

Badminton

Abteilungsleitung: Frank Horenburg: Information unter: 089-3090417-0

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	17:00 - 19:00	Jugend	SFZ / Mitte	Florian Todenhagen
	20:00 - 23:00	Mannschaftstraining	SFZ / Mitte	Florian Todenhagen
	19:00 - 23:00	Freizeitspieler	SFZ / Mitte	
	21:00 - 23:00*	Markenspieler d. LHM	SFZ /alle 3 Hallen	
Donnerstag	18:00 - 19:20	Jugendtraining	SFZ / Nord	Florian Todenhagen
	19:40 - 23:00	Mannschaftstraining	SFZ / Mitte	Florian Todenhagen / Felix H.
	19:30 - 23:00	Freizeitspieler	SFZ / Mitte	
	21.00 - 23.00*	Markenspieler d. LHM	SFZ /alle 3 Hallen	

Hier finden Sie die Spiele und Tabelle unserer Ligaspiele: <https://badminton-bbv.de/site/liga/widget/>

*) Markenspieler von 21.00 - 23.00 Uhr

* "Markenspieler" (Hallensportprogramm der Stadt München): Montag und Donnerstag von 21.00 – 23.00 Uhr
Die Abteilung erhebt einen Sonderbeitrag von 3,50 Euro monatlich für Kinder und Jugendliche /
6,00 Euro monatlich für erwachsene Mitglieder zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag!

Berg- und Skisport

Abteilungsleitung: Jens Klausch, Information unter: 089-80084784

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Donnerstag	18.00 - 19.30	Konditions- und Zirkeltraining für Kids zwischen 5 und (ca.) 14 Jahren	SFZ	Micaela Kraft
	19:30 - 20:30	Konditions- und Zirkeltraining Jugendliche und Erwachsene		Micaela Kraft

Allgemeine Gymnastik, siehe Freizeitsport!

Bei Teilnahme am Training bitte eine Email an Micaela Kraft (MiciMouse@gmx.de) oder telefonisch (0160 25 81 400).

Weitere Infos findet ihr unter <https://esv-rennteam.jimdo.com/anmeldungen/> (hier sind alle Trainingstermine aufgelistet; Absagen oder Änderungen des Veranstaltungsortes kann man hier auch sehen)

Fechten

Kontakt: Geschäftsstelle, Telefon: 089-3090417-0

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Dienstag	16.15 - 18.00	Schüler	SFZ	Andreas Pirling
	19.45 - 21.30	Jugendliche und Erwachsene	SFZ	Andreas Pirling
Freitag	17.30 - 19.30	Jugendliche und Schüler	SFZ	Andreas Pirling

Die Abteilung erhebt einen Sonderbeitrag von 10,00 Euro monatlich zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag!

Fit plus 60

Spartenleitung: Peter Schindler u. Marianne Vogl, Information unter: 089-3090417-0

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	11:00 - 13:15	Seniorentanz	SFZ/BS	
	13:30 - 15:45	Sport- u. Gesellschaftskegeln	SFZ/KB	
Dienstag	08:30 - 09:30	Rücken-Fit: Atemtechnik, Beweglichkeit, Entspannung, Gleichgewicht, Körperwahrnehmung, Gymnastik im Stehen, Sitzen und Liegen	SFZ/GS	Werner Thalhofer
	09:45 - 10:45	Vital-Training für Körper, Geist und Achtsamkeit	SFZ/BS	Werner Thalhofer
	12:45 - 15:30	Seniorentanz	SFZ/GS	
Donnerstag	15.30 - 16.45	Tischtennis	SFZ/TT	

Geselliges Beisammensein jeweils nach dem Kegeln. Busfahrten sowie gesellschaftliche Veranstaltungen nach Ankündigung!

Fußball

Abteilungsleitung: Olaf Butterbrod

Es ist Winterpause und bis etwa Mitte März werden wir nur in der Halle trainieren.
Für Informationen zu unseren Trainingszeiten in der Halle, nehmen Sie doch einfach mit uns Kontakt auf.

Tag	Uhrzeit	Training	Ort
Dienstag	19:00 19:00 17:00 17:00	1. Team 2. Team E-Jugend (U11 - 2007/2008) F-Jugend (U09 - 2009/2010) Babini (U8 - 2011/2012)	SFZ Sportplatz
Mittwoch	18:00 17:00 18:30	E-Jugend (U11 - 2007/2008) F-Jugend (U09 - 2009/2010) Senioren A / Ehrenliga	SFZ Sportplatz
Donnerstag	19:00 19:00 17:00 17:00	1. Team 2. Team E-Jugend (U11 - 2007/2008) F-Jugend (U09 - 2009/2010) Babini (U8 - 2011/2012)	SFZ Sportplatz
Freitag	18:00 17:00	E-Jugend (U11 - 2007/2008) F-Jugend (U09 - 2009/2010)	SFZ Sportplatz

Während der Wintermonate findet das Training in der 3-fach Turnhalle statt. Nähere Informationen sind bei den jeweiligen Trainern zu erfragen bzw. werden per Aushang bekannt gegeben.

In den Sommerferien findet kein Jugendtraining statt!

