foto: Matthias Brandl)

Termine November:

6. November, 20.00 Uhr
Monatsversammlung Gaststätte „Am Schloßberg“

21. November, 13.00 Uhr
Arbeitseinsatz

21. November, 14.00 Uhr
Jugendtreff

An folgenden Mittwochen ist Arbeitseinsatz, Beginn 18.00 Uhr:
4./11./18./25. November 2026

Besucht unsere Webseite: www.bergverein-regenstauf.de
E-Mail: info@bergverein-regenstauf.de

Aktuelle Infos könnte ihr direkt über unsere SocialMedia-Kanäle erhalten.

www.regenstauf.de

Bücher-Tausch-Stüberl Steinsberg

Bücher in gutem Zustand zu bekommen, ohne sie teuer kaufen zu müssen, ist fast unmöglich. Gut erhaltene Bücher an andere Leser weiterzugeben, ist für Bücherfreunde die einzige Möglichkeit, die eigene Büchersammlung zu verkleinern.
Das Bücher-Tausch-Stüberl im Dorfgemeinschaftshaus in Steinsberg bietet die Möglichkeit, Bücher weiterzugeben, mitzunehmen, zu tauschen.

Die Öffnungszeiten des Bücher-Tausch-Stüberls sind:
Sommerzeit: freitags 16.00 bis 18.00 Uhr
Winterzeit: freitags 14.00 bis 16.00 Uhr

Schauen Sie vorbei – es lohnt sich!

Burschen- und Mädchenverein Immergrün Diesenbach

Nikolausaktion

Am **5. und 6 Dezember** ist der Nikolaus gemeinsam mit seinem Helfer vom Burschen- und Mädchenverein „Immergrün Diesenbach“ in der Umgebung unterwegs.

Möchten Sie, dass der Nikolaus auch bei Ihnen vorbeischaut?

Dann melden Sie sich bitte bei Anna-Maria Seidl unter Tel.: 0160 96885655 an.

Wir freuen uns über jede Anmeldung und über eine kleine Spende, die hilft, diese schöne Tradition aufrechtzuerhalten.

Plätze sind begrenzt!

Bund Naturschutz Ortsgruppe Regenstauf/ Zeitlarn

Monatsversammlung:

Donnerstag, den 12. November 2026,
19.00 Uhr im Mehrgenerationenhaus MGH (Café im 2. Stock)

Der Bund Naturschutz in Bayern e.V. – Ortsgruppe Regenstauf/ Zeitlarn lädt alle Mitglieder und Interessierten zur Monatsversammlung ein. Wir treffen uns regelmäßig jeden zweiten Donnerstag im Monat und besprechen in gemütlicher Runde unsere Umweltaktionen und aktuelle Themen.

Zigarettenkippen-Sammeln

Der BN trifft sich zum Sammeln von Zigarettenkippen jeden 2. Samstag im Monat um 10.00 Uhr am Rathausbrunnen in Regenstauf.

Das nächste Treffen für diese Aktion zum Umweltschutz ist am 14. November 2026!



DARC e. V.

Ortsverbands-Abende

Die Funkamateure in Regenstauf treffen sich regelmäßig jeden zweiten Freitag im Monat um 19.30 Uhr ME(S)Z zu ihrer OV-Versammlung im Pizzeria Paradiso, Bayernstraße 23, 93128 Regenstauf. Zu diesen OV-Abenden sind an der Funktechnik interessierte Gäste jederzeit herzlich willkommen. Unser Clubrufzeichen ist DL0RF.

Ansprechpartner:
Ortsverbandsvorsitzender: Siegfried W. Best DF5SBA
Am Bodenacker 19a, 93138 Lappersdorf
Tel. 0941/891765, E-Mail: sbest@t-online.de

Dramatischer Club



Ausschusssitzung: Nächste Ausschusssitzung am **6. November 2026** um 19.00 Uhr Gaststätte Jahnhalle

Volkstrauertag: Teilnahme Volkstrauertag am **15. November 2026** Uhrzeit wie in der aktuellen Presse bekannt gegeben.

Die Theatergruppe bedankt sich bei allen Besuchern unserer Aufführungen

FC Bayern Fanclub Steinsberg

Jahreshauptversammlung des FC Bayern Fanclubs Steinsberg

Der FC Bayern Fan-Club Steinsberg lädt seine Mitglieder zur Jahreshauptversammlung ein.

Diese findet am **Freitag, den 13. November 2026** um 19.00 Uhr in der Gaststätte „Waldschänke“ Pilz in Steinsberg statt. Um zahlreiches Erscheinen wird gebeten.

Vorankündigung Weihnachtsfeier

Unsere diesjährige Weihnachtsfeier findet am **Freitag, den 18. Dezember 2026,** 19.00 Uhr in der Gaststätte „Waldschänke“ in Steinsberg statt.



FF Eitlbrunn

Einladung Weihnachtsfeier:

Die diesjährige Weihnachtsfeier findet am **12. Dezember 2026** um 18.00 Uhr am Übungsplatz des neuen Gerätehauses statt. Wir laden Euch hierzu herzlich ein und freuen uns auf euren Besuch!

Einladung zur Jahreshauptversammlung:

Die **Jahreshauptversammlung** findet am **9. Januar 2027** um 19.00 Uhr im neuen Feuerwehrgerätehaus statt.

Alle Mitglieder sind herzlich eingeladen!

Folgende Tagesordnung ist vorgesehen:

TOP 1	Begrüßung
TOP 2	Gedenkminute für verstorbene Mitglieder
TOP 3	Bericht des 1. Vorstandes
TOP 4	Bericht des 1. Kassier
TOP 5	Bericht des 1. Kommandanten
TOP 6	Bericht des Jugendwartes
TOP 7	Bericht der Leitung der Kinderfeuerwehr
TOP 8	Antrag auf Entlastung der Vorstandschaft
TOP 9	Grußworte der Ehrengäste
TOP 10	Ehrungen
TOP 11	Sonstiges

Änderungen vorbehalten!

Die Vorstandschaft



Förderverein Pfarrkirche St. Jakobus e. V.

Der im Jahr 2017 gegründete Förderverein hat sich zur Aufgabe gemacht, die katholische Pfarrei St. Jakobus bei der Renovierung und dem Erhalt kirchlicher Gebäude zu unterstützen.

Wir freuen uns über jede Mitgliedschaft oder Spende, ob klein oder groß.

Mitgliedsanträge erhalten Sie bei der Vorstandschaft oder im Pfarrbüro.

Raiffeisenbank Regenstauf eG
IBAN: DE 66 7506 1851 0007 0675 34
BIC: GENODEF1REF

Wir sagen unseren Spendern ein herzliches Vergelt's Gott für die Spendenbereitschaft und Unterstützung!

Wenn Sie als Spender/in namentlich genannt werden wollen, geben Sie bitte bei Ihrer Überweisung Ihre Telefonnummer im Feld Verwendungszweck an. Dies gibt uns die Möglichkeit, Sie zu kontaktieren, danke!

Vorausschau:

Der Förderverein verkauft heuer wieder leckere Langoskreationen am Weihnachtsmarkt. Wir freuen uns über viele Besucherinnen und Besucher!

1. Vorsitzender Kurt Feistenauer (Tel. 09402/1234)
2. Vorsitzender Klaus Deml (Tel. 09402/5833)

PIETÄT
BESTATTUNGEN
Seit 1967
Wir helfen
Wir beraten
Wir unterstützen
Tag & Nacht 09402 / 7844634
Für Sie vor Ort in Regenstauf
Frau Michaela Diez
Spindlhofstr. 15 93128 Regenstauf
Aufgrund unserer jahrzehntelangen Erfahrung ist unser Familienunternehmen regional und auch überregional ein zuverlässiger und kompetenter Ansprechpartner für die Durchführung einer würdevollen Bestattung.
Weitere Standorte:
Lappersdorf/Hainsacker Regensburg
Tegernheim Bad Abbach Wörth a. d. Donau
Burglengenfeld Maxhütte-Haidhof

Frauenbund Diesenbach

Geburtstagsfeier des KDFB Diesenbach

In gemütlicher Runde feierte der KDFB Diesenbach am Samstag, 26. September, seine Jubilarinnen. Die Geburtstagsfeier fand in etwas kleinerem Kreis statt, was der geselligen und herzlichen Atmosphäre jedoch keinen Abbruch tat. Nach der Begrüßung durch Sabine Wieder wurde den Jubilarinnen ein Geburtstagsständchen gesungen und es erwartete sie ein abwechslungsreicher und unterhaltsamer Nachmittag.

Luis sorgte mit seiner Steirischen Harmonika für die passende musikalische Begleitung und brachte mit seinen stimmungsvollen Klängen viel Freude in die Runde. Auch besinnliche und heitere Momente kamen nicht zu kurz: Es wurden verschiedene Gedichte vorgetragen, die bei den Gästen für so manchen Schmunzler sorgten und die Feier bereicherten.

Als Zeichen der Wertschätzung und Verbundenheit erhielten die Geburtstagskinder ein kleines Geschenk. Bei gemütlichem Beisammensein, Musik und guten Gesprächen klang die Geburtstagsfeier schließlich in schöner Atmosphäre aus.



(Text und Foto: Petra Renner)

Termine:

Einkehrtag am **Samstag, 14. November 2026,** von 10.00 bis 15.00 Uhr im Pfarrzentrum Diesenbach für die gesamte Pfarreiengemeinschaft. Pfarrer Josef Hausner referiert zum Thema „Christusstatue in Rio – Der Blick Jesu."

Der Unkostenbeitrag beträgt 5 Euro inkl. Mittagessen.

Anmeldung unbedingt erforderlich bei: Christine Raab, Tel. 7384, oder Sabine Wieder, Tel. 8094, jeweils ab 18.00 Uhr

Adventfeier am 5. Dezember 2026, 14.30 Uhr im Pfarrzentrum Diesenbach

Ihr Reparaturdienst
für defekte Rolläden
09471 / 307380
SCHNEIDER
Rolladenbauermeister
93133 Burglengenfeld - Schmidmühlener Str. 17

Frauenbund Ramspau

Rückblick: Gesellige Lesung in Kirchberg

Einen gelungenen Nachmittag in Kirchberg bescherte uns Ludwig Pritscher, Pastoralreferent und Buchautor. Nach einem gemütlichen Kaffeeplausch unterhielt er die Zuhörerinnen mit amüsanten Auszügen aus seinen Büchern.

Rückblick: Bezirksausflug zum Adlersberg

Den September ließen 15 Frauen des Frauenbund Ranspau beim gemeinsamen Bezirksausflug der Zweigvereine ausklingen. Es ging bei bestem Spätsommerwetter auf den Adlersberg. Nach einer Andacht in der Klosterkirche folgte der gemütliche Teil im Biergarten.



Vorschau: Termine im November 2026

Samstag, 21. November 2026: Adventskranzbinden

Ab 14.00 Uhr besteht im Pfarrheim Ramspau die Möglichkeit zum gemeinsamen Adventskranzbinden. Wer noch vom letzten Jahr den Strohkranz als Unterlage hat, soll diesen bitte mitbringen. Im Sinne der Nachhaltigkeit bietet es sich an, den Rohling nach Weihnachten abzuwickeln und wieder zu verwenden. Wer keinen (mehr) hat, bekommt von uns einen gestellt. Auch Tannengrün ist ausreichend vorhanden, selbst mitzubringen sind Deko und Kerzen zum Gestalten der Kränze. Auch für die Kinder wird es eine Bastelmöglichkeit geben. Größere Kinder können alternativ einen eigenen Adventskranz binden.

Zur besseren Planung bitten wir um rechtzeitige Anmeldung beim Vorstand.

Samstag, 28. November 2026: Ramspauer Weihnachtsmarkt

Gemeinsam mit dem OGV beteiligen wir uns wieder am Kaffee- und Kuchenverkauf und freuen uns über Kuchenspenden.

Sonntag, 29. November 2026: Adventsfeier für unsere Mitglieder

Um 14.00 Uhr beginnen wir mit einer Adventsandacht im Pfarrheim, musikalisch begleitet vom „Ramspauer Stubenzauber". Im Anschluss stimmen wir uns bei Kaffee und Gebäck gemütlich auf den Advent ein und haben Gelegenheit für Gespräche und Austausch.

(Text: Anna Eichinger / Foto: Petra Hochmuth)



Frauenbund Regenstauf

Eine Gruppe von 10 Frauen unternahm im September eine Radtour nach Hirschling. Nach einer kurzen Pause in Hirschling erfolgte die Rückfahrt nach Regenstauf zur Gaststätte Jahnhalle. Dort verbrachten wir einen gemütlichen Nachmittag bei Kaffee und Kuchen und schönen Gesprächen.



