www.esv-neuaubing.de

Sport & Freizeit

Vereinsorgan des ESV Sportfreunde München-Neuaubing e.V.

Ausgabe 3/2016

© Marcus Schlaf

Einst und jetzt: Werner Thalhofer

(s. Seite 28)

DSV SKI SCHULE Skikurse im Innenteil

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 Christian Brey
Vizepräsidentin Monika Plass
Vizepräsident Christoph Stadler

Geschäftsstellenleitung:
Markus Maucher

Redaktion, Anzeigen:
Erika Hüller (verantwortlich)

Titelbilder: © Münchner Merkur/ Marcus Schlaf, Archiv Thalhofer

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 · BERGSPORT · FECHTEN · FIT PLUS 60 · FREIZEITSPORT · FUSSBALL · GESUNDHEITSSPORT · GEWICHTHEBEN · KLETTERN · KRAFT & FITNESS · LEICHTATHLETIK · RINGEN · SKISPORT · TAEKWONDO · TANZSPORT · TENNIS · TISCHTENNIS · TURNEN · VOLLEYBALL

Inhalt	Seite
Präsidium / Geschäftsstelle	3
Berg- und Skisport	5
Fit Plus 60	14
Freizeit- / Gesundheitssport	16
Gewichtheben	18
Handball	19
Judo	20
Karate	21
KiSS – Kindersportschule	23
Leichtathletik	25
Ringen	27
Tanzsport	29
Tennis	30
Tischtennis	33
Turnen	34
Volleyball	35

GÄSSL-SANITÄR GmbH
ROBERT GÄSSL
Angerlohstraße 15 · 80997 München
Telefon 089/8121226 · Fax 089/8929226 · Mobil 0171/6515149
IHR Meisterbetrieb im Sanitärbereich:
3D-Badplanung - Neu-/Umbauten sowie Renovierungen
Gas-Wasser-Installation - elektrische Rohrreinigung
Kundendienst und Heizungsarbeiten

Langjährige Mitglieder – unverzichtbare Säulen unseres Vereins

Völlig zu Recht darf der Sport von sich behaupten, die größte Massenbewegung in Deutschland zu sein. Laut Statistik sind fast 28 Millionen Menschen Mitglied in einem Sportverein. Das entspricht 34,4 Prozent der Gesamtbevölkerung. Ohne seine Mitglieder ist ein Verein nicht überlebensfähig, sie sind der Motor der Geselligkeit, der ehrenamtlichen Struktur und der Wertevermittlung wie Fairplay und Toleranz. Unterschiede im Hinblick auf Alter, Herkunft, Beruf und soziale Stellung lösen sich im Verein schnell auf: Aus Unbekannten werden Vereinskameraden. Identifikation mit dem Verein ist jedoch schon sehr viel seltener geworden in unserer Zeit…

Im Namen des ESV Neuaubing möchten wir uns jährlich bei unseren treuen Seelen für langjährige Mitgliedschaften bedanken, so geschehen auch in der letzten Delegiertenversammlung im Mai diesen Jahres. Präsident Harald Burger überreichte neben den obligatorischen Anstecknadeln auch diverse kleine Ehrengeschenke, u.a. an Frau Hildegard Lehner, die dem ESV bereits seit 70 Jahren die Treue hält. Auch an dieser Stelle noch einmal herzlichen Dank an alle Jubilare.

Jubilare 2016

40 Jahre

Bentz Friedrich	*Fußball*
Buchmeier Richard	*Bergsport*
Buchmeier Gisela	*Bergsport*
Guehlstorf Heidrun	*Freizeit u. Gesundheit*
Liermann Andre	*Bergsport*

50 Jahre

Beck Peter	*Fußball, K+F, Tennis*
Ehrle Irma	*Kegeln*
Haimerl Moritz	*Bergsport*
Haimerl Max	*Turnen*
Leitermann Roland	*Kraft und Fitness*
Mayer Therese	*Freizeit*
Thuenker Josef	*Ringen*

60 Jahre

Bacak Brigitta	*Tennis, Fit + 60*
Maushart Bruno	*Handball*
Niedermeier Ludwig	*Ringen, K+F, Tennis*
Schaeufler Rudolf	*Ringen*
Stoesser Rosemarie	*Bergsport, K+F, Tennis, Gesundh.*

70 Jahre

Lehner Hildegard	*Turnen*

Neue Leitung Fitness-Center

Auf dem Weg hin zur Etablierung eines eigenständigen Fitness-Centers im ESV haben wir den nächsten Meilenstein gelegt. Es wurde bereits aufgezeigt, dass der Bereich in ein modern konzipiertes und auf präventive Gesundheitsförderung ausgerichtetes Fitness-Center umgewandelt werden soll. Zudem soll ein Athletik-Bereich mit vielseitigen Nutzungsmöglichkeiten entstehen, bei dem auch die beiden etablierten Fachsportarten Gewichtheben und Kraftdreikampf involviert sind.

Nun haben wir für die hauptamtliche Leitung des Bereichs einen jungen, aufstrebenden und sehr kompetenten Mann gefunden, der diese Herausforderung mit uns zusammen ab dem 01.01.2017 angehen wird. Nach mehreren Bewerbungsgesprächen mit Kandidaten stand für das Präsidium sehr schnell fest, dass wir mit Florian Rädler einen hervorragend qualifizierten Leiter gefunden haben. Auch Geschäftsstellenleiter Maucher zeigte sich begeistert: »Mit Florian Rädler konnten wir einen jungen Mann verpflichten, dem es aufgrund seiner Begeisterung, aber auch aufgrund seiner bereits weit gefächerten Erfahrung in den für uns relevanten Bereichen Gesundheit, Prävention und Fitness sicherlich gelingen wird, unser neues Konzept in die Tat umzusetzen. Wir begrüßen ihn ganz herzlich.«

Kurzvorstellung unseres neuen Mitarbeiters, der bereits jetzt in verschiedene Arbeitskreise mit eingebunden sein wird:

Mein Name ist Florian Rädler (Flo), ich bin 31 Jahre alt und Diplom-Sportwissenschaftler.
Ich bin im Rheinland (Düsseldorf/Bonn) ausgewachsen, wodurch ich leider Fan von Fortuna Düsseldorf wurde, wo ich in der Jugend aktiv war. Ich habe an der Universität des Saarlandes Sportwissenschaften studiert, weil ich mein Hobby zum Beruf machen und meine Begeisterung für Sport an andere Menschen weitergeben wollte. Die Dankbarkeit von Menschen, die nach teilweise jahrelangem Leiden plötzlich wieder ihr Leben genießen können, ist unbezahlbar.
Ich möchte, dass unser Kraft & Fitness Bereich ein Wohlfühlbereich für jeden wird, der gerne etwas für seine Gesundheit machen möchte. Des Weiteren sollte jedes Vereinsmitglied die Chance haben, ein individuelles Athletiktraining bei uns durchführen zu können, um die Leistungsfähigkeit in der eigenen Sportart zu steigern und Verletzungen vorzubeugen.
Neben einer gepflegten Ausstattung ist ein eingespieltes Team von kompetenten und engagierten Trainern der Schlüssel zum Erfolg.
Durch die im Jahr 2017 angedachten Umbaumaßnahmen sehe ich hier eine große Chance für unseren Verein und unsere Mitglieder. Man muss jedoch sagen, dass ein so großes Projekt auch große organisatorische und wirtschaftliche Herausforderungen mit sich bringt, die wir als Trainerteam zusammen mit dem Vereinspräsidium in Zukunft lösen müssen.
Ich freue mich auf meine Arbeit beim ESV Neuaubing und bedanke mich beim Präsidium für das Vertrauen.

Achtung, Pressewarte! Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 14.11.2016

Alpin

Eltern-Kind-Kurse

Kinder von ca. 4 Jahren bis zum Schulstart und ihre Eltern	**Samstag (5 mal)** 21.1./28.1./4.2./11.2./18.2.	Kind Begleitperson	150 € 75 €

- Spielerisch Skifahren lernen auf der Märchenwiese und im Geländegarten in besonders kleinen Gruppen mit speziell geschulten Übungsleitern
- Mitfahrt einer Begleitperson im gleichen Bus und gemeinsames Mittagessen auf der Hütte
- Möglichkeit zum freien Skifahren für die Eltern während des Kurses der Kinder
- Die Profis vom letzten Jahr gehen (wenn möglich) bereits zum Liftfahren
- Nach 2-maligem Besuch eines Kurses ist unabhängig vom Alter die Teilnahme im normalen Kurs möglich!

Die Mitfahrt einer Begleitperson ist erforderlich!

Eltern-Kind-Woche (Muki-Wochen)

Kinder von ca. 4-6 Jahren in Begleitung der Eltern oder Großeltern	**Sonntag - Freitag** Termine siehe unten	**Kursgebühren** 1. Kind 2. Kind 3. Kind	 150 € 130 € 115 €

Bei der Winter-Eltern-Kind-Woche handelt es sich um einen Wochenskikurs (Sonntag bis Freitag) für Kinder im Alter von ca. 4 – 6 Jahren. Begleitet werden die Kinder durch ihre Eltern oder Großeltern, die die Betreuung außerhalb der Skikurszeiten übernehmen, und ggf. ihre Geschwister.

4 – 5 qualifizierte Skilehrer führen die ca. 20 – 25 Kinder im vereinseigenen Geländegarten, gleich hinter der Hütte, mit viel Spaß, Phantasie und Einfühlungsvermögen an die Elemente Ski und Schnee heran.
Die Ski-Erfahrenen gehen im Laufe der Woche auf die Piste. Eine lange Mittagspause sowie ein abwechslungsreiches Freizeitprogramm gehören dazu.

Besonderheit
Das Skifahren wird OHNE Pflug gelehrt. Um den Kindern die verschiedenen Techniken bestens beibringen zu können, verzichten wir anfangs auf jegliche Art von Aufstiegshilfen. Die Kinder benötigen daher Skistöcke.

Termine
Wir bieten drei Eltern-Kind-Wochen an:

1. Woche	29.01. bis 03.02.2017	(Leitung: Edith u. Schorsch Speckbacher)
2. Woche	05.02. bis 10.02.2017	(Leitung: Jens Klausch)
3. Woche	12.02. bis 17.02.2017	(Leitung: Christian Wingarde)

Anmeldung und weitere Infos
Eine ausführliche Beschreibung der Muki-Wochen sowie die Online-Anmeldung finden Sie im Internet unter www.esvskikurs.de (unter: Schneesportaktivitäten>Anmeldung>Eltern-Kind-Wochen).
Die Plätze sind limitiert! Anmeldeschluss ist der 1.12.2016, danach ggf. Warteliste.
Für Fragen zu den Eltern-Kind-Wochen stehen Ihnen Christine & Christian Wingarde unter muki@esvskikurs.de oder am Telefon unter 089-333576 zur Verfügung.

Skikurse mit Kursklassen 1 bis 6

ab 6 Jahren oder 2 mal Eltern-Kind Kurs Erwachsenenkurse ab 5 Teiln.	**Samstag (5 mal)** 21.1./28.1./4.2./11.2./18.2.	1. Kind 2. Kind weitere Kinder Erwachsene	150 € 130 € 115 € 160 €

In den Kursen 1-6 entwickelt man sich vom Skianfänger bis hin zum sicheren Fahrer.
Ausführliche Kursklassenbeschreibung unter www.esvskikurs.de

Freeride-Kurs-Alpin

Jugendliche nach Besuch des 6. Skikurses	**Samstag (5 mal)** 21.1./28.1./4.2./11.2./18.2.	1. Kind 2. Kind weitere Kinder	150 € 130 € 115 €

- Aktion und Fun nicht immer nur auf der Piste
- Abseits der Piste mit erfahrenem und ausgebildetem Off-Pist Lehrer
- Springen, Tiefschnee, Gelände...

Free – for girls only!

Mädels nach Besuch des 6. Skikurses	**Samstag (5 mal)** 21.1./28.1./4.2./11.2./18.2.	1. Kind 2. Kind weitere Kinder	150 € 130 € 115 €

- Für alle girls, die nicht nur Rosskopf und Pumuckel-Hang fahren möchten
- Action und Fun in lustigen Mädelsgruppen mit coolen Skilehrern
- Feilen an der Technik mit Schwerpunkt auf der Piste

Skilehrervorbereitungskurs

Jugendliche ab 16 Jahren, die Skilehrer werden wollen	**Samstag (5 mal)** 21.1./28.1./4.2./11.2./18.2.	Preis nach Absprache

- Verbesserung der eigenen Skitechnik
- Hospitation in Kursen
- Hintergrundwissen zum Skifahren
- Vorbereitung auf die DSV-Ausbildung

Tagesfahrten Alpin

Skifahren ohne Kurs Spitzing	**Samstag (5 mal)** 21.1./28.1./4.2./11.2./18.2.	5 Fahrten Einzelfahrt	75 € 18 €
Skifahren ohne Kurs verschiedene Skigebiete	**Dienstag (6 mal)** 10.1./17.1./24.1./31.1./7.2./14.2.	6 Fahrten Einzelfahrt	110 € 22 €

Sie wollen zum Skifahren, aber nicht mit dem eigenen Auto fahren? Wir fahren Sie im modernen Reisebus am Samstag nach Spitzing und am Dienstag zu verschiedenen Skigebieten.

