

Sport & Freizeit

Vereinsorgan des ESV Sportfreunde München-Neuaubing e.V.



Ausgabe 4/2016



**Wir wünschen allen Mitgliedern
frohe Weihnachten und einen
guten Rutsch ins Neue Jahr**

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
Vizepräsidentin Monika Plass
Vizepräsident Christoph Stadler

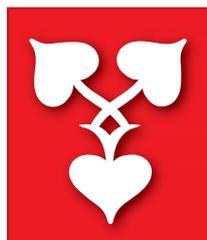
Geschäftsstellenleitung:
Markus Maucher

Redaktion, Anzeigen:
Erika Hüller (verantwortlich)

Titelbilder: KiSS-Archiv, Hannah Sperl

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 · 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	6
Freizeit- / Gesundheitssport	8
Gewichtheben	10
Judo	11
Karate	13
Kegeln	15
KiSS – Kindersportschule	17
Leichtathletik	19
Ringens	22
Taekwondo	23
Tanzsport	27
Tennis	29
Tischtennis	30
Turnen	30
Volleyball	32

GÄSSL-SANITÄR GmbH ROBERT GÄSSL

Angerlohstraße 15 · 80997 München
Telefon 089/8 12 12 26 · Fax 089/8 92 92 26 · Mobil 0171/6 51 51 49

IHR Meisterbetrieb im Sanitärbereich:

3D-Badplanung - Neu-/Umbauten sowie Renovierungen
Gas-Wasser-Installation - elektrische Rohrreinigung

Kundendienst und Heizungsarbeiten

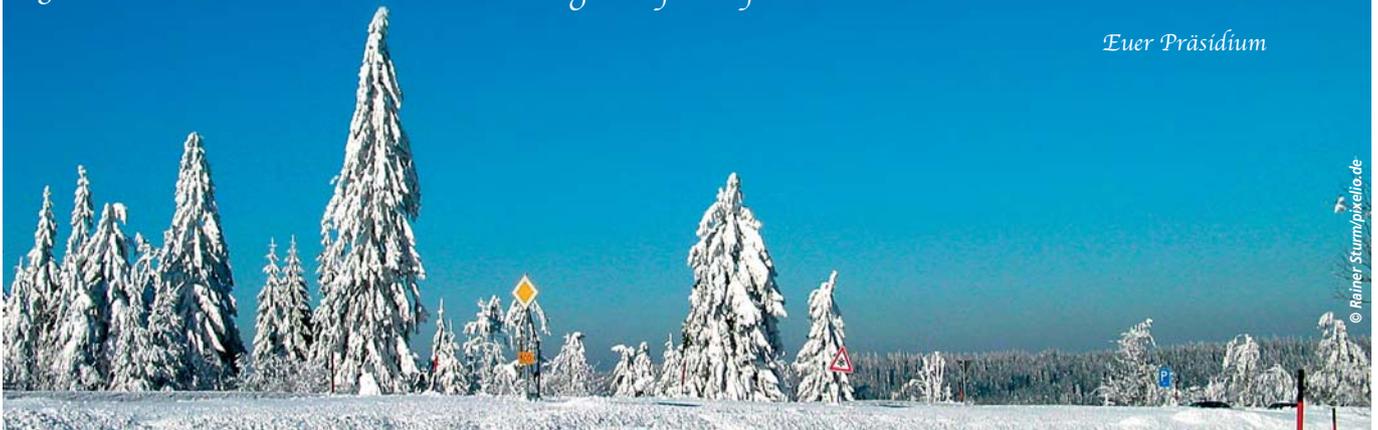




Wir wünschen allen Mitgliedern, deren Familien sowie Freunden und Gönnern des Vereins ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest und für das Neue Jahr 2017 Gesundheit und viele aktive und gesellige Stunden in unserem und Ihrem Sportverein.

Vielen lieben Dank auch an alle Ehrenamtlichen und Übungsleiter für die geleistete Arbeit und den unermüdlichen Einsatz für unseren ESV – ohne Euch geht es nicht, Ihr seid der Motor des Vereins. Wir hoffen, dass Ihr über die Weihnachtstage neue Kraft tanken könnt, um im neuen Jahr wieder zu bekannten Höchstleistungen aufzulaufen.

Euer Präsidium



© Rainer Stumpfle.de



Weihnachtsgrüße aus der Geschäftsstelle

Weihnachten steht vor der Tür – eine Zeit der Ruhe und Besinnlichkeit, der Freude und Hoffnung. Aber auch eine Zeit, DANKE zu sagen.

Das Team aus der Geschäftsstelle möchte sich ganz herzlich bei allen Abteilungen, den vielen Ehrenamtlichen und den unzähligen Übungsleitern bedanken, die unseren Sportbetrieb und damit das Vereinsleben aufrechterhalten und zu etwas Besonderem machen.

Liebe Vereinsmitglieder,

in unserer außerordentlichen Delegiertenversammlung am 27. Oktober 2016 ist Vizepräsident Christian Brey aus persönlichen Gründen von seinem Amt als Vizepräsident zurückgetreten.

Der ESV Neuaubing wird nun durch den Präsidenten Harald Burger sowie die Vizepräsidentin Monika Plass und den Vizepräsidenten Christoph Stadler vertreten.

Bei dieser Gelegenheit möchten wir Euch allen schöne, friedvolle und gesegnete Weihnachten im Kreise Eurer Liebsten wünschen und hoffen, Ihr findet Zeit zur Entspannung und Erholung in unserer durchaus rasanten Welt.

Außerdem wünschen wir Euch allen einen guten Rutsch in ein frohes, gesundes neues Jahr 2017. Bleibt gesund und haltet unserem ESV die Treue.

Auch all unseren anderen Vereinsmitgliedern vielen Dank für Eure Treue. Wir wünschen Euch ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes, glückliches 2017.

Eure Geschäftsstelle

Achtung, Pressewarte! Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 13.2.2017



Informationen der



DSV Skischule
ESV Neuaubing

Abfahrtszeiten der Skifahrten 2017:

Samstag: (Beginn 21.01.2017)

7.15 Uhr: Freiham, Dietmar-Keese-Bogen, hinter Baumarkt

Sonntag: (Beginn 15.01.2017)

7.45 Uhr: Westkreuz, vor der Reichenaus Schule

8.00 Uhr: Neuaubing, Wiesentfellerstr. (vor der Kurve, von der Bodenseestr. kommend)

8.15 Uhr: Fürstenrieder-/Ehrwalder Str.

Dienstag:

Alpin (Beginn 10.01.2017):

7.15 Uhr: Neuaubing, Wiesentfellerstr. (vor der Kurve, von der Bodenseestr. kommend)

7.30 Uhr: Westkreuz, Mainastr.

Langlauf (Beginn 17.01.2017):

7.45 Uhr: Westkreuz, vor der Reichenaus Schule

8.00 Uhr: Neuaubing, Wiesentfellerstr. (vor der Kurve, von der Bodenseestr. kommend)

8.15 Uhr: Fürstenrieder-/Ehrwalder Str.

Nähere Informationen zu unseren Abfahrtsstellen finden sie unter www.esvskikurs.de



Wieder ermäßigte Mehrtageskarten für unsere Samstagsteilnehmer!

Wie in den letzten Jahren können auch heuer wieder die stark ermäßigten 5-Tages-Karten gekauft werden.

Bestellen Sie über unsere Internetseite www.esvskikurs.de bis zum 12. Januar 2017:

- Gültig an 5 beliebigen Tagen in der Saison 2016/2017, also nicht nur während der Skikurse!
- Gültig in allen Skigebieten des Alpenplus-Verbundes: Neben Spitzing also auch Brauneck-Wegscheid, Sudelfeld und Wallberg.

In der Saison 2016/2017 nicht verfahrenes Guthaben kann leider nicht zurückerstattet werden.

Die Liftkarten für 5 beliebige Skitage in den Alpenplus-Gebieten kosten über die DSV Skischule des ESV Neuaubing:

Karten für	Preis für 5 Tage
Kinder bis 15 Jahre	70 €
Jugendliche (16 bis einschl. 18 Jahre)	115 €
Erwachsene (ab 19 Jahre)	138 €

Dieses Angebot gilt nur für Teilnehmer an unseren Samstagsfahrten und ist nur im Vorverkauf über unsere Internetseite www.esvskikurs.de erhältlich.



Die Bergsportabteilung wünscht allen ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr 2017

Wir möchten uns recht herzlich bei allen Referenten, Trainern, Skilehrern und Freiwilligen für die tolle Unterstützung im Jahr 2016 bedanken. Nur durch Eure Hilfe können wir auf ein erfolgreiches Jahr zurück blicken – Vielen lieben Dank!

Eure Abteilungsleitung



Holztour 2016 auf der ESV-Hüttn

Die heurige Holztour auf der ESV Hüttn am Spitzingsee hatte drei Tagesordnungspunkte:

- Aufarbeitung von bereits gefällten Bäumen
- Baumpflege und Durchforstung von Jungbeständen/ Mittelbeständen
- Umschichtung von Brennholz für den kommenden Winter

Zuerst wurden bereits gefällte Bäume bzw. Stämme zerkleinert, vom Wald in den Bereich der ESV Hüttn transportiert und anschließend in jeweils gleich große Stücke geschnitten.

Auch der zweite Tagesordnungspunkt »Baumpflege und Durchforstung von Jungbeständen/Mittelbeständen« wurde durch alle Teilnehmer rasch und problemlos ausgeführt.



Es wurden einerseits einige Jungbestände zurückgeschnitten bzw. durchgeforstet und andererseits wurden mehrere Bäume im »jung«/»mittel«-Alter gefällt und verarbeitet.

Insgesamt wurden drei neue Holz Quader »gebaut« bzw. erarbeitet an diesem Tag. Der übernächste Winter kann kommen.



Besonders herauszuheben war die Leistung unserer kleinsten Wald-

arbeiter beim dritten Tagesordnungspunkt »Umschichtung von Brennholz«. Sie haben sehr fleißig und ausdauernd bei der Umschichtung des bereits ofenfertigen Brennholzes mitgearbeitet. Nochmals vielen Dank dafür

Für das leibliche Wohl war wie immer hervorragend gesorgt mit Weißwurst-Mittagessen und Kaffee und Kuchen am Nachmittag.

Es war ein super schöner Tag auf der Hüttn mit viel Spaß, Arbeit und guter Laune.



Die Bergsportabteilung hat Nachwuchs bekommen!

Wir gratulieren den stolzen Eltern Stephanie und Thomas Amon und wünschen ihnen viel Spaß mit ihrem »kleinen Sonnenschein«!

Felix Amon
geboren am 13.06.2016
um 13:48 Uhr
im Krankenhaus Dritter
Ordnung
Gewicht: 3.978 Gramm,
Größe: 56 cm



Unsere Herbstfahrt in den Gäuboden



Am 7. Oktober, um 7:30 Uhr, begann unsere Fahrt am »Schnitzel- und Hendlhaus« in Aubing. Nach einem Zwischenstop am ESV-Vereinsheim setzten wir unsere Fahrt in Richtung Freising bei Kühle und Nieselregen fort. Bei guter Stimmung und sonnigem Gemüt tat dies keinem Abbruch. Auf dem Weg nach Landshut machten wir unsere erste Pause mit leckeren Butterbrezen, sogar der Regen hatte inzwischen aufgehört und es wurde etwas heller.

