

Sport & Freizeit

Vereinsorgan des ESV Sportfreunde München-Neuaubing e.V.



Ausgabe 2/2025



Events im ESV – Großturnier Tischtennis und Jubiläum Kegeln



Impressum

Inhaber und Verleger:

ESV Sportfreunde
München-Neuaubing e.V.

Geschäftsstelle:

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

Schalterzeiten:

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

Präsidium:

Präsident Harald Burger
Vizepräsident Dr. Manfred Wolter
Vizepräsident Maximilian Färber
Vizepräsidentin Monika Plass

Geschäftsstellenleitung:

Markus Maucher

Redaktion, Anzeigen:

Markus Maucher (verantwortlich)

Titelbilder: Abteilungen Kegeln und
Tischtennis

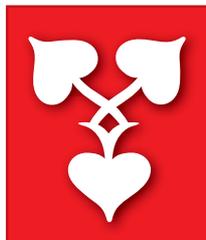
Erscheinungsweise:

dreimal 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.

Gestaltung: H. Baier

Gesamtherstellung:

Ortmaier Druck GmbH



ESV SPORTFREUNDE MÜNCHEN-NEUAUBING e.V.

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

Inhalt	Seite
Präsidium/Geschäftsstelle	3
Badminton	5
Berg- und Skisport	6
Fechten	9
Fußball	11
Gesundheitssport	14
Gewichtheben	15
Karate	16
Kegeln	20
KiSS	23
Kraft & Fitness	24
Leichtathletik	25
Ringen	26
Taekwondo	28
Tennis	32
Tischtennis	35
Turnen	38
Volleyball	42

**Achtung, Pressewarte! Redaktionsschluss
für die nächste Ausgabe ist der 24.11.2025**



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



Ehrungen für unsere treuen Mitglieder

Die Ende Mai stattgefundene Delegiertenversammlung haben wir wieder einmal als Rahmen genutzt, um einige unserer treuen, langjährigen Vereinsmitglieder zu ehren.



Das Präsidium bedankte sich mit Anstecknadeln, kleinen Aufmerksamkeiten und Dankesworten bei den Mitgliedern, die dem ESV Neuaubing seit 40, 50, 60, 70 und sogar 75 Jahre die Treue halten.

Georg Speckbacher – Ehrenmitglied des Vereins und ehemaliger langjähriger Abteilungsleiter der Ski- & Bergsportabteilung, immer noch aktiver Übungsleiter, Initiator der Eltern-Kind-Wochen und des Skikursprogramms, elementare Stütze beim Bau der Sportalm am Spitzingsee – wurde für 75 Jahre Mitgliedschaft geehrt.

Rudi Schneider, langjähriger und immer noch aktiver Abteilungsleiter Ringen, ebenfalls Ehrenmitglied des Vereins, erhielt seine Urkunde für 70 Jahre Vereinsmitgliedschaft. Unter den zu Ehrenden befand sich mit Fabian Stephan, der für 40 Jahre Mitgliedschaft geehrt wurde, auch ein ehemaliger Präsident des ESV Neuaubing. Außerdem wurde mit Christian Wingarde ebenfalls ein ehemaliges Präsidiumsmitglied, inzwischen seit vielen Jahren als Organisator der Eltern-Kind-Wochen, als Übungsleiter Skisport und Revisor tätig, für 40-jährige Mitgliedschaft geehrt.

Auch den weiteren Jubilaren möchten wir an dieser Stelle noch einmal unseren herzlichen Dank und Glückwunsch aussprechen.

Beschlussfassungen und Wahlen bei der Delegiertenversammlung

Das Präsidium stellte im Rahmen der Delegiertenversammlung am 27.05.2025 folgenden Antrag: Erwerb der bisherigen 36 DB-Parkplatzflächen in Höhe von 270.000 Euro zzgl. der aus dem Erwerb resultierenden Nebenkosten in Höhe von etwa 10.000 Euro für Vermessung, Teilungserklärung und Notargebühren. Hierbei geht es um die Stellflächen vor dem Vereinsgebäude und vor der Tennishalle, die an die Papinstraße angrenzen.

Bei 123 Delegierten war es nötig, 82 stimmberechtigte anwesende Delegierte vorzuweisen. Mit 83 Delegierten wurde das Quorum erfüllt und die Delegiertenversammlung hinsichtlich des Antrags beschlussfähig. Der Antrag wurde nach ausführlicher Schilderung der Sachlage mit ausreichender Mehrheit angenommen, es gab eine Enthaltung und eine Gegenstimme. 81 Delegierte stimmten für den Kauf der DB-Parkplatzflächen. Wir sind nun an die Deutsche Bahn herangetreten und haben unsere Kaufabsicht bestätigt, verbunden mit der Bitte, alle notwendigen Maßnahmen baldmöglichst einzuleiten. Sobald der Verein als Eigentümer der Parkplätze eingetragen ist, werden wir unsere Mitglieder informieren.

Hintergrund:

Seit Mitte letzten Jahres hat die Deutsche Bahn als Eigentümerin der privaten Papinstraße samt der angrenzenden Park- und Stellflächen Parkflächen auf gebührenpflichtige Parkraumbewirtschaftung umgestellt. Dies ist für die Mitglieder des ESV Neuaubing, die diese Parkflächen bislang kostenfrei zum Besuch der Sportstätten oder der Gastwirtschaft genutzt haben, äußerst unbefriedigend. Zum Eigentum des ESV Neuaubing zählt bereits der Dreiecksparkplatz gegenüber dem Hauptgebäude. Dieser reicht jedoch mit seinen insgesamt ca. 43 Stellplätzen insbesondere in den nasskalten

Herbst- und Wintermonaten und an regnerischen Tagen nicht aus, um dem Bedarf eines mehr als 4.100 Mitglieder zählenden Vereins gerecht zu werden. Mangels Busanbindung sind in erster Linie Eltern mit Kleinkindern und unsere älteren Mitglieder auf ausreichend Stellflächen angewiesen. Auch die im Herbst und Winter für alle Mitglieder nutzbare Park-Ausweichmöglichkeit am Tennisgelände ist schnell erschöpft bzw. stellt für gehbehinderte Mitglieder weite Wege dar.

Auch der Jahresabschluss 2024 musste genehmigt werden. Der Jahresüberschuss 2024 beläuft sich auf 51.710,21 Euro. Herr Burger erläuterte einzelne Positionen, bevor der Jahresabschluss einstimmig angenommen wurde.

Zuletzt standen auch Neuwahlen auf dem Plan. Sowohl das Präsidium als auch der Ältestenrat und die Revision wurden neu gewählt.

Das Präsidium trat geschlossen zur Wiederwahl an und wurde im Amt bestätigt. Herr Burger wird die nächsten drei Jahre weiterhin das Amt des Präsidenten inne haben, Herr Dr. Wolter, Maximilian Färber und Monika Plass sind weiterhin als Vizepräsidenten und Vizepräsidentin aktiv.

Die Revision wurde in der bisherigen Besetzung bestätigt. Herr Dr. Seidenspinner, Herr Treffkorn und Herr Wingarde übernehmen die Ämter weiterhin.

In den Ältestenrat gewählt wurden Helmut Tschischka und Günther Woivode.



Einladung:

GESUNDHEITSTAG

für Groß und Klein

Wann? Samstag 25.10.2025
Wo? ESV Neuaubing e.V., Papinstr. 22

Vorträge:

10:00 bis 11:00 Uhr: Empfehlungen für allgemeine Gesundheit:
Herz, Lunge, Muskeln und Knochen.
Dr. med. Thomas Reichel

Mitmachangebote:

Kindersportschule (KISS)
Große Turnlandschaft mit qualifizierter Betreuung
8:30 bis 10:00 Uhr

Gesundheitssport / Rehasport
Schnupperkurs Rückenfit 11:00 bis 11:45 Uhr

Kraft & Fitness
Kostenloses Schnuppertraining
von 10:00 bis 18:00 Uhr.
Angebot: 20,00 € Ersparnis bei Anmeldung

Tischtennis
Freies Spiel: ab 10:00 Uhr



Keine Anmeldung nötig. Einfach vorbeikommen und mitmachen. Wir freuen uns auf euch.



**ESV SPORTFREUNDE
MÜNCHEN-NEUAUBING e.V.**

**Wir suchen
Übungsleiter
für Eltern-Kind-Stunden**

Montag 10:00 – 11:30 Uhr, PAP, ab September 25
Montag 17:30 – 18:45 Uhr, RAV, ab sofort
Mittwoch 15:00 – 16:30 Uhr, PAP, ab September 25
Donnerstag 10:00 – 11:30 Uhr, PAP, ab sofort



Wir trauern um

Jutta Veigl

Frau Veigl, geboren am 24.09.1947, war über viele Jahre bis zum Eintritt in den Ruhestand Mitarbeiterin des ESV Neuaubing in der Geschäftsstelle.

Als Mädchen trat sie 1952 in den Verein ein und turnte viel. In der Ski- & Bergsportabteilung war sie viele Jahre lang Schriftführerin, Skilehrerin und hatte wesentlichen Anteil am Bau der Sportalm. Frau Veigl verstarb am 29.06.2025.

Wir werden ihr ein ehrendes Andenken bewahren.



Aufstieg! Bezirksoberliga wir kommen!

Der dritte Aufstieg der ersten Mannschaft ist perfekt! Noch vor ein paar Jahren waren wir ausschließlich in der B-Klasse vertreten und in der kommenden Saison stellen wir eine Bezirksoberliga-Mannschaft!

Was für ein toller Erfolg. Das Ziel ist natürlich klar, wir wollen die Klasse halten und uns weiter verbessern. Die Abteilung ist im Laufe der Jahre zusammen besser geworden und hat sich das über Jahre hinweg gemeinsam erarbeitet.

Damit kommen wir zum Gesamtfazit der Saison:

Unsere **dritte Mannschaft** erzielte in ihrer ersten Saison den siebten Platz und konnte dreimal als Gewinner vom Feld gehen. Und das mit nur einer Dame über die ganze Saison, was bedeutet, dass jedes Spiel von vornherein mit 0:1 für den Gegner begonnen hat. Dafür großen Respekt!

	gespielt	Punkte	GEW	REM	VER	Spiele	Sätze	Spielpunkte
1 SV Esting	16	28 : 4	12	4	0	82 : 46	175 : 114	5396 : 4696
2 TSV Türkenfeld	16	23 : 9	9	5	2	84 : 44	181 : 105	5281 : 4718
3 VfL Kaufering	16	23 : 9	9	5	2	75 : 53	162 : 124	5181 : 4983
4 ESV München-Neuaubing II	16	18 : 14	8	2	6	71 : 57	159 : 130	5319 : 5048
5 FT München Blumenau	16	17 : 15	6	5	5	69 : 58	156 : 125	5113 : 4640
6 TSV Unterpfeffenhofen-Germering	16	17 : 15	6	5	5	68 : 60	155 : 138	5198 : 5143
7 SV Lohhof IV	16	9 : 23	2	5	9	53 : 75	124 : 166	4969 : 5222
8 BC Fürstenfeldbruck III	16	8 : 24	2	4	10	46 : 82	110 : 176	4587 : 5320
9 MTV München	16	1 : 31	0	1	15	27 : 100	66 : 210	4079 : 5353

Und damit kommen wir zum bereits angekündigten Aufstieg unserer **ersten Mannschaft**. Mit nur einer einzigen Niederlage trotz hohem Druck der Konkurrenz konnte der erste Platz erzielt werden. Erst im letzten Satz der Saison wurde in einem engen und dramatischen Spiel der Aufstieg besiegelt.



	gespielt	Punkte	GEW	REM	VER	Spiele	Sätze	Spielpunkte
1 ESV München-Freimann	14	26 : 2	13	0	1	99 : 13	199 : 34	4640 : 2807
2 TSV Eintracht Karlsfeld	14	24 : 4	11	2	1	75 : 37	157 : 88	4459 : 3585
3 SV Esting II	14	18 : 10	8	2	4	64 : 48	140 : 106	4276 : 4014
4 SV München-Laim	14	16 : 12	7	2	5	61 : 51	135 : 125	4493 : 4519
5 SG Neuried / Würmtal III	14	8 : 20	1	6	7	42 : 70	95 : 145	3862 : 4111
6 TSV Unterpfeffenhofen-Germering II	14	8 : 20	2	4	8	40 : 72	101 : 156	4197 : 4627
7 ESV München-Neuaubing III	14	8 : 20	3	2	9	38 : 74	89 : 163	3555 : 4660
8 TSV Türkenfeld II	14	4 : 24	1	2	11	29 : 83	72 : 171	3427 : 4586

Unsere **zweite Mannschaft** hat sich einen sehr guten vierten Platz erkämpft und das mit acht Siegen. Dies war somit die beste Saison der zweiten Mannschaft seit vielen Jahren.



	gespielt	Punkte	GEW	REM	VER	Spiele	Sätze	Spielpunkte
1 ESV München-Neuaubing	16	27 : 5	12	3	1	88 : 40	194 : 102	5653 : 4786
2 SV Lohhof III	16	26 : 6	12	2	2	95 : 33	202 : 77	5327 : 4069
3 1. BC Pfaffenhofen/Scheyern	16	25 : 7	11	3	2	87 : 41	186 : 101	5434 : 4597
4 SV Germering	16	19 : 13	8	3	5	68 : 60	148 : 139	4820 : 4770
5 TSV Erding	16	16 : 16	7	2	7	65 : 63	141 : 141	4340 : 4743
6 SG DJK-TV Ingolstadt	16	15 : 17	7	1	8	60 : 68	136 : 148	5021 : 4873
7 1. BC München III	16	9 : 23	4	1	11	52 : 76	121 : 169	4883 : 5166
8 Kirchheimer SC	16	7 : 25	2	3	11	41 : 87	97 : 183	4419 : 4900
9 ESV München	16	0 : 32	0	0	16	20 : 108	56 : 221	3449 : 5442

Herzlichen Glückwunsch und allergrößten Respekt vor dieser Leistung.

Markus Vierheilig



Skikurs-Programm 2026

Alpin · Snowboard · Langlauf

Ski- und Snowboardkurse

am Samstag

17.01./24.01./31.01./07.02. und 28.2.2026

Skitagesfahrten nach Spitzingsee

Eltern-Kind-Wochen

auf unserer Sportalm am Spitzingsee

1. Woche - 01. bis 06.02.2026

2. Woche - 01. bis 06.03.2026

Langlauffahrten

am Sonntag und Dienstag

Sonntag, ab 11.01.26/ Dienstag ab 13.01.26

Alpine Tagesfahrten

am Dienstag

13.01./20.01./27.01./03.02. und 10.2.2026

Ski-Flohmarkt

in der ESV Turnhalle, Papinstr. 22

Donnerstag, 13. November 2025

Einlass ab 18 Uhr, Unkostenbeitrag 2 €, Kinder frei

- Verkauf und Kauf aller **Wintersportartikel**
- Anmeldung & Infos zum gesamten Kursprogramm
- Kostprobe unserer Skikursköche
- Schnupperklettern

Achtung! Neuer und längerer Termin in den Faschingsferien!