Aus Sicherheitsgründen gilt bei allen unseren Kursen Helmpflicht!

Snowboard

Snowboard

ab 9 Jahren	**Samstag (5 mal)** 21.1./28.1./4.2./11.2./18.2.	1. Kind 2. Kind weitere Kinder	150 € 130 € 115 €

Snow A – Beginner
- ohne Vorkenntnisse
- erste Schritte auf dem Board bis zum Kurvenfahren

Snow B – Intermediate (Voraussetzung Snow A)
- sichere Kurven
- leichte Freestyle-Elemente
- erste Parkerfahrung

Snow C – Advanced (Voraussetzung Snow B)
- Freeriden
- Switchfahren
- coole Graps
- erste Spinns

Snow D – Expert (Voraussetzung Snow C) —> **Auch für Skifahrer möglich!**
- Carven
- Freestyle von Box bis Rail
- Slopestyle
- mittlere Kicker

Ski-Flohmarkt
Donnerstag, 17. November 2016
Einlass ab 18 Uhr, Unkostenbeitrag 1 €, Kinder frei
- Verkauf und Kauf aller Wintersportartikel
- Anmeldung und Information zum gesamten Kursprogramm
- Kostprobe unserer Skikursköche
- Schnupperklettern

Jugendwochenende

Skifreizeit Alpin & Snowboard

Jugendwochenende auf der Sportalm des ESV Neuaubing, Mindestalter 10 Jahre	**Freitag bis Sonntag** 17. bis 19. März 2017	inkl. Fahrt, Übernachtung, Vollpension (außer Getränke) und Skipass 80 €

Nach lockerem Skifahren und boarden unter Betreuung unserer Skilehrer geht es auch am Abend noch lustig weiter. Lasst Euch überraschen!
Infos und Anmeldung: Christian Kunz, Tel: 0176- 103 50 122 (jugend@esvbergsport.de)

Aus Sicherheitsgründen gilt bei allen unseren Kursen Helmpflicht!

Langlauf

Kurse Langlauf

Kinder / Jugendliche bis 16 J. **Erwachsene**	**Sonntag (4 mal)** 15.1./22.1./29.1./5.2.	1. Kind 2. Kind weitere Kinder Erwachsene	80 € 70 € 55 € 110 €
Schnuppertag	**Sonntag** 15. Januar 2017	1. Kind Erwachsene	21 € 31 €

Langlauf für Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre
mit Anleitung in einer jugendgerechten, spielerischen Form

Langlaufen für Erwachsene
Grundkurs Klassisch, Fortgeschrittene oder Skatingkurs

Schnuppertag
für Neulinge und Auffrischer

Tagesfahrten Langlauf

Langlauf am Sonntag	**Sonntag (6 mal)** 15.1./22.1./29.1./5.2./12.2./19.2.	6 Fahrten Einzelfahrt	105 € 21 €
Langlauf am Dienstag	**Dienstag (6 mal)** 17.1./24.1./31.1./7.2./14.2./21.2.	6 Fahrten Einzelfahrt	105 € 21 €

6 Fahrten im modernen Reisebus zu verschiedenen Langlaufzielen

Geführte Skitouren

Geführte Skitouren

Mindestteilnehmerzahl 5 Personen	**Termin nach Absprache** mit Manfred Bayer	Preis pro Tour inkl. Fahrt	30 €

Geführte Skitouren incl. Lawinenschulung
Der Ort ist abhängig von Schneelage, Wetter und Lawinengefahr

Ausrüstung (Pflicht!)
Verschüttetensuchgerät, Lawinenschaufel, Lawinensonde, Ski mit Tourenbindung, Felle und Harscheisen

Skifahrerische Voraussetzungen
paralleles Schwingen

Infos und Anmeldung
nur bei Manfred Bayer, Telefon 08141-72 795

Anmeldung (außer Eltern-Kind-Wochen)

Kurse können wir leider ausschließlich Mitgliedern des ESV Neuaubing anbieten!
Es besteht die Möglichkeit einer Kursmitgliedschaft! (Kinder 36 €, Erwachsene 50 €)

Erstmalige Anmeldung	1. Anmeldung online ausfüllen unter www.esvskikurs.de 2. Betrag (evtl. inkl. Kursmitgliedschaftsgebühr) auf Skikurskonto überweisen. (Die Anmeldung ist nur gültig mit rechtzeitiger Zahlung und bestehender Mitgliedschaft!)
Anmeldung in den darauffolgenden Jahren	Einfach Betrag (evtl. inkl. Kursmitgliedschaftsgebühr) auf das Skikurskonto überweisen! **Wichtig!** Bitte ggf. Adressänderungen unter Tel. 089-89 40 40 52, Fax -53 oder per mail unter organisation@esvskikurs.de mitteilen!
Bestätigung	**Kurse** Alle Teilnehmer werden bis Mittwoch, 11. Jan. 2017 benachrichtigt! **Tagesfahrten** Mitfahrer erhalten keine Nachricht.
Überweisung	Einzahlungen bis spätestens **12.12.2016** für alle Kursteilnehmer und Mitfahrer Bank: Sparda-Bank München e.G. IBAN: DE02 7009 0500 0002 3531 30 BIC: GENODEF 1S04 Empfänger: ESV Neuaubing, Abt. Bergsport Verwendungszweck: Name des Kursteilnehmers, Telefon, Geburtstag, Tag (Sa, So oder Di), Disziplin (alpin, Snow, Tour oder LL) Kursbezeichnung (MF für Mitfahrer oder Kurs 1-6 / Freer./ SL Vorb./ Free f. girls / Snow A,B,C oder D)/ EKS für Eltern-Kind)

Infos und Beratung

Aktuelle Infos finden sich unter www.esvskikurs.de

Alpin und Snowboard	persönlich: Ski-Flohmarkt am 17.11.2016 ab 18 Uhr (alle Angebote) telefonisch: Donnerstag 20-21 Uhr (ab 24. November 2016) Tel. 089-89 40 40 52 Fax: 089-89 40 40 53 E-mail: organisation@esvskikurs.de
Eltern-Kind-Wochen	Familie Wingarde, Tel. 089-333576, muki@esvskikurs.de
Langlauf	**Kurse Sonntag sowie Anfragen wegen Skiausleihe bzw. -kauf** - Dieter Prosotowitz-Mitterer, Tel. 089-871 42 34, info@p-mitterer.de **Tagesfahrten** - Sonntag: Dieter Prosotowitz-Mitterer, Tel. 089-871 42 34, info@p-mitterer.de - Dienstag: Hermine Winterling, Tel. 089-54 66 27 97, hmw09-langlauf@yahoo.de

Abfahrtstellen und Abfahrtzeiten

Samstag	**7.15 Uhr**	Dietmar-Keese-Bogen
Sonntag	**7.45 Uhr**	Reichenauschule
	8.00 Uhr	Wiesentfelserstraße
	8.15 Uhr	Fürstenriederstr./Ehrwalderstr.
Dienstag (alpin)	**7.15 Uhr**	Wiesentfelserstraße
	7.30 Uhr	Mainaustraße
Dienstag (LL)	**7.45 Uhr**	Reichenauschule
	8.00 Uhr	Wiesentfelserstraße
	8.15 Uhr	Fürstenriederstr./Ehrwalderstr.

Genauere Informationen unter www.esvskikurs.de

Helfer/innen gesucht

Wer hat Lust zu kochen?

Für unsere Samstags-Skikurse brauchen wir wieder Mütter, Väter, Omas..., die mit uns auf der ESV-Sportalm kochen... Wir sind bekannt für unsere „Rennfahrerwürstel“, die „Skistarsuppe“ und die „Boarder-Nudeln“. Als Zuckerl gibt es verbilligte Übernachtungen auf unserer Sportalm am Spitzingsee.
Bitte melden unter kochen@esvskikurs.de

Wer hat Lust bei den Samstagskursen zu helfen?

Für unsere Samstags-Skikurse (alpin) brauchen wir Helferinnen und Helfer (ab 15 Jahren). Wenn Du Spaß am Umgang mit Kindern hast, Dir ein bisschen Schneeschaufeln nichts ausmacht und Du Interesse hast, evtl. auch einmal Skiübungsleiter(in) zu werden, dann melde Dich doch einfach und unterstütze uns. Als Zuckerl gibt`s einen kostenlosen ½-Tages-Skipass. Busfahrt und Mittagessen auf der Hütte sind natürlich auch umsonst.
Bitte melden unter: 089-89 40 40 52 (Donnerstag ab 24. November von 20 - 21 Uhr)
oder organisation@esvskikurs.de
Infos auch beim Skiflohmarkt!

Snowboard-Helfer (ab 16 Jahren) mit Interesse an der Snowboardlehrerausbildung bitte bis spätestens 01.12.2016 bei Andy Waneck (Tel.: 0176-611 43 682 oder snowboard@esvskikurs.de) melden.

Wer hilft mit beim Bau des Geländegartens?

Unser beliebter Geländegarten, in dem unsere „Kleinen“ die Grundlagen des Skifahrens erlernen, muss jedes Jahr neu geschaufelt werden. Dazu benötigen wir dringend tatkräftige Eltern, die uns bei diesem Vorhaben unterstützen. Auch hier gibt es natürlich ein Zuckerl: Verbilligte Übernachtungen auf der Sportalm im Spitzing.
Treffpunkt: 14. Januar 2017 ab 9 Uhr auf der Sportalm (direkt am Parkplatz der Sesselbahn Stümpfling)
Anmeldung und Informationen unter organisation@esvskikurs.de

Spitzing-Radtour 2016

Samstag, 23. Juli 2016, morgens um 7.30 Uhr am Lidl-Parkplatz in Neuaubing: Nachdem der erste Termin für die diesjährige Radtour buchstäblich »ins Wasser« gefallen ist (bei der Wetterprognose mit starken Regenfällen und Gewittern bis hin zu Unwetterwarnungen Mitte Juni, war an eine Durchführung zum geplanten Termin nicht zu denken) wurden alle Teilnehmer, und das waren viele, mit bestem Wetter und weiß-blauem Himmel belohnt. Pünktlich fanden sich alle am üblichen Treffpunkt vor dem Lidl in Neuaubing ein. Es wurden Rucksäcke, Taschen und Kühltaschen sowie Trinkvorrat und Brotzeit in den Vereinsbus gepackt und los ging´s.

Bei sonnigen 20 °C führte die Route über Gräfelfing, Neuried und durch den Forstenrieder Park Richtung Straßlach-Dingharting. Eine kurze Pause wurde zuvor noch in Grünwald eingelegt, dort stießen noch die letzen Teilnehmer zu der Gruppe. Mittagspause gab es, wie schon in den letzen Jahren, in Oberwarngau.

Da sich dieses Jahr doch schon so einige »Kleinere« (jüngste Teilnehmerin 5 Jahre!!!!) getraut haben mit zu radeln, wurde die Mittagspause ein wenig verlängert, da die langsamere Gruppe natürlich etwas später an der Gaststätte eintraf, aber auch noch genügend Zeit brauchte, sich für die restlichen Kilometer zu stärken.

So gegen 16 Uhr kamen dann die Ersten an der Sportalm an und da der letzte Teil der Strecke, die berühmte Valepp, der anstrengendste ist, waren alle ganz schön geschafft. Die Kleinen wurden natürlich die letzten Kilometer per Vereinsbus zur Hütte gebracht.

Der Tag klang mit zünftigem Grillen, vielen leckeren Salaten und Beilagen und natürlich dem einen oder anderen Bierchen aus…

Am Sonntag hieß es wieder früh raus, frühstücken, Hütte aufräumen und säubern, das Gepäck in den Vereinsbus und ab in den Sattel. Auch an diesem Tag hatte die Radlergruppe Glück mit dem Wetter, bei zwar frischen 12 °C aber Sonnenschein starteten alle um halb 9 Uhr Richtung München, die Kleinen wieder im Vereinsbus, der Rest die Valepp hinunter zum Tegernsee. Wieder zusammen radelten alle am Tegernsee vorbei nach Finsterwald bis zur Mittagspause in Schönegg. Nach dem Mittagessen führte der Weg die Isar entlang, um bei Hohenschäftlarn noch eine letzte Anhöhe zu bezwingen, um dann gemütlich bis zum Ausgangspunkt am Lidlparkplatz in Neuaubing weiter zu radl´n.

Früher als erwartet, gegen 15 Uhr, waren alle Teilnehmer am Parkplatz eingetroffen und froh, aus dem Sattel steigen zu können. Zur Belohnung und Begeisterung aller gab es noch ein leckeres Eis aus der Eisdiele.

Es war wieder eine gelungene Radtour mit vielen alten und neuen Teilnehmern der Renngruppe und auch anderer Vereinsabteilungen im Alter von 5 bis 50+ sowie vielen Übernachtungsgästen auf der ESV Hütt´n. Und so anstrengend es auch war, freuen sich bereits einige auf das nächste Jahr und wollen wieder teilnehmen.

