



Das Ausdauersportteam Süßen wird 15 Jahre alt

Wir sind gespannt darauf, wer das 400. Teammitglied sein wird. Nur noch 14 fehlen. 386 Mitglieder in nur 15 Jahren, nicht im Traum hatten die Gründungsmitglieder am 07.03.1990 an einen solchen Erfolg geglaubt. Basierend auf einem breiten Sportangebot haben sich auch im Leistungssport Erfolge eingestellt. So ging die erste Triathlonmannschaft des Teams im Jahr 2004 in der höchsten Triathlonliga Deutschlands an den Start.

Komm zum Team

Alleine geht es aber gemeinsam geht es viel besser!

Wir freuen uns über Jede/n der beim Filslauf mitmacht
Auch Nichtmitglieder sind herzlich eingeladen



Ein Highlight in unserem Vereinsleben: Beim 5. Staufermarathon 1994 kamen 94 von 973 Startern aus unseren Reihen

Sprich uns an!

Der Hauptorganisator Filslauf ist Uli Kielkopf (Kontakt s. Unten)
Ein Anmeldeformular findest Du im Internet

Triathlon	Martin Büchler	07162/919363 / teamchef@ast-suessen.de
Laufsport	Reinhard Arras	07162/5503 / tt@ast-suessen.de
Lauftreff	Uli Kielkopf	07162/42559 / uli@ast-suessen.de
(Nordic-)Walking Hausfrauenlauftreff	Annemarie Göckelmann Renate v. Eiff	07162/8286 07162/3589 / helmut.eiff@t-online.de
Gymnastik	Reinhold Eisele	07162/943990 / r.u.eisele@t-online.de
Radfahren	Manfred Herrlinger	07162/4705 / m.herrlinger@t-online.de
REHA-Sport (Sport nach Krebs, Herzsportgruppe)	Helmut v. Eiff	07162/3589 / reha@ast-suessen.de

Das Ausdauersportteam im Internet: www.ast-suessen.de

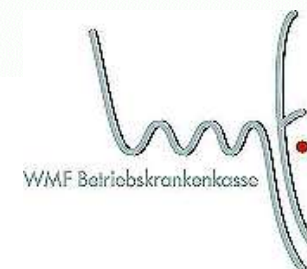
15 Jahre Ausdauersportteam Süßen

12. März 2005

Mit dem Team vom Filsursprung
und von der Filmündung
nach Süßen



AST Süßen



Unser Vorhaben ist, mit möglichst allen unserer 386 Mitglieder und vielen weiteren Freunden, vom Filsursprung in Wiesensteig einerseits, und von der Filmündung in Plochingen andererseits nach Süßen zu laufen. Die Strecke wird möglichst genau dem Flussverlauf folgen. Die Fils ist 58 km lang. Wir haben die Strecke in Abschnitte von 30, 15, 10 und 5km eingeteilt. Jeder findet einen, seiner Leistungsfähigkeit entsprechenden Abschnitt. Alle Gruppen werden gemeinsam um 17:00 Uhr in Süßen am Rathaus eintreffen.

15 Jahre Ausdauersportteam Süßen sind eine Erfolgsgeschichte, die gefeiert gehört. Wir treffen uns dazu um 19:00 Uhr in der TSV-Halle.

Das Ausdauersportteam im Internet: www.ast-suessen.de

Tagesablauf am 12. März 2005

sportlicher Teil

Start beim Filsursprung	Start bei der Filmündung
1) langsam 35 km Filsursprung 13:20 Uhr Lauflleiter: Eusebio Genchi, Manfred Walter	1a) langsam 31 km Filmündung 13:45 Uhr Lauflleiter: Walter Bunzel, Martin Reißmüller
2) schnell 15 km Hausen – Parkplatz am Radweg 15:35 Uhr Lauflleiter: Winfried Lorenz, H-J. Englert	2a) schnell 15 km Uhingen - Rathaus 15:35 Uhr Lauflleiter: Helga Zöller, Konrad Fischer
3) langsam 15 km Hausen – Parkplatz am Radweg 15:20 Uhr Lauflleiter: Petra Ferreira, Barbara Walter	3a) langsam 15 km Uhingen - Rathaus 15:20 Uhr Lauflleiter: Reinhard Arras, Heinz Niedermann
4) schnell 10km Geislingen – SVA Sportplatz Überk. Str. 16:00 Uhr Lauflleiter: Manfred Neufischer, Uwe Steidl	4a) schnell 10km Göppingen - Christophsbad 16:00 Uhr Lauflleiter: Thomas Haag, Wolfgang Mechel
5) langsam 10km Geislingen – SVA Sportplatz Überk. Str. 15:50 Uhr Lauflleiter: Carmen Kottmann, Gunda Wacker	5a) langsam 10km Göppingen - Christophsbad 15:50 Uhr Lauflleiter: Carmen Blessing, Robert Geiger
6) langsam 5 km Kuchen - Esbi 16:20 Uhr Lauflleiter: Rita Hemminger, Johann Tengler	6a) langsam 5 km Eislingen- Stadthalle 16:20 Uhr Lauflleiter: Brigitte Ziller, Horst Göckelmann
7) Walking 5 km Kuchen – Esbi 16:00 Uhr Lauflleiter: Elisabeth Auwärter, Ute Haag	7a) Walking 5 km Eislingen- Stadthalle 16:00 Uhr Lauflleiter: Annemarie Göckelmann
Ankunft in Süßen (Rathaus) um 17:00 Uhr – Die Läufer werden mit Live-Musik begrüßt – Gäste sind willkommen	
langsam = etwa 6 Min für 1 km schnell = etwa 5 Min für 1 km	
Duschgelegenheit in der TSV-Halle	