(Text: Evi Geigl / Foto: Michaela Angerer)

Am **Mittwoch, 18. November 2026,** 18.00 Uhr werden wir den Elisabeth-Gottesdienst in der Pfarrkirche gestalten.

Wir freuen uns über viele Besucher.

Die Kollekte gehört für Frauen in Not.

Am **1. Adentssonntag, 29. November 2026,** 16.00 Uhr laden wir ganz herzlich zu unserer alljährlichen **Adventsandacht** mit besinnlichen Geschichten in die Pfarrkirche ein.

Im Anschluss gemütliches Beisammensein mit Glühwein und Gebäck im Pfarrzentrum.

Turnen mit Barbara Maier beginnt **jeden Mittwoch,** um 8.30 Uhr im Mehrgenerationenhaus Eingang Bergstraße!

Jeweils **am 3. Mittwoch im Monat** findet um 14.00 Uhr im Pfarrzentrum der **Seniorennachmittag** für alle Senioren der Pfarrgemeinde St. Jakobus statt. Leitung Franziska Kowalli und Marie Berner.

Herzliche Einladung dazu.

Freiwilligen Feuerwehr Steinsberg

Die Freiwillige Feuerwehr Steinsberg lädt alle Mitglieder zur diesjährigen **Weihnachtsfeier** mit Ehrungen und Christbaumversteigerung am **Samstag, den 28. November 2026** um 19.00 Uhr in die Gaststätte Waldschänke in Steinsberg ein.

Regental BUCHBINDER
Alle das Buchbinderhandwerk betreffenden Facharbeiten
Goethestraße 13
(Eingang Frankenstraße)
93128 Regenstauf
Telefon 0 94 02 / 78 43 18
Telefax 0 94 02 / 78 43 19
AUSFÜHRUNG SÄMTLICHER BUCHBINDERARBEITEN

FSV Steinsberg e.V. 1949

FSV Steinsberg – Abt. Fitness Erwachsene

Die aktuellen Infos erhalten Sie auf unserer Homepage: www.fsv-steinsberg.de

Unverbindliches Probetraining ist jederzeit möglich.

Montag, 18.00 – 19.00 Uhr, Pilates mit Jana

Eine ganzheitliche Trainingsmethode, die Kraft, Beweglichkeit und Körperhaltung verbessert.

Montag, 19.00 – 20.00 Uhr, Total Body Workout mit Stephan

Du willst dich mal wieder richtig auspowern? Dann bist du hier genau richtig. Für Männer und Frauen!

Dienstag, 19.00 – 20.00 Uhr, Bodyfit – Best Ager! mit Doris

Die Stunde mit abwechslungsreichen Übungen zur Stärkung von Rücken, Bauch, Beinen und Po.

Dienstag, 20.00 – 21.00 Uhr, Kraft-Pilates mit Jacqueline

Eine dynamische Form des klassischen Pilates, die funktionelles Krafttraining und tiefe Rumpfstabilisation vereint.

Mittwoch, 18.30 Uhr, Beachvolleyball

Für jedes Niveau! Egal ob Anfänger/in oder Fortgeschritten – alle sind willkommen

Donnerstag, 18.30 – 19.30 Uhr, Jumping mit Jana

High Level Cardio mit Fun-Faktor. Trainiere gelenkschonend Ausdauer, Koordination und Balance. Für jedes Fitnesslevel geeignet. Teilnehmeranzahl begrenzt! Anmeldung über App notwendig.

Donnerstag, ca. 19.45 Uhr, Basketball

Zielgruppe: ehemalige Basketballer (m/w/d, >18 Jahre). Spielzeit wäre fast jeden Donnerstag in der Halle in lockerer Runde mit Fokus auf Verletzungsfreiheit. Anmeldung erbeten.

FSV Steinsberg in Kooperation mit dem TSV Eitlbrunn

Montag, 8.30 – 9.30 Uhr, Pilates mit Jacqueline

Aktiviere die Körpermitte, den Kreislauf und den Stoffwechsel! Geeignet für alle Altersgruppen.

In den Funktionsräumen des TSV Eitlbrunn!

WIR HOLEN KOSTENLOS IHREN HAUSHALTSSCHROTT AB!

Rufen Sie uns an und wir vereinbaren einen Abholtermin mit Ihnen.
Auch bei Fragen stehen wir für Sie gerne zur Verfügung.

Mitgenommen werden:

Heizkörper, Guß- und Blechwannen, Eisenträger, Blechdachrinnen, Garagentore usw.

Haushaltsschrott z.B. Töpfe, Pfannen,Fahrräder usw.

Landwirtschafts-und Industriemaschinen

Eisen und Blech aller Art

Buntmetall z.B. Kupfer, Alu, Messing, Edelstahl usw.

FA. SCHROTT & METALLHANDEL
MICHAEL DANNER
BAHNHOFSTR. 41
93142 MAXHÜTTE
TEL. 09471/3215602
MOBIL: 0171/8181791

Gesangverein Regenstauf

Singen macht glücklich!

Vielleicht hat sich von euch auch schon mal der eine oder die andere gefragt, warum gerade Singen glücklich machen soll. Es ist so: Beim Singen werden die Botenstoffe Dopamin und Endorphin freigesetzt und wirken als natürliches Antidepressivum. Wissenschaftliche Studien bestätigen, dass wir neben unserer Psyche auch unserem Körper etwas Gutes tun. Bereits nach fünf bis zehn Minuten kommt unser Herz-Kreislauf-System in Schwung und wer im Chor mit netten Leuten versucht, die richtigen Töne zu treffen, aktiviert einen weiteren Glücksbringer, Oxytocin, das „Kuschelhormon".



Und weil gemeinsames Singen nicht nur glücklich macht, sondern auch verbindet, laden wir euch ganz herzlich ein, Teil unseres Gesangvereins zu werden. Wir suchen nette, sangesfreudige Menschen in allen Stimmlagen – egal ob Sopran, Alt, Tenor oder Bass. Vorkenntnisse sind nicht nötig, nur Freude am Singen und Lust auf eine offene, humorvolle Gemeinschaft. Wenn ihr neugierig seid, kommt einfach unverbindlich zu einer Probe vorbei: immer dienstags von 20.00 bis 21.30 Uhr – außer in den Ferien – im Kultur- und Mehrgenerationenhaus, Zimmer 209 und erlebt selbst, wie gut Singen tut.

(Text: A. Hiller; Bildrechte: Gesangverein)

Infos unter www.gesangvereinregenstauf.com oder unter Tel. 01520 3345463

Heimat- und Volkstrachtenverein „Stamm" Regenstauf



6. November 2026, 19.30 Uhr
Volkstanzkurs in der Gaststätte Jahnhalle

9. November 2026, 17.00 Uhr
Kinder- und Jugendprobe im Mehrgenerationenhaus

9. November 2026, 19.00 Uhr
Goißlschnalzerprobe in der Gaststätte Jahnhalle

13. November 2026, 19.30 Uhr
Volkstanzkurs in der Gaststätte Jahnhalle

14. November 2026, 19.30 Uhr
Kathreintanz in der Jahnhalle
Der Heimat- und Volkstrachtenverein „Stamm" veranstaltet einen Kathreintanz. Alle Informationen finden Sie in der Rubrik „Feste und Veranstaltungen"

15. November 2026, 9.00 Uhr
Teilnahme am Volkstrauertag

21. November 2026, 18.30 Uhr
Vereinsabend mit Plattler- und Volkstanzprobe in der Gaststätte Jahnhalle

30. November 2026, 17.00 Uhr
Kinder- und Jugendprobe im Mehrgenerationenhaus

30. November 2026, 19.00 Uhr
Goißlschnalzerprobe in der Gaststätte Jahnhalle

Voranzeige:

Adventsingen in St. Johannes Diesenbach

Der Advent lädt dazu ein, einen Gang zurückzuschalten, zur Ruhe zu kommen und sich auf das Weihnachtsfest einzustimmen. Genau dazu möchte der Heimat- und Volkstrachtenverein „Stamm" Regenstauf mit seinem traditionellen Adventsingen einladen. Bereits zum 16. Mal findet die Veranstaltung am Sonntag, 13. Dezember 2026, um 17.00 Uhr in der Pfarrkirche St. Johannes in Diesenbach statt.

Die besondere Atmosphäre der Kirche bildet den passenden Rahmen für eine Stunde voller bayerischer Volksmusik, Gesang und Geschichten. Mit dabei sind die Oberpfälzer Moidln, die Staad Lustign, das Bläserquartett Beratzhausen sowie die vereinseigene Ziachmusik. Zwischen den musikalischen Beiträgen erzählt Kreisvolksmusikpfleger Tobias Lehner Geschichten in Mundart, die von der Advents- und Weihnachtszeit handeln.

So entsteht ein abwechslungsreiches Programm, das die bayerische Lebensart und die stille Seite des Advents miteinander verbindet. Fernab vom vorweihnachtlichen Trubel bleibt Zeit für Musik, Geschichten und gemeinsames Zuhören – und vielleicht auch für den einen oder anderen Gedanken an das, was Weihnachten eigentlich ausmacht.

Der Eintritt ist frei. Der Heimat- und Volkstrachtenverein „Stamm" Regenstauf freut sich auf viele Besucher aus Diesenbach, Regenstauf und der gesamten Umgebung, die gemeinsam einen besinnlichen Adventssonntag erleben möchten.

Besuchen Sie uns auch im Internet unter
www.regenstaufer-trachtler.de

Jehovas Zeugen

Wir laden Sie herzlich ein, im **Königreichssaal, Hans-Sachs-Straße in Regenstauf**, jeweils am Sonntag um 9.30 Uhr folgende biblische Vorträge zu besuchen:

1. November 2026	Sichtbare Belege für die Existenz Gottes
8. November 2026	Brauche ich Gott in meinem Leben?
15. November 2026	Jesus Christus – wer er wirklich ist
22. November 2026	Warum Christen anders sein müssen
29. November 2026	Wo finden wir in schwierigen Zeiten Hilfe?

Weitere Zusammenkünfte mit wechselnden Themen:

Sonntags	10.05 Uhr	Wachtturmstudium
Donnerstags	19.00 Uhr	Unser Leben und Dienst als Christ
	20.05 Uhr	Versammlungsbibelstudium

Der Eintritt ist frei und es finden keine Geldsammlungen statt.

Weitere Informationen finden Sie auf der Internetseite www.jw.org

Kath. Frauen- und Mütterverein Bubach a. F.



Donnerstag, 5. November, 8.00 Uhr:
Hl. Messe mit Anbetung

Sonntag, 22. November, 14.00 Uhr:
Rosenkranz für verstorbene Mitglieder, anschließend Kaffee und Kuchen im Gasthaus Schlehuber

STANZUNGEN, GRAVIERUNGEN, VEREDELUNGEN, STEMPEL ETC.

HERGESTELLT MIT
LASERTECHNIK

- Neueste Lasertechnik von TROTEC
- Bearbeitung von versch. Materialien wie Papier, Holz, Stein, Kunststoff, Glas, Leder, Acryl etc.
- Gravuren, Stempel, Klingelschilder, Hausleitsysteme uvm.
- Feinste Stanzen möglich, ideal für Einladungen, Dankeskarten, Flyer und personalisierte Geschenke
- Fast keine Grenzen bei den Formmöglichkeiten gesetzt



Satz & Gestaltung

Digital- & Offsetdruck

Weiterverarbeitung

Konfektion & Versand

Alles aus einer Hand



HOFMANN
DRUCK & VERLAG

Werner-von-Siemens-Straße 1 · 93128 Regenstauf
Telefon 09402 | 948220 · Fax 09402 | 9482222
info@beeindrucken.com · www.beeindrucken.com

Druck und Bindung

von Bachelorarbeiten / Facharbeiten

Alles ab einer Auflage von einem Exemplar



von Festschriften

Sie haben einen festlichen Anlass, wie z. B. eine Jubiläumsfeier im Verein oder in der Familie, ein Stadtfest, eine Firmenfeier oder ein anderes festliches Ereignis? Wir haben das passende Format und den geeigneten Einband für den Druck Ihrer Festschrift.

Krippenfreunde Regental e. V.

Krippenausstellung

Anlässlich des 30-jährigen Vereinsjubiläums findet vom 28. November 2026 bis 6. Dezember 2026 eine Krippenausstellung im Dachgeschoss des Mehrgenerationenhauses statt.

Gezeigt werden Krippen von Vereinsmitgliedern, Freunden des Vereins und aus der italienischen Partnergemeinde Casirate d'Adda.



Die Ausstellung ist täglich von 9.00 bis 12.00 Uhr und 14.00 bis 17.00 Uhr geöffnet.