Sommer-Eltern-Kind-Wanderwochenende 2016

Bei der Festlegung unseres Sommer-Eltern-Kind-Wanderwochenendes hatten wir einmal mehr ein glückliches Händchen: Nach einer Woche mit Kälte und Regen wartete ein traumhaftes, herrliches, verlängertes Sonnen-Wochenende auf uns. Vom 12.08.16 bis 15.08.16 trafen sich 8 Familien auf unserer Hütte in Spitzingsee, so dass wir insgesamt 32 Personen waren. Geplant hatten wir mit voller Hüttenbelegung, jedoch mussten leider kurzfristig zwei Familien u.a. wegen eines Wasserschadens absagen. Besonders freute uns, dass wir auch wieder eine »neue« Familie dabei hatten.

1. Tag: Freitag, 12.08.16:
Eine Wanderung hatten wir für diesen Tag noch nicht geplant; wir trafen uns daher alle erst am späten Nachmittag auf der Hütte. Nach schnellem Bettenbeziehen und Einrichten erkundeten die Kinder sofort die Hütte und das Gelände und fühlten sich schnell heimisch.

2. Tag: Samstag, 13.08.16:
Unsere erste Tour hatte die Ankelalm als Ziel. Dies bedeutete auch für die jüngsten »Nachwuchswanderer«, dass mehr als 500 Höhenmeter zu überwinden waren. Von Neuhaus aus ging es über die traumhaft schönen Josefstaler Wasserfälle hinauf zum Kessel unterhalb der Brecherspitz, in dem malerisch die Ankelalm liegt. Der Pfad führte uns zunächst nur leicht ansteigend in den märchenhaften Buchenwald hinein. Nach nur 10 Minuten erreichen wir bereits den ersten Was-

serfall. Über eine Felsnase ergießen sich hier zwei, etwa 12m hohe rauschende Ströme in ein flaches Becken. Von hier ging es nun deutlich steiler und stufig aufwärts, wir passierten weitere Wasserfälle und Gumpen, bevor wir aus dem Wald traten und uns auf einer Lichtung wiederfanden. Der hier ruhig vorbei fließende Bach ist an dieser Stelle breit, nicht tief und eignete sich hervorragend zu einem kurzen »Pritscheln«. Anschließend ging es über eine kleine Holzbrücke weiter und wir folgten dem befestigten Stockeralm- bzw. Bockerlbahnweg und trafen wenig später auf einen alten Wagen der Bockerlbahn, der am Rand des Weges steht. So konnten sich auch die Kleinsten gut vorstellen, wie früher hier Holz ins Tal transportiert wurde. Einige Zeit später verließen wir den Bockerlbahnweg und zweigten zur Ankelalm ab. Der breite Schotterweg führt nun deutlich ansteigend in Serpentinen durch den Wald aufwärts. An lichten Stellen können wir immer wieder hinab auf Neuhaus oder hinüber zum Breitenstein und Wendelstein blicken. Nach etwa einer Stunde steilem Fußmarsch endete der Wald und wir wanderten in einer großen Kehre in einem freien, von Felsbrocken übersäten Almgelände auf die auf 1.311 m Höhe zauberhaft gelegene Ankelalm zu. So mancher ältere Schuh gab hier den Geist auf und musste vom netten Ankelalm-Wirt mit einem fest-

en Tape repariert werden. Einige Kinder nahmen den direkten Weg über das steinige Geländer auf die Alm zu. Oben machten wir ausgiebig Brotzeit, die Kinder konnten spielen und die männlichen Erwachsenen genossen bei einem kühlen Weißbier den herrlichen Blick auf die Brecherspitz und gegenüber auf den Wendelstein. Von der Ankelalm ging es zunächst auf dem Aufstiegsweg talwärts, wir sparten uns den Bockerlbahnweg und blieben auf dem breiten Wirtschaftsweg und marschierten so zurück nach Neuhaus bis zur Josefstaler Straße, unserem Ausgangspunkt.
Zurück auf der Hütte wurden aus Playmais großartige Kunstwerke gefertigt und die Kinder in die Kunst des Paracord-Knüpfens eingeführt. Schnell beherrschten sie die Technik besser als die Erwachsenen. Später wurde gegrillt und der Abend klang auf der Terrasse aus.

3. Tag: Sonntag, 14.08.16:
Am nächsten Tag wanderten wir zur Burgruine Hohenwaldeck oberhalb des Schliersees hinauf. Die Kinder erkundeten die Reste der Burg, die Erwachsenen genossen die Aussicht auf den See und den Ort Schliersee, das umgebende Panorama sowie fern am Horizont auf München. Auch unser gestriges Ziel, die Ankelalm, konnten wir von hier oben gut erkennen. Anschließend ging es durch den schattigen Wald über Oberleiten hinunter nach und zum Schliersee. Nach kurzem Aufenthalt an der Badestelle ging es mit dem Schiff zurück nach Neuhaus zum Ausgangspunkt, wo unsere Autos standen. Zurück auf der Hütte ging es für viele noch zum Spitzingsee, die einen fuhren Tretboot oder badeten im See, die anderen genossen am Ufer ein wohlverdientes Eis. Anschließend wurden von den Kindern auf der Hütte wieder fleißig Armbänder, Schlüsselanhänger oder Gürtel aus Paracord-Seilen geknüpft. Abends grillten wir wie gewohnt und als die Kinder im Bett waren, folgte wieder der gemütliche Teil des Wochenendes auf der Terrasse.

4. Tag: Montag, 15.08.16:
Am letzten Tag stand zunächst die obligatorische Hütten-Putzaktion an, die selbstverständlich wieder reibungslos klappte. Herzlichen Dank allen Teilnehmern, dass ihr die Hütte so ordentlich hinterlassen habt! Anschließend brachen wir zur letzten gemeinsamen Unternehmung auf. Da wir erst gegen Mittag starten konnten, wurde die Abschluss-Tour etwas gemütlicher:
Wir fuhren mit den Autos zum Bahnhof Bayrischzell, um von dort aus zum Bergcafé Siglhof zu wandern. Unser Weg fiel teilweise mit dem Wendelstein-Männlein-Weg zusammen, der besonders für Kinder die Wanderung sehr kurzweilig werden lässt: kurz nach dem Start ging es über eine Brücke über einen Wasserfall. Von der Brücke aus hatte man einen tollen Blick auf die tiefsten Gumpen im Bach. Weiter ging es am Totholz-Steig entlang. Dort ist auf mehreren Schildern zu lesen,

wie wichtig totes Holz, Baumstümpfe, Äste und umgefallene Bäume für den Wald sind. Wer ganz aufmerksam war, hat auch einige Spechtlöcher entdeckt. Anschließend kamen wir zum Parapluie (franz. Schirm), einem kleinen, runden Brotzeitunterstand und einem neu errichteten Aussichtsturm, der natürlich sofort erklommen werden musste, sowie einer Almattrappe. Es folgte ein kurzer Anstieg zum Abenteuerspielplatz an der Grünen Gumpe, an dem wir kurz Pause machten und die Kinder ein wenig plantschen konnten. Der letzte Anstieg endet nach etwa 20 Minuten am Bergcafé Siglhof in Hochkreuth. Neben dem Café befindet sich ein Spielplatz mit einem echten Oldtimer-Traktor und einer Gondel. Die Erwachsenen genossen das fast kitschige Panorama und stärkten sich bei Kaffee und Kuchen, während die Kinder den Spielplatz stürmten und kaum Zeit für ein Eis hatten. Der Rückweg nach Bayrischzell führte uns kurz, aber steil, durch den Wald hinunter. Zurück am Bahnhof hieß es dann leider schon wieder Abschied nehmen.

Zusammenfassend war das Wochenende rundum gelungen und sehr erholsam. Wir haben viel gelacht und hatten jederzeit sehr viel Spaß. Unfälle und Verletzungen blieben glücklicherweise aus!

Wir freuen uns schon auf unsere nächsten Eltern-Kind-Wochen!

Eure Eltern-Kind-Organisatoren
Tine und Christian Wingarde

Unsere Frühjahrsfahrt am 27. Mai

führte uns nach Rott am Inn, Zellerreith und Wasserburg am Inn.

Herzliche Gratulation!

Runde Geburtstage konnten wir mit unseren Mitgliedern der Sparte »Fit plus 60« feiern. Von links nach rechts: Heidi Cellura, Ursula Osswald, Franz Hois, Margitta Hager und Gertraud Draeger. Nochmals herzlichen Glückwunsch und viel Gesundheit für die kommenden Jahre.

Sommerfest 2016

Bei herrlichem Wetter konnten wir auch in diesem Jahr wieder unser Sommerfest in der Vereinsgaststätte des ESV Neuaubing feiern.

Organisatorin Marianne Vogel durfte 44 Mitglieder und Gäste begrüßen. Zwischen einem Ratsch bei Kaffee und Kuchen und dem leckeren Abendessen sorgte unser Musiker Reihmund Feth für beste Feierstimmung. Es wurde mit viel Freude und Elan gesungen und geschunkelt.

Nach dem gemeinsamen Abendessen war ein schöner Nachmittag beendet und alle gingen glücklich und gesättigt nach Hause.
Ein herzliches DANKESCHÖN gebührt unserer Marianne Vogel, die sich wie jedes Jahr viel Arbeit gemacht hat. Dafür aber mit einem gelungen Nachmittag und vielen fröhlichen Gästen belohnt wurde.

Nachruf

Traurig mussten wir erfahren, dass unsere Sportkameradin

Frau Monika Kleindl

am 29. Juli 2016 im Alter von nur 66 Jahren
nach schwerer Krankheit verstorben ist.

Sie war seit 14 Jahren Mitglied beim ESV Neuaubing und seit rund 2 Jahren in der Sparte »Fit plus 60« mit Begeisterung dabei. Insbesondere das Kegeln jeden Montag-Nachmittag, aber auch die Donnerstags-Gymnastik und das abschließende Tischtennisspiel bereitete ihr viel Spaß.
Auch an unseren Ausflugsfahrten beteiligte sie sich gerne. Durch ihr unkompliziertes und humorvolles Wesen war sie allseits sehr beliebt. Ihr Tod hinterlässt nicht nur bei uns eine schmerzliche Lücke, wir denken auch an ihre Familie und ihre Angehörigen, die sie bis zuletzt behutsam begleitet haben.

Vielleicht ist es ein Trost, wenn wir darauf hoffen, dass Monika Kleindl nicht von uns, sondern nur vor uns in eine andere Wirklichkeit, jenseits der Grenzen von Raum und Zeit hinüberwechselte, wo wir uns alle irgendwann einmal wiedersehen.

P.S.

NEU – Power-Fitness

Hi, ich bin Muna und 34 Jahre alt.
In den letzten Jahren habe ich Zumba, Hip Hop und Aerobicstunden unterrichtet. Jetzt möchte ich euch einen Mix aus allem anbieten.
Hast Du Lust Dich mal richtig auszupowern und dabei auch noch Spaß zu haben? Dann bist Du bei meiner Power-Fitness-Stunde mit Zumba und Hip Hop Elementen genau richtig!

Du hast Interesse? Dann komm vorbei am **Donnerstag von 19:00 bis 20:00 Uhr.** Ich freue mich auf Dich! Ab 22.09.16 am Ravensburger Ring.

Eine kostenlose Schnupperstunde ist für alle Mitglieder und Nichtmitglieder möglich.
Anschließend ist für:

- Mitglieder ein Sonderbeitrag von 1,50 Euro pro Teilnahme fällig.
- Nichtmitglieder können mit einem Nichtmitgliederticket für 7,50 Euro oder einer 12er Karte für 90,00 Euro teilnehmen.

10er Karten sowie Nichtmitgliedertickets können in der Geschäftsstelle sowie vor Ort vor der Stunde erworben werden.

Neue Eltern-Kindstunde am Nachmittag

Mein Name ist Belinda Ettenhuber, bin 32 Jahre und Mama von 3 Kindern (14, 4 u. 3 Jahre alt). Da mir Bewegung auch für Kinder sehr wichtig ist, freue ich mich, eine Sportstunde für die kleinsten Mitglieder des ESV Neuaubing halten zu dürfen. Ganz besonders freue ich mich natürlich auf viele kleine Sportlerinnen und Sportler in Begleitung eines Erwachsenen.

Wir starten mit der neuen Eltern-Kindstunde (Alter 2-4 Jahre) am **Dienstag, dem 20.09.2016, immer von 15:45 – 17:15 Uhr im Gymnastiksaal**, 1. OG im ESV Neuaubing.

Für Nichtmitglieder ist eine Probestunde erlaubt. Kommt einfach mal auf eine Probestunde vorbei. Eine vorherige Anmeldung ist hierbei nicht erforderlich. Einfach vor Beginn der Stunde bei mir melden.
Ich freu mich auf Euch,

Eure Belinda

Termine Yoga und Pilates Herbstkurse:

YOGA Mittwochs-Kurs:
Start: 12. Oktober bis 21. Dezember 2016.
9 x mittwochs 18:00 – 19:30 Uhr mit ÜL Sabine Sengewald
Sport- und Freizeitzentrum Papinstrasse 22 / Ballettsaal

PILATES Montags-Kurs:
Start: 12. September bis 19. Dezember 2016.
montags von 10:00 – 10:45 Uhr mit ÜL Ingrid Maushart
Sport- und Freizeitzentrum Papinstrasse 22 / Ballettsaal

PILATES Dienstags-Kurs:
Start: 13. September bis 20. Dezember 2016.
dienstags von 18:45 – 19:30 Uhr mit ÜL Annett Stroner
Sport- und Freizeitzentrum Papinstrasse 22 / Ballettsaal

PILATES Mittwochs-Kurs:
Start: 14. September bis 14. Dezember 2016.
mittwochs 20:10 – 21:00 Uhr mit ÜL Christina Berzl
RAV Ravensburger Ring Schule, Ravensburger Ring 37, München

Anmeldung für alle Kurse noch möglich!
Nähere Info in der Geschäftsstelle oder auf unserer Internetseite: www.esv-neuaubing.de/service/kurse-camps

»Ballett & Tanz« – jetzt als Kursangebot!

