



SPORT FREUNDE HARTECK

Max-Liebermann-Str. 30 · 80937 München

Vereinszeitschrift Nr. 142·04/18



Hier

könnte Ihre Adresse stehen!

Werden Sie Mitglied bei den
Sportfreunden Hardeck.

B 1333 Sportfreunde Hardeck e.V., Max-Liebermann-Str. 30, 80937 München
PVST, Deutsche Post AG, „Entgelt bezahlt“, VKZ



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Eine Bankfiliale für die Hosentasche!

Nehmen Sie Ihre Bank doch einfach mit: Mit der VR-Banking App lassen sich die wichtigsten alltäglichen Bankgeschäfte immer und überall erledigen. Dank ihrer **Multibankfähigkeit** haben Sie mit der App sogar Zugriff auf alle Kontostände bei anderen Banken. So behalten Sie immer den Überblick.

Ausführliche Informationen über alle weiteren nützlichen Funktionen erhalten Sie von Ihrem Berater oder online.



Mehr über mobile Dienste

Sicher, bequem
und flexibel:
**VR-Banking
App**

 **Raiffeisenbank
München-Nord eG**

www.rb-muenchen-nord.de



Saw's

KINGSGARD **TEXTILPFLEGE**

Unsere Standorte:

Amalienstraße 61, 80799 München, Telefon 089/28 17 33
Baubergerstraße 5, 80992 München, Telefon 089/59 67 22
Flughafen München GmbH, Zentralgebäude, Service-Center, Telefon 089/97 52 13 75
Gartenstraße 22, 80809 München, Telefon 089/308 29 05
Hauptbahnhof München, Bahnhofplatz 2, 80335 München, Telefon 089/59 24 34
Hohenzollernstraße 130, 80796 München, Telefon 089/300 65 31
Keferloherstraße 76, 80807 München, Telefon 089/35 51 75
Schleißheimerstraße 4, Stiglmaierplatz, 80333 München, Telefon 089/448 99 19
Wilhelmstraße 13/Ecke Hohenzollernstraße, 80801 München, Telefon 089/33 19 86

...ganz in Ihrer Nähe:

Schleißheimerstraße 442, 80935 München,
Telefon 089/314 20 05

TOP DIENSTLEISTER • TOP SERVICE

www.KINGSGARD.de



SIRL INTERAKTIVE LOGISTIK GMBH

**TRANSPORT
PRODUKTGUTLAGER
BEWEGTER HANDEL**

Siemensstraße 16 · 85716 Unterschleißheim
Telefon (0 89) 35 63 63 - 0 / Fax - 999 / www.sirl-logistik.de



04	EDITORIAL
06	HAUPTVEREIN
07	FREIZEITGRUPPE
08	KISS
10	TURNEN
12	HALLENBELEGUNGSTABELLE
14	JU-JUTSU
16	VOLLEYBALL
18	TAEKWONDO
20	JUDO



Sommerfest

Großes Titelbild: Das bayerische Team für die G-Judo Europameisterschaft in London mit Partnern und Unterstützern;
Kleines Titelbild: Das Sommerfest bot vielfältige Bewegungsmöglichkeiten

IMPRESSUM www.harteck.de

GESCHÄFTSSTELLE

Sportfreunde Hardeck München e.V.
Max-Liebermann-Straße 30
80937 München
Telefon 089 - 37 15 95 62
Telefax 089 - 37 15 95 63
info@harteck.de
Geschäftszeit: Do. 18.00 - 20.00 Uhr
(außer in den Ferien)

VEREINSHEIM GASTSTÄTTE

Trenkleweg 5
80937 München
Markus Kasper
Mobil 0177 - 1 75 87 89
Michael Seidl
Mobil 0152 - 04 51 09 61
gaststaette@harteck.de

SPORTPLATZ

Bezirkssportanlage
Wegenerstraße 10
Telefon 089 - 311 70 87

HERAUSGEBER UND VERLEGER

Sportfreunde Hardeck München e.V.
Max-Liebermann-Straße 30
80937 München
Telefon 089 - 37 15 95 62
Telefax 089 - 37 15 95 63

LAYOUT

QuerFormat Werbeagentur
Karola Kennerknecht
Telefon 089 - 8 11 96 67
info@querformat-werbeagentur.de

VEREINSFOTOGRAF

René Weil
Frauenmantelanger 31
80937 München
Mobil 0171 - 843 84 52

DRUCK

BluePrintAG
Lindberghstraße 17
80939 München

VORSTAND

Vorsitzender
Michael Hesse
Rathausstraße 37
82008 Unterhaching
Telefon: 089 - 54 87 82 30
michael.hesse@harteck.de

STELLVERTRETUNG FINANZEN

Andreas Mutzel
Bingener Straße 22
80993 München
Telefon 089 - 45 21 97 02
andreas.mutzel@harteck.de

