

Sport & Freizeit

Vereinsorgan des ESV Sportfreunde München-Neuaubing e.V.



Ausgabe 3/2018



Skikurse im Innenteil

Tag der offenen Tür

am 14. Oktober 2018, 10 – 18 Uhr
Papinstr. 22, 81249 München

Knaller-Angebot:
kein Sonderbeitrag bis Jahresende für
Neumitglieder (gültig nur am 14.10.2018)

inkl. Sektempfang, Rundgang, Gewinnspiel,
Kurs-Mitmach-Angebot, kleines Buffet,
Einführung in Gewichtheben / Kraftdreikampf

In unserem neu eröffneten

Fitness-Center & Athletik-Bereich



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
Abendsdienst

Präsidium:

Präsident Harald Burger
Vizepräsidentin Monika Plass
Vizepräsident Dr. Manfred Wolter

Geschäftsstellenleitung:

Markus Maucher

Redaktion, Anzeigen:

Erika Hüller (verantwortlich)

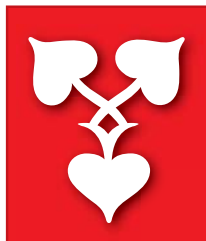
Titelbilder: Florian Rädler

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.

Grafikdesign: Hartmut Baier
esv@pixelcolor.de

Gesamtherstellung:
Ortmaier Druck GmbH



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	14
Freizeit- / Gesundheitssport	16
Gewichtheben	18
Judo	19
Karate	19
Kegeln	20
KiSS – Kindersportschule	22
Kraft & Fitness	25
Leichtathletik	26
Ringens	27
Taekwondo	28
Tanzsport	32
Tennis	34
Tischtennis	36
Turnen	38
Volleyball	39



Tätigkeitsschwerpunkte:

- Allg. Strafrecht, Verkehrsstrafrecht, Jugendstrafrecht
- Patientenverfügungen, Vorsorgevollmachten, Betreuungsverfügungen
- Sport- und Vereinsrecht
- Arbeitsrecht (insbes. Kündigungsschutzsachen)
- Familienrecht (insbes. humane Scheidung)

Rechtsanwalt

Günther Schmauß

Dipl.sc.pol. Univ.

Bodenseestraße 222/II
81243 München

Telefon 089/89329266

Telefax 089/89329267

Mobil 0175/8735014

E-Mail raschmauss@t-online.de

Web www.raschmauss.de

Viele Grüße vom Aubinger Herbstfest



„Ozapft is“ hieß es auch dieses Jahr wieder beim Aubinger Herbstfest 2018.

Beim „Tag der Vereine“ am Donnerstag, 30.08.2018, durfte auch wieder der ESV Neuaubing seine wertvolle Vereinsfahne zusammen mit den anderen ansässigen Vereinen präsentieren.

Der Nachmittag fing schon sehr gut an, als durch die Augustiner Brauerei Freibier ausgeschenkt wurde, während man beim Aubinger Kriegerdenkmal mit einem Standkonzert das 29. Aubinger Herbstfest eröffnete. Nachdem sich der Festzug mit Festkutsche und allen Fahnenabordnungen formiert hatte, ging es von der Schwemmstraße zum Festzelt am Belandwiesenweg.

Unsere Fahnenabordnung bestand aus unserem Fahnenträger Noah Lombardo (Gewichtheben), Johanna Mitterer (Leichtathletik), Dieter Prosotowitz-Mitterer (Leichtathletik), Karl Mandl (Leichtathletik), Florian Todenhagen (Badminton) und Florian Rädler (Kraft & Fitness). Zu Beginn des Umzugs durften wir noch unsere Kiss-Fachkraft in Elternzeit, Katharina Fischer (KISS), mit ihrem kleinen Moritz begrüßen. Im Bierzelt stießen noch Franziska Bosse (Bergsport) und Christoph Stadler (Freizeitsport, Freestyle) hinzu.

Nach einem lustigen Festzug, den zahlreiche Zuschauer bejubelten und beklatschten, ließen wir den Abend, wie es sich gehört, bei einer gemeinsamen Maß im Bierzelt ausklingen. Ein wirklich schöner Abend mit Vereinskollegen.

Florian Rädler



Wichtige Termine:

Vereinsratsitzung – 13.11.2018

geschlossene Veranstaltung. Einladung ergeht bis spätestens 29.10.2018 per Email.

Delegiertenversammlung – 27.11.2018

öffentliche Veranstaltung. Einladung für Delegierte ergeht bis spätestens 12.11.2018 per Email. Gäste können an der Versammlung teilnehmen, haben jedoch kein Stimmrecht.

Wir hoffen auf rege Teilnahme.

Euer Präsidium



Achtung, Pressewarte! Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 19.11.2018



Alpin



Eltern-Kind-Kurse

Kinder von ca. 4 Jahren bis zum Schulstart und ihre Eltern

Samstag (5 mal)
19.1./26.1./2.2./9.2./16.2.

Kind	165 €
Begleitperson	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	165 €
2. Kind	145 €
3. Kind	125 €

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 | 03.02. bis 08.02.2019 | (Leitung: Edith u. Schorsch Speckbacher) |
| 2. Woche | 10.02. bis 15.02.2019 | (Leitung: Jens Klausch) |
| 3. Woche | 17.02. bis 22.02.2019 | (Leitung: Jens Klausch) |

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 1.12.2018, danach ggf. Warteliste.

Für Fragen zu den Eltern-Kind-Wochen stehen Ihnen Christine & Christian Wingarde unter muki@esvskikurs.de zur Verfügung.



Skikurse mit Kursklassen 1 bis 6

ab 6 Jahren	Samstag (5 mal)	1. Kind	165 €
oder 2 mal Eltern-Kind Kurs	19.1./26.1./2.2./9.2./16.2.	2. Kind	145 €
Erwachsenenkurse ab 5 Teiln.		weitere Kinder	125 €
		Erwachsene	175 €

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

Free-Kurse-Alpin

Jugendliche	Samstag (5 mal)	1. Kind	165 €
nach Besuch des 6. Skikurses	19.1./26.1./2.2./9.2./16.2.	2. Kind	145 €
		weitere Kinder	125 €

Für alle Jugendlichen **nach** Besuch des 6. Skikurses bieten wir unser Leistungskurssystem an.
Zu jedem Samstag kann im Rahmen unseres Free-Systems die Teilnahme an einem der folgenden Schwerpunkt-kurse gewählt werden:

- Freeride (auch **neben** der Piste bzw. auf der Tourenabfahrt)
- Easy Carving (entspanntes Schwingen **auf** der Piste)
- Freestyle (Springen im Funpark)
- TT – Technical Training (Verbessern der Skitechnik z.B. zur Skilehrervorbereitung)
- Race (Training auch im „Stangenwald“)

Die Auswahl erfolgt in unserem Skikursbus. Es kann jeden Samstag ein anderer Schwerpunkt gewählt werden oder ein Schwerpunkt alle fünf Samstage beibehalten werden – je nach Lust und Laune.
Die Betreuung erfolgt durch speziell ausgebildete Übungsleiter.

Skilehrervorbereitungskurs

Jugendliche ab 16 Jahren,	Samstag (5 mal)	Preis nach Absprache
die Skilehrer werden wollen	19.1./26.1./2.2./9.2./16.2.	

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

Tagesfahrten Alpin

Skifahren ohne Kurs	Samstag (5 mal)	5 Fahrten	75 €
Spitzing	19.1./26.1./2.2./9.2./16.2.	Einzelfahrt	18 €
Skifahren ohne Kurs	Dienstag (6 mal)	6 Fahrten	110 €
verschiedene Skigebiete	8.1./15.1./22.1./29.1./5.2./12.2.	Einzelfahrt	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!

Markt
September 2019
Beitrag 1 €, Kinder frei
Sportartikel
gesamten Kursprogramm
Skikursköche
Eltern



Snowboard



Snowboard

ab 9 Jahren**Samstag (5 mal)**

19.1./26.1./2.2./9.2./16.2.

1. Kind	165 €
2. Kind	145 €
weitere Kinder	125 €

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 Spins

Snow D – Expert (Voraussetzung Snow C) —> **Auch für Skifahrer möglich!**

- Carven
- Freestyle von Box bis Rail
- Slopestyle
- mittlere Kicker

Jugendwochenende

Skifreizeit Alpin & Snowboard

Jugendwochenendeauf der Sportalm des ESV Neuau-
bing, Mindestalter 10 Jahre**Freitag bis Sonntag**

15. bis 17. März 2019

inkl. Fahrt, Übernachtung, Voll-
pension (außer Getränke und
Skipass) 50 €

Nach lockerem Skifahren und boarden unter Betreuung unserer Skilehrer geht es auch am Abend noch lus-
tig weiter. Lasst Euch überraschen!

Infos und Anmeldung: Christoph Bosse, Tel: 0176-95418324 / 089-8714251 (jugend@esvbergsport.de)

Aus Sicherheitsgründen gilt bei allen unseren Kursen Helmpflicht!



Langlauf



Kurse Langlauf

Kinder / Jugendliche bis 16 J. Erwachsene	Sonntag (4 mal) 13.1./20.1./27.1./3.2.	1. Kind	80 €
		2. Kind	70 €
		weitere Kinder	55 €
		Erwachsene	110 €
Schnuppertag	Sonntag 13. Januar 2019	1. Kind	21 €
		Erwachsene	40 €

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) 13.1./20.1./27.1./3.2./10.2./17.2.	6 Fahrten	105 €
		Einzelfahrt	21 €
Langlauf am Dienstag	Dienstag (6 mal) 15.1./22.1./29.1./5.2./12.2./19.2.	6 Fahrten	105 €
		Einzelfahrt	21 €

6 Fahrten im modernen Reisebus zu verschiedenen Langlaufzielen

**Exklusives Nachtskifahren am
27. Februar 2019**

Uns gehört die Piste alleine!
Anmeldung & Infos unter www.esvskikurs.de



Anmeldung (außer Eltern-Kind-Wochen)

Kurse können wir leider ausschließlich Mitgliedern des ESV Neuaubing anbieten!

Es besteht die Möglichkeit einer Schneesportmitgliedschaft! (Kinder 40 €, Erwachsene 58 €)

Anmeldung	Achtung! Auf Grund der Änderung im Bereich des Datenschutzes (DSGVO) gilt ein neues Anmeldeverfahren: Zur Teilnahme an unseren Skikursen und Tagesfahrten ist zwingend eine Anmeldung über unsere Internetseite www.esvskikurs.de erforderlich. Im Rahmen der Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen zu unterschiedlichen Bezahlmöglichkeiten. Wichtig! Eine Anmeldung ausschließlich durch Überweisung ist nicht mehr möglich.
Vorzeitiges Ende der Anmeldephase	Auf Grund der zum Teil sehr starken Nachfrage können wir einen vorzeitigen Anmeldeschluss für einzelne Kursklassen nicht ausschließen. Wir berücksichtigen Anmeldungen in der Reihenfolge des zeitlichen Eingangs.
Ameldeschluss	Anmeldungen sind möglich bis spätestens Freitag, den 15.12.2018
Bestätigung	Kurse Alle Teilnehmer werden bis Freitag, 11. Jan. 2019 benachrichtigt! Tagesfahrten Mitfahrer erhalten keine Nachricht.

Infos und Beratung

Aktuelle Infos finden sich unter www.esvskikurs.de

Alpin und Snowboard	persönlich: Ski-Flohmarkt am 15.11.2018 ab 18 Uhr (alle Angebote) E-mail: organisation@esvskikurs.de
Eltern-Kind-Wochen	Familie Wingarde, 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, howinterling@yahoo.de



Abfahrtstellen und Abfahrtzeiten

Samstag		7.15 Uhr	Dietmar-Keese-Bogen
Sonntag		7.45 Uhr	Reichenauschule
		8.00 Uhr	Wiesentfellerstraße
		8.15 Uhr	Fürstenriederstr./Ehrwalderstr.
Dienstag (alpin)		7.15 Uhr	Wiesentfellerstraße
		7.30 Uhr	Mainaustraße
Dienstag (LL)		7.45 Uhr	Reichenauschule
		8.00 Uhr	Wiesentfellerstraße
		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, Opas..., die mit uns auf der ESV-Sportalm kochen... Wir sind bekannt für unsere „Rennfahrerwürstel“, die „Skistarsuppe“ und die „Boar-der-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 14 Jahren). Wenn Du Spaß am Umgang mit Kindern hast, Dir ein bisschen Schneeschaukeln 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: organisation@esvskikurs.de

Infos auch beim Skiflohmarkt!

Snowboard-Helfer (ab 16 Jahren) mit Interesse an der Snowboardlehrausbildung bitte bis spätestens 01.12.2018 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 geschauelt 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 in Spitzing.

Treffpunkt: 12. Januar 2019 ab 9 Uhr auf der Sportalm (direkt am Parkplatz der Sesselbahn Stümpfling)
Anmeldung und Informationen unter organisation@esvskikurs.de



Sommer-Eltern-Kind-Wanderwochenende 2018

Mitte August war unsere Hütte am Spitzingsee wieder fest in den Händen unserer jüngsten Nachwuchssportler: Wir trafen uns zu unserem Sommer-Eltern-Kind-Wanderwochenende. Kurzfristig hatten wir leider einige krankheitsbedingte Absagen, so dass wir dieses Jahr nicht ganz so stark besetzt waren wie wir es aus den vergangenen Jahren gewohnt waren. Aber das spielte keine Rolle und tat unserer guten Laune keinen Abbruch. Die Kinder waren – ebenso wie die Eltern – trotz des großen Altersunterschiedes von 10 Jahren (die beiden jüngsten Kinder waren gerade 4 Jahre, die Älteste bereits 14) sofort eine harmonische und homogene Gruppe. „Zur Unterstützung“ bzw. um die ein oder andere Tour abzukürzen hatten wir dieses Jahr erstmalig den Vereinsbus als Shuttle mit dabei – was sich als wirklich komfortabel herausstellen sollte.