Jugendwochenende

auf unserer Sportalm

13. bis 17.02.2026

Skiwochenende für 10-16-Jährige

Weitere Infos, Preise und Anmeldung ab 1. November 2025

www.esvskikurs.de



Termine sind noch unter Vorbehalt



Nachhaltigkeit in der Bergsport Abteilung – Unser Beitrag für die Zukunft

Dass es den Klimawandel gibt, ist längst keine Frage mehr. Auch dass der Skisport in Sachen Umweltverträglichkeit nicht besonders gut abschneidet, ist vielen bewusst. Unter Liften, Schneekanonen, versiegelten Flächen und der An- und Abreise leidet die Natur hier enorm.

Trotzdem lieben wir den Wintersport – das Gefühl auf der Piste, die Bewegung an der frischen Luft, das Miteinander. Deshalb wollen wir als Abteilung Verantwortung übernehmen und aktiv daran arbeiten, die Emissionen rund um den Skikurs zu reduzieren. Uns ist bewusst, dass eine vollständige Kompensation unbezahlbar wäre.



Die Anreise ist emissionstechnisch das größte Problem. Hier setzen wir allerdings stolz schon seit der Gründung der Skikurse 1973 auf eine gemeinsame Anreise in Reisebussen, welche deutlich besser ist als eine individuelle Anreise in einzelnen Autos. Somit sparen wir einiges an CO₂, aber unser Fußabdruck bleibt leider immer noch sehr groß. Deswegen haben wir dieses Jahr ein Projekt als Beitrag zur Nachhaltigkeit und als Anfang einer CO₂-Kompensation ins Leben gerufen.

Wichtig war uns, ein Umweltprojekt zu starten, das möglichst regional ist und bei dem wir den Erfolg unserer Maßnahme mitverfolgen können. Was bietet sich daher besser an als unser eigenes Grundstück am Spitzingsee. In den letzten Jahren mussten wir so gut wie alle Bäume unmittelbar vor unserer Hütte auf Grund von Sturmschäden fällen.

Nur so können wir die Sicherheit der Kinder während unserer Skikurse gewährleisten. Der Charakter unserer Hütte hat sich dadurch aber stark verändert. Daher wollen wir auf den frei gewordenen Flächen wieder neue Bäume pflanzen, die dann hoffentlich für viele Jahre dort sicher stehen können.

Auf Grund der schwierigen Bodenverhältnisse gestaltet sich die Aufforstung aber äußerst aufwändig und teuer.

Zur Finanzierung der Aufforstung war in jeder Anmeldegebühr in diesem Jahr bereits ein Betrag von 2 € inkludiert. Des Weiteren gab es die Möglichkeit, am Ende der Anmeldung den Betrag „aufzurunden“. Wir möchten uns ganz herzlich bei Ihnen für Ihre Spenden bedanken. Insgesamt konnten wir durch den Skikurs und die Eltern-Kind-Wochen 1.242 € sammeln. Davon waren 620 € freiwillig gespendet.

Im Herbst werden wir von diesem Geld neue Bäume vor der Hütte anpflanzen. Jeder gepflanzte Baum hilft, CO₂ zu binden und unsere Verantwortung für die Natur sichtbar zu machen. Ohne eure Unterstützung wäre das nicht möglich gewesen.

Wenn ihr keine weiteren Projekte verpassen wollt, schaut gerne auf unserer Website oder in den sozialen Medien wie Instagram vorbei.





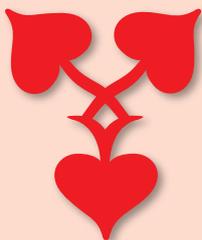
Lieber Patrick, liebe Simona,

*wir wünschen euch alles Liebe zur Hochzeit.
Ein Hoch auf die Liebe und den Schneeball,
der euch zusammengeführt hat!
Alles Gute für eure Ehe und für eine
wundervolle Zukunft.*

Eure Skilehrerfamilie



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



vom Freistaat Bayern



**und der
Landeshauptstadt
München**





Viel Bewegung in der Fechtabteilung des ESV Neuaubing

In den letzten Wochen und Monaten hat sich bei den Fechtern des ESV Neuaubing einiges getan. Von spannenden Turnieren über besondere Trainingseinheiten bis hin zu erfreulichen Entwicklungen im Trainerteam – die Abteilung blickt auf eine ereignisreiche und erfolgreiche Zeit zurück:

Dorsch-Turnier in Würzburg



Am Wochenende des 22. und 23. März 2025 fand das traditionelle Dorsch-Turnier in Würzburg statt, eines der Ranglistenturniere im bayerischen Fechtkalender. Für einige unserer ESV-Fechter war es eine Premiere – und eine Herausforderung, die sie mit Bravour gemeistert haben.

Am Samstag traten Frederik und Darian in der Altersklasse U15 an. Leider musste Darian bereits in der Vorrunde gesundheitsbedingt aufgeben. Frederik zeigte sein Können auf der Planche und belegte in einem starken Teilnehmerfeld den 22. Platz – ein respektables Ergebnis für sein erstes Ranglistenturnier.

Am Sonntag gingen Simon (U17) und Luis (U13) an den Start. Simon überzeugte mit einer starken Vorrunde und erreichte nach spannenden Gefechten im 16er Tableau das 8er Tableau, in dem er schließlich einen sehr guten 8. Platz belegte. Luis kämpfte sich bis ins 16er Tableau vor und sicherte sich dort den 11. Platz. Angesichts der starken Konkurrenz können unsere Fechter stolz auf ihre Leistungen und Platzierungen sein – herzlichen Glückwunsch!

Bayerische Meisterschaften in Bad Reichenhall

Am 5. April 2025 stand die Bayerischen Florettmeisterschaft in Bad Reichenhall an. Simon und Luis gingen für den ESV an den Start und stellten sich dem starken Teilnehmerfeld.

In der U17 belegte Simon im 16er Tableau den 16. Platz. Luis, der in der Altersklasse U13 startete, kämpfte sich nach der Vorrunde über das 32er und 16er Tableau hinweg auf den 10. Platz vor.

Mit der Bayerischen Meisterschaft ging die Ranglistensaison 2024/2025 zu Ende. Unsere Fechter haben sich auf der Bayerischen Rangliste erfolgreich positioniert:

- U13: Luis auf Platz 12
- U15: Frederik auf Platz 28, Darian auf Platz 31
- U17: Simon auf Platz 16



Diese Ergebnisse zeigen, wie viel Potenzial und Engagement – dank unserem Trainer Max – in unserer Fechtabteilung steckt.

Neuer Assistentstrainer im Team

Unser langjähriges Abteilungsmitglied Simon hat im März erfolgreich den Lehrgang zum Assistentstrainer absolviert, verstärkt damit ab sofort unser Trainerteam und unterstützt Max im Training.

Hierzu vielen Dank an Max und unseren ESV-Vorstand, die sich dafür eingesetzt haben, dass Simon auch mit 15 Jahren bereits teilnehmen konnte – das Startalter ist eigentlich auf 16 Jahre gesetzt.

Der Lehrgang bestand aus zwei Modulen. Der theoretischen Unterweisung via zwei Teams-Konferenzen und als praktischer Teil drei Tage in der Sportschule Oberhaching.

In der Theorie wurden die Aufgaben eines Trainers vermittelt – vor allem in Bezug auf Jugendarbeit. Themen wie Aufsichtspflicht und Verantwortung gegenüber den Jugendlichen, die sportliche Gesundheit im Allgemeinen und vor allem die Bauteile eines Trainings. Hier wurde vor allem Wert auf die Aufwärmarbeit gelegt, die essenziell für einen gesunden Sportablauf ist.

Im praktischen Teil in Oberhaching wurden die erlernten Trainingsabläufe durchgespielt und praktische Fechtübungen durchgeführt mit Schwerpunkt Aufwärmen, Grundlagen und Trainingsaufbau.

Alles in allem ein sehr erfolgreicher Lehrgang, dessen Inhalte Simon nun schon seit einigen Monaten mit viel Engagement und Freude mit den Fechtern der Abteilung umsetzt und vertieft. Dafür danken wir Simon sehr und freuen uns, dass er sein Wissen und seine Erfahrung nun auch offiziell an die jüngeren Fechterinnen und Fechter weitergeben kann.

Vereinsübergreifendes Training mit dem TSV Dachau – Austausch, Spaß und Fechtleidenschaft

Am 4. April durften wir die Fechterinnen und Fechter des TSV Dachau zu einem gemeinsamen Training in unserer Halle begrüßen. Zwei intensive Stunden lang wurde gefochten, gelacht und voneinander ge-



Treppchen und durfte als Zweitplatzierter die Silbermedaille mit nach Hause nehmen.

Pech hatte Fredi, der in der U15 antrat. Nach vielversprechendem Start musste er das Turnier leider verletzungsbedingt abbrechen – plötzlich einsetzende Rückenschmerzen machten ein Weiterfechten unmöglich.

Ein Highlight setzte Simon in der U17: Er blieb in allen seinen Gefechten ungeschlagen, durfte sich am Ende über den Turniersieg in seiner Altersklasse freuen und holte damit den Fechtpanther nach Neuaubing.

lernt. Für die Fechter und Fechterinnen war es eine tolle Abwechslung, sich einmal mit Gegnern außerhalb der eigenen Trainingsgruppe zu messen.

Fazit: Ein erfolgreicher und ereignisreicher Turniertag für den ESV Neuaubing. Es war schön zu sehen, dass wir erneut mit einer starken Mannschaft vertreten waren. Herzlichen Glückwunsch an alle Fechter und an Leon für das Turnierdebüt!

Fazit: Ein erfolgreicher und



Ein besonderer Dank an unseren Trainer Max

Zum Abschluss dieses Berichtes möchten wir ein großes Dankeschön an unseren Trainer Max richten. Bei allen Turnieren – und das waren viele diese Saison - war er an der Seite unserer Fechter, immer motivierend, unterstützend und mit großem Einsatz. Er opfert dafür regelmäßig seine Freizeit und hat immer ein offenes Ohr für alle Anliegen innerhalb der Fechtabteilung. Sein Engagement, seine Geduld und seine Begeisterung für den Sport machen ihn unverzichtbar. Danke, Max – ohne Dich wäre all das nicht möglich!

Ingi Hofmeister und Johanna Aulinger

Im Anschluss ließen wir den sportlichen Nachmittag gemeinsam in der Taverna Limoni ausklingen – eine gesellige Runde, in der sich viel über das Fechten und das Vereinsleben ausgetauscht wurde. Ein rundum gelungenes Treffen, das hoffentlich bald wiederholt wird!

Ingolstädter Fechtpanther

Am 24. Mai 2025 fand das traditionsreiche Turnier „Ingolstädter Fechtpanther“ beim MTV Ingolstadt statt – ein echter Hätetest für alle Teilnehmer, denn das Format als Marathon-Turnier verlangte den Fechterinnen und Fechtern einiges ab: In jeder Altersklasse trat jeder gegen jeden an. Das bedeutete bis zu 20 Gefechte pro Person – Ausdauer, Konzentration und Nervenstärke waren gefragt.

Der ESV Neuaubing war mit vier Fechtern vertreten: Leon, Luis, Fredrik und Simon stellten sich der Herausforderung und zeigten dabei tolle Leistungen für den ESV Neuaubing.

Für Leon war es ein ganz besonderer Tag – sein allererstes Turnier nach bestandener Fechtprüfung! In der Altersklasse U13 erkämpfte er sich einen tollen 8. Platz. Luis schaffte in der U13 den Sprung aufs





Jahrgang 2012 wird Meister und steigt in Kreisklasse auf



Im Juni 2025 gründeten wir unsere derzeitige D1. Diese entstand durch einen Zusammenschluss der Projektmannschaft der Münchner Fußballschule aus Ludwigsfeld sowie aus einigen Spielern der bisherigen D-Jugendmannschaften vom ESV Neuau-
bing.

Bei einem Probetraining konnten sich die beiden Mannschaften kennenlernen und haben sich auf Anhieb prima verstanden. Daher war klar: Das wird was!

Trotz einiger Hürden und dem Wechsel der betreuenden Fußballschule hielten aber alle zusammen und gingen gemeinsam ihren Weg.

Diese Gemeinschaft zeigte sich auch in den Ligaspielen. Viele Spiele wurden haushoch gewonnen, so dass zum Ende der Saison die Meisterschaft erreicht wurde, mit einem sensationellen Torergebnis von 140:19 Toren. Nicht nur im Sturm, auch in der Verteidigung stimmte alles.

Wir freuen uns über den Aufstieg in die Kreisklasse und auf die neue Saison.

Jahrgang 2013 wird Vizemeister

Auch unser Jahrgang 2013 konnte nach einem aufregenden Saisonabschluss die Vizemeisterschaft erringen.



Trainerwechsel Herrenmannschaft

Trotz einer erfolgreichen Hinrunde trennte sich der ESV Neuau-
bing vor Start der Rückrunde von seinem Trainer Giorgi Margini.

Neu verpflichtet wurde der Trainer Jaba Lipartia, der als ehemaliger Profispieler viel Erfahrung mitbringt. Jaba Lipartia spielt bereits seit ein paar Jahren für unsere Herrenmannschaft und hat auch die UEFA Trainerlizenz A erworben. Wir wünschen der Mannschaft mit ihrem neuen Trainer für die neue Saison viel Erfolg!



Frisbeeturnier Mai 2025

Dass man auf den Fußballplätzen des ESV Neuau-
bing nicht nur Fußballspielen kann ist sicherlich bekannt, wenigen wird aber ein Frisbeeturnier etwas sagen.

Zum wiederholten Male waren unsere Fußballplätze vom ESV Neuau-
bing Veranstaltungsort für die Münchner Wegwerfgesellschaft.