STELLVERTRETUNG VERWALTUNG

Friedrich Schottenheim
Josef-Ressel-Straße 9a
80937 München
Telefon 089 - 311 35 78
friedrich.schottenheim@harteck.de

STELLVERTRETUNG SPORT

Wolfgang Gah
Max-von-Laue-Straße 9
80937 München
Telefon 089 - 313 48 80
wolfgang.gah@harteck.de

VEREINSJUGENDLEITER

Florian Sachs
Weitstraße 111
80935 München
Telefon 089 - 313 03 09
florian.sachs@harteck.de

STELLVERTRETENDER VEREINSJUGENDLEITER

Benjamin Martan
Malvenweg 11
80995 München
benjamin.martan@harteck.de

EHRENVORSITZENDER

Josef Nadler
Spitzerstraße 58
80939 München
Telefon 089 - 311 55 97
josef.nadler@harteck.de

DATENSCHUTZBEAUFTRAGTER

Derzeit nicht besetzt

BEISITZERIN JUGENDLEITUNG

Serat Askin
Rathausstraße 37
82008 Unterhaching
Mobil 0151 - 24 14 16 65
serat.askin@harteck.de

JUGENDSPRECHERIN

Derzeit nicht besetzt

JUGENDSPRECHER

David Dlouhy
Caracciolastraße 19
80935 München
Mobil 0163 - 3 84 75 56
david.dlouhy@harteck.de

FUSSBALL

David Roll
Max-von-Laue-Straße 3
80937 München
Mobil 0176 - 66 66 00 31
fussball@harteck.de

JUDO

Alwin Brenner
Dachauer Straße 74b
85229 Markt Indersdorf
Telefon 08136 - 71 26
judo@harteck.de

TISCHTENNIS

Erwin Aumaier
Petrarcastraße 32
80933 München
Telefon 089 - 3 14 45 64
tischtennis@harteck.de

TURNEN

Birgit Piereth
Glockenbecherstraße 7a
80935 München
Telefon 089 - 31 23 20 31
Mobil 0163 - 204 30 33
turnen@harteck.de

VOLLEYBALL

Matthias Lehner
Griegstraße 47
80807 München
Mobil 0176 - 63 17 34 44
volleyball@harteck.de

JU-JUTSU

Reinhard Schroll
Ebereschenstraße 47
80935 München
Telefon 089 - 351 41 94
jujutsu@harteck.de

FREIZEITGRUPPE

Karl-Heinz Bauer
Karlsteinstraße 23
80937 München
Telefon 089 - 311 41 94
freizeitgruppe@harteck.de

TAEKWONDO

Michael Hesse
Rathausstraße 37
82008 Unterhaching
Telefon 089 - 54 87 82 30
taekwondo@harteck.de

KINDERSPORTSCHULE (KISS)

Sebastian Heidrich
Telefon 089 - 54 87 82 29
Mobil 0176 - 49 61 88 56
kiss@harteck.de

ERSCHEINUNGSWEISE
vierteljährlich

EDITORIAL



Liebe Sportfreundinnen,
liebe Sportfreunde,

kaum ist das Oktoberfest passé, lachen uns in den Auslagen und Regalen der Lebensmittelmärkte schon Weihnachtsgebäck, Christstollen und Lebkuchenherzen an. Die Zeit vergeht schnell und nahezu mit einem Augenaufschlag ist ein weiteres Jahr vorbei.

Damit ist auch wieder die Zeit gekommen, all denjenigen zu danken, die unseren Verein ausmachen. Menschen machen einen Verein aus und damit bedanke ich mich bei allen Mitgliedern für ihre Treue und allen Vorstandskollegen, Angestellten, Abteilungsfunktionären, Trainer/-innen und engagierten Helfer/-innen für ihren unermüdlichen Einsatz. Nichts ist selbstverständlich, daher allen ein riesen-großes Dankeschön für ihre Arbeit, natürlich verbunden mit dem Wunsch nach einem „weiter so“.

Dieses Jahr war es im Vergleich zu den Vorjahren doch etwas aufwändiger, geeignete Unterstützungskräfte für unsere KISS zu gewinnen. Dank des nachhaltigen Einsatzes unseres KISS Leiters Sebastian Heidrich ist es aber dennoch gelungen, und so begrüße

ich an dieser Stelle unsere neuen Mitarbeiter/-innen im Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ) und Bundesfreiwilligendienst (BFD):

Lara Janssen (FSJ)
Denis Ade (FSJ)
Julian Pike (BFD)
Tobias Paulus (BFD)
sowie
Dominic Hanic (neue Lehrkraft in der KISS)

Viel Erfolg und gutes Gelingen hier in Harteck!