1. Tag: Freitag, 10.08.18:

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, 11.08.18:

Der Tag begrüßte uns mit strahlendem Sonnenschein. Alle waren pünktlich und bestens gelaunt um 10 Uhr startklar vor der Hütte versammelt. Um diese erste Tour nicht zu langwierig werden zu lassen, hatten wir bereits am Morgen den Vereinsbus am Spitzingsattel geparkt und starteten mit einer Bahnfahrt: Wir nahmen den Sessellift und kamen so ohne große Anstrengung zur Bergstation des Stümpfling. Vor dort wanderten wir über den oberen Osthang hinüber zum Suttenstein. Dort genossen wir erstmalig die tolle Aussicht, u.a. auf den Schinder. Ab dem Suttenstein konnten wir der Beschilderung „Bodenschneid“ folgen, zuerst ging es im Wald, dann frei auf einem erst breiten, später schmaler werdenden Grat stetig bergauf. Die

herrlichen Aussichten belohnten am Gipfel der Bodenschneid für die Mühen des Aufstiegs während der letzten etwa 90 Minuten. Wir sahen die drei Seen: Spitzingsee, Schliersee und Tegernsee. Am Fuße des Gipfelkreuzes machten wir ausgiebige Rast. Für den anschließenden Abstieg wählten wir den einfacheren Weg zur Oberen Firstalm, d.h., wir gingen zunächst ein kurzes Stück auf dem Anstiegsweg zurück bis zu einem Abzweig und folgten diesem links (nördlich). Dieser Weg war zu Beginn steinig, zum Glück war es aber trocken, daher war es nicht rutschig. Je weiter wir gingen, umso besser wurde der Weg. Nach ca. 45 Minuten erreichten wir die Obere Firstalm. Dort wurden wir enttäuscht: Leider wurde nichts aus der tollen Aussicht von der Sonnenterrasse und einer gemütlichen Einkehr. Die Obere Firstalm ist wegen Renovierungsarbeiten derzeit geschlossen. So machten wir uns direkt an den Abstieg zum Spitzingsattel, von wo aus uns der Vereinsbus in drei Fahrten alle auf die Hütte brachte.

Kaum auf der Hütte angekommen fingen alle Kinder sofort an zu basteln: Dieses Jahr wurden Bilderrahmen beklebt und Papierflieger sowie Origami Tiere gefaltet. Später kickten die Jungs im Trimmraum bzw. es wurde Werwolf gespielt. Abends wurde gegrillt und der Abend klang aus. Einige gingen zu später Stunde nochmals runter zum See, um das Feuerwerk, das zum Abschluss des Bergseefestes Spitzingsee entzündet wurde, zu bestaunen: ein Brillant-Feuerwerk mit bengalischer Beleuchtung und beleuchteten Booten ließ den See und die dahinterliegenden Berge farbig leuchten – auch wenn das Feuerwerk aufgrund der akuten Waldbrandgefahr etwas kleiner als üblich gewesen sein soll bzw. auf die traditionelle Illumination der Berge verzichtet wurde, war es traumhaft schön.

Auch für die auf der Hütte Zurückgeblieben lohnte sich der Blick in den Himmel: Erste Sternschnuppen waren am Himmel zu sehen.





3. Tag: Sonntag, 12.08.18:

Am nächsten Tag hatten wir uns für den Bayrischzeller Höhenweg entschieden:

Der Weg begann am Parkplatz Seeberg in Bayrischzell. In schattigen Serpentinien wanderten wir zunächst hinauf Richtung Seeberg: ein schöner Pfad, über Wurzeln, durch den Wald. Schon nach kurzer Zeit erreichten wir eine Aussichtsbank. Hier machten wir ein erstes kleines Pauschen, um den herrlichsten Blick auf Bayrischzell und den dahinterliegenden Wendelstein zu genießen. Die St. Josephs Delicious-Quelle war leider aufgrund des heißen und trockenen Sommers nahezu versiegt. Kurz danach kamen wir aber schon an die Neuhütte, wo wir ausgiebig Rast machten und den Blick über das Ursprungtal bis zu den Gletschern Österreichs genossen. Gestärkt wanderten wir geradeaus gemütlich weiter auf dem Höhenweg, der hier bereits seinen höchsten Punkt erreicht hatte (1.232m). Auf einem breiten Kiesweg ging es flott den Berg wieder ein Stück hinunter, vorbei an Wiesen, ausgetrockneten Bergbächen, der Klarer Alm und der Niederhofer Alm – noch war die Laune aller bestens. Kurz nach der Niederhofer Alm ging es im Wald jedoch noch einmal am Nordhang den Sillberg hinauf bis zu einem Fahrweg. Dieser erneute Aufstieg hat dann schnell die Laune mancher auf einen Tiefpunkt gebracht. Die Kinder wurden daher mit der Aussicht auf ein großes Eis im nahenden Sillberghaus angetrieben. Auf dem gut ausgebauten, aber nicht asphaltierten Fahrweg gingen wir in einer großen und sich lange ziehenden Schleife um den Sillberg herum bis zum Sillberghaus. Leider gibt es dort – zum Erschrecken aller KEIN Eis. Doch das Genörgel blieb aus und auch die Enttäuschung hielt nicht lange an, was möglicherweise an der Erschöpfung einiger lag oder daran, dass es natürlich erfrischende Getränke und sehr, sehr guten Apfel- und Käsekuchen gab. Auf der schönen Sonnenterrasse des Sillberghauses verbrachten wir einige Zeit. Von dort ging es dann noch nur ca. 20 Minuten bergab ins Ursprungtal. Die letzte Stunde auf dem Talweg zurück zum Ausgangspunkt nach Bayrischzell sparten wir uns: Wir hatten am Morgen den Vereinsbus am Parkplatz des Sillberges geparkt, so dass wir mit drei Fahrten alle bequem zurück zum Ausgangspunkt am Parkplatz Seeberg gelangten.

Zurück auf der Hütte bastelten, kickten und spielten die Kinder wieder Werwolf, während die Erwachsenen sich auf der Terrasse erholten. Später am Abend wurde erneut gegrillt und als die Kinder im Bett waren, war der Himmel leider vollkommen wolkenverhangen, so dass die Erwachsenen das für diese Nacht angekündigte Maximum der Perseiden leider nicht erleben durften.

4. Tag: Montag, 13.08.18:

Heute hatten wir geplant, den Bus zur Waitzingeralm zu nehmen und von dort zu den Gumpen im Pfanngraben zu wandern um dort zu baden. Leider war das Wetter etwas wechselhaft, auch waren im Laufe des Tages Gewitter vorhergesagt, des Weiteren hatten wir Bedenken, dass die Gumpen aufgrund der Dürre und Hitze der vergangenen Wochen zu kleinen Pfützen versiegt waren, auch steckten manchen die Touren der beiden vergangenen Tagen noch in den Knochen, so dass wir uns lediglich für den Rundweg (eigentlich mit nur gut 3 km kein Sommertag füllendes Programm) um den Spitzingsee entschieden, was sich als richtig erweisen sollte.

Wir starteten aus taktischen Gründen die Seeumrundung in Richtung Kurvenlift und folgten dem Uferweg im Uhrzeigersinn. Gemütlich spazierten wir am Westufer entlang zunächst durch den Wald. Als wir



den Wald verließen, bewunderten wir nicht nur die Aussicht über das Schilf an den Randzonen des Sees, sondern unsere Blicken gingen auch immer wieder in den sich zuziehenden Himmel hinauf. Bald führte der Weg wieder direkt am Ufer vorbei. Über den See hinweg sahen wir im Südwesten das Hintere Sonwendjoch. Am Spielplatz am Ostufer mussten die Mädchen noch ihre Turnkünste unter Beweis stellen bevor sich die Kinder in Höchstgeschwindigkeit ihrem eigentlichen Ziel, dem Bootsverleih, näherten. Ein kurzer Blick in den Himmel bestätigte das Vorhaben. Die Wolken hatten sich zumindest wieder etwas verzogen. Während die älteren Kinder sich alleine aufs Wasser und anschließend von den Treibbotten ins Wasser wagten, mussten die kleineren zum Teil etwas widerwillig von zumindest einem Elternteil begleitet werden. Eine Kleingruppe konnte sogar ein Boot mit Rutsche ergattern. Aber egal ob Tret- oder Elektroboot – alle hatten Spaß. Als alle wieder an Land waren, ging es zurück auf die Hütte. Kurz danach ging auch schon der Wolkenbruch los, vom Parkplatz der Stümpflingbahn floss das Wasser sintflutartig Richtung See. Ein Glück, dass alle im Trockenen waren.

Auch diesen letzten Abend konnten wir wieder draußen auf der Terrasse ausklingen lassen.



5. Tag: Dienstag, 14.08.18:

Dieser letzte Tag begrüßte uns weiterhin mit strömendem Regen, so dass wir die obligatorische Hütten-Putzaktion, die natürlich wie gewohnt reibungslos klappte, ein wenig gemütlicher angehen konnten.

Herzlichen Dank allen Teilnehmern, dass ihr die Hütte so ordentlich hinterlassen habt! Da auch gegen Ende der Putzerei das Wetter nur mäßig besser wurde und einige bereits zum Aufbruch drängten, ließen wir die geplante letzte gemeinsame Unternehmung ausfallen und verabschiedeten uns schweren Herzens.

Zusammenfassend war das Wochenende wieder rundum gelungen und sehr erholsam. Wir waren eine wirklich harmonische Gruppe, haben viel gelacht und hatten jederzeit sehr viel Spaß. Unfälle und Verletzungen bleiben glücklicherweise auch dieses Jahr wieder aus! Auch wenn es bereits unser 9. Sommer-Event war, haben wir es wieder geschafft, neue und für die meisten Teilnehmer unbekannte Touren auszuwählen. Dennoch haben wir den ein oder die andere vielleicht bei der ein oder anderen Tour zwar nicht überfordert, aber an den Rand der Erschöpfung gebracht – und wir sprechen dabei nicht von den Kindern. Manch eine oder einer war vielleicht sogar froh, dass wir Vierjährige mit dabei hatten, die das Tempo doch etwas gemäßigter vorgaben. Dennoch haben wir bereits die ersten Anmeldungen für 2019, und das, obwohl der Termin noch gar nicht feststeht. Auch wir freuen uns schon heute darauf.

Zunächst geht es aber mit großen Schritten auf unsere Winter-Eltern-Kind-Wochen zu!

*Eure Eltern-Kind-Organisatoren
Tine und Christian Wingarde*

ESV-Rennmannschaft zurück auf der Landkarte des Münchner Skiverbands

Über die letzten Jahre zeichnete sich die ESV-Rennabteilung bereits durch sein professionelles und trotzdem kindgerechtes Training aus. So setzt das Training des ESVs, im Gegensatz zu anderen Skiklubs, den Fokus weniger auf das „Schleifen“, sondern auf die eingeschliffenen organisatorischen Abläufe. Damit konnte in den letzten Jahren auf hohem Niveau trainiert werden und trotzdem der Spaß am Skilaufen hochgehalten werden.

In diesem Jahr war die Rennabteilung des ESV ambitioniert, das gute Training das erste Mal seit Jahren wieder in die Rennsaison mit herüber zunehmen.

Nach bereits guten Ergebnissen in der Saison 2016/2017 in der Lea (16) im Super-G ein Rennen gewinnen konnte und Nike (8) den Jahrgang U7 der SVM-Rennserie für sich entscheiden konnte und dabei in der Klasse U8 einen respektablen 5. Platz belegte, startete die Mannschaft im August 2017 in die Wintervorbereitung. Eröffnet wurde die Saison mit dem als Konditionslager getarnten Zeltlager in Südtirol. Wie immer war die Woche mit Radfahren, Wandern, Klettern, Schwimmen und Kanufahren ein voller Erfolg und ein Erlebnis für die Kinder, die endlich auch mal Urlaub von ihren Eltern hatten.

Die Wettkampfsaison wurde bereits am 14. September mit dem Konditionswettkampf der SVM-Rennserie eröffnet. Bei der SVM Rennserie handelt es sich um die hochklassigste Rennserie für Schüler unter 14 Jahren. Hieraus rekrutieren sich jene Athleten, die sich später auf nationaler Ebene (Deutscher Schülercup) und ggf. noch später auf internationaler Ebene (FIS-Rennen) miteinander messen.

Diesmal entsandte der ESV mit Finn (11), Tonia (10) und Nike (8) – mit Miki als Trainerin – mehr Athleten als in den letzten Jahren. Finn schaffte bei seiner ersten Teilnahme, alleine durch seine Grundathletik, den 8. Platz (von 20) in seinem Jahrgang, Tonia belegte den 10.

Platz und Nike belegte in ihrer Klasse den 6. Platz. Als Rückschluss nahmen alle drei Athleten mit, dass ihnen jeweils die gleiche Stelle des Balanceparcours ein Platz auf dem Treppchen bzw. gar den Sieg verwehrt hatte und dass sie hier noch Trainingspotenziale haben.

Ab Anfang Oktober startete das wie immer sehr gut organisierte Gletschertraining. Alle zwei Wochen fuhr der Mannschaftsbus (mit diversen Beiwagen), gut gefüllt mit stangensüchtigen Kindern ins Stubaital. Die bei den Kindern äußerst beliebten Trainer Fabi, Mici und Simi wechselten sich ab und wurden von den Jungtrainern Jannik und Lea unterstützt. Das Highlight war wieder einmal die Herbsttrainingswoche, die wieder toll von Fabi und von Gabi – der ESV Hüttenwartin – organisiert wurde. Auch das Herumgeistern unserer „Kleinen“ an Halloween kam nicht zu kurz.

Abgerundet wurde die Trainingssaison durch unser traditionelles Trainingslager in der 1. Januarwoche auf unserer Hütte in Spitzing. Und siehe da, man glaube es kaum, es schneite und die Trainingsbedingungen waren so gut wie nie. Im Anschluss an das Trainingslager stand die 1. Standortbestimmung für unsere Athleten an. Gerade rechtzeitig kamen daher unsere neuen Teamjacken. Mit einem Kader von 7 Rennfahrern stellten wir uns den starken Mitbewerbern aus dem Werdenfelser Land. Mit herausragenden Leistungen gegen die Konkurrenz aus Garmisch, Patenkirchen und Mittenwald – Nova (5) und Nike ergatterten sich den 3. Platz, Alexandra (8) wurde 10., Paula (9) wurde 13., Tonia, Elena (11) wurden 17. und Maya (12) wurde 16. – ging es in die Saison.