Soviel Trubel wie an den beiden Tagen herrschte selten auf den Fußballplätzen. Auf dem Nebenplatz ging der Fußballbetrieb ja auch ganz normal weiter und weitere Vermietungen sowie Heimspiele der eigenen Mannschaften standen an. So tummelten sich teilweise bis zu 300 Personen gleichzeitig auf unseren Plätzen. Dies sorgte bei dem Platzwart, unserem zweiten Hausmeister und der Abteilungsleitung für viele Schweißperlen. Erst durch die Hitze, dem ständigen Spielfelderumbau und am Sonntag durch das Bangen um die Rasenplätze. Denn leider hatte es hier morgens zu regnen angefangen und hielt den ganzen Tag an. Der Rasen hielt aber zur aller Erleichterung durch und wir konnten das Turnier zu Ende bringen.

Am Montag waren beim Platzwart, dem zweiten Hausmeister als auch der Abteilung ausgeprägte Augenringe sichtbar, denn durch die Großveranstaltung waren sie von Freitagabend bis Sonntagabend ununterbrochen vor Ort.



Renovierung Fußballhaus

Im Frühjahr vor Saisonstart hieß es „Freiwillige vor“, wir renovieren das Fußballhaus.

Ende Mai war es soweit. Freitag Abend kamen die ersten Mannschaften aus ganz Deutschland und Österreich schon angereist und stellten auf dem 4. Platz (Kleinfeld) ihre Zelte auf.

Am Samstag standen dann insgesamt 16 Mannschaften mit mindestens 10 Mann auf dem Hauptplatz, auf dem drei Felder für die Spiele durch weiße Bänder markiert waren.

Morgens ging es mit einem zünftigen Frühstück erstmal los. Nach der Stärkung begannen auch schon die ersten Spiele gegeneinander. So ging es auch den ganzen Tag weiter.



Mit tatkräftiger Unterstützung durch Eltern, unserer Herrenmannschaft, Kindern als auch den Trainern hieß es, ran an Pinsel, Hammer und Schleifmaschine. Wer nicht handwerklich unterstützen konnte, half mit Verpflegung aus.





Es wurden Bänke und Ablagen abgebaut, abgeschliffen und in rot oder weiss lackiert, nasser Putz von den Wänden geschlagen und neu



verputzt, alle Kabinen und Flure mit Latexfarbe gestrichen und rote Streifen angebracht. Nach ausreichender Trocknungszeit wurden alle Bänke und Ablagen wieder montiert und auch noch Schriftzüge sowie Logos und LED-Lichtleisten als Highlight für Groß und Klein angebracht. Auch wenn man dem Fußballhaus das Alter natürlich trotzdem ansieht, hat die Verschönerung volle Wirkung gezeigt und für Begeisterung sowohl bei den Heimmannschaften als auch bei den Gästen gesorgt.



Wir bedanken uns für die Unterstützung durch den Hauptverein und auch bei allen Helfern, die ihre Zeit und Kraft geopfert haben.





Osteoporose: Wenn die Knochen porös werden – und wie Sport helfen kann

Osteoporose ist eine chronische Knochenerkrankung, bei der die Knochendichte abnimmt und die Knochen brüchig werden. Besonders häufig tritt sie bei älteren Menschen auf, vor allem bei Frauen nach den Wechseljahren. Die Folge: Schon bei leichten Stürzen oder alltäglichen Belastungen können Knochenbrüche entstehen, etwa an Hüfte, Wirbelsäule oder Handgelenk.



Wie entsteht Osteoporose?

Die Krankheit entwickelt sich meist schleichend. Ursache ist ein Un-

gleichgewicht zwischen Knochenaufbau und -abbau. Alter, hormonelle Veränderungen, genetische Faktoren, kalziumarme Ernährung und Bewegungsmangel gehören zu den Risikofaktoren.

Sport als wirksame Maßnahme

Bewegung spielt eine zentrale Rolle in der Vorbeugung und Behandlung von Osteoporose. Durch gezielte körperliche Aktivität wird der Knochenstoffwechsel angeregt und der Knochenabbau verlangsamt.

Welche Sportarten helfen?

- Krafttraining stärkt Muskulatur und Knochen.
- Gehen, Wandern oder leichtes Joggen wirken positiv durch stoßartige Belastung.
- Gleichgewichtsübungen und Yoga verbessern die Koordination und beugen Stürzen vor.
- Schwimmen ist gelenkschonend, aber weniger effektiv für die Knochendichte.

Fazit:

Regelmäßiger Sport ist ein natürlicher „Medikamentenersatz“ gegen Osteoporose. Er hilft nicht nur, Knochen und Muskeln zu stärken, sondern auch Stürze und Frakturen zu vermeiden – ein entscheidender Schritt zu mehr Lebensqualität im Alter.

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 10,00 €

Abo-Kegeln im Wochen-/Zweiwochen- oder Vierwochenturnus ist möglich.

Infos in der Geschäftsstelle, T. 089/3090417-0



Weltmeisterschaft im Bankdrücken 2025

Am 19. Mai 2025 durfte ich bei der Weltmeisterschaft im Bankdrücken in Norwegen an den Start gehen. Über die Deutsche Meisterschaft 2024 konnte ich mich für den Nationalkader qualifizieren und wurde Anfang des Jahres offiziell nominiert – mitten in der Heilungsphase meiner Rückenverletzung. Daher war das erste Ziel für meinen Coach und mich: nicht Letzte werden.

Nach viel Reha, Rückschlägen und Geduld konnte ich drei Monate vor der WM wieder normal Bankdrücken und wir legten den Fokus voll auf den Wettkampf. Die Kraftkurve lief nahezu perfekt, bis kurz

kämpfte ich noch mit 77,5 kg um eine Medaille, durfte mich an dem Tag dann aber mit dem vierten Platz zufriedengeben.

Ich bin unendlich dankbar für diese Erfahrung und es war mir eine Ehre, Deutschland und unseren Verein international vertreten zu haben. Ein riesiges Dankeschön geht an meinen Coach (Fusion-WorksStrengthLab), der mich in jeder Phase unterstützt hat und immer an mich geglaubt hat. Ohne ihn wäre das nicht ansatzweise so möglich gewesen.

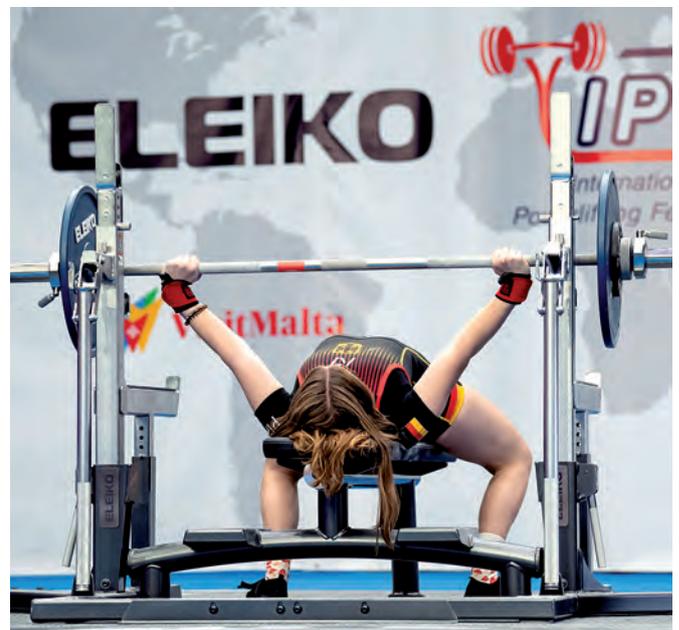
Jetzt freue ich mich umso mehr auf die Europameisterschaft im September und bin motiviert, dort wieder voll anzugreifen!

Pia Gottschling



vor der Meisterschaft: viel Stress, mehrere Infekte und schließlich eine Mandelentzündung nur eine Woche vor dem Abflug. Dank Antibiotikum und etwas Glück konnte ich rechtzeitig fit nach Drammen reisen und drei wundervolle Tage erleben.

Am Wettkampftag drückte ich 75 kg, keine persönliche Bestleistung, aber trotzdem mehr als ursprünglich geplant. Im dritten Versuch



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





Bericht aus der Karate-Abteilung (I. Halbjahr)

Neuer Erwachsenen-Anfänger-Kurs ab Oktober

Am 06.10.25 startet ein neuer Shotokan-Karate Anfänger-Kurs für Erwachsene.

Interessierte ab 18 Jahren sind herzlich eingeladen, am Montag, 06.10., um 18.45 Uhr ins Dojo im Untergeschoss (durch die Umkleidekabinen durchgehen) zu kommen und ins Karate reinzuschmecken. Da unser Training gesundheitsorientiert ist, ist der Einstieg für jede Altersklasse geeignet.

Zieht euch zum Training eine bequeme (Jogging-) Hose und ein T-Shirt an, auf den Matten trainieren wir barfuß.

Es besteht die Möglichkeit, drei Mal probeweise mit zu trainieren, bevor man sich für den Kurs und eine Mitgliedschaft entscheidet.

Den Kurs leitet Bernd an, Fragen vorab gerne an ihn unter 0151-70017290.

Bayerische Meisterschaft

Am 15.02.25 fand die diesjährige Bayerische Meisterschaft in Feldkirchen statt.

18 Kinder und Jugendliche aus unserem Dojo zwischen 10 und 17 Jahren starteten in den Disziplinen Kumite (Kampf), Kata (Form) und Team-Kata (synchrones Laufen einer Kata).



Eva auf Platz 3 in der Disziplin Kata

Die Kinder und Jugendlichen mussten dieses Jahr gegen eine wirklich harte Konkurrenz antreten.

Folgende Jugendliche konnten sich trotzdem platzieren:

Eva erzielte Platz 3 mit ihrer Kata.

Sophia erkämpfte sich Platz 2 im Kumite.



Tara, Ekaterina, Sanja und Romy bei der Bayerischen Meisterschaft

Dieses Jahr nahmen außerdem drei Erwachsene an der Meisterschaft teil, einzeln in der Disziplin Kata und zum ersten Mal stellte unser Sho-Ki-Kai-Dojo ein Erwachsenen-Team zur Team-Kata.

Unsere Erwachsenen-Schwarzgurte Simone, Bernd und Alejandro erzielten mit der Team-Kata Gojushiho-Sho den 4. Platz. Herzlichen Glückwunsch!



Sophia erkämpft sich Platz 2

Stella (auf dem Foto in der Mitte bei der Team-Kata) erreichte Platz 4 im Kumite.



Simone, Bernd und Alejandro in der Team-Kata



Teamkata mit Kamila, Stella und Eva



Julius läuft die Kata Heian Nidan



Unsere Jugendlichen bei der Bayerischen Meisterschaft

Unser jüngster Teilnehmer Julius erzielte Platz 4 im Kumite, hier zu sehen bei seiner Kata.

Insgesamt war es ein langer Tag für alle Kämpfer und Kämpferinnen und wir gratulieren allen Teilnehmenden zu ihrer Disziplin im Training und beim Wettkampf!

Dank an die Trainer/-innen

Im Namen aller Kinder, Jugendlichen, Eltern und Erwachsenen danken wir unseren Trainer/-innen, die so viel Energie und Zeit in die Unterrichtsstunden der verschiedenen Altersstufen stecken:

Die 6-8-Jährigen wie auch die Kinder ab 9 Jahren werden von Michael trainiert mit tatkräftiger Unterstützung von Tanja und den beiden Jugendlichen Daniel und Christopher, die sich neben ihrem eigenen Training für die Kinder engagieren. Vielen Dank für euren Einsatz! Die Jugendlichen trainieren Michael und Tanja gemeinsam. Die Erwachsenen werden montags und freitags von Bernd, mittwochs von Michael trainiert.

Bernd und Michael haben in den letzten Monaten zusätzlich viele Sonntag-Vormittage geopfert, um den Dan-Anwärtern ein gezieltes Vorbereitungstraining anzubieten.

Wir schätzen euren Einsatz sehr und freuen uns über das großartige Training! Vielen Dank für euer Engagement!

Prüfungen

Im März fanden für 13 Kinder und Jugendliche Prüfungen von Weiß-Gelb- bis Braungurt statt. Gratulation an alle Prüflinge!



Prüfung der erwachsenen Karatekas im Juni

Am 2.6.25 fanden für Erwachsene sowohl Prüfungen im Karate als auch im Kobudo statt. Sechs erwachsene Karatekas legten erfolgreich Gürtelprüfungen von Orange- bis Braun-Gurt ab.

Fünf Erwachsene legten im Kobudo Prüfungen mit dem Langstock (Bo) ab. Herzlichen Glückwunsch zu den bestandenen Prüfungen!



Erfolgreiche Prüflinge, März 2025



Prüfungen im Kobudo mit dem Bo



Lehrgänge

Im Frühjahr 2025 besuchten wir viele interessante Lehrgänge. Jede/r Sensei hat einen eigenen Stil und unterrichtet neue Zugänge zum Karate. So konnten wir viele Feinheiten, neue Techniken und Ansätze im Shotokan-Karate lernen.



Lehrgang mit dem italienischen Trainer Silvio Campari, 7. Dan, Meisterschüler



Lehrgang mit Fritz Oblinger, April 25



Ki-Karate-Lehrgang mit Petra Schmidt, Mai 25



Lehrgang mit Okuma Sensei und Igarashi Sensei in Düsseldorf, März 25



Lehrgang mit Marijan Glad und Herbert Perchtold, Juni 25



Lehrgang mit dem italienischen Meister Carlo Fugazza, 8. Dan, ebenfalls Shirai-Schüler, Mai 25



Beim alljährlichen, 4-tägigen Großevent „Kata-Spezial“, dieses Jahr in Magdeburg mit 1200 Teilnehmern aus ganz Europa und 8 internationalen Trainern, unter anderem Ogura Sensei aus Tokio, 8. Dan in der Japanese Karate Association, waren auch einige Karatekas aus Neuaubing vertreten.

Fortbildung der Trainer in Selbstverteidigung

Unsere Trainer Bernd und Michael bildeten sich im Frühjahr beide in Selbstverteidigung weiter.



Michael besuchte einen Lehrgang zu Selbstverteidigung und Nahkampf am 15.03.25 in Herrsching, Bernd legte am 18.05.25 die Qualifikation zum Selbstverteidigungslehrer in Bronze ab. Beide Trainer bauen Elemente und Techniken der Selbstverteidigung und des Nahkampf-Trainings in die Unterrichtsstunden für Jugendliche und Erwachsene ein.



