

Sport & Freizeit

Vereinsorgan des ESV Sportfreunde München-Neuaubing e.V.



Ausgabe 1/2016

40 Jahre Tanzsport im ESV Neuaubing



Impressum

Inhaber und Verleger:
ESV Sportfreunde
München-Neuaubing e.V.

Geschäftsstelle:
Papinstr. 22
81249 München
Tel.: (089) 3090417-0,
Fax: (089) 3090417-29
E-mail: info@esv-neuaubing.de
www.esv-neuaubing.de

Schalterzeiten:

Mo. - Do. 09.00 - 12.00 Uhr
Fr. 09.00 - 11.00 Uhr
Do. 17.00 - 19.30 Uhr
während der Schulferien kein
Abenddienst

Präsidium:

Präsident Harald Burger
Vizepräsident Gerhard Höfle
Vizepräsident Christian Brey
Vizepräsidentin Monika Plass
Vizepräsident Christoph Stadler

Geschäftsstellenleitung:

Markus Maucher

Redaktion, Anzeigen:

Erika Hüller (verantwortlich)

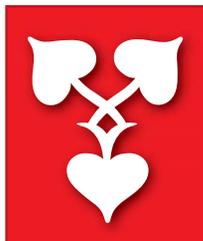
Titelbild: Abteilung Tanzsport

Erscheinungsweise: viermal jährlich
Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag
enthalten.

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit
Genehmigung des verantwortlichen
Redakteurs. Sämtliche Artikel stellen die
Meinung des Verfassers dar, geben
jedoch nicht unbedingt die Meinung des
Verlegers wieder.

Gesamtherstellung:

PIXELCOLOR Hartmut Baier
Forstenrieder Str. 2a · 82061 Neuried
Tel. (089) 7855049 · Fax (089) 7855977
esv@pixelcolor.de · www.pixelcolor.de



ESV SPORTFREUNDE MÜNCHEN-NEUAUBING e.V.

BADMINTON · BERGSPO RT · FECHTEN · FIT PLUS 60 · FREIZEITSPORT · FUSSBALL · GESUND-
HEITSSPORT · GEWICHTHEBEN · KLETTERN · KRAFT & FITNESS · LEICHTATHLETIK · RINGEN ·
SKISPORT · TAEKWONDO · TANZSPORT · TENNIS · TISCHTENNIS · TURNEN · VOLLEYBALL

Inhalt	Seite
Präsidium / Geschäftsstelle	3
Berg- und Skisport	4
Fit Plus 60	5
Freizeit- / Gesundheitssport	9
Fußball	12
Gewichtheben	13
Judo	15
Karate	16
Kegeln	18
KiSS – Kindersportschule	19
Leichtathletik	20
Taekwondo	21
Tanzsport	23
Tennis	25
Tischtennis	27
Turnen	29
Volleyball	32

GÄSSL-SANITÄR GmbH

ROBERT GÄSSL

Angerlohstraße 15 · 80997 München

Telefon 089/8 12 12 26 · Fax 089/892 92 26 · Mobil 0171/651 51 49

IHR Meisterbetrieb im Sanitärbereich:

3D-Badplanung - Neu-/Umbauten sowie Renovierungen

Gas-Wasser-Installation - elektrische Rohrreinigung

Kundendienst und Heizungsarbeiten





Vorstellung des Wirtschafts- und Verwaltungsrats des ESV Neuaubing

Am Donnerstag, 08.10.2015, hat die konstituierende Sitzung der neu berufenen Mitglieder des Wirtschafts- und Verwaltungsrats (WuVR) stattgefunden. Aus ihrer Mitte haben die 12 Mitglieder Herrn Norbert Stellmach, unseren Ehrenpräsidenten, zum erneuten Vorsitzenden des Gremiums gewählt.

Die Aufgaben des Wirtschafts- und Verwaltungsrates sind:

- a) die sachkundige Beratung in wirtschaftlichen und verwaltungstechnischen Belangen
- b) die tatkräftige Unterstützung bei Behörden und Institutionen von Politik und Wirtschaft.

Im Folgenden unsere WuVR-Mitglieder im Überblick:



Name: **Norbert Stellmach**
 Funktion: Vorsitzender des Wirtschafts- und Verwaltungsrats, Seniorenbeirat LH München (22. Stadtbezirk)



Name: **Sebastian Kriesel**
 Funktion: Vorsitzender des Bezirksausschuss 22 Aubing-Lochhausen-Langwied
 Partei: CSU



Name: **Nicole Wilde**
 Funktion: Abteilungsleiterin Judo



Name: **Jens Klausch**
 Funktion: Abteilungsleiter Berg- & Skisport, Technischer Leiter ESV Sportalm, Skilehrer



Name: **Dr. Otmar Bernhard**
 Funktion: Staatsminister a.D., Mitglied des Bayerischen Landtags
 Partei: CSU



Name: **Sven Wackermann**
 Funktion: Mitglied des Bezirksausschusses Pasing-Obermenzing, Badminton-Abteilung
 Partei: CSU



Name: **Dagmar Mosch**
 Funktion: Mitglied im BA 22, Zusammenarbeit mit Trainern für sportliche Aktivitäten des ESV für Flüchtlings-Unterkünfte im 22. Stadtbezirk
 Partei: B'90/Die Grünen



Name: **Christian Müller**
 Funktion: Stadtrat
 Partei: SPD



Name: **Robert Merz**
 Funktion: Gebietsverkaufsleiter der Hacker-Pschorr Bräu GmbH, Dipl.-Kaufmann Univ.



Name: **Olaf Butterbrod**
 Funktion: Journalist, Trainer der 1. und 2. Herren-Fußballmannschaft des ESV Neuaubing



Name: **Johann Sauerer**
 Funktion: Mitglied im Bezirksausschuss Aubing-Lochhausen-Langwied; Stadtrat
 Partei: CSU



Name: **Günther Schmauß**
 Funktion: Ass. Jur., Dipl. Sc. Pol. Univ., C-, B-, A-Trainer Kraft & Fitness (DOSB / BGKV)
 Partei: SPD



Wir trauern um **Hans Gollong**, langjähriges Mitglied unseres Vereins und seit 2012 auch Ehrenmitglied des ESV. Sein jahrzehntelanges ehrenamtliches Engagement verdient unsere volle Bewunderung. Wir werden ihm ein ehrendes Andenken bewahren. Unser Mitgefühl gilt seiner Familie, seinen Verwandten und Freunden.

Außerdem müssen wir Abschied nehmen von **Erich Weinberger**, unserem langjährigen Kameraden und Weggefährten.

Erich war stets hilfsbereit, brachte seine handwerklichen Fähigkeiten ein und stand dem Verein viele Jahre als Hauswart und Wochenendschließdienst zur Seite. Die Wartung und Pflege der Kegelbahn war sein Hoheitsgebiet, wofür wir ihm sehr dankbar sind. Wir werden Erich Weinberger nicht vergessen und auch ihm stets ein ehrendes Andenken bewahren.



Liebe Bergsportfreunde,

das Jahr 2016 hat wieder mit unseren Skikursen am Spitzingsee begonnen. Die vielen Busse starteten wie gewohnt jeden Samstag in unser Skigebiet. Auch findet ab dem 11.03. unser **Jugendwochenende** der Bergsportjugend auf der ESV Sportalm statt. Die **alpine Vereinsmeisterschaft** wird ebenfalls im März in Bad Wiessee ausgetragen. Die Berichte über die Aktivitäten werden dann in der nächsten Ausgabe der Vereinszeitung zu finden sein.

Weiter möchte ich darauf hinweisen, dass wir nun eine eigene Homepage in der Bergsportabteilung haben. Hier sind auch die Internetseiten der **Skischule** und der **Rennmannschaft** verlinkt. Ich würde mich freuen, wenn Ihr mal reinschaut, denn die aktuellen Berichte und Aktivitäten sind hier natürlich zeitnah eingestellt.

Geländegarten für unsere Kleinsten

Anfang Januar wurde wieder hinter unserer Hütte der sogenannte **»Geländegarten«** für unsere Ski-Kinder präpariert und angelegt. Auf Grund der »Schneeknappheit« wurde improvisiert und gewerkelt, um den Kleinsten rechtzeitig zum Start der Winter-MuKi-Wochen und der Skikurse einen befahrbaren Geländegarten präsentieren zu können. Wie immer hat es geklappt, mit viel Spaß und Kraft-

Gerne kann diese Homepage auch als **»digitaler Skiflohmarkt«** verwendet werden. Wenn Ihr Sachen zu verkaufen habt, so schickt mir einfach ein Foto und die Artikelangaben, natürlich stelle ich das dann sofort ein. Kontaktdaten stehen auf der Homepage.

Für sonstige Anregungen und Ideen könnt Ihr mich jederzeit kontaktieren. Weiter würde ich mich über **»Berichte und Artikel«** sehr freuen. Schreibt über den Skikurs oder über sonstige Erlebnisse in der Berg- und Skisportabteilung! **Füllt unsere Homepage mit »Leben«**. Vielen Dank

Ihr findet uns ab sofort unter: bergsport-esv.de

In diesem Sinne bis bald,

*Andreas Gschwendtner,
Pressewart*

anstrengung haben die freiwilligen Helfer mal wieder gezaubert und es selbstverständlich rechtzeitig hin bekommen. Nach getaner Arbeit gab es natürlich auch eine verdiente Stärkung auf der Sportalm.

Vielen Dank mal wieder an die vielen Helferlein, welche den Kinder das einmalige Erlebnis **»Geländegarten«** überhaupt ermöglichen.



KATHREINTANZ

Am 13. Nov. 2015 hatte die Spartenleitung zu unserem alljährlichen Kathreintanz eingeladen. Bis heute haben sich immer noch viele Bräuche erhalten, die am »Altweiberkirta« in Gemeinden und Pfarreien (insbes. auf dem Lande) gepflegt werden.

Mit Allerheiligen beginnt die besinnliche Jahreszeit. Aber zünftig wird noch einmal aufgespielt beim Kathreintanz, bevor am 25. Nov. das



Tanzverbot mit dem Spruch »Kathrein stellt den Tanz ein« eingeläutet wird.

Auch wir wollten den Nachmittag noch richtig genießen. Der »Live-Musiker Werner Eberl« hatte das passende musikalische Programm für uns aufgelegt. Unsere Tanzgruppe – unter der Leitung von Otti Jungbauer – führte schöne Tanzeinlagen vor und forderte die Anwesenden auf, auch mitzumachen. Es ging ein bißchen zäh, aber es hat sicher allen Spaß gemacht. Die 50 Mitglieder und Gäste verbrachten einen ausgesprochen netten Nachmittag in unserem Vereinslokal.



Gemeinsam unterwegs zum Pfliegersee

Unsere **ADVENTSAHRT** ist seit vielen Jahren sehr begehrt. Warum wohl? Weil sie immer einmalig ist.

Das Ausflugsziel dieser Tagesfahrt war der Pfliegersee bei Garmisch. Unsere Fahrt führte uns Richtung Weilheim. An dem kleinen **Dietlhofer See** wurde ein Zwischenstopp eingelegt – der es in sich hatte. Es gab Glühwein und Stollen, den wiederum unser Busfahrer, Herr Franz, spendierte.



Weiter ging es nach **Weilheim**. Dort konnte man die Kirche Mariä Himmelfahrt (ein kunstgeschichtlicher Frühbarockbau v. 1624) besuchen oder eben durch die idyllischen kleinen Gassen spazieren.

Unser nächstes Ziel war der **Pfliegersee**, den wenige von uns wirklich kannten. Hoch über Garmisch – idyllisch, inmitten des Kramer-Wandergebietes – liegt dieser wunderschöne Bergsee mit dem Berggasthof Pfliegersee.

Im der Berggaststätte haben wir das Mittagessen eingenommen,

anschließend war noch Zeit für einen kleinen Spaziergang. Bei Kaffee und Kuchen verbrachten wir gemeinsam unsere stimmungsvolle Adventsfeier. Es war ein traumhafter Tag, bei sehr schönem Wetter mit viel Sonne und blauem Himmel.



