

Sport & Freizeit

Vereinsorgan des ESV Sportfreunde München-Neuaubing e.V.

























































Saison-Zwischenstandsmeldung der Gewichtheber







Impressum

Inhaber und Verleger:

ESV Sportfreunde München-Neuaubing e.V.

Geschäftsstelle:

Papinstr. 22 81249 München Tel.: (089) 3090417-0, Fax: (089) 3090417-29

E-mail: info@esv-neuaubing.de www.esv-neuaubing.de

Schalterzeiten:

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

Präsidium:

Präsident Harald Burger
Vizepräsidentin Monika Plass
Vizepräsident Dr. Manfred Wolter

Geschäftsstellenleitung:

Markus Maucher

Redaktion, Anzeigen:

Erika Hüller (verantwortlich)

Titelbilder: Vroni Berger/Abtl.

Gewichtheben

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
Geschäftsstelle	3
Berg- und Skisport	4
Fit Plus 60	7
Freizeit- / Gesundheitssport	10
Gewichtheben	12
Kraft & Fitness	13
Kegeln	15
KiSS – Kindersportschule	16
Leichtathletik	17
Ringen	18
Taekwondo	19
Tanzsport	22
Tennis	24
Tischtennis	26
Turnen	29
Volleyhall	30

§§

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





Den Nachwuchs frühzeitig heranführen

Unsere beiden KiSS-Mamas Hannah und Kathi haben uns besucht — mit dabei waren die Nachwuchssportler Annabelle und Moritz. Beide haben die erste Talentsichtung mit Bravour bestanden und wurden für die weitere Kaderplanung vorgemerkt.

Wir freuen uns, Euren sportlichen Weg von Beginn an mitzuerleben \dots

Alles Gute Euch, Eure Geschäftsstelle

Termine 2019

Wir möchten Euch zu Jahresbeginn auf die wichtigsten Termine im weiteren Jahresverlauf hinweisen. Wir bitten, diese Termine rechtzeitig einzuplanen, es stehen wieder einige wichtige Entscheidungen in diesen Gremien an.

Vereinsrat:

Dienstag, 14.05.2019 Dienstag, 19.11.2019

Delegiertenversammlung:

Dienstag, 28.05.2019 Dienstag, 03.12.2019

Wirtschafts-& Verwaltungsrat:

Donnerstag, 11.04.2019 Dienstag, 22.10.2019



Erfahrt die aktuellsten Neuigkeiten vom Verein und bleibt stets auf dem Laufenden.



Achtung, Pressewarte! Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 13.05.2019



ESV-Rennmannschaft rockt Garmisch

Nach einer extrem erfolgreichen Saison 2017/2018 mit drei gewonnen Klassenmeisterschaften, startete das ESV Rennteam mit seinem Kondilager in der letzten Sommerferienwoche in die Rennsaison 2018/2019. In diesem Jahr zog es die Mannschaft auf einen Campingplatz in die Outdoor-Hochburg Torbole/Gardasee. Zusammen mit den Trainern Mici und Fabi stürzten sich Jonathan, Julius, Finn, Pia, Sophia, Katharina, Nova, Nike, Tonia, Emma, Elias verstärkt mit Opa Jens (unser sagenumwobener AL Bergsport und technischer Leiter der Hütte) in das Abenteuer. Wie immer war die Woche mit alpinen Radtouren, Wandern, Klettern und Schwimmen ein voller Erfolg. Das High-Light in diesem Jahr war der Klettersteig Colodri, den auch unsere Kleinsten mit Bravour bewältigten.

Bereits am darauffolgenden Wochenende startet die Wettkampfsaison traditionell mit dem Konditionswettkampf der SVM-Rennserie in Germering. Wieder entsandte der ESV, mit Mici als Trainerin und Basti als Unterstützung, ein Rekordstarterfeld von vier Athleten. Ihr Debut gab dabei die amtierende U6 Meistern Nova (6), die nun in die Klasse der U8 wechselte. Die amtierende U8 Meisterin Nike (8) wechselte in die U10 und damit in Paulas (9) Klasse. Tonia (10) stieg in die sich auf extrem hohem Niveau befindende U12 auf. Und siehe da, alle Athleten lernten aus ihren Erfahrungen aus dem letzten Jahr und zeigten sich insbesondere stark im Balanceparcours. In diesem überwanden sie nicht nur ihr Zitterelement, sondern kamen entweder bis oder gar über die Slackline. Keine der drei älteren Athletinnen wurde vom Balanceparcours "abgeworfen", sondern erreichte jeweils das Zeitlimit. Im 400m Lauf gewann sogar jeder der Athleten seinen Jahrgang oder gar die ganze Klasse. Dies spiegelte sich auch in den Ergebnissen wieder. Nike belegte den 2. Platz, Nova holte sich den 3. Platz, Paula den 8. Platz und Tonja belegte einen sensationellen 7. Platz von 23 Athleten in den jeweiligen Jahrgängen. Somit verbesserten sich Nike und Tonia um drei Plätze im Verhältnis zum Vorjahr. Hierfür geht ein besonderer Dank an Mici, die in ihrer Freizeit das Zitterelement nachbaute und im Sommer in Sondereinheiten mit den Kids trainierte.

Bewusst darüber, dass sich die meisten ESV-Skiathleten durch ihren Klassenaufstieg nun mit Kindern messen müssen, die mindestens ein Jahr älter sind, ging es hoch motiviert in das Gletschertraining Ende September 2018. Doch dieses startete mit langen Gesichtern. Nach der extremen Dürre im Sommer 2018 war auch im Stubaital weit und breit kein Schnee zu sehen und das Training musste abgesagt werden. Auch im darauffolgenden Training, zwei Wochen später, bestand das Slalom-Training eher darin, den Steinen auszuweichen. Leider zog sich dieses schlechte Wetter-Karma durch die ganze Vorbereitung. Drei von fünf Tagen des Herbsttrainingslagers wurden von Föhnwinden auf dem Gletscher verweht. Unser Trainer Flo konzipierte allerdings ein tolles Alternativprogramm. Durch seine Beziehungen in Innsbruck schaffte er es, das Rennteam in das Landessportzentrum Tirol einzubuchen. Mit offenen Mündern gingen die Kinder an den Bildern mehrfacher österreichischer Olympiagoldmedaillengewinnern vorbei, bevor sie in eine 1000 gm große Halle eintraten. Die Kinder empfanden das als mindestens angemessen, wenn sie schon nicht Skifahren durften. Flo und Fabi gelang es dabei, drei Tage lang ein kurzweiliges aber auch schweißtreibendes Konditionstraining durchzuführen. Flo wechselte geschickt zwischen Spielen wie Völkerball und Konditionseinheiten wie Dauerlauf oder Zirkeltraining ab. Aber auch Bahnschwimmen und Spaßrutschen kam nicht zu kurz. Gestärkt als Gesamtathlet aber mit einem starken Mangel an Schneetraining ging es in den 2. Teil der Trainingssaison. Auch dieser war durch starken Wind oder starken Schneefall geprägt, das ein Stangentraining zum Teil unmöglich machte.



Würde man normalerweise annehmen, dass es den anderen Spitzenteams nicht besser geht, erreichte das Rennteam Nachrichten, dass die anderen Teams teilweise in die Neusser Skihallen oder nach Landgraaf (Holland) ausgewichen waren. Manche Teams nahmen das Geld in die Hand und gingen auf verlängerte Wochenenden, samt Schulbefreiungen, nach Saas Fee in die Schweiz. Sogar das Garmischer Ski Team wurde in der Neusser Skihalle gesichtet.



Somit fieberten alle dem Wintertrainingslager in Spitzigsee, unserer Heimat, entgegen. Die ersten Familien schauten bereits am 28.12 vorbei, nur um festzustellen, dass der Trainingshang mangels Schnee gesperrt war. Aber siehe da, zurück in der Heimat, blieb uns das Wetterglück aus dem Vorjahr treu. Frau Holle öffnete die Fenster und schüttete alle ihre Kissen (+ Reservekissen) aus. Als das Rennteam am 2.1. zum Training kam, gab es bereits 1m Neuschnee. Über die Trainingswoche kam ein weiterer Meter hinzu. Nun sind dies zwar für den feinen Rennathleten auch nicht die perfekten Bedingungen, aber

BERG- UND SKISPORT





zumindest das Grundlagentraining, das sonst im Oktober ansteht, konnte nun von Fabi und Flo nachgeholt werden. Auch die Stangen konnten öfters gesteckt werden, sodass alle ein gutes Gefühl hatten, ein wenig des Trainingsrückstands wettgemacht zu haben.

Mit reichlich Magengrummeln aufgrund des Trainingsrückstands und nun auch noch der jüngere Jahrgang zu sein, für den die Trauben ohnehin hoch hängen, ging es zur ersten Standortbestimmung nach Mittenwald. Aber auch hier hatte die Wetterfee etwas dagegen. Aufgrund der unmöglichen Zufahrtsbedingungen am 6.1. schafften es



nur 40 der 400 gemeldeten Athleten an den Start. Der Rest strandete, mit oder ohne Schneeketten, auf dem Weg. Das Rennen musste daher abgesagt werden.

Die letzte mögliche Standortbestimmung war somit der Werdenfelser Skitag, das Heimrennen der Garmischer, das überraschend zwei Monate vorverlegt wurde. Dieser wurde gleichzeitig genutzt um im selben Rennen den Ziener Cup (die SVM-Rennserie für das Werdenfelser Land für die JG 2007-2012) auszutragen. Ist der Werdenfelser Skitag nicht ohnehin schon das am besten besetzte Kinderrennen Deutschlands, war nun zu erwarten, dass nun wirklich alles am Start war, was sich bereits in jungen Jahren einen Namen gemacht hatte. Konnte dies wirklich die Standortbestimmung sein, die sich das ESV Rennteam wünschte? Mit der sehenden Auges zu erwartenden Klatsche meldete sich eine Rekordzahl von 10 furchtlosen Kindern, auf drei unterschiedlichen Strecken, für das Rennen an. Begleitet von Flo als Trainer, der aufgrund der zeitlichen Taktung auf den drei Strecken ordentlich am Schwitzen war und daher von Matthias und Patrick bei der Laufbesichtigung unterstützt wurde.