Zwei Wochen später ging es bereits weiter. Während sich Paula und Nike auf zum Jochberg zum 1. Rennen der SVM Rennserie machten, fuhren Nova, Jonathan (7), Alexandra und Tonia zum Schongauer Rennen, um sich noch einmal mit der Garmischer Konkurrenz zu mes-



Nike, Münchner Meisterin U8

sen. Nova gelang dabei ein grandioser Sieg, Jonathan wurde 9., Alexandra als beste Münchnerin 9. und Tonia wurde hinter sechs(!) Athleten aus Garmisch siebte. Zur gleichen Zeit gelang Nike ein grandioser Auftaktsieg am Jochberg. Paula wurde überragende 9. in ihrem ersten Rennen auf diesem Niveau. Tags drauf erreichte Nike mit nur 0,38 Sek. Rückstand den 3. Platz und schob sich damit in der Gesamtwertung auf den 1. Platz.

Mit einem 2. Platz und einen Sieg zwei Wochen später in Seefeld, baute Nike ihre Führung in der Gesamtwertung weiter aus.

Am 04.02.18 kehrte der ESV aber endgültig auf die Skilandkarte zurück. Wieder einmal teilten sich die Athleten auf. Während Nova die SVM-Rennserie (U6) in Kreuth startete und dabei von Jonathan und Lisanne (8) begleitet wurde, begab sich der Rest des Teams auf „die Streif“ nach Kitzbühl zu den von den 1860ern ausgerichteten offenen Münchner Meisterschaften. Während die Kleinen in Kreuth einmal einen Pokalsatz abgriffen (Nova 1., Lisanne 2., und Jonathan 3.) liefen die „Alten“ zur Hochform auf. In der auch mit „Kitzbühlern“ gespickten Konkurrenz wurden Nike, Jannik (20) und Sepp (72) Münchner Meister in ihren Klassen. Tim (17) und Julius (16) erreichten den 4. Platz. Lea (17) ergatterte sich den 3. Platz und Julian (15) wurde 12. Der ESV stellte im Anschluss vier der 20 besten Athleten in der offenen Wertung der Männer und zusätzlich qualifizierte sich Lea für die offene Wertung der Frauen. Hierbei konnte Jannik nur knapp von einem „Kitzbühler“ geschlagen werden, der seinen Heimvorteil voll nutzen konnte. Tonia und Roman (18) hatten leider Pech und rutschten nach guter Zwischenzeit auf einer Eisplatte vom Kurs. Maya lief auf ihre Vorläuferin auf und musste abbremsen sonst hätten sie alle noch zusätzlich zum guten Ergebnis beigetragen.

Am 18.02.18 starteten dann Emanuel (3) und Max (3) in Ostin ihre Rennkarriere und konnten sich in der SVM U4 Serie gleich den 3. und den 1. Platz sichern. Nike hatte Laufbestzeit des gesamten Starterfelds. Während Nova es nach einem ausgestandenen Infekt mit dem 7. Platz in ihrer Cup-Wertung noch einmal spannend machte. Auch Jonathan blieb als 17. unter seinen Möglichkeiten.

Im vom SV Germering ausgerichteten SVM Rennen, dem Heimrennen ihrer stärksten Konkurrentin, behielt Nike eine Woche später die Nerven und schloss das perfekt Wochenende mit zwei Siegen ab. Tonia schlug sich mit dem 10. Platz (0,4 Sek hinter Platz 7) hervorragend. Nike ging somit als souverän Führende in die Abschlussrennen in St. Johann (Tirol). Nervenstark und zielorientiert wie sie ist, tütete sie im ersten Rennen mit ihrem 2. Platz zunächst einmal die Gesamtwertung ein, um dann im abschließenden Slalomrennen noch einmal einen rauszuhauen und mit zwei Mal Laufbestzeit das letzte Rennen für sich zu entscheiden. Aber auch Alexandra überzeugte mit ihrem 8. Platz im gleichen Rennen, nachdem sie in der Gesamtwertung der des Landkreises-Cups FFB bereits den 4. Platz belegte. Aber nicht nur Nike entschied die SVM-Gesamtwertung für sich. Auch Nova sicherte sich im Abschlussrennen in Biberwier mit einem ungefährdeten 1. Platz die Gesamtwertung der U6. Max reichte ein 2. Platz, um die U4 für sich zu entscheiden. Das tolle Ergebnis wurde noch abgerundet mit einem Doppelsieg durch Nike und Alexandra und einem 3. Platz durch Jonathan im Jahrgang 2011.

Um sich zum Saisonabschluss noch einmal mit den Wettbewerbern aus dem Oberland (Tölzer Land) und Werdenfels (GAP) zu messen, traten Nike und Nova in Lenggries an, um sich dort den 2. und den 1. Platz in ihren Jahrgängen zu sichern. Auch im Abschlussrennen der Garmischer lief es hervorragend. Nike wurde von über 30 Startern vierte und Nova wurde gar zweite. Max belegte, ein Jahr jünger als



Geampokalsieger und Trainer

seine Konkurrenten, den 7. Platz.

So ging eine herausragende Saison für das Rennteam des ESV zu Ende, das in der Vereinswertung den 9. Platz belegte. Stolz nahmen die drei Geschwister ihren Pokal für den Gesamtsieg in ihren Klassen entgegen und dankten noch einmal Jens – AL Bergsport –, der sie zum Rennteam brachte und ihren Trainern und Günther, dem Sportwart, für ihr tolles Training und ihre Organisation, ohne die die Erfolge nicht möglich gewesen wären. Auch bedankten sie sich beim Verein, der sie so toll unterstützt und es eine Ehre für sie ist, ihn zu vertreten.

Unsere Frühjahrsfahrt in das schöne Tannheimer Tal

am 6. Juni 2018

Kannte jemand von Euch diese idyllische Landschaft? Ich denke wenn, dann wenige. Es war wieder ein schönes Fleckchen Bayerns, das wir kennengelernt haben. Eine einzigartige Natur und Bergwelt; überall grünte uns blühte es.

Aber wie kamen wir dort hin? Die Fahrt führte uns über Landsberg, Kaufbeuren, Marktoberdorf nach Tannheim.



Dort besuchten wir das **Heimatmuseum**. Es wird dort das Bild vom meist harten und kargen Leben unserer Vorfahren erhalten und weitergegeben. Die Stube im Erdgeschoß und die angrenzenden Schlafzimmer der Bauersleut u. Kinder spiegeln das ländliche Leben wieder.



Zum **Mittagessen** gingen wir in die Gaststätte „**Köllenspitze**“ nach Nesselwang. Wer sich mit „Heu-Milch-Käse u. Butter“ noch eindecken wollte, konnte in der nahegelegenen Käserei noch einkaufen.



Jetzt ging's bergauf... zur Fam. Schäfer in den **Berggasthof „Elleg-Höhe“**. Dort wurden wir mit hausgemachten Kuchen und Kaffee versorgt. Das war aber nicht alles – mit einem Rundblick über die einzigartige Bergwelt (im Tal das Städtchen Wertach) – wurden wir noch extra belohnt.

Ein schöner Tag besteht aus lauter netten Kleinigkeiten, dann ist es ein besonderes Erlebnis und das war es. Unsere Spartenleiterin Marianne Vogl hatte diese schöne Tagesreise ausgesucht und wir danken ihr dafür.



Es grünt so grün wenn Bayerns Wiesen Blühen.

Mit 60 plus, um 07:00 Uhr ging's los. Wo waren die anderen Gäste bloß? Am Wartepplatz standen alle, famos. Kempten war das Ziel, die Innenstadt bot viel.

Auch engste Verhältnisse der Altstadt, wo kein Auto Platz hat. Denn die meisten dieser Ecken haben Stufen um abzuschrecken. Hier eine Eisdiele, davon hat's viel, mit neuer Geschmacksrichtung im Ziele.

„Orientalgewürz“ gab's hier, bringt neuen Schwung, so sagt man mir. An einem Kirchplatz der gut gefällt, echte Kirchenhistorie in der Unterwelt.

An einem Parkplatz fern ab vom Ziel, Überraschung! Kaffee und Kuchen ganz, ganz viel.

Mitten im Irgendwo ganz weit draußen, da ließ es sich gemütlich schmausen.

Tolle Idee von Frau Vogl, Ausflugsleitung, mit gutem Schwung ins Allgäu zur Erkundung.

Irmgard Parrot

Geburtstagsfeier der Jubilare beim Stammtisch



Am 25. Juni 2018 waren ganz herzlich zehn Jubilare eingeladen, um mit uns bei Kaffee und Kuchen zu feiern. Es standen diejenigen im Mittelpunkt, die im April, Mai und Juni einen runden Geburtstag feiern konnten.

Der Einladung gefolgt sind:

Damen: Renate Fraczkowiak
Fini Feil
Annerose Kaske
Helga Trieb
Hannelore Wittig

Herren: Werner Thalhofer
Werner Dahlhaus

Einige konnten nicht kommen, wegen Krankheit bzw. Urlaub. Jeder der Jubilare erhielt zur Erinnerung noch eine Urkunde.



Es war eine lockere, ganz herzliche Atmosphäre, wobei die gute Laune im Mittelpunkt stand. Insbesondere dann, wenn von Marianne Vogl und Peter Schindler kleine Anekdoten vorgelesen wurden.

Liebe Jubilare, genießt jeden Tag, der gut ist, und begrüßt den nächsten mit einem Lächeln! Sag jemandem, er sei gut, und er wird sich schwer tun, schlecht zu sein!

Weiterhin alles Gute und viel Gesundheit wünscht

Ihre Spartenleitung

Sommerfest mit Live – Musik

Alle Mitglieder – und deren Bekannte – der Sparte „Fit plus 60“ waren herzlich zu unserem Sommerfest am 7.7.2018 eingeladen. Geleitet wurde in der Vereinsgaststätte.

Reimund Veth begleitete uns wie gewohnt mit beschwingter Musik und sorgte für gute Stimmung. Weiter wurden wir – in geselliger Runde – verwöhnt mit Kaffee und leckeren Kuchen.



Der musikalische Beitrag rundete den Nachmittag unterhaltsam ab. Aber es war auch genügend Zeit für Gespräche geblieben, bis zur vorgerückten Stunde das Abendessen angeboten wurde.

Bei der Bewirtung gab es zwar das ein oder andere Missverständnis, aber es war für alle trotzdem ein unterhaltsamer Nachmittag, da die Musik und die gute Laune stimmte.

Die Spartenleitung bedankte sich noch fürs Kommen und wünschte allen noch eine gute Heimfahrt.



Kindertanz

**Neuer Kurs ab dem 28. September 2018
Für Kinder von 5 - 9 Jahren**

Kreativer Kindertanz

Im Kreativen Kindertanz erlernen die Kinder im Alter von 5-9 Jahren grundlegende Bewegungsprinzipien aus verschiedenen Tanzrichtungen.

Somit haben die Kinder je nach Begeisterung, Interessen und Begabung die Möglichkeit, ihre eigene Bewegungsfähigkeit auszubauen und zu vertiefen. Beim Ballett wird der gesamte Bewegungsablauf harmonisiert. Haltungsschäden werden frühzeitig korrigiert, Körper und Selbstbewusstsein gefördert.

Tanz ist hier nicht die Erfüllung eines perfekten Ideals, sondern kreativer Ausdruck von Gefühl und Leben sowie von Stimmung und Spontanität.

Ein weiteres bedeutendes Lernziel ist die Rücksichtnahme aufeinander und das Erleben der Gruppe. Gemeinsam die Ausdauer und die Kreativität fördern.

Der 10er Kurs (12.10. – 21.12.18) „Kindertanz“ findet immer freitags von 15:00 – 16:00 Uhr im Ballettsaal in der Papinstraße statt.



Trainiert werdet Ihr von unserer studierten zeitgenössischen professionellen Tänzerin und Tanzpädagogin
Christina Zaraklani

Ich freu mich auf Euch

Anmeldung bis 24.09.2018, Mindestteilnehmerzahl 7. Bei Kursen ist leider kein Schnuppern möglich!

ESV Sportfreunde München-Neuaubing e.V. Papinstr. 22, 81249 München
Ansprechpartner ist die Geschäftsstelle Tel.: 089-3090417-0 oder Mail: info@esv-neuaubing.de.

Kinderballett

**Neuer Kurs ab 28. September 2018
Für Kinder von 7 - 10 Jahren**

Kinderballett

Für das Kinderballett wurde ein kindgerechtes Konzept erarbeitet, ohne das eigentliche Lernziel aus den Augen zu verlieren.

Das erreichte Repertoire ist heutzutage sogar umfangreicher als das im reinen klassischen Ballett, da neben den Grundelementen der Klassik auch Impulse von Modern Dance und Jazzdance mit in den Unterricht einfließen.

Tanz ist hier nicht die Erfüllung eines perfekten Ideals, sondern kreativer Ausdruck von Gefühl und Leben sowie von Stimmung und Spontanität. Ein weiteres bedeutendes Lernziel ist die Rücksichtnahme aufeinander und das Erleben der Gruppe.

Der 10er Kurs (12.10. – 21.12.18) „Kinderballett“ findet immer freitags von 16:00 – 17:00 Uhr im Ballettsaal in der Papinstraße statt.