Anschließend führte unser Weg über Landshut nach Mallersdorf zur Besichtigung des Klosters. Nach fachkundiger und interessanter Führung einer Schwester begaben wir uns in das Klosterbräustüberl, um nun endlich unser verdientes Mittagessen einzunehmen.



Gut gestärkt setzten wir die Fahrt nach Straubing fort, zu einem Bummel durch die reizvolle Altstadt. Bei Kaffee und Kuchen ließen wir den erlebnisreichen Tag ausklingen.

Gegen 17:00 Uhr traten wir nach einem gelungenen Tag die Heimreise mit unserem bewährten Busfahrer, Herrn Franz, Richtung München an.

Danke Marianne!

M.u.C.





Stammtisch mit »runden Geburtstagen«

Bei unserem Stammtisch am 26.09.2016 mit »runden Geburtstagen« durften wir fünf Jubilare zum Mitfeiern einladen. Leider war es nur zwei davon möglich zu kommen.

Wir konnten unserer Lilo Wagner zu ihrem 80. Geburtstag und Bernd Maier zu seinem 75. Geburtstag eine Urkunde überreichen. Die bes-

ten Wünsche und viel Gesundheit für die kommenden Jahre wünschen wir allen unseren Jubilaren.

Es war ein schöner und gemütlicher Nachmittag, den wir mit Kaffee und Kuchen in unserer Vereinsgastsätte verbrachten.



Starten Sie fit ins Jahr 2017 mit unserem abwechslungsreichen und vielfältigen Freizeitsportangebot!

Ein »Schnuppertraining« für Neueinsteiger ist jederzeit und ohne vorherige Anmeldung möglich!

Montag	14:45 – 15:45	Er + Sie Bewegungstraining aktiv älter werden	SFZ	Ingrid Maushart
	19:00 - 19:45	Ausgleichsgymnastik	RAV	Tina Berzl
	19:00 - 20:00	Fitness Workout	SFZ	Stefanie Bosse
	19:30 – 20:15	Fit in die Woche	WIE	Rainer Seifried
	20:15 – 21:00	Step Aerobic für Einsteiger	WIE	Rainer Seifried
Dienstag	09:30 – 10:15	Step Aerobic I	SFZ	Ingrid Maushart
	10:15 – 11:00	B(auch)-B(eine)-P(o)	SFZ	Ingrid Maushart
	18:00 – 18:45	Fitness Workout	SFZ	Jana Sklavakis
	18:45 – 19:30	Step Aerobic I	SFZ	Ingrid Maushart
	19:00 – 19:45	rückengerechtes Fitnessstraining	RAV	Stefanie Amon
	19:30 – 20:30	Bodystyling (**) mit der Langhantel	SFZ / Halle	Ingrid Maushart
	20:00 – 21:00	Thaibox-Aerobic	RAV	Isa Bakirman-Goethe
Mittwoch	18:00 – 19:00	Ballspiele	RAV	ohne Übungsleiter
	19:00 – 20:00	Fit & Flexibel	RAV	Christina Berzl
	19:00 – 20:00	ZUMBA Fitness (**)	RAV	Sandra Hüller
Donnerstag	09:30 – 10:15	Step'n'Pump	SFZ	Ingrid Maushart
	10:15 – 11:00	Body complete (kräftigen, stretch und relax)	SFZ	Ingrid Maushart
	18:00 – 18:45	Aerofit	SFZ	Ingrid Maushart
	18:45 – 19:30	Stepaerobic II	SFZ	Ingrid Maushart
	19:00 – 19:45	Fitness Workout	WIE	Sonja Schneider
	19:00 – 19:45	Fitness Workout, rückenger. Fitnessstraining	LIM	Stefanie Bosse
	19:00 – 20:00	Power-Fitness (**) (Aerobic, HipHop, Zumba)	RAV	Muna Hebeisen
	19:00 – 20:30	Crossletics	SFZ	Christoph Stadler
Freitag	20:00 – 21:00	AROHA	WIE	Sonja Schneider
	09:15 – 10:00	Modern stretching	SFZ / GS	Ingrid Maushart
	18:30 – 19:30	ZUMBA-Step (**)	SFZ / BS	Sandra Hüller
Sonntag	20:30 – 22:00	Ballspielgruppe - Fußball	SFZ/ 1/3 Mitte	offene Stunde nur für Mitglieder
	10:00 – 11:00	ZUMBA Fitness (**)	SFZ / GS	Sandra Hüller

Stepaerobic I = Geübte, Steppaerobic II = Fortgeschrittene

(**) = 1,50 Euro Sonderbeitrag pro Teilnahme für Mitglieder / 7,50 Euro Sonderbeitrag pro Teilnahme für Nichtmitglieder

oder Mitglieder: 10er Karte (15,00 Euro), Nichtmitglieder: 10/12-er Karte (75,00/90,00 Euro) erhältlich in der Geschäftsstelle zu den Öffnungszeiten!

SFZ

Sport- und Freizeitzentrum des
ESV Neuaubing, Papinstr. 22

LIM

Grundschule an der Limesstr.
38 in Neuaubing

RAV

Grundschule am Ravensburger
Ring 37 am Westkreuz

WIE

Grund- und Hauptschule an
der Wiesentfeller Straße 53

Renata Volkmann sagt »Auf Wiedersehen«



Renata Volkmann ist für unsere Senioren der Sparte Fit+60 die gute Seele, Übungsleiterin und ZuhörerIn zugleich. Leider wird uns Renata nun verlassen und in ihre Heimat zurückkehren. Nicht nur unsere Senioren sind darüber sehr traurig, auch die Geschäftsstelle möchte Renata für ihren tollen, engagierten Einsatz im ESV seit 2007 herzlich danken. Mit ihr verliert auch der Bereich Gesundheitssport eine mitreißende Persönlichkeit.

Für die weitere berufliche und private Zukunft wünschen wir Renata alles Liebe und Gute und viel Gesundheit.

Katharina Bayer (u.a. hauptberufliche Kiss-Trainerin im ESV) ist im Besitz diverser Gesundheitssport-Lizenzen und wird die Stunden von Renata übernehmen.

Viel Erfolg dafür!





»Ballett & Tanz« geht auch 2017 weiter!



Wir starten wieder nach den Weihnachtsferien.

(Genaue Trainingstage können Sie ab Mitte Dezember im Internet unter <http://www.esv-neuaubing.de/service/kurse-camps> nachlesen!)

Immer dienstags von 17:00-18:00 Uhr im ESV-Ballettsaal, 1. OG. Der Kurs wird bis zu den Osterferien andauern. Während der Schulferien findet kein Training statt.

»Ballett & Tanz« ist ein Angebot für Kinder (gerne auch Jungs) im Alter von 6 – 9 Jahren.

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 Kurses zu einem kompletten Tanz führen.

Am letzten Kurstag wird der Tanz dann wieder vorgeführt!

Da ein neuer Tanz einstudiert wird, ist es sowohl für die derzeitigen Kursteilnehmer als auch für Neueinsteiger interessant.

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 02.01.2017.

Der Kurs findet nur statt, wenn mindestens 7 Anmeldungen eingegangen sind.

Eure Übungsleiterin Susanne Reinhardt freut sich auf Euch!



Termine Pilates Winter-/Frühjahrskurse:

PILATES Montags-Kurs:

Start: 9. Januar bis 3. April 2017
montags von 10:00 – 10:45 Uhr mit ÜL Ingrid Maushart
Sport- und Freizeitzentrum Papinstrasse 22 / Ballettsaal

PILATES Dienstags-Kurs:

Start: 10. Januar bis 4. April 2017
dienstags von 18:45 – 19:30 Uhr mit ÜL Annett Stroner
Sport- und Freizeitzentrum Papinstrasse 22 / Ballettsaal

PILATES Mittwochs-Kurs:

Start: 11. Januar bis 5. April 2017
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

Das ESV Übungsleiterteam

wünscht all seinen Sportlern, deren Familien und Freunden ein ruhiges und fröhliches Weihnachtsfest und ein gesundes und glückliches neues Jahr. Viele schöne und sportliche Stunden im ESV

Sandra mit Team

Ein herzliches DANKESCHÖN auch an alle Übungsleiterinnen und Übungsleiter unserer Freizeit- und Gesundheitssport-Sparte. Ihr habt wieder großartige Arbeit geleistet. Ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Start in ein hoffentlich gesundes, glückliches und erfolgreiches 2017.

Sandra Hüller



Gewichtheber: Die aktuellen Mannschaftsbilder

In der 2. Bundesliga ist unsere 1. Mannschaft vertreten mit:
Lukas Schrafstetter, Anna Arlt, Marco Staate, Ulrike Giesa, Noah Lombardo, Veronika Berger, Lena Mayr.



Die 2. Mannschaft kämpft in der Bezirksliga mit Andreas Fleischhacker, Glenn Apel, Rafael Höller, Robert Neagu, Sabrina Koenen und Christoph Brosig, .

**Der ESV Sportfreunde
München-Neuauubing e.V.
wird gefördert**



vom Freistaat Bayern



**und der
Landeshauptstadt
München**





Erfolgreiches Turnier in der Eichenau



Am Sonntag, dem 16.10.16, war unser Verein wie schon letztes Jahr wieder zum Eichenauer Herbst Turnier eingeladen.

Dieses Turnier richtet Eichenau jedes Jahr aus und lädt dazu eine relativ geringe Anzahl befreundeter Vereine ein. Meist ist dadurch die Anzahl der Kämpfer nicht allzu groß, was aber den Vorteil hat, dass man als Kämpfer nicht lange auf seinen Auftritt warten muss.

Leider konnten wir zwar nicht mit einer großen Mannschaft auftreten, waren dafür aber umso erfolgreicher. Insgesamt waren wir mit 3 Kämpfern und einem Betreuer vertreten.

Gekämpft haben Ilja, Levon und Asen und als Betreuer war Jan Schöbel dabei. Gekämpft wurde im Pool-System, wodurch jeder mindestens 5x kämpfen konnte. Unsere Kämpfer konnten hierbei alle ihre Kämpfe gewinnen!

Es waren aber nicht nur einfache Kämpfe, sondern jeder musste sich mindestens einmal auch richtig anstrengen!

Insgesamt war es ein tolles und erfolgreiches Turnier, was einen auch dafür entschädigte, dass das Wetter für diese Jahreszeit sehr schön war.