Zunächst waren die Jüngsten am Start und es ging schon einmal gut los. So holte sich Immanuel (4) den 4. Platz und schrammte nur aufgrund eines Torfehlers und eines Sommerwegs am Ende des Kurses knapp am Podest vorbei. Als zweiter ESV Läufer rockte Max (4) einmal so richtig und legte der Garmischer Konkurrenz eine Laufbestzeit von fast 10 Sekunden vor, bei der es bis zum Schluss blieb. Als nächste ESV Läuferin war Nova (6) am Start. Aber auch nachdem alle anderen 20 Mitfahrerinnen aus Garmisch, München, Partenkirchen und Mittenwald im Ziel waren, hielt sie die souveräne Bestzeit und holte damit den zweiten Siegerpokal nach Neuaubing. Als 2011er Junge rockte Jonathan (7) als 11. von 35 Jungs. Simon im gleichen Jahrgang wurde in seinem Renndebüt sensationeller 13. Im Anschluss kamen die 2010er Mädels, unser am stärksten besetzter Jahrgang. Leider fielen hier zwei unserer Leistungsträger aus. Nike musste zu einem DSV Nachwuchscamp zum Sudelfeld und Alexandra (8) wurde kurzfristig krank. Somit mussten sich Lisanne (8) und Emma (8) alleine diesem exquisiten Fahrerfeld von 43(!) Mädchen auf Zierner-Punktejagd stellen. Als 19. schlug sich Lisanne herausragend und auch Emmas 30. Platz, in ihrem ersten Rennen, war ein mehr als respektables Ergebnis. Auch Tonias 15. Platz in ihrem Jahrgang ist in diesem Kontext überragend. Für das absolute High-Light des Tages sorgte allerdings Jule (14), die einen sensationellen Überraschungssieg auf der Kandahar herausfuhr. Da dies bei der Siegerehrung erst so richtig herauskam, führte dies zu einem spontanen Siegergeheul des gesamten ESV Rennteams, das sich später begeistert auf sie warf, als Jule ihr Glück selbst noch nicht fassen konnte.

Dieses Ergebnis lässt das ESV Team nun trotz des Trainingsrückstands doch positiv in die Rennsaison 18/19 blicken, die mit den SVM-Rennen am vorletzten Januarwochenende in Pass Thurn (Österreich) startete.

Mit drei Jahrgangssiegen im Gepäck wurde einer der Eltern in Rennteamjacke später noch von einem der Garmischer Trainer angesprochen und gefragt, wer denn der ESV Neuaubing sei und wie, wo und wie oft man denn trainiere, dass man hier mit drei Siegerpokalen nach Hause fahre. Diese Respektsbekundung eines Trainers des in der Nachwuchsförderung führenden Ski-Vereins Deutschlands, ließ alle zufrieden nach Hause fahren, mit dem Gefühl: Der ESV rockt Garmisch...



Märchenwiese, kleine Bobbahn, große Bobbahn, Carving-Dach, Schanzenkette, Wellenschaukel –

oder wie unsere Skizwerge den Geländegarten in einen Ski-Märchenwald verzauberten

Wie jedes Jahr war auch in diesem Winter zur besten Zeit in der Skisaison unsere Sportalm wieder für drei Wochen fest in der Hand unserer Kleinsten: zwischen drei und sechs Jahren waren die über 60 Teilnehmer der diesjährigen Eltern-Kind-Wochen unserer DSV Skischule. Natürlich waren neben den vielen Mamas und Papas (es waren wieder mehr Papas als Mamas dabei!) auch wieder viele Geschwisterkinder sowie einige Omas und Opas mit am Start.



Der Winter war nicht nur der gigantischen Schneemengen wegen ein Winter der Superlative, sondern auch hinsichtlich unserer Eltern-Kind-Wochen: noch nie hatten wir so viele Teilnehmer, noch nie waren unsere Wochen so schnell ausgebucht, noch nie hatten wir so viele Skilehrer und Helfer wie in diesem Winter im Einsatz, noch nie hatten wir in einer unserer Wochen alle Skikinder auf der (grünen) Piste. Die Aufzählung ließe sich unendlich fortsetzen.

Im Geländegarten gleich hinter der Hütte führten unsere hochqualifizierten und sehr erfahrenen Skilehrer mit kindlicher Sprache, vielen



Bildern und sehr viel Geduld, Motivation sowie Engagement unsere Kids an die Elemente Ski und Schnee heran. Unsere vorwiegend jungen Skilehrer bringen immer wieder viele eigene neue Ideen ein. Um den künftigen Skifahrern die verschiedenen Techniken bestens beibringen zu können, verzichten wir grundsätzlich auf jegliche Aufstiegshilfen, hinauf ging es über die Carving-Treppe.

Los ging es für die kleinen Skianfänger wie immer auf der Märchenwiese, nach einer Woche im Schnee waren sie bereits Profis auf der kleinen Bobbahn. Die etwas größeren Spitzenzwerge fühlten sich bereits auf der großen Bobbahn, den Schanzen und der Wellenschaukel wie zu Hause. Unsere Fachbegriffe wie "...durchtauchen wie ein Fisch... Maul auf... Alles im Griff!", "...stützen, gehen... stützen... gehen...", "...anschnabeln... hinschauen... klixen!" und viele, viele mehr können sie alle inzwischen im Schlaf und außerdem ist "Ski ein Kinderspiel!"

Sowohl beim Skifahren als auch am Abend kam der Spaß nicht zu kurz. Zur Regeneration wurde abends mit Wasserfarben gemalt oder mit Playmais gebastelt, geturnt, getanzt und Fasching gefeiert. Die abendliche Gute-Nacht-Geschichte mit sämtlichen Kuscheltieren, Puppen etc., die zeitgleich natürlich auch auf der Hütte wohnten, brachte dann alle Mini-Stars sicher in den Schlaf, um am nächsten Tag wieder im Schnee durchzustarten.

Wir danken allen Eltern, Großeltern und Skilehrern etc. für die tatkräftige Unterstützung in den Wochen, ohne die es sicher nicht so geklappt hätte. Wir freuen uns, einige von euch im Sommer wiederzusehen oder spätestens im nächsten Winter bei einer unserer Eltern-Kind-Wochen oder den Samstags-Skikursen: muki@esvskikurs.de

Eure MuKi-Organisatoren Christine & Christian Wingarde



Einladung & Ausschreibung

Vereinsmeisterschaft ESV-Neuaubing Ski-Alpin



Austragungsort: Spitzingsee / Fürsthang

Samstag, 30. März 2019, Startnummernaus-

gabe ab 8.45 Uhr an der unteren Firstalm

Start: ca. 10:00 Uhr

Termin:

Disziplin: 2 Durchgänge -Slalom-/Riesensialom-Mix

Wertung: nach Klassen / Skilehrerwertung

Startgebühr: 5,00 Euro/Starter, zahlbar bei Startnum-

mernausgabe

Helmpflicht: Helmpflicht für alle Starter

Haftung: Veranstalter und Durchführer übernehmen

keine Haftung für Verletzungen und/oder Schäden bei Teilnehmern, Funktionären und Zuschauern. Alle Teilnehmer werden auf die

Versicherungspflicht hingewiesen.

Siegerehrung: ca. 1-2 Std. nach Rennende auf der ESV-

Sportalm

FIT PLUS 60



"Nikolauskegeln" mit anschließenden Siegerehrungen

Insgesamt waren 25 Keglerinnen und Kegler beteiligt. Die Stimmung war bestens, alle waren guter Laune, aber der Ehrgeiz spielte doch eine große Rolle, denn bei den Siegern dabei zu sein, ist schon etwas Besonderes.

Siegerin bei den Damen:



1. Gudrun Emden 2. Fini Feil 3. Thekla Dahlhaus

Sieger bei den Herren:



1. Carlo Ludwig 2. Albert Schuster 3. Arthur Mock

Gesellschaftskegeln: (gerechnet über das ganze Jahr)
Damen:



1. Thekla Dahlhaus 2. Renate Fraczkowiak 3. Rosemarie Lehner

Herren:

1. Peter Schindler 2. Albert Fischer 3. Martin Drommer



Wertungskegeln: Renate Fraczkowiak belegte Platz 1 bei den Damen. Bei den Herren war Peter Schindler erfolgreich.

Herzlichen Glückwunsch an alle unsere Siegerinnen und Sieger! Vergessen wir nicht unsere Referentin, Hanni Dosch, sie hat viel Mühe, die gesamten Resultate des Jahres zu notieren und auf einen Nenner zu bringen. Danke, liebe Hanni!

Beim anschließenden gemeinsamen Essen und gemütlichen Beisammensein wurden die Sieger noch mit einer Urkunde belohnt.

Adventsfahrt nach Landshut am 5.12.2018

Die Vorfreude stieg, als wir hörten, es geht nach Landshut mit der wunderschönen Altstadt, den Giebelhäusern aus dem 15./16. Jh. und



dem Münster St. Martin mit dem höchsten Backsteinturm der Welt, der noch ursprünglich erhalten ist. Bei einer Führung wurde uns der im Rathaus befindliche Prunksaal gezeigt mit seinen großartigen Kunstwerken, z.B. auch das Wand-Umlaufgemälde, das einen Höhepunkt der Landshuter Geschichte darstellt: Die Landshuter Hochzeit von 1475. Die Führung ging weiter über die Altstadt zum Münster St. Martin. Es hätte noch viel zu sehen gegeben, jedoch die Zeit drängte. Wir wurden zum Mittagessen im Gasthof Sempt erwartet. Auf dem Weg zum Bus noch ein Blick auf die Burg Trausnitz, die Residenz der Wittelsbacher Herzöge von Bayern.



Im Anschluß war ja noch eine kleine besinnliche Adventfeier angesagt. Bei Kaffee und Kuchen wurden zusammen Weihnachtslieder gesungen; für die musikalische Umrahmung sorgten zwei junge Burschen aus der Umgebung, die das ganz gut gemeistert haben. Es war eine schöne Adventsfahrt, viel gesehen, erfahren und vor allem "perfekt organisiert" von unserer Spartenleiterin, Marianne Vogl. Ein besonderer Dank noch an Dich!