Nikolauskegeln mit anschließender Preisverleihung

Ein ganz besonderes Flair hat unser Vereinslokal seit dem Pächterwechsel. Schön, dass wir unsere kleinen Feiern wieder in gewohnter Umgebung abhalten können. Am 7.12.2015 fand unser Nikolauskegeln statt. Mit diesem Tag schließt unsere einjährige Kegelsaison mit den Bewertungen.

Bei unserem anschl. gemeinsamen Essen wurden die Siegerinnen u. Sieger bekannt gegeben:

Nikolauskegeln

Damen: **1. Heidi Lange, 2. Anni Jokisch, 3. Rosi Paulus**

Herren: **1. Eugen Weller, 2. Albert Fischer, 3. Albert Schuster**

Ergebnis des Wertungskegeln

Siegerin bei den Damen war **Fini Feil**,

bei den Herren **Peter Schindler**.

Beim Gesellschaftskegeln waren die Besten:

Rosemarie Lehner bei den Damen und **Peter Schindler** bei den Herren.

Herzlichen Glückwunsch an alle Sieger und für die nächste Saison »Viel Holz«!



Nikolauskegeln, ja! **Aber wer war eigentlich der heilige Nikolaus** und wo liegen die Gebeine des Heiligen, der die Kinder am 6. Dezember beschenkt?

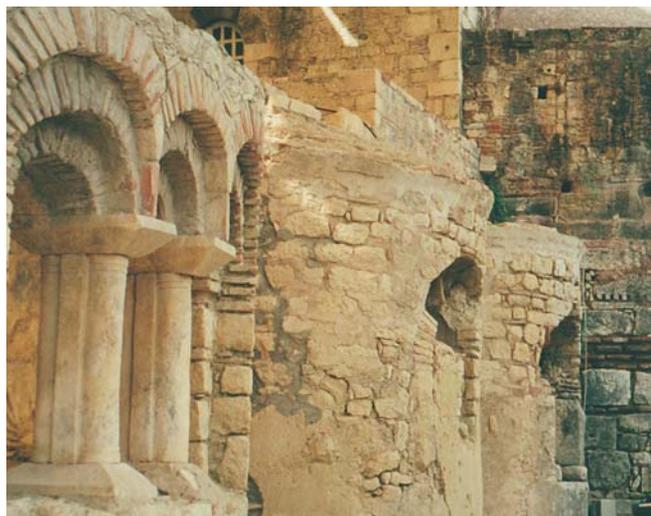
Erich Seidl wollte uns diesen interessanten Bericht (FAZ v. 3. Dez.) am Nikolaustag nicht vorenthalten und ich denke, viele von uns kannten diese Legende nicht.



Nikolaus war Bischof von Myra (Türkei). Ein großzügiger mutiger Mann, der schon nach seinem Tod als Wundertäter verehrt wurde. Als im 11. Jahrhundert die Seldschuken ins oströmische Reich einfielen, um Myra zu erobern, wollten die Byzantiner die kostbare Reliquie nach Konstantinopel holen. Bareser Kaufleute brachten in einer Nacht- u. Nebel-Aktion die Reliquie nach Bari.

Flugs wurde eine Basilika gebaut, ausgerechnet auf den Mauern des ehemaligen Palastes des Stadthalters von Byzanz, den die Normannen aus Bari vertrieben hatten. Mit den Normannen wurde Bari katholisch. Bis heute ruhen die Gebeine in der Hallenkrypta von Sankt Nikolaus.

Eine eindrucksvolle Geschichte die man sich schon merken sollte. Bei bester Stimmung klang auch dieser schöne Nachmittag aus.



Weihnachtsfeier zum Ausklang des Jahres

Jeder erlebt **Weihnachten** anders – und doch haben die letzten Wochen des Jahres für die meisten eines gemeinsam: »Sie sind eine ganz besonders hektische Zeit!« Am 11.12.2015 fand in der sehr **schön weihnachtlich geschmückten Vereinsgaststätte unsere Weihnachtsfeier** statt. Mit mehr als 60 Besuchern war dies wirklich sehr erfreulich.

Erich Seidl begrüßte alle anwesenden Sportfreunde und Gäste sehr herzlich. Nach einer Musikeinlage durch die Stub'nmusi folgte die Ansprache unseres Spartenleiters.



In seiner Rede erinnerte er uns – insbesondere die ältere Generation – auf das Leben zurückzuschauen und uns zu fragen: Welche Ereignisse, Entscheidungen und Umstände haben sich prägend auf uns eingewirkt? Haben wir bemerkt, ob es oft nur Kleinigkeiten oder Nebensächlichkeiten waren? Erst sehr viel später war die Bedeutsamkeit erkennbar.

Danach wurden **Weihnachtsgeschichten** vorgelesen; **Rosemarie Völker** erfreute uns mit **Operettenliedern**. Im Anschluss der Sketch »**Endlich Weihnachten**« – exzellent vorgetragen von **Marianne, Peter und Armin**.

Dann kam der **Nikolaus**. Seine Botschaften und Geschichten waren geprägt von der »Menschlichkeit, die nie verloren gehen darf«. Aber er hatte auch noch **Geschenke** dabei, die er für gute Taten verteilte.



Bei Musik, Gesang und gemütlicher Unterhaltung klang die eindrucksvolle und sehr schöne Feier zum Jahresabschluss aus.





»Fit plus 60« gratuliert

sehr herzlich den Spartenmitgliedern, die ihren »Runden Geburtstag« im letzten Quartal 2015 feiern konnten. Die Glückwünsche gingen an sieben Jubilare – davon haben es nur drei geschafft, an unserem Geburtstags-Stammtisch teilzunehmen.

Gefreut hat uns, dass **Sonja Holzhauser, Ingeborg Schneider und Hannelore Dosch** noch nachträglich ihren Geburtstag mit uns gefeiert haben.

Wir sangen den Jubilarinnen noch ein Geburtstagsständchen; Peter Schindler erfreute alle noch mit ein paar witzigen Anekdoten. Bei Kaffee und Kuchen und guter Unterhaltung ging die Zeit schnell vorbei. Ein altes asiatisches Sprichwort sagt: **»Reichtum ist viel, Zufriedenheit ist mehr, Gesundheit ist alles«**

In diesem Sinne wünschen wir allen Jubilaren noch viel Glück und Freude für die kommenden Jahre.



»Es lebe der Sport«

Faschingskegeln am Rosenmontag



Gut, was den **Karneval** betrifft, liegt Köln vielleicht vor **München**. Das könnte aber auch daran liegen, dass hier nun mal **Fasching** gefeiert wird. Ehrensache für jeden von der Sparte, diesmal am Rosenmontag, beim Faschingskampf dabei zu sein.

Sehr ehrgeizig - aber auch mit viel Humor und Freude – wurde an den Bahnen geschoben. Nach drei Stunden war endlich eine Entscheidung gefallen.

Thekla Dahlhaus und Eugen Weller konnten unter Beifall die Siegerurkunde in Empfang nehmen. Aber auch die Plätze 2 + 3 waren bestens besetzt: **2. Afra Arnreiter, 3. Frieda Hobbiebrunken**; bei den Herren: **2. Johann Petermaier, 3. Albert Fischer**.

Den krönenden Abschluss bildeten – passend zur närrischen Zeit – frische Krapfen mit Kaffee, die in der Vereinsgaststätte serviert wurden.

Der ausgelassenen Faschingszeit folgen nun 40 Fastentage, eingeleitet am Aschermittwoch, an dem Fisch statt Fleisch gegessen wird und an dem angeblich »alles vorbei« ist. Der auch symbolische Abschied vom Fleisch soll helfen, sich auf das geistige Leben zu besinnen.

Na, ein Versuch wäre es doch wert !

Berichte: H. Lange



Wir möchten einfach

»DANK«

sagen, **liebe Marianne Vogl**, für die Organisationen der Feiern und Fahrten. Wir wissen, dass es nicht immer einfach ist, alles unter einen Hut zu bringen.

Du machst es aber wirklich in jeder Hinsicht perfekt.

Dank auch an jene, die dich unterstützen, insbesondere Fini Feil und Johann Petermaier.



American Football-Training geht weiter im April



Seit Dezember 2015 bieten die Sportfreunde Neuaubing American Football im Rahmen der Abteilung Freizeitsport an. American Football findet jeden Sonntag von 9 – 11 Uhr im Sport- und Freizeitzentrum an der Papinstraße statt. In verschiedenen Trainingsgruppen können Kinder und Jugendliche im Alter von 9 – 18 Jahren teilnehmen. »Mit Dan Billadeau haben wir einen erfahrenen und engagierten Trainer mit ins Boot geholt«, erklärt Andrea Moosmüller, die organisatorisch für den Bereich Freizeit- und Gesundheitssport beim ESV Neuaubing tätig ist. »Wir sind froh, dass wir eine weitere Sportart im ESV Neuaubing anbieten können und unser Angebot vor allem für Kinder und Jugendliche ausweiten«, erklärt Andrea Moosmüller. Mittlerweile hat sich eine kleine, stetig wachsende Trainingsgruppe gebildet. Dan Billadeau weiß, dass es eine

Weile dauern kann bis sich eine Randsportart wie American Football in deutschen Vereinen etabliert. Die vergangenen Wochen haben jedoch zunehmendes Interesse der Teilnehmer gezeigt und der Trainer Dan Billadeau ist zuversichtlich, dass der ESV Neuaubing ein American Football Team auf die Beine stellen kann. Als Inspiration lud er am 24. Januar 2016 Frank Roser und einige erfahrene Quarterbacks in den ESV Neuaubing ein. Roser ist Trainer der bayerischen Juniorenauswahl und Quarterback Trainer der deutschen American Football Nationalmannschaft. Die ESV-Neulinge durften staunen und mitmachen, wie die erfahrenen Quarterbacks trainieren.

Im März pausiert American Football beim ESV. Im April geht es wieder mit dem regelmäßigen Training am Sonntag von 9 – 11 Uhr los. Eine weitere Trainingszeit unter der Woche ist ebenfalls in Planung und wird rechtzeitig auf der Internetseite des ESV Neuaubing bekannt gegeben. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Alle, die Lust haben, American Football einmal auszuprobieren, sind herzlich eingeladen! Bitte Schuhe für drinnen und draußen mitbringen. Aktuelle Informationen zu den Trainingszeiten auf der Internetseite des ESV Neuaubing unter www.esv-neuaubing.de.



Neues vom Faceplant Team



Jetzt kann die Parcours-Gruppe des ESV Neuaubing richtig durchstarten, denn dank dem Trainer hat die Gruppe jetzt einheitliche T-Shirts. So erkennt man nun immer, wer zu der coolen Mannschaft gehört. Natürlich wirkt das Auftreten der Gruppe jetzt etwas professioneller.

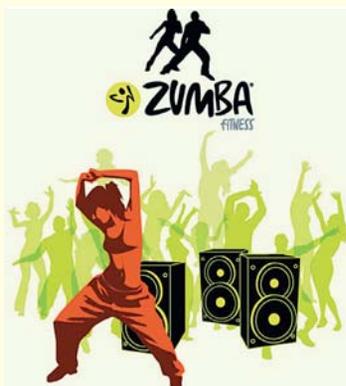
Dabei muss gleich der neue Fortschritt von Niklas angesprochen werden, er schafft jetzt den Frontflipp problemlos. Außerdem haben wir auch neuen Mädels-Zuwachs bekommen, zuerst hätte man ja denken können, dass Parcours ein reiner Jungssport sein muss, doch zum Glück haben wir jetzt noch drei weitere Mädchen dazu gewonnen, die genau das Gegenteil beweisen. Auch haben wir mittlerweile ein paar kleine Profis dabei, die auch so gut sind, dass sie schon zum Training der Erwachsenen und Fortgeschrittenen kommen dürfen. Damit die Gruppe einen besseren Überblick über ihre Fortschritte behält, werden ab und zu Videos gemacht, auf denen die neusten Tricks und Ideen festgehalten werden.