Ich wünsche Euch allen noch viel Spaß beim Lesen und Stöbern in der neuen Ausgabe unserer Vereinszeitung, allen eine schöne vorweihnachtliche Zeit und in diesem Sinne natürlich auch ein gutes und verletzungsfreies Training sowie weiterhin viel Erfolg – bei uns den SFH.

Michael Hesse
Vorsitzender

UNSER TEAM



Josef Nadler
Ehrenvorsitzender



Andreas Mutzel
Stellv. Finanzen



Friedrich Schottenheim
Verwaltungsleiter



Florian Sachs
Jugendleiter



Wolfgang Gah
Sportleiter



David Dlouhy
Jugendsprecher



Benjamin Martan
Stellv. Jugendleiter



Serat Askin
Jugendleitung Beisitzerin



Karl-Heinz Bauer
Aktive Freizeitgruppe



David Roll
Fussball



Reinhard Schroll
Ju-Jitsu



Alwin Brenner
Judo



Sebastian Heidrich
KISS



Michael Hesse
Taekwondo



Erwin Aumaier
Tischtennis



Birgit Piereth
Turnen



Matthias Lehner
Volleyball



Barbara Franz
Geschäftsstelle



Lara Janssen
Freiwilliges Soziales Jahr



Denis Ade
Freiwilliges Soziales Jahr



Julian Pike
Bundesfreiwilligendienst



Tobias Paulus
Bundesfreiwilligendienst



Rene Weil
Vereinsfotograf

Liebe Vereinsmitglieder, liebe Leser/-innen,

im Herbst sind in den meisten Wettkampfligen die Meisterschaftsrunden gestartet.

Mit besonderer Freude habe ich zur Kenntnis genommen, dass unsere Fußballabteilung wieder mit zwei Mannschaften und guten Ersterfolgen in der C-Klasse spielt und die Tischtennisabteilung wieder an den Rundenspielen teilnimmt. Ich hoffe, dass es hier weiter auf-

wärtsgeht, denn es wäre jammerschade, wenn diese beiden traditionsreichen Gründungsabteilungen unseres Vereins ausfallen würden. Damit der geplante Neuanfang mit guter Jugendarbeit der beiden Abteilungen auch wirklich gelingen kann, muss der Hauptverein hier seine volle Unterstützung einbringen.

Nun zu zwei anderen Themen: Franz Meggle, unser Mann der ersten Stunde (seit

1949 im Verein), feierte vor kurzem seinen 85. Geburtstag. Herzlichen Glückwunsch nochmals, auch auf diesem Weg.

Doch leider gibt es auch ein trauriges Ereignis. Manfred Biehl, Mitglied seit 1950 aus der Fußballabteilung ist am 24.09.2018 im Alter von 83 Jahren, nach kurzer Krankheit, verstorben.

Josef Nadler
Ehrenvorsitzender

85. Geburtstag Franz Meggle

Am 28. August 2018 feierte Franz Meggle, unser Mann der ersten Stunde seit dem Gründungsjahr 1949, seinen 85. Geburtstag. Seine aktive Laufbahn hat er altersbedingt und aus Gesundheitsgründen längst beendet, hält dem Verein aber nunmehr seit 69 Jahren die Treue. Das ist legendär und aller Ehren wert. Als Ehrenvorsitzender habe ich ihm, im Namen der Vorstandschaft, zum Geburtstag einen Blumenstrauß überreicht. Ich möchte auch auf diesem Weg nochmals, im Namen der Vorstandschaft sowie aller Mitglieder, herzlich gratulieren.

Josef Nadler
Ehrenvorsitzender



Ehrenvorsitzender Josef Nadler gratuliert zum 85. Geburtstag



Nachruf Manfred Biehl

Am 24.08.2018 ist Manfred Biehl nach kurzer Krankheit verstorben.

An der Trauerfeier, die am 15. Oktober am neuen Friedhof in Ismaning stattfand, nahmen eine große Anzahl von ehemaligen und aktiven Fußballern aus allen Epochen teil. Sie brachten damit ihre Wertschätzung und Verbundenheit mit dem Verstorbenen und dessen Familie zum Ausdruck.

Der 1. Vorsitzende unseres Vereines, Michael Hesse, würdigte in seiner Abschiedsrede Sportkamerad Manfred Biehl und dessen langjährige Mitgliedschaft, die ich in kurzen Abrissen nachstehend ebenfalls zum Ausdruck bringe: Geboren in der Bayerischen Pfalz, kam er zusammen mit seinen Eltern und seinen Geschwistern, nach dem Krieg, nach München und trat am 01. August 1950 als Schüler in unsere Fußballabteilung ein. Er hielt unserem Verein, bis

zu seinem Tod, 68 Jahre lang die Treue und versuchte nie, in anderen Vereinen Karriere zu machen, obwohl er ein außergewöhnlicher Fußballer war. Er war ein „Fußballbessener“ und dazu ein leidenschaftlicher Hartecker sowie FC Bayern-Fan. Er spielte bei uns in allen Mannschaften, von den Schülern, über die Jugend, bei den Erwachsenen, bis hin zu den „Alten Herren“. Als rasender „Rechtsaußen“ war er bei allen Gegnern gefürchtet. Sein unangenehmster Gegenspieler, der ihn sehr fürchtete, kam vom FC Ismaning. Selbst als er nicht mehr Fußball spielte und trotz Umzug mit seiner Frau ins Ismaninger Moos, hielt er dem Verein als passives Mitglied, bis zu seinem Tod, die Treue.