Jan Schöbel





Abschiedsfeier für Shirley Ogbonna

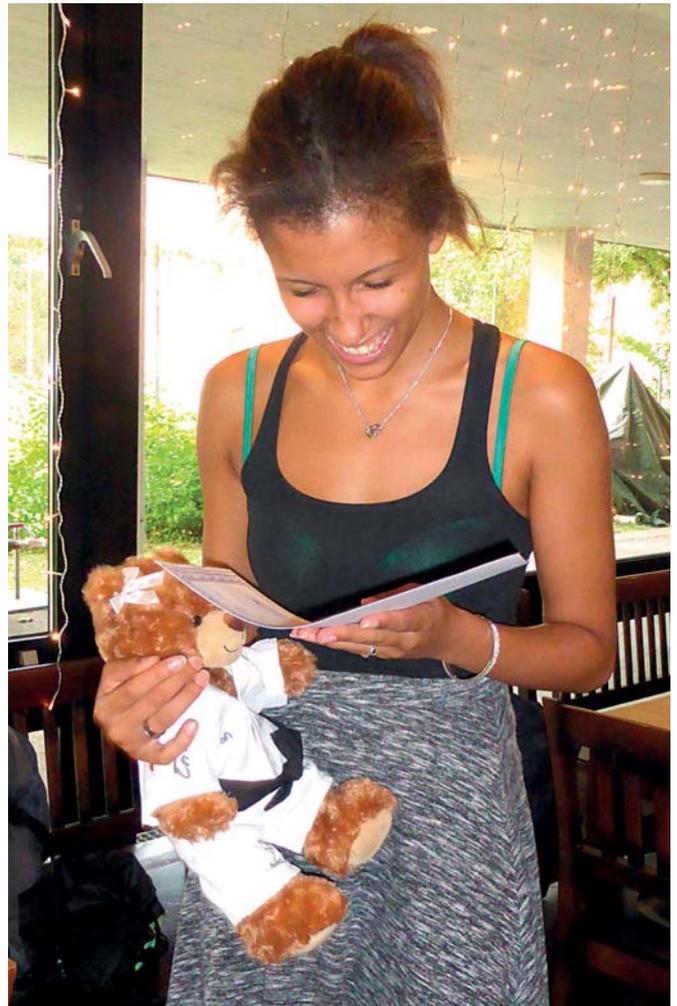
Im Jahre 2006 kam »klein« Shirley zu uns auf die Judomatte. Von da an kam sie regelmäßig ins Training und trainierte fleissig. Nach einigen Trainingseinheiten und dem Auftritt bei Möbel Mahler in Wolf-
ratshausen erwarb Shirley ihren gelben Gürtel und somit begann auch die Wettkampfzeit. Traditionell mochte sie ihren ersten Kampf nicht, aber es gibt ja immer eine zweite Chance und da zeigte sie, was man im Training alles so lernen und anwenden kann.

Als die Jugendzeit begann, kam die Zeit für ihre Ausbildung zur Co-Trainerin und dann später auch Trainerin, so dass sie bis zum letzten Tag im ESV Neuaubing eine feste Bank am Donnerstag war. Auch als Jugendkampfrichterin für den Bezirk München machte Shirley eine gute Figur.

Vor den Sommerferien bestritt sie dann ihr (vorerst) letztes Training für uns, denn es stand seit langem fest, Shirley verlässt zwar München und geht nach Mannheim, aber sie bleibt dem Thema Eisenbahn treu und begann im September ihr duales Studium bei der DB Regio AG in Mannheim.

Somit war klar: Wir müssen sie gebührend verabschieden und planen eine kleine heimliche Runde, um Danke zu sagen. Danke für die vielen Jahre der Unterstützung, nicht nur als Trainerin, sondern auch als Jugendsprecherin und für die Ideen, die in die Abteilung eingebracht wurden. Damit der Sport nicht in Vergessenheit gerät, übergeben wir Shirley im Namen der Abteilung einen Judobären, damit auch in Mannheim ein wenig ESV Neuaubing Abteilung Judo dabei ist.

Wir wünschen Dir, liebe Shirley, auf diesem Wege alles Gute für Dein Studium und danken für die bis jetzt geleistete Unterstützung in der Abteilung und hoffen, dass wir weiterhin auf Dich zählen können.





Qigong und Karate

Qigong (und seine je nach kulturellem Umfeld variierenden Ausführungsformen) sind ein wesentliches Ingredienz aller Kampfkünste aus dem asiatischen Umfeld – natürlich auch im Karate.

»Kampfkünste« heißt im Japanischen Budo – das umfasst sowohl körperliche Kampftechnik als auch den mentalen Unterbau, der wiederum vom Qi »lebt«.

Allerdings hat sich das heutige Budo von den traditionellen Budo-Künsten weit wegentwickelt: Ging es früher darum, seine eigene Überlebenschance in einer chaotischen Umgebung zu verbessern, so geht es heute um sportlichen Wettkampf (also letztlich um Unterhaltung), um körperliche Fitness und gelegentlich noch um das Erlernen mentaler Disziplin.

Trotzdem liegt auch heute noch in den Budo-Künsten ein uraltes, existentielles Wissen verborgen, das nicht unbedingt etwas mit Kampf ums körperliche Überleben zu tun hat, sondern mit dem inneren »Überlebenskampf«, den wir täglich gegen Krankheiten und vor allem gegen die eigenen Schwächen führen, ohne uns dessen bewusst zu sein.

Die Pflege des mentalen Basis-Elements der Kampfkunst, eben das Qigong, kann uns den Weg zu einem Stück Urgedächtnis unserer Vorfahren erschließen, und uns damit helfen, Defizite zu überwinden, die uns im Verlauf der Entwicklung unserer heutigen Zivilisation entstanden sind.

Dieses Urgedächtnis wird bekanntlich genetisch weitergegeben, wobei allerdings die physikalisch/biologischen Hintergründe der Weitergabe bis heute nicht vollständig geklärt sind. Es beinhaltet die Erinnerung an den Weg, eine feindliche Umgebung langfristig erfolgreich zu meistern, gegen physisch überlegene wilde Tiere zu bestehen und aus dem Kampf mit konkurrierenden Gruppen der eigenen Art siegreich hervorzugehen – wohlbemerkt, dies alles nicht auf Basis von Know-How und Technologie, sondern einfach durch Mobilisieren und gesteuerten Einsatz von Lebensenergie (Qi).

Hierzu muss man sich klarmachen, dass in den Urzeiten einfach kein Raum für Ausbildung oder systematisches Training verfügbar war – nicht der am sorgfältigsten Ausgebildete lebte am besten, wie es sich heutzutage verhält, sondern der, der aus sich selbst heraus mit minimalen äußeren Mitteln Stärke bezog.

Der Erfolg dieses Weges basiert auf der Erfahrung, dass Unterschiede in der rein physischen Stärke weniger ausschlaggebend sind für Erfolg/Sieg als Unterschiede auf der mentalen Ebene (hier ist nicht die intellektuelle Ebene gemeint!).



Diese Bezugsquelle ist aber nur zugänglich für einen, der seine Handlungen auf einer sehr tief gelegenen Ebene aufbaut, auf völliger geistiger Ruhe, ungestört von »innerem Dialog«, eben auf Basis der »Pflanzennatur«, wie die Japaner sagen.

Der Zugang zu diesem Zustand, der in den Techniken der Schamanen aller Kulturen beschrieben ist, wird häufig nicht über einen linearen Lernprozess, sondern über ein Schlüsselerlebnis (eine »Prägung«, eine innere Revolution) erlangt.

Von diesem über Jahrtausende durch die pure Evolution optimierten Urgedächtnis ist nun ein Rest im Budo übriggeblieben, den wir aus dem oberflächlichen herausfiltern und für wichtigere Ziele – für Gesundheit, positive Lebensführung und Erfolg – einsetzen können.

Das Mobilisieren von Lebensenergie ist dabei kein Selbstzweck, sondern Werkzeug.

Gelingt der Zugang zu dieser totalen inneren Ruhe, so folgt die perfekte Technik, die makellose Form und das Umsetzen des Budo ins tägliche Leben von selbst:

Der Sinn des Budo ist es, es im täglichen Leben zu praktizieren – es darf keinen Unterschied im Denken und Verhalten geben zwischen der Zeit im Training und der übrigen Lebenszeit.

Dieses Ziel muss der Übende aktiv verfolgen, er muss dauernd versuchen, »danach zu fassen« – insofern hat sich seit der Urzeit nicht so viel geändert:

Im Grunde genommen lernt man dabei, sich selbst (Körper und Geist) besser zu verstehen, seine Kräfte im äußeren gegebenen Umfeld besser einzusetzen und mit seiner Umgebung möglichst gut in Einklang zu bringen.

Den Weg zum Wiedererlangen dieser Fähigkeit gehen Sie, indem Sie Ihre Wahrnehmung für Ihre eigenen Qi-Kräfte wecken (jeder hat Qi!) Ihre eigenen Qi-Kräfte weiterentwickeln und stärken lernen, Ihre Qi-Energie bewusst zu steuern.

Um sich diesen Zielen konkret zu nähern, werden in Kampfkünsten wie im Taijiquan oder Karate Partner-Übungen praktiziert, die an einen wirksamen Einsatz der Qi-Kräfte in Kampfsituationen heran-





führen – die wohl bekannteste Disziplin dieser Art ist das »Push Hands« (im Chinesischen häufig »Dui Qi«, im Japanischen »Tai Ki« genannt.

Dabei stehen sich die beiden Partner in einer lockeren Kampfstellung gegenüber und schieben mit einem Arm abwechselnd den des Übungspartners von sich weg.

Diese Hin/Her-Bewegung wird anfangs locker und ohne Kraft ausgeführt. Im Verlauf der Übungspraxis setzt man dann immer mehr Körperkraft ein und versucht später, diese durch Lenken des eigenen Qi möglichst weitgehend zu ersetzen, bis der Übende in der Lage ist, einen Angreifer mit minimalem Aufwand an Körperkraft zu stoppen oder gar zu Fall zu bringen.

In den Fotos sieht man solche Szenen aus dem Karate-Umfeld, bei denen je ein Angriff mit einem Fauststoß obere Stufe und mittlere Stufe (Oizuki chudan und Oizuki jodan) und ein Fußstoß (Mawashi-geri jodan) mit Qi-Kraft gekontert wird.



Qigong im Frühjahr 2017

Qigong steht für die intensive Beschäftigung (chin. »gong«) mit der Lebensenergie Qi:

- Sie vertiefen Ihr Körpergefühl
- Sie lösen Verspannungen
- Sie überwinden Beschwerden
- Sie fördern Ihre Beweglichkeit
- Sie steigern Ihre Lebensfreude.

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 Prüfungsstelle 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 – 7.3.-9.5.2017 (ESV, Papinstr. 22, Ballettsaal)
Mittwoch (vormittags)	10:15-11:45 – 8.3.-10.5.2017 (ESV, Papinstr. 22, Ballettsaal)
Mittwoch (abends)	19:00-20:30 – 8.3.-10.5.2017 (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 €, Nicht-ESV-Mitglieder 130 €.