Abweichend dazu am Mittwoch, 3. Dezember bis 19.00 Uhr.

Am Sonntag, 6. Dezember schließen wir um 16.00 Uhr.

Wir freuen uns über viele Besucher der Ausstellung.

Krippenfreunde Regental e.V.

hofmann-krippenbau@r-kom.net

Tel. 09402 782367

(Text und Foto: Eberhard Hofmann)

medi aktiv

Praxis für Physiotherapie und Osteopathie
Inhaber: Uli Goß

Unsere Leistungen im Überblick:
Krankengymnastik – Manuelle Therapie – Lymphdrainage
Krankengymnastik auf neurophysiologischer Basis (KG-ZNS nach Bobath/PNF)
Sportphysiotherapie
Osteopathie – Osteopathie für Kinder

Alle Kassen, barrierefreier Zugang, Parkplätze vor der Einrichtung
Wir freuen uns über Ihren Kontakt

medi-aktiv im Eckert-Gesundheitszentrum
Dr.-Robert-Eckert-Str. 1 93128 Regenstauf
Telefon 09402/5042034

www.mediaktiv-regenstauf.info

OGV Diesenbach

Fleißige Hände und tolle Veranstaltungen

In den vergangenen Wochen war beim OGV Diesenbach einiges geboten! Dank des engagierten Einsatzes unserer Mitglieder Gabi und Walter Pisch erstrahlen die Ruhebänke in Diesenbach wieder in neuem Glanz und laden nun, frisch gestrichen wieder zum Verweilen und Ausruhen ein. Ein herzliches Dankeschön für dieses Engagement!

Gemeinsam mit den anderen Obst- und Gartenbauvereinen der Marktgemeinde durften wir am Tag der offenen Tür der Vogelstation Regenstauf mit einem Infostand teilnehmen. Danke an den LBV für diesen tollen Tag! Wir haben uns sehr über das große Interesse und die netten Gespräche mit den zahlreichen Gästen gefreut und darüber, dass unsere Tier-Tattoos bei den Kindern so gut ankamen. Alle Teilnehmenden waren sich einig im nächsten Jahr wieder dabei sein wollen.



Gaby Griese-Heindl (OGV Diesenbach), Laurenz Islinger (OGV Ramspau)

(Foto: I. Koch)

Beim traditionellen Schmücken des Altars in der Diesenbacher Kirche hat sich gezeigt hat, wie vielfältig und kreativ das Engagement im OGV sein kann. Dank der vielen helfenden Hände und der reichen, bunten Lebensmittel- und Blumenspenden konnte „der Tisch reich gedeckt" werden und erstrahlte der Altar in den schönsten Farben des Herbstes.

Wir freuen uns auf unsere kommenden Aktivitäten, die unseren Ortsteil bunter, vielfältiger und schöner machen:

Am 28. November 2026 findet ab 18.00 Uhr die Jahresabschlussfeier für alle OGV-Mitglieder in den Diesenbacher Bürgerstuben statt. Neben einem besinnlichen Programm mit den „Schönseer Moila" bedanken wir uns bei allen aktiven Mitgliedern.

Ein Ausflug zum „Schwimmenden Christkindlmarkt" in Vilshofen steht noch für den 4. Dezember 2026 auf dem Programm.

Genaue und detaillierte Hinweise zu Anmeldung und Organisation, Antworten auf Fragen zur Mitgliedschaft und mehr, findet ihr im Netz, auf Facebook und auf unserer Infotafel bei der Grundschule Diesenbach. Für direkte Kontaktaufnahme zu allen Fragen steht unsere Vorsitzende Gaby Griese-Heindl unter gabygriese-heindl@web.de oder Tel. / WhatsApp 0152 21985304 zur Verfügung.

Wir freuen uns über eure Anregungen und Ideen, egal ob Mitglied oder (noch) nicht!

OGV Eitlbrunn

Am **Freitag, 13. November** um 20.00 Uhr findet im Gasthaus Spanner die **Herbstversammlung** mit Ehrung verdienter Mitglieder und Wahl eines Schriftführers statt.

Zum **Binden von Tür- und Adventskränzen** im Pfarrsaal (Kallmünzer Str. 32) in Eitlbrunn am **Mittwoch, 25. November** ab 19.00 Uhr ergeht freundliche Einladung an alle Mitglieder, sowie die gesamte Bevölkerung.

Materialien sind teilweise vorhanden und können getauscht werden.

Die Vorstandschaft freut sich über eine rege Teilnahme an beiden Veranstaltungen.

OGV Kirchberg-Karlstein

Liebe Gartenfreunde,

am **22. November** um 14.00 Uhr findet unsere **Jahresabschlussfeier** im Gasthaus Lautenschlager statt.

Auf einen gemütlichen und unterhaltsamen Nachmittag mit Euch freut sich die Vorstandschaft.

Am **27. November** treffen wir uns zum gemeinsamen **Adventskranzbinden** mit Plätzchen und Glühwein.

EMP Chair PLUS
BECKENBODENTRAINING
MIT TIEFENWIRKUNG



Kerscher`s
FITNESS- & GESUNDHEITS-STUDIO

Bayernstraße 19
93128 Regenstauf
Termin und Infos unter
Tel: 09402-5042140

OGV Ramspau

Liebe OGV-Mitglieder,

am **Sonntag, den 8. November 2026** findet unsere Jahresabschlussfeier mit Ehrungen um 15.00 Uhr statt. Die Örtlichkeit wird noch über die vereinsbekannten Kanäle mitgeteilt.

Auf die zahlreiche Teilnahme freut sich eure Vorstandschaft.

Kindergruppe Regentaler Vogelscheuchen

Im September traf sich die Kindergruppe bei strahlend blauem Himmel zur Kartoffelernte in Asing bei Fam. Weiß.

Ausgerüstet mit Körben und Schaufel ging das Abenteuer los. Die 15 Kinder lockerten mit viel Eifer die Erde und jede gefundene Knolle wurde begeistert hochgehalten.

Sie hatten viel Freude, halfen einander und lernten verschiedenes Wissenswertes und wie viel Arbeit in unseren Lebensmitteln steckt.



Danach fanden wir im Obstgarten ein schattiges Plätzchen und genossen unser Picknick, nebenbei konnten die Kinder aus einer Kartoffel und Buchäckern einen Igel basteln.

(Text und Foto: Katja Ernst)

OGV Regenstauf

Der Obst- und Gartenbauverein Regenstauf lädt seine Mitglieder zur **Jahresabschlussfeier** in die Gaststätte Jahnhalle ein. Geehrt werden die Besitzer der als sehenswert bewerteten Gärten mit einem Blumenstock und einem Geschenk.

Hausmusik begleitet den Abend.

Wann: **20. November 2026** um 19.00 Uhr
Wo: Gaststätte Jahnhalle

OGV Steinsberg

75 Jahre Obst- und Gartenbauverein Steinsberg – ein Jubiläum, das verbindet

Auf 75 Jahre Vereinsgeschichte blickt der Obst- und Gartenbauverein Steinsberg zurück. Dieses besondere Jubiläum wurde im September mit einem festlichen Gottesdienst, einem gemeinsamen Umzug durch den Ort und einem abwechslungsreichen Festtag am Alten Schulhaus gebührend gefeiert.

Bei der Gründung im Jahr 1951 stand zunächst die Pflege der Obstbäume und die Sicherung einer guten Ernte im Mittelpunkt. Im Laufe der Jahrzehnte hat sich das Aufgabengebiet des Vereins deutlich erweitert. Neben der Garten- und Landschaftspflege gehören heute auch die Förderung der Gemeinschaft, Veranstaltungen für die Dorfgemeinschaft und auch die Arbeit mit Kindern am Bienenlehrstand auf der Streuobstwiese in Steinsberg zum Vereinsleben. Die Streuobstwiese mit Landschaftskino und Bienenlehrstand ist inzwischen ein fester Bestandteil des Vereins und bietet verschiedene Möglichkeiten, Natur hautnah zu erleben.

Ein besonderer Höhepunkt des Festes war die Ehrung langjähriger Mitglieder. Dabei wurden die Mitglieder für 25 und 40 Jahre Vereinszugehörigkeit ausgezeichnet. Eine besondere Würdigung erhielt eine Dame, die auf 60 Jahre Mitgliedschaft zurückblicken kann und dafür die Ehrennadel am Bande erhielt. Weitere Mitglieder wurden für ihre langjährige Verbundenheit mit dem Verein mit Jubiläumsurkunden ausgezeichnet. Als Zeichen des Dankes erhielten alle Geehrten ein Glas Honig von den vereinseigenen Bienen der Streuobstwiese sowie einen Jubiläumskalender.

Auch das Rahmenprogramm ließ keine Langeweile aufkommen. Für schwungvolle Unterhaltung sorgte die Line-Dance-Gruppe des Kneippvereins Regensburg. Die jüngsten Besucher konnten sich bei Glitzertattoos, an der Buttonmaschine und bei einem Escape-Game vergnügen. Kaffee und selbst gebackene Kuchen sorgten für das leibliche Wohl. Musikalisch unterhielten die „jungen Ziach Opas“ mit ihren Steirischen Harmonikas.

Viele befreundete Orts- und Gartenbauvereine aus der Umgebung waren der Einladung gefolgt und machten damit deutlich, wie wichtig die Verbundenheit innerhalb der Vereinsgemeinschaft ist. Den Abschluss des Jubiläums bildete am Abend der gemeinsame Umzug zur Taverne Alte Hofmark, wo die „Bichlstoaner“ für einen stimmungsvollen Festausklang sorgten.

75 Jahre OGV Steinsberg bedeuten 75 Jahre Engagement für Natur, Garten, Gemeinschaft und gelebtes Miteinander. Der Verein bedankt sich bei allen Mitgliedern, Helfern, Freunden und Gästen, die dieses Jubiläum zu einem besonderen Ereignis gemacht haben – und blickt mit Zuversicht auf die kommenden Jahre.

(Text: P. Heyde / Foto: T. Lotter)



Jetzt Anzeige schalten

Druckauflage 9.100 Stück · 12x jährlich, jeweils zum Monatsanfang
Nächster Anzeigenschluss 4. November, Erscheinung: Anfang Dezember
Herausgeber: Marktgemeinde Regenstauf,
Oeffentlichkeitsarbeit@REGENSTAUF.DE
Druck, Bearbeitung: Hofmann Druck & Verlag,
Telefon 09402 / 9482223, anzeige.rs@beeindrucken.com

Zum Beispiel diese Anzeige: Format: 172 x 55 mm, farbig, kostet 191,25€ zzgl. MwSt.

Werner-von-Siemens-Str. 1
93128 Regenstauf
www.beeindrucken.com
info@beeindrucken.com
Hofmann Druck & Verlag
druckereihofmann

HOFMANN
DRUCK & VERLAG

Ein Baum!

Stiftung Die grüne Stadt

Diese
etwa 100 Jahre alte
Buche sollten Sie sich
etwa 20 m hoch und mit
etwa 12 m Kronendurchmesser
vorstellen. Mit mehr als 600.000
Blättern verzehnfacht sie ihre 120 qm
Grundfläche auf etwa 1.200 qm Blattfläche.
Durch die Lufträume des Blattgewebes
entsteht eine Gesamtoberfläche für den
Gasaustausch von ca. 15.000 qm, das entspricht
etwa zwei Fußballfeldern! 9.4000 l = 18 kg
Kohlendioxid verarbeitet dieser Baum an einem
Sonnentag. Bei einem Gehalt von 0,03 %
Kohlendioxid in der Luft müssen etwa 36.000 cbm Luft
durch diese Blätter strömen. In der Luft schwebende
Bakterien, Pilzsporen, Staub und andere schädliche Stoffe werden
dabei größtenteils ausgefiltert. Gleichzeitig wird die Luft
angefeuchtet, denn etwa 400 l Wasser verbraucht und
verdunstet der Baum an demselben Tag. Die 13 kg Sauerstoff,
die dabei vom Baum durch die Fotosynthese als Abfallprodukt gebildet
werden, decken den Bedarf von etwa 10 Menschen. Außerdem
produziert der Baum an diesem Tag 12 kg Zucker, aus dem er alle
seine organischen Stoffe aufbaut. Einen Teil speichert er als Stärke,
aus einem anderen baut er sein neues Holz. Wenn nun der Baum
gefällt wird, weil eine neue Straße gebaut wird, oder weil jemand
sich beschwert hat, dass der Baum zu viel Schatten wirft
oder gerade dort ein Geräteschuppen aufgestellt
werden soll, so müsste man etwa
2.000 junge Bäume
mit einem
Kronenvolumen
von jeweils
1 cbm pflanzen,
wollte man ihn
vollwertig ersetzen.
Die Kosten dafür dürften etwa 150.000 Euro betragen.

www.die-gruene-stadt.de

Peter's-Roller-Oldies

Tourenpause!
von November 2026 bis Februar 2027

Tourenstart: Mittwoch, 3. März 2027

Ab sofort treffen wir uns jeden Mittwoch um 15.00 Uhr im Café Schifferl.