Die Weihnachtsfeier 2018 der Sportgruppe "Fit plus 60"



Jedes Jahr das gleiche Spiel. Kaum naht die Weihnachtszeit, scheint es, als wäre noch mehr zu tun als sonst. Viele Menschen setzen sich mit ihren Ansprüchen unter Druck. Sie vergessen, daß es eigentlich eine besinnliche Zeit sein sollte.

Am 14. Dez. 2018 war es wieder so weit, das Jahr ausklingen zu lassen. Der Seniorensport hatte seine Mitglieder in die Vereinsgaststätte zur Weihnachtsfeier eingeladen.

Spartenleiterin Marianne Vogl begrüßte herzlich das Präsidium sowie die Mitarbeiter der Geschäftsstelle und die vielen Gäste, die gekommen waren. Anschließend kam der musikalische Teil des Nachmittags mit der Stubenmusik "de Vadrahdn". Zwischen den weihnachtlichen Klängen wurden von Marianne Vogl und Peter Schindler Gedichte vorgelesen. Einen besonderen Applaus verdienten sich Marianne u. Peter mit einem Sketch (Mandy wollte ein Handy v. Oma u. das in pink!!), der bei allen großen Anklang fand.

Als anschließend der Nikolaus kam, war dies ein schöner Abschluß dieser vorweihnachtlichen Feier.

Zum Schluß wünschte die Spartenleiterin allen ein schönes Weihnachtsfest und ein segenreiches, glückbringendes und gesundes Neues Jahr.



Runde Geburtstage

Stammtisch im Dezember 2018 mit Feier der "Runden Geburtstage". Alle wollen alt werden; nein, alt werden eigentlich nicht, aber möglichst lange leben. Stimmt's?

Aber wir von "Fit plus 60" tun auch etwas dafür. Machen Gymnastik, Kegeln und spielen Tischtennis; soweit es geht! Daher konnten wir diesmal wieder sechs Jubilare unserer Sparte ehren und zu uns als Gäste zu Kaffee und Kuchen einladen, dies waren :



Gisela Matausch Jutta Levko Frieda Hobbiebrunken Johann Petermaier Albert Fischer Albert Schuster

Es gibt ein nettes Gedicht von Norbert van Tiggelen, das alles sagt, was wahrscheinlich jeder von uns erlebt hat.

Wir von damals

Wir von damals waren Kinder, manchmal durchaus Besenbinder, recht gewitzt und auch nicht dumm, haute uns so schnell nichts um. Möhren aßen wir mit Dreck, Schuhe putzten wir mit Speck, Blaue Flecken an den Beinen, nicht nur Prügel – auch vereinen, Lag der Ball in Nachbars Garten, mussten wir oft Stunden warten. Mit dem Fahrrad lang gelegt, schmerzhaft in die Hand gesägt, Barfuß über heiße Straßen, rumgejammert wurd in Maßen. Dennoch ist das eine klar, – unsere Zeit war wunderbar!!

Noch nachträglich herzliche Glückwünsche und viel Gesundheit wünschen wir unseren Jubilaren

Ihre Spartenleitung

Neue Kurse

Nach den Osterferien beginnen unsere Kurse **Bodystyle**, **Pilates und** für unsere Kleinen neu im Programm, Kinder-Yoga.

Neu im Kurs-Programm sind **Mama/Baby Fitness:** Donnerstags neuer Kurs ab dem 22.05.2019.

Freitags neuer Kurs ab dem 03.05.2019 STRONG by Zumba

Alle Kurse können auf unserer Internetseite unter: https://www.esv-neuaubing.de/service/kurse-camps gebucht werden. Fragen hierzu beantworten wir gerne in der Geschäftsstelle. Mo.-Do.



Neuer Kurs am Donnerstag Mama/Baby Fitness

09:00 - 12:00 bzw. freitags bis 11:00 Uhr.

Mama/Baby Fitness ist ein ganzheitliches Fitnessworkout für Mamas, die auch mit Baby (**bis max. 12 Monate**) und anderen Müttern und deren Babys zusammen sporteln möchten.

Für die Babys bitte eine Trage und eine kleine Krabbeldecke mitbringen.

Immer donnerstags von 10:00 Uhr – 11:00 Uhr im Ballettsaal des ESV Neuaubing, Papinstr. 22.

Übungsleiterin ist Muna Hebeisen mit Baby Tamika



STRONG by Zumba

ACHTUNG SUCHTGEFAHR

NEU ab März 2019

Hast Du Lust auf ein super intensives Ganzkörper-Workout, das Dich durch die genau abgestimmte Musik zu Höchstformen treibt?? Dann solltest Du diese Stunde nicht verpassen

STRONG ist ein Intervalltraining, das nur mit dem eigenen Körpergewicht arbeitet und Dich so richtig zum Schwitzen bringt.

Du hast Freude an der Bewegung und liebst neue Herausforderungen? Dann komm vorbei und überzeug Dich selbst!

Wir bieten 2 Kurse an. Jeweils beginnen wir mit einer kostenlosen Schnupperstunde für Mitglieder und Nichtmitglieder.

Unser erster Kurs startet am:

Schnupperstunde am 10.3.2019 von 10:00 bis 11:00 Uhr 10er Kurs ab dem 17.03.19, immer sonntags 10:00-11:00 Uhr

Schnupperstunde am 30.4.2019 von 20:00 bis 21:00 Uhr 10er Kurs ab dem 7.5.19, immer dienstags 20:00-21:00 Uhr beide Kurse im ESV, Papinstr. 22, Ballettsaal.

Buchbar nur online: www.esv-neuaubing.de/service/kurse-camps Ohne Buchung ist <u>keine</u> Teilnahme möglich.

Die Kurse finden nur statt, wenn mind. 7 Anmeldungen bis 11.3. oder 2.5.2019 eingegangen sind!

Während laufender Kurse ist leider kein Schnuppern möglich!





Kinderyoga

(6 - 10 Jahre)

Samstags von 10:00 – 11:00 Uhr im ESV Neuaubing, Papinstr. 22 / Ballettsaal.

Nähere Infos und Anmeldung findet Ihr auf unserer Internetseite:

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

市以大大大市

Neue Rehasportstunde



Aufgrund der großen Nachfrage erweitern wir unser Rehasportprogramm. Die neue Rehasportstunde beginnt am

18.03.2019, 18:00 – 18:45 Uhr im Ballettsaal.

Teilnahme ist nur mit gültiger Rehasportverordnung möglich.

Viel Spaß wünscht Euch Euer Gesundheitssportteam

Saison-Zwischenstandsmeldung aus der Gewichtheberabteilung

Schon mehr als die Halbzeit der Saison ist absolviert und die Mannschaften können zufrieden sein.



Die 1. Mannschaft steht auf einem sehr guten 3. Platz in der Bayernliga. Mit bisher nur einem verlorenem Kampf und einem Wettkampftag im Rückstand (wegen Umbau) läuft die Saison nach Plan.



Die 2. Mannschaft in der Bezirksliga ist im Moment noch auf Rang 6. Es bleiben aber noch zwei wichtige Begegnungen, um einige Plätze gut zu machen.



Das Mastersteam war diese Saison einfach "zu jung". Da die meisten Heber gerade erst das Mastersalter erreicht haben, fehlen hier die wichtigen Melone-Punkte für eine hohe Platzierung.

Nach Saisonende steht für die Athleten nur noch die Oberbayerische Meisterschaft an, welche dieses Jahr am 27. April beim TSV Ingolstadt-Nord stattfindet. Hier haben die Athleten die Möglichkeit Einzelmedaillen, aber auch einen Mannschaftspokal zu erkämpfen.



NEUES KURSPROGRAMM FÜR UNSERE ESV FITNESSMITGLIEDER:



NEU: Rückenfit

(Montag 10:00 – 10:30 Uhr, SFZ Halle Süd)
Ziel: Erhalt und Aufbau der Rumpfmuskulatur und der Beweglichkeit der Wirbelsäule
Inhalt: Abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit den Schwerpunkten Lockerung, Koordination, Kräftigung und Dehnung.

NEU: Functional Training

(Montag und Mittwoch 18:00 – 18:30 Uhr, Athletikraum) Ziel: Für alle, die wenig Zeit haben und trotzdem viel möchten: Maximale Fitness, maximale Kraft und maximale Flexibilität – in 30 Minuten zum Erfolg. Inhalt: Zirkeltraining mit Kettlebells, TRX Schlingen, Medizinbällen, Powerbands und dem eigene Körper.





Stretchexpress und Entspannungstraining

(Dienstag 10:30 – 11:00 Uhr, Mittwoch & Donnerstag 11:00 – 11:30 Uhr, kl. Sporthalle) Ziel: Dehnung und Entspannung verkürzter Muskeln und Blockaden. Inhalt: Variierende Dehnungs- und Lockerungsübungen werden bei entspannter Musik im Stehen, Sitzen und Liegen durchgeführt. Zum Schluss erfolgt eine kurze Entspannungseinheit.

Powerlifting

(Dienstag 20:00 – 22:00 Uhr, gr. Kraftraum) Ziel: Einführung ins Gewichtheben und Kraftdreikampf. Inhalt: Technikerlernung und -verbesserung von Reißen, Stoßen, Bankdrücken, Kniebeugen, und Kreuzheben.





NEU: Fatburner

(Mittwoch 19:30 – 20:30 Uhr, kl. Kraftraum)
Ziel: Stabilisierung und Kräftigung des ganzen Körpers.
Inhalt: Bei diesem Workout werden nicht nur einzelne Muskeln isoliert angesprochen, sondern ganze Muskelketten. Durch intensives und variables Intervalltraining wird das Workout hoch effizient und abwechslungsreich, was die Pfunde purzeln lässt.

KRAFT & FITNESS





Bodypower

(Donnerstag 09:00 – 09:50 Uhr, kl. Sporthalle)

Ziel: Stärkung der Muskulatur.