Bei der Schwarzlichtparty der langen Nacht des Sports im ESV wurde neben zahlreichen anderen Sportarten auch Parcours gemacht. Das alles im Schwarzlicht. Das war auch eine neue große Herausforderung für das Parcours-Team, dessen Mitglieder zahlreich erschienen sind, denn natürlich ist die Koordination und die Einschätzung des Sprungs im Dunklen, bei wenig Licht, nochmal etwas ganz anderes. Jedoch war das eine sehr coole Erfahrung und ein schönes Ereignis für alle. Auch bei der Organisation hat die Parcours-Gruppe sehr gut geholfen und somit auch zu einem reibungslosen Ablauf der Party beigetragen.

Pia Röder



ZUMBA – Und eine schöne Tradition



Auch im letzten Jahr haben wir der Leidenschaft für einen herzhaften Brunch nachgegeben und uns nach unserer ZUMBA-Stunde am Sonntag vor Heiligabend zu dem bereits traditionellen Weihnachtsfrühstück getroffen. Wie immer gab es ein riesiges Angebot an allem was eine Brotzeit so hergeben kann. Neben Honig aus eigener Herstellung, panierten Schnitzeln und selbstgemachten Pizzaröllchen sowie einer Mega-Auswahl an handgefertigten Plätzchen,

gab es vor allem viel zu erzählen, zu tratschen und zu lachen. Auch unser einziger männlicher Teilnehmer Olaf schien gut unterhalten von der quatschenden Frauenschar. Schon verrückt, wie so viele wunderbare und doch so verschiedene Frauen (und Männer) sich stundenlang über die vielfältigsten Themen unterhalten können. Zugegeben, die Richtung ist eher Exklusiv als Galileo, aber das Gläschen Sekt nach dem Sport soll seine Wirkung ja auch voll entfalten können. Ich möchte mich an dieser Stelle bei all den wundervollen Zumbinen und dem tapferen Zumbino für ein tolles Jahr voller Geschichten, Lachanfänge, Hüftwackler, Shakies, Jason Derulo und natürlich lateinamerikanischer Musik bedanken und hoffe, wir werden ein genauso schönes Jahr 2016 zusammen haben. Ich freue mich schon jetzt auf das Weihnachtsfrühstück mit Euch allen!

Und an alle, die auch gerne die Leckereien und vor allem die zuletzt aufgeführten Dinge wie Hüftwackler, Shakies und lateinamerikanische Musik ausprobieren wollen: Kommt gerne vorbei und tanzt Euch glücklich! Wir freuen uns auch über männliche Verstärkung. ZUMBA-Fitness wurde von einem Mann erfunden. Also liebe Männer, keine Ausreden, tanzen ist Spaß und Fitness für Jedermann! Ich freu mich auf Euch,

Eure Sandra



Trainingszeiten:

ZUMBA – Fitness:

Sonntags 10:00 – 11:00 Uhr Papinstr. 22 – Gymnastiksaal, 1. OG
Mittwoch 19:00 – 20:00 Uhr RAVensburger Ring Grundschule

ZUMBA – Stepp:

Freitags 18:30 – 19:20 Uhr in der Papinstr. 22 – Ballettsaal, 1. OG

Eine Probestunde ist kostenlos!





Yoga und ZUMBA – wie passt das zusammen?

Yoga praktiziere ich seit vielen Jahren, bin über 7 Jahre als Yogalehrerin tätig und seit einem Jahr gebe ich Kurse hier im ESV.



Im Yogaunterricht üben wir Gleichgewicht, Dehnungen, Kraft und Koordination. Durch bewusste Verbindung der Asanas (Körperübungen) mit der Atmung erfährt man schnell auch die sog. »geistige« Wirkung des Yoga: man wird gelassener, ausgeglichener, mental stabiler.

Für mich persönlich ist Yoga sehr wichtig, es macht mir große Freude und gibt mir sehr viel. In stressigen Zeiten ist es wie ein Lebenselixier, eine Oase der Ruhe und Energie – trotz oder gerade wegen der körperlichen Anstrengung.

Die positive Auswirkung auf die Gesundheit ist längst auch schon in Studien bewiesen, und in meinem Unterricht kann ich beobachten, wie schnell die Teilnehmer an körperlicher Stabilität und Flexibilität gewinnen.

Aus Neugier habe ich Zumba ausprobiert und es hat mir von Anfang an riesig Spaß gemacht.

An mir selbst habe ich gespürt, dass Zumba viel mehr schenkt als »nur« Spaß und Freude, denn auch hier wird – ähnlich wie im Yoga – Gleichgewicht und Koordination geübt.

Aus medizinischer Sicht bietet Zumba außerdem ein hervorragendes Herz-Kreislauftraining – ohne den Körper zu überfordern oder zu belasten.

Die Musik beschwingt und stimmt fröhlich und durch die Bewegungen im Rhythmus der Songs wird nicht nur der Körper sondern auch das Gemüt positiv beeinflusst.

Zusammenfassend kann ich also sagen, dass sich Yoga und Zumba optimal ergänzen und so verschiedenartig sie auch sein mögen: beide wirken sich positiv sowohl auf die körperliche Fitness wie auch auf die Seele aus!

Eure Sabine Sengewald



Yoga-Termine bis zu den Pfingstferien

Mittwoch: 18:00 – 19:30 Uhr im Ballettsaal

Kurs 1: 06., 13., 20.04., 04. und 11.05.2016 - 5 Kurstage

Mitglieder Zuzahlung: 15,00 Euro

Nichtmitgl. Zuzahlung: 75,00 Euro

ÜL: Susanne Sengewald

Pilates

Mittwoch: 20:10 – 21:00 Uhr am RAV

Kurs 1: 06., 13., 20. und 27.04.2016 - 4 Kurstage

Mitglieder Zuzahlung: 6,00 Euro

Nichtmitgl. Zuzahlung: 30,00 Euro

Kurs 2: 01., 08., 15. und 22.06.2016 - 4 Kurstage

Mitglieder Zuzahlung: 6,00 Euro

Nichtmitgl. Zuzahlung: 30,00 Euro

ÜL: Tina Berzl



Neue Vorstandschaft

Am 16.02.2016 hat unsere Jahreshauptversammlung stattgefunden. Vorrangigstes Ziel war die Wahl einer neuen Vorstandschaft, um die lange Zeit vakanten Positionen neu zu besetzen. Christian Brey als kommissarischem Abteilungsleiter sei an dieser Stelle herzlich gedankt für seinen Einsatz und sein Engagement zum Wohle der Fußball-Abteilung. Er hielt als Versammlungsleiter die Jahresversammlung ab, berichtete über den aktuellen Stand der Flüchtlingsmannschaften und die finanzielle Situation der Abteilung. Ziel sei es, in den kommenden Wochen neue Trainer für die Herrenmannschaften zu finden, da sowohl Olaf Butterbrod als auch Christian Brey kürzer treten müssen.

Die Wahl zur neuen Vorstandschaft ergab folgende Ergebnisse:

- 1. Vorstand: **Olaf Butterbrod**
- 2. Vorstand: **Alexander Hänsel**
- Kassiererin: **Lavinia Seide**
- Schriftführer: **Till Eichstädt**
- Jugendleiter: **Daniel Wenzel**
- Sportlicher Leiter: **Christian Brey**

Wir wünschen allen Verantwortlichen viel Erfolg in ihren neuen Ämtern und hoffen, dass die Abteilung weiterhin die tolle konsequente Entwicklung weiterführt, die in den letzten Monaten begonnen wurde.



Sportlicher Leiter Christian Brey (re.) mit Spieler

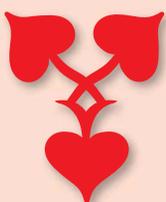


1. Vorstand Olaf Butterbrod



Jugendleiter Daniel Wenzel

Der ESV Sportfreunde
München-Neuaußing e.V.
wird gefördert



vom Freistaat Bayern



und der
Landeshauptstadt
München





ESV Neuaubing I – Bayernliga / ESV Neuaubing II – Bezirksliga Oberbayern



Sowohl unsere erste als auch unsere zweite Mannschaft sind seit September 2015 wieder im Wettkampfbetrieb aktiv und versuchen ihr Glück in der Bayernliga bzw. in der Bezirksliga Oberbayern. Das erste Team zeigte sich hier bisher den Gegnern ausnahmslos mehr als überlegen, trotz einiger verletzungsbedingter Ausfälle von Stammspielern im Laufe der Saison. Die Meisterschaft in der Bayernliga steht so gut wie fest.

Das zweite Team hat bisher nur einen Stoßpunkt erkämpfen können, lieferte aber insgesamt zahlreiche saubere und starke Leistungen ab. Einen kleinen Einblick ins Geschehen auf der Hebebühne geben die einzelnen Wettkampfberichte:

05.12.15

ESV I vs. HG Landshut/Eichenau, ESV II vs. ESV Freimann I

Zur Halbzeit ist die Tabellenführung zurück in München-West: Beim Spitzenkampf der Bayernliga konnte sich der ESV Neuaubing I problemlos gegen die Hebergemeinschaft Landshut/Eichenau durchsetzen, die für zwei Kampftage (der ESV war an einem davon kampffrei) die Rangliste angeführt hatte.

Zum ersten Mal in dieser Saison gelang es, über 500 Relativpunkte zu erzielen. Dazu bei trugen neue Bestleistungen von Vroni Berger (63/72; 90 Punkte), ein wieder erstarkter Florian Sperl (115/155; 84 Punkte), ein gesunder Marco Staate (125/151; 87 Punkte) sowie Bestleistungen von Anna Arlt (63/87; 80 Punkte). Komplettiert wurde das Team von Ulrike Giesa (78/97; 76 Punkte) und Steffanie Metzger (72/93; 91 Punkte). Im Vorkampf der Bezirksliga Oberbayern hatte der ESV II gegen das erste Team des ESV Freimann erwartungsgemäß keine Chance, präsentierte sich aber sehr gut. Besonders erfreulich hier das Comeback nach Verletzungspause von Lukas Schrafstetter mit 94/125kg.

06.02.16

ESV I vs. ASV Neumarkt

In der Bayernliga immer noch nichts Neues ;) Der ESV Neuaubing I ist auch nach dem drittletzten Kampftag nach wie vor unangefochten Tabellenführer, trotz einiger verletzungsbedingter Ausfälle im Laufe der Saison (Sebastian Schramm, Sabrina Koenen, Steffanie Metzger). Diese Position sicherte sich die Mannschaft durch einen überzeugenden Sieg gegen den ASV Neumarkt aus der Oberpfalz: Allen voran lieferte dabei Marco Staate einmal mehr eine routinierte und mit 90 Relativpunkten überzeugende Leistung ab (130/151 mit knapp 96kg Körpergewicht), gefolgt von Vroni Berger mit 86 Punkten (58/73kg), wobei hier eine neue persönliche Bestleistung im Stoßen erzielt wurde. Ulrike Giesa erwies sich einmal mehr als eine zuverlässige Punktelieferantin (74 relativ). Florian Sperl brachte es auf 70 Zähler, während sich Elisabeth Ebert im Reißen (41kg) und Lukas Schrafstetter (120kg, verletzungsbedingt in den Stand) im Stoßen einen Startplatz teilen. Das Team komplettierte Aisha Heldmann (50/63kg) mit fünf sauberen Versuchen. Beim Gegner war Helene Hörner mit 82 Punkten mit Abstand die stärkste Heberin.

Im Vorfeld lieferten sich vier Teams im Rahmen eines Newcomer-Battle zwar nicht gleich eine ganze Schlacht, wohl aber eine spannende Auseinandersetzung an der Hantel: Aus den Crossfit-Boxen Kraftwerk, Körperschmiede und F2 (deren Trainer allesamt für den ESV München Freimann bzw. ESV München Neuaubing auch in der Bezirksliga an den Start gehen), sowie aus den Münchner Eisenbahnersportvereinen Freimann, Ost und Neuaubing versuchten sich insgesamt 24 Sportler teils zum ersten Mal auf einer Wettkampfbühne im Reißen und Stoßen. Zu sehen gab es dabei zwar noch nicht die allerhöchsten Lasten, aber dafür – ganz im Sinne des Gewichthebens und eines sinnvollen, d.h. effektiven und verletzungsarmen Athletiktrainings – reihenweise technisch stabile und saubere Versuche. Am



Ende hatte dabei das Kraftwerk das stärkste Team zu bieten. Platz zwei erreichte F2 vor der Mannschaft der ESV-Vereine und der Körperschmiede.