Die Ausfahrten finden immer mittwochs statt.
Treffpunkt: 10.00 Uhr, An der Hasler Zell 93128 Regenstauf (AVIA-Tankstelle) – Autobahnausfahrt.



Tour-Änderungen vorbehalten und witterungsabhängig!
Weitere Infos unter 0151 50170270

Nächstes Treffen am **Freitag, 6. November 2026** um 18.00 Uhr im Landgasthof Weiß in Dietldorf.

(Text und Foto: Peter Hauser)

Sechz'ger Fanclub Regenstauf

Quartalsversammlung:
Im November findet **keine** Quartalsversammlung statt.

Vorankündigung Weihnachtsfeier:
Die diesjährige Weihnachtsfeier findet am **5. Dezember 2026** um 19.00 Uhr in der Jahnhalle Regenstauf statt.

Fahrt zu den Heimspielen:
14. November: Fahrt zum Heimspiel gegen SpVgg Unterhaching
29. November: Fahrt zum Heimspiel gegen 1. FC Schweinfurt 05

Fahrt zu den Auswärtsspielen:
Im November ist **keine** Auswärtsfahrt geplant.

Bei Interesse an den Spielen oder Veranstaltungen Kontakt unter:

E-Mail:	sechzgerfanclubregenstauf@web.de
Facebookcommunity:	Sechz'ger Fanclub Regenstauf
Instagram:	60gerfanclubregenstauf

1. Vorstand: Matthias Ismailovic
matthias9678@googlemail.com
Tel. 0171 5305323

2. Vorstand: Kerstin Gress
kersting82@gmx.de
Tel. 0160 97946993

SG Almenrausch Diesenbach e. V.

Daniel Zellmer gewann das Flutlichtschießen
Unsere Bogenschützen haben ihr traditionelles Flutlichtschießen unter freiem Himmel ausgetragen. Sportler mit dem Blankbogen und dem Recurvebogen traten in einem anspruchsvollen Wettkampf gegeneinander an. Insgesamt 60 Pfeile hatte jeder Bogenschütze zur Verfügung, um die Besten ihrer Klasse zu ermitteln. Geschossen wurde dabei auf drei unterschiedliche Distanzen: Die Kinder zielten auf eine Entfernung von 18 Metern, während die Jugend auf 25 Meter und die Erwachsenen auf der anspruchsvollen 40-Meter-Distanz antraten. Bei den Erwachsenen entwickelte sich ein hochdramatischer Zweikampf an der Spitze. Daniel Zellmer sicherte sich mit starken 427 Ringen den Turniersieg im Stechen vor dem ringgleichen Maxim Streck (ebenfalls 427 Ringe). Den dritten Platz auf dem Podium ergatterte Florian Zenger mit 399 Ringen. Als Belohnung für ihre Präzision durften sich die Erstplatzierten der Erwachsenenklasse über hochwertige Sachpreise freuen.

In der Jugendklasse setzte sich Tobias Schröter mit hervorragenden 488 Ringen deutlich ab und feierte den verdienten Sieg. Flankiert wurde er auf dem Treppchen von Tim Stadlbauer (425 Ringe) auf Platz zwei und Katharina Auburger (407 Ringe) auf dem dritten Rang. Für die erfolgreiche Bogenjugend gab es neben den Sachpreisen auch glänzende Pokale zu gewinnen. Nach dem sportlichen Teil und der feierlichen Siegerehrung stand der kameradschaftliche Teil im Mittelpunkt. Die jüngsten Teilnehmer machten sich zu einer stimmungsvollen Fackelwanderung auf. Im Anschluss kam die gesamte Vereinsfamilie zusammen: Es wurde gemeinsam gegrillt und der gelungene Abend fand einen gemütlichen Ausklang in geselliger Runde vor dem Lagerfeuer.

Oktoberfest
Unsere Bezirkskönige Nico Mühlbauer und Gerhard Beer waren beim Trachten- und Schützenumzug am Oktoberfest mit dabei. Begleitet wurden die beiden jeweils durch zwei Bogenträger von unserem Verein. Außerdem nahmen Nico Mühlbauer, Johanna Wagner und Tanja Harbauer am Oktoberfest-Landesschießen teil. Es war ein großartiger Tag für unsere Schützen und eine echte Ehre.



Unsere erfolgreichen Schützen auf der Deutschen Meisterschaft und der bayerischen Seniorenmeisterschaft

Peter Grünheit und Rudolf Hahn nahmen an der Bayerischen Seniorenmeisterschaften auf der Olympia Schießanlage in München Hochbrück teil. Rudolf Hahn kam in der Disziplin Luftgewehr Auflage Senioren VI mit 314,3 Ringen auf den 4. Platz. Peter Grünheit startete in der Disziplin Freie Pistole Auflage und erreichte in der Seniorenklasse IV den ersten Platz. Auf den deutschen Meisterschaften traten unsere Jungschützen Tobias Schröter und Caroline Weke an.

Tobias Schröter trat in der Schülerklasse B in Suhl in der Disziplin Bogen Recurve an und kam mit 236 Ringen auf den 24. Platz. Caroline Weke hatte gleich drei Starts in der Juniorenklasse II auf der Olympia Schießanlage in München Hochbrück. In der Disziplin Luftgewehr kam Sie mit 605,9 Ringen auf den 67. Platz. Beim Kleinkaliber 3-Stellungskampf erreichte Sie mit 553 Ringen den 46.Platz und beim KK Liegendkampf kam Sie mit 596,1 Ringen auf den 43. Platz.

Herzlichen Glückwunsch zu diesem Erfolg.

(Text und Foto: Daniel Neugebauer)

Kommt zum kostenlosen Probeschießen

Jeder, der Interesse am Luftgewehr, Luftpistolen, Kleinkaliber, Blasrohr oder Bogenschießen hat kann jeden Mittwoch und Freitag ab 18 Uhr zum kostenlosen Probeschießen zu uns Almenrausch Schützen kommen. Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage www.almenrausch-diesenbach.de

Termine:

- Mittwoch, 4. November 2026, 19.00 Uhr
  RWK 2. Mannschaft Bezirksliga LG Auflage zu Hause gegen Bad Abbach
- Freitag, 6. November 2026, 19.30 Uhr
  RWK 1. Mannschaft Bezirksoberliga LG zu Hause gegen Wiesent
- Freitag, 6. November 2026, 19.30 Uhr
  RWK 3. Mannschaft Gauliga Auflage LG zu Hause gegen Heilinghausen
- Samstag, 7. November 2026, 8.00 – 15.00 Uhr
  Fischerkurs im Schützenheim
- Sonntag, 8. November 2026, 17.00 Uhr
  RWK 1. Mannschaft Bezirksoberliga LG Auflage in Barbing
- Mittwoch, 11. November 2026, 19.00 Uhr
  RWK 1. Mannschaft Bezirksoberliga LG Auflage zu Hause gegen HSG Regensburg
- Freitag, 13. November 2026, 19.30 Uhr
  RWK 2. Mannschaft Gauliga LG zu Hause gegen Waldeslust Regenstauf
- Samstag, 14. November 2026, 9.00 – 16.30 Uhr
  Waffensachkundelehrgang
- Sonntag, 15. November 2026, 9.00 – 16.30 Uhr
  Waffensachkundelehrgang
- Dienstag, 17. November 2026, 19.00 Uhr
  RWK 2. Mannschaft Bezirksliga LG Auflage in Luckenpaint
- Freitag, 20. November 2026, 19.00 Uhr
  RWK 1. Mannschaft Bezirksoberliga LG in Wenzenbach
- Freitag, 20. November 2026, 19.30 Uhr
  RWK 1. Mannschaft Gauliga LP zu Hause gegen Waldeslust Regenstauf
- Samstag, 21. November 2026, 8.00 – 15.00 Uhr
  Fischerkurs im Schützenheim
- Sonntag, 22. November 2026, 9.00 – 16.30 Uhr
  Waffensachkundelehrgang
- Freitag, 27. November 2026, 19.30 Uhr
  RWK 3. Mannschaft Gauliga LG zu Hause gegen 2. Mannschaft Diesenbach
- Freitag, 27. November 2026, 19.30 Uhr
  RWK 3. Mannschaft Gauliga Auflage LG zu Hause gegen Wildenstein Regenstauf
- Samstag, 28. November 2026, 8.00 – 15.00 Uhr
  Fischerkurs im Schützenheim
- Sonntag, 29. November 2026, 9.00 – 12.00 Uhr
  Waffensachkundelehrgang



SG Waldeslust Regenstauf e. V.

Training

Luftdruck-Schießen:
Montag und Freitag, 19.00 – 22.00 Uhr

Traditionelles Bogen-Schießen Wintertraining.
Donnerstag, 17.00 – 19.00 Uhr
Sonntag, 15.00 – 17.00 Uhr

Das Bogen-Schießen findet aufgrund der Jahreszeit von **Oktober bis April** wieder im Vereinsheim statt.

Probetraining

Ob Luftdruck, Bogen oder Blasrohr – wer den Schießsport einmal unverbindlich ausprobieren möchte, ist zu unseren oben genannten Terminen herzlich willkommen. Wir freuen uns besonders über Jugendliche ab 12 Jahren (mit Ausnahmegenehmigung bereits ab 10 Jahren), die Konzentration und Präzision trainieren wollen.
Melde dich einfach bei den Ansprechpartnern der jeweiligen Abteilungen. Alle Kontaktdaten findest du auf unserer Homepage. Wir freuen uns auf neue Gesichter!

Events / Termine

3. November, 19.00 Uhr: Ausschusssitzung

14. November, 19.00 Uhr: Event: Metal vs. Alternative – Black Metal Spezial

28. November, 19.00 Uhr: Weihnachtsfeier

Königs- und Pokalschießen, Glaskugelschießen findet ihr in den jeweiligen Whatsapp-Kanälen

Aktuelle Termine auf: www.sg-waldeslust.de/termine

Böllerabteilung. Sicherheits- und Übungsschießen



(Foto: Hagen Köckritz)

Am Samstag, 26. September 2026, hat sich unsere Böllerabteilung am Kompostplatz in Kühthal zum jährlichen Sicherheits- und Übungsschießen mit Gerätekontrolle getroffen. Dabei haben wir alle Böller und Kanonen auf Sicherheit und Funktion geprüft. Die Mitglieder konnten außerdem den Umgang mit Hand- und Schaftböllern sowie mit den Kanonen auffrischen und vertiefen.

Ein Schwerpunkt war auch in diesem Jahr das richtige Verhalten bei Störungen. Dass das kein Thema nur für die Theorie ist, zeigte sich gleich vor Ort. Eine der Kanonen wollte nicht sofort zünden. Die Schützen reagierten ruhig, hielten die vorgeschriebenen Wartezeiten und Abläufe genau ein und beseitigten die Störung sicher. Das zeigt wieder einmal, wie wichtig solche Übungen sind. Nur wer die Abläufe regelmäßig übt, handelt im Ernstfall sicher und routiniert.

Wir bedanken uns bei allen Teilnehmern und bei den Zuschauern, die vorbeigekommen sind. Ab jetzt sind wir wieder bestens vorbereitet für die kommenden Böllereinsätze.

3D-Gaumeisterschaft auf unserem Parcours

Am 20. September richtete der Gau Regental im BSSB die erste 3D-Gaumeisterschaft auf unserem Parcoursgelände aus. Mit dabei waren sieben Schützinnen und Schützen von Almenrausch Diesenbach sowie neun Mitglieder unseres Vereins.

Im Frühjahr waren wir als traditionelle Bogenschützen bei der ungewohnten 50-Meter-Distanz auf Scheiben angetreten. Diesmal konnten die Almenrausch-Schützen zeigen, was sie im Parcours auf wechselnden Distanzen und in unebenem Gelände können. Auch für sie war das eine ungewohnte Herausforderung.

Bei Kaffee und Kuchen ließ man den Tag anschließend gemütlich ausklingen und nutzte die Gelegenheit zum Austausch zwischen den Vereinen.

Ticketvorverkauf für das Metal vs. Alternative – Black Metal Spezial

Ihr können über die Adresse tickets.sg-waldeslust.de Tickets zum nächsten MvA-Event bestellen, solange der Vorrat reicht. Mögliche übrige Tickets sind, wie gewohnt, dann am 14. November 2026 an der Abendkasse erhältlich. Wir freuen uns auf euch.