Inhalt: Langhanteln werden mit verschiedenen Trainingsgeräten (z.B. Bänder und Pads) kombiniert. Durch die Wahl der Gewichte kann jeder selber entscheiden, wieviel ihm gut tut. Damit keine Langweile aufkommt, werden unterschiedlichste Übungen wöchentlich variiert. Bei guter Musik und guter Laune beginnt der Donnerstag optimal.

NEU: Bodyfit

(Donnerstag 10:00 – 10:50 Uhr, Ballettsaal)
Ziel: Schulung des Gleichgewichtssinnes und der
Tiefenmuskulatur.
Inhalt: Ganzkörpertraining mit verschiedenen
Trainingsgeräten (z.B. Bänder und Pads).
Abwechslungsreiche Trainingseinheit für jedes Alter.





Zirkeltraining

(Donnerstag 20:30 – 22:00 Uhr, kl. Kraftraum) Ziel: Erlangung von Kraftausdauer und Koordination. Inhalt: Übungen an den vorhandenen Geräten sowie mit Kurzhanteln oder auf Matten mit einer Dauer von 75 Sekunden (2 Runden). Im Anschluss erfolgt ein Dehnprogramm.

NEU: Sturzprävention

(Freitag 10:30 – 11:00 Uhr, kl. Sporthalle)
Ziel: Erhalt und Verbesserung von Standsicherheit, Gleichgewicht, Stabilität, mentaler Fitness und Koordination.
Inhalt: Übungen mit der Koordinationsleiter, Bällen, Balanceübungen und Stangen. Die einzelnen Übungen wechseln wöchentlich, damit keine Langeweile entsteht und der Körper immer wieder neuen Reizen ausgesetzt wird.





NEU: Animal Moves

(Sonntag 17:00 – 17:30 Uhr, kl. Kraftraum)

Ziel: Erhalt und Steigerung der Elastizität, Beweglichkeit und Kraft von Muskeln, Faszien und Gelenken.

Inhalt: Schnell wie ein Gepard und stark wie ein Bär: Wer sich an den Trainingsplänen der Natur orientiert, kommt leichter zum Erfolg. Das Programm "Animal Moves" schaut sich Fitnessübungen bei den Tieren ab.

BEI SCHÖNEM WETTER FINDEN UNSERE KURSE AUCH DRAUSSEN STATT!



Liebe Kegelfreunde,

diese Saison können wir, ausgenommen unsere 5. Mannschaft, alle mit unseren Ergebnissen zufrieden sein. Die 1., 2. und 3. Mannschaft stehen jeweils im obersten Drittel ihrer Tabelle, wobei die 3. Mannschaft sich momentan den 1. Platz erkämpft hat und diesen auch nicht mehr hergeben wird. Bei der 1. Mannschaft sieht es noch etwas brenzlig aus. Mit ihr und 3 weiteren Mannschaften geht es um den 1. Platz und somit den Klassenaufstieg bzw. den 2. Platz. Hier ist jedoch nicht absehbar, ob dann ein Aufstieg möglich ist.

Die 4. Mannschaft, bisher immer im Mittelfeld, ist momentan in das untere Drittel ihrer Tabelle gerutscht. Daran wollen unsere Mädels mit den letzten beiden Spielen aber noch was ändern.

Bei der 5. Mannschaft schaut es leider schlecht aus. Nach mehreren Niederlagen in Folge wird sie es nicht schafften, aus dem untersten Drittel raus zukommen.

Aber die Zusammenführung mit Sendling als Spielgemeinschaft hat uns alle bereichert und ist mit ein paar wenigen Ausnahmen für alle Beteiligten sehr zufriedenstellend, ob in spielerischer Leistung als auch in persönlicher Natur. Wir hoffen, dass wir die Spielgemeinschaft auch in der kommenden Saison fortführen können.



Auch hat in 2018 wieder unsere Weihnachtsfeier in den Räumen des ESV Neuaubing stattgefunden. Und in diesem Jahr gab es zwei Besonderheiten. Zum einen haben wir die Spieler von Sendling hierzu eingeladen, welche unserer Einladung auch gern gefolgt sind.

Und wir haben die Weihnachtsfeier genutzt, um die Herbstmeister zu würdigen.

Und mit Beginn des Jahres 2019, ausgeruht und mit frischem Tatendrang, haben wir uns alle auf die Bahnen begeben, um den alljährlichen Neujahresputz durchzuführen. Nach dieser Aktion konnte der weitere Verlauf der Saison nur gut für uns sein.

So, damit wünsche ich allen für die letzten Spiele gut Holz!!!

Peggy Fötsc



Ehrung Herbstmeister - Frauen: Peggy Fötsch



Ehrung Herbstmeister - 120 Wurf: Jens Enskat



Ehrung Herbstmeister – 100 Wurf: Tobias Krause



Neujahrsputz auf den Bahnen



Unser neues KiSS-Team

KiSS-Leitung ab 01.01.2019

Memis Ünver, 28 Jahre, ist seit dem 01.06.2018 bei KiSS und hatte ursprünglich die stellvertretende Leitung inne. Nachdem sich Eva Schmidt in den Mutterschutz verabschiedet hat, fand man mit Memis eine interne Lösung als Leiter der Kindersportschule. Der Sportwissenschaftler ist Ansprechpartner für alle Themen rund um die Sportschule. Darüber hinaus kümmert sich Memis um die externen Kooperationspartner und ist bemüht, neue Partner für unsere Kindersportschu-



le zu finden, wie die Kindertagesstätte an der Ehrenbürgstrasse ab Januar 2019. Einmal in der Woche sind wir mit unserer KiSS vor Ort, um die körperlichen Voraussetzungen sowie die Lust an lebenslanger Bewegung zu schaffen und um die Kinder an den Vereinssport heranzuführen.

Wir wünschen Memis weiterhin viel Erfolg und viel Spaß.

KiSS-Trainerin ab 15.02.2019

Sicherlich habt Ihr sie schon kennen gelernt und wir finden es super, dass wir mit Sandra Müller, 27 Jahre, eine weitere Sportwissenschaftlerin in unseren Reihen begrüßen dürfen. Sie wird ab sofort KiSS-Stunden übernehmen und als stellvertretende KiSS-Leiterin Memis unterstützen. Sandra hat soeben ihr Sportstudium an der TU München mit dem Master in Bewegung und Gesundheit abgeschlossen und arbeitet zudem als Skilehrerin für unseren Verein.

Ihr erreicht Sandra unter $\underline{s.mueller@esv-neuaubing.de}$ oder $\underline{kiss@esv-neuaubing.de}$.

Wir freuen uns, Dich mit an Bord zu haben, Sandra!



KiSS-Camps

Die Kindersportschule veranstaltet weiterhin Sportcamps in den Schulferien. Durchgeführt von KiSS-Mitarbeitern und Fachübungsleitern, erwartet Euch abwechslungsreiches und lehrreiches Sportprogramm. Ihr könnt Euch unter www.esv-neuaubing.de/service/kursecamps informieren und anmelden. Wir wünschen Euch jetzt schon viel Spaß bei unserem Ferienprogramm.

GÄSSL-SANITÄR GmbH

ROBERT GÄSSL

Angerlohstraße 15 · 80997 München
Telefon 089/8121226 · Fax 089/8929226 · Mobil 0171/6515149

IHR Meisterbetrieb im Sanitärbereich:

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

Kundendienst und Heizungsarbeiten





Walken oder was?



Viele Menschen reden vom "Walken". Sieht man im allwissenden Computer nach, so erhält man folgende Definition: "Walken, die Verformung von Werkstoffen durch mechanisches Bearbeiten wie Kneten, Drücken, Knüllen, Biegen oder Ziehen." Bezieht man Kneten, Drücken, Ziehen auf Muskeln und Sehnen, dann liegt man bei der Beschreibung unseres Sports gar nicht so ganz falsch.

Der sportlich Interessierte Leser weiß natürlich, dass "Walken" die denglische Form von "walking" oder besser "Nordic Walking" ist. Das Sommertraining der Finnen ist eine Mischung aus Walking und "Trockenskilanglauf". Dort hat es sich zur Massensportart entwickelt und wird "Sauvakävely" genannt. Es eignet sich für leistungsbezogene Sportler/Innen und für weniger sportliche Leute oder Einsteiger.

Wurde in den Anfängen das Gehen mit Stöcken oft belächelt, so hat es sich heute etabliert. Nordic Walking ist ein Ganzkörpersport! Beim Laufen wird die Beinmuskulatur stark beansprucht und gestärkt. Durch das Schwingen der Stöcke werden zusätzlich Arme, Schultern und Rücken trainiert – Voraussetzung ist die Anwendung der richtigen Technik.

Damit sind wir beim ESV Neuaubing. Vor kurzem wurde nachgefragt, ob die Walker in der Winterpause seien oder ob es sie überhaupt noch gebe. Es gibt sie ohne Pause. Bei praktisch jedem Wetter ist zumindest der "harte Kern" unterwegs. Während des Gehens wird

auch miteinander gesprochen. So lernt man sich etwas kennen und hat auch die Kontrolle über ein "gesundes" Tempo, das ein Sprechen noch ermöglicht.

Gestartet wird, wegen der Berufstätigen, am Montag und Mittwoch, immer um 19 Uhr. Im Winter ist es da dunkel, aber mit Stirnlampe sieht man gut und wird gesehen. Man trifft sich an der Ecke Avenariusstraße/Am Stadtpark und geht dann einen Kurs im Stadtpark. Im Sommer ist der Start in die hügelige Aubinger Lohe am Parkplatz an der Ziegeleistraße.

Interesse geweckt? Wir würden uns über neue "Walker" freuen. Unter info@p-mitterer.de erhalten sie weitere Informationen und Auskünfte.

A. Lay

Winterläufe

Dieter Prosotowitz-Mitterer

46. König Ludwig Lauf am 2.2.19, 21 km Freistil in 2:01, 16. Platz in der Ak 66

Rainer Seifried

Sylvester Lauf München am 31.12.2018, 10 km in 45:32 min



Neuaubinger Ringer im Trend

Nach langer Zeit stagnierender Mitgliederzahlen bei der Ringerjugend nimmt ihre Zahl wieder zu. Trainer und ehrenamtliche Helfer haben alle Hände voll zu tun, die Rohdiamanten zu Brillanten zu schleifen. Training und Diamanten sind zwar hart, aber trotzdem ist die Stimmung stets entspannt. Dabei werden die Kinder fachkundig und behutsam auf ihre ersten Wettkämpfe vorbereitet.