Ab November Wintertraining **nach Absprache mit den Trainern**, am Wochenende in der Halle an der Papinstr

Freizeitsport

Kinder und Jugendliche

Kontakt: Geschäftsstelle, Telefon: 089-3090417-0

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	10:00 - 11:30	Eltern-/Kind Spielstunde (9 Monate bis 2 Jahre) nicht in den Schulferien!	SFZ/TT	Ines Kopatsch
	17:30 - 18:55 neu Uhrzeit!	Eltern-/Kind Spielstunde (2-3 Jahre) mit Betreuung	RAV	wechselnd
	17:15 - 18:45	Kindersport (4-6 Jahre)	RAV	Bianca Czok
Dienstag	15:30- 17:00	Eltern-/Kind Spielstunde (0-3 Jahre)	SFZ/GS	Janina Budde
	19:30 - 21:30	Freestyle Jugend/Erwachsene (15-25 Jahre)	WIE	Andreas u. Christoph
Mittwoch	16:00 - 17:30	Eltern-/Kind Spielstunde (2 - 3 Jahre) nicht in den Schulferien!	SFZ	Stefanie Amon
Donnerstag	09:30- 11:00	Eltern-/Kind Spielstunde (1 - 3 Jahre)	SFZ	Ines Kopatsch
	17:15 - 18:15	Hinführung zum Gerätturnen (5 - 9 Jahre)	LIM	Marga Solleder
	18:15 - 19:00	Hinführung zum Gerätturnen (ab 10 Jahre)	LIM	Marga Solleder
	17:15 – 18:45	Freestyle (10 - 15 Jahre)	WIE	Christoph
	17:30 - 19:00	Wild Devils Cheerleader Juniors (ab 10 Jahren)	WIE	Annett Jakobs
Freitag	15:00 - 16:00	Kindertanz/Ballett Kursangebot siehe unter Kurse u. Camps	BS	Christina Zaraklani

Während der Schulferien findet kein Sportbetrieb statt.

WICHTIGE INFORMATION: Aus versicherungstechnischen Gründen, müssen alle anwesenden Geschwisterkinder Vereinsmitglieder sein, oder über eine eigene Teilnehmerkarten verfügen.

❖ Tagesticket für **Nichtmitglieder** 5,00 Euro oder 8er/10er/12er Karte für 36,00 / 45,00 / 54,00 Euro
Die Karten sind personenbezogen und ab der ersten Teilnahme 6 Monate gültig!

Bei Interesse ist ein einmaliges Probetraining ohne vorherige Anmeldung möglich! Bitte aber vor Beginn der Sportstunde beim Übungsleiter melden und in eine Versicherungsliste eintragen!

Freizeitsport

Erwachsene

Kontakt: Geschäftsstelle, Telefon: 089-3090417-0

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	14:45 - 15:45	Er + Sie Bewegungstraining: aktiv älter werden	SFZ	Ingrid Maushart
	18:00 - 18:45	Ausgleichsgymnastik	WIE	wechselnd
	19:00 - 19:45	Ausgleichsgymnastik	RAV	Christina Berzl
	19:00 - 20:00	Fitness Workout	SFZ	Stefanie Bosse
	19:00 - 20:00	Tanz und Fitness mit bekannten Choreographien	WIE	wechselnd
Dienstag	09:30 - 10:15	Steppaerobic I	SFZ	Ingrid Maushart
	10:15 - 11:00	BBP	SFZ	Ingrid Maushart
	18:00 - 18:45	Fitness Workout	SFZ	Jana Sklavakis
	18:45 - 19:30	Steppaerobic I	SFZ	Ingrid Maushart
	19:00 - 19:45	Rückengerechtes Fitnessstraining	RAV	Stefanie Amon
	19:30 - 21:30	Freestyle Jugend/Erwachsene (15-25 Jahre)	WIE	Andreas Waneck u. Christoph Stadler
	20:00 - 21:00	Thaibox-Aerobic	RAV	Isa Bakirman-G.
Mittwoch	18:00 - 19:00	Ballspiele	RAV	ohne Übungsleiter
	19:00 - 20:00	Fit & Flexibel	RAV	Christina Berzl
	19:00 - 20:00	ZUMBA Fitness(**)	RAV	Sandra Hüller
Donnerstag	09:30 - 10:15	Step'n'Pump oder Cardio Move	SFZ	Ingrid Maushart
	10:15 - 11:00	Body complete (Kräftigung, Stretch und Relax)	SFZ	Ingrid Maushart
	18:00 - 18:45	Aerofit	SFZ	Ingrid Maushart
	18:45 - 19:30	Stepaerobic II	SFZ	Ingrid Maushart
	19:00 - 19:45	Fitness Workout	LIM	Stefanie Bosse
	19:30 - 20:30	Bodystyle Kursangebot!	SFZ/Nord	Isa Bakirman-G.
Freitag	09:15 - 10:00	Modern stretching	SFZ / GS	Ingrid Maushart
	10:15 - 11:15	Mama/Baby Fitness Kursangebot ab 16.11.18!	SFZ / BS	Muna Hebeisen
	18:30 - 19:30	ZUMBA-Step (**)	SFZ / BS	Sandra Hüller
	20:30 - 22:00	Ballspielgruppe - Fußball	SFZ/Mitte	offene Stunde nur für Mitglieder
Sonntag	10:00 - 11:00	ZUMBA Fitness(**)	SFZ / GS	Sandra Hüller

Die Kursangebote beginnen immer mit einem Schnuppertraining für Jedermann. Während eines laufenden Kurses ist „kein schnuppern“ mehr möglich!

- ❖ (**) - 1,50 Euro Sonderbeitrag pro Teilnahme oder 10er Block für 15,00 Euro **für Mitglieder**
- ❖ (**) - 7,50 Euro Sonderbeitrag pro Teilnahme oder 10er/12er Karte für 75,00 / 90,00 Euro **für Nichtmitglieder**
- ❖ Tagedticket für **Nichtmitglieder ohne (**)** 5,50 Euro oder 8er/10er/12er Karte für 40,00 / 50,00 / 75,00 Euro
Die Karten sind personenbezogen und ab der ersten Teilnahme 6 Monate gültig!