Noch Fragen?

Für weitere Informationen besucht uns doch auf:
- Unserer Homepage: www.sg-waldeslust.de
- Facebook: www.facebook.com/sgwaldeslust
- Instagram: www.instagram.com/sg.waldeslust.regenstauf.e.v

oder erreicht uns via E-Mail verein@sg-waldeslust.de
oder per Telefon 09402 4717071

Die Schützengesellschaft „Waldeslust" Regenstauf e.V. – Wir sind mehr als ein Schützenverein

SG Wildenstein Regenstauf 1960 e. V.

Herzlichen Dank für den zahlreichen Besuch bei unserer Gaukirta!

Bei unserer diesjährigen Gaukirta durften wir uns über zahlreiche Besucherinnen und Besucher freuen. Gemeinsam verbrachten wir einen kurzweiligen, geselligen und rundum unterhaltsamen Abend in bester Gesellschaft.

Für die passende musikalische Umrahmung sorgten die d'Lausbuam, die mit ihrer Musik für eine tolle Stimmung und viele fröhliche Momente sorgten. So wurde unsere Gaukirta zu einem gelungenen Festabend, der noch lange in guter Erinnerung bleiben wird.

Ein besonderer Glückwunsch gilt unseren neuen Gaukönigin nen und Gaukönigen! Wir gratulieren ganz herzlich und wünschen ihnen für ihre Amtszeit viel Freude und schöne gemeinsame Erlebnisse.

Ein herzliches Vergelt's Gott an alle, die zum Gelingen unserer Gaukirta beigetragen haben – und natürlich an alle Gäste für ihr zahlreiches Kommen und die großartige Stimmung!

Wir freuen uns schon auf ein Wiedersehen bei der nächsten Gaukirta!

Kostenloses Probeschießen

Kommt gerne zum kostenlosen Probeschießen vorbei!

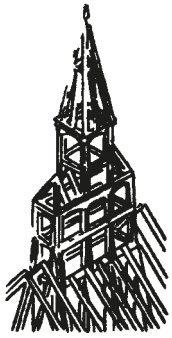
Alle, die Interesse am Schießen mit dem Luftgewehr, der Luftpistole, Lichtpistole oder dem Lichtgewehr haben, sind herzlich eingeladen.

Das Probeschießen findet jeden Freitag und Sonntag ab 18.30 Uhr bei den Wildensteiner Schützen, Geisberg 26, statt.

Wir freuen uns auf euren Besuch!

JOSEF
MULTERER
- Zimmerei
- Dachsanierung
- Holzbau
- Asbestsanierung

Ried 1 93194 Walderbach-Dieberg
Tel.: 09464 / 911 775 und 0151 / 12 71 86 10



SpVgg Ramspau

Einweihung unseres Vereinsheims

Mit einer stimmungs- und würdevollen sowie gleichzeitig launigen Feier wurde unser Vereinsheim am 25. September 2026 nach weniger als zwei Jahren Bauzeit offiziell eingeweiht. Nach der Segnung des Gebäudes durch Pfarrer Christian Blank feierten alle Helferinnen und Helfer sowie Vereinsmitglieder zusammen mit Vertretern der Politik, allen voran Bürgermeister Josef Schindler und Landrätin Tanja Schweiger, bis zum Teil spät in die Nacht. Wir danken an dieser Stelle noch einmal allen Helferinnen und Helfern, der Marktgemeinde Regenstauf, dem BLSV sowie allen beteiligten Handwerksfirmen für die großartige Zusammenarbeit und Unterstützung. #miasanramspau



Hindernisse, Matsch, Dreck und jede Menge Spaß!

Unsere Volleyball-Jugend und die Athletik-Gruppe der SpVgg Ramspau waren beim Runterra-Matschlauf in Zirndorf dabei. Bei tollem Wetter, super Stimmung und jeder Menge Matsch haben wir gemeinsam Gas gegeben, uns angefeuert und echten Zusammenhalt gezeigt. Ein rundum gelungener Ausflug mit unseren tollen Kids – wir sind stolz auf euch!



Schultaschen-Aktion der Rengschburger Herzen

Wir konnten bei der Schultaschen-Aktion der Rengschburger Herzen insgesamt 57 (!) gesammelte Schultaschen übergeben. Ein herzlicher Dank geht an alle Spender sowie unseren Organisator Andy Wolf.

Erste Regenstaufer Rennrad-Rundfahrt

Premiere gelungen: Am 19. September 2026 fand erstmals unsere RTF „Ramspau 60“ statt. Rund 25 Rennradler machten sich auf die 60 Kilometer lange Strecke durch das Gemeindegebiet Regenstauf. Danke an alle, die mitgefahren, mitgeholfen und den Tag zu einem echten Radsport-Erlebnis gemacht haben. Wir freuen uns schon aufs nächste Mal!

Bergmeisterschaft am Geißkopf: Spaß statt Sekundenjagd

Am 26. September 2026 wurde es im Bikepark am Geißkopf sportlich – aber vor allem mit viel Spaß. Gemeinsam mit den Loose Riders Regensburg, dem Biketeam Regensburg und dem SV Bischofsmais veranstalteten wir eine ganz besondere Bergmeisterschaft. Dabei stand nicht die schnellste Zeit im Vordergrund. Auf der eigens für die Veranstaltung gesperrten Strecke musste jeder Teilnehmer zwei Läufe absolvieren. Entscheidend war am Ende nicht die absolute Fahrzeit, sondern die Zeitdifferenz zwischen den beiden Läufen. Damit hatte wirklich jeder die Chance auf den Sieg – egal, ob ambitionierter Rennfahrer oder Hobbybiker.

Bei den Erwachsenen gingen insgesamt 35 Teilnehmer an den Start. Den ersten Platz sicherte sich Florian Beer von der SpVgg Ramspau mit einer beeindruckenden Zeitdifferenz von gerade einmal 74 Hundertstelsekunden. Auch bei der Jugend wurde kräftig um die besten Platzierungen gekämpft. Unter 15 Teilnehmern konnte sich Leo Dirigl von der SpVgg Ramspau einen hervorragenden 2. Platz sichern. Eine Wiederholung im kommenden Jahr ist bereits fest eingeplant.



Ramspauer Rennbixn beim Landkreislauf

Zum 13. Mal stellten die Ramspauer Rennbixn ein sehr erfolgreiches Damen-Tean beim Regensburger Landkreislauf. Bei 300 Staffeln, die auf die 80 Kilometer in 10 Etappen an den Start gingen, wurde ein hervorragender 9. Platz in der Damen-Wertung belegt!



Volleyball-Vereinsmeisterschaft

Nach einem traditionellen gemeinsamen Frühstück wurde bei der Volleyball-Abteilung wieder um den Titel des Vereinsmeister gepritscht und gebaggert. Das Siegerpodest bestand am Ende aus zwei Damen und einem Herrn. Wir gratulieren Kathrin Hochmuth, Corinna Rothe und Wolfgang Pausch!

Ramspau on Tour in den Bayernpark

Am 3. Oktober ging es für die SpVgg mit rund 140 Teilnehmern in den Bayernpark. Ob rasante Achterbahnen, jede Menge Action, oder einfach nur Spaß haben – unser Vereinsausflug hatte für jeden was zu bieten. Natürlich war auch unser Maskottchen Rocky mit am Start und sorgte für jede Menge gute Laune. Nach einer gemeinsamen Brotzeit ging es glücklich, müde und mit vielen tollen Erinnerungen wieder nach Hause. Wir sagen danke an die Organisatoren und unsere Unterstützer, die Metzgerei Dirigl, die Bäckerei Moser und an Dechant Reisen.

Inklusion – Bayerische Meisterschaft

Auch wir waren mit unserem Inklusions-Fußball-Team bei der Bayerischen Meisterschaft vertreten. Auch wenn wir mit unserem Mittelfeldplatz nichts mit dem Ausgang des Turniers zu tun hatten (der Sieg ging an den 1. FC Nürnberg), hatten alle Beteiligten jede Menge Spaß.

Neues Angebot bei Fit’n Fun

Best Ager! Gemeinsam fit bleiben mit Sieglinde Rachner. Immer freitags um 10.00 Uhr im Vereinsheim. Anmeldungen bitte an Christiane Schneider.

Zudem gibt es ab sofort zwei Yoga-Kurse. Die genauen Termine finden Sie unter Fit’n Fun.

Ankündigung: Halloween-Turnier 2026

Wenn sich Skelette, Gespenster und kleine Monster in der Ramspauer Mehrzweckhalle tummeln, ist klar: Das legendäre Halloween-Turnier der SpVgg Ramspau steht vor der Tür! Vom 6. bis 8. November 2026 verwandelt sich die Halle erneut in einen echten Grusel-Tempel voller Spannung, Spaß und sportlichem Ehrgeiz. Rund 40 Jugendmannschaften aus Nah und Fern werden erwartet, um sich in den Altersklassen G- bis E-Jugend spannende Duelle im beliebten Soccer-Käfig zu liefern. Auf dem engen Spielfeld sind Technik, Geschick und Teamgeist gefragt – denn hier zählt jeder Ballkontakt!

SpVgg Ramspau – Abt. Fußball

Abteilungsführung

1. Abteilungsleiter: Christian Bleier
2. Abteilungsleiter: Andy Wolf
3. Abteilungsleiter: Maximilian Karl
Jugendleiter: Johannes Weber

Termine Herren

Bezirksliga Süd

31. Oktober 2026: FC Ränkam vs. SpVgg Ramspau (15.00 Uhr)
8. November 2026: SpVgg Ramspauv vs. FC Viehhausen (13.00 Uhr)
14. November 2026: SC Regensburg vs. SpVgg Ramspau (15.00 Uhr)

A-Klasse

31. Oktober 2026: SV Sallern vs. SpVgg Ramspau II (14.15 Uhr)

B-Klasse

Winterpause

Jugendmannschaften

Kleinfeld

Alle Kleinfeldmannschaften trainieren ab November in der Ramspauer Schulturnhalle. Unsere neu formierte Bambini Mannschaft Jahrgang 2022 wechselt ab Anfang November in die neue Turnhalle am Sportheim.

Bei Interesse einfach melden unter info@spvgg-ramspau.de

E1 (Jahrgang 2016): Andreas Siffler, Hannes Karl, Werner Hösl
E2 (Jahrgang 2017): Ricky Loos und Stefan Paternoster
F1 (Jahrgang 2018): Tobias Schafberger, Markus Kieberger, Martin Sauer
F2 (Jahrgang 2019): Johannes Weber, Florian Grübl, Tobi Baumer
G1 (Jahrgang 2020): Christian Harbauer, Lukas Kulisch und Peter Theisinger
G2 (Jahrgang 2020): Tobias Baumer und René Pauly

Bambini (Jahrgang 2022): Michael Kroneder und Marco Respondek
Trainingszeiten ab November immer montags 17.00 – 18.00 Uhr

JFG 3 Schlösser Eck

D Jugend -Koordinator: Strasser Wolfgang Tel. 0152 08265903
C Jugend-Koordinator: Reitberger Bernhard Tel. 0151 14518576
B Jugend-Koordinator: Riedl Ernst Tel. 0171 3835968

Junioren

JFG D1: Bernd Schmid (Jahrgang 2014/15)
Training: Dienstag und Donnerstag, 17.30 – 19.00 Uhr, Ramspau

JFG D2: Christof Ostermayr (Jahrgang 2014/15)
Training: Dienstag und Donnerstag, 17.30 – 19.00 Uhr, Ramspau

JFG D3/D4: Hans-Jürgen Thomas (Jahrgang 2014/15)
Training: Montag und Mittwoch, 17.30 – 19.00 Uhr, Ramspau

JFG C1: Michael Weiß und Björn von Willmann (Jahrgang 2012/13)
Training: Dienstag und Donnerstag, 17.30 Uhr, Leonberg

JFG C2: Stefan Birler und Matthias Baumstark (Jahrgang 2012/13)
Training: Dienstag und Donnerstag, 17.30 – 19.00 Uhr, Leonberg

JFG B1/B2: Ernst Riedl (Jahrgang 2010/11)
Training: Montag und Mittwoch, 18.30 – 20.00 Uhr, Pirkensee

JFG A1: Andy Brandl (Jahrgang 2008/09)
Training: Montag, Mittwoch und Donnerstag, 19.00 Uhr – 20.30 Uhr, Maxhütte

Juniorinnen

JFG D: Benni Lang (Jahrgang 2014/15)
Dienstag und Donnerstag, 17.30 Uhr – 19.00 Uhr, Maxhütte

JFG C: Magda Brand (Jahrgang 2012/13)
Dienstag und Donnerstag, 17.30 Uhr – 19.00 Uhr, Leonberg

Freizeit-Mannschaft

Die Freizeit-Mannschaft spielt im immer freitags um 19.00 Uhr am Sportplatz Ramspau.
Ansprechpartner: Werner Hösl, 0176 63270862

Ihr Familienbetrieb seit 1979

93138 Lappersdorf · Regendorfer Str. 2a
gegenüber der BayWa

93057 Regensburg · Isarstr. 3
93053 Regensburg · Landshuter Str. 70
93128 Regenstauf · Klostergasse 1



Bestattungen Bleibinhaus

Erd, Feuer-, Natur-, See- & Urnenbestattungen, Überführungen & Bestattungsvorsorgen



Der Weg, der erinnern soll,
gestalten wir gemeinsam.