Es ist wieder soweit, die neue Saison ist gestartet



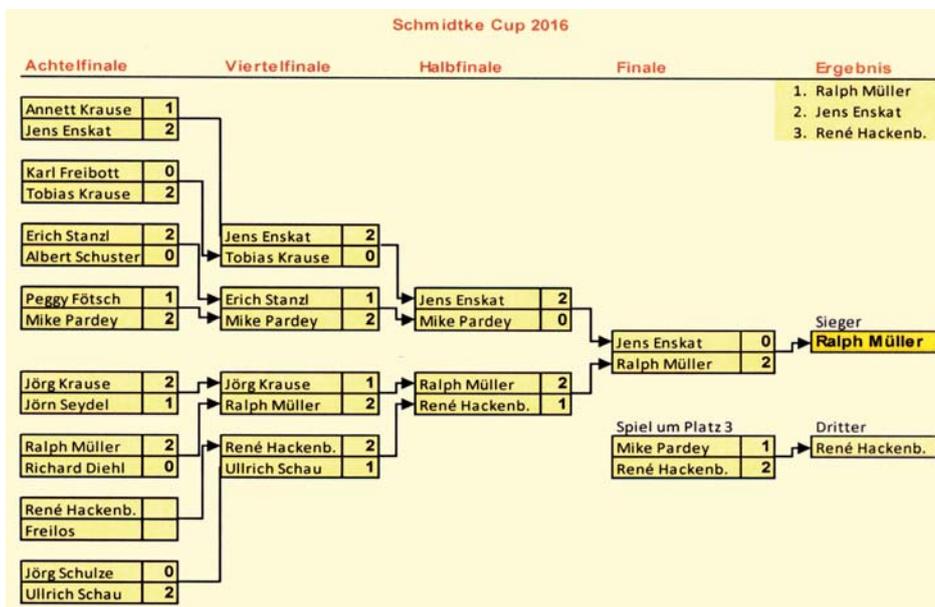
1. Mannschaft



2. Mannschaft

Auch dieses Jahr starten wir wieder mit 3 Mannschaften.

Bevor wir in die ersten Wettkämpfe gestartet sind, haben wir auch dieses Jahr den Schmidtke Cup bzw. Elektro Cup bestritten. Die Teilnehmerzahl war erfreulicherweise wieder sehr gut, auch wenn der Sponsor am Spieltag nicht teilnehmen konnte, aber mit Sicherheit an uns gedacht hat. Unten seht Ihr die Aufstellung und die Ergebnisse:



3. Mannschaft

Die Aufstellungen der ersten Paarungen erfolgte durch Auslosung. Dabei hatten gerade die Kegler der 3. Mannschaft teilweise »harte« Gegner. Jedoch haben sich unsere Damen trotz der starken Gegner gut schlagen können. Weiterhin ist auch Jörg Krause aus der 3. Mannschaft hier hervorzuheben, der das unglückliche Los – oder sollte man sagen, das Glückslos – gegen Jörn Seydel zu spielen, gezogen hatte.

Jörn ist leider noch nicht ganz in seinem Element und so konnte Jörg sich gegen ihn behaupten und zog somit ins Viertelfinale ein. Auch hier zeigte er ein gutes Spiel gegen Ralph Müller. Für Jörg Schulze aus der 2. Mannschaft lief die Partie noch nicht in dem Sinne, wie wir ihn kennen. Ullrich Schau, ebenfalls aus der 2. Mannschaft, dominierte mit 2:0 gegen ihn und zog in das Viertelfinale, wo er sich super gegen René behaupten konnte. Aber auch hier war leider für ihn Schluss. Die Kegler der 1. Mannschaft dominierten dann, wie zu erwarten war, das Turnier. Der Kampf um Platz 2 und 3 war nochmals sehr spannend, wobei René die Oberhand behielt. Als Sieger des Turniers ging Ralph Müller hervor, der wie immer eine hervorragende Leistung zeigt – herzlichen Glückwunsch!!!

Spielerverlauf – Stand in den Tabellen
Die 1. Mannschaft hat im Moment mit einigen Niederlagen zu kämpfen und steht daher nicht besonders gut in der Tabelle da.



Sehr zufrieden sind wir mit der 2. und 3. Mannschaft. Die 2. Mannschaft gewinnt, mit einigen Ausnahmen, fast jedes Spiel und steht daher in der Tabelle sehr gut dar. Die 3. Mannschaft hat bei einigen Niederlagen aber im Gegensatz zum Vorjahr bereits mehr Siege verbuchen können, so dass sie sich im guten Mittelfeld der Tabelle befindet.

Neuzugang:

An dieser Stelle begrüßen wir unseren Neuzugang Albert Schuster. Wir freuen uns auf sein Mitwirken im Verein und wünschen ihm viel Holz.

Bis dahin – Gut Holz

Eure Peggy Fötsch



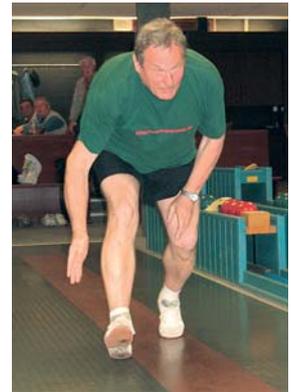
Kurz vor Redaktionsschluss erreichte uns die schlimme Nachricht, dass unser Mitglied

Adolf Dingler

für uns völlig unerwartet mit 77 Jahren verstorben ist.

Er war seit vielen Jahren bei uns im Verein. Sein Engagement für uns und seine »Dienststellenturniere« waren bemerkenswert. Auch nach seiner Wettkampfzeit war er stets für uns da und hat uns bei den Wettkämpfen moralisch unterstützt.

Adi, wir werden Dich und Deine humorvolle Art sehr vermissen.



Kegeln beim ESV Neuaubing



Sie können:
Montag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag
in der Zeit von 16.00 – 24.00 Uhr sowie
Samstag und Sonntag von 19.00 – 24.00 Uhr kegeln.

Infos in der Geschäftsstelle, Tel. 3090417-0

**Kommen Sie doch mal vorbei
und schauen sich
unsere gepflegten
Kegelbahnen an.**

Wir bieten
6 Classic-Kegelbahnen

Mitglieder bezahlen pro
Stunde / Bahn 7,50 €

Nichtmitglieder bezahlen pro
Stunde / Bahn 8,50 €

Abo-Kegeln im Wochen-/ Zwei-
wochen- oder Vierwochenturnus
ist möglich.



**Unsere KiSS-Weihnachtsfeier findet heuer am
15. Dezember von 15 – 17 Uhr statt**

Wie jedes Jahr ging es im November zum Bouldern

Kleinere Gruppe – noch mehr Spaß!

Bei der Kindersportschule Neuaußing dürfte der Buß- und Betttag bald einen neuen Namen erhalten. Denn der ehemalige Feiertag, an dem Kinder jedoch schulfrei haben, ist bereits fest für unseren Boulder- ausflug reserviert.

Während in den letzten Jahren an die 40 Kinder teilnahmen, waren am 16. November dieses Jahres »nur« 26 Kletterkinder mit bei unserem Ausflug in der Boulderwelt. Bereits ab 8 Uhr morgens starteten KiSS-Trainerin Kathi und FSJlerin Maïke mit Aufwärm- und Boulder- spielen in der Dreifachturnhalle des ESV.





Kinder beim Teufelsberglauf



Locker machen – unsere Zwerglerl werden von Moderator Klaus Ruscher interviewt

Schon seit Wochen hatten sich die Kinder durch zusätzliches Lauftraining am Samstag für den Teufelsberglauf fit gemacht. Das kam gut an und hat dazu beigetragen, dass sich die Kinder ermutigt fühlten, an dem Lauf teilzunehmen.

Das Wetter hätte besser sein können! Es regnete, aber die tapferen Läufer waren nicht aufzuhalten!

Bei den ZwerglerIn über 700 m starteten die Geschwister Paul und Karla Szabatkiewicz, sowie David Schuster und die Neuzugänge Matthias Kinzler, Emiliana Beckers und Franziska Esser.

Bei der U10, über bereits 1.400 m und anspruchsvollen zwei Runden, starteten: Ulrike Szabatkiewicz, Sebastian Hang, Luis Hermann, Daniela Dubs, Akua Agyepong und Isabella Kahlert. Ulrike lief hier eine super Zeit über 6:32 Minuten, belegt den dritten Platz und konnte einen der begehrten Pokale mit nach Hause nehmen.

Über die gleiche Distanz ging es bei der U12 mit Pietro Soylo-Loayza, Jonas Lang, Laila Mack, Florian Königer und Lisa Raisacher.

1.400 km können ganz schön lang sein – aber alle haben durchgehalten und sind ins Ziel gekommen, dafür ein dickes Lob und weiter so.

Petra Schweikert



Florian und Piero (links)



Ulrike (Mitte)



Basistraining Spieleathletik für unsere künftigen Olympiasieger!

Hallo liebe Kids, neuer Kurs!

Bist du zwischen 6 und 8 Jahre alt und hast Lust auf Leichtathletik, dann bist du bei uns richtig! Wir starten ab Mittwoch, 11.01.17, mit einem Schnuppertraining für Mitglieder und Nichtmitglieder im Gymnastiksaal des ESV Neuaubing in der Papinstr. 22.

Der 10-wöchige Kurs startet dann am 18.1. und endet am 29.3.2017. Kursdaten: mittwochs von 15:30-17:00 Uhr – Gymnastiksaal 1, OG.

Für Mitglieder des ESV Neuaubing ist der Kurs kostenlos, Nichtmitglieder bezahlen eine Kursgebühr von 25,00 Euro.

ACHTUNG!

Ab Januar 2017 gelten folgende neue Trainingszeiten für unsere Basistraining-Spieleathletik am Dienstag in der Wiesentfeller Schule:

17:00 – 18:10 Uhr für 6- bis 8-Jährige

18:15 – 19:15 Uhr für 9- bis 12-Jährige

Schöne Weihnachten, Eure Petra!



Übungsleiterin Luisa Libor

Hast du Lust, dann melde Dich bei Deiner Übungsleiterin Luisa an, eMail: luisa.libor@tu-dortmund.de oder im ESV Neuaubing unter: <http://www.esv-neuaubing.de/service/kurse-camps/course/67>

Berglauf Simonysee in Osttirol am 27.08.2016

Ein Berglaufereignis

Ich bin dazu gekommen wie die Jungfrau zum Kind. Schon am ersten Urlaubstag in Osttirol im Virgental sahen wir das große Plakat – Berglauf Simonysee. Da ich immer schon mal während des Urlaubs in einer anderen Region starten wollte, war dies die Gelegenheit.

Im Rathaus holte ich mir die notwendigen Infos. Voller Enthusiasmus stellte mir die Organisationsleiterin diesen Lauf vor. Für die Erwachsenen gab es jedoch nur zwei Klassen:

Die Hauptklasse von 18 – 43 Jahre und die Masters von 44 und älter. Dies war für meine Altersklasse wertungstechnisch äußerst ungünstig. Ich wollte schon absagen, aber zu groß war der Reiz und die Aura, die dieses Event umgab. So meldete ich mich an.