Kinderyoga



am 13.10.2018 von 10:00 bis 11:00 Uhr starten wir mit einer Schnupper-Yogastunde für Kinder **im Alter von 6 – 10 Jahren.**

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Kursseite:

<https://www.esv-neuaubing.de/service/kurse-camps>



**Unser Kurs „Ballett und Tanz“ mit Susanne
findet wieder ab dem 02.10.2018 – 10 mal dienstags von 17:00 – 18:00 Uhr statt.**

**Unsere Kurse für Erwachsene wie
Pilates, Yoga, Oigong, Bodystyle haben bereits begonnen,
die Kurse für 2019 werden in der nächsten Sport- und Freizeit veröffentlicht.**

**Informationen findet Ihr auf unserer Internetseite:
HYPERLINK "<https://www.esv-neuaubing.de/service/kurse-camps>" <https://www.esv-neuaubing.de/service/kurse-camps>
Unser Team wünscht euch viel Spaß bei den Kursen!**



Neues Angebot für Erwachsene

Jazzdance / Modern Dance

Die Teilnehmer sollen durch Jazzdance den Rhythmus durch den eigenen Körper erleben und Spaß an der Bewegung haben. Durch Stretching und Techniktraining wird der Körper trainiert und Elastizität und Kraft geschult.

Nebenbei bleibt aber auch viel Raum für Emotionen, Temperament und Eigeninitiative.

Aufbau des Trainings:

Auf ein ganzkörperliches Warm-up folgt ein fundiertes Tanztechnik-Training, das unter anderem die Koordination schult. Es folgen weitere Übungen in der Diagonale, die mit Elementen wie Drehungen und Sprünge versehen sind.

Der Höhepunkt einer jeden Stunde ist das Erarbeiten einer fetzigen und emotionalen Choreographie zu aktueller Musik, die immer weiter ausgebaut.

Der 10er Kurs (9.10. – 18.12.18) findet immer dienstags von 20:00 – 21:15 Uhr im Ballettsaal in der Papinstraße statt. Trainiert werdet Ihr von unserer studierten zeitgenössischen professionellen Tänzerin und Tanzpädagogin

Christina Zaraklani

Ich freu mich auf Dich



Anmeldung bis 20.09.2018. Bei Kursen ist leider kein Schnuppern möglich!

ESV Sportfreunde München-Neuaubing e.V., Papinstr. 22, 81249 München
Ansprechpartner ist die Geschäftsstelle Tel.: 089-3090417-0 oder Mail: info@esv-neuaubing.de.

Übungsleiter Freizeitsport gesucht

Du bist der/die Richtige, wenn...

- Du selbst sportlich bist,
- erste Erfahrungen als Übungsleiter/Trainer hast oder Dir vorstellen kannst, eine Karriere als Übungsleiter zu starten
- Du ein Motivationstalent bist, das andere in deren sportlichen Entwicklung begeistert und fördert.

Für unseren Kinderbereich suchen wir eine zuverlässige und motivierte Person, die Freude daran hat, Kinder- (von 4-7 Jahren) oder Eltern-Kind-Stunden anzubieten und hierbei pädagogisch auf diese junge Zielgruppe eingehen kann. Allein das unmittelbare Feedback der Kleinen ist schon Ansporn genug...

Für unseren Erwachsenenbereich suchen wir Übungsleiter/-innen, die motiviert sind und Erwachsenengruppen voller Begeisterung mitreißen können. Wir sind hier gerne für neue Ideen und Stundenkonzepte offen.

Alle Übungsleiter/-innen werden im Rahmen der gültigen Übungsleiterpauschale gem. § 26 Nr. 3 EStG beschäftigt. Bei Interesse wendet Ihr Euch bitte an die Geschäftsstelle unter Tel.: 089/3090417-0 oder Mail: info@esv-neuaubing.de.



Reibungslose Vorbereitung trotz Umbau



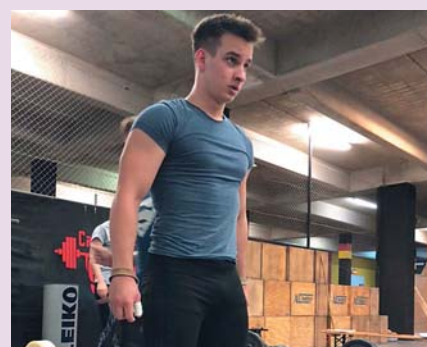
Dank der großzügigen Gastfreundschaft von Crossfit F2 in Allach können sich die Heber des ESV unter besten Bedingungen auf die Saison 2018/19 vorbereiten.

Yvette und Michael Ostermann haben nicht gezögert und die Teammitglieder aus Neuaubing samt zweier Heberböden im Crossfit F2 einziehen lassen. Neben dem gewohnten Gewichthebertraining gibt es hier extrem viel zu entdecken und neue hilfreiche Übungen kennenzulernen. Alle Athleten fühlen sich willkommen und sind unendlich dankbar!

Ein Dank natürlich auch an Crossfit Körperschmiede und den Eichenauer SV, auch hier konnten einzelne Sportler unterkommen. Bereits seit Mai befindet sich der Kraft- und Wettkampfraum im Umbau. Der Boden, die Wände und das Lüftungssystem werden renoviert, die Fenster ausgetauscht.

Am 20. Oktober startet der ESV sowohl in der Bayernliga (18 Uhr) als auch in der Bezirksliga (15.30 Uhr) mit Heimkämpfen im neuen Kraftraum, in die Saison 2018/19.

Wir freuen uns über viele Besucher und lautstarke Unterstützung!





Liebe Judoka,

nachdem Michael leider von München weggezogen ist, mussten wir unsere Trainer und deren Trainingszeiten wie folgt einteilen: Julian Putzke und Johannes Preyß übernehmen künftig das **Montags-Grundlagen- und Konditionstraining für Kinder ab 5 Jahren von 17:15 – 18:45 Uhr im ESV, UG kleine Sporthalle.**

Nicole Wilde übernimmt den Freitag:

Grundlagentraining für Kinder ab 5 Jahre von 17:30 – 19:00 Uhr im Elsa-Brändström-Gymnasium in Pasing

Lieber Michael, wir danken dir für viele tolle und erfolgreiche Trainingszeiten und wünschen dir alles Gute.

KARATE



Die frisch gebackenen Schwarzgurte in unserem ESV-Karate-Dojo Sho Ki Kai seit 7. Juli 2018

**seht ihr hier:
vlnr: Bodo Wolff, Darijan Maric, Tanja Neumann, Steffen Mattheus.**

Wir gratulieren !

Qigong- und Meditations-Herbstkurse im ESV Neuaubing

können Sie wieder besuchen:

**Dienstags (abends) 19:45-21:15 ,
09.10.-11.12.2018, Papinstr. 22,
UG Kleine Sporthalle (Judo-/Karate-Raum)**

**Mittwochs (vormittags) 10:15-11:45 ,
10.10.-12.12.2018, Papinstr. 22, Ballettsaal 1.OG**

**Mittwochs (abends) 19:45-21:15 ,
10.10.-12.12.2018, Papinstr. 22, Ballettsaal 1.OG**



Weitere Infos im Internet unter: <http://www.esv-neuaubing.de/abteilungen/karate>



Kegler starten als Spielgemeinschaft und mit Europameister in neue Saison 2018/2019

Auch in der Saisonpause haben wir uns nicht ausgeruht und einige Spiele bzw. Freundschaftsspiele bestritten:

Tallinn

In diesem Jahr waren einige unserer Kegler erstmals im Ausland unterwegs, um das Rückspiel gegen KK Tallinn aus Estland zu bestreiten, die uns im Oktober 2017 in München besucht hatten. Auf Nachfrage bei den Sendlinger Keglern, ob sie Interesse haben, daran teilzunehmen, kamen sogleich 3 Anmeldungen.

Nun liegt Estland nicht gleich um die Ecke und so planten wir die Reise wie einen Urlaub, für 6 Tage mit Appartement in der Altstadt und Tagesbesuch in Helsinki mit der Fähre. Und so reisten 6 Mann mit dem Flieger am 22.05.2018 direkt an und 2 Mann kamen mit dem Wohnmobil nach einer Baltikum-Rundreise. Nach ausgiebigen Besichtigungstouren der herrlichen Altstadt und anderen Sehenswürdigkeiten war dann am 26.05.2018 das eigentliche Turnier mit KK Tallinn.

Nach einer herzlichen Begrüßung durch unsere estländischen Gastgeber wurden die Mannschaften aufgestellt und nach der offiziellen Eröffnung die Vereins-Wimpel und Geschenke getauscht.

Wir konnten zwar bei diesem Wettkampf gegen die international erfahrenen Spieler von KK Tallinn nicht viel ausrichten, aber unser Ralph Müller-Hollweck mit 551 Holz und Igor Stimmer von Sendling



mit 528 Holz konnten mit ihren starken Leistungen 2 Mannschaftspunkte für uns einbringen. Der Endstand war somit 3727:3392 Holz und 7:2 Punkte.

Den Tag ließen wir dann bei einem guten Essen zusammen mit allen Spielern im Freisitz eines Restaurants ausklingen.

Der ESV Neuaubing hat einen Europameister – Ralph Müller-Hollweck

Ralph Müller-Hollweck hat bei der diesjährigen Europameisterschaft der Gehörlosen im Sportkegeln (Classic) vom 18. bis 23. Juni 2018 in Ritzing (Burgenland/Österreich) zusammen mit Frank Schäfer vom Gehörlosen-Sportverein Karlsruhe den Europameistertitel in der Disziplin Tandem erkämpft.





Ralph ist ein langjähriger Kegler in unserem Verein, Stütze der ersten Mannschaft und mehrfacher Clubmeister. Angefangen hat seine Keglerlaufbahn bereits mit 10 Jahren, als er die ersten Schübe gespielt hatte, während seine Mutter in unserem Verein trainierte. Seit 1977 ist er dann als aktiver Kegler und engagiertes Mitglied unserem Verein beigetreten.

Im Jahr 2015 ist er wegen seines gesundheitlichen Handicaps zusätzlich dem Gehörlosen Verein GSV Deggendorf beigetreten, der ihn nun zur Europameisterschaft der Gehörlosen eingeladen hat.

Durch seine starke Leistung in der Saison 2017/ 2018

- Bayerischer Meister (Senioren A) bei den Bayerischen Meisterschaften der Gehörlosen in Regensburg 10. und 11. März 2018
- Mannschaftsmeister mit Bayern beim 19. Deutschen Bundeslän-

der-Vergleichskampf der Gehörlosen im hessischen Kelsterbach nahe Frankfurt am 28. April 2018

- 2. Platz Herren Mannschaft bei der Deutschen Meisterschaft der Gehörlosen 11. und 12. Mai 2018 in München

wurde er nominiert und holte sich zusammen mit Frank Schäfer den Europameister-Titel im Tandem 2018. Wir gratulieren hierzu herzlich zu diesem großen Erfolg.

Spielgemeinschaft Neuaubing/ Sendling

Wie ja bekannt ist, hat unsere Sparte immer wieder Probleme „Nachwuchskegler“ bzw. Mitglieder zu bekommen. Aber auch unser Verein steht da nicht alleine da. Und so haben sich in München mittlerweile einige Vereine zusammen getan, wie aus dem Bayerischen Sportkegler- und Bowlingverband e.V. - Spielklassen 2018/2019 hervorgeht.

Auch unsere Abteilungsleitung war diesbezüglich tatkräftig am Werk, um den Kegelsport am Laufen zu halten und auch wieder Erfolge vermelden zu können.

Da das bisherige Team der 3. Mannschaft Neuaubing/ Sendling bereits letzte Saison schon gut miteinander agieren konnte und auch die Kegler von Sendling bei unseren Freundschaftsspielen mit Chemnitz/ Döbeln sowie Tallinn mit großem Interesse und Spiel Leidenschaft teilgenommen haben, standen die Sendlinger Spieler bei dem Vorhaben, eine Spielgemeinschaft zu gründen, in der Wahl an erster Stelle. Den Sendlinger Keglern kam unser Vorschlag auch sehr gelegen und aufgrund unserer gemeinsamen Spielerfahrungen und Treffen stand der Gründung einer Spielgemeinschaft nichts mehr im Wege.

Diese Spielgemeinschaft besteht nunmehr aus 5 Mannschaften, wobei die 1. Mannschaft weiterhin auf 120 Schub (Bezirksliga) in Neuaubing spielt. Die 2. Mannschaft (Kreisliga) bestreitet ihre Wettkämpfe in Sendling, ebenso die 4. Mannschaft (Frauen) (Kreisklasse B). Die beiden anderen Mannschaften 3. Mannschaft (Kreisklasse A) und 5. Mannschaft (Kreisklasse C) spielt ebenfalls in Neuaubing.

In diesem Sinne, freuen wir uns auf eine gute und erfolgreiche Saison 2018/ 2019.

P. Fötsch

Kegeln beim ESV Neuaubing

Öffnungszeiten siehe Online-Belegungsplan:
<https://esv-n-kegeln.ebusy.de>
Infos in der Geschäftsstelle, T. 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-/ Zweiwochen- oder Vierwochenturnus ist möglich.

Erstes KiSS-Outdoorcamp

19 Kinder, 4 Betreuer, 3 wunderschöne Tage auf der ESV Sportalm am Spitzingsee



Um das Ferienangebot der KiSS-Sparte zu erweitern fand dieses Jahr zum ersten Mal ein „Outdoorcamp“ statt. Nach wochenlangen Vorbereitungen ging es am 30.07. los. Per BOB und ESV Bus kamen wir mit unseren 7 bis 12 Jährigen Kindern gegen Mittag an der Hütte an, wo uns unser Hüttenwart Emil herzlich empfing. Emil, der schon bei der Grundsteinlegung der ESV Hütte fleißig mitgeholfen hatte, unterstützte uns auch bei diesem Projekt mit vollem Einsatz.

Während die Zimmer und die Betten bezogen wurden, bereitete unsere Betreuerin Katalin eine Schatzsuche mit Schatzkarte zur Albert-Link-Hütte vor. Bei karibischen Temperaturen sammelten die Kinder, wie ihr Piratenidol „Jack Sparrow“, Hinweis um Hinweis und erbeuteten schließlich ihren Schatz.



Nach einer Abkühlung am Spitzingsee zogen dann unsere hungrigen Piraten zurück zur Hütte, wo ein großer Topf Spagetti Bolognese auf sie wartete. Nach dem Abendessen wurden dann am Lagerfeuer Marshmellos karamellisiert. Mit verklebten Händen und Mündern lauschten unsere Kids dann der Gutenachtgeschichte, die von unseren älteren Mädels vorgelesen wurde. Mit einem bisschen Nachdruck war dann um 22 Uhr so langsam Ruhe im Haus eingekehrt.