13.02.16

HG Regensburg vs. ESV I, TuS Raubling vs. ESV II

Bestätigung der Tabellenführung der ersten Mannschaft und erster Punkt für die zweite Mannschaft.

Auch gegen die HG Regensburg setzte sich das erste Team des ESV München Neuaubing souverän mit diesmal 433 Relativpunkten durch. Beste Heberin war Veronika Berger mit neuer Bestleistung von 91 Punkten (65/71kg), vor Werferin Anna Arlt mit dem zweiten persönlichen Rekord des Tages (68/90kg --> 88 relativ). Neue Bestleistungen lieferte auch Nicolas Hofmann ab (95/116kg --> 55 relativ). Nachdem auch Aisha Heldmann (53/63kg) und Ulrike Giesa (78/95kg) solide Leistungen gezeigt hatten, konnte es Marco Staate (125/145kg) ebenfalls etwas ruhiger angehen lassen. Die verletzungsbedingten Ausfälle von Florian Sperl, Sebastian Schramm und Steffanie Metzger kompensierte das Team damit ohne Probleme.

Die zweite Mannschaft musste gegen den TuS Raubling antreten: Erfreulich hier die beiden Deutschen Altersklassenrekorde durch Routinier Max Mühlbauer (66/89kg -77kg) und die Bestleistung von Stefan Grosse (80/95kg, ebenfalls -77kg) und Glenn Apel im Stoßen (72/107). Zudem konnte ein Stoßpunkt – und damit der erste Punkt in dieser Saison für das zweite Team überhaupt – mit nach Hause genommen werden. Am Erfolg waren nicht zuletzt Lukas Schrafstetter (85/123), Walter Eicher (50/77) und Andreas Fleischhacker (67/103) beteiligt.

Tabelle			
Platz	Verein	Punkte	Kilopunkte
1	ESV Mü.-Neuaubing I	21 : 0	2.938,6
2	HG Landshut-Eichenau	18 : 3	2.693,3
3	TSV Waldkirchen	13 : 8	2.596,4
4	HG Regensburg	12 : 9	2.410,3
5	ASV Neumarkt	11 : 10	2.243,2
6	KSC Attila Dachau	11 : 10	2.159,2
7	KSV Kitzingen I	7 : 17	2.249,1
8	1.AC Weiden I	3 : 18	1.924,8
9	TSV Erding	0 : 21	1.385,3

Tabelle Bezirksliga Oberbayern Saison 2015/2016			
Stand: nach 8. Wettkampftag			
Platz	Verein	Punkte	Sinclairpunkte
1	ESV München-Freimann I	18 : 0	9405,6 : 7946,5
2	TSV Forstenried	18 : 3	9947,5 : 8860,6
3	SV DJK Kolbermoor	12 : 6	8656,7 : 7834,1
4	TuS Raubling	11 : 7	7306,0 : 7268,2
5	KSC Attila Dachau II	6 : 12	7269,3 : 7730,0
6	ESV München-Freimann II	5 : 16	8568,7 : 9393,4
7	HG TSV Ingolstadt Nord/ ACO Schrobenhausen	4 : 14	6839,9 : 8030,2
8	ESV München-Neuaubing II	1 : 17	7431,5 : 8362,2

Aktuelles findet ihr auch stets auf unserer facebook-Seite: www.facebook.com/ESV-Muenchen-Neuaubing-Abt-Gewichtheben.

Frühjahrsturnier des Gewichthebernachwuchses

Großkampftag beim ESV Neuaubing: Zum traditionellen Frühjahrsturnier des bayerischen Gewichtheber-Nachwuchses hatten mehr als fünfzig Sportlerinnen und Sportler gemeldet. Die Kinder, Schüler und Jugendlichen messen sich dabei nicht nur im Reißen und Stoßen, sondern auch in athletischen Disziplinen. Dieses Mal standen Anristen (für die Crossfitter unter euch: Toes to Bar, aber ohne jeden Schwung), Sternlauf (Sprint mit Richtungswechseln auf Zeit), Dreierhopp (Standweitsprung, aber dreimal hintereinander) und Kugelschocken für die Jüngeren auf dem Programm.

Die Älteren versuchten sich ebenfalls am Anristen, sowie am Differenzsprung (auch bekannt als »Jump and Reach«, d.h. die maximale Sprunghöhe aus dem Stand wird gemessen) und dem Zug im Liegen (der Sportler liegt in Bauchlage auf einer Bank und zieht eine mit sechzig bzw. achtzig Prozent des Körpergewichts beladene Hantel so oft wie möglich bis an die Brust). In die Wertung geht zudem neben der beim Heben bewältigten Last auch das Körpergewicht und vor allem die technische Ausführung der Versuche (Wertung wie beim Turnen: Ausgangsnote 10.0 und Abzüge für jeden sichtbaren technischen Fehler) ein.

Bester Jugend-Heber der Veranstaltung war Noah Lombardo vom Gastgeber ESV Neuaubing, der erst seinen zweiten offiziellen Wettkampf bestritt. Platz zwei holte sich Routinier Markus Kerimow vom TSV Burgau vor Leon Koralewski vom TB 03 Roding. Beste Jugend-Heberin war Marina Bauer, ebenfalls aus Roding.

Bei den Kindern und Schülern setzte sich Annika Pilz vor Bianca Seitz (TSV Ingolstadt) und Marie-Kristin Biener (TB 03Roding) durch. Bei den Buben taten es ihnen Lukas Müller, Jannick Bergmann (beide Eichenauer SV) und Alexander Häfele (TSV Ingolstadt) gleich. Die Mannschaftswertung ging souverän nach Roding, während der TSV Ingolstadt Nord und der ASV Neumarkt Platz zwei und drei nach Hause brachten.

Besten Dank an den TB 03 Roding für das Bildmaterial!





Rolf Seidel: Ein Nachruf



»Ich hab da was für dich!« – Fast alle Heberinnen und Heber des ESV kennen das: Der Seidel Rolf hat beim letzten Heimkampf wieder unsere Auftritte im Bild festgehalten und bringt nun für jeden aktiven Heber Abzüge zum Training mit, die er stets persönlich überreicht.

Auch sonst ließ er sich mindestens dreimal in der Woche in der ESV-Heberhalle sehen, wo er trotz seiner 79 Jahre ein immer noch straffes Kraftprogramm absolvierte, wenn er nicht gerade mit seinem Wohnmobil auf Tour war. Versteht sich von selbst, dass er bei den Mannschaftskämpfen so gut wie nie fehlte, um das Team zu unterstützen.

Und das alles seit mehr als 55 Jahren: Rolf war seit 1959 (!) Mitglied der Gewichtheberabteilung des ESV Neuaubing, selbst als Athlet an der Hantel aktiv, sowohl bei Einzelmeisterschaften als auch als Mannschaftsheber, und immer ein zuverlässiger Helfer bei allen Veranstaltungen.

Am Freitag, den 5.2.2016, ist Rolf überraschend verstorben. Die Abteilung Gewichtheben trauert mit der Familie Seidel um einen lieben Freund und Sportkameraden.



Zwei starke Auftritte der Neuaubinger Judoka in Münsing

Am Samstag, dem 5.12.15, fuhren zwei Neuaubinger Judoka mit ihrem Betreuer Michael Bauhofer zum 33. Nikolausturnier nach Münsing am Starnberger See. Beim Traditionsturnier gibt es seit ein paar Jahren auch die Möglichkeit für jüngere Judoka, sich in einem »Randoriturnier« miteinander zu messen.

Hierbei geht es primär nicht um die technische Finesse, sondern um die Anzahl der innerhalb von 2,5 Stunden durchgeführten Übungskämpfe. Dieser Herausforderung stellten sich Ilya Voropaev (7 Jahre) und Asen Antonov (8 Jahre). Nach 150 Minuten standen die Ergebnisse fest und kein anderer als der Nikolaus persönlich kam vorbei, um die Preise und kleine Schokoausgaben seiner selbst zu überreichen.

Wie von fleißig Trainierenden nicht anders zu erwarten, hatten beide Jungs die volle Anzahl von 17 Randori absolviert und landeten auf dem ersten Platz. Das dabei der Spaß im Vordergrund steht, zeigt unser Siegerbild.





Festtraining der Karate-Abteilung



Grundtechniken immer wieder!

In guter Tradition fand Ende letzten Jahres wieder das Sho Ki Kai-Festtraining statt: Hierbei haben auch Anfänger und unsere Bonsai-Kämpfer die Gelegenheit, unseren Cheftrainer Takashi Nakajima live und in Action zu erleben.

Dabei ist neben einfachen Techniken auch ein bisschen Partnerübung und viel Atemtechnik, Massage und Entspannung angesagt – gut zu sehen an den Fotos in diesem Artikel!

Weitere Bilder auf der Homepage des ESV / Karate / Galerie.



Weihnachtstraining 2015: Entspannung pur mit Sensei Nakajima



Michi und Jürgen



Shiatsu mit einem Riesen – kein leichter Job!



Sensei Nakajima demonstriert Partnerübung



Karate für Senioren im ESV Neuaubing

Karate ü 50



**Sho Ki Kai
Karate Do
im ESV
Neuaubing**



Dass Karate auch im Alter körperlich fit hält und gleichzeitig eine Art Gehirnjogging darstellt, ist seit einigen Jahren medizinisch überprüft und gesichert.

Insbesondere bewirkt regelmäßiges Karate-Training auch bei älteren Menschen beider Geschlechter neben der Verbesserung der rein körperlichen Gesundheit und Beweglichkeit auch positive Veränderungen der kognitiven Leistungsfähigkeit und der individuellen Befindlichkeit.

Da die heutige Generation der Senioren so fit ist wie keine bisher, wollen diese möglichst lange mobil sein und bleiben – dazu gehören neben der schon erwähnten Beweglichkeit motorische Sicherheit und Reaktionsvermögen.

Zusätzlich zu diesen körperlichen Aspekten fördert das bei uns praktizierte Karate-Training auch psychische Fähigkeiten: So wird das Selbstvertrauen stabilisiert, depressive Tendenzen werden verringert, es stellen sich ein gewisses Wohlbefinden und Entspannung ein.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass unser Karate-Training für Senioren in besonderem Maße eine gleichzeitige motorische

und kognitive Beanspruchung bietet, darüber hinaus zur Stimulation der inneren Organe beiträgt, Kreislauf, Atmung und Verdauung verbessert und insgesamt Gesunderhaltung und Beweglichkeit fördert.

Hier noch unsere Kursdaten:

Sonntags 10:30 – 11:30 ab 17.4.2016
im Ballettsaal 1. Stock, ESV in der Papinstr. 22

Trainer für diesen Kurs ist Andi Maier,
1. Dan Shotokan und 1. Dan Gojuryu – mit mehr als
40 Jahren Karate-Erfahrung.
Rückfragen unter 0179/2403347.





Mittendrin in der Saison...

...und wie jedes Jahr ist es für alle Mannschaften eine schwierige Saison, denn die Konkurrenz ist stark und widerspenstig. Aber widmen wir uns einfach den einzelnen Mannschaften, da wäre die 1. Mannschaft, die in der Bezirksliga in der Winterpause auf der Pole-Position, also Rang 1, überwinterte.

Was für ein toller Erfolg, wenn man bedenkt, dass man mit Rene einen Stammspieler und Leistungsträger wegen einer Verletzung durchgehend ersetzen musste. Diesen ersten Platz musste man zwischenzeitlich wieder abgeben, aber trotzdem ist man ganz vorne mit dabei.