Alle Karten erhalten Sie zu den Öffnungszeiten in der Geschäftsstelle.
Die Blöcke für die (**) erhalten Sie auch in den jeweiligen Stunden.

Gesundheitssport

Koordination: Geschäftsstelle, Florian Rädler, Telefon: 089-3090417-0

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Uhrzeit
Montag	08:45 - 09:45	Wirbelsäulengymnastik präventiv	SFZ/GS	Ingrid Maushart
	09:00 - 09:45	Reha-Sport nur mit Reha-Verordnung!	SFZ/BS	Florian Rädler
Dienstag	08:00 - 09:00	Osteoporose/ Wirbelsäulengymnastik präventiv	SFZ	Ingrid Maushart
	19:45 - 20:30	Reha-Sport	SFZ / Halle Mitte	Florian Rädler
Mittwoch	09:15 - 10:00	Reha-Sport nur mit Reha-Verordnung!	SFZ/BS	Florian Rädler
	09:00 - 09:55	Wirbelsäulengymnastik	SFZ/GS	Heidi Werler
	10:00 - 11:00	Wirbelsäulengymnastik	SFZ/GS	Heidi Werler
	12:00 - 12:45	Reha-Sport nur mit Reha-Verordnung!	SFZ/BS	Florian Rädler
Donnerstag	13:45 - 14:45	Schongymnastik f. Senioren u. Arthrose Gymnastik mit Reha-Verordnung!	SFZ/BS	W. Thalhofer
	14:00 - 14:45	Reha-Sport nur mit Reha-Verordnung!	SFZ/BS	Florian Rädler
	18:30 - 19:45	Koronarsport (Übungsgruppe) mit Reha-Verordnung!	SFZ/BS	Dr. Mägerlein und Heidi Werler
Freitag	08:00 - 09:00	Rücken in Bewegung	SFZ/GS	Ingrid Maushart

Bitte bringen Sie zu den Sportstunden eine Matte und warme, bequeme Kleidung mit.

Im REHA- Bereich ist ein „ärztliches Verordnungsblatt“ erforderlich.

Wir bitten Sie um telefonische Anmeldung, da dies keine offenen Stunden sind und die Teilnehmerzahlen begrenzt sind.

Sollte Sie keine REHA-Verordnung haben, können ESV-Mitglieder mit einem Sonderbeitrag von 6,00 pro Monat an den offenen Gesundheitsstunden teilnehmen.

Nicht-Mitglieder können eine 10er/12er Karte für 75,00/ 90,00 Euro erwerben. Infos zu den Kursterminen und dem Kauf der Karten, gibt es in der Geschäftsstelle zu den bekannten Öffnungszeiten!

Infos zu unseren Kursen
Pilates-, Qigong und Yoga-
erhalten Sie im Internet oder in der Geschäftsstelle.

Handball

Abteilungsleitung: Anja Büttner

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Dienstag	19:00 – 20:30	Herren	PES	Daniel Schermelleh / Wiebke Jansen
	20:00 – 21:30	Damen	PES	Loe Köckeis
Mittwoch	17:30 – 19:00	C-Jugend männlich (JG 2005/2004)	SFZ	Julian Schwarz / Gabriel Fricke
	17:30 – 19:00	D-Jugend männlich (JG 2006/2007)	SFZ	Radu Chiorean
	20:00- 22:00	Damen und Herren	SFZ	freies Training
Donnerstag	17:30 – 19:00	gem. Minis (JG 2010 und jünger)	BBZ	Paul Löwenhauser, Lennart Reb
	17:30 – 19:00	E-Jugend männlich (JG 2008/2009)	BBZ	Fabian Weiß
	18:30 - 20:00	C-Jugend männlich (JG 2005/2004)	BBZ	Julian Schwarz / Gabriel Fricke
	18:30 - 20:00	D-Jugend männlich (JG 2006/2007)	BBZ	Radu Chiorean,
	19:30- 20:30	Damen	BBZ	Leo Köckeis
	20:30 - 22:00	Herren	BBZ	Daniel Schermelleh / Wiebke Jansen

Ihr könnt natürlich gerne jederzeit zum Probetraining oder auch einfach nur zum Zuschauen vorbeikommen.

Sportstätten:

SFZ Sport- und Freizeitzentrum des ESV Neuaubing, Papinstrasse 22, 81249 München

BBZ Berufsbildungszentrum, Bergsonstrasse 109, Langwied

PES Grund- und Hauptschule, Peslmüllerstr. 6, 81243 München

Die Abteilung erhebt einen Sonderbeitrag von 2,00 Euro monatlich für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren / 4,00 Euro monatlich für erwachsene Mitglieder zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag!

Judo

Abteilungsleitung: Nicole Wilde

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	17.15 - 18.45	Grundlagen- und Konditionstraining Kinder ab 5 Jahre	SFZ/ Judoraum UG	Julian Putzke / Johannes Preyß
Dienstag	16.30 - 18.00	Grundlagentraining für Kinder ab 5 Jahre	EBG	Josef Kalleder
	18.00 - 19.30	Fortgeschrittenentraining Kinder ab 8 Jahre	EBG	Josef Kalleder
Donnerstag	16.45 - 18.00	Grundlagen-und Konditionstraining für Kinder ab 5 Jahre	SFZ/ Judoraum UG	Nicole Wilde
	18.00 - 19.30	Fortgeschrittenen- und Wettkampftraining für Kinder ab 8 Jahren	SFZ/ Judoraum UG	Leon Siegel
	19.30 - 21.00	Jugendliche und Erwachsene	SFZ/ Judoraum UG	Leon Siegel
Freitag	17.30 - 19.00	Grundlagentraining für Kinder ab 5 Jahre	EBG	Nicole Wilde

Die Abteilung erhebt einen Sonderbeitrag von 9,00 Euro für das 1. Familienmitglied, 5,00 Euro für das 2. Familienmitglied und 3,00 Euro für das 3. Familienmitglied monatlich zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag!