Am Dienstag ging es dann nach einem großen Frühstück in die Berge. Auf dem Programm stand das Erklimmen des Rosskopfs. Bepackt mit einem vollen Verpflegungspaket ging es am Spitzingsee vorbei zur Taubensteinbahn. Die 1971 erbaute Kleinkabinenbahn brachte uns auf rund 1700m, wo wir vorbei an Kühen, grünen Wiesen und tollen Aussichten schließlich den Gipfel erreichten. Trotz der teilweise anspruchsvollen Strecke und der großen Hitze haben alle Kinder super durchgehalten. Zurück an der Bergstation gab es dafür ein Belohnungsseis.

Nach einem kleinen Badestopp am Spitzingsee ging es wieder zurück zur Hütte, wo sich unsere Bergsteiger ihre Energiespeicher wieder mit Kartoffeln, Würstchen, Gemüse und Obst auffüllen konnten.

Nach dem Abendessen machten wir es uns am Lagerfeuer gemütlich und backten über den Flammen Stockbrot. Zum Schluss von diesem letzten Tag gingen wir dann noch auf Wunsch der Kinder mit Taschenlampen auf eine kleine Nachtwanderung bis dann alle Kinder einschließlich der Betreuer um 23 Uhr ins Bett fielen.

Am letzten Tag unseres Ferien camps mussten wir uns dann von unserer wunderschönen Herberge verabschieden. Nach einer gründ-



lichen Putzaktion ging es dann zur Belohnung zu den Josefthaler Wasserfällen, wo sich die Kinder abkühlen, Staudämme bauen und ein Waldquiz ausfüllen konnten. Gegen 15 Uhr wurde es dann leider Zeit diesen idyllischen Ort zu verlassen und die Heimreise anzutreten.

Fazit: aus Betreuersicht war das erste KiSS-Outdoorcamp ein Erfolg. Das Angebot wurde mit 19 Anmeldungen gut angenommen und das Betreuerteam war top. Trotz der vielen Arbeit, insbesondere bei der Vorbereitung, hatten alle Betreuer große Freude bei der Durchführung. Die Gruppe war harmonisch und die Kinder haben alle Aktivitäten und auch ihre Aufgaben im Haus super erledigt. Gerne wieder im nächsten Jahr!

Sommercamps beim ESV

Auch in diesen Sommerferien fanden unsere Kiss-Camps am ESV Sportgelände statt. Trotz Rekordtemperaturen (in der Halle wahrscheinlich 50 Grad) zogen alle Kids voll mit. 49 Teilnehmer in der ersten Ferienwoche, 53 sogar in der zweiten und 40 Kinder in der letzten Woche zeigen, dass das Sportangebot sehr beliebt ist. Fechten, Ringen, Turnen, Badminton und viele weitere Sportarten wurden in diesem Jahr bei unseren Camps angeboten. Stärkung in Form von Obst für zwischendurch war selbstverständlich vorhanden und auch ein Eis blieb den Kids nicht vorenthalten.

Bei diesen Temperaturen durfte ein Besuch im Westbad nicht fehlen – eine echte Herausforderung für unsere KiSS-Trainer und Betreuer. Dennoch hat es sehr viel Spaß gemacht und wir sind alle erschöpft aber glücklich in die Papinstraße zurückgekehrt.



Danksagung: Im Namen von der KiSS Abteilung möchten wir uns besonders bei unseren fleißigen Helfern Sophie, Susu und Katalin bedanken. Insbesondere Katalin hat sich super reingehängt und eine riesen Arbeit geleistet. Wir bedanken uns auch herzlichst bei Emil und der Bergsportabteilung für ihre Hilfe und dass wir unsere schöne Hütte und den tollen ESV Bus nutzen durften. Vielen Dank auch an unsere fleißigen Kinder, die sich jeden Tag ohne Murren ums Tischdecken, Abräumen und Abwasch gekümmert haben.

Florian Rädler





Die im Jahr 2010 ins Leben gerufene Kindersportschule KiSS zielt auf eine frühkindliche und sportartenübergreifende Bewegungserziehung ab und leistet wertvolle Basisarbeit, sowohl hinsichtlich einer späteren fachsportspezifischen Karriere als auch im Umgang mit Koordination und Beweglichkeit im Allgemeinen. In allen Schulferien (außer Weihnachten) bieten wir Sportcamps für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren an. Speziell geschulte und qualifizierte Übungsleiter begleiten die Kinder von 8-17 Uhr und fördern Spaß und zielgerichtete Bewegungen. Alle Infos zu den KiSS-Kursen und dem Ferienangebot sind auf unserer Homepage: <https://www.esv-neuaubing.de/aktuell/kiss> zu finden.

Memis Ünver



Start ins neue KiSS-Jahr

Nachdem sich nun Hannah und Kathi in die wohlverdiente Elternzeit verabschiedet haben, dürfen Memis und ich die Nachfolge antreten. Dank der guten Vorarbeit der letzten Jahre fiel uns das Einarbeiten recht leicht.

Nach drei Sommerferiencamps und dem Outdoorcamp freuen wir uns in das neue KiSS-Jahr zu starten. Es ist toll, auch dieses Jahr alle KiSS-Gruppen besetzt zu haben, und mit Flo Rädler und Sophie Kappler

dürfen wir außerdem auf zwei altbekannte KiSS-Trainer zählen. Auch Fatma Idris wird das KiSS-Team verstärken. Die Diplomsportwissenschaftlerin war in den vergangenen Jahren hauptsächlich bei der externen KiSS-Mittagsbetreuung eingesetzt.

Bei Rückfragen könnt Ihr euch gerne mit folgender Mailadresse an uns wenden: kiss@esv-neuaubing.de.

Eva Schmidt



Tag der offenen Tür

Du bist auf der Suche nach einem Ausgleich zum stressigen Arbeitsalltag?

Du willst abnehmen oder deine Figur straffen und Muskeln aufbauen?

Du willst Rückenbeschwerden und Haltungsschwächen vorbeugen?

Du willst Verletzungen im Alltag und im Sport vorbeugen?

Du willst Deine Leistung in anderen Sportarten optimieren?

Du bist an Calisthenics interessiert und willst Deine Grenzen erweitern?

Dann komm zum ESV Neuaubing:

14. Oktober 2018, 10 – 18 Uhr

Papinstr. 22, 81249 München

Knaller-Angebot:

**kein Sonderbeitrag bis Jahresende für
Neumitglieder (gültig nur am 14.10.2018)**

**inkl. Sektempfang, Rundgang, Gewinnspiel,
Kurs-Mitmach-Angebot, kleines Buffet,
Einführung in Gewichtheben / Kraftdreikampf**

in unserem neu eröffneten

Fitness-Center

&

Athletik-Bereich





Rückblick auf eine erfolgreiche Triathlon-Saison 2018

Ein früher Auftakt und das schöne Wetter im Mai waren die beste Basis für eine erfolgreiche Triathlon-Saison der Triathleten der ESV Leichtathletik Abteilung. Und mit Andy Stiehler, der diese Saison seine ersten Triathlons erfolgreich absolviert hat, gibt es einen Newcomer in der Triathlongruppe.

Dieses Jahr starteten die Triathleten der ESV Leichtathletik Abteilung bereits am 12. Mai in die Saison. Der Auftakt war der 5. triathlon.de CUP an der Ruderregatta Strecke in Oberschleißheim. Bei optimalen Wetterbedingungen und bereits relativ warmen Wassertemperaturen starteten Dieter Prosotowitz-Mitterer (AK M65), Felix Klein (AK M30) und Rainer Seifried (AK M55) über die Volksdistanz (Sprint-Triathlon). Hierfür waren 400 m Schwimmen, 20 km Rad und 5 km Laufen zu absolvieren. Als schnellster des Trios verpasste Felix mit 1:01:35 knapp die 1h Marke. Dicht dahinter belegte Rainer in 1:02:19 den 4. Platz in seiner Altersklasse und verpasste damit nur knapp das Podium. Den 1. Platz in seiner Altersklasse sicherte sich Dieter mit einer Zeit von 1:20:25.

Es folgte der Triathlon in Kallmünz am 9. Juni mit dem Triathlon Debüt von Andy Stiehler, der direkt über die Olympische Distanz (~1,5 km Schwimmen, ~40 km Radfahren und ~10 km Laufen) an den Start ging. An diesem Tag zeigte sich das Wetter leider etwas wechselhafter und es gab sogar ein kleines Gewitter. Zum Glück war es beim Schwimmen noch ruhig, sonst hätte der Start verschoben werden müssen. Dieter startete erneut über die Volksdistanz und erkämpfte sich diesmal den 2. Platz in seiner Altersklasse. Andy lies sich von einem platten Reifen während dem Radfahren nicht aufhalten und beendete nach 2:45:21 erfolgreich seinen ersten Triathlon.

Am nächsten Wochenende, dem 17. Juni, stand dann schon der Erdinger Stadtriathlon auf dem Programm. Bei herrlichem Wetter und vor einer tollen Kulisse startete der Wettkampf am Kronthaler Weiher. Bei den warmen Wassertemperaturen wurde das Tragen eines Neoprenanzugs sogar verboten, denn dieser ist an sich als Kälteschutz für die Athleten gedacht und nicht als Auftriebsunterstützung. Nach einer 20 km Radstrecke mit Wendepunkt führte die Laufstrecke hinein in die Erdinger Altstadt wo zahlreiche Zuschauer die Athleten anfeuert. Über die Volksdistanz belegte Dieter wieder den 1. Platz in seiner Altersklasse. Felix und Rainer starteten diesmal über die Olympische Distanz. Mit 2:27:00 erreichte Felix sein Ziel unter 2:30 zu



bleiben. Und Rainer knackte mit 02:38:02 die 2:40 Marke.

Nachdem ihn das Triathlonfieber gepackt hatte, ging Andy am 15.07 in Karlsfeld erneut über die Olympische Distanz an den Start. Bei schönem Wetter und diesmal ohne technische Probleme auf der Radstrecke beendete er erfolgreich den Wettkampf mit einer Zeit von 02:50:31.

Zum Saisonabschluss starteten Andy und Rainer am 5. August in Regensburg über die Mitteldistanz mit 1,9 km Schwimmen, 83 km Radfahren und 20 km Laufen. Mit einer super Zeit von 5:11:17 erreichte Rainer das Ziel und sicherte sich damit zur Krönung der Saison den 1. Platz in seiner Altersklasse. Dicht dahinter folgte Andy mit einer phänomenalen Leistung für den dritten Triathlon in seiner jungen Triathlon-Karriere in einer Zeit von 5:13:27.

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. Und im Januar stehen dann auch wieder die Langlauf Fahrten des ESV auf dem Programm, um mit einem abwechslungsreichen Training die Grundlage für die Triathlon-Saison 2019 zu legen.

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

Langlauf Winterspaß und Naturerlebnis,

nicht vom Spessart ins Karwendel aber vom Kaiserwinkel ins Allgäu hat es uns verschlagen. Wir Langläufer steuern ja jedes Jahr mit dem Bus unterschiedliche Ziele an, um unseren Hobby zu frönen. Heuer waren wir in Reith im Winkl, Jachenau, Kössen, Bayrischzell, Tannheimer Tal und Achenkirch. Der Spaß und das Naturerlebnis stehen bei uns im Vordergrund.

Im Einklang mit der Natur die Seele baumeln lassen. Durch verschneite Wälder und über glitzernde Felder entspannt dahingleiten. Das kann man noch besser genießen, wenn man die Sportart beherrscht. Daher werden auch unsere Kurse gut angenommen, egal ob klassisch oder skating. So sind auch immer wieder Newcomer dabei, die die Szene beleben.

Langlaufen hat viele Facetten, was die Teilnehmer immer wieder spüren. Für die Leichtathleten ist Langlaufen der ideale Ausgleichssport und einige sehen es durchaus sportlich.

Wer sich inspiriert fühlt, kann nächsten Winter gerne dabei sein, wir freuen uns.

Dieter





Einladung zur Jahreshauptversammlung der Ringer-Abteilung mit Neuwahlen

**Am Freitag, den 26. Oktober 2018, um 20.30 Uhr
findet im Sportlerzimmer des ESV Freizeitheimes
die diesjährige Jahreshauptversammlung der Abteilung Ringen statt.**

TAGESORDNUNG:

- Begrüßung, Eröffnung und Genehmigung der Tagesordnung
- Bericht der Abteilungsleitung
- Kassenbericht
- Wahl eines Wahlausschusses
- Neuwahlen der Abteilungsleitung und der Delegierten
- Anträge, Termine, Verschiedenes

Anträge und Vorschläge zur Tagesordnung sind bis **12.10.2018**
an den Abteilungsleiter Rudi Schneider, Sommerstr. 26 in 82110 Germering zu richten.

Gleich zwei 80. Geburtstage bei den Ringern



Beide Jubilare haben zwar nie gerungen, sich aber trotzdem besonders um die Abteilung Ringen des ESV Neuaubing verdient gemacht.

Die in Summe 160 Jahre verteilen sich gleichermaßen auf **Anni Maier** und **Jupp Thünker**. Seit Menschengedenken bis heute ist die Anni Schriftführerin und der Jupp Kassier. Er kassierte

bereits bei den legendären Neuaubinger Bundesligakämpfen die Eintrittsgelder, bei denen **Sie** am Kampfrichtertisch verantwortungsvoll die erzielten Punkte notierte.

Die Ringer-Abteilung gratuliert beiden Jubilaren zum 80. Geburtstag und wünscht ihnen alles Gute.



GÄSSL-SANITÄR GmbH

ROBERT GÄSSL

Angerlohstraße 15 · 80997 München
Telefon 089/8 12 12 26 · Fax 089/8 92 92 26 · Mobil 0171/651 51 49

IHR Meisterbetrieb im Sanitärbereich:

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

Kundendienst und Heizungsarbeiten





Gürtelfarbe wechsele dich!