Immerhin hatte ich noch eine Woche für die Vorbereitung und die Akklimatisation in der Höhe. Vier Tage vor dem Lauf habe ich 800 Höhenmeter in 1:20 h über einen extrem steilen Bergweg bewältigt – geht doch. Nun galt es, mich zurückzuhalten, um nicht in ein »Übertraining« zu kommen.

27.08., 8:30 Uhr – Johanna brach am Startplatz auf Richtung Essener-Rostocker Hütte. Der Start war um 10:00 Uhr und das übliche »Kribbeln« erfasste uns, so dass wir froh waren, als endlich der Startschuss ertönte. Es war der 2. Simonylauf mit 115 Teilnehmern.

Wir starteten in Ströden auf 1403 m Seehöhe. Auf einer Strecke von 6,5 km waren 980 Höhenmeter zu überwinden. Klar war ich hinterdran und als zweitältester Teilnehmer habe ich mich auch zurückgehalten, um nicht frühzeitig meine »Körner« zu verspielen.

Bald schon wurde der Weg steiler und hier ist für die meisten nur noch gehen möglich. Das Tempo ist allerdings um ein Beträchtliches höher als beim normalen Wandern. Es waren auch kurze, flache-

re Passagen dabei. Hier konnte man locker laufen und sogar sich etwas erholen. Nach gut einer Stunde passierte ich unter lautstarken Anfeuerungsrufen die Essener-Rostocker Hütte auf 2208 m Höhe. Hier schwebte übrigens die Drohne, die für die professionellen Aufnahmen sorgte. Vor dem See hatte der Gletscher noch mal eine Endmoräne aufgetürmt, die es noch zu überwinden galt. Das steile Ge-



Dieter auf dem Weg zum Simonysee

lände, die dicken Steine und der Schotter waren noch mal eine letzte Herausforderung. Im flacher werdenden Zielgelände kam es, von Stein zu Stein springend, noch zu einem Endspurt mit einem Einheimischen aus Prägraten. Ich war am Ziel – am Gletschersee in 2384 m Höhe.



War es hart? Klar war es das, jedoch bei entsprechender Vorbereitung und der richtigen Einstellung durchaus machbar. Unter atemberaubender Bergkulisse war für die Verpflegung bestens gesorgt. Die vielen Helfer hatten alles zu Fuß hochgeschafft.

Gemeinsam mit Johanna, die den tollen Schnappschuss gemacht hat, ging es zur Hütte. Ein großes Büfett – »All you can eat« – wartete dort auf uns, dazu noch Kaffee und Kuchen. Ein Verein »Neo Diesel« mit nur fünf Mitgliedern hatte alles organisiert, Respekt.

Unter wolkenlosem Himmel, im Freien sitzend warteten wir auf die Siegerehrung und die Tombola – und los ging es mit der Tombola. Die Nummern und Namen wurden angesagt und einer nach dem anderen konnte nun seinen Gewinn abholen. Bald kam auch ich an die Reihe und mit einer Uhr, Armbändern und weiteren Kleinteilen konnte ich mich mehr als glücklich schätzen. Ich denke, fast jeder hatte etwas gewonnen. Hinzu kam, dass in der Startgebühr noch ein Funktions-shirt, eine Wärmedecke und das Büfett enthalten war.

Auch die eigentliche Siegerehrung wurde sehr eindrucksvoll durchgeführt. Dabei wurden die Sponsoren immer wieder erwähnt.

Als letztes Highlight kam noch die Ziehung der Hauptpreise, darunter ein Hubschrauberrundflug für vier Personen. In meiner Klasse ab 44 Jahre und älter machte ich den 26. Platz in einer Zeit von 1:26 – passt schon.

Insgesamt muss ich sagen habe ich kaum je einen Lauf in so einer tollen Atmosphäre erlebt und mit welcher Inbrunst die Organisatoren und Helfer den Lauf durchgeführt, ja regelrecht zelebriert haben, fand ich schon einzigartig.

Daher möchte ich mich bei allen Beteiligten und auch den vielen Sponsoren recht herzlich bedanken. Der Dank gilt auch meiner Frau Johanna, die mich gern begleitet und unterstützt hat.

Dieter Prossowitz-Mitterer

Ausflug in den Frühling (der wieder kommt!)

Von Irmagard Parrot

Der Rat der Walking Gruppe hat beschlossen:
wer nicht wandert, hat's nie genossen!
Per Bahn und BOB es nach Murnau ging.
Lotte zählt die Häupter ihrer Lieben,
schon wird in die Bahn gestiegen.
Von Murnau bis ins Moos hinunter,
sind alle in Erwartung munter.

Vorbei an vielen schönen Bauten,
manche flüchtig in die Auslagen schauten.
Plötzlich, ein kleiner Seitenpfad.
Nun viel Grün mit alten Bäumen naht.
Endlich ein Schild: zum Ramsach-Kircherl, ural!
Rundum saftiges Grün, das Moos und Weite,
Ganz im Hintergrund: Gebirge, das Verschneite.
Tollblumen, Bach und Entenmutter plus 7 Küken
Lucia in Verzückung oft die Kamera klickt
Alois und Liesel auf Stock gestützt betrachten die
Gegend verzückt.

Petra mit Heidi-Hund am Wegesrand
Sehnsüchtige Blicke in die nahen Hügel sandt.
Ludwig mit der Zeit öfter pausierte
sich mit seinem schmerzenden Rücken genierte.
Der Rundgang: 12,5 km zwar probierte

nach langem Gedankengang
er sozusagen aus „der Reihe“ sprang.
Auch ich meldete Gehprobleme bei so großen
Strecken an.
Lotte war sich wegen ihres Rückens nicht so sicher
Der Weisheit letzter Schluss:
Das Gros geht weiter mit Genuss.

Lotte als „Gruppenleiterin“ bleibt bei der „Herde“
Ludwig und ich gemütlicher werden.
Wir treffen uns wieder in ein, zwei Stund
im Biergarten „Weißbierfalle“ in lustiger Rund.
Hilde, Resi und Marianne die Anderen anführten.
Ludwig und ich den Rückzug mit viel Pausen probierten.

Von Weitem winkt die Fahne des Biergartens her
Ludwig befragt sein Handy nach Regen
Die Wolken verkünden den feuchten Segen.
Unter Kastanien Platz genommen
ein Stünderl später taucht der Rest der Truppe auf.
Einige ganz schön strapaziert,
aber keiner sich beschwert!
Für uns „Staderen“ ein herrlicher Tag
fast so wie mans im Urlaub haben mag.
Hab Dank liebe Lotte..... unsere extra Flotte!!



Von einem Ringerjahr ins nächste

Neuerdings sind so viele Ringerkinder im Training wie schon lange nicht mehr. Man hat das Gefühl, am Ende des Jahres würde die Begeisterung des Nachwuchses stetig zunehmen. Groß und Klein wuzelten so durcheinander, dass es fast unmöglich war, sie zu zählen. Wobei man aufpassen musste, dass man den Neuzugang der Senioren nicht versehentlich zu den Jungringern zählt. Denn die ukrainische Kampfmaschine, **Gennadiy Shevko**, ist nicht viel größer als die Kinder.

Er praktiziert parallel zum Ringen noch weitere Kampfsportarten, deren Namen eher an russische, israelische und asiatische Delikatessen erinnern. Zudem spielt er Eishockey beim ASV Dachau. Auch wenn sein ungebrochener Ehrgeiz, jeden seiner Gegner ungespitzt in den Mattenboden zu stampfen, manchmal etwas lästig erscheint, so ist er doch eine humorvolle Bereicherung des Trainings.

Wir hatten im Laufe des Jahres auch 17-jährige afghanische Asylbewerber mit jahrzehntelanger Ringererfahrung als Debütanten. Sie wirkten schon sehr erwachsen und daher trainierten sie mit den Ringersenioren. Letztlich ist aber keiner von ihnen geblieben. Schade eigentlich, denn einige von ihnen waren talentiert.

Über die anderen Aktivitäten der Abteilung wurde ja im Laufe des Jahres schon ausführlich berichtet. Als Höhepunkt sei hier noch einmal der 5. Platz von **Mathias Rieß** bei den German Masters in Erinnerung gerufen. Natürlich hat auch unsere Ringerjugend großartige Erfolge vorzuweisen.

So geht ein bewegtes Jahr zu Ende, das uns optimistisch in die Zu-

kunft blicken lässt. Zuversichtlich hinsichtlich des Nachwuchses, gespannt auf die Entwicklung unseres Landes und letztlich der weltpolitischen Situation. Vieles hat unsere Gemüter bewegt und einiges die Gesellschaft polarisiert. Aber wie der Brexit-Brite zu sagen pflegt: »It all adds to the gaiety and variety of life.« (Es trägt alles dazu bei, das Leben fröhlicher und abwechslungsreicher zu gestalten).

Aber genug des Philosophierens. Der Artikel muss zur Redaktion, denn ich bin, wie immer, schon zwei Tage über dem Redaktionsschluss. So ist auch keine Zeit mehr, den Beitrag meinen beiden Enkeln und gestrengen Lektoren Magdalena und Moritz vorzulegen. Sie lassen ja meist kein gutes Haar an ihrem Großvater und seinen schriftlichen Einlassungen. Wobei die Haare bei ihm ohnehin immer weniger werden.

Bleibt nur noch zu erwähnen, dass die Ringersaison 2017 für die Jugend bereits am 7. Januar mit den Bezirksmeisterschaften beginnt. Weitere Informationen über das kommende Ringerjahr findet Ihr unter der Internetadresse des Bayerischen Ringer Verbands (www.brw-ringen.de/).

rb

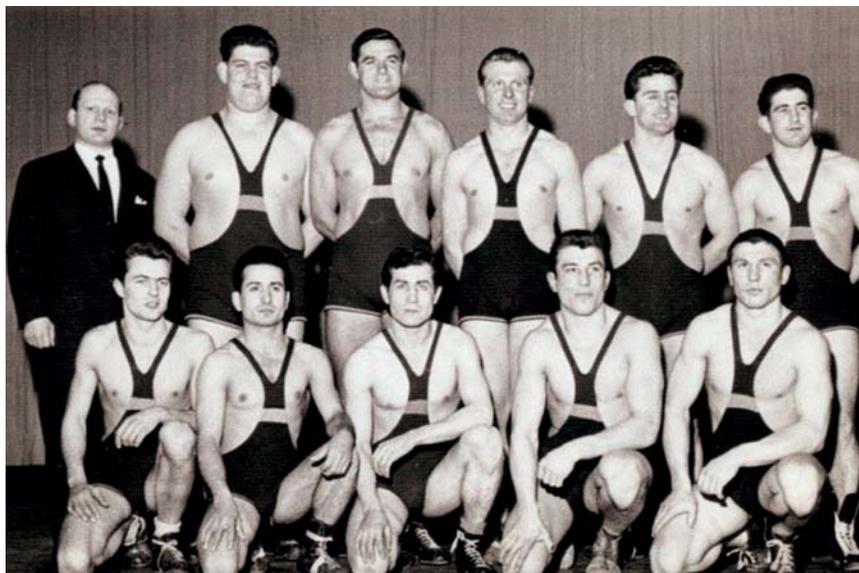


Die Vorstandschaft der Ringerabteilung wünscht all ihren Mitgliedern und deren Angehörigen, den Ringermädchen und Ringerbuben mit ihren Eltern und auch den Mitgliedern aller anderer Abteilungen ein gesegnetes Weihnachtsfest und ein glückliches Neues Jahr.