Lucian (links) und Sharar bei den Oberbayerischen Meisterschaften

Zu Beginn des Jahres stehen immer die Oberbayerischen Meisterschaften an. So auch heuer. Den Herausforderungen haben sich zwei der Buben gestellt, die bereits über einige Wettkampferfahrung verfügen. Bei den Meisterschaften in Freising (Freistil) und Feldkirchen-Westerham (griechisch-römisch) kam Lucian Kos erwartungsgemäß in beiden Stilrichtungen auf das Treppchen. Er wurde jeweils in der

41-kg-Klasse 3. Sieger. **Sharar Kadar** stellte sich nur im Freistil der starken Konkurrenz. Er belegte den 5. Platz in der Klasse bis 68 kg und konnte sein Ziel unter die ersten Zehn zu kommen, klar erfüllen. Bravo den Zweien.

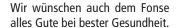
Bei kommenden Turnieren sind vielleicht die neu hinzugekommenen Ringer Buben schon scharf darauf, sich an Wettkämpfen zu versuchen.

rb

Seinen **85. Geburtstag** konnte kürzlich **Josef Zierer** feiern. Der Sepp trainierte bereits seit Ende der 60ger Jahre Schüler und Jugendliche der ESV Ringerabteilung. Über lange Jahre war er der Inbegriff des Neuaubinger Nachwuchstrainers. Seine rationalen Trainingsmethoden begeisterten die jungen Ringer und sind legendär.

Die Abteilung wünscht dem Sepp alles Gute, Gesundheit und noch viele Jahre im Ruhestand.

Seinen 65. Geburtstag feierte Alfons Frauenberger. Der in Aubing wohnende, frühere Coach des ESV München-Ost, ist seit vielen Jahren aus dem Training der Neuaubinger nicht mehr wegzudenken. Durch seine humorvolle Art und seine ringerische Kompetenz ist der Fonse eine echte Bereicherung unseres jungen Teams.









Prüfung des Jugend-Erwachsenen-Anfängerkurses und des Leistungskurses

Am Mittwoch, 12.12.2018, stand für den Erwachsenen-Anfängerkurs die erste Prüfung an. Erfreulich war bereits im Vorfeld, dass dieses Jahr wieder ein gut besuchter Erwachsenen-Anfängerkurs zustande gekommen war. Während die Kinder-Anfängerkurse stets starken Ansturm haben, ist es im Erwachsenen-Bereich schwierig, Einsteiger zu finden. Dies ist im Kampfsportbereich aber ein relativ weit verbreitetes Phänomen.

Top motiviert und bestens vorbereitet gingen Victoria, Merle, Selina, Julia und Konstantin an den Start. Die Prüfungsinhalte waren bereits bei der ersten Gürtelprüfung recht vielseitig. So mussten die Prüflinge ihr Erlerntes im Wettkampfbereich, insbesondere die "Stepp-Schule", die für den Wettkampfbereich unabdingbar und von enormer Bedeutung ist, sowie Kicks auf die Pratzen und Techniken mit dem Partner zeigen, aber auch ihr Können im Grundtechnikbereich unter Beweis stellen.



Die Prüflinge demonstrieren Kampftechnik

Hier zeigten die Prüflinge bereits sehr saubere Blöcke, Kicks und Fußstellungen. Ebenso die erste Taequk (II-Chang) präsentierten die Prüf-



Die Prüflinge beim Formenlauf

linge sehr überzeugend. Auch in der Theorie konnten Victoria, Merle, Selina, Julia und Konstantin punkten. Die fünf Prüflinge machten eine überdurchschnittlich gute Prüfung und zeigten sehr gute Leistungen. Da konnten ihre Trainerinnen Liane Urban (1. Dan) und Margarete Überfuhr (3. Dan) sehr zufrieden sein! Herzlichen Glückwunsch an die Prüflinge – weiter so!

Direkt im Anschluss ging es dann für die Sportlerinnen und Sportler des Leistungskurses Jugend-Erwachsene los. Da die Prüflinge hier bereits höhere Graduierungen (insbesondere den rot-schwarzen Gurt/1.Kup) anstrebten, gestaltete sich das Prüfungsrepertoire äußerst umfangreich. Zunächst wurde auch hier die "Grundschule", bestehend aus wettkampforientierten Stepp-Übungen sowie traditionellen Blöcken, Kicks und Fußstellungen abgeprüft. Anschließend stand der Formenlauf auf dem Programm.

Da die Prüflinge möglichst frühzeitig auf die Schwarzgurt-Prüfungen vorbereitet werden sollen, bekamen die Sportlerinnen und Sportler



Trainerinnen Liane Urban, Margarete Überfuhr und Prüfer Johannes Überfuhr mit den erfolgreichen Prüflingen des Anfängerkurses





Trainerin Anna Urban gibt die Prüfungstechniken vor

ihre Vorprüfungs-Taeguk erst unmittelbar auf der Prüfungsfläche gesagt. Nach einer kurzen Verschnaufpause mussten die Prüflinge dann auch gleich ihre neu erlernte Prüfungs-Taeguk präsentieren.

Als nächstes Prüfungsfach folgte das Ilbo-Taeryon. Hier kommt es vor allem auf die exakte Ausführung von Abwehrtechniken gegen den Partner an, wobei die Verteidigung ohne bzw. nur mit leichtem Kontakt erfolgen darf. Anschließend stand Selbstverteidigung/Hosinsul auf dem Programm. Hier hatten die Prüflinge diverse Angriffe, die von Trainerin Anna Urban (3. Dan) angesagt wurden, zu verteidigen. Die Angriffe reichten von einfachem Handgelenkfassen, über Würgen bis hin zu Messer- und Stockangriffen.

Nachdem der traditionelle Block abgeprüft worden war, ging es sogleich über in den wettkampforientierten Bereich. Hier mussten die Prüflinge zunächst diverse Aufgabenstellungen erfüllen, die von Anna vorgegeben wurden, bevor es dann zum Sparring überging. Dort kamen auch unsere neu erworbenen Kopfschützer mit Visier zum Einsatz.

Zum Abschluss mussten sich noch einige Prüflinge dem Bruchtest stellen. Dieses Prüfungsfach ist erst ab einem Alter von 15 Jahren relevant. Als dann alle Bretter erfolgreich durchschlagen waren, fiel von den Prüflingen dann doch einiges an Anspannung ab. So konnten schließlich alle Teilnehmer ihre ersehnte Urkunde entgegennehmen und hatten die Prüfung bestanden. Jedoch ist abschließend nochmals anzumerken, dass die Trainingsbeteiligung im Vorfeld zum Teil nicht ausreichend war und hier gerade im Hinblick auf die Schwarzgurtprüfung, die nochmal um einiges anspruchsvoller ist, deutlich mehr Disziplin verlangt wird!

Also, herzlichen Glückwunsch an alle Prüflinge und ab jetzt noch ein bisschen mehr Gas geben!



Trainerin Anna Urban und Prüfer Johannes Überfuhr mit den Absolventen/innen des Leistungskurses



Bayerische Meisterschaft in Rottenburg a.d.Laaber



Thomas Überfuhr mit Coach Kolja Prothmann

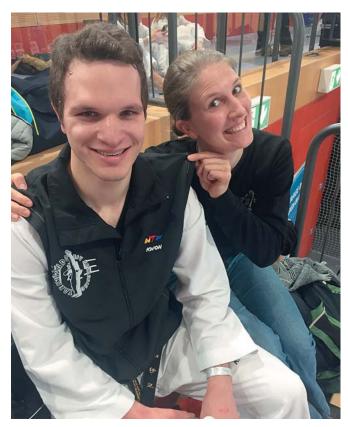
Am 24.11.2018 wurde im niederbayerischen Rottenburg a.d.Laaber die Bayerische Meisterschaft 2018 ausgetragen. Um an diesem Turnier teilnehmen zu dürfen, mussten sich die Sportlerinnen und Sportler entsprechend qualifizieren. Nach aktuellem Regelwerk erfolgt dies entweder durch den ersten Platz beim Challenge Cup oder durch mindestens einen Finalplatz bei einem der mehrmals im Jahr angebotenen Bayerpokalen.

Thomas Überfuhr (3. Dan) hatte sich durch seinen Finalplatz (2. Platz) beim Bayernpokal für die "Bayerische" qualifiziert. Im Vorfeld legte Thomas seinen Trainingsschwerpunkt auf Kampftechnik und Sparring. So ging er bestens vorbereitet mit seinem Coach Kolja Prothmann (1. Dan) an den Start.

Da insgesamt 205 Wettkämpfer an den Start gingen, dauerte es einige Zeit bis Thomas seinen ersten Einsatz hatte. Er startete in der Kategorie Herren +80 Kg. Thomas gelangen einige gute Treffer, insbesondere setzte er einen schönen Dwyd-Chagi und Push-Kick auf die Weste. Jedoch löste die elektronische Weste keine Punkte aus. Coach Kolja hatte trotz der deutlich sichtbaren Treffer keine Möglichkeit zu intervenieren, da beim Einsatz von elektronischen Westen kein

Videobeweis hinsichtlich Treffer auf die Westen möglich ist. Leider kamen bei der Bayerischen veraltete Kampfwesten zum Einsatz, die noch aus der allerersten Generation stammten und technisch noch nicht so versiert sind wie die neueren Modelle. Auffällig war auch, dass auf der Kampfläche, auf welcher Thomas seinen Kampf bestritt, überdurchschnittlich viele Probleme mit den elektronischen Westen auftraten. Dabei lösten stets die blauen Westen kaum Treffer aus, sodass die Kämpfer in den roten Westen im Nachteil waren. So verlor Thomas leider und unverdient seinen Kampf. Da die Gewichtsklasse aber nur mit vier Teilnehmern besetzt war, erreichte er zwar noch die Bronzemedaille, was aber aufgrund der ärgerlichen Umstände kein wirklicher Trost war.