Wie über alle Mannschaften stellen wir auch über die Erste regelmäßige Berichte auf der ESV Webseite ein. Um Sie alle auf den Geschmack zu bringen, veröffentlichen wir hier den einen oder anderen Spielbericht:

1. Mannschaft – 13.02.2016 –

Geglückte Revanche gegen Milbertshofen 2

oder anders gesagt mit 6 : 2 und 3069 : 2928 Holz war es final ein klarer Sieg für die Neuaubinger. Die besten bei uns waren Rene mit



543 und Jörn mit 542 Holz. Klasse Leistung. Wir gratulieren gerne! Auch Ralph mit 525 und Jens mit 511 Holz konnten überzeugen. Nehmen wir die Worte von Sportwart Peter bei der Verabschiedung auf, 2 Spieler gab es mit 470 und 478 auch und die sorgten dafür, dass die Gäste auch 2 Punkte bekamen. Mit 17 : 7 Punkten aus 12 Spielen stehen die Neuaubinger ganz weit oben in der Tabelle. 3069 Holz zu Hause, das ist Saisonrekord für ein Heimspiel und stimmt den Pressewart milde.

Bei der zweiten Mannschaft läuft es dagegen richtig schlecht. Häufige Spielerausfälle, Verletzungen und Formschwächen haben die Mannschaft auf den vorletzten Platz der Kreisliga 1 gebracht. Vom Potenzial her müsste diese Mannschaft in anderen Regionen der Tabelle spielen – wir sind zuversichtlich, dass es sich verbessern wird. Aber, weil es so schön war, hier der Bericht vom letzten Heimspiel.

2. Mannschaft – 19.01.2016 –

Tabellenführer erlebt 1. Niederlage der Saison...

und zwar in Neuaubing. Das hätte vor 4 Tagen niemand gedacht, wo man sang und klanglos in Haimhausen unterging, dass gerade gegen die Zwölfer, die bisher jedes Spiel für sich entscheiden konnten, der erste Sieg in 2016 gefeiert werden konnte.

Markus mit 402 Holz endlich wieder ein respektables Ergebnis und Didi gewohnt souverän 436 Holz brachten uns einen Vorsprung von 37 Holz, Adi und Erich wollten diesen Vorsprung unbedingt verteidigen bzw. ausbauen, doch dann der Schreck, als Adi wegen Schmerzen abbrechen musste. Ersatzspieler Manfred konnte nahtlos an Adi's prima Leistung anknüpfen und zeigte sich nach seiner Pause gut erholt. Zusammen holten sie 392 Holz. Erich glänzte mit 422 Holz. Der Vorsprung war aber auf magere 4 Punkte geschmolzen.

Und das vor der abschliessenden Paarung mit Uli und Franz, die nicht unbedingt zu den nervenstärksten gehören. Das traf an diesem Tage aber genauso auf die Gegner zu, so dass Uli mit 399 und Franz mit 384 Holz genau die 4 Holz Vorsprung verteidigen konnten. Endstand 2435 : 2431 für Neuaubing und damit 2 wichtige Punkte für den Klassenerhalt. Jetzt den Schwung mitnehmen für das nächste Spiel.

Unsere Dritte spielt in der Kreisklasse B und befindet sich im hinteren Teil der Tabelle. Das ist aber nicht weiter tragisch, da es zum Einen unsere Ausbildungsmannschaft ist, zum Anderen auch unsere Damen zum Einsatz kommen. Und hier wollen wir nicht verbergen, dass mit unserer Annett ein neuer Stern am Neuaubinger Kegelhimmel heranwächst. Und dafür ist die 3. Mannschaft bestimmt.

Der obligatorische Hinweis: Dienstag abends und Samstag nachmittags wird kegelt! Gäste sind willkommen!

Gut Holz, euer Franz



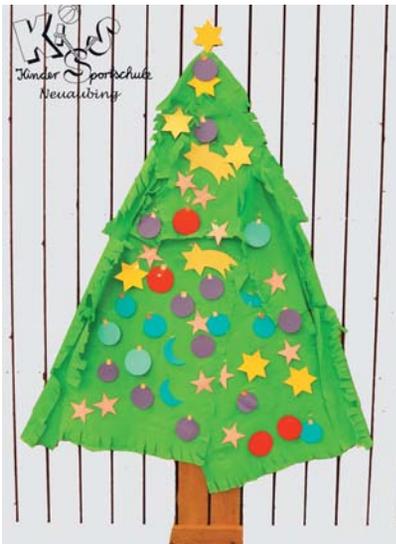
Die Kegelabteilung trauert um ihren langjährigen Sportwart und die gute Seele der Abteilung

Erich Weinberger

der am 23.11.2015 den langjährigen Kampf gegen seine Krankheit verloren hat. Erich hat den ESV Neuaubing und die Kegelabteilung gelebt und stand bis zuletzt als Sportkegler mit hervorragenden Ergebnissen auf der Bahn. Er übernahm jederzeit Verantwortung, war Ansprechpartner, Trainer, Ratgeber, Bahnwart, Techniker und vieles mehr in einer Person. Auch die Geschicke des Hauptvereins waren ihm stets ein Anliegen, auch wenn nicht alle Entscheidungen seine Zustimmung fanden, so hat er sie alle mitgetragen und sich in vorbildlicher Weise engagiert. Erich war eine Vertrauensperson für alle Menschen, die ihn kannten. Wir werden unserem Erich stets ein ehrendes Andenken bewahren.



KiSS-Weihnachtsfeier 2015



Am Donnerstag, den 17.12.2015, fand in der Turnhalle des ESV Neuaubing die KiSS-Weihnachtsfeier 2015 statt. Die KiSS-Trainer Hannah, Eva, Kathi und Andrea sowie die beiden FSJler Pascal und Julian betreuten die knapp 130 Kinder beim Herumtoben in der Halle.

Die Kinder konnten zusammen mit ihren Eltern oder den KiSS-Trainern die 24 aufgebauten Stationen bewältigen,

wobei die Stationen eine Vielfalt boten, die von Turnen und Spielen, über Zeichnen und Memory bis hin zum Schmücken des KiSS-Weihnachtsbaums reichte. Es wurde fleißig von 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr durchgeturnt bis dann endlich der Nikolaus mit den Geschenken eintraf. Dieser hielt noch eine kurze Rede vor den Kindern und den Eltern, wonach natürlich jedes Kind ein Geschenk in Form einer Schwimmmudel mit dem KiSS-Logo darauf erhielt.

Alles in Allem war die KiSS-Weihnachtsfeier 2015 ein riesen Erfolg, da sich die Kinder austoben konnten und jeder einen schönen und vor allem sportlichen Nachmittag hatte.



SCHÜCO

Amend Bauelemente

Fenster • Türen • Haustüren • Wintergärten • Vordächer
Rollladen • Markisen • Reparaturen

Pretzfelder Straße 1 · 81249 München
Tel: 089 / 87 18 16 19 · Fax: 089 / 87 18 16 20
info@AmendBauelemente.de · www.AmendBauelemente.de



Jubiläumslauf in Olching



Astrid + Herma nach dem Lauf

Endlich war es soweit, unsere erste Lauf-Teilnahme im Jahr 2016 führte uns am 13. Februar zum Jubiläumslauf nach Olching. Sieben Läufer beteiligten sich am 5-km-Lauf und vier wagten sich an die 10-km-Strecke.

Unser stolzes Ergebnis: alle kamen wohlauf ins Ziel und zwei davon bei den 10 km aufs Podest: Katharina wurde Zweite bei »W 30« und Karl schaffte den dritten Platz bei »M 55«. Das Drumhe-



3. Platz von Karl

rum? Familiäre Atmosphäre, gute Strecken-Beschilderung (Verlaufen quasi unmöglich) einschließlich km-Angaben zur Orientierung, ausreichende Parkplätze und angenehmes Wetter. Nur einer hatte keine stressfreie Anfahrt, da die Batterie schon vor dem Lauf leer war (aber glücklicherweise nur vom Auto, auch dieser Läufer war dabei).

Schee war's! Olching, wir kommen gerne wieder.

Wir suchen



DICH



Wer hat Lust, unsere Petra in der Kinderleichtathletik zu unterstützen und den Übungsleiterschein zu machen? Die Kinder und Petra freuen sich auf Unterstützung.

Bei Interesse bitte melden bei unserer Petra Schweikert (petraschweikert@web.de).



Taekwondo Familientraining am Samstag 30.1.2016 im ESV Neuaubing

Generationen in Bewegung, Eltern trainieren mit ihren Kindern

München-Neuaubing: In den letzten Jahren wurden von unserer Abteilung bereits mit großem Erfolg einige Familien-Trainings organisiert. So war diese Aktion natürlich auch für 2016 geplant. Die Teilnehmer waren am Samstag, den 30.1.2016, in zwei Gruppen nach Kinderkursen aufgeteilt. Von 9.30 – 10.30 Uhr und von 10.30 – 11.30 Uhr traf sich eine bunt gemischte Gruppe Familienmitglieder, teilweise über drei Generationen verteilt, zum gemeinsamen Taekwondo Training. Die Leitung übernahm, wie die letzten Jahre auch, Trainerin Margarete Überfuhr (3. Dan). Unterstützt wurde sie von unseren Trainern Susi Griebel (2. Dan) und Kolja Prothmann (1. Dan). Nach der offiziellen Begrüßung wurde gleich mit den Aufwärmspielen begonnen. Im Anschluss folgte eine Stretching-Einheit mit Koordinationselementen, später wurden Basistechniken gelernt und geübt.

Die Teilnehmer hatten viel Spaß bei den einzelnen Übungen, welche durch Konditions- und Geschicklichkeitsspiele aufgelockert wurden, das alles bei aktueller Chart-Musik. Besonders viel gelacht wurde, als die Eltern ihre Kinder auf Teppichfliesen durch die Halle ziehen mussten. In entspannter, harmonischer Atmosphäre zeigten die Kinder, was sie schon alles gelernt haben, und genossen es sichtlich einmal in der stärkeren Position zu sein. Hier konnten Sie doch ausgiebig die Eltern kritisieren und ihnen zeigen, wie man die Techniken richtig macht. Am Ende hatten alle viel Spaß bei der schweißtreibenden Veranstaltung und die Eltern spürten auch einmal, was ihre Kids wöchentlich leisten. Ein herzlicher Dank gilt ganz besonders Margarete Überfuhr für das vielseitige und einfallreiche Familientraining.

Lehrgang mit Koreanischem Hochschul-Team ESV Taekwondoins waren mit Begeisterung dabei

Schongau: Der Kontakt zum TSV Schongau besteht bereits seit geraumer Zeit durch deren Abteilungsleiter Michael Gallinat. Dieser ist schon sehr lange der Abt. Taekwondo im ESV Neuaubing verbunden. Als aktiver Wettkämpfer hatte er oft mit den ESV Wettkämpfern trai-



Perfekte Körperbeherrschung beim Bruchtest

niert und man traf sich regelmäßig auf nationalen und internationalen Turnieren. So entstand nun die Freundschaft zwischen den beiden Vereinen, welche regelmäßig bei Gasttrainings zusammentreffen.

Michael Gallinat konnte nun ein hochkarätiges koreanisches Hochschul-Team für einen Tages-Lehrgang gewinnen. Anders als hier in Deutschland ist Taekwondo in Korea eine Hochschulsportart, hieraus rekrutiert sich auch die koreanische Elite, die zu den großen internationalen Turnieren entsannt wird. Eine Gruppe der Youngsan Universität war angereist, um mit Taekwondo-Sportlern hier in Deutschland zu trainieren bzw. diverse Lehrgänge abzuhalten.

Am 20. Februar war es dann soweit, man traf sich beim TSV Schongau zu einem von den Koreanern geleiteten Taekwondo-Lehrgang.



Die gut gefüllte Halle des SV Schongau



Ein Teil unserer Sportler mit den koreanischen Gästen

Mit dabei war sogar ein Team des koreanischen Staatsfernsehens, welche das Geschehen mit der Kamera dokumentierte. Das Ergebnis wird wohl leider nur in Korea zu sehen sein. Insgesamt waren 120 Sportler aus 10 Vereinen angereist, darunter auch 14 ESV Taekwondoins, welche den weitesten Weg hatten. Wie gewohnt begann der Lehrgang mit gemeinsamen Aufwärmübungen, Laufen, Sprinten und Stretchen. Danach konnte man zwischen Kampftechnik und Formenlauf wählen, so trainierten zwei getrennte Gruppen die unterschiedlichen Sparten jeweils 2 Stunden vormittags und nach der Mittagspause weitere 2 Stunden nachmittags. Im Kampfbereich wurde Kampftechnik auf Schlagpolster/Pratze sowie Partnerübungen mit Schutzweste und am Ende noch Sparring trainiert. Die zweite Gruppe



Die Gesetze der Schwerkraft spielen keine Rolle...