Ab dem **04.10.2016 – 17:00 bis 18:00 Uhr**, bieten wir einen 10-wöchigen Kurs »Ballett & Tanz« für Kinder (gerne auch Jungs) im Alter zwischen 6 – 9 Jahren an.

Kursinhalte sind:

- Spielerisches Aufwärmen im Raum
- Übungen für Koordination und Körperhaltung (z. T. auch an der Stange)
- Erlernen einfacher Bewegungen und Schrittfolgen in der Diagonalen
- Einstudieren kleiner Choreographien, die am Ende des Kurse zu einem kompletten Tanz führen.

Am letzten Kurstag, 13.12.2016, wird der Tanz dann den Eltern, Großeltern … vorgeführt!

Gebühren:
Für Vereinsmitglieder entstehen zusätzlich zum Vereinsbeitrag **keine Gebühren**.
Nichtmitglieder kostet der Kurs 25,00 Euro.
Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung im Internet oder unter eMail: info@esv-neuaubing.de bis spätestens 26.09.2016.
Der Kurs findet nur statt, wenn mindestens 7 Anmeldungen eingegangen sind.
Eure Übungsleiterin Susanne Reinhardt freut sich auf Euch!

Sind Sie schon fit für den Winter?

Machen Sie sich mit unserem Angebot im Freizeitsport fit für die kommende Skisaison:

Tag	Uhrzeit	Training	Ort	Übungsleiter
Montag	19.00 - 19.45	Ausgleichsgymnastik	RAV	Tina Berzl
	19.00 - 20.00	Fitness Workout	SFZ	Stefanie Bosse
	19.30 - 20.15	Fit und entspannt in die Woche	WIE	Rainer Seifried
Dienstag	18.00 - 18.45	Fitness Workout	SFZ	Jana Sklavakis
	19.00 - 19.45	rückengerechtes Fitnesstraining	RAV	Steffi Amon
	19.30 - 20.30	Bodystyling (**)	SFZ	Ingrid Maushart
Mittwoch	19.00 - 20.00	Fit & Flexibel	RAV	Christina Berzl
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
	19.00 - 19.45	Fitness Workout	WIE	Sonja Schneider
	19.00 - 19.45	Fitness Workout	LIM	Stefanie Bosse

SFZ
Sport- und Freizeitzentrum des ESV Neuaubing,
Papinstr. 22 in Neuaubing

RAV
Grundschule am Ravensburger Ring,
Ravensburger Ring 37 am Westkreuz

LIM
Grundschule an der Limesstraße,
Limesstr. 38 in Neuaubing

WIE
Grund- und Hauptschule an der Wiesentfelser Straße,
Wiesentfelser Str. 53 in Neuaubing West

Gewichtheber: Vereinsmeisterschaft 2016

Auch wenn aufgrund Verletzungspech nicht alle mitheben konnten: Bei der Siegerehrung mit Spanferkel und Bier waren zur Vereinsmeisterschaft 2016 des ESV Neuaubing beinahe alle am Start.

Den Titel der Vereinsmeisterin nach Sinclair-Punkten sicherte sich Claudia Pobig vor Ulrike Giesa und Sabrina Koenen. Lena Mayr erreichte in ihrem ersten Wettkampf gleich fünf saubere, gültige Versuche und einen vierten Platz.

Bei den Männern siegte Routinier Walter Eicher mit 246,42 Sinclair-Meltzer-Punkten vor seinen jüngeren Konkurrenten: Zweiter wurde Stefan Große vor Jugendheber Noah Lombardo. Platziert haben sich zudem Glenn Apel, Christoph Brosig, Robert Neagu (erster Wettkampf!), Szaboles Sreiber und Stefan Müller.

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

vom Freistaat Bayern

und der Landeshauptstadt München

Startklar für die Saison

Klar überlegen: Die Aubinger Damen spielten beim Saison-Opening stark auf

Spielpraxis sammeln und einen entspannten Abend mit Aktiven, Jugend, Eltern und Fans am Grill verbringen – das war das Motto für das Saison Opening der Handballer des ESV Neuaubing am letzten Trainings-Donnerstag vor den Sommerferien in der Sporthalle der Berufsschule an der Bergsonstraße. Zwar stehen die ersten Pflichtspiele erst Ende September bzw. Anfang Oktober auf dem Plan, die Ligeneinteilung ist jedoch bereits abgeschlossen und die sportliche Vorbereitung läuft auf Hochtouren, so dass die neue Saison guten Gewissens eingeläutet werden konnte. Statt Wurf-, Technik- und Ausdauer-Übungen standen beim Opening zwei Testspiele auf dem Plan.

Zunächst trat ein Mix-Team der Damen I und II der ESVlerinnen gegen die erste Damen-Mannschaft der HSG Glonntal an. Die Gäste mussten in der letzten Saison leider aus der Bezirksoberliga (BOL) in die Bezirksliga absteigen. Die ESV-Mädels dagegen konnten die Spielzeit mit einem sehr guten dritten Tabellenplatz in der BOL abschließen. Entsprechend deutlich fiel dann auch das Ergebnis aus. Mit 39:14 wurden die Gäste förmlich aus der Halle gefegt. Die Ambitionen der Aubinger Damen sind klar: auch in der kommenden Saison wieder ganz vorne mitspielen. Mit Faruk Durmaz haben sich die Mädels dafür wieder einen erfahrenen Trainer an Bord geholt, nachdem die letzte Saison in Eigenregie durchgezogen worden war. Faruk war zuletzt bei der HSG Isar-Mitte aktiv.

Im zweiten Spiel des Abends waren die Vorzeichen genau andersherum. Die Gastgeber der Herren I des ESV treten nach einer verkorksten Saison und dem leider berechtigten Abstieg aus der Bezirksliga in der kommenden Spielzeit wieder in der Bezirksklasse an. Allerdings mit dem festen Vorsatz, den sofortigen Wiederaufstieg zu schaffen. Um diesen Anspruch zu untermauern, hatte man sich für das Testspiel einen mehr als hochkarätigen Gegner organisiert: das Bayernliga-Team vom TSV Unterhaching. Das bei vier Klassen Unterschied nichts zu holen ist, war natürlich von vornherein klar – aber man wächst ja schließlich mit den Aufgaben. Die Leistung bei der 18:41 Niederlage kann denn auch als durchaus respektabel bezeichnet werden. Das Ziel, keine 40 Tore zu kassieren und selber 20 zu werfen, wurde nur knapp verfehlt.

Klare Ansage: Die Herren der ESV-Handballer wollen wieder aufsteigen

Rundum war das Saison-Opening – wie auch in den Vorjahren – wieder ein gelungenes Event. Nicht zuletzt dank optimalem Wetter, das einen gemütlichen Open-Air-Ausklang vor der Halle mit eisgekühlten Getränken und Würstl und Steaks (Danke an die Metzgerei Past aus Allach fürs Sponsoring!) vom Grill ermöglichte. Die Aubinger Handballer sind startklar für die kommende Saison.

Wettkampftage in Erding

Am 2.7. und 3.7. waren lange Wettkampftage in Erding. Vom ESV Neuaubing kämpften Asen, Ilja in der U10. Beide waren sehr erfolgreich und gewannen alle ihre vier Kämpfe kurz und schmerzlos, belegten damit beide Platz 1. In der U12 kämpfte Julius; sein erster Wettkampf war für ihn ein schwerer Brocken und er verlor leider seine Kämpfe, belegte damit Platz 5.

Der Samstag zog sich leider in der sehr warmen und luftarmen Halle in die Länge. Insgesamt waren 215 Teilnehmer an diesem Tag zu verzeichnen.

Ilja und Asen

Werner Fabius

Am Sonntag waren dann Johannes in der U15 und Gustav in der U18 am Start. Johannes bestritt erfolgreich seinen ersten Wettkampf und erkämpfte sich Platz 3. Gustav hatte leider etwas Pech im letzten Kampf, trotzdem belegte er einen erfolgreichen Platz 5.

Wir sind stolz auf unsere Jungs und freuen uns, dass alle Fünf ihre guten Trainingsleistungen im Wettkampf abrufen konnten.

Shotokan Karate Kumite-Lehrgang im ESV Neuaubing

mit Sensei Detlef Krüger

Sensei Detlef Krüger (5. Dan Shotokan Karate JKA) hat uns im ESV Neuaubing als Gasttrainer in den letzten Jahren schon mehrmals begeistert mit seiner Ausstrahlung, seinem humorvollen, unkomplizierten Führungsstil und seinen praxisnahen, präzisen Techniken.
Auch dieses Mal am 16.7.2016 hatte er wieder viel Interessantes für Fortgeschrittene wie für Anfänger auf Lager. Auf den Fotos sieht man mehr darüber!

Unter anderem ging es viel darum, mit dem Raum umzugehen, Techniken in flexibler Weise einem räumlichen Konzept anzupassen, Angriffe und Blocks ebenso wie Ausweichbewegungen in ihrer Richtung zu variieren – für viele Karatekas eine Herausforderung! Die half Detlef mit einem anschaulichen Uhren-Konzept zu meistern: Er motivierte die Kursteilnehmer, indem er die Techniken nacheinander in verschiedenen Uhrzeigerstellungen durchlaufen ließ, und sieh da: Plötzlich ergaben die komplizierten Bewegungen ein einfach anmutendes Ganzes!

Vielen Dank an Detlef, wir werden sicher demnächst wieder mehr von ihm lernen können.

Weitere Bilder auf der ESV-Homepage unter Karate/Galerie.

Wie wärs wieder mal mit einem Qigong-Kurs?

Qigong steht für die intensive Beschäftigung (chin. »gong«) mit der Lebensenergie Qi:
Genau das praktizieren wir in unseren Kursen – dabei ist der Kursablauf frei von Leistungsdruck, der Kursleiter vermittelt Ihnen Qigong als entspannenden Prozess.
Alle Kurse enthalten Bausteine, aus denen Sie auswählen können, was Ihnen am besten gefällt und was für Ihre Gesundheit am förderlichsten ist.

Bewegungsübungen: Fließende, harmonische Bewegungen, die Ihre Beweglichkeit und ein intensiveres Körperbewusstsein fördern

Atemübungen: Bewusster Einsatz des Atems zur Stärkung des Immunsystems und Unterstützung der Kondition

Partnertraining: Kommunikative Übungen, die die Aktions-/Reaktions-Muster positiv beeinflussen

Meditation: Hier wird die geistige Kontrolle über die Körperfunktionen gefördert
Nützliche Anwendungen aus der TCM (= Traditionelle Chinesische Medizin) im Alltag zur Selbstbehandlung bei Nervosität, Verspannungen und Schmerzen.
Qigong basiert auf der Erkenntnis der TCM, dass es neben den geläufigen Bahnen im Körper wie Blutkreislauf und Nervensystem auch ein Netz von Energie-»Leitungen« gibt (=Meridiane). Fließt die Lebensenergie Qi in diesem vernetzten System ungehindert und harmonisch, so ist der Mensch leistungsfähig, ausgeglichen und gesund.
Qigong-Übungen greifen in das Regelungssystem dieses Kreislaufs stabilisierend ein. Hierfür werden über entsprechend gestaltete Bewegungen, Atemtechniken oder über die reine Vorstellung Kontrollpunkte auf diesen Energie-»Leitungen« stimuliert.

Unsere Kurse werden wegen ihrer gesundheitsfördernden Wirkung von vielen Krankenkassen bezuschusst.

Die Kurse hält Peter Blomeyer.
Er ist VHS-geprüfter Kursleiter, ist nach §§ 20/-a SGB V bei der ZPP (Zentrale Prüfstelle für Prävention) zertifiziert und trägt das Gütesiegel des DDQT (Deutscher Dachverband für Qigong und Taijiquan).
Qigong lehrt er seit über 20 Jahren, seit ca. 45 Jahren übt er Meditationstechniken und asiatische Kampfkünste.
Er ist außerdem Autor des Buchs »Qigong – neue Programme für unser Gehirn«.

Termine:

Dienstag (abends)	19:45-21:15 Uhr, 4.10.-13.12.2016 (ESV- Papinstr. 22, Ballettsaal)
Mittwoch (vormittags)	10:15-11:45 Uhr, 5.10.-7.12.2016 (ESV- Papinstr. 22, Ballettsaal)
Mittwoch (abends)	19:00-20:30 Uhr, 5.10.-7.12.2016 (ESV- Papinstr. 22, Schachraum)

Anmeldung: Online unter: www.esv-neuaubing.de/service/kurse-camps oder
Tel. 089/3090417-0, eMail: info@esv-neuaubing.de

Inhaltliche Rückfragen: eMail: kurs-NeuAubing@qigong-concept.de
Tel. 089/877 377, Fax 089/87 11 930, im Web: www.qigong-concept.de

Kleidung: Lockere Freizeitkleidung, Gymnastikschuhe oder Socken.