Zusammen mit seiner Frau Traudl war er aus dem Vereinsleben der Sportfreunde Harteck nicht weg zu denken. Neben seiner aktiven Laufbahn hat er dem Verein auch in verschiedensten Funktionen gedient. Wo



Manfred Biehl bei einer seiner vielen Ehrungen

er gebraucht wurde, sprang er ein und stellte sich der Aufgabe. Bei allen Veranstaltungen, ob Vereinsfeiern, Ausflügen oder Versammlungen, waren beide immer zur Stelle und aktiv sowie voller Freude dabei.

Wir werden unseren Sportkameraden Manfred Biehl nie vergessen und ihm immer ein ehrendes Andenken bewahren.

Josef Nadler
Ehrenvorsitzender

HAUPTVEREIN

Hier schreibt der VwL

Nach Wolnzach ist vor Wolnzach

Nachdem die Hartecker Laufgruppe das ganze Jahr hindurch auf der Panzerwiese trainiert, hatten die Teilnehmer/-innen keine Bedenken auch heuer wieder beim vom Bayerischen Rundfunk organisierten „Lauf10!“ in Wolnzach mitzumachen. Leider konnten nicht alle dabei sein, aber Elfriede, Melanie und Fritz gingen mit fast 4.000 anderen Läufer/-innen beim zehn Kilometerlauf an den Start. Wie auf dem Siegerfoto zu erkennen, waren ihnen die Medaillen sicher...

Wenn auch nächstes Jahr jemand Lust hat, in Wolnzach mitzumachen oder einfach nur auf der Panzerwiese mitlaufen möchte, gerne bei Fritz Schottenheim melden.

Gruß Fritz, Euer VwL



Mitgliedschaftsbestätigung

zur Vorlage bei der Krankenkasse, Behörden, etc.*



Hiermit bestätigen wir, dass

Name:

geb. am:

im Jahr: seit:

Mitglied bei den Sportfreunden Harteck München e.V. ist.

Stempel/Unterschrift

*Bitte ausfüllen und in der Geschäftsstelle oder von Eurem Abteilungsleiter abstempeln lassen

Grillfest

Am 31. Juli 2018 fand in der Kleingartenanlage Harthof unsere alljährliche Grillfeier statt.

Wir bedanken uns bei den Wirtsleuten Claudia und Robert Huber für die Möglichkeit, eine wunderbare Feier in angenehmer Atmosphäre, mit gutem Essen (Enten und Rollbraten), abzuhalten. Sie haben sich sehr viel Mühe gemacht. J.N.



Wanderung vom Kloster Andechs nach Herrsching

Am Freitag, den 17. August 2018 fuhren wir mit der S 6 nach Starnberg und von dort mit dem Bus 951 zum Kloster Andechs. Es folgte eine ausführliche Besichtigung dieses wunderbaren gotischen Bauwerkes aus dem 15. Jahrhundert, welches im 17. Jahrhundert barockisiert und in den Jahren 1751-1755 in Rokokoformen umgestaltet wurde. Es ist eine der schönsten Hallenkirchen Bayerns mit langer klösterlicher Tradition.

Auf der Terrasse des Klostergasthofes nahmen wir Platz zum Mittagessen. Bei schöner Aussicht in das Voralpenland und herrlichem Sonnenschein, verbunden mit guten Gerichten, verbrachten wir ein paar kurzweilige Stunden. Anschließend machten wir uns über den sogenannten „Hörndlweg“ auf zum Abstieg nach Herrsching. Dieser Weg war zum Teil beschwerlich, da er am Anfang über sehr steile und schlecht gepflegte Waldwege

führte. Später ging der Weg in schöne Wiesen- und lichte Waldwege über, die uns vor keine Probleme mehr stellten. Immer wieder gab es schöne Ausblicke auf den Ammersee. Zum Abschluss unserer Wanderung versüßten wir uns den Tag bei einer guten Eisdiel an der Strandpromenade. Die S-Bahn brachte uns nach diesem schönen Tag wieder nach München zurück.

J.N.