Großer Ringer-Geburtstag

Anfang Dezember konnte Franz Swoboda seinen 85. Geburtstag feiern. Der Freistilspezialist war in Ringerkreisen kein unbeschriebenes Blatt, als man »Ihn« Ende der 50er Jahre nach Neuaubing holte.

Gehörte er doch mit zur Spitze der besten Federgewichtler in Deutschland.



Franz Swoboda (links) als Coach 1965 mit der ESV-Ringerstaffel Deutscher Mannschaftsmeister

1957 erkämpfte er sich bei den Weltmeisterschaften in Istanbul sogar den 5. Platz. Anfang 1960 gelang Franz Swoboda, mit unermüdlichem Trainingsfleiß, 2 mal der Sprung auf das Siegerpodest bei den Deutschen Einzelmeisterschaften. Zugleich holte er mit dem ESV Team 1961 und 1962 den Deutschen Mannschafts-Meistertitel nach Neuaubing.

Nach dem Vize-Meistertitel 1963 gelang dem alten Ringer-Hasen dann 1965 als Coach noch, die ESV Ringer zu ihrer 4. Deutschen Mannschafts-Meisterschaft zu führen.

In folgenden Jahren fungierte Franz Swoboda noch lange Jahre als Trainer in Neuaubing, wo er seine Erfahrungen an den Nachwuchs weitergab.

Die Ringerabteilung wünscht »Ihrem« sportbegeisterten, immer noch sportlich aktiven »Franze« Gesundheit und alles Gute für viele schöne Jahre.



Taekwondo Hüttngaudi

Toller Event mal ganz ohne Taekwondo

Spitzing: Endlich war es wieder so weit und die Taekwondo-Abteilung machte sich auf zu einem Wochenende mit Spaß, Spiel und Sport am Spitzingsee. Am Freitag ging es für mehr als 30 Jugendliche und Erwachsene aus unseren Leistungskursen los in Richtung Berge. Dort angekommen, musste erst einmal das Haus bezogen und erkundet werden, bevor sich schließlich alle zusammen an die Vorbereitungen für das Abendessen machten. Hier ein herzliches Dankeschön vor allem an Doris und Liane, die das Wochenende über die Essensvorbereitungen koordinierten! Nachdem der Hunger gesättigt war, ging es für alle weiter mit einem Spieleabend rund um Tabu, Schafkopfen und »Wer-bin-ich«. Die volljährigen Sportler und Sportlerinnen zogen spät abends in das berühmt berüchtigte »Spinnrad'1«, wo alle noch bis 3.00 Uhr morgens das Tanzbein schwingen.

Am nächsten Morgen war für Ausschlafen jedoch keine Zeit, »der Berg ruft« hieß es. Nach einem entspannten Frühstück ging es dann



Die ESV-Selbstversorger beim leckeren Hüttfrühstück



Bei diesem Ausblick wandert man doch gerne

bei strahlendem Sonnenschein am Spitzingsee entlang und anschließend durch bunte Waldabschnitte den Berg hoch zur Oberen Firstalm. Oben angekommen, konnten es sich dann alle bei einem kühlen



Die Sieger der Spaß-Olympiade: Peter, Daniel und Börnie

Weißbier, Tee und Kässpätzl gut gehen lassen, bevor es wieder zurück zur Vereinshütte ging. Dort angekommen stand schon der nächste Programmpunkt bevor: die Spaßolympiade! Peter hatte sich



Die lustige ESV Hütt-Crew 2016

(Fotos: Daniel Walz)



einige sehr ausgefallene, aber unheimlich witzige (mehr oder weniger sportliche) Disziplinen überlegt, die nun von allen Teilnehmern haben bezwungen werden müssen.

Die wohl exotischste Sportart war das Gummistiefelweitköpfen, dicht gefolgt vom Teebeutel-Mund-Weitwurf. Bei dieser Sportart nimmt der Athlet einen Teebeutel mit der Schnur in den Mund und versucht ihn möglichst weit zu schleudern. Hier stellte Bernie mit einer sagenhaften Weite von über 4 m einen beachtlichen Rekord auf. Als weitere Disziplinen standen Hämmern (man muss einen Nagel mit der spitzen Seite des Hammers mit möglichst wenigen Schlägen in einen Holzblock hämmern), Skistockweitwurf, Pfennigfuchsen und Dart auf dem Programm. Anschließend folgte nach dem gemeinsamen Abendessen die Siegerehrung, bei der die drei bestplatziertesten sogar einen Pokal verliehen bekamen. Die ersten drei Plätze gingen an Peter (1. Platz), Daniel (2. Platz) und Börnie (3. Platz), die sichtlich stolz ihre Pokale in die Höhe streckten.

Am Sonntag war dann, nach dem Frühstück Aufräumen angesagt. Nachdem noch ein Foto mit allen Teilnehmern/innen geschossen wurde, trat man etwas wehmütig die Heimreise nach München an. Nach all dem Spaß und dem super Zusammenhalt in der Gruppe stand für alle fest, nach der »Hütt'n ist vor der Hütt'n«, das schreit nach Wiederholung!

Anna Urban

Gelungener Taekwondo Abend

Trainingsaustausch mit TSV Schongau

München-Neuaubing: Einmal im Quartal findet unser Trainingsaustausch mit dem TSV Schongau statt, innerhalb dessen entweder unsere Sportler nach Schongau fahren, oder aber die Schongauer nach München zum Kicken kommen. Mittlerweile beteiligen sich auch die Taekwondoler aus Raisting rund um das ehemalige ESV- und Nationalteammitglied Mathias Hörmann. Am Freitag, 11.11.2016 war es dann wieder so weit, die Halle füllte sich mit mehr als 45 Sportlern und Sportlerinnen. Von 19:00 bis 21:00 Uhr wurden dann verschiedenste Techniken im Wettkampfbereich trainiert und anschließend im Trainings-Sparring versucht umzusetzen. Die Trainingsgruppe war bunt gemischt – vom Weißgurt bis zu höheren Dangradsen, Kindern bis Ü50-Sportlern, Frauen und Männer war alles dabei, so dass ab-

wechslungsreiche Gegner garantiert waren! Erfreulicherweise beteiligte sich dieses Mal auch ein Großteil unserer Vereinsjugend am Trainingsaustausch, was ihr mit Sicherheit einige wertvolle Tipps und Erfahrungen einbrachte. Nach der Anstrengung kam auch das Vergnügen nicht zu kurz und es fanden sich alle in der Vereinsgaststätte »Strammer Max« ein, um bei Pizza und Bier den Abend gemütlich ausklingen zu lassen. Nächstes Mal geht es dann wieder nach Schongau und wir hoffen auf eine ebenso rege Beteiligung!

13. Taekwondo-Top-Event 2016

Kinder- und Jugendarbeit im Fokus. Sport, Spiel, Spaß und Taekwondo

München-Neuaubing: Am Sonntag, den 12. November 2016, fanden sich wieder mehr als 50 Kinder und Trainer der Taekwondoabteilung im Kinder-/Jugend-, sowie Erwachsenenbereich in der Dreifachturnhalle des ESV Neuaubing ein, um am 13. Top Event teilzunehmen.



Der kleine Max ganz groß...

Dieses Mal fand der Lehrgang zum ersten Mal nicht mehr unter der Leitung von Susanne Griebel statt, die dieses Jahr ihre Trainerkarriere beendet hatte. Ziel des Top Events ist es, den Kindern und Jugendlichen anhand eines intensiven Trainingstages neue Techniken und Trainingsweisen beizubringen, für die im regulären Training manchmal keine Zeit ist. Auch bietet sich hier die Möglichkeit, die Erwach-



Die Teilnehmer des Trainingstreffes ESV Neuaubing – TSV Schongau

(Foto: Johannes Überfuhr)



Die Kleinen kicken wie die Großen



Margarete Überfuhr trainiert mit den Kids Treffsicherheit

senenkurs-Trainer und ihre Trainingsmethoden kennenzulernen. So leiteten dieses Jahr Peter Cheaib, der jahrelang selbst Mitglied im Wettkampf-Nationalteam war und später als Bundesstützpunkttrainer agierte, Johannes Überfuhr (unser Prüfer – er weiß am besten, was in den Gürtelprüfungen verlangt wird) und Andreas Hundt (Erwachsenen-Leistungskurs-Trainer) als Cheftrainer die Trainingseinheiten. Unterstützt wurden sie von unseren Kinder- und Jugendkurstreibern/innen, Margarete Überfuhr (3. Dan, Leitung der Kinderkurse), Thomas Überfuhr (2. Dan), Liane Urban (1. Dan, Gründerin der Kinderkurse), Daniel Walz (1. Dan), Anna Urban (2. Dan) und unserem Assistententrainerteam rund um Alexander Williams (1. Kup), Malena und Karina Hannig (beide 1. Dan), Maximilian Greil (1. Kup) und Ana-



Malena und Karina Hannig beim Taeguk-Synchronlauf



Thomas Überfuhr mit eingesprungenem Drehkick...nicht einfach

stasia Kamtsikli (1. Kup). Nach zwei schweißtreibenden Trainingseinheiten gab es eine wohlverdiente Mittagspause mit leckerem Kuchen und Semmeln – an dieser Stelle vielen Dank an alle fleißigen Eltern! Danach ging es schon weiter mit Vorführungen der Kinderkurse und des Trainerteams! Nachdem dann auch die letzte Trainingsstunde erfolgreich absolviert wurde, konnten alle in ein wohlverdientes Restwochenende starten! Für das nächste Jahr wünschen wir uns gerade in den Kinderfortgeschrittenenkursen etwas mehr Beteiligung, ansonsten die gleiche Motivation und Power wie in diesem Jahr!

Anna Urban

Susanne Griebel gibt ihre Ämter ab!

Eine lange Trainerlaufbahn geht zu Ende

München/Neuaußing: Vor mehr als 30 Jahren startete Susanne Griebel (damals noch Ettlinger) ihre Taekwondo-Laufbahn als Jugendliche im Anfängerkurs des ESV Neuaußing. Zunächst konzentrierte sie sich auf die aufeinander folgenden Gürtelgrade und erlangte bald den ersten Meistergrad/1. Dan, den ersehnten schwarzen Gürtel. Später legte sie dann noch nach und absolvierte die Prüfung zum 2. Dan.



Nach längerer Pause stieg Susi wieder in des Geschehen ein und engagierte sich speziell im Kinder-Bereich. Sie arbeitete als Kinder-Trainerin und übernahm später noch das Amt der Kinderkurs-Koordinatorin.