Teilnahmegebühr (fällig bei Anmeldung) für jeden Kurs (10 Doppelstunden):
ESV-Mitglieder 60 EUR (für Mitglieder des Karate-Dojos 30 EUR)
Nicht-ESV-Mitglieder 130 EUR (ermäßigt für TN des Frühjahr-Kurses 2016 auf 120 EUR).

Bitte 1 Woche vorher überweisen an ESV Neuaubing, IBAN DE77700202703040022502.

KiSS Sommerferiencamps 2016 im ESV München-Neuaubing

In den vergangenen Wochen durften rund 100 sportlich fitte Kinder im Alter von sechs bis zwölf Jahren in der Kindersportschule des ESV München-Neuaubing ihre Sommerferien verbringen.

Jeden Morgen um acht Uhr trafen die ersten Sportbegeisterten ein und schnallten sich sofort Inlineskates sowie Wakeboards unter die Füße. Eine Stunde lang wurde getobt, gelacht, ausprobiert, getrickst, gesprungen und geturnt bis pünktlich um neun Uhr das offizielle Sportprogramm losging.

In drei Sommerferiencamps konnten die Kinder somit die unterschiedlichsten Sportarten ausprobieren. So folgte auf eine elegante Turnstunde eine kraftvolle, wilde Einheit beim Ringen. Nach dem Mittagessen, welches im vereinseigenen Restaurant »Strammer Max« verzehrt wurde, tobten die gestärkten Kinder weiter in der Halle bis das Nachmittagsprogramm startete. Nun folgten Sportstunden im Baseball, Basketball oder Volleyball. Aber nicht nur Bälle wurde in die Hand genommen, sondern auch Hanteln und schwere Taue. In der Stunde »Starke Kids« lernten die Teilnehmer die richtige Technik und Haltung beim Gewichtheben. Spielerisch begeisterten die Übungsleiter die Kinder für diese weniger populäre Sportart. Einige wagten sogar zu behaupten, dass ihnen schon in dieser einen Stunde neue Muskeln gewachsen seien. So bereiteten sich die Kids auf Kampfsportarten wie Taekwondo vor. Die Kampfbegeisterten traten gegen Matten und warfen den einen oder anderen Übungsleiter zu Boden. Beim Klettern und Bierkastenklettern konnten die Mutigen zeigen, wie hoch sie kraxeln können. Zwischendrin gab es lustige Spiele wie die Moorhuhn-Jagd, bei der ein Parcour bewältigt werden musste, während die anderen Kinder versuchten, das Moorhuhn abzuwerfen.

Um 17 Uhr war der Sporttag für die Kinder vorbei. Schließlich musste zuhause noch Kraft und Energie für den nächsten Tag im KiSS Feriencamp getankt werden. Fünf Tage galt es durchzuhalten. Am Freitag gingen die Kinder schließlich mit einigen Erfahrungen und neu gewonnenen Freunden glücklich nach Hause. 20 Sportarten wurden in einer Woche ausprobiert und der ein oder andere Teilnehmer hat bestimmt seine neue Lieblingssportart für sich entdeckt. Einige der Kinder sehen wir bestimmt in den folgenden Feriencamps im Herbst, an Fasching, Pfingsten und im Sommer wieder.

Hannah Sperl

KiSS klettert!!!

Kletterkurs (Anfänger) für 5-8-Jährige
in den Herbstferien vom 02.-04.11.2016

Wann: Mittwoch 02.11.16 von 9-12 Uhr
Donnerstag 03.11.16 von 9-12 Uhr
Freitag 04.11.16 von 9-12 Uhr

Wo: Kletterwand
ESV Sportfreunde München-Neuaubing e.V.
Papinstraße 22, 81249 München

Kosten: KiSS & Kletter-Mitglieder 60,–
Vereinsmitglieder 65,–
Nicht-Mitglieder 70,–

Anmeldungen an k.bayer@esv-neuaubing.de oder
auf der ESV Homepage unter «Kurse und Camps«

	wann	Uhrzeit	Ort	Leiter	freie Plätze
KiSS-Schnuppertag	12. Sept. 16		Papinstraße		
KiSS-Start	13. Sept. 16				
KiSS auf dem Weltkindertag	20. Sept. 16	14 – 18 Uhr	Freiham		
Herbstferien	31. Okt. – 06. Nov. 16				
Herbstcamp (6 - 12 Jahre)	02. – 04. Nov. 16	tägl. 8 – 17 Uhr	Papinstraße	Hannah	30
Ausflug Boulderwelt	16. Nov. 16	8 – 15 Uhr	Papinstraße	Kathi	
Schlittschuhlaufen	Dez. 16		Möbel Höffner		
KiSS-Weihnachtsfeier	15. Dez. 16	15 – 17.30 Uhr	Papinstraße	Hannah	
Weihnachtsferien	24. Dez. 16 – 08. Jan 17				
Winterferien	25. Feb. – 5. Mär. 17				
Faschingscamp (6 - 12 Jahre)	01. – 03. Mär. 17	tägl. 8 – 17 Uhr	Papinstraße		
Osterferien	08. – 23. Apr. 17				
Ostercamp (6 - 12 Jahre)	10. – 13. Apr. 17	tägl. 8 – 17 Uhr	Papinstraße		
Pfingstferien	03. – 18. Jun. 17				
Pfingstcamp (6 - 12 Jahre)	06. – 09. Jun. 17	tägl. 8 – 17 Uhr	Papinstraße		
Sommerferien	29. Jul. – 11. Sep. 17				
Sommercamp	31. Jul. – 4. Aug. 17				

Weitere Informationen zu KiSS, finden Sie auf unserer Internetseite: http://www.esv-neuaubing.de/abteilungen/kiss

10 Wochen trainieren – 10 km Abschlusslauf in Wolnzach

Das Bayerische Fernsehen veranstaltet jährlich die Aktion Lauf 10. Ziel ist es, nach 10-wöchigem Training am Abschlusslauf über 10 km in Wolnzach teilzunehmen.

Die Lauf10-Gruppe mit Trainern

Am 25. April 2016 trafen sich 8 Läuferinnen und Läufer im ESV Neuaubing, die sich beim Lauf 10 angemeldet hatten. Wir wurden von Johanna Mitterer sehr herzlich empfangen und erhielten Informationen darüber, wie unser Training in den nächsten 10 Wochen ablaufen sollte. Alle blickten skeptisch und noch recht ungläubig und schon begann unsere 1. Trainingsstunde mit Laufen, Gehen, Dehnen und Mobilisieren. Trotz der anfänglichen Anstrengung hatten wir alle sehr viel Spaß und freuten uns schon auf die nächste Trainingseinheit. Diese bestand wieder aus Laufen, Gehen, Laufen und Mobilisieren und wir waren alle sehr stolz auf unsere Leistung, die wir aufgrund des gut aufgebauten Trainingsplans stetig steigern konnten. Montags freuten wir uns auf die Aubinger Lohe. Dort absolvierten wir ein spezielles Lauftraining, machten schweißtreibende Höhenmeter, lernten die anderen Läufer und Walker kennen, hüpften Barfuß durch die Wiese, trainierten Geschwindigkeit und hatten durch dieses abwechslungsreiche Training immer Freude beim Lauftraining. Mittwochs blieben wir in der Ebene in Neuaubing und machten langsam aber stetig mehr Kilometer. Wir erhielten von Johanna sehr gute und hilfreiche Informationen über richtiges Laufen. In der siebten Trainingswoche war es unser Ziel, 7 km durchzulaufen. Voller Elan starteten wir unseren Lauf. Bei leichtem Regen und doch recht schlechten Wegen suchten wir uns immer die besten Wege aus und hatten dann einen sehr großen Umweg (!) zurückgelegt. Nach 1:45 Std. kamen wir recht erschöpft, aber superglücklich beim ESV an. Wir hatten sage und schreibe 11 km zurückgelegt und freuten uns von nun an auf unseren Lauf in Wolnzach. Wir trainierten mit großem Elan, viel Spaß und Heiterkeit weiter bis zwei Tage vor dem Abschlusslauf. Leider musste eine Läuferin wegen gesundheitlicher Probleme gleich zu Anfang das Training beenden. Zwei Läuferinnen konnten aufgrund Krankheit und Urlaub am Abschlusslauf nicht teilnehmen und so fuhren 5 Läuferinnen und Läufer am 8. Juli 2016 zusammen mit Johanna und Dieter Prosotowitz-Mitterer nach Wolnzach. Bei großer Hitze starteten wir zusammen mit ca. 4.000 Läufern unseren Lauf. Anfangs sehr anstrengend und nachdem wir die Höhenmeter geschafft hatten, einige Duschen uns abgekühlt hatten, die Zuschauer am Straßenrand uns angefeuert hatten, erreichten wir nach ca. 1 Std. das Ziel. Überglücklich und sehr stolz auf unsere Leistung erhielten wir unsere Medaillen und belohnten uns anschließend mit isotonischen Getränken und Weizen-Smoothies, bevor wir die Heimreise per Bahn antraten.

Alle erfolgreich im Ziel

Die Glücklichen von Lauf10 mit Trainern

Ein großes Dankeschön an Johanna und Dieter, die unsere Gruppe mit ihrem Wissen, ihrer freundlichen und herzlichen Art immer gut betreut und motiviert haben. Wir (die neuen Mitglieder) freuen uns auf weitere Trainingseinheiten beim ESV Neuaubing.

Petra L.

Achtung Läufer, wichtiger Termin:
Am 6.11.2016 findet wieder unser

taditioneller Teufelsberglauf

statt.

Näheres unter www.teufelsberglauf.de

Die Triathleten blicken auf eine erfolgreiche Saison zurück

Die Triathleten der ESV Leichtathletik Abteilung haben dieses Jahr wieder erfolgreich an mehreren Triathlon-Veranstaltungen teilgenommen. Auftakt war in diesem Jahr der Chiemsee Triathlon am 26.06. in Chieming. Nachdem es am Abend zuvor noch ein starkes Gewitter gegeben hatte und die Helfer alle Hände voll zu tun hatten, damit die Rennräder in der Wechselzone nicht wild durcheinander flogen, war das Wetter pünktlich zum Start am Sonntagmorgen wieder besser. Als erstes ging Rainer Seifried (AK M55) über die Mitteldistanz an den Start. Vor ihm lagen 2 km Schwimmen, 80 km Rad fahren und 20 km Laufen. Eine halbe Stunde später folgten Dieter Prosotowitz-Mitterer (AK 60) und Felix Klein (AK M30) über die olympische Distanz, bei der 1,5 km Schwimmen, 40 km Radfahren und 10 km Laufen zu bewältigen waren. Als erster der drei Athleten erreichte Felix Klein nach 02:24:40 das Ziel. Es folgte Dieter Prosotowitz-Mitterer mit 03:26:20. Rainer Seifried kam nach 05:01:35 ins Ziel. Mit seiner hervorragenden Zeit über die Mitteldistanz erreichte Rainer Seifried den 3. Platz in seiner Altersklasse. Dieter Prosotowitz-Mitterer verpasste als 4. knapp das Podium in seiner Altersklasse.

Dieter kommt aus dem Wasser

Als nächstes folgten zwei Triathlon-Veranstaltungen in der näheren Umgebung. Am 10.07. ging Felix Klein in Karlsfeld über die Olympische Distanz an den Start. Bei schönstem Sonnenschein und extrem hohen Temperaturen erreichte er als 63 von 385 Startern das Ziel.
Der 31. Wörthsee Triathlon fand am 31.08. statt. Diesmal war das Wetter leider nicht so schön und während des Wettkampfs gab es den einen oder anderen Regenschauer. Rainer Seifried belegte mit 2:38:37 in seiner Altersklasse den 3. Platz über die olympische Distanz. Dieter Prosotowitz-Mitterer verpasste erneut knapp das Podium und belegte mit einer Zeit von 1:45:24 über die Volksdistanz (750 m Schwimmen, 20 km Rad, 5 km Laufen) den 5 Platz in seiner Altersklasse.
Eine längere Anreise nahm Felix Klein am 07.08. auf sich um am Regensburg Triathlon über die Olympische Distanz zu starten. Bei idealem Wetter erreichte er den 69. Platz von 356 Startern (14. in der AK M30).
Für dieses Jahr sind die Triathlon Wettkämpfe jetzt zwar abgeschlossen, aber das Radtraining und Schwimmtraining in den Seen wird je nach Wetter noch in den Spätsommer hinein weiter gehen. Für nächstes Jahr sind nämlich schon die ersten Ziele gesteckt und Rainer Seifried konnte einen Startplatz bei der Challenge Roth über die Ironman Distanz ergattern.

Rainer und Felix beim Chiemsee-Triathlon 2016

Triathlon-Interessierte sind herzlich willkommen in der Laufgruppe (Treffpunkt Mo. und Di. 19:00 Uhr ESV Heim) oder beim Rad Treff (am Wochenende nach Absprache).