Tag & Nacht erreichbar:
Tel. 0941 800 63
info@bestattungen-bleibinhaus.de
www.bestattungen-bleibinhaus.de

Gemeinsam kicken – Inklusionsmannschaft

Bei unserer Inklusionsmannschaft steht der Spaß am Fußball und das gemeinsame Miteinander im Vordergrund. Egal ob mit oder ohne Behinderung, ob Anfänger oder bereits fußballerfahren – bei uns ist jeder herzlich willkommen!

Unsere Mannschaft wächst stetig und wir freuen uns jederzeit über neue Mitspielerinnen und Mitspieler. Wer Lust hat, Teil unserer Inklusionsmannschaft zu werden, kann gerne ganz unkompliziert bei einem unserer Trainings vorbeischauen und mitmachen.

Vergangene Termine: Teilnahme an der Bayerischen Inklusionsmeisterschaft 2026

Anstehende Termine:

6. November 2026, ab 18.00 Uhr: Inklusionsturnier im Rahmen des Halloween-Turniers Turnhalle Ramspau

27. November 2026, ab 18.00 Uhr: Weihnachtsfeier

29. November 2026: Teilnahme am Hallenturnier des SV Mitterteich

Wir freuen uns über jeden, der Lust auf Fußball, Gemeinschaft und jede Menge Spaß hat!

Interesse? Dann einfach vorbeikommen oder gerne bei mir melden:

Andy Wolf – 0152/29242809

SpVgg Ramspau – Abt. Volleyball

Damenmannschaft

Wir trainieren immer dienstags um 19.00 Uhr in der Ramspauer Turnhalle. Neuzugänge sind jederzeit willkommen!

Nachwuchsmannschaft

Auch bei der Volleyball-Jugend tut sich so einiges. Neben dem fleißigen Training sind wir nun mit unseren Mädels in die ersten Testspiele gestartet.

Unser Jungs und Mädels trainieren in zwei Gruppen.

montags: 16.00 – 17.15 Uhr Grundschulkinder

montags: 17.15 – 18.30 Uhr ab 5. Klasse

Ansprechpartnerinnen für die Anmeldung:
Maria Seebauer 0176 70827511

Freizeit-Mannschaft

Die Freizeit-Mannschaft spielt wöchentlich immer montags um 20.00 Uhr in der Ramspauer Turnhalle.
Ansprechpartner: marcus.geh@spvgg-ramspau.de

SpVgg Ramspau – Abt. Radsport

Termine

21. November 2026:	Jahresabschlussfeier (Regensburg)
31. Dezember 2026:	Last MTB Ride of the Year (Regenstauf)
jeden 1. Mittwoch:	im Monat Radl-Stammtisch (wechselnde Locations)

Trainingszeiten

Im Winter erfolgen Trainingszeiten über die WhatsApp-Gruppe.

Treffpunkt bei regulären Ausfahrten: Sportplatz Ramspau

WhatsApp-Gruppe

Zur Aufnahme in die WhatsApp-Gruppe der SpVgg Ramspau einfach E-Mail an radsport@spvgg-ramspau.de mit Namen, Telefonnummer sowie Fahrradtyp.

Voraussetzungen

Jeder Radsportler ist willkommen: Ob Mountainbike, Gravel-Bike oder Rennrad, ob elektrisch oder mit Muskelkraft! Wer an Ausfahrten teilnehmen möchte, benötigt lediglich ein funktionstüchtiges Bike und einen Fahrradhelm. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Bei Minderjährigen ist eine Zustimmung eines Erziehungsberechtigten erforderlich.

Weitere Informationen
www.spvgg-ramspau.de/abteilung/radsport

SpVgg Ramspau – Abt. Ski

Winterprogramm 2026/27

Freut euch auf eine abwechslungsreiche Wintersaison mit vielen gemeinsamen Skitagen!

Skigymnastik
ab Mittwoch, 14. November 2026
Mehrzweckhalle Ramspau
jeden Mittwoch 19.00 – 20.00 Uhr

Jahreshauptversammlung mit Wahlen
Freitag, 13. November 2026
Vereinsheim
Beginn: 19.30 Uhr

Saisoneröffnungsfahrt
Samstag, 19. Dezember 2026
Kaltenbach/Zillertal
Alpiner 3-Tages-Ski-Kurs
Donnerstag, 7. Januar – Samstag, 9. Januar 2027
Hochficht
für Kinder, Jugendliche & Erwachsene

Jugend- und Familien-Ausfahrt
Samstag, 16. Januar – Sonntag, 17. Januar 2027
Altenmarkt
Jugendhotel Ennshof

Männerausfahrt
Samstag, 30. Januar 2027
Söll/Scheffau

Faschingsausfahrt
Freitag, 5. Februar – Mittwoch, 10. Februar 2027
Südtirol
Hotel Hochrain – Raas/Natz-Schabs

Vereinsausfahrt
Samstag, 20. Februar 2027
Zell am Ziller/Zillertal Arena

Damenausfahrt
Samstag, 6. März 2027
Zell am Ziller/Zillertal Arena

Wochenendausfahrt
Freitag, 12. März – Sonntag, 14. März 2027
Innsbruck
Aldranser Hof

Wir freuen uns auf eine tolle Skisaison mit euch!

Neu! Alle Anmeldungen jetzt nur noch online über die jeweilige Seite der Ausfahrt möglich. Bitte jede Person einzeln anmelden. Vielen Dank!

Genauere Infos inkl. Preise und Anmeldemöglichkeiten auf den jeweiligen Programmseiten hier auf der Homepage.

Terminänderungen noch möglich!

SpVgg Ramspau – Abt. Fit'n Fun

Bitte beachten Sie: Alle Kurse können nur mit einer Mitgliedschaft in der SpVgg Ramspau besucht werden. Alle Infos hierzu finden Sie auf unserer Homepage spvgg-ramspau.de – Mitgliedschaft.

FlussRaumYoga mit unserer ausgebildeten Trainerin Carmen Fink im Sportheim Ramspau! **Neu:** Jetzt zwei Termine!
Basis & Balance: donnerstags, 17.15 – 18.45 Uhr
Flow & Tiefe: donnerstags, 19.15 – 20.45 Uhr
Auf Grund des großen Interesses bitten wir um Anmeldung unter fitnfun@spvgg-ramspau.de.

NEU! Best Ager
Best Ager! Gemeinsam fit bleiben mit Sieglinde Rachner. Immer freitags um 10.00 Uhr im Vereinsheim. Anmeldungen bitte an Christiane Schneider (fitnfun@spvgg-ramspau.de).

Fit mit Baby
„Fit mit Baby" unter der Leitung von Anna Eichinger, immer dienstags von 10.00 – 11.30 Uhr. Wir bitten um Anmeldung unter fitnfun@spvgg-ramspau.de.

Athletik-Training „Action, Spiele und Vielfalt" (für Kinder von 6 – 14)

Stammtisch „Fröhliche Zecher"

Veranstaltungen:



Am **Samstag, 14. November 2026** findet unser alljährliches Preiswattn statt.

Anmeldung ab 17.30 Uhr.

Beginn 19.00 Uhr im Schützenheim Wildenstein Regenstauf.

1. Platz 200 Euro
2. Platz 150 Euro
3. Platz 100 Euro

Der 25. Platz erhält 50 Euro. Und weitere Sachpreise.



Sudetendeutsche Landsmannschaft (SL)

Stammtisch-Pause

Im November findet kein Stammtisch statt.

75 Jahre Ehrenmal im Alten Friedhof

Am 8. Oktober lud unsere SL zu einer Gedenkstunde im Friedhof an der Regensburger Straße ein. Anlässlich des 75-jährigen Bestehens des Ehrenmals für die „Gefallenen und Vermissten des deutschen Ostens" aus Schlesien, Pommern, Ostpreußen und dem Sudetenland stellte die Landsmannschaft eine Gedenkschale nieder.

Dabei erinnerte Obmann Franz Weschta an die emsigen Aktivitäten der Mitglieder vor 75 Jahren. 205 Mark und 23 Pfennig hatten sie an Spendengeldern eingesammelt. Eifriges Engagement sei dafür den Landsleuten Rudi Wolf, Sophie Helmer, Elfriede Kurz und Anna Viehbacher bescheinigt worden.

Im August 1951 erfolgte dann der erste Spatenstich durch Oberlehrer Joachim Sziborsky. Freiwillige Helfer leisteten anschließend viele uneigennützige Arbeitsstunden beim Grundausheben sowie beim Sand und Steine fahren.

Im Oktober 1951 weihten der katholische Pfarrer Günthner und sein evangelischer Amtskollege Pfarrer Leffler das Ehrenmal feierlich ein.

Kränze legten nieder Landrat Leonhard Deininger, die Bürgermeister Hans Hoffmann, Regenstauf und Josef Kraus, Diesenbach sowie Hans Sennebogen vom Männergesangsverein, Emil Dinnbier vom Bund der Kriegsgeschädigten, Michael Sauerer vom Heimat- und Volkstrachtenverein und Willy Theisinger für die Sudetendeutschen.

75 Jahre später entrollte nun Theisingers Tochter Gertraud Reitberger auf der Gedenkschale die beiden Schleifen mit der Aufschrift „75 Jahre Ehrenmal – Sudetendeutsche Landsmannschaft".

Zum Ausklang traf man sich noch in der Regental-Gaststätte Valentinsbad zu einem besinnlichen Gedankenaustausch.



Obmann Franz Weschta und Frauenreferentin Gertraud Reitberger am Ehrenmal (Foto: Sabine Bock)

SV Diesenbach

Unsere Ansprechpartner für Euch:

Abt. Fitness:	Heidi Schulz	Tel. 0176-89297205
Abt. Tischtennis:	Richard Zaspel	Tel. 09402/3548
Abt. Eisstock:	Peter Zettl	Tel. 09402/5656
Abt. Karate:	Lorena Aichner	Tel. 09402/3392
Abt. Kinderturnen:	Tina Brunner	svd.kinderturnen@gmx.de
Abt. Cheerleading:	Kim Aichner Franziska Volkmer	cheerleading@sv-diesenbach.de

Die aktuellen Infos erhalten Sie auf unserer Homepage: www.sv-diesenbach.de
Oder auf Facebook unter https://www.facebook.com/SVDiesenbach

SV Diesenbach – Abt. Eisstock

Turnierplatzierungen im August und September 2026:

1. August	TV Schierling Duo	1. Platz
1. August	TSV Großberg	2. Platz
14. August	EC Gerabach	5. Platz
21. August	SV Pilgramsberg	4. Platz
28. August	TSV Adlersberg Duo	Turnierabbruch
28. August	ESC Berching	7. Platz
5. September	Duo Kreisliga B	1. Platz
5. September	Duo Kreisklasse A2	2. Platz
10. September	Duo Trainingsturnier Thalmassing	4. Platz
11. September	FSV Steinsberg	1. Platz
12. September	Greil Duo-Cup in Strasskirchen	9. Platz
13. September	EC Regendorf	1. Platz
19. September	SSV Roßbach/Wald	5. Platz
25. September	VfL Kelheim	4. Platz
27. September	Duo Bezirksliga Gruppe C	2. Platz

Im November 2026 sind wir bei folgenden Eisturnieren im Einsatz:

8. November	SF Kondrau in Mitterteich
14. November	Eisschützenkreis 101 in Deggendorf
22. November	FC Teugn in der Donau Arena mit 2 Mannschaften
29. November	Bezirkspokal in der Donau Arena (nur bei Qualifikation im Kreispokal)

Der Sommer Trainingsbetrieb donnerstags auf unseren Asphaltbahnen ist beendet.

Eistraining ist seit Anfang Oktober jeden Donnerstag von 20.15 Uhr bis 23.15 Uhr in der Donauarena, siehe auch Trainingsplan auf unserer Homepage.