Gewichtheben

Abteilungsleitung: Rolf Bigge, Telefon: 0174/8495238

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	16.00 - 22.00	Gewichthebertraining	SFZ/LLZ	wechselnd
	18.00 - 20.00	Jugendliche / Erwachsene	SFZ/LLZ	Christian Koherr
Dienstag	18.00 - 20.00	Jugendliche / Erwachsene	SFZ/LLZ	Josef Müller
Mittwoch	16.00 - 22.00	Gewichthebertraining	SFZ/LLZ	wechselnd
	18.00 - 20.00	Jugendliche / Erwachsene	SFZ/LLZ	Christian Koherr
Donnerstag	18.00 - 20.00	Jugendliche / Erwachsene	SFZ/LLZ	Josef Müller
Freitag	16.00 - 22.00	Gewichthebertraining	SFZ/LLZ	wechselnd
	18.00 - 20.00	Jugendliche / Erwachsene	SFZ/LLZ	Christian Koherr und Josef Müller

In den Schulferien findet der Trainingsbetrieb wie gewohnt statt!

Sommermonate: 01. April bis 30. September / Wintermonate: 01. Oktober bis 31. März

KDK – Kraftdreikampf

Abteilungsleitung: Rolf Bigge, Telefon: 0174/8495238

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	17.00 - 21.00	Freies Mannschaftstraining	SFZ/LLZ	wechselnd
Dienstag	19.30 - 21.30	Einweisung	SFZ/LLZ	Rolf Bigge
Mittwoch	17.00 - 21.00	Freies Mannschaftstraining	SFZ/LLZ	wechselnd
Donnerstag	19.00 - 21.00	Einweisung	SFZ/LLZ	Rolf Bigge
Freitag	17.00 - 21.00	Freies Mannschaftstraining	SFZ/LLZ	wechselnd
Samstag (Sommer)	10.00 - 13.00	freies Training	SFZ/KR	Florian Hülmeyer
Samstag (Winter)	15.00 - 18.00	freies Training	SFZ/KR	Florian Hülmeyer
Sonntag (Sommer)	10.00 - 12.00	freies Training	SFZ/KR	Rolf Bigge
Sonntag (Winter)	10.00 - 12.00	freies Training	SFZ/KR	Rolf Bigge
Sonntag (Winter)	15.00 - 18.00	freies Training	SFZ/KR	Florian Hülmeyer

In den Schulferien findet der Trainingsbetrieb wie gewohnt statt!

Sommermonate: 01. April bis 30. September / Wintermonate: 01. Oktober bis 31. März

Kegeln

Abteilungsleitung Jörn Seydel, Info unter joernseydel@web.de

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Dienstag	16:00 – 24:00	Sportkegler	SFZ/KB	Ligaspielbetrieb / Training
Samstag	13:00 – 18:00	Sportkegler	SFZ/KB	Ligaspielbetrieb / Training

Die Abteilung erhebt einen Sonderbeitrag von 4,00 Euro monatlich zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag!
Die Kegelbahnen können auch von Gruppen gemietet werden. Kinder dürfen erst ab 14 Jahren auf die Kegelbahn.
Nähere Infos hierzu bitte in der Geschäftsstelle unter 089-3090417-0 erfragen.

Karate

Abteilungsleitung: Andreas Maier, Telefon: 089-89026967

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Trainer
Montag	18.45- 22.00	Erwachsene / Jugendliche alle Gurte	SFZ/Gym.Saal	Bernd Marmetschke
Mittwoch	16.30 - 17.30	Kinder / Jugendliche ab 7. Kyu (orange)	SFZ/Karateraum 1.UG	Michael Meyer
	17.30 - 18.30	Erwachsene / Jugendliche ab 5. Kyu (violett)	SFZ/Karateraum 1.UG	Michael Meyer
	18.30 - 20.00	Erwachsene / Jugendliche ab 8. Kyu (gelb)	SFZ/Karateraum 1.UG	Bernd Marmetschke / Michael Meyer
	20.00 - 21.30	Fortgeschrittene	SFZ/Karateraum 1.UG	Takashi Nakajima
Freitag	15.30 - 16.30	Kinder Anfänger (ab 6 Jahren)	SFZ/Karateraum 1.UG	Michael Meyer
	16.30 - 17.30	Kinder (ab 8 Jahren)	SFZ/Karateraum 1.UG	Michael Meyer
	17.30 - 18.30	Kinder (ab 10 Jahren) - Fortgeschrittene	SFZ/Karateraum 1.UG	Michael Meyer
	18.30 - 20.00	Erwachsene/ Jugendliche alle Gurte	SFZ/Karateraum 1.UG	Bernd Marmetschke / Michael Meyer
Sonntag	09.30 - 10.30	Karate-Kurs für Jedermann	SFZ/Karateraum 1.UG	Nathalie Mattheus / Leifheit / Andi Maier
	10.30 - 12.00	Kata-Training	SFZ/Karateraum 1.UG	Heinz Arold
	09.30 - 14.00	Erwachsene/ Jugendliche alle Gurte	SFZ / BS	Freies Training

**Im Herbst und Frühjahr werden als zusätzliches Angebot der Abteilung Karate Qigong-Kurse angeboten.
Nähere Infos hierzu finden Sie auf der Seite Gesundheitssport / Kurse!**

Die Abteilung erhebt einen Sonderbeitrag von 12,50 Euro monatlich zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag!