Unser Trainer Michael (Mitte) beim Selbstverteidigungslehrgang

Unser Trainer Bernd, Selbstverteidigungslehrer Bronze



Maria-Emma und Sophia beim Braungurt-Training beim Kata-Spezial



Bericht der Kegelabteilung

Unsere Saison ist nunmehr abgeschlossen und unsere 4 Mannschaften konnten jeweils ihre Klasse halten:

- 1. Mannschaft 3. Platz – Bezirksoberliga
- 2. Mannschaft 7. Platz – Bezirksliga
- 3. Mannschaft 3. Platz – Kreisklasse A
- 4. Mannschaft 5. Platz – Kreisklasse B

Hieraus ergaben sich folgende Spitzenergebnisse:



Und auch in diesem Jahr traten alle Altersklassen bei verschiedenen Meisterschaften an. Die Resultate hieraus waren für unseren Verein wieder sehr gut:

Bezirks-Einzelmeisterschaft Jugend



Talia Enskat, Platz 1 U10



Anesa Dorogoni, Platz 2 U14,
Elisabeth Köhler, Platz 3



Felix Goldes, Platz 3

Man beachte bitte, dass mit Hilfe von Jens Enskat und Jörg Krause die Jugendarbeit ab dieser Saison erst so richtig angelaufen ist.

Bezirks-Einzelmeisterschaft Frauen & Männer



Annett Krause, Platz 3



Erich Franz, Platz 1

Abteilungsversammlung

Bei unserer diesjährigen Abteilungsversammlung mussten wir schweren Herzens Franz Mossmayr von seinem Amt als stellvertretender Abteilungsleiter verabschieden. Franz war die letzten Jahre eine enorme Kraft in unserer Abteilungsriege. Aus zeittechnischen Gründen hat er jedoch beschlossen, das Amt niederzulegen. Ich möchte mich hier auch nochmal bei ihm recht herzlich für seine Arbeit, seine Hilfe und tatkräftige Unterstützung bedanken.

Das Amt des neuen stellvertretenden Abteilungsleiters wird ab sofort Tobias Krause übernehmen. Seine langjährige Mitgliedschaft in unserer Abteilung kommt unserer Abteilung hier sehr zu Gute.





Im Mai haben wir anlässlich unseres 75-jährigen Bestehens ein **Jubiläumsturnier** über 3 Tage durchgeführt.

Hier haben wir Mannschaften national und international eingeladen. Insgesamt sind 12 Mannschaften unserer Einladung gefolgt. Auch unsere ehemaligen Mitglieder René und Ute Hackenberger haben sich zusammen mit ihrem Sohn Lenjo auf die lange Reise von der Nordsee zu uns begeben.



Die besten Einzelspieler waren hier Maximilian Moser von VK Puchheim mit 623 Holz und Regina Resch von SKK Seeshaupt mit 583 Holz. Die besten Mannschaften waren auf Platz 1 VK Puchheim, Platz 2 VfB Lengenfeld und Platz 3 SKK Seeshaupt. Unsere 1. Mannschaft lag knapp dahinter auf Platz 4.

Nach Beendigung des letzten Wettkampfes haben wir dann die besten Spieler und Mannschaften entsprechend geehrt und anschließend das Turnier gemeinsam mit unseren Gästen im Festzelt ausklingen lassen.

Auch möchten wir uns recht herzlich bei unserem Sponsor Farnetani bedanken.

farnetani

Feinkost & Wein seit 1982

Einkaufen wie in Italien

In unserem Geschäft in der Peter-Anders-Straße in München Pasing bieten wir Ihnen auf mehr als 600 qm italienische Spezialitäten der Spitzenklasse.



Peter-Anders-Str. 9 // 81245 München

www.farnetani.de

Nachhaltige Ferienfreizeit: Verein ist mehr als nur Sport

„Plogging? Was’n das?“ Das dachten sich wahrscheinlich einige der Kinder und Jugendlichen, als sie das Programm unseres Ferien-camps gesehen hatten.

„Plogging“ setzt sich zusammen aus den Worten „plocka“ (schwedisch für „aufheben, pflücken“) und „Jogging.“ Beim Plogging joggt man, mit Handschuhen sowie Abfallbehältnissen ausgestattet, durch die Natur oder seinen Stadtbezirk und bekämpft die Vermüllung der Landschaft. So tut man nicht nur was für seine Fitness, sondern auch was für die Umwelt. Zudem ist Plogging eher ein Teamsport als ein Individualsport, was zusätzlich soziale Fähigkeiten schult.

Plogging ist ein schönes Beispiel, wie aus einer kleinen Idee eine große Bewegung entstehen kann. Erik Ahlström begann 2016 in der schwedischen Hauptstadt Stockholm zu ploggen. Plogging breitete sich in den folgenden Jahren unter anderem über die sozialen Medien rasch aus. Schätzungsweise 2.000.000 Menschen ploggen täglich in 100 Ländern und einige Plogging-Veranstaltungen haben über 3.000.000 Teilnehmer angezogen.

Ohne große Erwartungen begannen wir unsere Einheit mit einer kurzen Gesprächsrunde. Die Kinder zeigten dabei, dass sie schon viel über die Themen Müll, Recycling und Upcycling wussten. Stoffbeutel und Zangen wurden verteilt, Hygiene- und Sicher-

heitsregeln wurden besprochen und dann ging es schon los. Aufgeteilt in mehrere Teams ploggten die Kinder und Jugendlichen über unser Vereinsgrundstück. Nach nur 30 Min. hatten die ca. 20 Kinder 10 Stoffbeutel gefüllt. Alle Kinder waren sehr zufrieden mit dem Ergebnis, jedoch waren sie schockiert, wie sehr die Natur zugemüllt wird. Als zusätzliche Belohnung gab es für die Kinder noch eine Runde Eis.

Besonders begeistert hat mich, wie interessiert die Kinder an dem Thema waren und mit welcher Begeisterung und Aufmerksamkeit sie über unser Grundstück gelaufen sind. Ihnen ist die Bedeutung des

Umweltschutzes bewusst und sie wissen, dass viel mehr geschehen muss als es leider aktuell der Fall ist.

Neben Plogging bieten wir u.a. auch Erlebnispädagogik an und versuchen mit Spielen wie z.B. „Gordischer Knoten“, „Kettenfangen“ und „Blinde Raupe“ die sozialen Fähigkeiten der Kinder zu schulen.

Ziel in unseren Ferien-camps ist es, dass wir nicht nur ein sportlich abwechslungsreiches Angebot bieten, sondern auch pädagogische Ziele einbauen. Durch Sport können Themen, wie z.B. Integration, soziales Miteinander oder Konfliktfähigkeit spielerisch erlebbar gemacht werden.

Was fällt Dir noch ein? Mach mit bei unseren Ferien-camps und werde





Muss ich das Gewicht beim Krafttraining regelmäßig steigern?

Beim Krafttraining ist Progression der Schlüssel zum Erfolg. Wer über längere Zeit mit dem gleichen Gewicht trainiert, wird feststellen, dass die Fortschritte stagnieren – sowohl beim Muskelwachstum als auch bei der Kraftentwicklung. Deshalb ist es wichtig, das Trainingsgewicht regelmäßig zu steigern.

Der Körper passt sich Belastungen an. Wenn ein Gewicht über längere Zeit nicht mehr herausfordernd ist, fehlt der notwendige Reiz für weitere Anpassungen. Durch die schrittweise Erhöhung des Gewichts – auch bekannt als progressive Überlastung – wird der Muskel gezwungen, sich weiterzuentwickeln, stärker zu werden und zu wachsen.

Ein weiterer Vorteil der Gewichtserhöhung ist die Verbesserung der allgemeinen Leistungsfähigkeit. Der Körper lernt, effizienter zu arbeiten, Gelenke und Bänder werden gestärkt, und die Gefahr von Verletzungen im Alltag sinkt.

Wichtig ist jedoch, die Steigerung kontrolliert und mit guter Technik durchzuführen, um Überlastungen und Verletzungen zu vermeiden. Ob durch mehr Gewicht, mehr Wiederholungen oder mehr Sätze – wer langfristige Erfolge sehen will, sollte regelmäßig neue Reize setzen.

Beispiel: Wer drei Sätze mit 15 Wiederholungen bei korrekter Ausführung und ohne Schmerzen beim oder nach dem Training schafft, sollte bei der nächsten Trainingseinheit das Gewicht steigern.



Sollten auch ältere Menschen das Trainingsgewicht regelmäßig steigern?

Ja, auch ältere Menschen sollten das Trainingsgewicht regelmäßig – aber behutsam – steigern, und zwar aus mehreren wichtigen Gründen:



1. Erhalt und Aufbau von Muskelmasse

Mit zunehmendem Alter baut der Körper natürlicherweise Muskelmasse ab (Sarkopenie). Krafttraining mit progressiver Belastung hilft, diesen Prozess zu verlangsamen oder sogar umzukehren. Schon der Erhalt der Muskelmasse ist also ein Erfolg.

2. Mehr Kraft für den Alltag

Stärkere Muskeln bedeuten mehr Unabhängigkeit im Alltag – etwa beim Treppensteigen, Aufstehen oder Tragen. Regelmäßige Steigerung sorgt dafür, dass sich die Muskulatur kontinuierlich anpasst.

3. Knochengesundheit

Belastung durch Krafttraining fördert die Knochendichte, was Osteoporose entgegenwirkt – ein häufiges Problem im Alter.

4. Gelenkstabilität und Gleichgewicht

Stärkere Muskeln stabilisieren Gelenke und verbessern das Gleichgewicht, was Stürzen vorbeugt.

5. Geistige Gesundheit

Körperliche Herausforderungen wie eine kontrollierte Steigerung des Trainingsgewichts fördern auch die mentale Fitness, Motivation und das Selbstvertrauen.

Wichtige Hinweise:

- Langsam steigern: Kleine Schritte sind ausreichend – z. B. 0,5 bis 1 kg mehr alle paar Wochen.
- Technik vor Gewicht: Saubere Ausführung ist wichtiger als hohe Last.
- Rücksprache mit dem Arzt: Besonders bei bestehenden Erkrankungen oder nach längerer Trainingspause.
- Auf den Körper hören: Warnsignale ernst nehmen und nicht in den Schmerz hineintrainieren. Anstrengend muss es sein, aber nicht schmerzhaft.

Fazit: Auch im Alter ist progressives Krafttraining nicht nur möglich, sondern sehr sinnvoll – solange es individuell angepasst und sicher durchgeführt wird.

Sprich mit unseren Trainern!

Wann hast Du das letzte Mal Deinen Trainingsplan von unseren Trainern überarbeiten lassen? Brauchst Du neue Übungen? Führst Du die Übungen korrekt aus? Brauchst Du Unterstützung bei der Steigerung der Gewichte? Vereinbare gratis einen Termin mit unseren Trainern!



Lauf10 Fortschrittskurs

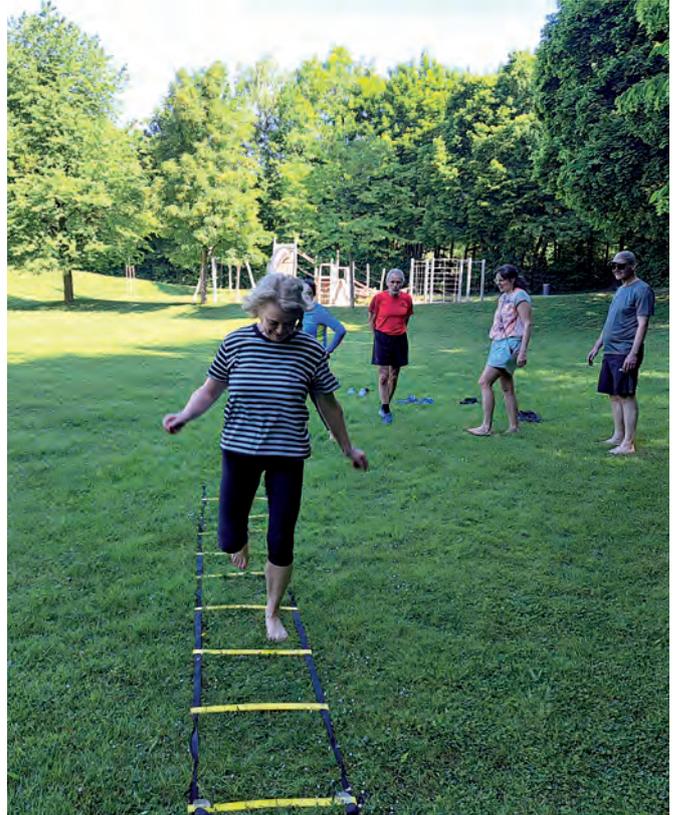
Seit 14. April läuft bei uns im ESV Neuaubing der „Lauf10 Fortschrittskurs“ und das gleich in zwei Gruppen.

Aber wir machen nicht einfach „nur Laufen“ – bei uns geht’s auch um Haltung, Technik, Laufschiule, Tempotraining, Koordination und vieles mehr.

Ein Highlight: am Samstag haben wir mit viel Spaß die Koordination mit der Koordinationsleiter geübt – schaut euch unsere Bilder dazu an.

Weiterhin ganz viel Freude und Motivation an alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen – ihr macht das super.

Johanna



Der Berg ruft: Auf zum Frühjahrs Klassiker auf den Trescherberg!

Die Leichtathletik-Abteilung des ESV Neuaubing war dieses Jahr wieder mit drei Athleten beim 39. Stampfl-Berglauf des Skiclub Haag Obb. e.V. dabei.

Der Startschuss für rund 300 ambitionierte Berglauf-Profis und Hobbyläufer fiel bei angenehmen Temperaturen um Punkt 15:00 Uhr. Die 4,2 km lange und mit 200 Höhenmetern abwechslungsreiche Strecke führte über ein hügeliges Terrain Richtung Kloster und nach einigen Steilpassagen am Schloß Stampfl vorbei Richtung Ziel am Trescherberg.

Unsere drei Athleten schlugen sich auf den teilweise ambitionierten Passagen wacker. Wieder einmal bot Dieter eine herausragende Leistung, als er in der Wertung M70 auf den dritten Platz lief.





Zwischen Alltag und Ehrgeiz – ein Blick in die Ringerabteilung

Nach einem ereignisreichen Auftakt ins Jahr 2025 ist in der Ringerabteilung zur Jahresmitte wieder ein Stück Normalität eingeleitet. Der gewohnte Trainingsbetrieb hat sich gefestigt – und das ist durchaus positiv zu verstehen. Denn im regelmäßigen Training liegt die Kraft unseres Fortschritts: In allen Alters- und Gewichtsklassen zeigen sich klare Entwicklungsschritte, insbesondere bei unserer engagierten Jugend. Technik, Ausdauer, Kraft – alles greift mehr und mehr ineinander. Die Bewegungsabläufe werden sicherer, die Griffe präziser, und das Selbstvertrauen auf der Matte wächst von Woche zu Woche.