Die **nächste Monatsversammlung** findet voraussichtlich am **Mittwoch, den 4. November 2026** um 19.00 Uhr in den Diesenbacher Bürgerstuben statt. Näheres ist auf unserer Homepage nachzulesen.

Über Aktivitäten und Neuigkeiten können sich Interessierte auf unserer Homepage unter www.eisstock-diesenbach.de.tl informieren.

SV Diesenbach – Abt. Fitness

In den Herbstferien vom 2. bis 6. November 2026 finden keine Sportstunden statt!

Fit mit dem SV Diesenbach
Such dir den Spaßfaktor! Komm wie du bist und lass dich überzeugen.
Wir freuen uns auf deinen Besuch.
Eine kostenlose Schnupperstunde ist jederzeit möglich.

Dienstag: 17.30 – 18.30 Uhr MamaFit
Mit unserem gesundheitsorientierten Fitnessprogramm (Ganzkörperkräftigung und Beweglichkeit – sanft und effektiv) ermöglichen wir euch – den Mamas – egal ob vor, während, oder nach der Schwangerschaft, fit und aktiv für den Alltag mit Baby/Kind zu werden. Trainingsziele sind: Stärkung deines Beckenbodens sowie der Bauch- und Rückenmuskulatur, Kräftigung deines ganzen Körpers und der Fitness.

Mittwoch: 19.10 – 20.10 Uhr Fitness Aerobic
Eine dynamische Stunde mit viel Power und Energie. Für alle, die Spaß an Bewegung haben. Zu energiegeladener Musik in Kombination mit verschiedenen Schrittfolgen wird der Körper gekräftigt und gleichzeitig die Kondition verbessert.

Donnerstag: 19.00 – 20.00 Uhr Bodyworkout
für alle die „in Form" bleiben wollen! Die vielseitigen Übungen mit verschiedenen Geräten machen diese Stunde nicht nur effektiv für die gesamte Muskulatur sondern auch abwechslungsreich. Ein ausgiebiger Stretch- und Relax-Teil rundet das Training ab.

Bitte informieren Sie sich über unser aktuelles Stundenangebot auf unserer Webseite unter www.sv-diesenbach.de oder www.facebook.com/SVDiesenbach
Ansprechpartnerin: Heidi Schulz, Tel. 0176 89297205

TB/ASV Regenstauf

…viele Wege führen zum TB/ASV Regenstauf e. V.

Mobil mit WhatsApp: 0151/65046680
E-Mail: info@tbasv-regenstauf.de
Neuigkeiten und weitere Kontaktdaten:
Website: www.tbasv-regenstauf.de
Facebook: fb.me/TB.ASV.Regenstauf.e.V

Mitgliederversammlung 2026

Die ordentliche Mitgliederversammlung des TB „Deutsche Eiche" 1893 | ASV e.V. Regenstauf findet nicht wie in den vergangenen Jahren Ende November, sondern am **Freitag, den 29. Januar 2027** statt.

Die offizielle Einladung mit Tagesordnung erfolgt rechtzeitig gemäß Satzung über die bekannten Veröffentlichungswege.

(Text: Alexandra Finger)

Nachruf

Der TB/ASV Regenstauf trauert um seinen Ehrenvorstand Bruno Schleinkofer, der am 14. Oktober 2026 plötzlich und unerwartet verstorben ist.



Mit großem Engagement, Herzblut und Leidenschaft hat er unseren Verein über Jahrzehnte entscheidend geprägt.

Wir verlieren einen geschätzten Freund und Wegbegleiter und werden ihm stets ein ehrendes Andenken bewahren.

(Fotos: S. Zaus-Vogl/bearb.: J. Busche)

TB / ASV Regenstauf – Abt. Fitness

- - - Trainingsstunden - - -
Unverbindliches Probetraining sowie der Einstieg in die Trainingsstunden sind jederzeit möglich. Männer sind herzlich willkommen.

Dienstag, 9.00 – 10.00 Uhr, Gymnastik für Senioren mit Barbara
Mehrgenerationenhaus
Rückenfreundliche Gymnastik im Stehen und Sitzen, mit Dehnung und Mobilisation.

Dienstag, 16.00 – 17.00 Uhr, Kinderturnen (in Planung)
Turnhalle der Mittelschule

Dienstag, 17.45 – 18.45 Uhr, Zirkeltraining mit Florian
Turnhalle der Mittelschule
Dich erwarten 12 verschiedene Stationen, welche alle Muskelgruppen ansprechen und als 45/15 Tabata mindestens dreimal durchlaufen werden.

Dienstag, 19.00 – 20.00 Uhr, Fun Mix mit Bianca
Turnhalle der Mittelschule
Ein Ganzkörpertraining für Jeden. Da die meisten der Übungen in verschiedenen Schwierigkeitsgraden ausgeführt werden können, eignet sich diese Stunde für Jeden der sich sportlich fit halten möchte.

Donnerstag, 17.30 – 18.30 Uhr, Starker Rücken mit Kirstin
Turnhalle der Mittelschule
Du verbringst viel Zeit im Sitzen, spürst hin und wieder ein Zwicken im Rücken oder willst einfach nur kräftiger, beweglicher und entspannter durchs Leben gehen? Dann bist du hier genau richtig! Und ja: Männer, keine Ausreden – auch euer Rücken freut sich über ein bisschen Extra-Pflege! Dein Rücken wird es dir danken – versprochen.

Donnerstag, 17.45 – 18.45 Uhr, Kettlebells mit Lech
Turnhalle der Mittelschule
Die intensivste Stunde im Programm, die deinen Körper kräftigt und stabilisiert, dazu auch die Ausdauer und Koordination trainiert.

Donnerstag, 18.45 – 19.45 Uhr, Fitness Mix mit Barbara
Turnhalle der Mittelschule
Training und Stretching für den ganzen Körper, mit Power und Musik.

TB / ASV Regenstauf – Abt. Ski

Neuer Vorstand für die Skiabteilung

Bei der Jahreshauptversammlung der Skiabteilung des TB/ASV Regenstauf standen die Neuwahlen im Mittelpunkt. Hans Pilz dankte den Mitgliedern, auch im Namen seiner Co-Vorsitzenden Silvia Huber-Obermeier und Markus Stubenhofer, für ihre Unterstützung und betonte, dass die Abteilung den Skisport trotz schwieriger Bedingungen erfolgreich weiterentwickeln konnte. Silvia Huber-Obermeier blickte auf die Herausforderungen der Corona-Pandemie zurück, hob aber die positive Entwicklung der Abteilung hervor. Besonders erfreulich sei das wieder steigende Interesse an den Skikursen. Jürgen Brandl vom Hauptverein würdigte das langjährige Engagement des bisherigen Vorstandsteams. Gleichzeitig sprach er der neuen Führung die Unterstützung des Hauptvereins zu.

Die neue Vorstandschaft wurde einstimmig gewählt und besteht aus Markus Wunderle, Stefan Hölzl und Karina Fritz. Sie repräsentieren ein engagiertes Team vieler junger und einiger erfahrener Mitglieder, das bereits neue Ideen und Veranstaltungsformate erarbeitet. Ein Schwerpunkt der zukünftigen Arbeit liegt auf dem Ausbau des Skikurses und der Stärkung der Jugendarbeit. Viele bisherige Skilehrer bleiben der Abteilung erhalten, zudem werden weitere Helfer gesucht. Karina Fritz verwies auf die neue Kinderskigymnastik für Kindergarten- und Grundschulkinder. Insgesamt blickt die neue Vorstandschaft optimistisch in die Zukunft und plant zahlreiche weitere Projekte für das Vereinsleben.



Der neugewählte Abteilungsvorstand Stefan Hölzl (links), Karina Fritz (2. von links) und Markus Wunderle (rechts) dankten dem bisherigen Vorstandsteam aus Hans Pilz (3. von links), Silvia Huber-Obermeier (2. von rechts) sowie Markus Stubenhofer (nicht im Bild).

(Foto: Peter Steger)

Termine der Skiabteilung

Skigymnastik für Kinder: Jeden Dienstag, 16.00 bis 17.00 Uhr in der Turnhalle der Mittelschule Regenstauf

Skigymnastik für Erwachsene: Jeden Dienstag, 19.00 bis 20.00 Uhr (ab 20. Oktober) in der Turnhalle in der Pestalozzi-Straße Regenstauf

Tagesausfahrt am 19. Dezember, ins Alpbachtal; Anmeldung über die Website möglich

Skikurs 2027: 2. bis 4. Januar 2027 am Großen Arber; Anmeldung über die Website der Skiabteilung möglich

Auffrischungsskitag: 23. Januar 2027; Ort je nach Schneelage; Anmeldung ab Anfang Januar möglich

TB / ASV Regenstauf – Abt. Tennis

Erfolgreiche Landkreismeisterschaften für TB / ASV Jugend im Tennis



Bei den diesjährigen Landkreismeisterschaften im Tennis, die in Neutraubling, Obertraubling, Alteglofsheim und Köfering ausgetragen wurden, konnte der Nachwuchs des TB / ASV beachtliche Erfolge erzielen. Tim Härtl blieb in der Altersklasse U9 ungeschlagen und belegte somit den 1. Platz. Ebenso erfolgreich war sein Bruder Felix Härtl, der sich in der Altersklasse U15 den Landkreismeistertitel sicherte.
Die gesamte Tennisabteilung des TB / ASV gratuliert herzlich!

(Text und Foto: Carina Härtl)

TB/ASV Regenstauf – Abt. Tischtennis

Saisonstart

Mittlerweile ist der Trainingsbetrieb in vollem Gange und die ersten Spiele der Saison 2026/27 wurden bereits absolviert. In dieser Saison gehen insgesamt sechs statt bisher fünf Herrenmannschaften und drei anstatt bisher zwei Jugendmannschaften an den Start. Aufgrund der wachsenden Anzahl der Tischtennisspielerinnen- und Spieler gibt es auch einen zusätzlichen Trainingstag, weshalb an vier Tagen in der Woche Tischtennistraining angeboten wird.

Termin der Weihnachtsfeier zum Vormerken

Unsere Weihnachtsfeier findet am **Donnerstag, den 17. Dezember** um 18.00 im Restaurant El Greco statt. Hierzu sind alle Mitglieder der Tischtennisabteilung herzlich eingeladen. Eine Anmeldung ist bis spätestens 1. Dezember 2026 unter der Nummer 0151 65176698 oder per WhatsApp erforderlich.

Heimspieltermine

Die kommenden Heimspiele der ersten Herrenmannschaft werden immer samstags um 15.00 in der Sporthalle am Stadion (Pestalozzistraße) ausgetragen und finden in der Vorrunde an folgenden Terminen statt:

Herren 1 (Verbandsliga Südost):

Sa, 14. November	15.00 Uhr	gegen TSV Isen
Sa, 21. November	15.00 Uhr	gegen SV Haiming II
Sa, 12. November	15.00 Uhr	gegen TTC Freising-Lerchenfeld

Nachfolgend die verbleibenden Heimspieltermine der zweiten Herren-mannschaft, die immer sonntags stattfinden:

Herren 2 (Landesliga Ostsüdost):

So, 8. November	16.00 Uhr	gegen MTV 1881 Ingolstadt III
So, 15. November	16.00 Uhr	gegen MTV 1881 Ingolstadt IV
So, 22. November	16.00 Uhr	gegen FC Chamerau

Tischtennisbegeisterte Personen sind sowohl als Zuschauer bei den Punktspielen, als auch während unserer Trainingszeiten herzlich willkommen.

Trainingszeiten der Tischtennisabteilung

Montag: 17.30 – 19.00 Uhr Jugendtraining
19.00 – 22.00 Uhr Erwachsenentraining

Mittwoch: 17.00 – 19.00 Uhr Leistungsorientiertes Jugendtraining
19.00 – 22.00 Uhr Erwachsenentraining

Donnerstag: 19.00 – 22.00 Uhr Erwachsenentraining

Freitag: 17.00 – 19.00 Uhr Jugendtraining
19.00 – 22.00 Uhr Erwachsenentraining

Kontaktdaten

Abteilungsleiter: Hans-Jürgen Brandl
E-Mail: tischtennis@tbasv-regenstauf.de
Webseite: https.//tischtennis.tbasv-regenstauf.de
Halle: Sporthalle am Stadion (Pestalozzistraße)

TB/ASV – Abt. Volleyball

Die Volleyball-Teams des TB/ASV Regenstauf haben ihre ersten Saisonspiele absolviert. Neben den Erwachsenen-Mannschaften standen auch die Jugendteams auf Kreisebene im Einsatz.