Klettern

Infos in der Geschäftsstelle, Telefon: 089-3090147-14

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Donnerstag	15:45 - 17:00	Bouldern / Klettern Kinder zw. 6 - 8 Jahren	SFZ Halle Nord	Simone Dey
	17:00 - 18:15	Bouldern / Klettern Kinder zw. 9 - 14 Jahren	SFZ Halle Nord	Simone Dey

Die Abteilung erhebt einen Sonderbeitrag von 8,00 Euro/montalich für Kinder.

Klettertraining: nur für Mitglieder mit einer Mitgliedschaft in der Abteilung Klettern.

In den Sommerferien findet kein Klettertraining statt!

Ringen

Abteilungsleitung: Rudolf Schneider, Telefon: 089-847975

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Dienstag	17.00 - 18.30	Schüler 6-14 Jahre	SFZ	Michael Zacherl
	18.30 - 20.30	Jugend ab 15 Jahre und Senioren	SFZ	Rudolf Schneider
Freitag	17.00 - 18.30	Schüler 6-14 Jahre	SFZ	Michael Zacherl
	18.30 - 20.30	Jugend ab 15 Jahre und Senioren	SFZ	Rudolf Schneider

KiSS – Kindersportschule 2018/19

Abteilungsleitung: Eva Schmidt, Telefon: 089-3090417-14

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	15:00 – 16:00	KiSS 2a JG 2012/2013	SFZ Gymnasitkraum 1. OG	Florian
	15:00 – 16:00	KiSS 1a JG 2014/2015	SFZ Halle Nord	Fatma
	16:00 – 17:00	KiSS 1b JG 2014/2015	SFZ Halle Nord	Fatma
	16:00 – 17:00	KiSS 2b JG 2012/2013	SFZ Halle Mitte	Sophie
	17:00 – 18:00	KiSS 3a JG 2010/2011	SFZ Halle Nord	Sophie
Dienstag	15:00 – 16:00	Mini a JG 2015/2016	SFZ Halle Süd	Eva
	15:00 - 16:00	KiSS 2c JG 2012/2013	SFZ Halle Mitte	Memis
	16:00 - 17:00	KiSS 1c JG 2014/2015	SFZ Halle Süd	Fatma
	17:00 – 18:00	KiSS 1g JG 2014/2015	SFZ Halle Süd	Fatma
	17:00 - 18:00	KiSS 3b JG 2010/2011	QUZ	Flo
	17:00 - 19:00	KiSS 4 JG 2008/2009	QUZ	Eva
Mittwoch	15:00 – 16:00	KiSS 1d JG 2014/2015	SFZ Halle Mitte	Eva
	15:00 – 16:00	KiSS 2d JG 2012/2013	SFZ Halle Nord	Flo
	16:00 – 17:00	KiSS 1e JG 2014/2015	SFZ Halle Mitte	Fatma
	16:00 – 17:00	KiSS 2e JG 2012/2013	SFZ Halle Nord	Memis
Donnerstag	16:00 – 17:00	Mini b JG 2015/2016	SFZ Halle Süd	Eva
	16:00 - 17:00	KiSS 2f JG 2012/2013	SFZ Halle Mitte	Memis
	17:00 – 18:00	KiSS 2g JG 2012/2013	SFZ Halle Mitte	Memis
	17:00 – 18:00	KiSS 1h JG 2014/2015	SFZ Halle Süd	Eva
	17:00 – 18:00	KiSS 3c JG 2010/2011	QUZ	Sophie

Neumitglieder können sich per Email: kiss@esv-neuaubing.de erkundigen

Altersstruktur in den Gruppen:

Bezeichnung:	Jahrgang:		Bezeichnung	Jahrgang
Mini-KiSS a, b	2015/16		KiSS 1 a, b, c, d, e, f, g	2014/15
KiSS 2 a, b, c, d, e, f, g	2012/13		KiSS 3 a, b, c	2010/11
KiSS 4 a	2008/09			

Das KiSS-Jahr richtet sich nach dem regulären Schuljahr, das heißt während der Schulferien oder an schulfreien Tagen findet kein KiSS-Unterricht statt.

Kraft und Fitness

Abteilungsleitung: Florian Rädler, Telefon: 089-3090417-19

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag - Freitag	08.00 - 12.00 und 16:00 - 22:00	allgem. Fitnesstraining	SFZ/KR	wechselnde Übungsleiter
Samstag (Sommer)	10.00 - 13.00	allgem. Fitnesstraining	SFZ/KR	Markus Brücklmeier
Samstag (Winter)	15.00 - 18.00	allgem. Fitnesstraining	SFZ/KR	Markus Brücklmeier
Sonntag (Sommer und Winter)	10.00 - 12.00	allgem. Fitnesstraining	SFZ/KR	Rolf Bigge
Sonntag (Winter)	15.00 - 18.00 (zusätzlich)	allgem. Fitnesstraining	SFZ/KR	Markus Brücklmeier