Kopf hoch Thomas, beim nächsten Mal steht das Glück wieder auf deiner Seite!



Thomas's Schwester Margarete ist immer für ein Späßchen zu haben

SAVE THE DATE

In unserer Trainersitzung am Mittwoch, 13.02.2019, haben wir einige wichtige Termine festgelegt. Bitte gleich vermerken!

- 11.03.2019, 19:00 Uhr: Kick-Off für ALLE Rot-Schwarzgurte bezüglich der Schwarzgurtvorbereitung
- 23.03.2019, 10:00 Uhr: Wettkampf-Training mit Kolja Prothmann (1. Dan) für den Fortgeschrittenen- und Jugendkurs
- **04.05.2019**: Bundesbreitensportlehrgang in Dillingen (Pflicht für alle Rot-Schwarzgurte)
- 26.07.2019: Sommerfest
- 05.10.2019: Bundesbreitenspotlehrgang in Krumbach (Pflicht für alle Rot-Schwarzgurte)
- 20.12.2019: Weihnachtsfeier

Nähere Informationen folgen natürlich im Training und auf unserer Website (esv-neuaubing-tkd.de).



Bye Bye 2018



Die Donnerstag-Gruppe tanzte eine bayerische Polka

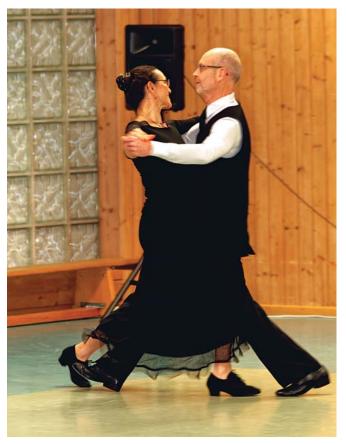
Die Tanzsportabteilung hat ein erfolg-, ereignis- und jubiläumsreiches Jahr 2018 erlebt. Nicht nur, dass wieder einige von uns erfolgreich das Tanzsportabzeichens ablegten, wir unseren tollen Ausflug durch die Münchner Hofgärten samt geselligen Beisammensein genießen durften, zahlreiche schöne freie Trainingsabende zum Üben mit Spaß und netten Tanzsportkollegen hatten, sondern wir durften auch wieder einen tollen Jahresabschlussball erleben und ertanzen.

Nachdem unsere Donnerstagsgruppe unter der Leitung von Klaus und Andrea eine bayerische Polka aufführte, durften wir im Anschluss wunderschöne Tanzdarbietungen von Brigitte und Knut



Andrea und Klaus

sowie von Andrea und Klaus bewundern. Dieses Mal allerdings nicht wie sonst üblich als Showtanz, sondern ausnahmsweise als Trainingstanz, bei denen wir anfangs einige der Figuren erkannten, die wir als "Laien" auch tanzen und dann natürlich einiges präsentiert bekamen, das wir noch lernen wollen. Wir freuen uns schon darauf!



Brigitte und Knut

Außerdem gab es noch einen ganz besonderen Programmpunkt: unser Abteilungsleiter und Trainer der Montagsguppen Rainer Abel feierte in 2018 nicht nur seinen 70. Geburtstag, sondern auch sein 40-jähriges Trainerjubiläum und hierzu trug seine Ehefrau Gudrun ein launiges Gedicht vor. Wir möchten an dieser Stelle die Gelegenheit





Gudrun gratuliert Rainer mit einem Gedicht

nutzen, unserem Rainer für seinen jahrelangen, unermüdlichen Einsatz, sein Nie-Aufgeben und seinen Glauben an unsere tänzerischen Fähigkeiten zu danken. Wir hoffen, Du bleibst uns noch recht lange erhalten und erfreust uns mit Deinem sprühenden Witz.

Für das Jahr 2019 haben wir auch schon wieder einiges geplant: so werden wir wieder Schnupperkurse für Tanzbegeisterte und -Interessierte, einen Disco Fox Workshop sowie einen Line-Dance-Kurs anbieten. Für alle, die keine "freiwilligen" Tanzpartner haben und gerne das Tanzbein schwingen, ist der Line Dance genau das Richtige! Ladies! Das geht auch ohne Mann!! Oder: meine Herren: hier braucht ihr keine Dame. Wir freuen uns auf neue Gesichter. Kommt doch einfach mal zu unserem freien Training und schnuppert rein. Jede Altersklasse ist willkommen.

Welcome 2019

Britta Wösten



Tanzen hält jung und fit

Die Tanzsportabteilung des ESV Neuaubing bietet auch 2019 "Schnuppern" für alle an:

Acht Tanz-Abende

- immer sonntags von 18.00 bis 19.30 Uhr ab 10.März bis 5.Mai 2019
(Ostersonntag kein Unterricht)
im Sport- und Freizeitzentrum
Papinstr. 22, 81249 München
Ballettsaal, 1.06

Auf dem Programm stehen:

Cha-Cha Rumba Jive

Langsamer Walzer

Tango I

Discofox

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

Anmeldung bei

Rainer Abel (Abt.-Leiter), Tel. (089)803735 Mooslängstr. 11, 82178 Puchheim

e-mail: rainer-abel@kabelmail.de

oder in der ESV-Geschäftsstelle: Tel. (089)3090417-0





"Fast Learning" und Ballschule Heidelberg

Neues Kursprogramm ab dem Sommer!

Es gibt gute Neuigkeiten! Der ESV Neuaubing Tennis geht ab diesem Sommer mit einem neuen Kursprogramm an den Start, das für die Tennis-begeisterten Kids und Erwachsenen mit einigen neuen Kursen aufwartet. Wie das Ganze aussieht, wollen wir Euch einmal kurz erklären:

Ballschule

Wie der eine oder andere von euch vielleicht schon weiß, bietet die ESV Tennisabteilung bereits seit einigen Jahren die beliebten Ballschulkurse für die jüngsten Kids im Alter von 3-8 Jahren an. Im Sommer auf der Tennisanlage des ESV und im Winter in der Halle der Ravensburger Ring-Schule lernen die Kids unter der Leitung unseres lizenzierten C-Trainers Florian Hintereicher von klein auf, richtig mit dem Ball umzugehen. In den zahlreichen Übungen wird die Koordination der Kleinen in verschiedenen Sportarten wie Fußball, Basketball und auch Tennis geschult, während der Fokus natürlich auf dem Spaß der Kids liegt.



Unser Trainer Flo hat nun zudem auch noch die Ballschul-Trainer-Lizenz nach dem Konzept der Ballschule Heidelberg erworben, während unsere anderen Ballschul-Trainer derzeit ebenfalls am Erwerb der Lizenz arbeiten.

Alle wichtigen Infos zur Ballschule beim ESV Neuaubing:

Wo und wann findet das Training statt?

Das Training findet das ganze Jahr über immer einmal in der Woche am Freitag Nachmittag statt. Im Sommer nutzen wir die Tennisplätze des ESV Neuaubing, während wir im Winter in die Sporthalle an der Ravensburger Ring-Schule ausweichen.

Wer leitet das Training?

Das Training findet unter der Leitung unseres lizenzierten Ballschulund BTV-C-Trainers Florian Hintereicher statt. Auch die weiteren Trainer arbeiten aktuell am Erwerb einer Ballschul-Trainerlizenz und können jahrelange Erfahrung im Tennis- und Ballschultraining von Kids aufweisen.

Was steht beim Training im Fokus?

In erster Hinsicht vor allem der Spaß der Kids! In vielen verschiedenen Übungen und Spielen machen die Kids außerdem nach dem Konzept der Ballschule Heidelberg erste Erfahrungen mit Ballsportarten. Die Ballschule ist ein optimaler Beginn für Ihre Kinder, um sich später dann auf eine Sportart fokussieren zu können.

Wo erhalte ich weitere Informationen?

Weitere Informationen, etwa zum Preis des Kurses und zu den genauen Terminen, erfahrt ihr bei unserem Trainer Flo Hintereicher (Tel.: 0173/4677540)

Unsere Trainer freuen sich über jeden neuen Teilnehmer und stehen euch bei Rückfragen jederzeit gerne zur Verfügung. Gerne könnt ihr bei weiteren Fragen auch am Tag der offenen Tür am 01. Mai auf unserer Anlage vorbeischauen (Adresse: Centa-Hafenbrädl-Str. 8, 81249 München).

Fast Learning

Doch nicht nur für die Kids ist dieses Jahr einiges geboten, auch für die Erwachsenen können wir einen neuen Kurs präsentieren. Die ESV Tennisabteilung nimmt nun am beliebten Fast Learning-Konzept teil, welches in den letzten Jahren einen regelrechten Boom in Deutschland erlebt hat.

Alle Informationen zum Fast-Learning-Konzept:

Was ist Fast Learning?

Fast Learning ist ein innovatives Trainingskonzept, das nach modernen Trainingsmethoden entwickelt wurde und mittlerweile deutschlandweit in über 500 Tennisvereinen erfolgreich angewendet wird. In einem dreistufigen Konzept könnt ihr euch durch die verschiedenen Kurse spielen und lernt dabei "step for step" die Grundtechniken des Tennissports. Von der Vorhand über den Volley bis hin zum Aufschlag kriegt jedes Gebiet die Zeit, die es verdient.

Der große Vorteil des Programms ist: Ihr seid immer in einer Gruppe mit gleichstarken Spielern! Bist du etwa absoluter Beginner, kannst du mit dem "Fast Learning I" -Kurs beginnen und spielst dabei mit Leuten, die die gleiche Spielstärke haben. Hast du dagegen schon einmal Tennis gespielt und willst dein Wissen nur etwas auffrischen, bieten sich die Iler- oder Iller-Kurse an.

Ale weiteren Informationen zum Konzept erhaltet ihr natürlich bei unserem Trainer Flo (Tel.: 0173/4677540) und auf der Webseite des Fast Learning-Konzepts unter HYPERLINK "http://www.tennis-people.com/" www.tennis-people.com .

Für wen eignet sich Fast Learning?