Damen 1 – 3. Liga

Für die Damen 1 gab es in der 3. Liga Ost ein Tiebreak-Drama: Nach einer überzeugenden 2:0-Satzführung kämpfte sich der Gegner, die Neuseenland Volleys Markkleeberg II, zurück ins Spiel. Am Ende mussten sich die Regenstauferinnen knapp mit 2:3 geschlagen geben, sicherten sich aber immerhin einen hart erarbeiteten Punkt.

Damen 2 – Bayernliga

Die neu formierte Damen 2 musste sich nach dem Aufstieg in die Bayernliga Nord dem TV Altdorf II zwar geschlagen geben, zeigte aber beim souveränen 25:16-Satzgewinn im zweiten Durchgang ihr Potenzial. Darauf lässt sich für das nächste Spiel beim BSV Bayreuth aufbauen.

Jugendspieltage:

Erfolgreicher Spieltag für den Nachwuchs: Die U14-Jungs bezwangen den VC Hohenfels-Parsberg und TSV Abensberg II jeweils mit 2:0 und unterlagen nur der SpVgg Hainsacker knapp mit 0:2. Die U13-Jungs feierten zwei 2:1-Siege gegen die SG Donau Volleys Regenstauf IV und V, während die U13-Mädels gegen den TSV Abensberg II (2:0) und SV Donaustauf (2:1) jubelten.



U13 weiblich (Foto: Stuber)

Großer Heimspiel-Samstag am 22.11.!

Den Auftakt macht die Damen 2 um 12.00 Uhr in der Bayernliga gegen den TSV Lengfeld. Im Anschluss übernimmt die Damen 1 und trifft um 16.00 Uhr in der 3. Liga auf den SC Freital.

Weitere Heimspiele:

Dritte Liga Ost/Damen 1

21. November, 19.00 Uhr: ASV Dachau
22. November, 16.00 Uhr: SC Freital
12. Dezember, 19.00 Uhr: VCO Dresden

Bayernliga Nord, Damen 2

8. November, 15.00 Uhr: ASV Veitsbronn
22. November, 12.00 Uhr: TSV Lengfeld
6. Dezember, 15.00 Uhr: Donau Volleys Regensburg

Jugend Cups

18. Dezember 2026: Christmas Cup
5. Februar 2027: Faschings Cup
19. März 2027: Oster Cup
14. Mai 2027: Sommer Cup

Weitere Infos unter: www.volleyball-in-regenstauf.de

TSV Eitlbrunn

Unser Fitnessprogramm für Dich!

Fit – Mix mit Sabine, Petra und Sabina

Spür die Power! Lust auf Fitness, die Spaß macht? Wir bringen dich in Form! Unser Training für Kraft, Ausdauer und Herz-Kreislauf kräftigt die gesamte Muskulatur.

Wann? Jeden Dienstag, 19.30 – 20.30 Uhr

Wo? Funktionsräume TSV Eitlbrunn

Komm vorbei, probier's aus und bleib fit! Wir freuen uns auf dich!

Body & Rückenfit mit Physiotherapeutin Steffi

Kommt mit auf eine intensive Trainingseinheit, die deinen Rücken stärkt und deinen Körper fit macht! In dieser Stunde kombinieren wir Übungen, die deine Rückenmuskulatur trainieren, mit kraftvollen Bodyfit-Übungen, die deinem gesamten Körper herausfordern.

Wann? Jeden Donnerstag, 19.30 – 20.30 Uhr

Wo? Funktionsräume TSV Eitlbrunn

Yoga mit Britta von der Yogi-Schmiede Buchenlohe

Erlebe Yoga auf eine ganz neue Weise!

In unserem Yoga Spezial Kurs erwartet dich jeden Monat ein neues Motto und eine andere Art Yoga zu üben. So kannst du verschiedene Praktiken ausprobieren und herausfinden, was am besten zu Dir passt.

Wann? Jeden Dienstag, 18.00 – 19.00 Uhr

Wo? Funktionsräume TSV Eitlbrunn

Pilates mit Jacqueline

NEU: Pilates in Kooperation mit dem TSV Steinsberg

In unseren Stunden erwartet dich ein abwechslungsreiches Training zur Kräftigung der Körpermitte, Verbesserung der Haltung und Förderung deines Wohlbefindens. Jede/r ist herzlich willkommen!

Wann? Jeden Montag um 8.30 – 9.30 Uhr

Wo? Funktionsräume TSV Eitlbrunn

Neu! Zumba Vibes mit Sabina

Was erwartet dich?

Ein energiegeladenes Tanz-Workout mit mitreißender Musik – mal lateinamerikanisch, mal international, immer mit viel Rhythmus und guter Laune. Jede/r ist herzlich willkommen.

Wann? Mittwoch von 19.00 – 20.00 Uhr

Wo? Funktionsräume TSV Eitlbrunn

Komm vorbei, probier's aus in einer Schnupperstunde! Wir freuen uns über auf dich! Einstieg in alle Stunden jederzeit möglich.

Weitere Infos findet ihr auf unserer Homepage www.tsveitlbrunn.de

VdK OV Regenstauf / Zeitlarn

Jahreshauptversammlung mit Neuwahlen am **6. November** in der Jahnhalle Regenstauf, Beginn 17.00 Uhr

Anmeldungen bitte bei Frau Fuchs Tel. 09402/8880

Gedenkgottesdienste zu den üblichen Zeiten

Regenstauf	22. November 2026
Zeitlarn	29. November 2026
Steinsberg	4. Dezember 2026

www.regenstauf.de

Wanderfreunde Regenstauf e. V.

Termine:

7. November 2026 Helferessen
Bürgerstube Diesenbach 18.00Uhr

28. November 2026 Weihnachtsfeier
im Valentinsbad ab 18.00 Uhr – Öffentliche Veranstaltung

Immer auf dem Laufenden bleiben unter
www.wanderfreunde-regenstauf.de



(Foto: Otto Hofmeister)

Wir sagen „Danke“ für die rege Teilnahme an unseren 50. Wandertagen.

Und für die Teilnahme und die Spenden für die geführte Wanderung. Hier wurden 800 Euro für den Mukoviszidose e.V. gesammelt.





Filiale Regenstauf
Tel. 09402-782772
Fax 9487677
Straßäcker 6,
93128 Regenstauf

Filiale Zeitlarn
Tel. 0941-699852
Sonnenstraße 2,
93197 Zeitlarn

Hauptgeschäft Lappersdorf
Tel. 0941-6308160
Am Silbergarten 12,
93138 Lappersdorf

Unsere Angebote

vom 02.11.2026 bis 07.11.2026

Mediterrane Kochsalami, mit feinen Gewürzen, sehr mager, preisgekrönt . . . . . **100 g** . . . **1,75 €**
Delikatess Streichwurst im Golddarm, cremig-zart . . . . . **100 g** . . . **1,62 €**
Wacholderschinken, mild gepöckelt, schwarz geräuchert . . . . . **100 g** . . . **1,89 €**
Fleischsalat, täglich frisch mit bester Mayonnaise . . . . . **100 g** . . . **1,49 €**
Hackfleisch gemischt, vom Rind und Schwein, stets frisch gewolft . . . . . **100 g** . . . **1,35 €**

Ab sofort gibt es wieder frische Blut- und Leberwürste!
Herbstzeit = Wildzeit!
Auf Vorbestellung haben wir aus regionaler Jagd
Reh-, Wildschwein- und Hirschfleisch.

Unsere Mittagsgerichte

vom 02.11.2026 bis 30.11.2026

Mo	02.11.	**Geschnetzeltes „Züricher Art"** mit Spätzle (A1,C)	**8,20 €**
Di	03.11.	**Putensteak** an Pfefferrahmsoße (G) mit Nudeln (A1,C)	**8,70 €**
Mi	04.11.	**Ital. Reisauflauf** mit Hähnchenbrust und mediterranem Gemüse	**8,40 €**
Do	05.11.	**Knusprige Schweinshaxe** mit Reiberknödel (L,2,3)	**8,70 €**
Fr	06.11.	**Schlemmerfisch** (A,D) mit Röstkartoffeln und Buttergemüse (G)	**8,20 €**
Mo	09.11.	**Gyros** mit Tomatenreis, hausgemachten Zaziki (G) und Krautsalat	**8,20 €**
Di	10.11.	**Schnitzel natur** (vom Schweinerücken) an Zwiebelrahmsoße (G) mit Rösti	**8,20 €**
	oder	**Saure Lunge** mit Semmelknödel (A1,C,G)	**8,20 €**
Mi	11.11.	**Fleischpflanzerl** (A1,C) mit Kartoffelpüree (G) und Buttergemüse (G)	**8,20 €**
Do	12.11.	**Sauerbraten** mit Reiberknödel (L,2,3)	**9,50 €**
Fr	13.11.	**Schellfisch paniert** (A1,D) mit Kartoffel-Gurkensalat u.Remoulade (A,C,I)	**8,20 €**
Mo	16.11.	**Putengulasch** mit Champignons (G) und Kroketten	**8,40 €**
Di	17.11.	**Gefüllte Paprikaschote** (A1,C) an Tomatensoße mit Reis	**8,20 €**
Mi	18.11.	**Schlachtschüssel** mit Sauerkraut und Salzkartoffeln	**8,20 €**
Do	19.11.	**Krustenbraten vom Strohschwein** mit Reiberknödel (L,2,3)	**8,70 €**
Fr	20.11.	**Seelachs pan.** (A1,D) mit Kartoffel-Gurkensalat und Remoulade (A,C,I)	**8,20 €**
Mo	23.11.	**Würziger Schaschliktopf** mit Pommes	**8,20 €**
Di	24.11.	**Schlemmerschnitzel paniert** (A1,C,G), mit Bratkartoffeln (mit Champignonrahmsoße bedeckt und mit Käse überbacken)	**8,70 €**
Mi	25.11.	**Brüstl gebraten** mit Fingernudeln (A1,C) und bayrisch Kraut	**8,20 €**
Do	26.11.	**Spanferkel knusprig gebraten** mit Reiberknödel (L,2,3)	**8,90 €**
Fr	27.11.	**Scholle paniert** (A1,D) mit Kartoffel-Gurkensalat und Remoulade (A,C,I)	**8,20 €**
Mo	30.11.	**Rotweingulasch** mit Nudeln (A1,C)	**8,20 €**
		Beilagensalat zum Menü	**2,00 €**





Viele weitere Tagesgerichte finden Sie in unserer heißen Theke!

Kennzeichnung von Zusatzstoffen und Allergenen:
1) Farbstoff , 2) Konservierungsstoff , 3) Antioxidationsmittel , 4) Geschmacksverstärker , 5) Phosphat , 6) geschwefelt , 7) Süßungsmittel
A) Gluten (glutenhaltiges Getreide), A1:Weizen,A2:Roggen,A3:Gerste,A4:Hafer, B) Krebstiere, C) Eier, D) Fisch, E) Erdnüsse, F) Soja,
G) Milch(Laktose), H) Schalenfrüchte,H1:Mandeln,H2:Haselnüsse,H3:Walnüsse,H4:Kaschunüsse,H5:Pecannüsse,H6:Paranüsse,
H7: Pistazien,H8:Macadamianüsse,I) Sellerie, J) Senf, K) Sesamsamen, L) Schwefeldioxid und Sulfite, M) Lupinen, N) Weichtiere

Unsere Speiseangebote finden Sie im Internet: www.metzgereibrunner.com

Qualität und Frische aus eigener Herstellung!

METZGER HANDWERK Bayern

Regensburger Land nimm's regional!

November kann mehr als grau







Ab 23. November 2026

WEIHNACHTS-AUSSTELLUNG

mit kreativen Ideen

Holen Sie sich Inspirationen für Ihr persönliches Weihnachtsgeschenk

Einfach und Dekorativ...

... Geschenke selber machen
... Weihnachtsgeschenke natürlich verpackt

27. und 28. November

Einkauf im weihnachtlichen Ambiente mit Plätzchen und Glühwein.







Mit unserem Kuschelstrick, trendigen Outdoorjacken und Passformhosen kommen Sie stylisch durch die kältere Jahreszeit.

Ihr Mode am Markt – Team

5 € M GUTSCHEIN
*— beim Kauf einer **Hose** —*

10 € M GUTSCHEIN
*beim Kauf einer **Outdoorjacke***









GÜLTIG AB SOFORT BIS 28. NOVEMBER 2026. Ausgenommen bereits reduzierte Ware. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen und Gutscheinen. Keine Barauszahlung.

ÖFFNUNGSZEITEN
Montag - Freitag
09:00 - 18.30 Uhr
Samstag
09:00 - 14:00 Uhr

Hauptstraße 30 · 93128 Regenstauf
Telefon 09402 / 23 44
modeammarkt-regenstauf.de
@ModeAmMarktRegenstauf
@modeammarkt

MODE AM MARKT
DAMEN & JUNGE MODE