Einige unsere Teilnehmer/innen warten auf den Einsatz

intensivierte den Formenlauf/Poomsae, hier wurde Wert auf möglichst exakte Ausführung der einzelnen Bewegungsabfolgen gelegt. Die 2-stündige Mittagspause diente auch dem Austausch der einzelnen Vereine, hier lernte man neue Leute kennen und konnte sich mit altbekannten über vergangene Zeiten unterhalten. Gekrönt wurde das Ganze mit der spektakulären Vorführung des Youngsan-Teams. Hier ließen die Asiaten mit Bruchtests mittels Rückwärtssalto, mehrfachen Kicks in der Luft oder mit 360 Grad Drehkicks Zweifel an den Gesetzen der Schwerkraft aufkommen. Abschließend gab es dann noch Gelegenheit, sich mit den Gästen ablichten zu lassen, dabei hatten alle nochmals großen Spaß.

Insgesamt ein Spitzen-Event, der gut in unser eigenes Trainingskonzept passte, was auch deutlich zu sehen war. An dieser Stelle ein erfreuliches Plus an unsere Trainer/innen, welche zum Teil auch mit vor Ort waren. Bestens motiviert konnte dann die Heimfahrt angetreten werden, man hatte nette Leute getroffen, ein überaus entspanntes koreanisches Hochschulteam kennen gelernt und gemeinsam den Sport trainiert, der einem am wichtigsten ist, Taekwondo.

Nochmals ein großes Dankeschön an den Ausrichter und Organisator Michael Gallinat vom TSV Schongau für diesen perfekt organisierten Lehrgang.

TAEKWONDO Schnuppertraining für Flüchtlinge

München-Neuaußing: Nachdem Vizepräsident Christian Brey und Abteilungsleiter-Fußball Olaf Butterbrod den »Monat der offenen Tür« für Flüchtlinge in's Leben gerufen hatten, erklärte sich auch die Abteilung Taekwondo dazu bereit, hier ein Angebot zu erstellen.

Ab 1. März können Flüchtlinge ab 10 Jahren bis Monatsende dreimal die Woche in das Anfängertraining der Abteilung Taekwondo schnuppern.

Montag:	19.00 bis 20.15 Uhr
Mittwoch:	18.00 bis 19.00 Uhr
Freitag:	18.00 bis 19.00 Uhr

Die Abteilung Taekwondo wünscht viel Spaß dabei!



40 Jahre Tanzsport im ESV Neuaubing



Der Cha-Cha

Dies war das besondere Motto unseres Jahresabschlussballs am 12. Dezember 2015.

»Es war der schönste Ball, den wir je hatten«. Solches Lob von unseren Gästen für unsere Veranstaltung hat uns natürlich sehr gefreut und hat vieles wieder gut gemacht. Die ganzen Sorgen um das Gelingen des Balls waren am Ende weggefegt.

Aber beginnen wir von vorne:

Bei der Organisation eines Balls gibt es unter anderem eine Liste, in der sich diejenigen Mitglieder eintragen können, die beim Aufbau und der Dekoration mithelfen oder für unser Buffet etwas mitbringen. Wenn ich mir dann die Liste vor dem Ball durchlese, denke ich mir: »Das wird nie was, viel zu wenig Helfer und viel zu wenig für das Buffet«. So ging ich also mit etwas mulmigem Gefühl am 12. Dezember um halb sechs in den Gymnastiksaal.

Nun, was soll ich sagen: innerhalb von 1 1/2 Stunden waren alle Tische und Stühle aufgebaut, das Buffet war komplett, die Musikanlage aufgestellt und alles weihnachtlich dekoriert. Es waren viel mehr Helfer und vielmehr Speisen für das Buffet als in der Liste eingetra-



Das ist Paso Doble

gen. Besonderes Lob gilt hier unserer Maria Pawelke, die ein »Auto voll« selbst-gebasteltes Dekorationsmaterial mitbrachte und meiner Frau Gudrun, die ebenfalls unser Auto mit Efeu, Tannenzweigen usw. volllud. Und es war ihr ein Herzensanliegen, die Tombola vorzubereiten. Meine ganzen Sorgen waren umsonst. Allen Helfern sei herzlich gedankt.

Um halb acht ging es also dann los. Es gab nur eine kurze Begrüßung und das Buffet war eröffnet. Für lange historische Betrachtungen war keine Zeit, dazu war unser Programm zu dicht gepackt. Und ein bisschen selber tanzen wollten wir ja auch. Dazu standen uns über 5000 Musikstücke von hunderten von Orchestern für exzellente Tanzmusik zur Verfügung (Der PC macht's möglich). Zwischenzeitig konnte ich unseren Präsidenten, Herrn Harald Burger, begrüßen. Sein Besuch hat uns besonders gefreut, zumal er nach eigenen Aussagen kein so großer Tänzer sei.

Erster wichtiger Punkt war die Überreichung der Urkunden und der Abzeichen für das vor einiger Zeit abgelegte »Deutsche Tanzsportabzeichen«. Von Bronze bis Gold war alles dabei. Im Bild kann man den Stolz über das Erreichte gut erkennen. Hier nochmals herzlichen Glückwunsch. Als »Belohnung« gab's für die Paare einen Verzehrsgutschein von unseren neuen Wirten Max und Eddie und eine Rose – natürlich für die Damen.

Unsere Donnerstags-Gruppe hatte zwei Tänze einstudiert: eine Cha-Cha, was nicht ganz so einfach war, und einen Line-Dance. Aufregung vor der Aufführung und große Erleichterung danach. Es hat alles sehr gut geklappt – bis auf ein paar unwichtige Kleinigkeiten. Wurden sie doch aktiv von Andrea und Klaus, unseren beiden Trainern unterstützt.

Auch aus unserer Montags-Gruppe haben sich fünf Paare zusammengefunden und eifrig eine kleine Paso-Doble- und Tango-Formation einstudiert. Leider musste sich Jürgen Rahn kurzfristig ins Krankenhaus begeben und so konnten unsere beiden Rahns leider nicht zum Ball kommen und natürlich auch nicht an der Formation teilnehmen. Gott sei Dank ist Jürgen wieder wohl auf und kann auch



Der Wiener Walzer mit Brigitte und Knut

wieder zum Training kommen, nur vor unserem Ball fehlte uns jetzt ein Paar. Kurz und gut, man hat beschlossen, dass jetzt Gudrun und ich mitmachen müssen. Also haben wir uns mit Herzklopfen beim Einmarsch zum Paso Doble eingereiht. Der Tango wurde dann nur mit 4 Paaren getanzt, was vom Platz her optimal war. Auch die beiden Vorführungen haben gut geklappt. Alle waren erleichtert, besonders ich.

So allmählich kamen wir zu den »höheren Tanzkünsten«. Brigitte und Knut Just vom TSC Unterschleißheim tanzen Turnier in der Senioren B-Klasse und waren bereit, bei uns ihren ersten Schautanz zu absolvieren. Sie haben mir erzählt, dass sie furchtbar aufgeregt waren. Aber das gehört wohl dazu. Sie haben uns alle fünf Standard-Tänze gezeigt. Alles ging gut, die Schau war perfekt, das Publikum war begeistert. Große Erleichterung bei den beiden.

Das Beste hebt man sich bis zuletzt auf. Unser Trainerpaar Andrea und Klaus Schmid, die am Donnerstag unterrichten, tanzen in beiden Disziplinen (Standard und Latein) in der Senioren A-Klasse Turnier. Darüber hinaus haben sie vor einiger Zeit auch den Trainer-Schein gemacht. Sie sind für alles zu haben, was tanzen betrifft. Ob Line-Dance oder Disco-Fox, ob Salsa oder Tango Argentino, sie wissen einfach alles. Ganz klar, dass auch sie für uns eine Tanz-Schau zeigen, natürlich in Latein: Samba, Cha-Cha, Rumba, Paso Doble und Jive. Begeisterte fünf Tänze und großer Beifall für »unsere« Schmidts.

Die Zeit zwischen den einzelnen Attraktionen wurde für Publikums-tanz genutzt. Und so verging die Zeit wie im Flug, plötzlich war es kurz vor Mitternacht. Während des ganzen Abends hat Gudrun Abel im Hintergrund Lose für die Tombola verkauft, die jetzt eingelöst wer-

den konnten. Das gab natürlich großes Gedränge am Tombola-Tisch. Noch eine Schlussrunde für die fleißigen Tänzer und der Ball war zu Ende. In kurzer Zeit waren Tische, Stühle und das übrige aufgeräumt, viele Hände halfen mit – ich glaube es waren sogar ein paar Gäste dabei. Ein langer aber erfolgreicher Abend ging zu Ende. Wir waren müde, aber glücklich.

Rainer Abel

Zum Schluss noch einige wichtige Termine:

- Donnerstag, 28. April Abteilungsversammlung
Einladung ergeht gesondert
- Freitag, 3. Juni und
Freitag, 17. Juni Zwei Workshop-Abende mit
Klaus und Andrea
Thema: Line-Dance
(Siehe Anzeige)
- Juni 2016 (genauer Tag ist noch
nicht festgelegt)
- Unser Ausflug: Als Ziel wurde Regensburg
vorgeschlagen, vielleicht gibt's noch
andere Vorschläge



**Zum ersten Mal
im ESV Neuaubing
für Singles und Paare!**

**An 2 Freitagen, 3. und 17. Juni
2016,**

jeweils von 20.00 bis 21.30 Uhr

**Workshop Line-Dance
mit Andrea und Klaus**

**Kleiner Beitrag notwendig:
10 € pro Person
für beide Abende**

**Wie gehabt im Sport- und Freizeitzentrum
Papinstr. 22, 81249 München
Ballettsaal, 1. OG**

Wir freuen uns auf euch!

**Interessierte melden sich bitte bei
Rainer Abel (Abt.-Leiter), Tel. (089) 803735**

e-mail: rainer-abel@kabelmail.de

oder in der

ESV-Geschäftsstelle: Tel. (089)3090417-0



Tag der offenen Tür am 1. Mai



Traditionell am ersten Maitag findet beim ESV Neuaubing Tennis der »Tag der offenen Tür« statt: für alle Sportbegeisterten ein Muss!

Den ganzen Tag ist für Unterhaltung pur gesorgt. Los geht's am Sonntag in der Früh um 10 Uhr mit dem Schautraining unserer Jugendlichen bei Trainer Dominique Schütte.



Anschließend kann sich jeder angehende Ballkünstler den ganzen Tag über bei unseren motivierten Trainern austoben, Schläger und Bälle stellt der Verein zur Verfügung. Ab 14 Uhr dürfen dann auch unsere Erwachsenen bei Dominique ihr Können unter Beweis stellen.

Natürlich ist auch kulinarisch einiges geboten. Leckeres

Fleisch vom Grill, Salate oder andere Beilagen: Nach getaner Arbeit auf dem Platz kann sich jeder den Bauch vollschlagen. Erfrischende Getränke gibt es an unserem Automaten für gerade mal einen Euro.

Für Fragen rund um die Tennisabteilung ist der Vorstand von Früh bis Abend für Sie verfügbar. Also schauen Sie vorbei! Die Tennisabteilung freut sich auf Ihren Besuch!

Auf einen Blick:

Wann? Am Sonntag, den 01.05.2016, ab 10 Uhr

Wo? Auf der Tennisanlage des ESV Neuaubing, Centa-Hafenbrädl-Straße 8

Was wird geboten? Ab 10 Uhr können Sie sich den ganzen Tag auf 9 Courts am coolsten Sport der Welt versuchen. Um 10 Uhr findet ein Schautraining der Jugend, um 14 Uhr das der Erwachsenen statt. Für Verpflegung ist gesorgt.