Präzision und Schnelligkeit waren gefragt



Treffsicherheit und Geschwindigkeit ist gefragt

München-Neuaubing: Zu Beginn des Schuljahres 2017/18 startete der Kinder-Anfänger-Kurs unter der Leitung von Liane Urban (1. Dan) und Margarete Überfuhr (3. Dan) und wuchs schnell auf mehr als 20 Taekwondoins an. Am Montag, dem 25.06.2018, war es dann soweit, die erste Gürtelprüfung stand bevor. Etwas nervös, aber gut vorbereitet, zeigten die jungen Sportler Prüfer Johannes Überfuhr (3. Dan) und den zahlreichen Zuschauern, was sie in den letzten Monaten erlernt hatten. Auch Amelie aus dem Erwachsenen-Anfänger-Kurs stellte sich der Prüfung zum weiß-gelben Gurt. Nachdem sie sich im Winter am Fuß verletzt hatte, davor und danach aber stets fleißig trainiert hatte, war ihre Prüfungsteilnahme längst überfällig und hoch verdient!

Auf dem Prüfungsprogramm standen Grundlagenfächer, auf denen die grundtechnischen und wettkampforientierten Disziplinen aufbau-

en, welche in den kommenden Prüfungen auf immer höher werden-dem Niveau abgeprüft werden. So zeigten die Prüflinge verschiedene Stepptechniken in der Vorwärts- und Rückwärtsbewegung, präsentierten die bereits erlernten Kicks sowohl in Partnerübungen als auch auf die Pratzen. Pratzen sind weiche Schlagpolster, anhand derer die Sportler Präzision und Schnelligkeit bei der Ausführung der einzelnen Kicks üben. Aber auch die grundtechnischen Fächer kamen nicht zu kurz: in Bahnen zeigten die Taekwondoins traditionelle Kicks, Blöcke und Fußstellungen, welche Grundlage für das Prüfungsfach „Formen-Lauf“ sind. Für die Prüflinge stand hier die 1. Taeguk/Form („Il-Chang“) auf dem Programm. Im Anschluss an den praktischen Teil der Prüfung stellten sich die Sportler den Theorie-Fragen von Prüfer Johannes und konnten auch mit Wissen rund um ihren Sport punkten. Insgesamt zeigten die Prüflinge gute Leistungen, wobei die Taeguk noch ein wenig geübt werden muss. Nach den Sommerferien geht es



Die glücklichen Absolventen/innen mit Prüfer und Trainerinnen



Auch die Theorie ist eine Disziplin



Das Taekwondo Demo-Team des ESV Neuaubing

für die Kinder im Fortgeschrittenenkurs und für Amelie im Leistungskurs Jugend/Erwachsene weiter! Herzlichen Glückwunsch an alle Prüflinge zur bestandenen Prüfung und dem weiß-gelben Gürtel!

Vorführung auf der Stadtteilwoche

ESV Taekwondoinns demonstrieren starkes Taekwondo in allen Facetten

Neuaubing: Vom 07. – 13. 06. 2018 fand in Neuaubing die diesjährige Stadtteilwoche statt. In diesem Rahmen hatten auch die umliegenden Vereine eine Möglichkeit sich zu präsentieren. Die Taekwondo-Abteilung des ESV Neuaubing nutzte diese Chance und stellte sich am Samstag, dem 09. 06. 2018, mit einem 14-köpfigen Demo-Team als Abteilung vor. Dabei legte man großen Wert, die gesamte Band-

breite des Taekwondo-Sports aufzuzeigen, welche von grundtechnischen Disziplinen, wie Taeguk-Lauf und Ilbo-Taeryon, bis hin zu Bruchtest, Selbstverteidigung und Wettkampf reicht. Besonders erfreulich war, dass wir mit Jakob, Mateo, Luca, Fabian und Christian einige Kinder als Teil unseres Demo-Teams gewinnen konnten. Sie zeigten ihr einstudiertes Programm wie alte Profis und legten sich ordentlich ins Zeug! Die Trainer zeigten nach dem Programm unserer Youngsters dann, wie die einzelnen Disziplinen nach einigen Jahren Training aussehen sollten und brachten, nicht zuletzt wegen des spannenden Wettkampfs zwischen Andreas Hundt (1. Dan) und Thomas Überfuhr (3. Dan) sowie den spektakulären Bruchtests, das Publikum zum Staunen. Die Taekwondo-Demo war letztendlich ein voller Erfolg! Wir möchten uns nochmals herzlich bei allen Sportlern bedanken, welche die Vorbereitung absolvierten, um eine spannende und reibungslose Vorführung darbieten zu können!



Anna Urban/3.Dan demonstriert die Form zum 3. Dan



Andreas Hundt/1.Dan und Thomas Überfuhr/3.Dan beim Vollkontakt



Sommerfest der Taekwondo-Abteilung

Wer viel trainiert, der darf auch kräftig feiern!

ESV Neuaußing: Zum Abschluss des Schuljahres darf ein Ereignis natürlich nicht fehlen: unser alljährliches Sommerfest! Der 20.07.2018 stand demnach ganz im Sinne von Sommer, Sonne, Spiel und Spaß. Nachmittags bereiteten die Kinder- und Jugendtrainer für unsere Kinder- und Jugendkurse eine große Spaß-Olympiade vor. Diese reichte von ganz traditionellen und allseits bekannten Spielen wie Eierlauf und Sackhüpfen zu eher ausgefallenen, aber umso lustigeren Disziplinen wie der Gummibärchen-Challenge, bei der Gummibärchen mit Hilfe von Stäbchen in Schüsseln transportiert werden mussten. Zur Stärkung zwischendurch versammelten sich dann alle Kinder zum Picknick mit frischen Tomaten, Obst, Muffins und belegten Broten. Alle 35 Kinder hatten einen riesigen Spaß und unsere Trainer können auf ein geglücktes Sommerfest zurückschauen! Vielen Dank für Eure Mithilfe!



Liane Urban und Kolja Prothmann halten die Kids auf Trab

Nach einer kurzen Verschnaufpause für unsere Kinder- und Jugendtrainer, die bereits am Nachmittag das Kindersommerfest geleitet hatten, startete abends um 19:00 Uhr das Sommerfest für die Erwachsenen-Kurse. Bei der alljährlichen Partie Fußball kamen nochmal alle ordentlich ins Schwitzen, bevor es dann endlich ein kühles Getränk gab. Bei verschiedenen, mitgebrachten kulinarischen Spezi-



Für Lena Stillkrauth und Karina Hannig heben die Kids ab



Nach so viel Action muss man sich wieder stärken

alitäten saßen alle gemütlich zusammen und es herrschte eine sehr ausgelassene Stimmung, die auch nicht durch den kurzen Regenschauer unterbrochen werden konnte. Nachdem sich dieser nämlich verzogen hatte, saßen alle ums Lagerfeuer herum und ließen den Abend gemütlich ausklingen. Sehr erfreulich war, dass viele Jugendliche aus dem Leistungskurs Jugend/Erwachsene dabei waren und sich mit Christian von Bary und Martin Lindebner auch zwei ehemalige Wettkämpfer der Abteilung dazugesellten.

Nochmals unser ganz spezieller Dank an die Fußballabteilung für deren Unterstützung, es hat, wie jedes Jahr, wieder alles wunderbar geklappt.

Deutsche Taekwondo Meisterschaften Vollkontakt Matthias Hörmann wird Deutscher Meister

Magdeburg: Am Samstag, 15.09.2018, fand in Magdeburg die Deutsche Meisterschaft im Zweikampf statt. An den Start gingen auch Matthias Hörmann, ESV Mitglied und ehemaliges Nationalkadermitglied, sowie seine Kinder Emily und Vincent Hörmann/beide SV Raisting. Mit den Sportlern vom SV Raisting betreiben wir nun schon seit einiger Zeit einen Trainingsaustausch und trainierten auch während der Sommerferien gemeinsam.

Emily Hörmann, die bei den Damen bis 62 KG startete, verlor ihren Kampf leider unglücklich mit 2 Punkten (1 Treffer!) Unterschied. Dabei wurde sie vom Pech verfolgt: die elektronische Weste hatte viele Treffer nicht anerkannt und eine Wiederholung durch den Video Replay war aufgrund der Treffer zum Körper, für die ausschließlich die mit Sensoren ausgestattete Weste zuständig ist, ausgeschlossen. Vincent Hörmann startete in der Jugendklasse bis 57 KG. Schon innerhalb der ersten 20 Sekunden bekam er eine (regelwidrige!) Faust ins Gesicht, die der Kampfleiter aber nicht gesehen hatte. Vincent fing an zu bluten, wurde kurz versorgt, fightete aber anschließend weiter. Anschließend wollte es leider nicht mehr so recht laufen. Damit verlor Vincent dann leider seinen Kampf ebenfalls unglücklich nach Punkten.



Der frischgebackene Deutsche Meister Matthias Hörmann mit seiner Familie

Matthias startete in der Altersklasse 1 der Herren bis 68 KG für seinen alten Verein, den ESV Neuaubing. Er war in dieser Klasse der älteste Sportler. Da sein Gegner im Halbfinale den Kampf nicht antrat, zog Matthias kampfflos ins Finale ein. Dort setzte er viele gute Treffer auf die Weste, die von der Elektronik aber leider nicht erkannt wurden. Da Video-Replays nur bei Kopftreffern zulässig sind und eine Revision der Körpertreffer somit nicht möglich war, blieb ihm, als er in der 2. Runde 3 Punkte zurücklag, nichts Anderes übrig, als volles Risiko zu gehen und Kopftreffer zu erzielen. In der 3. und damit letzten Runde gelangen Matthias dann gleich zwei Kopftreffer hintereinander, die er dann bis zum Schluss gegen seinen deutlich größeren Gegner verteidigen konnte. Somit sicherte sich Matthias die Goldmedaille und einmal mehr den Titel des Deutschen Meisters.

Herzlichen Glückwunsch Hias!

SAVE THE DATE

Am Sonntag, dem **11. November 2018**, findet vormittags für alle Kinder- und Jugendkurse unser jährliches Top-Event statt. Nähere Infos erfahrt ihr im Training!

Am Nachmittag folgt dann das interne Formen-Turnier für den Leistungskurs Jugend/Erwachsene. Auch hierzu erhaltet ihr nähere Informationen im Training!

Kinder ab 5 Jahren AUFGEPASST!!!

Es startet ein neuer Taekwondo „Little Tiger’s“ Anfängerkurs

Ab Freitag, dem **14. September**, könnt Ihr in den neuen Little-Tigers Kurs einsteigen, dann habt Ihr einmal die Woche Training.

Tag/Zeit:
Freitag, 16.00 - 17.00 Uhr /
Trainerin:
Margarete Überfuhr/3. Dan

Viel Spaß beim ersten Training!



Kinder zwischen 6 und 10 Jahren AUFGEPASST!!! Wir starten einen neuen Taekwondo Kinder-Anfängerkurs

Ab Montag, dem **12. September**, könnt Ihr in den neuen Anfängerkurs einsteigen, dann habt Ihr zweimal die Woche Training.

Tag/Zeit: Montag,
16.00 - 17.00 Uhr /
Trainerin: Liane Urban/1. Dan
Tag/Zeit: Mittwoch,
17.00 - 18.00 Uhr /
Trainerin: Margarete Überfuhr/3. Dan

Viel Spaß beim ersten Training!



Neuer Taekwondo Anfängerkurs für Jugendliche und Erwachsene:

Freitag 14. September, 18.00 bis 19.00 Uhr

Taekwondo als Breitensport, unabhängig von Alter oder Geschlecht, ideal als Selbstverteidigung oder einfach zum Fithalten und Spaß haben. Kompetente Trainer garantieren eine solide Ausbildung in allen Bereichen. Der neue Anfängerkurs für Jugendliche und Erwachsene startet am Freitag, dem 14. September, um 18.00 Uhr

Trainerin: Liane Urban/1. Dan

Trainingszeiten 2 x wöchentlich: jeweils Montag und Freitag 18.00 bis 19.00 Uhr



Alle Anfänger-Trainings finden im ESV Neuaubing/1.Stock Gymnastikhalle, Papinstraße 22, 81249 München statt. Bevor Ihr Euch anmeldet, könnt Ihr natürlich einige kostenlose Probe-Trainings machen. Als Trainingskleidung reicht zunächst normale Sportbekleidung, T-Shirt, Sporthose oder Short. Schuhe werden nicht benötigt, man trainiert größtenteils barfuß.

Info-Telefon für alle Anfängerkurse: 089/8 92 60 00



Zum 40. Trainerjubiläum von Rainer Abel – Ein Leben für den Tanzsport

1962 wird Rainer von seiner Mutter gedrängt, einen Tanzkurs zu belegen. Sie ist der Meinung, dass Tanzen zur Allgemeinbildung gehört. Das war früher tatsächlich so.

Rainer ist begeistert von diesem Sport und tritt dem Turniertanzklub Gold-Orange Nürnberg-Fürth bei. Damit beginnt eine beispiellose Tanzkarriere.



Rainer 1972 als flotter Tänzer

Das Studium der Nachrichtentechnik zwingt Rainer nach München zu ziehen und sich dort einen neuen Tanzclub zu suchen.

1968 bestreitet Rainer sein vorerst letztes Turnier. Erst zwanzig Jahre später fängt er mit seiner damaligen Frau wieder an, auf Wettbewerben zu tanzen. Rainer startet wieder in Klasse C und schafft es innerhalb von drei Jahren über die B- in die A- und schließlich in die höchste S-Klasse aufzusteigen. Dafür brauchte man 10 Platzierungen unter den ersten Drei sowie 250 Punkte, d. h. man muss in verschiedenen Turnieren 250 Paare schlagen. Dabei nimmt er auch an internationalen Wettbewerben teil.

Durch sein technisches Wissen richtete er in so manchem Münchner Klub, unter anderem in der Tanzschule Sämmer im Deutschen Theater, die notwendige Disko-Anlage ein und hatte so gute Kontakte in



Italian Championship

der hiesigen Tanzszene. Auch heute noch ist er Herr über die gesamte Musiktechnik.