Wanderung am 20.09.2018 von Gmund nach Tegernsee

Nach leichtem Anstieg, wanderten wir auf dem Höhenweg von Gmund nach Tegernsee. Der Weg war nicht anstrengend und so konnten wir immer den schönen Ausblick auf den See genießen. Im „Tegernseer Braustüberl“ erholten wir uns von der „anstrengenden“ Wanderung.

Christa Asbeck

Rückblick letztes Schuljahr

Wenn wir auf das letzte Schuljahr zurückblicken, würde die Bezeichnung in die Richtung turbulentes KiSS-Jahr gehen. Auf sportlicher Ebene hatten wir einige Neuerungen, welche zum Kennenlernen von vielen neuen Sportkindern führte.

Der Ausbau der Stunden bei bestehenden Partnern, die neue Kooperation am Bauhausplatz und unsere erstmalig durchgeführte Ferienfreizeit. Letztes Jahr haben wir jedoch auf personeller Ebene nicht immer Kontinuität gehabt. Trotzdem haben wir Engpässe gemeistert. Nach den Sommerferien starteten wir den Sportbetrieb im neuen Schuljahr, neben Angela und mir, mit einem komplett neuen Team. Unsere letztjährigen Freiwilligen Simon Haupt und Tobias Altstiel haben ihren Dienst im Juli planmäßig bei uns beendet. Vielen Dank für Euren tollen Einsatz und in der Zukunft viel Erfolg. Wir sind uns sicher, dass Ihr Euren neuen Weg erfolgreich gehen werdet.

Bei den Freiwilligen haben wir unser Team vergrößert. Erstmals haben wir vier junge Leute in unserem Team. Lara, Tobias, Julian und Denis stellen sich Euch separat vor. Alle vier haben im Sport Erfahrungen und werden bei uns tolle Arbeit leisten. Die ersten Wochen sind super angelaufen und Schritt für Schritt arbeiteten wir sie ein.

Nicht nur im Bereich der Freiwilligen können wir aufstocken, denn der Bedarf nach einer zusätzlichen Sportfachkraft bestand für das neue Schuljahr ebenfalls. Korbinian Schindler verließ uns zum Ende des Schuljahres. Wir sind froh, dass wir mit Dominik Hanic einen sehr guten Nachfolger gefunden haben. Auch Dominik stellt sich Euch im Rahmen unseres KiSS-Berichts vor. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit allen neuen KiSS-Kräften.

Wie schon berichtet, verlief unser Start sehr gut. Aktuell sei Euch gesagt, dass die

KiSS in manchen Gruppen noch freie Plätze hat. Wer Interesse an der KiSS hat, kontaktiert bitte das KiSS Büro. Kommt zum Kennenlernen vorbei, denn wir freuen uns immer über neue Gesichter. Ganz besonders unsere Gruppen für die Jahrgänge 2012 bis 2015 suchen Neuzugänge.

Kooperationspartner Schuljahr 2018/19

Unsere Kooperationspartner haben trotz einiger Engpässe im Personal im letzten Schuljahr, nie einen Qualitätsverlust zu verzeichnen gehabt. Dafür mussten wir natürlich zusammen einiges auffangen. Für die KiSS ein großer Vertrauensbeweis. Auch im aktuellen Schuljahr haben wir unser Stundenpensum im Bereich Ganztags ausbauen können. Vor allem an der Bauhaus- und der Burmester-Grundschule. An beiden Schulen betreuen wir im neuen Schuljahr aktuell die doppelte Schüleranzahl, gegenüber dem letzten. Alle weiteren Kooperationen führen wir im neuen Schuljahr fort.

Ausblick in der KiSS

Schon traditionell bieten wir am schulfreien Buß- und Betttag eine sportliche Betreuung für Grundschüler an. Am 21.11.2018 besteht die Möglichkeit, am Sporttag der KiSS teilzunehmen. Neben dem Sport geht es um viel Spaß. Natürlich wird die Verpflegung auch abgesichert sein, denn in der Vereinsgaststätte erhalten wir ein warmes Mittagessen. Wer eine Betreuungsmöglichkeit für sein Kind sucht, meldet sich bei uns. Auch im Bereich Ferienfreizeit wollen wir 2019 eine Woche anbieten. Wir werden Euch frühzeitig über den Termin informieren.

Die KiSS Schwimmkurse starteten Ende September ebenfalls planmäßig. Mit dem Erscheinen der Zeitung steht die nächste Runde schon wieder an. Am Dienstag Mittwoch und Donnerstag finden bei uns Kurse für Anfänger, sowie aufbauende Kurse und Kurse für Fortgeschrittene statt. Wenn Ihr an einer Teilnahme Interesse habt, meldet Euch gerne beim KiSS-Leiter. Im Januar 2019 geht's in die nächste Runde.