Besonders erfreulich ist die Entwicklung der jüngsten Nachwuchsringerinnen und -ringer. Mit beeindruckendem Eifer und großer Begeisterung lernen sie die Grundlagen des Sports – Runde für Runde, Griff für Griff. Unter den aufmerksamen Blicken ihrer Eltern werden Techniken geübt, verfeinert und mutig im Trainingskampf angewendet. Man merkt: Der Funke ist übersprungen. Nach nicht einmal einem Jahr Vereinszugehörigkeit raufen viele der Kleinen bereits wie die „alten Hasen“.

Einmal vorgemacht, tausendmal nachgemacht

Auch bei den Herren ist die Motivation ungebrochen. Die Trainingsbeteiligung ist weiterhin hoch, was für eine solide und lebendige Abteilung spricht. Besonders erfreulich: Der Großteil unseres Neuzugangs aus dem Vorjahr ist geblieben – ein Zeichen dafür, dass unser Miteinander stimmt. Inzwischen findet sich für nahezu jede Gewichtsklasse ein passender Sparringspartner. Die Ausrede „Der ist mir zu schwer“ zieht also nicht mehr – und das bringt nicht nur Abwechslung, sondern auch Qualität ins Training.

Aus gegebenem Anlass möchte ich jedoch auch auf weniger schöne Dinge zu sprechen kommen. Die aktuelle Lage im nahen Osten ist kaum ertragbar. Egal welche politischen, religiösen oder wirtschaftlichen Interessen dem Konflikt zugrunde liegen und welcher Seite



man schlussendlich Recht oder Unrecht beimisst, am Ende bleibt das unfassbare Leid der Menschen. Für viele von uns scheint das alles weit weg. Tausende Kilometer Entfernung lassen den Konflikt fern und unwirklich erscheinen.

Aber auch hier unter uns finden sich zahlreiche Menschen, die um ihre Angehörigen, Freunde und Bekannte bangen. Ungewissheit und Angst begleiten sie Tag ein, Tag aus.

Wir können den Konflikt nicht beenden, wir können das Leid nicht stoppen. Aber wir können hier, im Kleinen, etwas tun: einen Raum bieten, in dem Gemeinschaft gelebt wird. Einen Ort, an dem man für ein paar Stunden abschalten kann. Und in dem Zusammenhalt nicht nur eine Floskel, sondern gelebter Alltag ist. Genau das macht unseren Sportverein aus – das Miteinander, der respektvolle Wettkampf, die gemeinsame Leidenschaft. In Zeiten wie diesen zählt das mehr denn je.

TL

**Fotos für die Vereinszeitung
bitte nicht vergessen!**

**Bilder als JPG oder TIFF, am besten
immer als unbearbeitete Originaldatei.
Bitte keine Einbindung in Word!**





Wir sind Teil

von etwas Größerem.

Deutschlands erste Gemeinwohl-Bank

Bereits rund 300.000 Mitglieder vertrauen der Sparda-Bank München eG. Faire Konditionen, eine starke Gemeinschaft und nachhaltiges Handeln zeichnen uns aus.

GEMEINWOHL
ÖKONOMIE 
Bilanzierendes Unternehmen

Arnulfstraße 15 – 80335 München
Filialen in München (13x)
und Oberbayern (21x)
SpardaService-Telefon: 089 55142-400

Sparda-Bank

www.sparda-m.de



Taekwondo-Trainer: Assistenten- und Trainer C-Ausbildung

Pfaffenhofen an der Ilm: Unsere Trainer/innen und ebenso der Nachwuchs, die Assistenten/-innen, sollen für ihr Amt möglichst gut gerüstet sein, darum fördert die Abteilung seit Jahren jegliche Art von Fortbildung. Vom 30.05. bis 01.06. fand in Pfaffenhofen an der Ilm ein Trainer C-Schein und Assistenten-Lehrgang statt.



Die Absolventen/innen Ronja, Nikolina, Kira und Daniel

Unter den 28 Trainer C-Anwärtern und den 15 Taekwondo-Assistenten waren auch 4 Sportler/innen aus unserer Abteilung dabei. Als Assistenten/innen: Kira, Nikolina und Ronja, als Trainer-C Anwärter noch Übungsleiter Daniel Walz (2. Dan), der sich auch um die Anmeldung und Organisation kümmerte. Die Lehrgangs-Inhalte reichten von Sportbiologie, Bewegungslehre, Trainingslehre und Konfliktmanagement bis hin zu Erster Hilfe. Dank der hochrangigen Referenten (Georg Streif, Sergio Albanese, Jürgen Kohler, Michael Wolfsteiner, Christina Schadt, Achim Andratzek) konnten die Teilnehmer/innen eine erstklassige Ausbildung genießen. Darüber hinaus ergaben sich wertvolle Impulse für die Vereinsarbeit und neue Kontakte zu anderen Vereinen und Taekwondo-Schulen.



Ronja und Nikolina im Einsatz



Die erfolgreichen Absolventen/innen



Referenten/innen und Teilnehmer/innen auf einen Blick

Sehr erfreulich war, dass unsere beiden Assistentinnen Ronja (1. Dan) und Nikolina (1. Kup) sich dazu entschieden, ihre Ausbildung noch zu erweitern und den Trainer C-Schein in Angriff zu nehmen.

Wir freuen uns über ihr Engagement und drücken schon mal die Daumen.

Der neueste Stand in der Taekwondo-Selbstverteidigung – ein Lehrgang in Eichstätt

Eichstätt: Die Bayerischen Taekwondo Union (BTU) richtete am 10.05.2025 in Eichstätt einen Taekwondo Selbstverteidigungslehrgang in neuester Form aus. Der erfahrene Selbstverteidigungsreferent Michael Bußmann (8. Dan) war Organisator dieses Events. Unter der Leitung von zwei hochkarätigen Referenten, Michael Scherer (8. Dan) und Enrico Simon (8. Dan), aus der Taekwondo Union Baden Württemberg/TUBW, versammelten sich fast 100 Teilnehmer, um die neue Ausrichtung der Selbstverteidigung zu studieren. Mit dabei auch drei Taekwondo-Trainer des ESV Neuaußing, Margarete Überfuhr/Trainer-C- und Prüfer-Lizenz (3. Dan), Thomas Überfuhr/Trainer-C- und Prü-

fer-Lizenz (3. Dan) sowie Daniel Walz/Trainer-C-Anwärter (2. Dan).

Der Lehrgang bot eine Vielzahl an Techniken und Ansätzen zur modernen und zeitgemäßen Selbstverteidigung, die spezifisch auf Taekwondo ausgerichtet sind. Ziel ist es, diese Konzepte nicht nur im Training zu verankern, sondern sie auch zukünftig bei Prüfungen abzufragen.



Margarete und Thomas Überfuhr vertiefen neue Erkenntnisse

Alle Teilnehmer/innen waren hochmotiviert bei der Sache, zumal die aktuellen Selbstverteidigungs-Techniken keine „Spielereien“ mehr zu lieben, sondern höchst effektiv ausgerichtet waren. Selbst die Referenten



Die Teilnehmer/innen des SV-Lehrganges der BTU

waren über die positive Resonanz des Lehrganges sehr erfreut. Am Ende blieb noch eine kleine Gruppe an Teilnehmern vor Ort, um mit den Referenten über die ein oder andere Technik zu diskutieren.

Natürlich möchten wir die gewonnenen Erkenntnisse in unserer Abteilung weitergeben, dazu planen wir einen internen Lehrgang, vorerst ausschließlich für Trainer/innen und Assistenten/innen.

Erfolgreiche KUP-Prüfungen im ESV Neuaubing – Engagement, Disziplin und Teamgeist...

...das zeigte sich bei den jüngsten Gürtelprüfungen der Taekwondo-Abteilung des ESV Neuaubing. Am Freitag, den 28. März, stellten sich zahlreiche Kinder und Jugendliche aus den Anfänger-, Fortgeschrittenen- und Jugendkursen den anspruchsvollen KUP-Prüfungen – das mit großem Erfolg.

Unter den prüfenden Augen von Thomas Überfuhr (3. DAN, Prüfer B-Lizenz) und dem engagierten Trainerteam bestehend aus Kolja Prothmann (2. DAN), Daniel Walz (2. DAN) und Liane Urban (1. DAN, verantwort-



Unsere Kleinen in Aktion



Kampftechnik und Deckungsverhalten sind gefragt

lich für das Kindertraining) wurde jeder Prüfling individuell gefordert und gefördert. Unterstützt wurde das Team von den Assis-



Der erfolgreiche Kinder-Fortgeschrittenen Kurs



Trainerin Liane Urban fordert Präzision beim Kick auf die Pratze

tentinnen Ronja Rölleke (1. Kup), Ulrike Szabatkiewicz (4. Kup) sowie Fatima Arnaut und Kira Prothmann.



Der Kinder-Anfängerkurs mit den errungenen Urkunden

In den Prüfungsdisziplinen wie Formenlauf (Taeguk) und Ilbo-Taeryon (Ein-Schritt-Kampf) bewiesen die Teilnehmenden ihre Technik, Körperbeherrschung und Konzentration. Beim Freikampf traten sie mit Mut und Fairness gegeneinander an – stets mit Blick für Taktik und Reaktion.

Auch die Selbstverteidigung wurde abgefragt: realistische Szenarien forderten sicheres und selbstbewusstes Handeln. Abgerundet wurde das Prüfungsprogramm durch einen Theorieteil, in dem Wissen über Technik, koreanische Begriffe und die Philosophie des Sports abgefragt wurde.



Der gestrenge Prüfer Thomas Überfuhr fragt Theorie ab



Trainer Daniel Walz fordert saubere Kampftechnik

Das Trainerteam zeigte sich begeistert von der Entwicklung der jungen Sportlerinnen und Sportler: „Es ist schön zu sehen, wie motiviert die Kinder sind, ihr Bestes zu geben und gemeinsam ihre Ziele zu erreichen.“ Ein großer Dank geht auch an die Eltern, deren Unterstützung einen wesentlichen Beitrag zum sportlichen Erfolg und Zusammenhalt der Abteilung leistet.

Prüfungserfolge im Erwachsenen-Anfängerkurs und Nachprüfung am 9. April

Auch der Erwachsenen-Anfängerkurs und der 19-Uhr-Kurs der Taekwondo-Abteilung feierten am Mittwoch, den 9. April, erfolgreiche KUP-Prüfungen. Unter der bewährten Leitung von Prüfer Thomas Überfuhr (3. DAN, Prüfer B-Lizenz) stellten sich zahlreiche Sportlerinnen und Sportler den Herausforderungen.

Begleitet durch die Trainer Kolja Prothmann, Daniel Walz und Liane Urban zeigten die Teilnehmer in den Bereichen Formenlauf, Ein-Schritt-Kampf, Selbstverteidigung und Theorie beachtliche Fortschritte. Die Kombi-



Die erfolgreichen Prüflinge des Erwachsenen-Anfängerkurses



Unser Anfängerkurs zeigt Kampftechnik

TAEKWONDO GRILLFEST

Am Freitag den **25. Juli 2025**

Ort: Hinten am ESV Fußballplatz wie jedes Jahr
Teilnehmer: ab Jugendkurs aufwärts

Ab 18.00 Uhr Fußball, ab 19.00 Uhr Grillen.
Bitte wie gewohnt Grillgut wie Fleisch, Fisch, Würstchen etc. selbst mitbringen.
Über ein paar mitgebrachte Salate würden sich sicher alle freuen.
Getränke, Semmeln und Brezen sind vorhanden.
Nicht vergessen auch Gläser, Krüge, Teller und Besteck müssen mitgebracht werden.

Kinder Sommerfest

für Kinder Anfänger und Kinder Fortgeschrittene
von **16.00 bis 18.00 Uhr!**
Mit Spiele-Olympiade und leckerer Brotzeit.



Wir freuen uns schon und wünschen allen viel Spaß



nation aus Technik, mentaler Stärke und theoretischem Verständnis überzeugte den Prüfer und das Trainerteam gleichermaßen. Nikolina Dimovska und Edwin Brückner hatten die letzte Prüfung versäumt und traten hier nun zur Nachprüfung an, beide mit Erfolg.

Ein besonderes Highlight war die Nachprüfung von Nikolina zum Rot-Schwarz-Gurt: Neben dem regulären Prüfungsumfang zeigte sie zusätzlich im Wettkampf und beim Bruchtest ihr Können. Dabei gelang es ihr, mit gezielten Tritten und Schlägen Bretter zu durchbrechen – eine Herausforderung, die

Konzentration, Präzision und Selbstvertrauen verlangt. Unterstützt wurde sie dabei von Kira und Christian, die als Partnerin und Partner zur Seite standen.

Auch hier lautete das Fazit: bestanden – und das mit Bravour.



Trainer-Porträt: Peter Cheaib

Peter Cheaib errang erstmals 1982 den ersten Platz der Münchner Meisterschaft in der Jugend -64 kg. Schon damals war sein großes Talent in Sachen Vollkontakt deutlich erkennbar. 1986 wurde er Internationaler Dänischer Vizemeister bei den Herren -70kg in Nordborg. Im selben Jahr folgte ein weiterer Vize-Titel bei den Belgian Open in Herentals, damals wie heute eines der schwierigsten international besetzten Turniere. Auch bei der Internationalen Münchner Meisterschaft im selben Jahr belegte er Rang 2. 1988 setzte er seine Erfolgsserie mit dem Bayerischen Meistertitel, Platz 2 bei den German Open, Platz 1 bei den Austria Open, Platz 1 bei den Danish Open in Fredericia fort. 1989 stellte der ESV Neuaubing 4 Deutsche Meister, darunter wieder Peter Cheaib. Bei einem Nationalkader-Einsatz errang er im selben Jahr Platz 2 bei den Open de France in Paris. Es folgten noch eine ganze Reihe weiterer Erfolge, bis er dann ab 1992 die aktive Wettkampflaufbahn beendete und seinen Schwerpunkt als Trainer und Coach im Vollkontakt-Wettkampf verlagerte. Zusammen mit Trainer und Coach Helmut Urban leistete er exzellente Aufbauarbeit und sicherte damit dem ESV Neuaubing sehr viele Platzierungen in der Team-Wertung. 1997 wurde die Abteilung Taekwondo im ESV Neuaubing aufgrund der zahlreichen Bundeskadermitglieder der Abteilung zum Bundesstützpunkt ernannt. Peter Cheaib und Helmut Urban wurden Bundesstützpunkttrainer. Auch, als man sich 2001 vom aktiven Wettkampfgeschehen zurück zog, blieb Peter der Abteilung als Trainer, Organisator und Abteilungskassier erhalten, und das bis zum heutigen Tag. Wir hoffen natürlich, dass er sich weiterhin fit hält und er uns auch in Zukunft noch als treibende Kraft in der Abteilung erhalten bleibt.