Es war ihre Idee, einen Top-Event für Kinder und Jugendliche einzuführen und es ist auch ihr zu verdanken, dass wir zahlreiche hochqualifizierte Nachwuchstrainer etablieren konnten, von denen die meisten jetzt bereits erfahrene Übungsleiter sind. Sie war es, die das Sportgelände in Inzell für uns entdeckte und für Trainer-Treffs sowie Kinder- und Jugendlehrgänge nutzte. Es ist unmöglich, hier all ihre Verdienste zu nennen, es waren viele.

Seit geraumer Zeit hatte Susi mit Kreuzbandverletzungen in beiden Knien zu kämpfen, was letztendlich den Ausschlag dazu gab, der Gesundheit Vorrang zu geben. Wichtig war für sie, dass alles reibungs-



los weiterläuft, so teilte sie zusammen mit allen anderen Kinderkurstrainern die Kurse neu ein und plante zuletzt noch die neuen Anfängerkurse mit.

Wir danken der Susi für ihr vorbildliches Engagement und den unermüdlichen Einsatz, ohne den diese Leistungen nicht möglich gewesen wären und wünschen ihr für die Zukunft alles Gute und vor allem viel Gesundheit!

Die Abteilungsleitung:
Christl Jörger, Helmut Urban,
Andreas Hundt, Johannes Überfuhr
und Peter Cheaib
sowie das gesamte Trainer-Team

ACHTUNG neuer Taekwondo Anfängerkurs für Jugendliche und Erwachsene



TAEKWONDO, der moderne Kampfsport aus Korea, ist seit Sydney 2000 olympisch! Im Breitensportbereich, ideal als Selbstverteidigung oder einfach zum Fithalten und Spaß haben.

Hier finden Sie die ganze Bandbreite des Taekwondo. Untere Altersgrenze 10 Jahre, nach oben ist keine Grenze gesetzt. Die untere Altersgrenze ist nötig, da unsere Kinder-Anfängerkurse bis max. 10 Jahre begrenzt sind.

Kompetente Trainer garantieren eine zügige und solide Ausbildung in allen Bereichen. In 7 unterschiedlichen Kursen ist auch für Sie was dabei - schauen Sie mal rein/Anmeldung erst nach mehreren Probetrainings!

Der neue Anfängerkurs für Jugendliche und Erwachsene läuft bereits, immer Montag und Freitag von 18.00 bis 19.00 Uhr

Ort:
ESV Neuaubing/1.Stock Gymnastikhalle, Papinstraße 22, 81249 München
Trainer/in: Liane Urban/1. Dan, Thomas Überfuhr/2. Dan

ACHTUNG KINDER-Anfängerkurs! Einstieg jederzeit möglich!



Kinder zwischen 6 und 10 Jahren AUFGE-PASST!!! Wollt Ihr mit Spaß und Spiel einen modernen, koreanischen Kampfsport machen? Ab sofort könnt Ihr in den neuen Anfängerkurs einsteigen, dann habt Ihr zweimal die Woche Training.

Tag/Zeit: Montag, 16.00 - 17.00 Uhr, Ort: ESV-Halle, Papinstraße 22, 1. Stock, Trainer/in: Anna Urban/2. Dan, Thomas Überfuhr/2. Dan

Tag/Zeit: Mittwoch, 17.00 - 18.00 Uhr, Ort: ESV-Halle, Papinstraße 22, 1. Stock
Trainer: Kolja Prothmann/1. Dan
Bevor Ihr Euch anmeldet, könnt Ihr natürlich einige Trainings testweise machen. Viel Spaß beim ersten Training!

ACHTUNG! Neuer Little Tigers-Anfängerkurs. Einstieg jederzeit möglich!



Kinder ab 5 Jahren AUFGE-PASST!!! Wollt Ihr mit Spaß und Spiel einen modernen, koreanischen Kampfsport machen? Ab sofort könnt Ihr in den Little-Tigers Kurs einsteigen, dann habt Ihr einmal die Woche Training.
Tag/Zeit: Freitag, 16.00 - 17.00 Uhr, Ort: ESV-Halle, Papinstraße 22, 1. Stock, Trainerin: Margarete Überfuhr/3. Dan

Achtung!



Weihnachtsfeier 2016!!!

»...kommet...o...kommet...doch...all...«

Alle Mitglieder der Abteilung Taekwondo sind herzlich zur Weihnachtsfeier 2016 eingeladen.

Am Freitag, den 16. Dezember, ist es so weit, für die Kinder startet die Weihnachtsfeier um 15.00 Uhr und endet gegen 17.30 Uhr. Wie immer kommt der Nikolaus und wer einigermaßen brav war, könnte auch ein kleines Geschenk bekommen... schau mal mal?!

Für die Erwachsenen startet die Feier um 20.00 Uhr (möglichst pünktlich). Für Essen und Trinken wird, mit Unterstützung der Vereinsgaststätte, wie immer gesorgt sein.

Sicher haben wir auch wieder ein lustiges Programm mit Einlagen und Tombola, für die natürlich potenzielle Spender gerne ein paar Preise beisteuern können.

Wir freuen uns auf Euch.

Die Abteilung TAEKWONDO wünscht allen Mitgliedern ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes, erfolgreiches neues Jahr 2017.

Christl Jörger, Helmut Urban,
Andreas Hundt, Johannes Überfuhr
und Peter Cheaib



Abnahme des DTSA (Deutsches Tanzsportabzeichen) am 20.Okt.2016



Geschafft!



Philipp und Michaela beim Cha-Cha

Am Abend des 20.10.2016 fanden sich vier Paare unserer Tanzsportabteilung ein, um die Prüfung für das silberne (4 Tänze mit mind. 6 Figuren) oder das goldene (5 Tänze mit mind. je acht Figuren) Tanzsportabzeichen in Standard und Latein abzulegen. Zuschauer waren auch da, um die Tänzer, die dann als Einzelpaare unter den strengen Augen des Prüfers übers Parkett schwebten, moralisch zu unterstützen und Szenenapplaus zu spenden.

Britta und Wilm Wösten traten für das silberne Abzeichen an, Michaela und Philipp Schullan, Hilde und Ludwig Baumgartner und Gudrun Abel (in Begleitung unseres Tanzlehrers Klaus) jeweils für das goldene. Natürlich hat jedes Paar mit Bravour bestanden, was im Anschluss mit einem kleinen Umtrunk und einem geselligen Beisammensein gefeiert wurde.

Alles in Allem wieder mal ein gelungener Abend und aus den Zuschauern haben sich jetzt schon Paare für die nächstjährige Prüfung gemeldet.

Beate und Max Winkler

Danke Beate und Max für den Bericht aus der Sicht eines »Schlachtenbummlers«.

Mit Christian Halmheu von TSC Unterschleißheim hatten wir einen sehr erfahrenen Prüfer bekommen. Er hat sich sehr lobend über die Paare nach der Abnahme geäußert. Bedauerlicherweise konnten zwei vom ESV-München gemeldete Paare, die letztes Jahr schon mit dabei waren, nicht teilnehmen. Sie mussten wegen Krankheit bzw. aus beruflichen Gründen absagen.



Dank an unsere Sportwartin Tony Rahn, die die Abnahme LTVB geregelt hat und Dank an ihren Mann Jürgen, der sich um den Datenverkehr mit dem LTVB gekümmert hat. Sie haben dafür gesorgt, dass alles reibungslos über die Bühne gehen konnte.

Auch ich war sehr erleichtert, dass die Abnahme so gut über die Bühne ging. Ich glaube, ich war mehr aufgeregt als die Paare selbst, obwohl ich nur die Musik auflegen musste.

Wir haben beschlossen, im Jahr 2017 wieder ein »Schnuppertraining« für alle interessierten Paare, ob alt oder jung, anzubieten. Diesmal ist der Termin sehr früh im Jahr, denn wir haben für 2017 noch einige Aktivitäten geplant.

Das »Schnuppertraining« für alle Anfänger und solche, die es nicht mehr sein wollen, beginnt gleich nach den Weihnachtsferien am Sonntag, den 22. 01.2017 – wie immer – in unserem Ballettsaal im 1. OG um 19.00 Uhr. Wie immer sind acht Abende für sechs Tänze vorgesehen, letzter Sonntag ist der 8. März. Wir haben den Unterricht vom Samstag 18.00 Uhr auf Sonntag 19.00 Uhr verlegt und glauben, dass damit das Wochenende für die teilnehmenden Paare angenehmer ausklingt. Wir hoffen wieder auf guten Zulauf. Alles weitere entnehmen Sie bitte dem beiliegenden Plakat.

Noch ein Termin für alle Mitglieder der Tanzsportabteilung – jetzt noch in weiter Ferne – **Donnerstag, 27. April 2017: Jahresversammlung der TSA mit Neuwahlen.** Natürlich ergeht hier noch gesonderte Einladung.

Das wär's für dieses Mal.

Rainer Abel



Tanzen - Sport für jedes Alter

Auch 2017 bietet die Tanzsportabteilung des ESV Neuaubing zum „Schnuppern“ für Anfänger an:

Acht Tanz-Abende
- immer **sonntags** von 19.00 bis 20.30 Uhr -
ab 22. Januar bis 12. März 2017
im Sport- und Freizeitzentrum
Papinstr. 22, 81249 München
Ballettsaal, 1. OG

Auf dem Programm stehen:

Cha-Cha Rumba Jive
Langsamer Walzer Tango Discofox

Was kostet das? 40,00 € pro Person (ESV-Mitglieder)
75,00 € pro Person (Nichtmitglieder)

Anmeldung bei
Rainer Abel (Abt.-Leiter), Tel. (089)803735
e-mail: rainer-abel@kabelmail.de
oder in der ESV-Geschäftsstelle: Tel. (089)3090417-0

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



Kleine Erinnerung: »Road to Landesliga« lebt

Nach diversen interessierten Rückfragen auf den Artikel in der August/September-Ausgabe der Neuaubinger Vereinszeitung, hier noch einmal ein kleines Update:

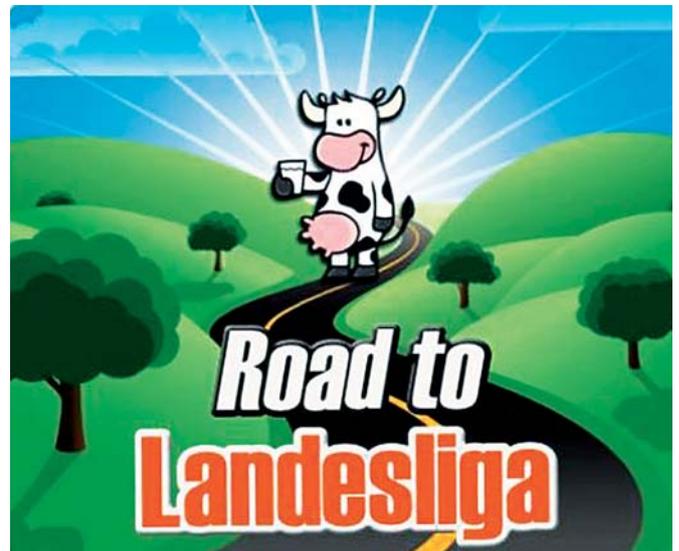
Nachdem die 1. Herren im Sommer souverän und hochverdient aufgestiegen ist, sind quasi alle Mitglieder auch wieder fit ins Wintertraining eingestiegen.