Wir, der ESV Sportfreunde München-Neuaubing e.V., brauchen Unterstützung für unser Angebot

„Leichtathletik für Kinder“

2 Altersgruppen sollen betreut werden:
Alter 6 – 8 Jahre: dienstags 17.10 h - 18.10 h
Alter 9 – 12 Jahre: dienstags 18.15 h – 19.45 h

Die leichtathletischen Grundlagen wie Laufen – Werfen – Springen werden durch spezielle Übungsformen, insbesondere spielerisch aufgebaut und je nach Alter, Lust und Interesse, weiter ausgebaut.
Bis auf Weiteres finden die Kurse in der Wiesentfelserschule statt.

Dafür suchen wir **eine/n Übungsleiter/in**
mit C-Schein-Leichtathletik oder Interesse zum Erwerb dieser Qualifikation, der/dem es Spaß macht, mit Kindern zu arbeiten.
Die beiden Gruppen sind gut besucht und unsere Übungsleiterin braucht Unterstützung bzw. die Übernahme dieser Aufgabe.
Für einen Erstkontakt steht Ihnen gerne Frau Petra Schweikert unter der E-Mail-Adresse petraschweikert@web.de (Betreff Kinderleichtathletik) zur Verfügung. Bei definitivem Interesse erhalten Sie nähere Informationen (Vergütung etc.) über unsere Geschäftsstelle. Frau Schweikert wird Ihnen dazu nach Kontaktaufnahme die nötigen Informationen geben.

ESV Sportfreunde München-Neuaubing e. V., Papinstraße 22
www.esv-neuaubing.de

Jahrestreffen der Neuaubinger Ringer-Oldies

Traditionell konnte auch heuer wieder das Treffen von Neuaubings Ehemaligen durchgeführt werden. Bei herrlichem Kaiserwetter traf man sich im Juni in der Gartenwirtschaft im Durchblick.

Nach der Begrüßung durch Vorstand Rudi Schneider, der auch Grüße von nicht Anwesenden überbrachte, konnte man es bei kühlen Getränken unterm Sonnenschirm schon aushalten. Wirt Günther hatte eine lange Tafel gedeckt und mit seinem Gegrillten für viel Zustimmung gesorgt.

So verging die Zeit nach dem Essen mit vielen Erlebnisberichten wie im Flug. Zum Schluss gab es dann wieder das obligatorische Gruppenbild und man ließ das Beisammensein langsam ausklingen, natürlich mit dem Versprechen, sich im nächsten Jahr wieder zu treffen.

Rudi Schneider

Einladung

zur Jahreshauptversammlung der Ringer-Abteilung mit Neuwahlen

am Freitag, den 21. Oktober 2016 um 20.30 Uhr im Sportlerzimmer des ESV Freizeitheimes

TAGESORDNUNG:

- Begrüßung, Eröffnung und Genehmigung der Tagesordnung
- Ehrung für 25 jährige Mitgliedschaft
- Bericht der Abteilungsleitung
- Kassenbericht
- Wahl eines Wahlausschusses
- Neuwahlen der Abteilungsleitung und der Delegierten
- Anträge, Termine, Verschiedenes

Anträge und Vorschläge zur Tagesordnung sind bis 14.10.2016 an den Abteilungsleiter Rudi Schneider, Sommerstr. 26, 82166 Germering zu richten.

Vordere Reihe (v.l.n.r.): Ewald Tauer, Anni Maier, Karl Deseive, Maria Grünkranz, Helmut Schmidt, Werner Thalhofer, Fonse Frauenberger, Rudi Schäufler, Franz Swoboda – Hintere Reihe (v.l.n.r.): Anton Müller, Gottlieb Neumair, Erich Stanglmaier, Hans Bürk, Rudi Schneider, Sigi Bayer, Theo Schmied, Hans Wimmer, Peter Schuhböck, Dadde Obermair, Sepp Wimmer, Friedolin Speiser, Jupp Thünker

Ehrentag für Ewald Tauer

Das einstige Aushängeschild des ESV Neuaubing, Ewald Tauer, konnte im Juni seinen 75. Geburtstag feiern.

Der Meisterringer aus Aubing, der bereits in der Jugend mehrmals deutscher Meister wurde, setzte seine Erfolge bei den Senioren fort. Nach seiner Olympiateilnahme 1960 in Rom errang er 1962 bei der Weltmeisterschaft in Toledo / USA in der 62 kg Klasse die Bronze-Medaille. Der sympathische Spitzensportler war neben Hans Sterr der einzige Neuaubinger, der in allen vier Meistermannschaften vertreten war.

Die Ringer-Abteilung gratuliert ihrem Ewald zum 75. Geburtstag und wünscht ihm alles Gute.

Mathias Rieß wird 5. Sieger bei den German Masters 2016

Er wollte nur mal ausprobieren, wie es um seine Fitness steht. In Freising gab es dazu Gelegenheit. Hier traf sich am 20. Mai die Ringerelite Deutschlands der älteren Semester. Mathias trat in der Klasse der 30- bis 40-Jährigen an. Mit diesem Alter sind Ringer bekanntlich besonders ehrgeizig und zäh. Dass er dort in der Klasse bis 85 kg gleich den 5. Platz erreicht, also nur vier Ringer in ganz Deutschland besser sind als er, hat nicht einmal er selbst geglaubt. Wir, ehrlich gesagt, auch nicht.

Unser aller Gratulation zu diesem großartigen Erfolg.

rb

Fit wie ein Turnschuh (Titelstory)

Bei den Olympischen Spielen 1972 war er einer der Läufer, die das olympische Feuer getragen haben: Werner Thalhofer vom ESV Neuaubing. Der heute 83-Jährige hat sein Leben dem Sport gewidmet – und ist immer noch fit wie ein Turnschuh.
Der Kraftraum des ESV Neuaubing ist fast leer an diesem sonnigen Vormittag, aber Werner Thalhofer trainiert unbeirrt weiter an den Geräten. Er wolle schließlich nicht, dass seine Muskeln erschlaffen, sagt der Senior und lacht.

Das Olympia-T-Shirt sitzt

83 Jahre ist Werner Thalhofer mittlerweile, die sieht man ihm aber nicht an. Er ist schlank und sehnig, trägt das offizielle T-Shirt der Olympischen Spiele 1972 – und es passt ihm immer noch perfekt. 1972 war er einer der Läufer, die das olympische Feuer getragen haben. Während er davon erzählt, holt er einen Metallstab aus seinem Rucksack – die olympische Fackel. »Wenn ich die anschaue, dann sehe ich mich immer noch rennen mit meiner Fackel in der Hand, mit ausgestrecktem Arm.«
Thalhofer hatte sich damals in den Kopf gesetzt, mit ausgestrecktem Arm die 1.000 Meter lange Strecke zu laufen. Keine einfache Aufgabe, immerhin wiegt die Fackel rund 700 Gramm. Aber er trainierte, lief drei Mal pro Woche die Strecke mit einem gleich schweren Stab – so lange, bis die Armmuskeln stark genug waren.

Rätsel um die Stadtgrenze

Werner Thalhofer lief seinen Streckenabschnitt auf der Bodenseestraße in München. Am großen Tag funktionierte erstmal alles wie gedacht: Die Muskeln hielten durch bis zum Ende der Strecke an der Stadtgrenze, wo Thalhofer die Fackel an den nächsten Läufer übergeben sollte. Doch dort stand niemand. Thalhofer und seine Begleiter vom ESV Neuaubing warteten, wunderten sich. Irgendwann sprach sie ein Mann an und klärte sie auf: Die Stadtgrenze sei vor kurzem um einen Kilometer verlegt worden. Das Missverständnis bedeutete: Nochmal 1.000 Meter Fackellauf – aber da durfte dann ein anderer aus dem Verein ran. Thalhofers Armmuskeln hätten das wohl nicht mehr gepackt.
Werner Thalhofer hat noch viele andere solcher Geschichten auf Lager. Der 83-Jährige hat sein Leben dem Sport gewidmet, seit 1947 ist er beim ESV Neuaubing. Angefangen hat er als Ringer, weil er als Jugendlicher klein und schmächtig war und stärker werden wollte. Später war er Leichtathlet, lief alles bis zum Marathon. Selbst sein Berufsleben hat er ganz auf den Sport ausgerichtet: 1953 wollte der gelernte Elektriker als Ringer unbedingt mit zur Eisenbahnereuropameisterschaft in Finnland – und das ging nur als Bahnmitarbeiter. Also schulte er um zum Rangierer. Später arbeitete er bei der Bahnpolizei als Diensthundeführer, war dort auch mal Schießlehrer und betreute als Bezirkssportleiter die Eisenbahnsportvereine.

Gymnastik und Joggen

Auch nach der Pensionierung ist er seinem Verein und dem Sport treu geblieben. Fast täglich joggt er, fährt Fahrrad oder macht Aquagymnastik. Außerdem gibt er immer noch Kurse: Gesundheitssport für Senioren zum Beispiel oder Wirbelsäulengymnastik für alle über 60. Die Kurse sind gut besucht, es gibt durchaus auch Teilnehmer in seinem Alter. Die setzten aber manchmal während der Übungen ein bisschen aus, sagt er und lächelt.
Thalhofer läuft noch heute den 20 Jahre Jüngeren davon, erzählen sie in seinem Verein. Das Geheimnis seiner Fitness? So ganz genau weiß er das auch nicht. Seine Vermutung: Sport seit frühester Jugend, gesunde Ernährung mit wenig Fleisch, viel Fisch, Gemüse und Obst – und seine Frau. Die kocht nämlich ziemlich gut.

Beitrag: Lisa Weiss

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

Ausflug der Tanzsportabteilung nach Regensburg

Nach der Ankunft in Regensburg

Am 25.06.2016 fand der diesjährige Ausflug der Tanzsportgruppe statt. Ziel war heuer die schöne Stadt Regensburg. Unser Ludwig Baumgartner war ehedem Student zu Regensburg und ist also mit den Örtlichkeiten und der hiesigen Gastronomie bestens vertraut. Mit dabei waren insgesamt 13 Tanzsportler und ein Vierbeiner, die alle durch die optimale Bahnverbindung am späten Vormittag gut gelaunt ankamen. Als Erstes stand eine Stadtführung auf dem Programm, die dank des sehr eloquenten und durchaus humorvollen Führers Wolfgang Platzek sehr kurzweilig und informativ war. Wir hatten sogar die Gelegenheit, kurz den Regensburger Domspatzen während einer Priesterweihe im Dom zu lauschen. Außerdem haben wir etwas über die großen Söhne Regensburgs und die bedeutenden Baudenkmäler erfahren, ferner was es heißt, sein Geld zu »verfröscheln« und zuletzt noch, dass ein nackter Busen im Mittelalter bei weitem nicht so anstößig war wie ein unbedecktes Knie.

Gegen Mittag kehrten wir im Kolpinghaus ein, wo wir ausgiebig die Oberpfälzer Küche genießen konnten. Danach ging es auf einen Donaudampfer zur »Strudelfahrt«, wobei wir vermuten, dass damit das an Bord servierte Backwerk und nicht die Wirbel im Fluss gemeint waren. Danach hatten wir zwei Stunden Zeit, die Stadt auf eigene Faust zu erkunden. Autobegeisterte hatten das Glück, ein gerade stattfindendes Oldtimertreffen mitzuerleben. Kunstinteressierte konnten die zahlreichen Kirchen besuchen, aber auch für Shopping oder den Besuch eines Straßencafés ist Regensburg eine erste Adresse.

Gegen Abend trafen wir uns alle wohlbehalten am Bahnhof zur gemeinsamen und feuchtfröhlichen Rückfahrt mit der Deutschen Bundesbahn (der Bordservice war danach ausverkauft!). Das Wetter, das uns der Ludwig obendrein bestellt hat, war ausgesprochen angenehm, der Starkregen setzte erst ein, als wir bereits im Zug nach München saßen. Selbstverständlich hörte der Regen auf, als wir in München ankamen.

Insgesamt wieder einmal ein gelungener und unterhaltsamer Ausflug.

Beate und Maximilian Winkler

Danke Beate und Maximilian für diesen Bericht. Und Dank an Ludwig Baumgartner für die hervorragende Organisation. Ich hätte mir gewünscht, dass alle, die sich angemeldet haben, auch hätten mitkommen können. Leider mussten viele in letzter Minute absagen. Trotzdem ist es noch recht unterhaltsam geworden.

Bleibt mir nur noch einige Termine aufzuführen:

Donnerstag, 20. Oktober	Abnahme des Tanzsportabzeichens
Samstag, 19. November	Jahresball der Tanzsportabteilung
Samstag, 10. Dezember	Festball von Markus und Petra Fluhr mit ihrer Big-Band im Bürgerhaus Unterschleißheim

Rainer Abel

Landesliga straight aHEAD

Obere Reihe (v.l.n.r.): Manni Riebl, Daniel Zehetbauer, Fabian Wolf, Andi Feick, Bastian Seitz – Untere Reihe (v.l.n.r.): Flo Hintereicher, Daniel Wolf, Thomas Wohlschlager

Nach einer intensiven und disziplinierten Vorbereitung ging das Aushängeschild der ESV Tennisabteilung gut gerüstet in die neue Saison. Die Rede ist natürlich von der Herren I. Um die Erfolgsgeschichte der Saison 2015/16 näher zu erläutern, müssen wir etwas weiter ausholen – wie bei einem gepflegten Vorhand-Topspin eben.