KURSE der Kraft und Fitnessabteilung

Abteilungsleitung: Florian Rädler, Telefon: 089-3090417-19

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	10:00 – 10:30	Fit in die Woche	SFZ/Halle Süd	Florian Rädler
Montag	18:00 – 18:30	Bauchexpress	SFZ/kl.Sporth.	Florian Rädler
Dienstag	10:00 – 10:30	Stretchexpress	SFZ/ kl.Sporth.	Florian Rädler
Dienstag	19:00 – 21:00	Athletik-Training	SFZ/gr. KR	Rolf Bigge
Mittwoch	11:00 – 11:30	Stretchexpress	SFZ/Halle Süd	Florian Rädler
Mittwoch	18:15 – 18:45	maxxF – maximale Fitness	SFZ/kl. KR	Markus Maucher
Donnerstag	09:00 – 09:50	Bodypower - Ganzkörper	SFZ/Ballettsaal	Isa Bakirman-G.
Donnerstag	10:00 – 10:50	Bodypower - Ganzkörper	SFZ/ Ballettsaal	Isa Bakirman-G.
Donnerstag	11:00 – 11:30	Stretchexpress	SFZ/ kl.Sporth.	Florian Rädler
Donnerstag	20:30 – 22:00	Kraftausdauerzirkel	SFZ/kl. KR	Roland Leitermann
Freitag	10:30 – 11:00	Fit ins Wochenende	SFZ/ kl.Sporth.	Florian Rädler

In den Schulferien findet der Trainingsbetrieb wie gewohnt statt!

Die Abteilung erhebt einen Sonderbeitrag von 10,90 Euro monatlich zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag!

Sommermonate: 01. April bis 30. September / Wintermonate: 01. Oktober bis 31. März.

Vor dem ersten Besuch, bitte telefonisch unter (089)3090417-19 einen Termin für ein Probetraining vereinbaren. Ohne Einweisung ist kein Training an Geräten möglich.

Leichtathletik

Abteilungsleitung: Karl Mandl, Telefon: 089-838498

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	19.00	Lauftreff f. Anfänger und Fortgeschrittene aller Laufstärken	SFZ / Haupteingang	Dieter + Johanna Pr.-Mitterer
Dienstag	17.10 - 18.10	Kinderleichtathletik 6-8 Jahre	WIE	Petra Schweikert
	18.15 - 19.15	Kinderleichtathletik 9-13 Jahre	WIE	Florian Rädler
Mittwoch	19.00 - 20.00	Lauftreff f. Anfänger und Fortgeschrittene aller Laufstärken	SFZ / Haupteingang	Dieter + Johanna Pr.-Mitterer
Donnerstag	10.00	Lauftreff f. Anfänger und Fortgeschrittene aller Laufstärken	SFZ / Haupteingang	Herma Klingenhöfer + Herbert Ertl

Nordic Walking

Abteilungsleitung: Karl Mandl, Telefon: 089-838498

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	19.00	Nordic Walking (Okt.-März)	Karls gymnasium am Stadtpark 21	Petra Labandowsky
		Nordic Walking (April-Sept.)	Lochhausen Ziegeleistr. Aubinger Lohe	
Mittwoch	19:00	Nordic Walking (Okt.-März)	Karls gymnasium am Stadtpark 21	Petra Labandowsky
		Nordic Walking (April-Sept.)	Lochhausen Ziegeleistr. Aubinger Lohe	
Freitag	14.30	Nordic Walking (Sep.-März)	Lochhausen Ziegeleistr. Aubinger Lohe	Lieselotte Nastoll
	16.00	Nordic Walking (April-August)	Lochhausen Ziegeleistr. Aubinger Lohe	Lieselotte Nastoll

Taekwondo

Abteilungsleitung: Helmut Urban, Telefon: 089-892600

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	16.00 - 17.00	Kinder-Anfängerkurs	SFZ/GS	Liane Urban
	17.00 - 18.00	Kinder-Fortgeschrittenenkurs	SFZ/GS	Liane Urban
	18.00 - 19.00	Erwachsene-Anfängerkurs - GT*	SFZ/GS	Liane Urban
	19.00 - 20.15	Jugendleistungskurs	SFZ/GS	Werner Vogt
	20.15 - 22.00	Erwachsene Leistungskurs - GT*	SFZ/GS	Helmut Urban
Mittwoch	17.00 - 18.00	Kinder-Anfängerkurs	SFZ/GS	Kolja Prothmann
	18.00 - 19.00	Jugendkurs	SFZ/GS	Kolja Prothmann
	19.00 - 20.15	Leistungskurs-Jugend- Erwachsene	SFZ/GS	Anna Urban
	20.15- 22.00	Erwachsene Leistungskurs - KT*	SFZ/GS	Andreas Hundt
Freitag	16.00 - 17.00	"Little Tigers" und Kinder- Fortgeschrittenenkurs	SFZ/GS	Margarete & Thomas Überfuhr
	17.00 - 18.00	Jugendkurs	SFZ/GS	Margarete & Thomas Überfuhr
	18.00 - 19.00	Erwachsene-Anfängerkurs und Erwachsene-Breitensport-GT*	SFZ/GS	Margarete & Thomas Überfuhr
	19.00 - 20.15	Leistungskurs Jugend- Erwachsene	SFZ/GS	Anna Urban
	20.15 - 22.00	Erwachsene-Leistungskurs - KT*	SFZ/GS	Andreas Hundt

Kein Kindertraining in den Schulferien! Der Kurs Jugendliche-Erwachsene findet in den Sommerferien gesammelt von 19:00 – 21:00 Uhr statt!

GT* = Grundtechnik / KT* = Kampftechnik

Die Abteilung erhebt einen Sonderbeitrag von 14,50 Euro monatlich zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag!

Tanzsport

Abteilungsleitung: Rainer Abel

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	19.30 - 22.00	Deutsches Tanzsportabzeichen Standard u. Latein (DTSA Stufe 2 + 3) silber u. gold	SFZ/BS	Rainer Abel
Donnerstag	20.00 - 21.30	Deutsches Tanzsportabzeichen Standard u. Latein (DTSA Stufe 1) bronze	SFZ/BS	Andrea und Klaus Schmid
Freitag	20.00 - 22.30	allgem. freies Training für alle	SFZ/BS	ohne ÜL

Der Erwerb des Deutschen Tanzsportabzeichens, gemäß den Richtlinien des DTV, wird den Teilnehmern ermöglicht.