Menschen wie Peter sind im Sportverein unverzichtbar und ein Musterbeispiel für sehr großes und langjähriges Engagement in einem Ehrenamt.

Steckbrief:

Peter Cheaib

Geb. Dat.: 18.08.1966

Ab wann TKD: Seit 01.10.1980

Weshalb TKD: TKD ist ein super Sport für jede Altersklasse und es macht mir Spaß, mit dem gesamten Team als Übungsleiter zu trainieren und meine Erfahrung weiter zu geben.

Verein/e: ESV Neuaubing

Gürtelgrad: 2. Dan

Erfolge national: Bayerischer Meister, Deutscher Meister

Erfolge

international: Frankreich, Belgien, Luxemburg, Dänemark, Österreich, langjähriges Landes- und Nationalkadermitglied

Funktion: TKD-Übungsleiter seit 1985, Abteilungskassier seit 1986

Schwerpunkt: Wettkampf/Vollkontakt

Familie/Kinder: glücklich verheiratet mit Anette

3 erwachsene Kinder: Marco, Lisa und Ruben

Beruf: Sales Manager bei einem großen amerikanischen IT-Unternehmen

Hobbys: TKD, Golf/ist noch ausbaufähig

Lebens-Motto: Habe immer eine positive Einstellung zum Leben und denk dran: „Wie es nicht geht, weiß ich selber“. Laß uns „das Morgen“ gestalten und nicht ständig jammern





Punktspielsaison 2025 neigt sich dem Ende zu – fast überall gibt es noch Spannung

Nur noch wenige Spieltage sind in der Sommersaison 2025 für unsere 15 aktiven Mannschaften zu absolvieren und fast überall geht es noch um Alles. Aufstieg und Abstieg liegen oftmals nur wenige Punkte auseinander, wie wir in den letzten Jahren nur allzu oft gesehen haben. Hier gibt's eine kleine Übersicht über den aktuellen Stand der Dinge:

Herren

Sowohl unsere Herren I als auch die Herren II kämpfen in ihren Ligen noch um den Klassenerhalt. Während die erste Mannschaft mit Siegen gegen die direkte Konkurrenz aus Söcking und Lochhausen alles klar machen kann, läuft es bei der Herren II wohl auf ein Endspiel am letzten Spieltag hinaus – die Daumen sind gedrückt!

Etwas besser stehen die Herren III da, die nach dem Aufstieg in die Südliga 3 klar auf Kurs Klassenerhalt sind. Eine beeindruckende Leistung, da ist eine top Entwicklung zu sehen. Die dürfen wir auch bei den Herren IV bestaunen, die zwar in der Südliga 4 noch auf ihren ersten Sieg warten, aber bereits einige Achtungserfolge eingefahren haben.

Herren 40

Deutlich härter als vor zwei Jahren, als man den sensationellen Aufstieg in die Regionalliga feierte, tun sich unsere Herren 40 in der Bayernliga. Die Liga ist stark besetzt, vermeintliche Aufbaueegner sucht man vergeblich. An den letzten Spieltagen geht es darum, vielleicht den letzten Strohalm im Kampf um den Klassenerhalt doch noch zu ergreifen.

Ähnlich sieht es bei den Herren 40 II aus, die nach dem souveränen Klassenerhalt im Vorjahr diese Saison an eine deutlich stärkere Gruppe geraten sind. Doch mit drei Heimspielen im Rücken ist der Klassenerhalt definitiv noch drin, gerade, da man derzeit über das Comeback des einen oder anderen Spielers munkelt. Das dürfte doch die notwendige Energie im Endspurt geben!

Herren 60

Solide im Mittelfeld wie eh und je präsentieren sich unsere Herren 60 von Mannschaftsführer Rudi Quaiser. Aus der starken Südliga 1 ist das Team quasi nicht mehr wegzudenken und auch heuer steuern unsere „60er“ wieder einen Platz im gesicherten Bereich an.

Damen / Damen 30

Nach einem regenbedingten Ausfall hat unsere Damenmannschaft erst zwei Spieltage absolviert, dabei eines gewonnen und eines verloren. Ein echter Trend lässt sich also noch nicht erkennen, nach oben und nach unten ist noch alles drin.

Beim Kampf um den Klassenerhalt schließen sich unsere Damen 30, die dieses Jahr das erste Mal an den Start gehen, den Herren an. Zwar liegt das Team von Mannschaftsführerin Toni derzeit auf dem letzten Platz, aber noch ist das letzte Wort nicht gesprochen!

Junioren

Klar auf Aufstiegskurs sind dagegen unsere Junioren I. Gerade einmal ein Match und vier Sätze (!) haben die Jungs um Mannschaftsführer Matthias Wirkner nach vier Spielen abgegeben. Wir hoffen, der Durchmarsch setzt sich fort und die Jungs dürfen sich nächstes Jahr in der Südliga 2 beweisen!

Sicher im Mittelfeld liegen derzeit unsere Junioren II, die sich bislang dreimal Unentschieden getrennt und einmal knapp verloren haben. Das zeigt, wie eng es in der Liga zugeht und was in den letzten Spielen für die Jungs noch drin ist!

Knaben

Dass es nach dem Abgang einiger tragender Säulen zu den Junioren für unsere Knaben I in der starken Südliga 2 hart werde würde, war klar. Dennoch wäre in den ersten beiden Spielen beinahe schon ein Punkt herausgesprungen. Also: Dran bleiben und vielleicht geht ja doch noch was in Richtung Klassenerhalt.

Um erste Spielpraxis geht es für viele unserer Jungs bei den Knaben II. Und die ersten Teilerfolge sind auch schon zu sehen, sprang doch schon ein Unentschieden in den ersten drei Partien heraus. Weiter hart trainieren und dann wird es auch bald etwas mit dem ersten Punktspielsieg, da sind wir sicher.

Bambini 12 / Midcourt U10

Diesen ersten Sieg konnten unsere Jüngsten, die sich in der Konkurrenz U10 noch im Kleinfeld messen, bereits einfahren. Derzeit steht das Team im Mittelfeld, doch es sind noch viele Spiele zu absolvieren. Wichtiger sind aber sowieso die einzelnen Fortschritte, und da gibt es viel Positives zu berichten!

Gleiches gilt für die Bambini 12, die sich in der Südliga 5 derzeit im gesicherten Mittelfeld befinden – mit viel Luft nach oben, wofür die letzten Ergebnisse durchaus Hoffnung gemacht haben!

Über die endgültigen Resultate unserer Mannschaften werden wir euch natürlich in der nächsten Vereinszeitung wieder informieren. Bis dahin wünschen wir allen Mannschaften viel Glück in der zweiten Saisonhälfte!

Eure Abteilungsleitung

Unsere Tennisjugend ist auf dem Vormarsch!

Was für ein Jahr für unsere Nachwuchscracks! Die Zahl unserer jugendlichen Mitglieder hat sich innerhalb von zwölf Monaten verdoppelt – mittlerweile stehen über 100 Kinder und Jugendliche Woche für Woche auf dem Platz und hauen mit viel Spaß und Energie die gelben Filzkugeln übers Netz.

Aber nicht nur auf dem Tennisplatz läuft's rund: Einige von unseren

jungen Mitgliedern packen auch außerhalb des Trainings kräftig mit an. Egal ob bei der Holzveranda, beim Frühjahrsputz oder anderen Aktionen rund um den Club – die Unterstützung war einfach spitze. Gerade beim Lasieren der etlichen neuen Holzdielen haben die Kids gezeigt, dass man auf sie zählen kann. Das hat zwar ein paar Kleidungsstücke gekostet, aber die waren es wert. Richtig stark, was ihr da auf die Beine gestellt habt!



Auch sportlich ist unsere Jugend so aktiv wie lange nicht mehr: In dieser Saison gehen wir mit sechs Jugendmannschaften an den Start – das gab's schon lange nicht mehr! Mit dabei sind zwei Junioren-, zwei Knaben-, eine Bambini- und eine Midcourtmannschaft. Da ist richtig was los auf den Plätzen – und das Niveau kann sich sehen lassen!

Wir sind mega stolz auf unsere Tennisjugend – auf ihren Einsatz, ihren Teamgeist und die Freude am Spiel. Weiter so – ihr seid die Zukunft unseres Vereins!

Padel-Mania beim ESV – unser neuer Court ist der absolute Volltreffer!

Hin und wieder gehen Ideen einfach auf. Und manchmal sogar in Rekordzeit. Genau das ist uns mit unserem neuesten Projekt gelungen: dem neuen Padelcourt auf unserer Tennisanlage. Was im vergangenen Herbst noch nach einer mutigen Vision klang, wurde im April Wirklichkeit – und hat sich seither als absoluter Renner entpuppt.

Aber erstmal von vorne:

Die Idee, Padel in unser Vereinsleben zu integrieren, kam nicht aus dem Nichts. Die dynamische Rückschlagsportart ist längst mehr als nur ein Trend – sie ist in Spanien, Italien und mittlerweile auch bei uns in aller Munde. Und wir waren uns schnell einig: Das passt perfekt zu uns! Also hieß es: Ärmel hochkrepeln, planen, organisieren und umsetzen.

Das Ganze ging richtig sportlich über die Bühne. Innerhalb von nur acht Tagen wurde der Court aufgebaut. Mit schwerem Gerät wie einem Telestapler wurden die massiven Glaselemente und Stahlkonstruktionen millimetergenau eingesetzt. Wer damals zuschaute, konnte die Entstehung unseres neuen Aushängeschildes fast im Zeitraffer verfolgen. Ein bisschen Baustellen-Romantik, viel Präzision und noch mehr Vorfreude auf das, was da kommt.



Besonders freut uns, dass wir inzwischen auch einen eigenen Padeltrainer für unseren Verein gewinnen konnten. In regelmäßigen Abständen bietet er Trainingseinheiten für alle Spielniveaus an – perfekt, um Technik und Taktik zu verbessern oder überhaupt erstmal reinzukommen. Gebucht werden können die Stunden ganz einfach online über Playtomic unter dem Reiter „Akademie“ oder über nebenstehenden QR-Code.



Rückblickend können wir sagen: Was für ein Volltreffer! In so kurzer Zeit ein komplett neues Sportangebot zu etablieren – und das mit so großem Zuspruch – ist alles andere als selbstverständlich. Noch besser: Der Court trägt sich wirtschaftlich, wird super angenommen, und hat unserer Tennisabteilung frischen Schwung verliehen. Padel bringt Bewegung in den Verein – im besten Sinne.

Wer's noch nicht ausprobiert hat: Jetzt ist der perfekte Zeitpunkt! Pack Dir drei Mitspieler, buch Dir einen Slot, Leihschläger gib'ts gegen Barzahlung an unserem Verleihautomaten vor Ort und überzeug Dich selbst – unser Padelcourt wartet auf Dich!

Im April war es dann so weit: Die Eröffnung unseres Padelcourts! Und was danach passierte, hätten selbst wir so nicht erwartet. Volle Buchungskalender, begeisterte Spielerinnen und Spieler, viele neue Gesichter auf der Anlage – der Court ist fast rund um die Uhr belegt und sorgt für richtig gute Stimmung.

Das kommt nicht von irgendwo her: Padel ist ein Sport, der einfach, aber mega Spaß macht: Der Einstieg gelingt schnell, das Spieltempo ist hoch, der Teamfaktor bringt nochmal extra Energie – und auch der Muskelkater kommt meistens nicht zu kurz.





Frischer Glanz für unser Clubhaus – Veranda in Rekordarbeit erneuert

Unser Clubhaus ist das Herzstück der Anlage – Treffpunkt, Wohlfühlort, Zuschauertribüne und After-Match-Lounge in einem.

Doch über die Jahre hatte unsere Veranda spürbar gelitten: Die ehemals stolze Holzterrasse mit über 100 Quadratmetern Fläche war in die Jahre gekommen, und vor allem die Unterkonstruktion war buchstäblich am Ende. Feuchtigkeit, Witterung und Zeit hatten ganze Arbeit geleistet – das Holz war durchgefault, instabil und schlicht nicht mehr sicher. Es war höchste Zeit für eine Generalüberholung.

Gesagt, getan – und wie so oft bei uns: mit richtig viel Herzblut und Teamgeist. In mehreren arbeitsintensiven Tagen wurde die alte Terrasse demontiert, die marode Unterkonstruktion komplett entfernt und durch eine neue, stabile Basis ersetzt. Über 50 massive Holzbalken à 4 Meter Länge wurden dabei millimetergenau verlegt – das allein war schon Schwerstarbeit. Doch damit nicht genug: 300 Holzdielen mussten einzeln (!) beim Baumarkthändler in den Transporter geladen, auf die Anlage gebracht und dann auch noch fachmännisch verbaut werden. Wer da dabei war, weiß: Das war eine echte Schweißtreiberei.



Ohne unsere fleißigen ehrenamtlichen Helfer wäre dieses Projekt niemals in diesem Tempo und in dieser Qualität möglich gewesen. Ein ganz besonderer Dank geht an unseren Sigi Stöber, der mal wieder mit unermüdlichem Einsatz, technischem Know-how und einer großen Portion Geduld voranging – wie so oft, wenn es im Verein anpacken heißt.

Besonders danken wollen wir auch unseren jugendlichen Helfern, die mit viel Einsatz und Herzblut dazu beigetragen haben, dass wir alle Holzdielen und -balken einzeln mit

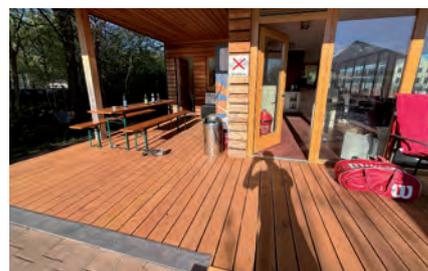
Douglasien-Öl lasieren konnten. Eine absolute „Drecksarbeit“, um es einmal salopp auszudrücken, die wir aber an einigen Nachmittagen im Frühling zu einem coolen Event machen konnten!

Was letztlich entstanden ist, kann sich wirklich sehen lassen: Unsere Veranda strahlt im frischen Look, bietet wieder sicheren und bequemen Platz zum Verweilen – und verleiht dem gesamten Clubhaus ein deutlich

aufgewertetes Erscheinungsbild. Ein echter Hingucker und ein Ort, an dem man sich vor, nach oder auch ganz ohne Match, einfach gerne aufhält.