Die Enttäuschung des knapp verpassten Aufstiegs im Vorjahr war noch nicht ganz verdaut, da begann für das Stamm-Team um Kapitän Leo Kick, »Einser« Daniel Zehetbauer, die Bank Andi Feick, Trainingsweltmeister Bastian Seitz und die zwei Jungspunde Daniel Wolf und »Flopse« Hintereicher die Mission Aufstieg schon von neuem.

Erste Hürde in der starken BK 2 war dabei die zweite Mannschaft von Gauting, mit der sich der ESV in den letzten Jahren häufig duelliert hat. In der Wintervorbereitung wurde dieses Aufeinandertreffen schon als vorweggenommenes Aufstiegsspiel deklariert. Dementsprechend fokussiert trat das ESV-Team an diesem heißen Sonntag auch auf. Nach klaren Siegen und einer knappen Niederlage von »30er« Manni Riebl führte die Elite verdient mit 5:1 nach Einzeln. Zwei souveräne Doppelsiege später stand der ungefährdete 7:2-Erfolg der ersten Herren fest. Nur ein letztlich unbedeutendes Doppel ging verloren, worunter benachtbarte Fischteiche zu leiden hatten – danke Zezi!

Doch zurück zum Wesentlichen. Nachdem man den vermeintlichen Konkurrenten aus dem Weg geräumt hatte, kam das Team vom Kreuzlinger Forst an die Centa-Hafenbrädl-Straße. Nach sechs meist klaren Einzelsiegen stand der Sieg der Neuaubinger Jungs schon früh fest. Die Doppel waren schon weit fortgeschritten, da spürte »Fasslmeister« Robert Dürrenberger die Fassl-Wahrscheinlichkeit signifikant ansteigen. Und tatsächlich verlor das Zweierdoppel in Person von Zehetbauer/Seitz im Matchtiebreak und rundete den erfolgreichen Samstag mit einem kühlen Fassl ab. Schon einen Tag darauf ging es zum TV Stockdorf, die bis dato eine ausgeglichene 1:1-Bilanz aufwiesen. Auch ohne den geschonten Andi Feick fuhr die Elite einen nie gefährdeten 9:0-Sieg ein. Die Mission Aufstieg war zur Hälfte der Saison also auf einem sehr guten Weg. Zu diesem Zeitpunkt kristallisierte sich der ungeschlagene TC Rot-Weiß Eschenried als härtester Konkurrent um den Aufstieg heraus. Bis zum direkten Aufeinandertreffen im vorletzten Saisonspiel galt es also, sich keine Schwächephasen zu leisten.

Als nächste Hürde stand Edelweiß Gröbenzell im Weg der ersten Herren. Doch dank erneuter Unterstützung von Manni Riebl gewann das ESV-Team locker und leicht 9:0 und grüßte weiter von der Tabellenspitze. In der Woche darauf musste man gegen Schlusslicht DJK Würmtal auf Vereinsmeister Daniel Wolf verzichten, der studienbe-

dingt aussetzen musste. Für ihn sprang der erst 18-jährige Alex Röhrl ein und sammelte wichtige erste Herrenerfahrungen für die kommenden Jahre. Auch ohne Dani galt es, den Fokus aufrecht zu erhalten und diese Pflichtaufgabe zu lösen, was unseren Jungs brillant gelang. Mit 8:1 wurde der chancenlose Gegner auf dem eigenen Platz geschlagen.

Doch auch Eschenried gab sich keine Blöße, weswegen es am nächsten Spieltag zum heiß erwarteten Duell um den Aufstieg an der Centa-Hafenbrädl-Straße kam. Das Team des ESV trat in der Stammbesetzung Zehetbauer, Feick, Kick, Wolf, Hintereicher und Seitz an und bekam es mit einem verstärkten Eschenrieder Team zu tun. Bei heißen Außentemperaturen und knallender Sonne entwickelte sich ein regelrechter Aufstiegsthriller:

Nachdem der ESV durch zwei Siege von Wolf und Feick und einer denkbar unglücklichen Niederlage von Basti Seitz die erste Runde mit einem 2:1-Vorsprung abschloss, lag der Fokus voll auf der interessanten zweite Runde. Kapitän Leo Kick war gegen den starken Dreier nahezu chancenlos und verlor sein einziges Einzel der Saison. Damit lag der Druck bei Zezi und Flopse, die sich zwei denkbare Schlachten auf dem Sechser bzw. Vierer lieferten. Während Daniel nach einem äußerst engen ersten Satz im zweiten kurzen Prozess machte (7:5 6:1), kämpfte Flo am 4er mit allen Regeln der Kunst. Ein Vorhand-Slice jagte den nächsten und jeder Netzangriff kam überraschender als der vorherige. Dennoch ging die Partie nach einem gewonnen und verlorenen Tiebreak in den alles entscheidenden Matchtiebreak. Dort entschied Flopse die Partie mit einer starken mentalen Leistung für sich und brachte das Team somit vorentscheidend mit 4:2 in Führung. Ein Doppel musste also noch her, um den lang ersehnten Aufstieg endlich Realität werden zu lassen. Nach langer Beratung entschied sich Kapitän Kick für die eingespielte »Siebener-Aufstellung«, um das stärkste Doppel Feick/Hintereicher in das Dreier-Doppel zu bekommen. Dieser Plan ging voll auf. Zwar musste sich das Einserdoppel den starken Gegnern geschlagen geben, doch beide anderen Doppel gingen nach Anlaufproblemen (Nervosität???) an den ESV. Schon heute hat die durchgezogene Rückhand Longline bei Matchball von Flopse Legendenstatus im ESV erreicht. Am Ende stand ein hart erkämpftes 6:3 und der lang ersehnte Aufstieg war dem Herren I Team vor dem letzten Spieltag nicht mehr zu nehmen! Somit geriet das letzte Spiel gegen Lochhausen (8:1) zum Schaulaufen der Aufsteiger und auch lang verdiente Herrenspieler wie Thomas »Wohli« Wohlschlager konnten ihre Hand noch an den Pokal bekommen.

Dementsprechend losgelöst war die Stimmung nach dem hochverdienten Aufstieg in die BK 1 auch und das Team feierte bis spät in die Nacht den großen Erfolg. Vor allem die makellosen Einzelbilanzen von Zehetbauer, Feick, Wolf und Hintereicher sind dabei besonders hervorzuheben.

Bleibt mir von meiner Seite nur noch eins festzuhalten. Egal, welches Ziel man sich setzt: Mit der richtigen Einstellung und Vorbereitung kann man alles erreichen! Die monatelange, harte Arbeit im Kraftraum hat sich bezahlt gemacht und die Herrenmannschaft wurde mit dem Aufstieg belohnt. Es war ein klasse Jahr und wir hoffen auf ein mindestens genau so gutes nächstes Jahr in der unwesentlich stärkeren BK 1. Denn wie heißt es so schön: Nach der Saison ist bekanntlich vor der Saison!

Daniel Wolf und Flopse Hintereicher

Alle guten Dinge sind drei!

Und nicht nur die Herren I konnten den Aufstieg feiern, auch zwei weitere Mannschaften spielten eine sehr, sehr starke Saison und durften am Ende des Jahres (zurecht) feiern:

Die **Knaben 14** spielten eine wirklich unglaubliche Saison in der BK3 und stiegen mit nur einer einzigen Niederlage (!) völlig zurecht in die BK 2 auf. Das Team um Kevin, Nico, Felix, Luca, Erik, Moritz Grießer und Moritz Olk durfte sich am Ende des Jahres feiern lassen und das taten sie auch. Noch vor allen anderen Mannschaften lief also die erste Aufstiegsparty am »Place«, Pizza und Tennis natürlich inklusive! Wir gratulieren ganz herzlich und wünschen viel Erfolg und vor allem Spaß nächstes Jahr in der BK 2!

Und auch die **Herren 55** konnten dieses Jahr zeigen, wozu sie fähig sind, und stiegen völlig verdient eine Liga auf. Das Team um Kapitän Rudi Quaiser glaubte erst im letzten Moment daran, dass dieser Aufstieg tatsächlich möglich war – und vielleicht war das ja im Endeffekt der Schlüssel zum Erfolg. Gratulation und viel Erfolg im neuen Tennisjahr!

Zur Häfte der Saison schienen auch weitere Teams des ESV sehr gute Chancen auf den Aufstieg zu haben:

Die **Herren II** um Kapitän Franzi di Fiore spielten eine starke Saison in der BK3, in welcher nur ein einziges Spiel verloren ging. Leider war genau dieses das Aufstiegsspiel gegen den härtesten Konkurrenten Forstenried. Trotz Verstärkung durch die Herren 30 musste sich das Team am Ende dem starken Gegner geschlagen geben. Wir gratulieren trotzdem zu einem sehr guten Jahr! Und noch ist ja nicht aller Tage Abend: Denn auch als Zweiter haben die »Zweier« gute Chancen, doch noch aufzusteigen,viel Glück dabei!

Die Saison der **Herren III** um Kapitän Thomas Wohlschlager stand dagegen unter einem anderen Motto: Es ging darum, den jungen

Spielern aus den Juniorenmannschaften erste Spielpraxis bei den Herren zu ermöglichen. Dies gelang auch sehr gut. So konnten einige Spieler Ihre ersten Erfolge auf Herrenniveau feiern. Am Ende stand Platz 6 und ein beachtlicher Erfolg gegen den Konkurrenten aus Dachau! Auf ein Neues im nächsten Jahr, in welchem das Team um einige Erfahrungen reicher sein wird!

Pech dagegen mal wieder in der **Herren 30**! Das Team um Kapitän Markus Geiger, welches seit Jahren in der sehr starken Bezirksliga spielt, lag nach dem Erfolg über Eichenau lange Zeit auf Aufstiegkurs. Und gerade wie der starke Gegner geschlagen wurde, machte Hoffnung, dass es dieses Jahr endlich mit dem Aufstieg klappen würde. Doch ein paar Wochen später zerplatzte der Traum, als das Team unglücklich mit 10:11 in Gräfelfing verlor. Aber Kopf hoch, Männer: Es war wieder mal eine starke Saison, die uns viel Freude bereitet hat.

Die zweite Saison der **Herren 30 II** verlief dagegen eher durchwachsen. Nach einigen bitteren Niederlagen und zwei souveränen Siegen stand am Ende Mittelfeldplatz 5. Auf ein Neues nächstes Jahr!

Traurige Nachrichten auch bei unseren Mädels. Die **Damen I** müssen nach einer harten Saison in der BK 2 den Abstieg antreten. Also, nächstes Jahr: Mission direkter Wiederaufstieg! Wir drücken die Daumen dafür!

Die **Junioren 18** um Kapitän Alex Röhrl spielten eine solide Saison in der BK 2 und landeten am Ende auf Rang 5. Mehr war dieses Jahr leider nicht drin!

Gute und schlechte Nachrichten dagegen von den **Juniorinnen 18**: Eine starke Saison gespielt, den Aufstieg aber leider knapp verpasst, so kann man dieses Jahr zusammen fassen. Trotzdem eine ganz starke Leistung, Mädels! Vielleicht klappt es ja im neuen Jahr!

Freude und Trauer dagegen bei den **Bambini**: Während die erste Mannschaft den Abstieg in die BK 3 antreten muss, spielte die Bambini II eine super Saison und konnte genau dort die Klasse halten. Wir gratulieren herzlich!

Festlicher Abschluss der Punktspielsaison!

Die Saison war vorbei, die Aufstiege gefeiert und die Wunden der verpassten Ziele (großteils!) geleckt – da stand auch schon das nächste Sasionhighlight an: Das alljährliche und feucht-fröhliche Sommerfest!

Und wie es nahezu typisch ist: Die ganze Woche und sogar den ganzen Samstag schien die Sonne von einem klaren, blauen Himmel. Doch kaum kamen die ersten Gäste am Fest an, regnete es bereits leicht und auch die Prognosen waren eher bescheiden. Doch wer jetzt denkt, das Fest wurde abgeblasen oder nur ein paar Unverwüstliche kamen auf die Party, hat nicht mit dem Neuaubinger Feierhunger gerechnet. Vize-Präsi Michi Wimmer konnte sich trotzdem über einen großen Zulauf freuen, haben sich die meisten doch schon die ganze Woche auf diesen Abend gefreut und wollten ihn sich auf keinen Fall vermiesen lassen.

So musste Julia in Ermangelung eines richtigen Wirts das Messer schwingen und die Sau zerlegen, was ihr sehr gut gelang. Innerhalb von nur einer Stunde war die ganze Sau nahezu verdrückt, so dass der am Nachmittag in den Vereinsmeisterschaften siegreiche Daniel nur noch Restbrocken auf seinem Teller vorfand. Gott sei Dank gab es

noch genug Beilagen und Co., so dass im Endeffekt auch jeder Gast satt wurde – und sich obendrein eine Unterlage für das Kommende angelegt hat. Denn was wäre ein Neuaubinger Sommerfest ohne die berühmt berüchtigte Cocktail-Bar und den noch berüchtigteren Barkeeper Andreas »Batch« Budell? Eben! So tigerten bereits um 21 Uhr die ersten Feierwütigen an die Bar, um sich von Batch »XXL«-Versionen eines Cocktails servieren zu lassen.