Fast Learning ist das optimale Konzept für alle unter uns, die entweder mit dem Tennissport beginnen oder nach einer langen Pause wieder in den "coolsten Sport der Welt" zurückfinden wollen.



Wer leitet das Training beim ESV?

Das Training findet unter der Leitung unseres lizenzierten BTV-C-Trainers Florian Hintereicher statt. Flo steht euch für alle Fragen zum Konzept und Tennis beim ESV im allgemeinen gerne zur Verfügung.

Wo bekomme ich weitere Informationen?

Bei Fragen und/oder Rückmeldungen zu Fast Learning beim ESV wendet ihr euch am besten an unseren Trainer Flo (Tel.: 0173/4677540) oder schaut einfach am 01. Mai 2019 zum Tag der offenen Tür auf unserer Anlage vorbei.

Tag der offenen Tür: Der erste wichtige Termin im Sommer

Der Winter neigt sich langsam, aber sicher seinem Ende zu und die Sonne kommt endlich wieder heraus. Dass die Sommersaison bevorsteht, merkt man daran, dass die Tennisspieler des ESV aus dem Winterschlaf zurückkehren und sich auf die neue Spielzeit vorbereiten. Beim ESV ist in diesem Jahr natürlich wieder einiges geboten: Neben zahlreichen LK-Turnieren, die wir heuer wieder anbieten werden (genaue Termine folgen noch!), treten wir auch wieder mit etlichen Mannschaften in den Medenspielen des BTV an. Genaue Termine für alle Mannschaften stehen bereits im Internet und können unter www.btv.de abgerufen werden.

Um die Saison gut zu starten, lädt die ESV Tennisabteilung wie in jedem Jahr am Feiertag des 01. Mai 2019 zum Tag der offenen Tür ein. Wer Fragen zur Mitgliedschaft beim ESV, den neuen Trainingskonzepten, die wir oben bereits beschrieben haben, oder anderen Themen hat, kann gerne vorbeischauen. Und natürlich ist der Tag der offenen Tür auch die perfekte Möglichkeit, einmal selbst komplett kostenlos einen Tennisschläger in die Hand zu nehmen und sich am coolsten Sport der Welt zu versuchen.



Wann findet der TdoT statt?

Am Mittwoch, den 01.05.2019 ab 10 Uhr bis zum Tagesende.

Wie sieht das Programm aus?

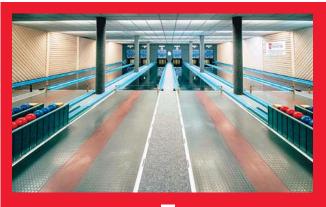
An unseren Infoständen könnt Ihr euch über die zahlreichen Möglichkeiten informieren, die Ihr habt, wenn ihr beim ESV mit dem Tennis beginnen wollt. Auch Fragen zu unseren neuen Konzepten "Fast Learning" und "Ballschule Heidelberg" könnt Ihr an dieser Stelle stellen.

Und natürlich könnt Ihr auch selber einen Schläger in die Hand nehmen und unter der Leitung unserer Trainer Dominique Schütte und Flo Hintereicher die ersten Filzkugeln über das Netz hauen.

Was kostet das Ganze?

Und das Beste: All das ist komplett kostenlos. Schaut's einfach vorbei, wir freuen uns auf Euch!





Kegeln beim ESV Neuaubing

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.

Öffnungszeiten siehe Online-Belegungsplan: https://esv-n-kegeln.ebusy.de Infos in der Geschäftsstelle, T. 089/3090417-0



Mit Schwung in die neue Tennis-Saison!



Traditionell zum Ende des Jahres ließen die jugendlichen Tennisspieler des ESV die Saison bei einer gemütlichen Kegelrunde ausklingen und feierten die Resultate der vergangenen Saison. Und auch wenn man bei dem einen oder anderen (gerade den erwachsenen Betreuern!) gesehen hat, dass er oder sie dann doch beim Tennis besser aufgehoben ist, hatten doch alle eine Mordsgaudi.

Hier haben wir ein paar Impressionen von diesem sportlichen Abend, eine komplette Bilderstrecke findet Ihr natürlich auch auf unserer Webseite unter www.esv-neuaubing.de/abteilungen/tennis.





TISCHTENNIS

Die Tischtennis-Abteilung berichtet

Jugend-Trainerteam:

Zu Beginn dieses Jahres erweiterte sich unser Trainerteam um einen Trainer. Konstantin unterstützt Hannah und Julia im Anfängerbereich und übernimmt die Anfängergruppe am Dienstag. Durch seine bereits vorhandene Trainererfahrung (Tischtennis-Trainer im ESV von 2010 bis 2013), seine starke technische Spielweise (Spieler in der 1. Herrenmannschaft) und seiner Erfahrungen im Bereich des Jugendleiters ist er eine optimale Ergänzung für unser Team. Für unseren Februar/März-Schnupperkurs haben wir uns zusätzlich professionelle Unterstützung durch Stefan Kattner (TTR über 1550) gesichert. Er leitet zusammen mit Hannah den Schnupperkurs. Geplante Aus- und Fortbildungen: Um ihr Trainerwissen aufzufrischen planen Konstantin und Felix eine Teilnahme an der C-Trainer-Ausbildung (Konstantin) bzw. an der C-Trainer-Fortbildung (Felix).

Schnupperkurs und Anfängertraining:

Im November/Dezember 2018 bot unsere Abteilung einen Schnupperkurs für alle interessierten Jugendlichen an. In diesem wurden zu Beginn Schläger-/Ballgewöhnungsübungen durchgeführt (u.a. für die Auge-Handkoordination) und darauf folgend die ersten zwei Grund-



techniken erlernt (Vorhand- und Rückhand-Konter), natürlich inkl. der jeweiligen Angaben. Die bis zu 18 Spielern große Gruppe wurde von unseren drei Jugendtrainern Hannah Belle, Julia Wopat und Felix Gutjahr angeleitet. Für diesen Kurs erhielt unser Trainerteam sehr positive Resonanz, welche sich auch in einer großen Anzahl an Neumitglieder in unserer Abteilung wiederspiegelt. Hieraus folgte die Grün-





dung eines Jugend-Anfängertrainings, in welchem sich die Trainer explizit um die Anfänger kümmern und ihnen nach und nach weitere Tischtennis-Techniken beibringen.

Schulkooperation Mittelschule Reichenaustraße:

Am 30. November, 7. Dezember und am 11. Januar veranstaltete unsere Abteilung eine Schulkooperation mit der Mittelschule an der Reichenaustraße. Hierbei erlernten die Schüler der 5. und 6. Klassen spielerisch den Umgang mit Tischtennisschläger und -ball. Zusätzlich spielten sie in ihren jeweiligen Klassen ein kleines Turnier, um die 4 besten Jungs und 4 besten Mädchen zu ermitteln. Bei dem großen Finale, dem Unterstufenturnier, am 11. Januar spielten die besten Jungs/die besten Mädchen der 5. und 6. Klassen gegeneinander und ermittelten dadurch den Unterstufensieger bzw. die Unterstufensiegerin. Über dieses Turnier berichtete auch die Aubinger Zeitung (Ausgabe 17. Januar)

Die Sieger:

Mädchen:

Platz 1: Rina, Platz 2: Mastura, Platz 3: Tijana, Platz 4: Nikoleta lungs:

Platz 1: David, Platz 2: Mahmoud, Platz 3: Simon, Platz 4: Manuel

Die zwei ersten Plätze durften sich über einen Kinogutschein freuen. Die Kooperation wurde geleitet von unserem Abteilungsleiter Rudolf Böffgen und dem Jugendtrainer Felix Gutjahr, aber auch die Schule unterstützte uns tatkräftig. Besonders zu erwähnen sind die komm. Schulleiterin Frau Godau und der Sportlehrer Herr Schmidt, welche uns stets mit Rat und Tat zur Seite standen.

Dass Tischtennis auch im Schulalltag eingebaut werden kann, beweisen aktuell die Sportlehrer der Schule. So wurde als Alternative zum Wintersporttag u.a. Tischtennis angeboten und auch im Sportunterricht wird Tischtennis ausprobiert.

Jugend-Familienturnier

Am Samstag, den 02.02, spielten 6 Familien (entspricht 12 Spielern) im Jugend-Familienturnier gegeneinander. Hierbei spielten die Familien jeweils 3 Spiele: 1. Jugend-Spieler gegen Jugend-Spieler, 2. Familienmitglied gegen Familienmitglied und 3. Familie gegen Familie als Doppel.



Die Sieger des Familienturniers



Die Teilnehmer des Familienturniers bei der Einweisung



Auf Platz 1 spielten sich: Leonidas und Alex; Platz 2 erreichten: Vincent und Jörg und Platz 3 ging an: Rebecca und Christian. Neben Urkunden für die Plätze 1 bis 3, wurden die Spieler auch mit Kaffee und Kuchen versorgt.

Das Turnier förderte nicht nur den Team-/Wettkampfgeist unserer Jugendlichen, sondern gab auch den Familienmitgliedern einen guten Einblick in unsere Abteilung.

Vorrunden-Ergebnisse und Ausblick auf die Rückrunde

Zum Ende der Vorrunde stand unsere 1. Herrenmannschaft mit 8:10 Punkten auf Platz 5, die 2. Mannschaft erreichte Platz 3 (mit 13:5 Punkten) und unsere 3. Mannschaft erzielte mit 16:4 deutlich den 1. Platz ihrer Liga und ist somit Vorrunden-Meister und für die nächste Saison ein guter Aufstiegskandidat. Die Rückrunde fing durchwach-

sen an, so kamen einige knapp verlorene oder unentschiedene Spiele zusammen, Siege blieben aber trotzdem nicht aus. Somit steht zum Stand 23. Feb. 2019 die 1. Mannschaft auf Platz 6 (nur Rückrunde: Platz 3). Unsere Zweite hält ihre Position und landet auf Platz 3, erreicht in der Rückrundentabelle aber nur Platz 8. Um einen Platz rutscht unsere 3. Mannschaft in der Gesamtwertung ab und erreicht den 2. Platz (nur Rückrunde: Platz 3), welcher aber immer noch zum Aufstieg berechtigt.