Wir sagen DANKE an alle Helfer – für euren Einsatz, euren Schweiß, eure Zeit und euer handwerkliches Geschick. Ihr habt unseren Verein nicht nur schöner, sondern auch ein Stück stärker gemacht!

Eure Abteilungsleitung



Sommerferiencamps 2025

für Kinder & Jugendliche
(4 Tage / Inkl. Snacks + Getränke)



Liebe Tenniseltern & Kinder,

wir bieten in den Sommerferien **sechs Kurse** für Kinder & Jugendliche an. Bereits ab 3 Jahren können die Kleinen an unserer beliebten **Ballschule für Kinder** teilnehmen! Selbst wenn Ihr **noch nie gespielt habt**, könnt Ihr mitmachen. **Kostenlose Leihschläger** haben wir natürlich auch! **Kostenlose Betreuung der Kinder ab 9 Uhr! Mit Hallenabsicherung in unserer Tennishalle!**

Camp 1: Montag 04.08. - Donnerstag 07.08.2025

Camp 2: Montag 11.08. - Donnerstag 14.08.2025

Camp 3: Montag 18.08. - Donnerstag 21.08.2025

Camp 4: Montag 25.08. - Donnerstag 28.08.2025

Camp 5: Montag 01.09. - Donnerstag 04.09.2025

Camp 6: Montag 08.09. - Donnerstag 11.09.2025

Ablauf:

- Täglich von 9.30 Uhr bis 13.30 Uhr (2x kleine Pausen / Snacks + Getränke)
- Aufwärmprogramm für klein & groß (Fußball, Hockey und Parkour)
- Tennistraining (Grundlagen- und Techniktraining, abwechslungsreiche Spiel- und Übungsformen)
- Ballschule für Kinder (Koordinationsübungen, Motorische Übungen)
- Spiel & Spaß in der Gruppe und ein Abschlussturnier am letzten Tag!

Bei schlechtem Wetter gehen wir in unsere Tennishalle. Kurs findet bei jedem Wetter statt!

Kursgebühr (am 1. Tag vor Ort zu bezahlen):

199,- für Mitglieder / 219,- Nichtmitglieder +20 Euro Platzgebühr
Geschwisterrabatt (10 Euro pro Kind) / Einzelne Tage 70,- Euro

Anlage:

ESV Neuaußing, Centa-Hafenbrädl-Straße 8, 81249 München

Maytrainer Markus May



Tennisschule ESV Neuaußing



- Ballschule für Kinder ab 2,5 Jahren
- Tenniscamps in allen Ferien
- Tennistraining für alle Altersklassen

Kontakt: 0177 60 38 107

300 Sportler aus Bayern: Das Neuaubinger Mai-Turnier



Drei Tage lang Full House in der Papinstraße 22. Der ESV hatte zum Tischtennis eingeladen, und 300 Sportlerinnen und Sportler aus ganz Bayern kamen. Die Erwachsenen haben sich in sechs Leistungsklassen gemessen, die Jugend in zwei. Am Mai-Feiertag und dem nachfolgenden Wochenende waren das über 700 Spiele an 15 Tischen in der Dreifachhalle!

Silas Kumetz und Moritz Ribka auf dem Treppchen

Das Highlight für uns war definitiv die Jugendklasse bis 1250 Ranglistenpunkte, also mittlere Stärke, passend für unsere jungen ungefähr 14-jährigen Spieler. Sieben ESVler waren unter den 40 Startern. Vier von ihnen haben sich in ihren jeweiligen Vorgruppen durchgesetzt zum K.O.-Finale der besten 20. Silas Kumetz, ungesetzt, schlägt in der 2. Runde den an Zwei gesetzten Julian Arnold aus Buchloe mit 3:2 (11:8, 5:11, 11:9, 12:14, 11:1). Moritz Ribka, Nr 7 der Setzliste, räumt derweil den Favoriten Khoa Le aus Blumenau ab mit 3:2 (7:11, 8:11, 11:5, 11:9, 11:6) und muss sich erst im Halbfinale Ryan Agarwal



Siegerehrung Jugend

von Jahn München geschlagen geben. Klar freut sich der 12-Jährige riesig über den überraschend erkämpften dritten Platz. Silas ist im Flow, das Halbfinale gegen den an Sechs gesetzten Aleksandar Dimitrov aus Esting wird eine klare Sache, 3:0. Gegen Ryan war auch für Silas kein Kraut gewachsen, aber: herzlichen Glückwunsch zum zweiten Platz! Geteilte Freude ist doppelte Freude, also Glückwunsch auch an den Coach des Tages: sein gleichaltriger Trainingspartner Tim Eichinger, der hier selber nicht am Start war.

Die einzige Frau im Feld erkämpft den Hauptpreis

Anna Ledwoch von Bayern München, Verbandsliga, war die einzige Frau im 20er Feld der Spitzenklasse A1. In ihrer Fünfergruppe setzte sie sich mit knappen Spielen durch. In Neuaubing ist das Siegertreppchen besonders hoch: Für die K.O. Runde der A1 Klasse schreiben wir pro Spiel vier Satzgewinne vor, das bedeutet jeweils bis zu 7 Sätze und 50 Minuten Spielzeit. Spielstärke und gute Kondition haben Anna ins Finale gebracht, zuletzt über ein 4:3 (11:6, 11:9, 9:11, 9:11, 11:9, 8:11, 11:8). Spätestens im Finale zählt dann nur noch die Willenskraft. Oliver Ayoub aus Ottobrunn war einfach leer und wurde mit 4:0 schnell abserviert. Der Siegerpokal des ESV Neuaubing und der noch schönere Materialgutschein eines Tischtennis-Ausrüsters gingen an Anna Ledwoch. Dritte wurden gemeinsam Aditya Singh (SV-DJK Taufkirchen) und Christian Wecker (SV Zuchering).



Siegerehrung A1-Klasse

Danke:

Danke für die gute Unterstützung im Verein, durch Markus und Jörn und einige Abteilungen, die uns am Vorabend Zeit zum Aufbau abgetreten haben. Dass ausreichend „Kleingeld“ übrig bleibt, dafür haben auch TT-Expert mit Geschenkgutscheinen und Give-Aways sowie Bernd durch seine Spende gesorgt. Viele Spieler, auch Jugendliche und Eltern, haben bei Auf- und Abbau angepackt, einen Kuchen beige-steuert oder Dienst am Imbissstand übernommen. Kai hat die Netze auf Vordermann gebracht, Axel Fotos geschossen, Marcus und Manuel saßen an der Anmelde-Kasse. Besonderen Dank an das Kern-Team: an Caro, Andrei und Frank, die die aufwändige Orga für Imbiss und Getränke auf sich genommen haben, und an Moritz für die Kooperation in der Turnierleitung.



Alles aufgegangen: die Rückrunde 24/25

Die erste Herrenmannschaft lag nach der Vorrunde noch mit 2:16 Punkten abgeschlagen auf dem letzten Tabellenplatz der Bezirksklasse B. Termine, Verletzungen,... Gab es noch eine Chance? Die erste Jugend hatte den sofortigen Aufstieg nach der Vorrunde mit Pech verpasst, siehe Heft 1/25. Machen die Jungs jetzt alles klar? Und wir wollen mit der Jugend im starken Bezirk Oberbayern Mitte konkurrenzfähig werden. Wie weit sind wir auf diesem Weg nach 2 Jahren Leistungs-sport-Ansatz? Das sollte sich zeigen im „Hochamt des Tischtennis“, wie Trainer Kilian Dinkel sagt, bei den offiziellen Ranglisten-Turnieren. Vorweg: In der Rückrunde 24/25 ist alles aufgegangen!



Die Jugend-Mannschaften

Erste Herren ziehen sich aus der Schlinge

8 oder 10 Punkte waren in der Rückrunde nötig, um den Abstieg zu vermeiden! Ein Paukenschlag – fast – war das allererste Spiel gegen Thalkirchen, das beste Team der Liga: nur 6:8 verloren. Nichts erreicht, aber Mut gefasst und Doppel trainiert nach dem Verlust beider Doppel. Das hat sich kurz danach ausgezahlt: gegen den Dritten SC Au gelang überraschend ein 7:7 Unentschieden, dabei waren beide Doppel erfolgreich. Geht doch. Erst die letzten beiden Spiele sicherten den Klassenerhalt mit 11:25 Punkten und dem 7. Platz. Glückwunsch an das Team Vladimir Kalinichenko, Julian Heyermann, Johannes Lutz, Hannah Belle, Kilian Wolff.

Erfolgreich war das zweite Herrenteam mit einem 4. Platz und 19:17 Punkten in der Bezirksklasse C. Das lief richtig glatt, gab es doch in der vorangegangenen Spielzeit Abstiegssorgen bis zum Schluss. ESV 3 belegte in der Bezirksklasse D einen 8. Rang, und Team 4 erreichte den Mittelplatz 5 in der Bezirksklasse E.

Erste Jugend steigt nochmals auf

Auch nach ihrem zweiten Jahr kann die erste Jugendmannschaft feiern: Tim Eichinger, Moritz Ribka und Timo Ziepel wurden Meister und steigen in die Bezirksliga West auf. TTC München 3 war ein Mitfavorit. Die unglückliche Niederlage in der Vorrunde haben die Jungs wettgemacht: 7:3, das tat gut. Und recht herzlichen Dank an unsere zweite Mannschaft: Sie hat den TTC München 3 mit 6:4 endgültig aus dem Rennen genommen. Die Zweite war zur Rückrunde aufgestiegen und kam mit 7:7 auf einen beachtlichen 4. Rang: Anton Hejaili, Silas Kumetz, Felicia Gao und Noah Weber.

Dritte Jugend wird auf Anhieb Meister

Zur Rückrunde haben wir eine dritte Mannschaft in der Bezirksklasse B neu angemeldet: Selma Dridi, Peer Schlichtmann, Emma Leiber, Elias Planck, Konstantin Turuntaev. Alle sind voll eingeschlagen und haben sich mit 14:2 Punkten Meisterschaft und Aufstieg gesichert. In der Liga bis 12 Jahre, genannt „Bambini“, haben einige ganz neue

Spieler erste Erfahrungen gesammelt und auch schon Spiele gewonnen. Als vierte Mannschaft kamen sie am Ende auf Platz 6. Das hat Spaß gemacht und den Ehrgeiz geweckt.

Vormarsch in den Ranglisten geht weiter

Inzwischen sind es 3 Mädchen und 3 Jungs, die sich in den offiziellen Ranglisten nach oben spielen. Für Jungs kann es kaum einen stärkeren Bezirk geben als Oberbayern-Mitte mit 80 Vereinen. In einer von vier Qualifikationen muss man Erster oder Zweiter werden, um einen der 16 Startplätze zum Bezirks-Ranglistenturnier zu ergattern. Das haben Tim und Moritz geschafft, in der Altersklasse unter 15 Jahren. Bei den Jüngsten unter 11 Jahren geht es ohne Qualifikation. Hier hat sich Noah über Bezirk und Verbandsbereich Süd-West für die Verbandsrangliste Bayern-Süd qualifiziert. Da ist die Luft dünn, wir sind gespannt!

Felicia und Selma kommen immer besser in Fahrt. Inzwischen sind sie im Verbandsbereich Süd-West Zweite und Dritte! Können sie sich nochmal deutlich steigern, um demnächst in der Verbandsrangliste Bayern Süd mitzuhalten? Mylene rückt bei den Jüngsten nach mit einem tollen Ergebnis in ihrem ersten Turnier.



Selma

Fazit: Die Jugend des ESV Neuaubing ist inzwischen im Bezirk konkurrenzfähig geworden. Aber ab Herbst weht nochmal ein ganz an-



Emma

derer Wind, einige Jungs rücken in die Altersklasse bis 19 Jahre. Um hier mitzuhalten, sollte man unsere besten Herren schlagen können! Das Trainingsprogramm steht, die Gelegenheit ist da, ein neues Abenteuer beginnt.

Jugend Verbandsbereichs-Rangliste Süd-West:

Felicia Gao	2. Platz, Mädchen 15
Selma Dridi	3. Platz, Mädchen 15
Noah Weber	5. Platz, Jungen 11

Jugend Bezirksrangliste:

Mylene Mu	2. Platz, Mädchen 11
Emma Leiber	4. Platz, Mädchen 19
Tim Eichinger	6. Platz, Jungen 15
Moritz Ribka	10. Platz, Jungen 15
Noah Weber	5. Platz, Jungen 13

Beim Westend TT-Cup erfolgreich

Die ESVler Moritz Ribka und Noah Weber waren im Endspiel unter sich, beim Westend TT-Cup am 21. Juni. Moritz wurde Sieger und Noah Zweiter im Feld der Jugendlichen von 9 bis 13 Jahren. Das alljährliche Open-Air Turnier für Jedermann ist eine Initiative vom Bezirksausschuss 8 Schwanthalerhöhe und dem Tischtennis Fachgeschäft CONTRA. Eindrücke unter <https://westend-ttcup.de>



Westend TT-Cup: Moritz und Noah

Mylene Mu und Peer Schlichtmann sind Jugend-Vereinsmeister
Interne Wettkämpfe werden oft brisanter empfunden als „fremde“ Turniere. So auch die Jugend-Vereinsmeisterschaften sonntags in der großen Halle. An der Platte haben die meisten wirklich alles gegen-



Siegerehrung für Peer, Silas, Noah

einander in die Waagschale geworfen, aber neben der Platte blieb die Atmosphäre total freundschaftlich. Viele Eltern waren als Zuschauer gekommen, und einige haben sich gern als Zählrichter einspannen lassen. Herzliche Glückwünsche gehen diesmal an:

Jugend Klasse A:

Vereinsmeister:	Peer Schlichtmann
2. Platz:	Silas Kumetz
3. Platz:	Noah Weber



Siegerehrung für Mylene, Levi, Maxi

Jugend Klasse B:

Vereinsmeisterin:	Mylene Mu
2. Platz:	Levi Hanft
3. Platz:	Maxi Stapf



Auf zum Halbfinale unter Freunden



Internationales Deutsches Turnfest in Leipzig

Am 28. Mai war es endlich soweit. Lange freuten sich alle auf das Internationale Deutsche Turnfest in Leipzig. Die Vorhut war bereits am Vormittag mit dem Zug unterwegs und erkundete schonmal die einzelnen Veranstaltungsorte, kaufte Proviant für die nächsten Tage und bezog die Klassenzimmer, die in den nächsten Tagen unsere Schlafzimmer sein würden. Der Rest unserer 20-köpfigen Turnfestgruppe kam dann abends nach einer staureichen Autofahrt endlich auch an.