1977 überredet der damalige ESV-München-Abteilungsleiter Peter Otto ihn, den Übungsleiterlehrgang zu absolvieren. Zusammen mit Eddy Boogard übernimmt Rainer danach mehr und mehr die Trainingsabende beim ESV-Neuaubing. Unsere Mitglieder Tony und Jürgen Rahn, die bereits seit 1976 in der Abteilung dabei sind, können sich sicher noch an sein Debut erinnern.

Die Tanzsportabteilung hatte schon damals um die 50 Mitglieder. Darunter war auch eine spezielle Rock'n Roll-Gruppe.



Man(n) muss Dame tanzen können

1979 verleiht Rainer der Abteilung einen sportlichen Anspruch, indem er erstmals Prüfungen zum Tanzsportabzeichen organisiert. Zum 10-jährigen Jubiläum der Tanzsportabteilung im Jahr 1985 führt Rainer im Pasinger Hotel „Zur Post“ einen Showabend mit zahlreichen Tanzvorführungen der TSA durch.

1991 zum 70-jährigen Jubiläum des Hauptvereins gestaltet Rainer ebenfalls den Abend zusammen mit der Tanzsportabteilung. Im sel-



Abels im Fasching

ben Jahr wird er auch Übungsleiter beim TSC Unterschleißheim und trainiert dort u.a. auch die Turnierpaare.

Bei einem Wochenpensum von sechs Trainingsabenden... findet da noch ein Privatleben statt? Ja, und zwar auf dem Tanzparkett! 2007 lernt Rainer dort seine heutige Frau Gudrun kennen.

2012 übernimmt er den Posten des Abteilungsleiters im ESV Neuau-
bing. Nach seinem 75. Geburtstag im Jahr 2017 denkt Rainer aller-



Im verdienten (Un)ruhestand

dings – und zu Recht – langsam daran, seine Aktivitäten zu reduzieren.

Die ganze Tanzsportabteilung dankt Rainer für sein beispielloses Engagement in den letzten 40 Jahren und hofft, dass er dieser trotzdem noch viele Jahre mit seinem Wissen und seinem Humor zur Seite steht.

Beate Winkler

Weitere Termine

- Festball von Markus Fluhr in Oberschleißheim am 03.11.2018 (Karten über die Tanzsportabteilung)
- Jahresabschlussball der Abteilung am Samstag, 15.12.2018
- Neuer Schnupperkurs in 2019 : 8 x sonntags 18 bis 19 Uhr 30 von 10.03. bis 05.05.2019

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



Der Saisonrückblick 2018: Von Herren I bis Bambini

Mit insgesamt 14 Mannschaften trat die Tennisabteilung des ESV Neuaubing in diesem Jahr in der Sommer-Spielrunde an: Ein starkes Ergebnis, das die gute Entwicklung der letzten Jahre widerspiegelt. Zugegeben: Aus sportlicher Sicht gab es in den letzten Jahren sicherlich schon erfolgreichere Saisons, das liegt aber auch daran, dass in den Jahren zuvor viele Mannschaften aufgestiegen sind und daher dieses Jahr vor schweren Aufgaben standen. Und ganz allgemein steht natürlich sowieso viel mehr der Spaß am coolsten Sport der Welt im Fokus – zumindest bei den meisten – und weniger die Ergebnisse. Trotzdem können wir mal einen kurzen Blick darauf werfen, wie die Mannschaften der Tennisabteilung in diesem Sommer so abgeschnitten haben.



Die Erwachsenen-Mannschaften

Herren

„Durchwachsen“ ist wohl das Wort, das die Saison unserer Herren-Mannschaften in diesem Jahr am besten beschreibt. Nach dem durch- aus überraschenden Aufstieg der Herren I musste sich das Team um Captain Leo Kick in der Bezirksliga mit sehr starken Gegner herum- schlagen und hatte zudem auch noch mit ständigem Verletzungsspech zu kämpfen. Dennoch gab es am letzten Spieltag mit einem Sieg gegen Harlaching noch die Chance, den Klassenerhalt aus eigener Kraft zu schaffen. Trotz einer starken Leistung musste man sich dem verstärkten Gegner aber leider mit 2:7 geschlagen geben und muss nun wohl den Gang zurück in die nicht minder starke BK 1 antreten – also zumindest solange sich der BTV nicht wieder von seiner kreati- ven Seite zeigt.

Auch die Herren II spielte in der BK 2 lange um den Klassenerhalt und konnte diesen am letzten Spieltag schon mit einem einzigen Match- punkt unter Dach und Fach bringen. Gegen den starken Gegner aus Würmtal setzte es aber zur Überraschung aller ein 0:9 und somit hatte das Zittern begonnen. Da sich die Konkurrenten aus Unterhaching und Baierbrunn aber mit 7:2 trennten, reichte die um einen Punkt (!) bessere Matchpunkte-Bilanz, um auch nächstes Jahr in der Liga zu starten. Starke Punktlandung, Männer!

Etwas weniger dramatische Spielzeiten erlebten dagegen die dritte und vierte Mannschaft des ESV, die die Saison im Mittelfeld der BK 3 abschlossen und darüber hinaus die wichtige Aufgabe erfüllten, stets

für ein kühles Fassl Bier zu sorgen. Dafür an dieser Stelle noch einmal ein großes „Danke!“ an den Felix!



Herren 30

Während die Herren-Mannschaften also mit Aufstiegen eher wenig zu tun hatten, kratzte unsere erste Herren 30 – Mannschaft in diesem Jahr erneut am Sprung in die Landesliga. In der sehr anspruchsvollen Super-Bezirksliga konnte das Team um Captain Markus Geiger jedes Spiel gewinnen, bis es zum Aufeinandertreffen mit dem Aufstiegsfa- voriten aus Luitpoldpark kam. Diese hatten jedoch offensichtlich etwas missverstanden und liefen statt den Positionen 1-6 mit den Lei- stungsklassen 1-6 zum Saisonhighlight auf. Gegen das übermächtige Team hatten die 30er schlussendlich keine Chance und mussten sich erneut mit dem zweiten Platz zufriedengeben. Kopf hoch, Männer, vielleicht klappt es ja dann endlich im nächsten Jahr!

Die zweite Herren 30 – Mannschaft musste in der BK2 leider viele enge Niederlagen einstecken, die sich letztlich auch in der Platzie- rung niederschlugen. Dennoch konnte man die Saison nach einem 5:4-Erfolg gegen Türkenfeld immerhin mit einem Sieg abschließen.

Herren 55 und Damen

Erfreuliche Ergebnisse gab es von den anderen Erwachsenen-Mann- schaften zu vermelden. Unsere 4er-Damen-Mannschaft kam in der Kreisklasse auf einen starken dritten Platz und verpasste den Aufstieg nur knapp. Starke Leistung, Ladies!

Die Herren 55 – Mannschaft mit Mannschaftsführer Rudi Quaiser schlug sich in einer starken Bezirksliga äußerst wacker und konnte am Ende mit Platz sechs sogar den Klassenerhalt feiern. Glück- wunsch!

Glückwünsche gehen auch an unsere Herren 60 Freizeit-Doppel- mannschaft, die in der BK2 nur ein einziges Spiel verlor und somit vollkommen verdient in die BK1 aufsteigt.

Die Jugend-Mannschaften

Natürlich war die Tennisabteilung des ESV Neuaubing auch wieder mit fünf Jugend-Mannschaften am Start, die dank des Trainings bei unserem Coach Domi Schütte auch in diesem Jahr alle wieder einen Sprung nach vorne machten.

Die Junioren 18 mit Captain Nico Thiel schlugen sich einer starken BK2 als quasi jüngste Mannschaft achtbar und kamen dank zweier



5:1-Siege zum Saisonende auf einen starken fünften Platz. Knapp den Aufstieg verpassten sogar die Knaben 14 mit Mannschaftsführer Raphael Zeiske, die mit einer Matchbilanz von 8:4 auf einen hervorragenden zweiten Platz in der BK 2 kamen. Die zweite Knaben-Mannschaft verlor dagegen die letzten beiden Saisonspiele denkbar knapp mit 2:4 und beendete die Saison in der BK3 auf dem siebten Platz. Aufgrund eines kleinen Aufstellungsfehlers steht bei unserer Mädchen 16 – Mannschaft zwar leider ein 0:12 in der finalen Saisonbilanz, dennoch zeigte das Team im Laufe der Saison starke Leistungen und hätte sich den einen oder anderen Sieg verdient gehabt. In einer starken BK2 musste sich zudem unsere Bambini 12 – Mannschaft mit dem siebten Platz begnügen, obwohl man sogar mehr Matchpunkte sammelte als der Sechste Stockdorf. Viele starke Leistungen wurden leider mit nur wenigen Punkten belohnt, aber das wird sich in der kommenden Saison vielleicht ändern.

Wir gratulieren allen Mannschaften zu einer tollen Saison, die einmal mehr gezeigt hat, dass die Entwicklung beim ESV Tennis in die absolut richtige Richtung geht. Wir freuen uns jetzt schon auf die neue Saison, die dann hoffentlich auch mit dem einen oder anderen Aufstieg mehr gekrönt wird.



Sommerfest 2018: Im Zeichen des Rock'n'Roll!

Wenn wir in der Tennisabteilung des ESV eines können, dann ist das mit Sicherheit: Feiern! (Nein, nicht Tennis spielen). Dass das Wetter dafür nur eine kleine Rolle spielt (also für das Feiern), sollte zumindest nach dem diesjährigen Sommerfest allen klar sein. Schon Tage vor dem Start des Festes waren starke Regenfälle angesagt, die am Abend dann auch tatsächlich kamen – das alles minderte die Feierlust der Neuaubinger aber keineswegs. Stattdessen kann man das diesjährige Sommerfest mit Fug und Recht als eines der besten der letzten Jahre bezeichnen.

Ein Grund dafür war mit Sicherheit, dass auch in diesem Jahr wieder die Classic- und Blues-Rocker von „Munich Take 4“ für das Vorabendprogramm sorgten und mit ihrem Mix aus Klassikern und auch

einigen modernen Rocksongs für ordentlich Stimmung sorgten. Von CCR über ZZ Top und die Beatles bis hin zu Blackberry Smoke schallten die Gitarren über die Anlage des ESV, sodass für jeden, Jung und Alt, etwas dabei war.

Bevor die Musik am Abend im Fokus stand, wurde am Nachmittag aber noch Tennis gespielt. Trotz des maximal bescheidenen Wetters ließen sich die Teilnehmer unseres Gaudi-Mixed-Turniers die Laune nicht verderben und schafften es tatsächlich, das ganze Turnier durchzuziehen. Egal, wie am Ende abgeschnitten wurde, das Event war wieder einmal eine Mordsgaudi für alle Beteiligten.

Für die kulinarische Versorgung auf dem anschließenden Fest sorgte unser griechischer Vereinswirt, der sich der hungrigen Mägen annahm und diese Aufgabe mit Bravour löste. Wer also hungrig in den Cocktail-lastigen Teil der Feier startete, war selber schuld. Denn nachdem Munich Take 4 die letzten Akkorde verklingen ließ, stand unser DJ Fresh schon bereit und sorgte für die musikalische Untermalung der Nacht. Über den Rest der Nacht wollen wir an dieser Stelle gar nicht zu viele Worte verlieren, nur eines sei gesagt: Wer nicht dabei war, hat auf jeden Fall etwas verpasst!



Ein großes „Danke!“ gilt an dieser Stelle allen Organisatoren des Festes, die beim Auf- und Abbau, der Turnierorganisation und allem weiteren geholfen haben. Ohne diese ehrenamtlichen Tätigkeiten wären Abende wie dieser mit Sicherheit nicht möglich. Bleibt mir nur noch zu sagen: Auf ein Neues im nächsten Jahr!

Daniel Wolf



Sommertraining mit einem Profi

Die Sommerzeit lassen viele Tischtennisspieler ruhig angehen. Aber nicht alle! Denn es ist die ideale Zeit, um seine Technik weiterzubringen, ohne dass Wettkämpfe „stören“. Diesmal wurde zu einem Trainingslehrgang in die ESV Halle eingeladen, durchgeführt von einem Profitrainer. Pragash Mohanamoorthy, kurz Pera, hat die B-Lizenz und ist u.a. beim Bayerischen TT-Verband unter Vertrag. Für den harten Kern, im Schnitt acht Teilnehmer aus allen Mannschaften, ging es



im Juni/Juli 6x 120 Minuten zur Sache. Angesagte Übungen zu zweit an der Platte und parallel hatte reihum jeder sein persönliches Aha-Erlebnis im Balleimer-Training, serviert vom Trainer. Spätestens hier wurde man aus seiner Komfortzone herausgenommen und an die eigenen Knackpunkte herangeführt. Teilnehmer: „Da lerne ich echt was dazu“; „Wir werden hart gefordert, aber bei Peras menschlich angenehmer Art fühlt man sich dabei wohl“.



Die Sommerzeit ist vorbei, die Wettkämpfe in den Ligen haben begonnen. Jetzt wollen wir uns selbst beweisen, dass wir was gelernt haben.

[RB]

Eine Trainer-Ikone verlässt die Tischtennis-Abteilung

Unser langjähriger Jugendleiter, Trainer und Spieler Florian Gutjahr (Flo) hat zum 30.06. leider die Abteilung bzw. den Verein verlassen. Seit 2013 arbeitet er als Tischtennis-Trainer beim ESV. Im Jahr 2015 wurde er in der Abteilungsversammlung zum Jugendleiter, also Chef über die Tischtennis-Jugend, gewählt. Flo brachte die Jugend der Abteilung wieder auf Vordermann. Er war maßgeblich dafür verantwortlich, dass die Abteilung einen großen Zuwachs an Mitgliedern erhielt. Dies erreichte er unter anderem durch selbstorganisierte und ausgeführte Schnupperkurse. Auch qualitativ steigerte er die Spieler: Im Mannschafts- und im Einzelwettkampf kam unsere Jugend wieder auf Bezirksniveau (im Pokal sogar bis zur Bayerischen Pokalmeister-

schaft auf Kreisebene). Zwischenzeitlich arbeitete er bis zu 3mal in der Woche als Trainer. Er selbst war nicht nur leidenschaftlicher Trainer für unsere Jugendlichen, sondern engagierte sich auch als Turnierleiter für Kreisranglistenturniere, Aufstiegsturniere, Pokalmeisterschaften und Bavarian TT-Races. Dadurch stärkte er unsere Bekanntheit als Verein/Abteilung im Münchner Westen und darüber hinaus. Neben seinem großen ehrenamtlichen Engagement arbeitete er im Schuljahr 2015/16 als FSJler beim ESV. Zum 30.06.18 hängte er seine Jugendleiter-, Trainer- und Spielerkarriere beim ESV an den Nagel und wechselte leider den Verein. Wir wünschen ihm weiterhin viel Erfolg auf seinem Weg und bedanken uns für die schönen und erfolgreichen Jahre mit ihm hier beim ESV.