Was kostet das? Das gesamte Angebot ist kostenlos! Einfach vorbeischaun und austoben!

Pfingst-Tenniscamps beim ESV!!

Eltern und Kinder aufgepasst! Der ESV Neuaubing Tennis bietet dieses Jahr in den Pfingstferien wieder die beliebten Feriencamps bei unserem Trainer Dominique Schütte an. An 5 Tagen in der Woche ist der Spaß am Tennis garantiert! Ob Vorhand, Rückhand oder Aufschlag: Jeder Schlag wird trainiert und in lustigen Spielen angewendet.

Trainer Dominique freut sich auf zahlreiche Anmeldungen und stellt sogar zwei verschiedene Termine zur Auswahl! Denn was gibt es Besseres, als die ganzen Ferien lang Tennis zu spielen? Eben! Daher schnell bei Dominique Schütte anmelden und sich jetzt schon auf die Ferien freuen!

Fortsetzung nächste Seite





Alle Infos zum Camp auf einen Blick:

- **Wann?** Trainer Domi Schütte bietet heuer zwei Termine an:
1) Montag, 16.05. bis Freitag, 20.05.2016, jeweils 10-16 Uhr inkl. Mittagspause
2) Montag, 23.05. bis Freitag, 27.05.2016, jeweils 10-16 Uhr inkl. Mittagspause
- **Wo?** Auf der Tennisanlage des ESV Neuaubing, Centa-Hafenbrädl-Straße 8
- **Was wird geboten?** Neben vier Stunden intensivem Training am Tag gibt es jeden Tag eine Mittagspause von 12-14 Uhr. Um die Verpflegung kümmert sich Chefkoch Domi persönlich!

- **Wer kann teilnehmen?** Alle Kinder und Jugendlichen zwischen 6 und 18 Jahren
- **Was kostet das Camp?** 249 Euro inkl. Verpflegung in der Mittagspause
- **Wo melde ich mich an?** Die Anmeldung erfolgt über Trainer Dominique Schütte:
– Tel.: 0151 – 19137511 oder
– Mail: dominiqueschuette@yahoo.de

Daniel Wolf

Termine für den Sommer 2016

Der Tennissommer 2016 beim ESV Neuaubing ist picke-packe voll. Zusätzlich zu den Punktspielen unserer Mannschaften freuen wir uns dieses Jahr auf unsere altbewährten und immer gut besuchten LK-Turniere und das erstmals startende Gaudi-Mixed-Turnier. Natürlich dürfen auch Sommerfest und Vereinsmeisterschaften nicht fehlen. Verschafft euch einen Überblick über die wichtigsten Termine 2016:

(Anmerkung: Die Punktspiele unsere Mannschaften waren bei Redaktionsschluss noch nicht terminiert. Die Spieltermine könnt ihr auf der Internetseite des Bayerischen Tennis-Verbands unter www.btv.de nachschauen.)

- Jahreshauptversammlung 2016: 17.03.2016, 19 Uhr
- Tag der offenen Tür: 01.05.2016, ab 10 Uhr
- Gaudi-Mixed-Turnier: 28.05.2016, voraussichtlich ab 10 Uhr
- Vereinsmeisterschaften Einzel + Doppel: 16.07. - 23.07.2016
- Sommerfest: 23.07.2016, Beginn: 18 Uhr
- Jugendvereinsmeisterschaften: 17.09. - 18.09.2016

In der letzten Vorstandssitzung haben wir außerdem die ersten LK-Turniere fest terminiert. Alle Infos zur Ansetzung der weiteren LK-Turniere erfahrt ihr bei Turnierdirektor Fabian Wolf (Tel.: 0177/1988137) oder im Internet unter www.mybigpoint.de.



- 27. Neuaubinger LK-Open: 15.05.2016: ganztägig
- 28. Neuaubinger LK-Open: 29.05.2016: ganztägig
- 12. Neuaubinger Jugend-LK-Open: 16.05.2016, Plätze nach Absprache mit Turnierdirektor teilweise verfügbar

Daniel Wolf

Erstes »Neuaubinger Gaudi-Mixed-Turnier« startet 2016



In Neuaubing hat man ja eigentlich schon alles erlebt. Von den klassischen LK-Turnieren über die von Andi Feick entworfene »Schafkopf-LK-Serie« bis hin zu »Tischtennis-Volleyball« Turnieren. Die Neuaubinger Erfinderkraft kennt keine Grenzen. Und so hat sich der Vorstand, allen voran unser Präsident Domi Quaiser, für das Jahr 2016 etwas Neues einfallen lassen. Das »Gaudi-Mixed-

Turnier« des ESV startet in die erste Runde.

Die Regeln sind ziemlich einfach: gespielt wird ein Doppelturnier im K.O.- Modus, die einzige Voraussetzung: es muss ein »Mixed-Doppel« sein. Dabei gilt das Wort Mixed aber nicht nur im klassischen Sinne für ein gemischtes Doppel aus Mann und Frau. Erlaubt sind auch Doppel des gleichen Geschlechts, solange die Doppelpartner aus verschiedenen Generationen kommen, also quasi ein junger Wilder und ein erfahrener Herren 50er.

Der Modus verspricht eine Menge Gaudi: Spielspaß und ein geselliges Zusammensein sind garantiert. Los geht's am 28.05.2016 auf der Tennisanlage des ESV Neuaubing.

Wir als Vorstand freuen uns auf ein zahlreiches Erscheinen. Macht die erste Auflage des Turniers zu einer unvergesslichen!

Daniel Wolf, Dominik Quaiser



Winterturnier 2015: Der Fluch ist gebrochen

Endlich hat der Fluch ein Ende! Das dachten sich wohl alle, die an diesem späten Januarabend im Vereinsheim der FTG in Germering saßen und das Finale des jährlichen Winterturniers des ESV Neuaubing anschauten. Nach einigen teils wirklich extrem unglücklichen Finalniederlagen hat man schon gemunkelt, irgendein bössartiger Fluch hat den diesjährigen Sieger befallen. Aber unser Daniel Zehetbauer, den meisten wohl nur als »Zezi« bekannt, hat es endlich geschafft. In einem hochklassigen Finale schlug er Andi Feick in drei Sätzen und konnte endlich die Trophäe in den Germeringer Nachthimmel strecken. Naja, zumindest im Vereinsheim.

Wie jedes Jahr ruft Turnierdirektor Bastian »Brain« Seitz direkt nach den Weihnachtstagen alle mehr oder weniger talentierten Ballkünstler zusammen, um das Jahr gemeinsam mit dem traditionellen »Weihnachtsturnier« ausklingen zu lassen. Dabei orientiert sich das Neuaubinger Turnier an der amerikanischen Football-Liga NFL und kürt im Jahr 2016 den Sieger des Jahres 2015. Macht zwar keinen Sinn, ist aber nun mal so.

Der Modus ist dabei von Jahr zu Jahr unterschiedlich, nur eines ist immer gleich: Gespielt werden zwei Matchtiebreaks (Anmerkung: ein Tiebreak bis 10 Punkte), sollte es danach Unentschieden stehen, entscheidet ein dritter Satz über den Sieger der Partie. Dieser wird als normaler Tiebreak ausgespielt.

Dieses Jahr teilte Turnierdirektor Brain die 15 Teilnehmer in drei Gruppen zu jeweils 5 Spielern ein. Die drei Gruppensieger und der beste Gruppenzweite stoßen ins Halbfinale vor, der Rest spielt um die Plätze.



Nach einigen harten Fights standen nach nicht einmal vier Stunden, was eine rekordverdächtige Zeit ist, die Halbfinalisten fest. Im ersten Halbfinale bezwang Daniel den Herren30-Spieler Manni Riebl in drei Sätzen. Anschließend machte Andi Feick mit Vorjahressieger Daniel Wolf kurzen Prozess und folgte Zezi ins Finale. Dort behielt dieses Jahr Zezi die Nerven und konnte seinen ersten großen »Neuaubinger« Titel erringen.

Von meiner Seite aus nochmal ein großes Dankeschön an Turnierdirektor Brain, der gekonnt durch den Abend führte und grandios organisierte. Merci dir!!

Sonst bleibt mir nur zu sagen, dass es wie jedes Jahr a riesige Gaudi war und ich hoffe, die meisten im nächsten Jahr »in alter Frische« wiederzusehen.

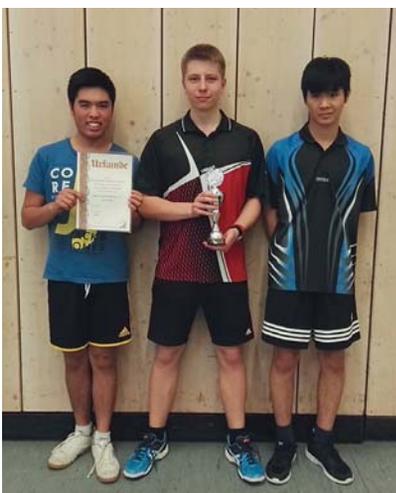
Daniel Wolf



I. Jugendmannschaft ist Oberbayerischer Pokalsieger (auf Kreisebene)

Die 1. Jugendmannschaft des ESV SF Neuaubing hat diesen Sonntag (21.02.2016) bei der Bezirkspokalmeisterschaft auf Kreisebene in Erdweg teilgenommen

und den Titel nach Neuaubing gebracht, nachdem die Truppe sich bereits im Oktober letzten Jahres als Kreispokalsieger qualifiziert hat. Nach der Auslosung der Begegnungen begann der lange Turniertag mit dem ersten Spiel gegen den TSV Milbertshofen. Nach drei souveränen Siegen von Sebastian Globig, einem Sieg von Huy Pham und einem Zwischenstand von 4:4



konnte Hung Tran das ausschlaggebende Spiel mit 3:1 für sich entscheiden und so den wichtigen fünften Punkt für die Mannschaft holen.

In der zweiten Runde des K.O.-Turniers traf Neuaubings Jugend auf die des »Nachbarvereins« TSV Unterpffaffenhofen aus Germering. Diese Begegnung wurde wieder durch drei Siege unseres Bezirksligaspieler Sebastian Globig und je einem Sieg von Hung Tran und Huy Pham mit 5:3 für Neuaubing besiegelt. Somit stand der ESV SF Neuaubing zusammen mit dem TV 1911 Vohburg im Finale um den Bezirkspokal. Dabei bezwang Hung Tran unerwartet zwei starke Gegner und Sebastian Globig erwartet wieder alle drei Spieler aus Vohburg in teilweise spektakulären Spielen. Huy Pham konnte sich trotz seiner drei Niederlagen im Finale über den Ausgang mit 5:3 Punkten freuen. Somit kann sich die erste Jugendmannschaft des ESV SF Neuaubing nun als die beste Kreisligamannschaft im Bezirk bezeichnen und bei dem weiterführenden Turnier um den Bayernpokal im Juni teilnehmen.

Lukas Huber



Schnupperkurs

Nach 10 Einheiten voller Ehrgeiz und Erfolge ging unser Schnupperkurs kurz vor Weihnachten zu Ende.

Innerhalb der ersten 9 Stunden erlernen die Kids koordinative Fähigkeiten mit und ohne Ball sowohl an als auch abseits der Platte. Hier wurden die Grundlagen unseres Sports beigebracht, wie z.B. einige Schlagarten und Bewegungen an der Platte. Das Gelernte konnten die Kids am Ende des Kurses in einem Abschlussturnier unter Beweis stellen. Dabei kamen auch einige ansehnliche Ballwechsel zustande.

Besonderen Dank verdienen die ehrenamtlichen Trainer & Helfer David, Felix, Flo, Hannah und Julia, ohne die der Schnupperkurs nicht zustande gekommen wäre.

Florian Gutjahr



Nägel mit Köpfen

An alle ESV Neuaubinger, Münchner, Germeringer und Puchheimer. Nachdem an Weihnachten, neuerdings auch als »Die Heissheiligen« bekannt, Gans und Ente im Mittelpunkt standen, wollen wir von der Tischtennisabteilung dieses Jahr 2016 »Nägel mit Köpfen« machen. Dazu suchen wir dringendst Tischtennisspieler/-innen.