Über den Rest des Abend wollen wir dann lieber den Mantel des Schweigens ausbreiten – vor allem, da hier mehrere Versionen exisitieren, was denn vorgefallen sei. Nur so viel sei verraten: Es war mal wieder a riesige Gaudi und am Ende ist auch jeder mehr oder weniger gut daheim angekommen!

Von meiner Seite aus kann ich Ihnen nur noch sagen: Das Sommerfest beim ESV Tennis lohnt sich immer und war wirklich jedes Jahr ein großes Fest! Von daher: Bis nächstes Jahr!

Vereinsmeisterschaften

Der Sommer im ESV ist bekanntlich vollgepackt und kaum ein Wochenende vergeht ohne ein einziges Event. So kamen natürlich auch die Vereinsmeisterschaften wieder zu ihrem wohl verdienten Termin. Auch wenn einige Spieler wegen diverser Gründe nicht antreten wollten, konnte Turnierleiter Fabi Wolf ein größeres Teilnehmerfeld begrüßen.
Nachdem die Losfeen Daniel (Wolf) und Daniel (Zehetbauer) sich gegenseitig in verschiedene Hälften gezogen hatten, ging der Spaß in der Woche zum 23.07. (Sonntag) los. Nach einigen harten Runden mit viel Schweiß und Blut, konnten sich am Ende der Woche vier Teilnehmer als Halbfinalisten durchsetzen. Die beiden Daniels aus der Herren I wurden jeweils von einem Herren 30-Spieler gefordert, namentlich Manuel Kirschenhofer und Robert Dürrenberger. Dieses Jahr konnte sich die Erfahrung der 30er nicht durchsetzen und es gab eine Neuauflage des Vorjahresfinals, Daniel gegen Daniel.
In dieser behielt dieses Mal der ältere der beiden, Daniel Zehetbauer, die Oberhand und setzte sich mit 6:0 und 6:3 durch. Nur der zweite Satz war dabei teilweise umkämpft. Wir danken allen Teilnehmern und Turnierleiter Fabian für eine reibungslose Leitung. Bis nächstes Jahr!

Ergebnisse:

Halbfinale:
Daniel Wolf – Manuel Kirschenhofer 0:6 6:3 10:6
Daniel Zehetbauer – Robert Dürrenberger 6:1 6:0

Finale:
Daniel Zehetbauer – Daniel Wolf 6:0 6:3

Und zu guter Letzt noch ein riesiges **DANKE** an alle freiwilligen Helfer aller Events, vor allem der beliebten LK-Turniere, die immer sonntags beim ESV gespielt werden. Ohne euch wäre das Ganze nicht möglich, auch wenn man dafür natürlich einiges an Freizeit aufgibt und sich neben dem stressigen Alltag noch zusätzlichen Stress ins Haus holt. Nur durch euch können wir jedes Mal wieder solche erfolgreichen Saisons abreißen! Denn genau das war es – eine sehr lustige und erfolgreiche Saison! Nochmal danke und bis nächstes Jahr,

euer Daniel Wolf.

Ein Gentleman und Sportsmann durch und durch...

... ist unser auch mit 80 Jahren noch jung gebliebener FRANZ HARINGER

Lieber Franz,
steht's glücklich, lustig und heiter sein, dann ist dein Leben voller Sonnenschein. 80 Jahre hast du das gemacht, und damit auch wundervolle Zeit in der Tischtennisabteilung verbracht. Wenn jemand so wie du tagtäglich so freundlich und herzlich bleibt, ohne sich zu zieren, dann will man gerne gratulieren. Das neue Lebensjahr sei heiter, Glück und Gesundheit sei dein ständiger Beleiter.

1968 wurden Franz, seine Frau Rita und Sohn Rainer Mitglieder beim ESV Neuaubing in der Tischtennisabteilung. Als der Verein einen kleinen finanziellen Engpass hatte, unterstützten einige Mitglieder des ESV Neuaubing den Verein mit einem damals festgelegten Betrag. Diese Mitglieder erwarben sich dadurch eine lebenslange, beitragsfreie Mitgliedschaft im ESV Neuaubing. Unser Franz war einer davon. Als Architekt plante er 1991 den Kanalanschluss und den Entwässerungsplan für die ESV-Sportanlage.

In den 90er Jahren unterstützte er die Abteilung Tischtennis im Amt des stellvertretenden Abteilungsleiters. Als Mannschaftführer galt er durch sein Taktieren bei den Gegnern als gefürchtet. Viele große und schöne Siege konnte er in dieser Zeit mit seinen Mannschaftskollegen feiern.
Weitere Hobbys sind das Bergsteigen und das Tennisspielen. Es gibt keinen Berg in den Alpen, der von Franz noch nicht bestiegen wurde. Am Freitag ist »Tennistag«, selten gibt es einen Termin, der freitags wichtiger ist.

Lieber Franz, bald wirst Du das Metallalter erreichen. »Silber in den Haaren, Gold in den Zähnen, Blei in den Füßen!«

Alles Gute wünschen dir deine Sportsfreunde und

Rudi Drexler

Hinrunde Bayernpokal mit dem neuen Ligasystem

Am 11./12. Juni 2016 fand zum ersten Mal ein Wettkampf im Turngau München nach dem neuen Ligasystem statt. Unsere E-Jugend durfte als Erstes starten. Der Boden lief wirklich gut und auch am Sprung konnten wir uns im Vergleich zum letzten Wettkampf steigern. Auch mit den Barrenübungen konnten wir zufrieden sein. Lediglich am Balken mussten wir ein paar Stürze hinnehmen. Alles in allem reichte es mit dem 8. Platz ganz knapp nicht mehr für den Klassenerhalt, aber wir werden im Herbst in der zweiten Liga wieder um den Aufstieg mitkämpfen.

Am Samstag durften dann die beiden D-Mannschaften starten. Am Barren liefen die Übungen im Großen und Ganzen sehr gut, am Balken mussten wir leider auch ein paar Stürze hinnehmen, aber auch hier konnten wir zufrieden sein. Die Bodenübungen unserer Turnerinnen konnten sich auch sehen lassen. Am Sprung gab es beim Einturnen ein paar spannende Momente, aber im Wettkampf lieferten unsere Mädels dann gute Sprünge ab. Für diese Leistung wurden unsere beiden Mannschaften mit den Plätzen 5 und 2 belohnt. Die erste Mannschaft konnte so in die erste Liga aufsteigen.

Im Anschluss war noch unsere C-Jugend an der Reihe. Am Balken zeigten unsere Mädels souverän ihre Übungen und auch am Boden liefen die Übungen sehr gut, auch über eine Flickflackpremiere konnten wir uns freuen. Mit den Sprüngen konnten unsere Mädels auch zufrieden sein, leider fehlte uns hier die Streichwertung, weil eine der Turnerinnen verletzt in den Wettkampf ging. Die Barrenübungen waren wirklich sehr gut und sicherten noch viele Punkte. Insgesamt erreichten unsere C-Turnerinnen einen guten 6. Platz und sicherten so den Verbleib in der ersten Liga.

Uns haben die Wettkämpfe wie immer Spaß gemacht und wir bedanken uns bei den Trainern und Kampfrichtern, ohne die es gar nicht gehen würde!

Kürwettkampf in Unterföhring

Am 23. Juli fand in Unterföhrung der Kürwettkampf statt. Eigentlich wollten wir mit zwei Mannschaften starten, aber so ein Verletzungspech wie in dieser Saison gab's in der Turnergeschichte noch nie. Wir hatten bis eine Woche vor dem Wettkampf 5 Ausfälle zu verzeichnen, in einer Mannschaft turnen 4 Turnerinnen pro Gerät. Nach ständigem Hin- und Herdrehen, Suchen nach Alternativen und Mobilisierung aller Reserven, mussten wir uns dazu entscheiden, eine Mannschaft abzumelden. Die übrigen Turnerinnen machten sich dann auf den Weg nach Unterföhring. Los ging's dieses Mal am Sprung. Leider konnten unsere Mädels hier ihre Leistung aus dem Training nicht zu 100% abrufen, aber trotzdem waren die Wertungen gut. Am Barren liefen die Übungen bis auf einen Sturz gut. Der Balken wurde seinem Ruf als Zitterbalken dieses Mal gerecht, aber bis auf einen Sturz, blieben alle Turnerinnen oben. Zum Schluss das Lieblingsgerät bei den Kürwettkämpfen: der Boden. Die Turnerinnen zeigten ihre Küren souverän mit Ausdruck und Spaß und konnten hier nochmal viele Punkte sammeln. Leider reichte es insgesamt knapp nur für den vierten Platz. Wir sind aber trotzdem zufrieden, was wir bei dieser Verletzungslage auch sein können. Mittlerweile geht es wieder bergauf und wir hoffen, dass wir im Herbst im Bayernpokalfinale wieder voll angreifen können!

Christina Gerl

Saison 2015/2016 – ein Blick zurück

Die Hallensaison ist seit einiger Zeit beendet – da bietet sich ein kurzer Rückblick an. Und dieser fällt wieder erstklassig aus! Man kann wirklich sagen, dass sich die erste Mannschaft des ESV Neuaubing im Oberhaus der Münchener Freizeitvolleyball-Ligen festgespielt hat. Lange Zeit behaupteten sich die Kabooms an der Spitze und im Endergebnis erzielten sie Platz 4 von 8, mit nur vier verlorenen Spielen. D.h. von über 100 Mannschaften, die insgesamt im Münchner-Mixed-Modus antraten, waren gerade einmal drei Teams besser platziert – das alleine ist schon beeindruckend. Richtet man zudem den Blick hinter die Kulissen, zeigt sich, dass dies nicht etwa dem Anwerben einiger überdurchschnittlicher »Söldner« geschuldet ist. Im Gegenteil: hier handelt es sich um Spieler, Trainer, Trainingspartner und Unterstützer, die sich über die Jahre hinweg kennen und schätzen gelernt haben und gerne sowie effektiv zusammen trainieren. Ein derart konstantes Umfeld an Personen, die bereit sind, sich für die Mannschaft einzubringen und zu investieren, stärkt den Teamgeist und -kraft und führt zu glanzvoller Leistung. Das trifft letztlich auf die gesamte Freizeit- Volleyball Abteilung des ESV zu. Der Kern derer, die sich mit Freude und Einsatzbereitschaft in die Halle begeben, ist so groß und konstant, dass man davon ausgehen darf, dass dies auch noch lange so weiter geht. Insbesondere aus diesem Grund gelingt es auch immer wieder, neue Spieler in die Gemeinschaft aufzunehmen,

VOLLEYBALL

für die der ESV eine sportliche Heimat darstellt. Wir freuen uns sehr, dass sich auch das «freie Spiel« wieder etabliert und sich regelmäßig dienstags eine offene Gruppe, ohne Ligaverpflichtungen, gefunden hat. Unser Ziel ist es, jedem Volleyballbegeisterten »den passenden Ball« zuzuspielen. Entsprechend gilt, insbesondere vor der anstehenden Hallensaison, dass Neuzugänge aller »Könnensklassen« willkommen sind. Details zu den Terminen und Ansprechpartnern findet ihr auf der Homepage. Einfach Kontakt zu der jeweiligen Person aufnehmen und los geht´s…

Sommerzeit = Turnierzeit

Da von Nichts nur Nichts oder eine Wampe kommt, ruht natürlich auch im Sommer der Ball nicht. Wie die Fotos zeigen, wurden auch dieses Jahr wieder die beliebten Open-Air-Turniere besucht, wobei wie immer der Spaß am Spiel und die Geselligkeit im Vordergrund stand. Aber der ESV Neuaubing fährt natürlich nicht nur zum Duschen zu den Turnierorten Hirschau oder Furth. Am Ende kamen erfreuliche Platzierungen dabei raus. Darüber hinaus durften erstmals zwei Nachwuchsspieler, auch »Mini-Reisers« genannt, in den Turnierbetrieb der »Maxi-Reisers & Co« hinein schnuppern…

Saison 2016/2017 – ein Blick nach vorne

Mit Vorfreude richten wir den Blick auch nach vorne: der inzwischen schon fest etablierte Warm Up Cup des ESV Neuaubings wird wieder die Hallensaison einläuten. Einst aus der Not geboren, ist dieses offene Turnier bereits seit über 10 Jahren für 12 Mannschaften der Startschuss in die kommende Saison. Termin ist dieses Jahr Samstag, der 15.10.2016. In der darauffolgenden Woche finden dann bereits die ersten Ligaspiele statt, für die wir somit wieder bestens vorbereitet sein sollten.

Gratulation

Zu guter Letzt noch einen herzlichen Glückwunsch an unseren »Bob« zu seiner Bianca.
Lieber Flo, liebe Bianca, wir wünschen euch alles Gute für eure gemeinsame Zukunft!

Veronika Maurer