Die Abteilung erhebt einen Sonderbeitrag von 8,00 Euro monatlich zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag!

Tennis

Abteilungsleitung: Dominik Quaiser; Jugendleitung: Andreas Feick Tel.: 0177-7055548

Adresse Tennisanlage: Centa-Hafenbrädl-Str. 8; 81249 München, Telefonnummer Tennisanlage: 089-8713366

Spielzeit ist nur in den Sommermonaten von Mai bis September (nach Witterung)!
Täglich ab 7.00 Uhr für alle Mitglieder und Gäste

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Trainer
täglich	ab 07:00	Mitglieder und Gäste	gesamte Anlage	
Dienstag	18:00 - 20:00	Herren I	Platz 4 + 5	Leo Kick
	18:00 - 20:00	Herren II	Platz 2 + 3	Andi Hartig
Mittwoch	18:00 - 20:00	Herren 30 I	Platz 4 + 5	Markus Geiger
	18:00 - 20:00	Herren 30 II	Platz 6	Wolfgang Erlwein
	18:00 - 20:00	Herren III	Platz 2 + 3	Francesco di Fiore
Donnerstag	18:00 - 20:00	Herren IV	Platz 7 + 8	Thomas Wohlschlager
	18:00 - 20:00	Herren 55	Platz 4 + 5	Rudolf Quaiser
	19:00 - 21:00	Damen	Platz 2 + 3	Flo Hintereicher / Sabine Dürr
Freitag	14.00 - 20.00	Junioren/Innen	Platz 2 + 3	Dominique Schütte
	17:00 - 19:00	Wiggerls Treff	Platz 7 + 8 + 9	Ludwig Niedermeier
	18:30 - 20:30	Breitensport	Platz 7 + 8 + 9	Leo Kick
	16:00 - 17:00	Ballschule	Platz 1	Flo Hintereicher
Samstag	10:00 - 14:00	Bambini	Platz 1 + 2 + 3	Dominique Schütte

Hinweis: Im Winter findet das Ballschultraining für die Kids (3-7 Jahre) bei Flo Hintereicher in der Halle am Ravensburger Ring (Grundschule am Ravensburger Ring 37) am Westkreuz statt.

Die Platzmiete für Gastspieler beträgt 14,- Euro je Platz und Stunde und 7,- Euro je Spieler und Stunde. Die Abteilung erhebt einen jährlichen Sonderbeitrag von 80,00 Euro für Erwachsene und 140,00 Euro pro Paar zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag

Info zu unseren 10er-Karten:

Die 10-er Karte kostet 130,00 Euro. Damit kann der Inhaber 10x einen ganzen Platz anmieten oder 20x spielen, wenn er beispielsweise immer mit einem Mitglied spielt (da in diesem Falle „nur“ die halbe Platzmiete zu entrichten ist). Der Kunde muss aber in jedem Fall das [beigefügte Anmeldeformular](#) ausfüllen. Im Anschluss wird dann seine Namenskarte im Buchungssystem aktiviert. Falls Sie Rückfragen haben, können Sie gerne eine Email an uns senden: neuaubing.tennis@gmail.com

Turnen

Abteilungsleitung: Marga Solleder, Telefon: 089-8562236

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	16.00 - 18.00	Training der F- C Schülerinnen (ab 6 J.) Leistungsturnen	SFZ	Marga Solleder
	18.00 - 20.00	Training der Jugendlichen u. Erwachsenen Leistungsturnen	SFZ	Marga Solleder
Mittwoch	17.00 - 18.30	Geräteturnen allgemein 5 - 14 Jahren	WIE	Marga Solleder
	18.30 - 20.00	Geräteturnen allgemein ab 14 Jahren	WIE	Marga Solleder
	18.30 - 20.00	Leistungsturnen - alle Gruppen	WIE	Marga Solleder
Freitag	15.30 - 17.30	Training der F- C Schülerinnen (ab 6 J.) Leistungsturnen	SFZ	Marga Solleder
	17.30 - 20.00	Training der Jugendlichen u. Erwachsenen Leistungsturnen	SFZ	Marga Solleder

Bei Interesse am Kinderturnen, bitte telefonische Terminabsprache mit Marga Solleder

Tischtennis

Abteilungsleitung: Rudolf Böffgen

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Dienstag	17:30 - 19:00	Jugend	SFZ/TT	Felix/Hannah/Julia
	19:00 - 22:00	Erwachsenentraining (Freies Spiel)	SFZ/TT	kein ÜL
Donnerstag	17:30 - 19:00	Jugend	SFZ/TT	Felix/Hannah/Julia
	19:00 - 22:00	Erwachsenentraining (freies Spiel)	SFZ/TT	kein ÜL
Samstag	13:15 - 14:45	Jugend	SFZ/TT	Hannah/Julia

In den Schulferien findet der Trainingsbetrieb statt!

Die Abteilung erhebt einen Sonderbeitrag von 5,00 Euro monatlich zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag!