Der Traum von der Landesliga lebt – ob mit Einser Manni Riebl oder ohne, wird sich noch in zähen Verhandlungen herauskristallisieren.

D.W.

ESV startet jetzt auch in der Winterrunde

Nach einigen Überlegungen, ob man wohl eine Herrenmannschaft für die diesjährige Winterrunde des BTV zusammen bekommt, haben die



Neuaubinger beschlossen, mit einer Herrenmannschaft teilzunehmen.

Kapitän Andi Gahn hat unter etwas Mühe genug Motivierte gefunden, um jetzt auch in der Halle richtig anzugreifen. Der ESV Neuaubing I startet dabei in der starken BK 1.

Im ersten Spiel musste sich das Team leider bereits dem Gegner aus Seeshaupt geschlagen geben. Von Topform konnte dabei bei den meisten Spielern noch keine Rede sein.

Dennoch wird das Team versuchen, durch die Teilnahme im Winter ausreichend Spielpraxis zu bekommen und die restlichen Spiele für sich zu entscheiden.

Wir wünschen unseren Jungs dabei viel Erfolg. Haut rein!

D.W.

Jugendvereinsmeisterschaften ein voller Erfolg

Traditionell nach den Vereinsmeisterschaften der »Großen« durften im Herbst auch die Junioren des Vereins zeigen, was sie in einem weiteren Jahr bei Cheftrainer Domi Schütte gelernt haben.

In den Jugend-Vereinsmeisterschaften duellierten sich die Jungs und Mädels mit vollem Einsatz und das alles unter der wieder einmal hervorragenden Leitung von Jugendleiter und »Mann-für-alles« Andi Feick.

Dabei waren wir alle im Vorstand und auch außerhalb sehr froh, dieses Mal viele verschiedene Kategorien zu haben, alles ein Verdienst der gelungenen Jugendförderung der letzten Monate und Jahre.

Ich an meiner Stelle freue mich natürlich mit allen Siegern und Siegerinnen und kann auf gelungene und erfolgreiche Jugendvereinsmeisterschaften zurückblicken – die ja noch nicht vollständig vorbei sind! Denn am Samstag, den 26.11., findet ja noch das berühmt-berüchtigte Abschlusskegeln inklusive Preisverleihung statt. Einen ausführlichen Bericht zu allen Siegern und dem Verlauf des Abends findet ihr dann natürlich auf der Internetseite des ESV Neuaubing unter: www.esv-neuaubing.de/tennis

Hier alle Ergebnisse der diesjährigen JVM im Überblick:

Mädchen:	Knaben:	Bambino:	Nachwuchs:
1 Sarah	1 Kevin	1 Moritz	1 Dario
2 Lenka	2 Luca	2 Aleksej	2 Leo
3 Laura	3 Erik	3 Raphael	3 Julian
4 Veronika	4 Felix	4 Max	4 Johann
5 Riya	5 Lukas	5 Simon	5 Denizan+Kaan

Nach einigen nicht mehr ausgetragenen Partien bei den »Junioren und Juniorinnen« hier nur die Podestplatzierungen:

Alex Röhl – Felix Schauer – D. und M. Karalic

Ein Sonderlob von meiner Seite an die starken Karalic-Schwestern, die in der Jungs-Konkurrenz einige Spieler hinter sich ließen und sogar aufs Podest kamen! Starke Leistung!

Bleibt mir an dieser Stelle nur noch, euch auf den ausführlichen Artikel zu den Siegern jeder Konkurrenz aufmerksam zu machen, der Ende November auf der Internetseite des ESV erscheint (Adresse siehe oben!) – dann natürlich auch mit Bildern von der Preisverleihung. Also klickt euch rein!

Euer Daniel Wolf



Liebe Tischtennisfreunde,

auch in der Saison 2016/17 möchte ich Sie herzlich dazu einladen, gemeinsam mit den Mannschaften des ESV Neuaubing in eine mit Spannung und Vorfreude erwartete Spielrunde zu starten. Über eine tatkräftige Unterstützung würden wir uns sehr freuen!

Mit drei Herrenmannschaften im aktiven Bereich sowie drei im Jugend- und Schülerbereich zählt der ESV zu den am größten aufgestellten Tischtennisvereinen im Münchner Westen.

Sportlich können wir leider auf keine so erfolgreiche Saison blicken. Bei unserer Jugend sieht es da schon etwas besser aus. Die gesteckten Ziele wurden erreicht und zum Teil auch übertroffen. Dies liegt hauptsächlich an der engagierten und guten Trainingsarbeit. Diese

wird durch unseren Jugendtrainer Florian Gutjahr sicherlich auch in dieser Saison weiterhin erfolgreich fortgeführt.

An dieser Stelle ein großes Dankeschön an unseren Abteilungsleiter David Böttcher, der die Abteilung voll im Griff hat.

Lieber Florian, wir warten auf Nachwuchs für unsere Mannschaften.

*»Der Baum verbrannt, Geschenk vergessen,
die Gans ist auch schon aufgefressen
und auf dem Tisch nur blöde Gaben,
na dann – nen schönen Heiligabend.«*

In diesem Sinne, wünscht Euch Euer Rudi ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Neue Jahr!



Bayernpokalfinale in Unterföhring

Am 22./23.10.2016 stand das Bayernpokalfinale an. Leider hat uns das Verletzungspech auch vor diesem Wettkampf nicht verschont. Noch in der Woche vorher hatten wir schon vier Verletzte zu beklagen und mussten die C-Jugend- und die zweite D-Jugend-Mannschaft leider abmelden.

Los ging es am Samstag mit der E-Jugend in Liga 2. Die Mädchen begannen am Balken und nach ein paar Startschwierigkeiten liefen die Übungen gut. Auch am Boden konnten die Turnerinnen ihre Übungen souverän zeigen. Nach einer kurzen Pause stand nun der Sprung auf dem Programm, der ebenfalls sehr gut lief. Als letztes mussten die





Danach waren noch unsere Kleinsten, die F-Jugend, an der Reihe. Sie turnten ihren ersten großen Wettkampf in Liga 2. Los ging es am Sprung. Die Mädels zeigten ihre Sprünge genauso gut wie im Training. Am nächsten Gerät, dem Barren, zeigten sie ihre Übungen auch souverän. Auch die Balkenübungen klappten gut, bis auf ein paar Absteiger. Zuletzt war noch der Boden dran, wo sie ihre Übungen auch sehr schön turnten. Alles in allem konnten die »Kleinen« an ihrem ersten Wettkampf im Turngau München den 2. Platz erturnen.

Vielen Dank an alle Trainer, Kampfrichter und Zuschauer, die uns mal wieder super unterstützt haben!

Christina Gerl

Mädels noch am Barren ran und zeigten hier auch sehr schöne Übungen. Alles in allem konnten wir mit 9 Punkten Abstand den ersten Platz erreichen.

Weihnachts-Schauturnen am Freitag, 9.12., Beginn 18.00 Uhr



Abends waren dann die Turnerinnen an der Reihe. Die beiden Mannschaften starteten am Barren und konnten hier größtenteils gute Übungen abliefern. Danach kam der »Zitterbalken«. Hier hatten wir leider ein paar Stürze zu verzeichnen, nur zwei Turnerinnen blieben oben. Am Boden verfolgte uns wieder das Pech. Beim Einturnen verletzte sich eine unserer besten Turnerinnen und konnte den Wettkampf nicht fortsetzen. Nun musste die erste Mannschaft die letzten zwei Geräte mit einer Turnerin weniger antreten. Die Bodenübungen waren noch etwas chaotisch, da sich natürlich alle Sorgen um unsere Verletzte machten, aber dennoch souverän. Am Sprung konnten beide Mannschaften noch einige Punkte gut machen, mit sehr guten Sprüngen. So erreichten die Mannschaften noch die Plätze 3 und 5.

Am Sonntag startete die D-Jugend gleich in der Früh, diesmal in Liga 1. Los ging es mit dem Sprung, hier zeigten die Mädels ordentliche Sprünge. Auch am Barren liefen die Übungen gut. Leider konnten am Balken ein paar Stürze nicht vermieden werden, aber sonst zeigten die D-Turnerinnen gute Übungen. Das letzte Gerät war dann der Boden. Die Mädels turnten ihre Übungen souverän und konnten noch ein paar Punkte sammeln. So konnten sie einen guten 7. Platz erreichen.





VOLLEYBALL

Volleyball-Jugend

Nach der sechswöchigen Trainingspause wurde nach den Ferien wieder fleißig trainiert, da die Spieltage anstanden.

Dieses Jahre waren so viel volleyballinteressierte Mädls zu uns gekommen, dass vier U12-Mannschaften gemeldet werden konnten.

Unsere Kleinsten konnten sich bislang tapfer gegen die schweren Gegner durchkämpfen und viele neue Erfahrungen sammeln.

Des Weiteren startete auch eine U14-Mannschaft in die Saison, welche sich mit den bisherigen Ergebnis zufrieden geben kann, auch wenn in dem einen oder anderen Spiel mehr Punkte zu holen gewesen wären.

Leider hat sich zu Anfang des Jahres, die U16/U18-Mannschaft fast vollständig aufgelöst. Aus diesem Grund musste im vergangenen halben Jahr, eine komplett neue U16/U18 Mannschaft aufgebaut werden. Der erste Spieltag, den die U16 zu bestreiten hatte, war okay, aber auch hier hätten wir mehr Punkte holen können. Am Anfang herrschte auf dem Spielfeld noch große Verwirrung,



aber von Punkt zu Punkt lernten wir aus unseren Fehlern und konnten uns mit dem neu Erlernten auf den 1.Spieltag bei der U18 freuen.

Am 16.10. ging es voll motiviert zum Spieltag der U18, wo drei der vier Spiele gewonnen wurden. Lediglich gegen die Mannschaft des DJK mussten wir uns geschlagen geben. Auch der zweite Spieltag wurde mit vollster Motivation bestritten. In den ersten drei Spielen schien das Glück auf unsere Seite zu sein, doch im letzten Spiel gegen den TSV Solln war bei den meisten keine Kraft mehr da und wir mussten uns leider gegen den TSV Solln geschlagen geben. Trotz des verloren letzten Spiels darf sich die U18 über den 3. Tabellenplatz freuen.

Zum Abschluss möchte ich im Namen der Mannschaft noch ein großes Dankeschön an Hannah aussprechen, die es innerhalb kürzester Zeit geschafft hat, aus unserem Chaotenhaufen eine so gute Mannschaft zu machen. DANKE, Hannah.

Fiona Ettenhuber