Wir haben die optimalen Voraussetzungen:

- Unser Sportstudent David Böttcher ist mit 19 Jahren ein Glückstreffer als Abteilungsleiter. Er meistert seine Aufgaben wunderbar: »einfach super«.
- Unser Jugendleiter Florian Gutjahr ist hochqualifiziert als Übungsleiter und Trainer. Bei ihm ist die Jugend bestens versorgt. Liebe Eltern: schickt eure »Teenager« zum Schnuppern, er vollbringt wahre Wunder.
- Unser Sportwart, Michael Milgrom, wartet unsere Geräte und die neuen Tischtennisplatten hervorragend.
- Unsere Trainingszeiten sind die besten von München:
Dienstag und Donnerstag von 19:00 – 22:00 Uhr
Samstag von 15:00 – 18:00 Uhr
Sonntag ab 13:00 – 15:00 Uhr
auch in den Ferien
- Firmenrunde (Agentur Brey) Christian Brey (ist auch Vizepräsident beim ESV Neuaubing und Nachhilfelehrer für Abiturienten) mit 3 Mannschaften vertreten, spielt er seit 10 Jahren auf Bezirksliga-Niveau erfolgreich bei uns.
- Wir ESVler haben eine Tischtennishalle, die jedem Tischtennisspieler das Herz höherschlagen lässt. »Neugierig? Dann kommt doch mal auf ein Probetraining vorbei.«
- Auch Festivitäten sind bei uns großgeschrieben. Weihnachtsfeier, Schwarzlichtnacht, Sommerfeste und Hüttenbesuche auf unserer Alm in Spitzingsee usw.

- Nach dem Training oder Wettkampf wäre ein gemütliches Beisammensein schön.
- Unser Sportverein ESV SF Neuaubing besitzt die modernsten Sanitäranlagen.
- Dazu kommen die besten Tischtennisspieler aus ganz Bayern als Gäste zu uns, zum »Show Training«, um uns zu inspirieren.

Für jedes weibliche Neumitglied in der Tischtennisabteilung haben wir ein besonderes »Schmankerl« parat.

Vielen Dank noch an die Gipfelstürmer, die mit mir die Wolfsschlucht; Roßkopf; Wal und Hirschberg bestiegen haben.

Wegen großer Nachfrage nehmen wir von September bis Oktober die Allgäuer Alpen ins Visier.

Auch ein Dankeschön an unsere Karin Woiwode, die mit uns Komposties »raffinierte« Radltouren (Kochelsee ca. 40km; Garmisch 45km, Murnau 55km; usw.) gefahren ist. Sie arbeitet jetzt schon für uns 2016 neue Radltouren aus.

»Auf der Alm, da gibt's koa Sühnd«; auch die Hüttenbesuche mit Christian Brey in Spitzingsee waren für uns ein großes Erlebnis.

Neugierig?

Ansprechpartner und Abteilungsleiter:

David Böttcher, Tel: 0157 37276725, E-Mail: boettcherdb@gmail.com

Jugendleiter und Trainer:

Florian Gutjahr, Tel: 0176 53653848,
E-Mail: floriangutjahr@freenet.de

Ein Frohes Osterfest wünscht Euch

Rudi Drexler



Ein ganzes, langes Turnerjahr

Das war das Thema des alljährlichen **Schauturnens**. Und wie beginnt so ein Turnerjahr? Genau, nach den Weihnachtsferien im Januar mit dem Aufwärmen. Dabei stellten sich die verschiedenen Gruppen der Turnabteilung nacheinander vor, die vielen Mittwochskinder, unsere größeren Turnerinnen vom Mittwochsturnen, alle Jugendmannschaften des Leistungsturnens und natürlich auch die Erwachsenen.

Dann, im Februar, beginnt die Faschingszeit. Da darf die Garde natürlich nicht fehlen. Zu ABBA schmissen die Turnerinnen ihre Beine in die Luft und sorgten für Stimmung.

Da unsere Turnkinder natürlich nicht nur in der Turnhalle turnen, durfte eine Mittwochsgruppe mit Bällen, Keulen, Reifen und Bändern auf der Wiese im Frühling turnen. Zum Frühling gehört auch die Osterzeit und so durften auch andere Turnmädchen, die in der Wiesentfeller Schule trainieren, ihr Können in der Osterhasenschule zeigen.

Nach den Osterferien wird es für die Leistungsturnerinnen meistens ernst, die ersten Wettkämpfe stehen an. An Barren, Balken und Boden wurden die Wettkampfübungen der Stufen 7 bis 9, sowie die Küren gezeigt und von den kleinen Kampfrichtern bepunktet.

Und bevor man sich versieht, stehen die Sommerferien vor der Tür. Da wird natürlich überall geturnt, sei es zuhause wie unsere Leistungsturnerinnen mit Wasserball oder brav im Ferientraining an allen Geräten. Auch im Urlaub macht das Turnen Spaß, wie zum Beispiel in Spanien am Strand und auch mit Fächern oder wenn man zum Aufwärmen ein bisschen Sirtaki in Griechenland tanzt, bevor man zum Turnen an die Kästen geht.

Leider sind die Sommerferien immer schnell rum und schon ist es Herbst. Bei der diesjährigen Akro flogen Zombies, Mumien und Skelette an Halloween durch die Luft und zeigten ein kleines Feuerwerk mit Überschlägen, Flick-Flacks und Salti.

In der Nikolausschule durften danach unsere Nikoläuse vom Mittwochsturnen ihr Können zeigen und bekamen zur bestandenen Prüfung ihre Nikoläusemützen.

Einladung

zur Versammlung der Turnabteilung
Freitag, 8. April 2016,
20:00 Uhr
Vereinsgaststätte an der Papinstraße

Tagesordnung:

- Begrüßung
- Bericht der Abteilungsleitung
- Kassenbericht
- Sportbericht
- Bericht Jugendleitung
- Neuwahlen
- Termine, Verschiedenes

Anträge zur Tagesordnung bis spätestens 18.3.2016 an
 Marga Solleder, Sperberweg 2, 82152 Krailling





TURNEN





Schon neigt sich das Jahr dem Ende zu und so auch unser Schauturnen. Bevor die Turnerinnen den alljährlichen Schlusstanz zu »Bridge of light« von Pink zeigten, wurde noch ein wenig Glück von unseren Schornsteinfegern zum Jahresende verteilt.

Sehr gefreut haben wir uns über den Besuch von Andrea Moosmüller aus der Geschäftsstelle und von Hans Obermeier vom Ältestenrat, vom Präsidium konnten wir leider keinen begrüßen.

Wie jedes Jahr war es ein anstrengendes Training vor dem Schauturnen, das sich aber wie jedes Jahr gelohnt hat und auch immer Spaß macht.

Ein großer Dank geht wie immer an Licht, an Musik und Technik, an die Nebelmaschine, an Kostüm und Maske und natürlich besonders an alle Trainerinnen, die sich jedes Jahr die ganzen tollen Tänze ausdenken und mit den Kindern einstudieren!



Termine Turnabteilung 2016

8. April	Versammlung mit Neuwahlen	ESV
11./12. Juni	1. Runde Bayern Pokal – Pflicht	Unterföhring
23. Juli	Münchner Pokal LK3 – Kür	Unterföhring
23./24. September	Turncamp	ESV
8. Oktober	Vereinsmeisterschaft	ESV
21.-23. Oktober	2. Runde Bayern Pokal – Pflicht	Unterföhring
9. Dezember	Schauturnen	ESV

Zum Tode von Hans Gollong



Wir Turner verabschieden uns von einem lieben Kameraden, der uns am 13. Februar im gesegneten Alter von 88 Jahren für immer verlassen hat. Am 1. April 1937 ist er dem ESV Neuaubing, damals »Reichsbahn Sportgemeinschaft Neuaubing« beigetreten, weil er schon als Bub gern turnen wollte. Er wurde Vorturner und war bis 1973 Männerturnwart. Damals hatten wir noch eine erfolgreiche Männerturnriege, die im damaligen Turngau Amper-Würm gefürchtet war und in der Hans Gollong als einer der Besten mitturnte.

Auch als Trainer (das Wort Übungsleiter gab es damals noch nicht) war er sehr korrekt und gab seinen Buben viel mit auf ihren Lebensweg. Nach seiner Turnerkarriere war er bei den Sportschützen tätig, so lange, bis die Schießanlage in Langwied aufgegeben werden musste. Später engagierte er sich bei den Senioren und dort besonders beim Kegeln. Aufgrund seiner Verdienste wurde er in der Delegiertenversammlung im Mai 2012 zum Ehrenmitglied des ESV Neuaubing ernannt.

Und nun hat er uns verlassen. Er war uns immer ein Vorbild und wird es auch weiterhin bleiben. Wir werden Hans Gollong in unseren Herzen bewahren. Seiner hinterbliebenen Ehefrau wünschen wir viel Kraft.



VOLLEYBALL

Unsere Freizeitliga 2015/2016 – Hinrunde

Herbstmeister!!! Der ESV-Neuaubing stellt die aktuelle Nr. 1 aller Münchner Volleyball-Freizeitligen. Mit sechs von sieben gewonnenen Spielen und 12 : 3 Sätzen überwintern die Kabooms verdient auf Platz 1. Bereits letztes Jahr zeichnete sich der positive Trend ab, jedoch sorgte das Verletzungspech dafür, dass den Ambitionen damals noch Grenzen gesetzt waren. Dies blieb zumindest in der Hinrunde dieses Jahr aus und so konnte das Team bisher das gesamte Potential unter Beweis stellen. Hinzu kommen eine gute Vorbereitung sowie eine professionelle Einstellung der Verantwortlichen und aller Spieler. Für 2016 bedeutet dies, dass alles möglich ist. Die nächsten Wochen werden zeigen, ob auch gegen die größten Mitkonkurrenten um die Krone weitere Punkte eingeholt werden. Hierfür drücken wir alle die Daumen...

Weihnachten 2015

Wie jedes Jahr nutzten auch wir die Weihnachtszeit für Geselligkeit und gemeinsames Beisammensein. Neben den Weihnachtsfeiern der Mannschaften kamen beim traditionellen Schleiferlturnier auch dieses Jahr wieder alle Freizeitvolleyballer zusammen. Bei Plätzchen und Glühwein wurden die letzten Bälle des Jahres geschlagen, wobei jedoch wie immer die Gaudi im Vordergrund stand.

Bei dieser Gelegenheit konnten wir uns bei unserer ersten asiatischen Spielerleihgabe Hashi verabschieden. Während seines beruflichen

Aufenthaltes in Deutschland bereicherte er unser Team und verpasste den Aubing Allstars somit auch internationale Klasse. Wir möchten uns herzlich für die Zeit bedanken und wünschen dir, lieber Hashi, alles Gute. Vermutlich wird diese Vereinszeitung damit wohl die erste und einzige Ausgabe sein, die jemals nach Japan versandt wird.

Mit Schwung in das neue Jahr 2016

Sportlich startet das neue Jahr, wie jedes Jahr, mit unserem Speckweg-Turnier. Nicht nur für uns ist das ein Pflichttermin, auch bei der Konkurrenz in der Liga erfreuen sich unsere Turniere stets größter Beliebtheit. Nach knapp einer Woche waren alle 12 Startplätze ausgebucht und die Warteliste bis oben hin voll. Dank unserer vielen Helfer konnten wir auch dieses Jahr wieder mit zwei Mannschaften antreten und parallel die Turnierleitung stellen. Mit einem Platz auf dem Treppchen und einem unter den Top 10 können wir auch sportlich mehr als zufrieden sein.

Besonderer Dank gilt diesmal unserem Wirt und seinem Team des Strammen Max! Wir freuen uns über die partnerschaftliche Kooperation bei der Vorbereitung und beim Betrieb unseres Turnier-Kiosks. Auch die Stiftung von Essensgutscheinen für die Top 3 Platzierten war in unseren 10 Jahren Turnierhistorie eine Neuheit und eine gute Sache. Hierfür bedanken wir uns herzlich und freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit in der Zukunft.