Am Donnerstag ging es erstmal in die Stadt, wo leider noch nicht allzuviel los war, deswegen zog es uns weiter an die Messe. Hier war schon einiges geboten. In allen Messehallen war was los. Wettkämpfe, Mitmachangebote, Messestände und noch vieles mehr. Um alles zu entdecken war aber nicht genug Zeit, da wir bald in die Arena zum EM-Mehrkampffinale der Frauen mussten. Leider verletzte sich die deutsche Medaillenhoffnung Helen Kevric am ersten Gerät und konnte nicht weiterturnen, die Stimmung war aber trotzdem super und die anderen Turnerinnen lieferten einen tollen Wettkampf ab. Danach gingen wir auf die Suche nach einem Restaurant, das (natürlich ohne Reservierung) 20 Leute bewirtschaften konnte und landeten bei einem sehr guten Griechen. Hier wurde eine gute Grundlage für die noch anstehende Tuju-Party gelegt. Also ging es danach wieder zurück ans Messegelände, wo wir uns trotz Elektrobeats den Abend schöntanzten.

Auch am Freitag ging es morgens nach dem Frühstück wieder an die Messe, wo wir die restlichen Hallen erkundeten und uns auch die Qualifikation der Showtanzgruppen ansahen, das war wirklich beeindruckend. Wir legten uns noch ein wenig in die Sonne bevor wir uns noch „schnell“ das Aerobic-Abzeichen holen wollten. „Schnell“ waren in etwa zwei Stunden. Wir mussten eine ziemlich lange Choreo lernen von einer etwas verwirrten Trainerin. Aber Spaß hatten wir trotzdem und das Abzeichen und eine Urkunde in der Tasche.

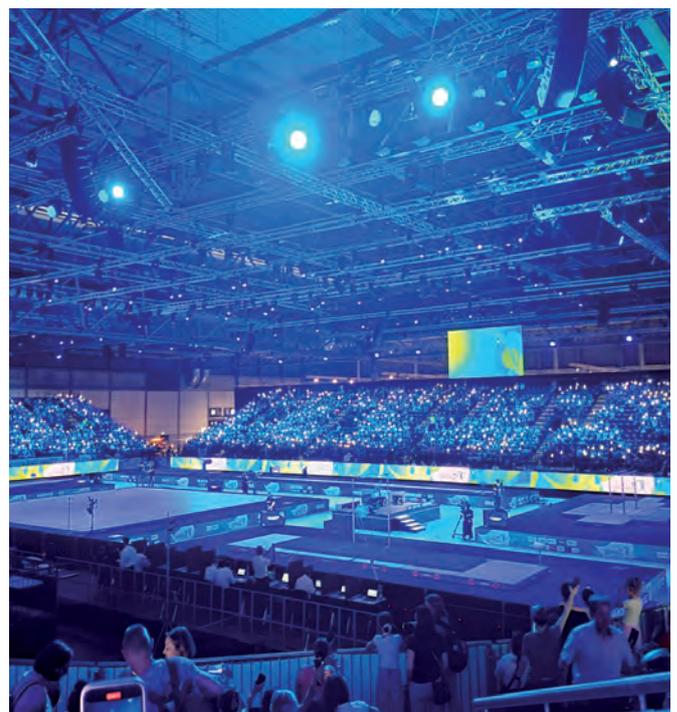
Danach ging's zurück in die Stadt, um vor der ABBA-Show auf der Bühne vor der Oper noch eine Pizza zu essen. Zufälligerweise landeten wir bei einem netten Italiener am Nebentisch von Nationalturner Lukas Dauser. Nach ein paar Aperol und leckeren Pizzen und Nudeln ging's dann nach einem Umweg über die Eisdiele zur Showbühne. Hier konnten wir ein paar Tanzschritte unserer Schauturnchoreo auspacken und hatten noch einen schönen Abend.

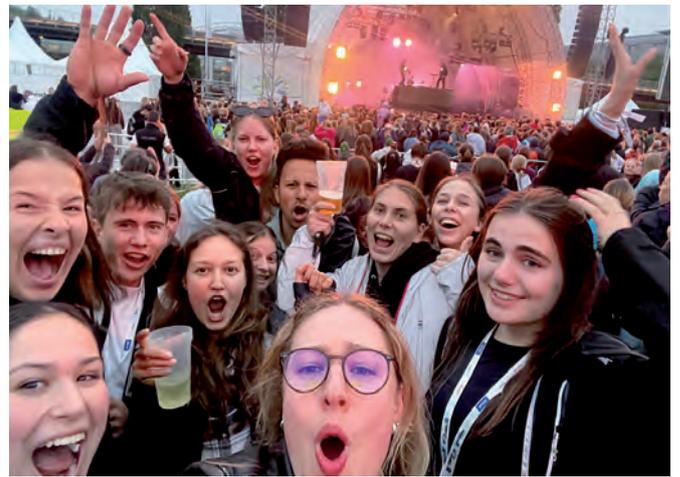
Am Samstag ging es morgens für die eine Hälfte zum Tuju International Cup mal wieder Richtung Messe. Flaggenratten, Weitsprung, Flossenlauf, Entenangeln und noch viel mehr stand für uns, die „MMM - Münchner Muckimäuse“, auf dem Programm. Wir hatten eine Menge Spaß und gingen zum Zeitvertreib vor der Siegerehrung auf die Jagd nach Pins. Dabei stolperten wir auch noch in die Autogrammstunde von Kim Bui, die mit ein paar Mädels sogar ein Handstandfoto machte.

Nach der Siegerehrung vom Tuju International Cup (grandioser 4. Platz!) ging es dann wieder in die Arena zu den EM-Gerätefinals. Was für eine Stimmung! Und was für spannende Wettkämpfe! Wir durften bei der Gold- und Bronzemedaille am Parallelbarren von Nils Dunkel und Timo Eder dabei sein und auch bei der Silbermedaille von Andreas Toba, der damit seine internationale Karriere beendete. Nach diesen tollen Momenten gab es für die eine Hälfte Pizza und für die andere gutes Augustinerbier am Markt, bevor es zum Abschluss des Tages noch in die Turngala ging.

Unser Abreisetag startete mit Zusammenpacken und Klassenzimmer übergeben und wurde vor der Abfahrt noch durch die obligatorische Stadtführung komplettiert, bevor sich alle auf den Weg nach Hause machten.

Danke Leipzig für die tolle Zeit!







Schauturnen

Eigentlich findet unser Schauturnen traditionell im Dezember statt. Da wir uns nach dem Regionalentscheid aber überraschend für das Landesfinale des Bayernpokals (genialer 4. Platz, super gemacht Mädels!) qualifiziert hatten und auch die Wettkämpfe der Kleinsten sehr spät im November stattfanden, haben wir uns dazu entschieden, das Schauturnen in den Februar zu schieben, um uns gut vorbereiten zu können.

Nach den Weihnachtsferien ging es direkt los mit Üben. Da wir wieder ein ziemlich straffes Programm hatten, blieben einige Zusatzübungsstunden nicht aus. Am 21. Februar war es dann soweit. Unser Schauturnen mit dem Thema Filmmusik startete. Los ging's mit Mamma Mia. Alle Gruppen stellten sich mit einem bunten Tanz zu einem Abba-Medley vor. Direkt danach stellten unsere „Pretty Women“ unseren Vereinsanzug vor, der mit Hilfe des Bezirksaus-

schusses und Spenden finanziert worden war. Nach einer kleinen Umbaupause zeigte unsere erste Gruppe zur Musik von „The Greatest Showman“ ihre Choreografie an Boden, Kasten und Trampolin. Von der Zirkusmanege ging es dann in die Schokoladenfabrik von Willy Wonka, wo unsere F-Jugend als Umpalumpas ihren Tanz vorführten. Danach kämpften Fini und Julia als Harry Potter und Voldemort am Balken und zeigten uns einige spektakuläre Elemente.

Mit selbst gebauten Staubsaugern jagte dann die nächste Turngruppe als Ghostbusters über die Matte. An allen vier Geräten turnte unsere AB-Jugend zu „Mission Impossible“ ihre Übungen. Von den Geheimagenten ging es dann in den Stall. Unsere Kleinsten zeigten ihren Tanz zu „Bibi und Tina“. Vor der Pause reisten wir dann noch in eine weit entfernte Galaxis, wo sich unsere Erwachsenen mit Lichtschwertern zu „Krieg der Sterne“ einen spektakulären Kampf lieferten.





Nach der Pause starteten unsere 20 Übungsleiterinnen zu „Saturday night fever“, um zu zeigen, wer hinter diesem tollen Programm steckt. Von den 70ern in die 90er: unsere C1-Jugend flog als „Men in Black“ über Trampolin und Kasten, direkt gefolgt von unseren Barrenturnerinnen, die zu „Rocky“ die Stangen glühen lieben. Jetzt startete unsere nächste Gruppe mit „Flashdance“ am Trampolin in das Genre der Tanzfilme.

Weiter ging es mit dem Klassiker „Dirty Dancing“, zu dem unsere E-Jugend um die obligatorische Wassermelone tanzte. Natürlich darf hier auch „Footloose“ nicht fehlen, hier turnte unsere nächste Gruppe eine tolle Choreografie auf die bekannte Musik. Den grandiosen Abschluss machte unsere C2-Jugend, die mit „Greased Lightning“ die Stimmung zum Beben brachte. Der anschließende „Time Warp“

unserer Erwachsenen, zu der Akro geturnt und nebenbei getanzt wurde, heizte das Publikum weiter an. Vor dem großen Finale der Erwachsenen zu „Titanic“ flogen unsere Piloten der D-Jugend noch als „Top Gun“ über die Matte. Den krönenden Abschluss bildeten nochmal alle Gruppen auf der Matte, die sich mit „Mamma Mia“ vom Publikum verabschiedeten.

Wir danken wieder einmal vor allem allen Übungsleiterinnen für die Vorbereitung, das Training und die tollen Tänze. Ein weiteres Dankeschön geht an unsere Helfer beim Auf- und Abbauen, beim Schminken und Frisieren, beim Essens- und Getränkeverkauf, an das Film- und Fototeam, an „Maximal Laut Eventtechnik“ für Ton und Licht und natürlich an unser grandioses Publikum!

(Weitere Bilder auf der folgenden Seite)





TURNEN



VOLLEYBALL

Volleyball Freizeit

„Speck-weg“-Turnier am 01.02.2025

Unser alljährliches Vorbereitungsturnier auf die Rückrunde mussten wir dieses Jahr aufgrund der Hallensituation etwas später als gewohnt und in einer anderen Halle austragen. Die neue Halle der Hermine-von-Parish-



Team Prijedor holte den Sieg



Die Kabooms

Grundschule in Pasing bot dafür einen hervorragenden Rahmen und es haben wieder zwölf Mannschaften teilgenommen. Beim sogenannten „Speck-weg“-Turnier konnten sich die „Aubinger Chaoten“ in einem überzeugenden Platzierungsspiel gegen die BUGATies erneut den 11. Platz sichern. Die Kabooms mussten sich in ihrem Platzie-

rungsspiel den Caipiranhas äußerst knapp geschlagen geben und landeten am Ende auf Rang 6. Den Sieg in einem sehr spannenden Finale gegen „Optisch überlegen“ holte sich gleich bei der ersten Teilnahme das Team „Prijedor“, deren Spieler sich teilweise bis aus Bosnien auf den Weg nach München gemacht hatten. Wie alle teilnehmenden



Die Aubinger Chaoten

Teams erhielten auch sie neben Urkunde und Sekt – passend zum Turnier-Motto – einen Obi-Eimer gefüllt mit leckerem Obst.

Freizeitliga-Saison 2024/2025

Die „Aubinger Chaoten“ spielten eine er-

folgreiche Debüt-Saison in der Münchner Freizeitliga. Insbesondere in der zweiten Saisonhälfte zeigt die Formkurve deutlich nach oben: man konnte sogar gegen die besten Teams der Liga 5B ganz gut mithalten und holte die ersten Siege gegen die direkten Konkurrenten. So sprang am Ende ein re-

spektabler 7. Platz heraus. Ziel für 2026 ist der Anschluss an die oberen Tabellenregionen.

Kaboom musste bereits die zweite Saison in Folge mit mehreren verletzten Spielern und Spielerinnen klarkommen. Umso erstaunlicher war es, dass man mit dem Abstieg schon nach wenigen Spieltagen nichts mehr zu tun hatte und sogar bis zum Schluss um die Qualifikation zu den weiterführenden Meisterschaften mitspielen konnte. Am Ende wurde diese bei Punktgleichheit nur um 2 Sätze verpasst. Damit die Personaldecke in der kommenden Saison wieder etwas breiter ist, suchen wir aktuell Frauen und Männer, die sich zutrauen, in der ersten Freizeitliga mitzuspielen. Wenn Du Lust hast mit uns zu trainieren, dann komme gerne Dienstag abends bei uns vorbei. Im Sommer sind wir meist beim Beachvolleyball in Freiam, ab September wieder in der Halle an der Papinstraße.

Deutsche Meister beim Senioren-Mixed-Cup in Neusäß

Anfang Mai fanden in Neusäß bei Augsburg die diesjährigen Deutschen Senioren-Mixed-Meisterschaften in vier Altersklassen statt. Mit dabei waren auch drei Spieler des ESV Neuaubing, die in zwei Spielgemeinschaften aus verschiedenen Münchener Freizeitligateams erfolgreich mitspielten. Thomas Mersmann wurde mit seinem Team in der AK1 Vizemeister. Sie mussten sich nur dem alten und neuen Deutschen Meister der AK1, der SG Weidener Sportfreunde/TuS Mondorf geschlagen geben. Markus Eisenmann und Sascha Reiser wurden in der AK3 sogar Deutscher Meister.



Teilnehmer am Senioren-Mixed-Cup in Neusäß





Das Beste aus der griechischen & mediterranen Küche.



Sie suchen den perfekten Ort für
Ihre nächste Feier?

Ob Firmen-, Vereins- oder Familienfest,
Geburtstag, Weihnachtsfeier, Jubiläum
oder Hochzeit – wir bieten Ihnen für jeden
Anlass kulinarischen Genuss in
besten Qualität.

Bei schönem Wetter können Sie auf
unserer Sonnenterrasse Ihre Speisen
und Getränke genießen.



Öffnungszeiten: Mo-Di u. Do-Fr sowie 1. Mittwoch im Monat 16.00 - 24.00 Uhr
Sa-So 11.30 - 14.30 u. 17.00 - 24.00 Uhr

LEMONI