Felix Gutjahr

Ehrenamt frisst Motivation. Ein Neuaufbau im Schülerbereich der 9-12 Jährigen steht an. Es hätte uns gefreut, wenn Flo als Jugendleiter die Erfahrungen aus seiner Aufbauzeit in die Arbeitsgruppe eingebracht hätte. Aber nun, wo die Jugend-Bezirksliga-Mannschaft dem Jugentalter entwachsen ist, war für Flo der Schlusspunkt seines Engagements im ESV. Verdienste bleiben, Flo hat vielen was gegeben, Respekt! Der Trainingsbetrieb geht weiter zu den bekannten Terminen, mit unseren Trainern Hannah, Julia und Felix.

Rudolf Böffgen,
Tischtennis-Abteilungsleiter

2-mal eindeutiger Aufstieg

Noch bevor die letzten Spiele ausgespielt waren stand fest: Die 2. und 3. Herrenmannschaft stehen unanfechtbar auf Platz 1 und werden aufsteigen.

Uwe Böttcher, Mannschaftsführer der 2. Herren: „Nach der halben Rückrunde stellte sich so ein ‚FC Bayern München Gefühl‘ ein, man liegt scheinbar uneinholbar in der Tabelle vorn und kann mit reduziertem Einsatz spielen. Das führte zu einigen wenigen Punktverlusten; die Meisterschaft war uns aber nicht zu nehmen. Im Zuge der Neuordnung der Ligen werden wir in der nächsten Saison quasi anderthalb Klassen höher spielen.“ Die Spieler: Yongjin Wu, Thomas Schmuda, Dimitri Mayzlin, Amir Badbanchi, Rudi Drexler, Uwe Böttcher, Konstantin Eder.

Flo Gutjahr, Mannschaftsführer der 3. Herren: „Das Ziel war, neben dem Aufstieg, die Jugendlichen in den Herrenspielbetrieb zu überführen. Die beiden Ziele haben sie mit Bravour gemeistert. Die Jugendspieler Hannah und Markus spielten regelmäßig mit und machten ihre ersten Erfahrungen im Herrenspielbetrieb und mit Noppenspielen. Markus Engl war mit 29:2 der zweitbeste Spieler der Liga.“ Er wird jetzt die erste Mannschaft verstärken.

Die komplette Bilanz der Saison 2017/2018:

1. Herren: 3. Kreisliga Platz 3 mit 11 Siegen, 2 Unentschieden und 3 Niederlagen; kein Aufstieg/Abstieg



- 2. Herren:** 4. Kreisliga West Platz 1 mit 16 Siegen, 3 Unentschieden und 1 Niederlage; Aufstieg
- 3. Herren:** 4. Kreisliga Ost Platz 1 mit 19 Siegen, 0 Unentschieden und 1 Niederlage; Aufstieg
- 1. Jugend:** 2. Bezirksliga Platz 5 mit 8 Siegen, 1 Unentschieden und 7 Niederlagen; kein Aufstieg/Abstieg
- 2. Jugend Vorrunde:** 1. Kreisliga Platz 5 mit 0 Siegen, 1 Unentschieden und 7 Niederlagen; Abstieg
- 2. Jugend Rückrunde:** 2. Kreisliga Platz 4 mit 1 Sieg, 0 Unentschieden und 3 Niederlagen; kein Aufstieg/Abstieg
- 1. Herren Kreispokal:** Achtelfinale
- 2. Herren Kreispokal:** 2. Vorrunde
- 3. Herren Kreispokal:** 2. Vorrunde
- 1. Jugend Bezirkspokal:** Achtelfinale
- 2. Jugend Kreispokal:** Viertelfinale

Felix Gutjahr

1. Herrenmannschaft: Team verstärkt

In der vergangenen Saison hat die 1. Herrenmannschaft mit dem Comeback von Hendrik Mihai, Lukas Huber und Maurice Heidenberger sowie den Neuzugängen Florian Schiffbauer und Dennis Schiffer Verstärkung bekommen und sich daher klar den sportlichen Aufstieg als Ziel gesetzt. In der Hinrunde lief es auch noch ziemlich gut und wir haben lediglich ein Spiel verloren, obwohl unser damaliger Zweier Maurice sehr bald die Lust verlor und für ein wenig Turbulenzen sorgte. Nach der Hinrunde standen wir trotzdem nur auf Tabellenposition 3 und realisierten, dass wir es mit zwei starken Konkurrenten zu tun hatten.

Zur Rückrunde kam David Böttcher wieder zur Mannschaft hinzu, nachdem er in der Hinrunde im Ausland war. Dennoch verlief die Rückrunde nicht optimal. Zuerst haben wir eine deutliche aber akzeptable Niederlage gegen den späteren Kreispokalsieger einstecken müssen, aber dann im Verlauf der Saison noch zwei unnötige Unentschieden und eine weitere Niederlage kassiert, sodass wir uns am Ende wieder auf der unbefriedigenden Position 3 der Tabelle vorgefunden haben. Somit war das Ziel des sportlichen Aufstieges verfehlt, aber dank der Ligareform werden wir in der nächsten Saison in derselben Spielklasse eingeteilt wie wenn wir aufgestiegen wären. Besonders hervorzuheben ist die Leistung von unserem Einserdoppel mit Hendrik Mihai und Florian Schiffbauer, welches mit einer Bilanz von 16:1 das beste Doppel im Kreis war. Bei den Einzeln hatte Hendrik Mihai mit 28:6 die beste Bilanz der Liga und Lukas Huber mit 21:12 und Sebastian Globig mit 15:6 stark positiven Bilanzen. Mannschaft: Hendrik Mihai, Lukas Huber, David Böttcher, Florian Schiffbauer, Sebastian Globig, Dennis Schiffer

Lukas Huber

Tischtennis-Schnupperkurs im ESV Neuaubing



Der ESV lädt alle Kinder und Jugendliche zwischen 8 und 12 Jahren zu einem Schnupperkurs ein. Wir bieten dir eine ausführliche Einführung in die Sportart Tischtennis, 6 mal 60 Minuten für nur 10 €.

Start: Donnerstag 8.11.2018, 18 - 19 Uhr, danach wöchentlich.
Mitbringen musst du nur deine Sportkleidung und falls vorhanden einen Tischtennis-Schläger. Du kannst auch gerne einen Schläger bei uns ausleihen oder kaufen.

Du hast Interesse?
Dann melde dich bei uns:
Trainer Felix Gutjahr

0176 / 5199 0108
oder
felixgutjahr@freenet.de



Der Handstand geht auf Reisen



Bella, Melli, Simone, Verena und Chrissi haben einen Ausflug mit Jessie in ihre Heimat Gersdorf gemacht und auch aus Dresden wunderschöne Handstandbilder mitgebracht.

Ich werde verwöhnt und bekomme Handstandaufnahmen aus der ganzen Welt. Ob im Gebirge, auf Baumstämmen, auf dem Schiff,

neben dem schiefen Turm von Pisa oder am weißen Sandstrand, jede Unterlage ist geeignet, um im Handstand zu stehen.

Aber meine Turnerinnen können nicht nur Handstand. Nicht nur die oben genannte Reisegruppe, auch Tami, Hana, Rebekka, Amelie, Franzi und Jessy unterstützen mich bei Veranstaltungen wie Vereins-





Bilder in groß zu sehen auf unserer Homepage: <https://www.esv-neuau- bing.de/abteilungen/turnen/galerie>

meisterschaft, Turncamp oder Schauturnen. So haben sie z.B. für das letzte Schauturnen einen wunderschönen, neuen Vorhang genäht, der als Trennwand zur fehlenden Bühne gebraucht wurde. Für die Vereinsmeisterschaft haben sie für alle 75 Kinder Stoffsäckchen für die Turnschlappchen genäht und bedruckt, die wir ihnen als Geschenk überreichen konnten.

Ich treffe meine Mädels seit mehr als 20 Jahren zwei- bis dreimal wöchentlich im Training, wo wir viel Spaß haben, aber auch fleißig an den Geräten turnen. Ich bin stolz so eine Gruppe zu haben. Danke dafür,

Marga

VOLLEYBALL



Saison 2017/18

Nachdem wir die Oberbayerische Meisterschaft mit einem guten 8. Platz abschlossen haben, haben wir uns ab Juli wieder komplett der Saisonvorbereitung gewidmet. Den im Vorjahr erreichten guten dritten Platz galt es zu halten und, so konnte man aus der Mannschaft vernehmen, vielleicht auch noch verbessern. Um die Mannschaftsleistung noch zu steigern und den Zusammenhalt innerhalb der Gruppe noch weiter zu stärken, begaben wir uns ins Trainingslager nach Inzell.

Trainingslager Inzell 13.10. bis 15.10.17

Was macht man, wenn die Saisonvorbereitung gut gelaufen, aber noch nicht abgeschlossen ist? Man plant ein Trainingslager. Genau das haben wir getan, und so ging's am Freitag den 13.ten zu vierzehnt zum BVLS-Camp nach Inzell.

Wie im letzten Jahr hatten wir eine komplette 12er-Hütte für uns allein gehabt, die beiden mitgereisten Familien kamen in den dafür vorgesehenen Familienzimmern unter. Die Voraussetzungen am Ort sind hervorragend, doch leider konnten wir die Trainingsörtlichkeiten diesmal nicht wie gewünscht nutzen, da mehrere andere Volleyballmannschaften aus München die gleiche Idee und die Hallen bereits belegt hatten. Inzell bietet aber noch mehr als das Camp, und so konnten wir neben der (architektonisch sehr interessanten) Max Aicher Eissportarena die bestehende Trainingshalle nutzen. Mit einer Einheit am Freitag, drei Einheiten am Samstag und einer Einheit am

Sonntag haben wir das Trainingspensum sehr ambitioniert gesteckt. Unser Trainer Markus hat die einzelnen Einheiten mit Technikelementen, Annahme/Abwehr, Block und taktischen Finessen angereichert, so dass innerhalb der Einheiten jeweils kein Element mehrmals trainiert wurde, innerhalb der Einheit jedoch genug Zeit für viiiiele Wiederholungen war.

Nachdem wir dann am Sonntag geschlossen die letzte Trainingseinheit abgesagt hatten (wir werden ja alle nicht jünger), haben wir noch die Möglichkeiten der Anlage genutzt und den Vormittag beim Tennis, Tischtennis oder einfach in der Sonne ausklingen lassen. Nach einem letzten Mittagessen ging's dann auch schon wieder heim nach München.

Herzlichen Dank an dieser Stelle an Marion und Sascha für die Orga und Markus für die Ausgestaltung der Trainingseinheiten.

Und siehe da, nach der harten Arbeit stellten sich auch weitere Erfolge ein. Mit einer weiterhin sehr engagierten Mannschaft und dem nötigen Quäntchen Glück haben wir uns in der Saison dann auch dauerhaft auf dem 2. Tabellenplatz festgesetzt und wurden mit nur einem Punkt Rückstand Münchener Vizemeister 2017/18 im Freizeitvolleyball. Und damit ist auch das Ziel für die im Oktober beginnende neue Saison klar: erstmalig den Münchener Meistertitel nach Neuau- bing zu holen!



VOLLEYBALL

Oberbayerische Meisterschaft 2018

Mit dem zweiten Tabellenplatz hatten wir unsere ambitionierten Ansprüche auch in die Tat umgesetzt und konnten als direkt qualifizierte Mannschaft zur Oberbayerischen nach Zorneding fahren. Voll motiviert und bei bestem Wetter konnten wir mit einer starken Mannschaft anreisen (manch einer sogar aus dem Italienurlaub).

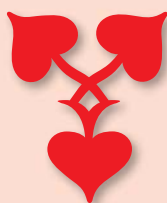
Die ersten Spiele brachten Altbekanntes: den TSV Vaterstetten (Vizemeister der letzten deutschen Meisterschaft 2017), dem wir uns leider wie im Vorjahr 25:17 und 25:18 geschlagen geben mussten. Die Mannschaft „6 im Feld“ bezwang man anschließend deutlich mit 25:20 und 25:15. In der folgenden Zwischenrunde schafften wir ein respektables Remis gegen den TSV Palling (immerhin Titelverteidiger), dem Münchener Meister ESV München trotzten wir ein Unentschieden ab, ebenso dem amtierenden Bayerischen Meister SV Esting! Letztlich verpassten wir dann aufgrund der nur um einen einzigen Punkt schlechteren Balldifferenz als Tabellenritter der Zwischenrunde die Qualifikation

für die Bayerische Meisterschaft. Als es dann im letzten Spiel des Tages um die Abschluss-Platzierung ging, haben unsere Gegner „Die Gallier“ am Schluss dann doch noch das letzte Quäntchen Glück auf Ihrer Seite gehabt und uns im Spiel um Rang 5 besiegt. Mit einem guten 6. Platz zum Abschluss einer sehr guten Saison sind wir aber durchaus zufrieden. Und auch hier bleibt ein Ziel fürs nächste Jahr: die Qualifikation für die Bayerische Meisterschaft!



Die Spieler: Thomas, Miri, Moritz, Mersi, Stefan, Marion L., Birgit, Kerstin, Marion R., Christian, Markus, Sascha, Florian, Kathrin

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



vom Freistaat Bayern



**und der
Landeshauptstadt
München**