Damit schließen wir die Neuigkeiten aus der KiSS. Beim Erscheinen der Zeitung gehen wir schon in Richtung Jahresende. Das gesamte KiSS-Team wünscht Euch eine schöne Vorweihnachtszeit, fröhliche Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr. Wir sagen DANKE für die tolle Zusammenarbeit mit Groß und Klein. Ein dickes Dankeschön auch an Barbara, unseren Vorstand und das KiSS-Team.

Sportliche Grüße
Sebastian Heidrich

Neue Schwimmkurse im Januar

Anfängerschwimmen ab 4 Jahre

Aufbaukurs ab 4 Jahre

Fortgeschrittenkurs ab 5 Jahre

In Kleingruppen (höchstens sieben Kinder) wird den Kids in den drei verschiedenen Kurs-Stufen das Schwimmen vermittelt. Die Schwimmkurse werden in der Schwimmhalle der Grundschule an der Thelottstraße 20 angeboten.

Unsere Schwimmtage sind Dienstag, Mittwoch und Donnerstag.

- Kursgebühr 109,- € für KiSS-Mitglieder und 129,- € für Nichtmitglieder.
- Zehn Termine über die Dauer von 45 Minuten

Infos gibt's beim KiSS-Leiter Sebastian Heidrich
kiss@hardeck.de oder 089 / 54 87 82 29





Freiwillige

Tobias

Hallo liebe Sportfreunde, mein Name ist Tobias Paulus, ich bin 18 Jahre und absolviere in diesem Schuljahr 2018/2019 meinen Bundesfreiwilligendienst (BFD) sowohl bei Euch, als auch bei der Bayerischen Sportjugend im Bayerischen Landes-Sportverband. Ich möchte nach meinem diesjährig bestandenen Fachabitur an der FOS Technik zunächst

berufliche Erfahrungen in einem für mich neuen Tätigkeitsbereich sammeln und mich gleichzeitig engagieren. Da ich selbst gerne Sport treibe, wollte ich den BFD unbedingt im Bereich Sport absolvieren. Meine Interessen liegen vor allem im Fußball, da ich aber generell sehr sportbegeistert bin, zeige ich mich auch offen für andere interessante Sportarten. Zudem

trainiere ich regelmäßig durch Kraft- und Ausdauersport meine Fitness. Mein Ziel ist es, den Kindern den Spaß an Sport und Bewegung zu vermitteln und sie dafür zu begeistern. Ich freue mich bereits jetzt auf ein interessantes, sportliches Jahr mit vielen neuen und spannenden Herausforderungen.
Euer Tobias



Lara

Hallo liebe Sportfreunde mein Name ist Lara Janssen, ich bin 18 Jahre und werde dieses Jahr bei Euch ein freiwilliges soziales Jahr (FSJ) absolvieren. Für die Sportfreunde Harteck habe ich mich entschieden, weil ich sowohl selbst gerne Sport treibe, als auch meine Erfah-

rungen im Sport gerne mit anderen teile. Das Jahr ist für mich auch ein Orientierungsjahr, um mir darüber bewusst zu werden, was ich in meiner Zukunft machen möchte, nachdem ich 2018 das Abitur gemacht habe. Ich war einige Zeit lang Teil der Leichtath-

letikmannschaft meiner Schule und spiele Handball im Verein. Ich freue mich auf das kommende Jahr sowie die ganzen neuen Eindrücke und Erfahrungen, die auf mich warten. Ich hoffe, den Kindern den Spaß am Sport zu vermitteln.
Eure Lara



Julian

Hallo liebe Sportfreunde, mein Name ist Julian Pike, ich bin 19 Jahre und werde im Schuljahr 2018/19 meinen Bundesfreiwilligendienst bei Euch absolvieren. Nach meinem abgeschlossenen Fachabitur ist es mir wichtig, praktische Erfahrungen im Sportbereich zu sammeln, da ich mir sehr gut vorstel-

len kann, in diese Richtung zu studieren. Seit einigen Jahren spiele ich Basketball im Verein, habe zwischenzeitlich phasenweise zusätzlich Fußball und Tennis gespielt. In meiner Freizeit fahre ich zudem sehr gerne mit meinem Mountainbike. Außerdem interessiere ich mich für Eishockey und American Football. Ich freue

mich sehr auf die Zeit bei den Sportfreunden Harteck e.V. und bin gespannt auf die vielen Erfahrungen und Eindrücke, die ich während meines Bundesfreiwilligendienstes sammeln werde.
Sportliche Grüße,
Julian Pike