Weihnachtsfeier und Vereinsmeisterschaft

Mit 13 Teilnehmern war unsere Vereinsmeisterschaft gut besetzt. Begonnen wurde in 2 Vorgruppen, in welchen sich die jeweils 4 besten für die KO-Runde qualifizierten. In Gruppe A gewann Markus Engl, vor Hendrik Mihai, Dennis Schiffer und Rudolf Böffgen. Die Qualifizierten in Gruppe B: David Böttcher, gefolgt von Sebastian Globig, Uwe Böttcher und Michael Milgrom. Diese acht Spieler kämpften in einer starken KO-Phase um den Gewinn. Auf Platz 3 landeten David

und Sebastian. Platz 2 ging an Markus und Platz 1 und somit Sieger der Vereinsmeisterschaft 2018 ist Hendrik. Als Kuriosum seien hier noch die Spiele von Hendrik gegen Markus zu erwähnen. So gewann Markus mit seinem QTTR (11.12) von 1346 gegen Hendrik (1523) in der Gruppenphase, musste sich aber im Finale gegen ihn geschlagen geben. Die Weihnachtsfeier wurde am 18. Dezember in unserer ESV-Vereinsgaststätte veranstaltet. Hierbei wurden nicht nur der Vereinsmeisterschaftspokal überreicht, sondern es wurde auch über die Vorrunde resümiert, Planungen für die Rückrunde erstellt, der ehemalige Abteilungsleiter (David Böttcher) geehrt und sich bis zur nächtlichen Schließung der Gaststätte unterhalten. An dieser Stelle möchte ich ganz besonders Uwe Böttcher (stellvertretender Abteilungsleiter) hervorheben, welcher sowohl die Vereinsmeisterschaft als auch die Weihnachtsfeier organisiert und durchgeführt hat.

Felix Gutjahr



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



vom Freistaat Bayern



und der Landeshauptstadt München





Mit dem Spagat auf Tour









Termine Turnen 2019
07. April Kür LK3
25./26. Mai Bayern-Pokal Hinrunde

06. Juli 11.-13. Oktober 13. Dezember

Vereinsmeisterschaft Bayern-Pokal Finale Schauturnen











Fit ins neue Jahr!

Traditionell starten wir Volleyballer beim ESV Neuaubing jährlich gleich am ersten Samstag im Januar mit unserem "Speckweg-Turnier" ins neue Jahr. Zwölf hoch motivierte Teams traten wieder an, um den ersten Turniersieger 2019 zu ermitteln. Dabei galt es auch, dem Seriensieger der letzten Jahre "Ups, Tschuldigung" den Titel mal wieder streitig zu machen.

In der Vorrunde spielten elf Mixed-Mannschaften aus der Münchener Freizeitliga (aus allen fünf Leistungsstufen) sowie ein Nachwuchsteam in zwei Gruppen zu je 6 Mannschaften. Für die Jugendlichen des befreundeten Vereins TuS Obermenzing war es das erste Turnier im Erwachsenenbereich, das die Mädels und Jungs gemeinsam bestritten. Und sie erzielten in der Gruppenphase das ein oder andere beachtliche Resultat gegen die etablierten Teams. In der Platzierungsrunde gab es dann ein Spiel gegen die "Menzinger" - quasi ein clubinternes Duell, das die erfahreneren Spieler diesmal (noch) für sich entschieden haben. Im Spiel um Platz 11 gelang es den jugendlichen "Volleybulls Obermenzing" anschlie-Bend erstmals einen Satz Remis zu spielen,

bevor ihnen dann aber doch die Luft ausging und sie den zweiten Satz abgeben mussten. So blieb am Ende Platz 12 und die Erkenntnis, dass man durchaus schon mithalten kann. Beim nächsten Turnier wollen sie sich dann steigern und mindestens ein anderes Team hinter sich lassen.

Im Halbfinale des Turniers standen vier Teams, die allesamt quasi schon zum Inventar gehören und seit Jahren regelmäßig bei den bei-

den Turnieren des ESV antreten. Im ersten Semifinale setzten sich die Titelverteidiger "Ups, Tschuldigung" gegen die "Caipiranhas" durch und hatten somit erneut die Chance den Turniersieg davonzutragen. Im zweiten Halbfinale kam es zum Aufeinandertreffen zweier Erstligisten der Münchener Freizeitliga: "Nicht mit uns" forderte den Gastgeber "Kaboom". Es wurden zwei ganz knappe Sätze mit dem glücklicheren Ende für die Gäste aus Unterhaching. Im Finale zeigten diese dann auch noch dem Titelverteidiger seine Grenzen auf und holten sich ihren ersten Sieg beim Speckweg-Turnier. Platz drei sicherten sich unterdessen die Gastgeber.

Bei der Siegerehrung gab es für alle teilnehmenden Mannschaften reichlich gesundes Obst in einem Eimer unseres Sponsors OBI, bei dem wir uns herzlich für die zur Verfügung gestellten orangen Behältnisse bedan-



ken! Ebenso bei Katharina, Nico und Lara für die großartige Unterstützung bei der Preisverleihung.

Gestärkt durch das Turnier startete "Kaboom" anschließend auch erfolgreich in die Rückrunde der Saison und verlor bis Ende Februar keinen einzigen Satz. Drei Spiele vor Saisonende besteht deshalb weiterhin die berechtigte Hoffnung auf die erste Münchener Meisterschaft!





Große Erfolge für die Kleinsten

Die gute Jugendarbeit der Volleyballer des ESV Neuaubing trägt immer mehr Früchte. Denn unsere Jüngsten aus der U12 und U13 etablieren sich allmählich in der oberbayrischen Spitze.

Während im vergangenen Jahr noch alle von der Qualifikation zur Südbayrischen Meisterschaft überrascht waren, zeichnete sich in dieser Saison früh ab, dass die ESV-Mädels der U12 sowie U13 mit zu den Favoriten in München sowie Oberbayern zu zählen sind.

UI2

Ganz souverän spielten sich Mia und Luisa von Neuaubing 1 durch die Punktrunde. Nur ein verlorener Satz stand am Ende zu Buche und so gingen sie als Topfavoriten für die Kreismeisterschaft ins Rennen. Die beiden spielten sich locker ins Finale und holten sich mit einem 2:0 über den TB München 2 den Titel.

Aber auch die zweite und dritte Mannschaft des ESV zeigten in ihrer ersten Saison starke Leistungen. Tonia, Clara und Lea vom ESV II wurden am Ende sechster. Unsere Küken – Nina, Anna und die beiden Laras – wurden in ihrer ersten Saison gegen deutlich ältere Spielerinnen immerhin achter von elf gestarteten Teams, qualifizierten sich aber nicht für die Kreismeisterschaft.



U12 holt 5. Platz bei der Oberbayerischen



U12 Mia und Luisa (ESV 1) werden zum ersten Mal Kreismeister in München

Für Mia und Luisa ging es im Februar zur Oberbayerischen Meisterschaft nach Lohhof. Unterstützt von Lea, Lara und Nina spielten sie ein super Turnier und holten am Ende mit Platz 5 die beste bisherige ESV-Platzierung bei Oberbayrischen Meisterschaften. Nun starten sie auch bei der Südbayerischen Meisterschaft am 30. und 31. März in Mauerstetten.



VOLLEYBALL



Bei der U13 wird ESV 1 mit Yoli, Luisa, Kaia und Mia Kreismeister

UI3

Auch die beiden U13 Teams spielten eine starke Jugendrunde. Yoli, Kaia, Luisa und Mia (ESV 1) blieben ohne Niederlage und erspielten sich souverän den Kreismeistertitel in München. Karo, Amelie, Hannah und Tonia holten einen guten fünften Platz.

Bei der Oberbayerischen Meisterschaft war der ESV somit mit einem Team vertreten und holte sich wie auch in der U12 Platz fünf. Dabei verloren die Mädels von Trainerin Irmi Fischer nur gegen die beiden späteren Finalisten Eiselfing und Lohhof. Am 16. und 17. März geht es nun zur Südbayrischen Meisterschaft nach Lenggries.

U14

Unsere U14 sah sich in dieser Saison starken Teams gegenüber. So gab es in der Saison viele enge Matches. Bei der Kreismeisterschaft war den Mädels das Glück leider nicht hold und so landeten sie nach Platz 4 in der Punktrunde bei der Meisterschaft leider nur auf dem sechsten Rang.

U16

Unsere U16 Mädels machten in diesem Jahr deutliche Fortschritte. Während im Vorjahr die Umstellung aufs Großfeld einigen Probleme bereitete, zeigten die Mädels dieses Jahr eine deutlich verbesserte Leistung. Platz drei in der Punktrunde und Platz vier in München reichten jedoch nicht für die Qualifikation zur Oberbayerischen Meisterschaft aus.

UI8

Unsere U18 Mädels traten nicht bei der Jugendrunde an, da die Doppelbelastung mit den Damen-Spieltagen sehr hoch wäre. Aufgrund einiger Ausfälle am Meisterschaftstag sowie im Training war die Leis-

tung bei der Kreismeisterschaft dann leider nicht konstant genug, um die Vorjahresplatzierung zu erreichen. Am Ende landeten die Mädels hinter der TS Jahn München, dem VC-DJK München-Ost-Herrsching sowie der TUSC Obermenzing auf Rang vier.

U20

Ganz ähnlich verlief es bei der U20. Mit dezimiertem Kader und dem Damen-Spieltag vom Vortag in den Knochen lief es bei der Kreismeisterschaft nicht rund und so ergab sich auch bei der U20 die exakt gleiche Rangfolge der Münchner Teams. Platz vier reichte den ESV-Mädels nicht zum weiterkommen.

Damen

Unsere Damen-Mannschaft, die sich aus den U18 und U20-Spielerinnen zusammensetzt, spielt in ihrer zweiten Saison erneut in der Kreisklasse. Nach zwölf Spielen stehen die ESV-Mädels auf Platz drei der Tabelle, allerdings ist mit nur einem Punkt Abstand zum Tabellenführer Oberweikertshofen am letzten Spieltag noch alles drin!

Hannah Sperl



U13 holt 5. Platz bei der oberbayerischen Meisterschaft