Volleyball

Abteilungsleitung: Florian Leitner, Jugendtrainerin: Hannah Sperl, Telefon: 089-3090417-14

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	17:30 – 19:00	Mädchen (JG 2003-2005) U14, U16,	QUZ	Nele
	17:30 – 19:00	Mädchen (bis JG 2006) U12, U13	QUZ	Irmi
	19:00 – 20:30	Frauen / Männer (ab JG 2002) U18, U20	QUZ	Christo
Dienstag	20:00 - 22:00	Freizeitmansschaft "Kaboom" (sehr Fortgeschrittene)	SFZ/Halle Nord	Markus Eisenmann
	20:30 - 22:00	Freizeitmansschaft "Aubing Allstars" (Fortgeschrittene)	SFZ/Halle Mitte	Markus Eisenmann
Donnerstag	17:00– 19:00	Mädchen (bis JG 2006) U12, U13, U14	RAV	Irmi
Freitag	17:00 - 19:00	Frauen / Männer (ab JG 2002) U18, U20	QUZ	Christo
	17:00 - 19:00	Mädchen (JG 2003 -2005) U16,	QUZ	Nele
	20:30 - 22:00	Freizeitmansschaft (Fortgeschrittene)	SFZ	Michi Scherello

Die Abteilung erhebt einen Sonderbeitrag von: monatlich 2,50 Euro für Erwachsene und 3,00 Euro monatlich für Kinder, zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag!

Abkürzungen unserer eigenen bzw. angemieteten Sportstätten

SFZ Sport- und Freizeitzentrum des ESV Neuaubing, Papinstrasse 22, 81249 München

DFH – Dreifachhalle EG

GS – Gymnastikhalle 1. OG,

BS – Ballettsaal 1, OG

LLZ - Landesleistungszentrum für Gewichtheben

KR - Kraftraum 1. UG

KI. SH - kleine Sporthalle, 1. UG

KB – Kegelbahn 1. UG

FB - Fußballplatz

BBZ Berufsbildungszentrum, Bergsonstrasse 109, Langwied

EBG Elsa-Brandström-Gymnasium, Ebenböckstrasse 1, Pasing

LIM Grundschule an der Limeschule, Limesstrasse 38, 81243 München

RAV Grundschule am Ravensburger Ring, Ravensburger Ring 37, 81243 München

WIE Mittelschule an der Wiesentfelser Strasse, Wiesentfelser Str. 53, 81249 München

PES Grund- und Hauptschule, Peslmüllerstr. 6, 81243 München

OUZ Quartierszentrum an der Gustl-Bayerhammer-Str. 21, 81249 München

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite: www.esv-neuaubing.de.

per E-Mail unter: info@esv-neuaubing.de oder

telefonisch in der Geschäftsstelle unter: 089-30 90 417-0.

Kursangebot

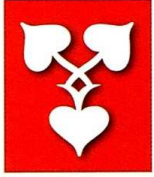
Gesundheit-/Freizeitsport

Koordination: Geschäftsstelle, Telefon: 089-3090417-0

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	10:00 – 10:45	Pilates (Kursangebot Anmeldung in der Geschäftsstelle)	SFZ/BS	Ingrid Maushart
Dienstag	18:15 – 19:45	Yoga (Kursangebot - Anmeldung in der Geschäftsstelle)	SFZ/ kl. Sporthalle 1. UG	Sabine Sengewald
	18:45 – 19:30	Pilates (Kursangebot - Anmeldung in der Geschäftsstelle)	SFZ/BS	Annett Stroner
	19:45 – 21:15	Qigong (Kursangebot - Anmeldung in der Geschäftsstelle)	SFZ/BS	Peter Blomeyer
Mittwoch	10:15 – 11:45	Qigong (Kursangebot - Anmeldung in der Geschäftsstelle)	SFZ/ kl. Sporthalle 1. UG	Peter Blomeyer
	19:45 – 21:15	Qigong (Kursangebot - Anmeldung in der Geschäftsstelle)	SFZ/BS	Peter Blomeyer
	20:10 – 21:00	Pilates (Kursangebot - Anmeldung in der Geschäftsstelle)	RAV	Tina Berzl
Donnerstag	19:30 – 20:30	Bodystyle (Kursangebot - Anmeldung in der Geschäftsstelle)	SFZ/Halle Nord	Isa Bakirman-Goethe

Alle Kursangebote können telefonisch oder per Email in der Geschäftsstelle oder auf unserer Internetseite: <https://www.esv-neuaubing.de/service/kurse-camps> gebucht werden.

**Bitte beachten Sie, dass während eines laufenden Kurses
„kein Schnuppertraining“ möglich ist!**



Abkürzungen unserer eigenen bzw. angemieteten Sportstätten

SFZ Sport- und Freizeitzentrum des ESV Neuaubing, Papinstrasse 22, 81249 München

DFH – Dreifachhalle EG
GS – Gymnastikhalle 1. OG,
BS – Ballettsaal 1, OG
LLZ - Landesleistungszentrum für Gewichtheben
KR - Kraftraum 1. UG
KI. SH - kleine Sporthalle, 1. UG
KB – Kegelbahn 1. UG
FB - Fußballplatz

BBZ Berufsbildungszentrum, Bergsonstrasse 109, Langwied

EBG Elsa-Brandström-Gymnasium, Ebenböckstrasse 1, Pasing

LIM Grundschule an der Limeschule, Limesstrasse 38, 81243 München

RAV Grundschule am Ravensburger Ring, Ravensburger Ring 37, 81243 München

WIE Mittelschule an der Wiesentfelser Strasse, Wiesentfelser Str. 53, 81249 München

PES Grund- und Hauptschule, Peslmüllerstr. 6, 81243 München

OUZ Quartierszentrum an der Gustl-Bayerhammer-Str. 21, 81249 München

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite: www.esv-neuaubing.de,
per E-Mail unter: info@esv-neuaubing.de oder
telefonisch in der Geschäftsstelle unter: 089-30 90 417-0.

*Kommen Sie doch einfach mal auf ein Schnuppertraining bei uns vorbei.
Das Präsidium sowie das gesamte ESV Neuaubing-Team
freut sich auf Ihren Besuch!*

Stand: Nov. 2018