Denis

Hallo liebe Sportfreunde, mein Name ist Denis Ade. Ich bin 17 Jahre und werde in diesem Schuljahr mein freiwilliges soziales Jahr (FSJ) bei Euch absolvieren. Nachdem ich im Juni 2018 meine mittlere Reife abgeschlossen habe, möchte ich gerne praktische, sportbezogene Erfahrungen sammeln, da ich noch nicht weiß, wie meine berufliche Zukunft später einmal aussehen soll. Ich selbst spiele seit meinem vierten Le-

bensjahr Fußball und bin seit über drei Jahren Spieler des TSV 1860 München. Zusätzlich war ich von meinem fünften bis zu meinem zwölften Lebensjahr im Kampfsportbereich Taekwondo aktiv. Im Sommer 2018 durfte ich selbst Erfahrungen als Trainer sammeln und mit einigen Anderen das Löwenfußball-Camp leiten. Darüber hinaus liegen meine Interessen vor allem im Joggen, Ausdauertraining, Eishockey und Krafttraining. Als Internats-

spieler des Nachwuchsleistungszentrums der Löwen ist für mich ausgewogene und gesunde Ernährung sehr wichtig. Ebenso wird auf einen sportlichen, gesunden Fitnesszustand viel Wert gelegt. Ich freue mich auf die kommende Zeit und hoffe auf ein ereignisreiches Jahr mit den Sportfreunden Harteck e.V.
Sportliche Grüße,
Euer Denis



Neuer KiSS-Lehrer

Liebe Sportfreunde, mein Name ist Dominik Hanic und ich bin 29 Jahre. Seit September bin ich als neue Sportfachkraft in der KiSS tätig. Sport begleitet mich durch mein ganzes Leben, denn ich habe viele Sportarten ausgeübt und ausprobiert. Als Kind habe ich mit Skifahren angefangen und über Inline-Hockey bin ich zum Floorball gekommen.

In Tschechien habe ich sieben Jahre in der höchsten Floorball Liga gespielt und bin mit meinem Team Vize-Meister geworden. Ich war auch Spieler in der Bundesliga in Kaufering.

Die Arbeit mit Kindern und Erwachsenen in diversen Winter- und Sommersportkursen sowie die Arbeit als Sportanimateur in der Türkei und Griechenland brachten mich zu meinem Studium. Ich habe in Tschechien an der Universität Ostrava Rekreologie (Sportwissenschaft-

ten und Sportwirtschaft) studiert und habe mich während des Studiums aktiv und passiv mit dem Sport beschäftigt. Ich liebe Skifahren, bin auch Skilehrer mit Lizenz und probiere gerne neue Sportarten aus. Ich bin ein offener Mensch, der immer versucht, gute Laune zu haben. So wünsche ich mir, dass alle Kinder Spaß beim Sport haben, so wie ich es in meiner Kindheit hatte. Mit sportlichen Grüßen
Dominik Hanic

TURNEN

Einfach zur Ruhe kommen

In der letzten Vereinszeitung haben wir bereits auf die Wichtigkeit des Schlafes hingewiesen. Ein weiterer wichtiger Faktor gesunder Lebensführung ist etwas, das wir täglich tun. Jeder tut es, egal in welchem Alter. Es begegnet uns bis zum letzten Zug: Atmen! Durch verschiedene Umwelteinflüsse, den Stress und die Hektik des Alltags, vergessen wir das, was uns am Leben hält, richtig zu tun. Jeder Mensch atmet am Tag 20.000 Mal ein und aus. Einen halbern Liter Sauerstoff nimmt die Lunge da-

durch bei jedem Atemzug auf. Im Durchschnitt sind das etwa 300 Millionen Liter in einem Menschenleben. Da sollte man auch mal innehalten, den Atem ruhig und gleichmäßig genießen. Tief durchatmen und sich öfter mal die Frage stellen, ob das jetzt so wichtig ist, dass man außer Atem kommt? Das richtige Atmen kann man im Sport üben, ganz besonders beim Yoga.

Viel Spaß dabei wünscht Euch
Eure Hartecker Abteilungsleitung
Turnen und Fitness.

Ausbildung im Sport

Die Sportfreunde Harteck unterstützen auch in 2019 Einsätze und Weiterbildungen von Übungsleiter/-innen. Wenn Du es selbst einmal versuchen möchtest, auf der Trainerseite zu stehen, dann sprich die Abteilungsleitung (turnen@harteck.de) gerne an. Wir werden sicher einen Weg finden, Dich dabei zu unterstützen.



Ehrenamt

Das Ehrenamt wird in der Politik und Wirtschaft hoch gelobt. In Ebersberg ist diesem sogar ein Platz gewidmet. „DANKE“ steht hier auf einem eisernen Schild. Selbst Sturm, Hagel und Schnee können ihm nichts anhaben. Das Ehrenamt bleibt standhaft in unserem Gemeinwesen und ist kulturell tief in Deutschland verankert. Versucht es mal!



Sommerfest

Die Abteilungsleitung bedankt sich bei den Organisatoren des diesjährigen Sommerfestes. Danke an Wolfgang, Fritz, Michael, Andi, Florian und René für das gelungene Fest, die tollen Bilder und an Petrus für das geniale Wetter. Wieder konnte die Abteilung ihr Portfolio aufzeigen und Werbung für den Sport machen.