gemütlicher Teil

Treffpunkt um 19:00 Uhr in der TSV-Halle.

Es spielt die Kapelle „Les Tiffanys“

Auftritt einer Tanzformation der Tanzschule Bartholomay und des Zauberers Horst Köhler

Bewirtung: TSV Süßen

Unkostenbeitrag für Essen (Partyservice „Hirschle“: 7,50 Euro/Person

Das Ausdauersportteam im Internet: www.ast-suessen.de

Wissenswertes über die Fils

Am Filsursprung treten rund 200 Liter Wasser sekundlich zu Tage. 58 Kilometer weit wird dieses Wasser bis zur Mündung in den Neckar bei Plochingen fließen.

Durchs „Goißatäle“ fließt die Fils ständig zunehmend der Stadt Geislingen, der ersten großen Stadt seines Flusslaufes entgegen. Bei normaler Fließgeschwindigkeit ist dieses Ziel in etwa einem Tag erreicht. Im Bereich der so genannten „Hinteren Siedlung“ erlebt sie einen gewaltigen Absturz. Wie über einen Wasserfall tosen dort die Wassermassen mehrere hundert Meter abwärts. Ein, vor allem bei Hochwasser, imposantes Naturschauspiel, das sich im Bereich des Michelberg-Gymnasiums wiederholt. Die Fils ist nicht immer idyllisch anzuschauen. Bei Hochwasser passierten schon mehr als 100 Kubikmeter Wasser je Sekunde diese Wasserfälle.

Auf dem Weg nach Kuchen ist der Fluss so sauber, dass sich Fische und andere Lebewesen angesiedelt haben. Dort wird auf dem ehemaligen Esbi-Gelände deutlich, wie sehr man in vergangener Zeit auf die Wasserkraft als Energiequelle setzte. Kräftigen Zulauf erhält der Fluss durch die Lauter, die kurz vor Süßen etwa ein bis zwei Kubikmeter Wasser je Sekunde beisteuert. Das sind 30 Prozent der Wassermassen, die die Fils an dieser Stelle auweisen kann.

„Naturbelassen“ ist der Fluss selten. Meist sind die Uferabschnitte stark verbaut. Wohltuend hebt sich da in Süßen der Mühlkanal hervor. Er wurde in das Stadtbild integriert und ist ein beliebtes Fotomotiv unserer Stadt. In Süßen weist die Fils ihren ersten offiziellen Pegel auf, der im Internet unter www.lfu.baden-wuerttemberg.de abrufbar ist. Der Normalpegel liegt bei etwa 50 Zentimetern. Schwillt er auf zwei Meter an, so donnern 42 Kubikmeter Wasser je Sekunde talabwärts. Bei einem Pegelstand von 2,80 m gibt es eine Hochwasser-Vorwarnung und ab 3,30 Metern Alarm. In diesem Falle drohen den Gemeinden im unteren Filstalbereich Überflutungen.

Folgen wir dem Flusslauf, vorbei an den großen Kläranlagen von Salach und Göppingen, die übrigens mitverantwortlich sind, dass die Fils auch in trockenen Zeiten noch erstaunlich viel Wasser führt, so bietet sich nach Göppingen ein herrlicher Blick auf das Schloss Filseck. Wenn die Fils dann den Landkreis verläßt sind es noch etwa 6 Kilometer bis zu ihrer Mündung in den Neckar. Sie ist jetzt zu einem großen Fluß angeschwollen. Normalerweise werden etwa 5 Kubikmeter Wasser je Sekunde in den Landkreis Esslingen getragen, wo es zunächst in einem völlig neuen Flussbett verläuft. Das alte musste dem Bau der neuen, vierspurigen B10 bei Reichenbach weichen.

Bei Plochingen mündet die Fils in den Neckar, dem sie etwa 5,5 Kubikmeter Wasser, das aus dem Schurwald, dem Voralbgebiet und dem Nordrand der Schwäbischen Alb stammt beschert. Hier, bei der Mündung beträgt der Wasserspiegel 248 Meter über dem Meeresspiegel. 377 Meter weniger als bei ihrer Quelle



Das Ausdauersportteam im Internet: www.ast-suessen.de