*Alles Gute
zum Geburtstag*

*Liebe Sigi,
wir wünschen Dir alles Gute zum runden Geburtstag
sowie viel Gesundheit und Spaß
bei Deinen Sporeinheiten.*

*Deine
Turn- und Fitnessabteilung*



Einladung

Weihnachtsfeier Turnen und Fitness 2018

Unsere Weihnachtsfeier findet am Freitag, den 30.11.2018 um 17.30 Uhr im Vereinsheim statt. Das Essen ist für 18.00 Uhr vorgesehen. Wer die Weihnachtsfeier aktiv mitgestalten möchte, meldet sich bitte bei der Abteilungsleitung unter turnen@harteck.de.

Sportangebot ändert sich

Das Zumba-Angebot findet am Mittwoch von 20.30 bis 21.30 Uhr in der Turnhalle am Hildegard-von-Bingen-Anger statt. Freitags besteht von 17.00–18.00 Uhr in der Eduard-Spranger-Schule für Ein- bis Sechsjährige eine weitere Trainingseinheit mit „Lust auf Bewegung“!

Weitere Informationen auf Nachfrage erhalten Sie per E-Mail an turnen@harteck.de.

UNSER SPORTANGEBOT

SPORTABTEILUNG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
JUDO					
Mini-Judo (3 bis 5 Jahre)	16:15 bis 17:15			16:30 bis 17:15	
Jugend (6 bis 14 Jahre)	17:15 bis 18:15				
Jugend (6 bis 9 Jahre)				17:15 bis 18:15	
Jugend (10 bis 14 Jahre)				18:15 bis 19:30	
Prüfungstraining (bis orang. Gürtel)	17:00 bis 18:15				
Prüfungstraining (ab orang. Gürtel)	18:15 bis 19:30				
Wettkampftraining (6 bis 9 Jahre)			17:00 bis 18:15		
Wettkampftraining (10 bis 14 Jahre)			18:15 bis 19:30		
Wettkampftraining (ab 16 Jahre)				19:45 bis 21:15	
Wettkampftraining (12 bis 17 Jahre)		18:00 bis 18:30			
Wettkampftraining (12 bis 17 Jahre)		18:30 bis 19:30			
G-Judo Prüfungsvorbereitung				18:00 bis 19:30	
G-Judo Wettkampftraining	18:15 bis 20:00				
Kampfsportartenmix (ab 16 Jahre)	19:30 bis 21:00		19:30 bis 21:00		19:00 bis 21:00
Reelle Selbstverteidigung (9-99 Jahre)		17:00 bis 18:30			20:15 bis 21:45
Reelle Selbstverteidigung (9-14 Jahre)					17:00 bis 18:30
Boxen und Ausdauer (9-99 Jahre)					18:30 bis 20:15
Capoeira Kinder (6 bis 9 Jahre)		17:00 bis 17:45			
Capoeira Kinder (10 bis 14 Jahre)		18:00 bis 18:45			
Capoeira Erwachsene	20:00 bis 21:30			19:30 bis 21:00	
Capoeira					17:30 bis 19:00
JU-JUTSU					
Kinder (bis 12 Jahre)			18:00 bis 19:30		
Jugendliche (ab 13 Jahre)		18:30 bis 20:00			
Frauentraining	18:00 bis 19:30				
Freies Training Erwachsene	19:30 bis 21:00	20:00 bis 21:30	19:30 bis 21:00		
Systema		18:30 bis 21:30	19:30 bis 21:30		
Kali Silat	20:00 bis 21:30		19:30 bis 21:30		
Konditionsraum/Kraft			19:30 bis 21:00		
TAEKWONDO					
Anfänger		17:00 bis 19:00	17:00 bis 18:15	17:00 bis 19:00	
Fortgeschrittene			18:15 bis 20:00		18:00 bis 20:00
Yoga/Trainer + Kampfrichter-Lehrgang			20:00 bis 21:00		
Tai Chi					20:00 bis 21:00
VOLLEYBALL					
Herren I	20:00 bis 22:00			20:00 bis 22:00	
Damen I+ Herren II Sommer	19:30 bis 21:30		19:30 bis 21:30		
Damen I+ Herren II Winter			19:30 bis 21:30		
Freizeit	19:30 bis 21:30		19:30 bis 21:30		
Damen II Sommer	17:30 bis 19:30		17:30 bis 19:30		
Damen II Winter			17:30 bis 19:30		
Jgd männlich U 14 + U 16			17:30 bis 19:30		15:15 bis 16:45
Jgd männlich U12					15:30 bis 17:00
Jgd weiblich U13			18:00 bis 19:30		
Jgd weiblich U12					15:30 bis 17:00

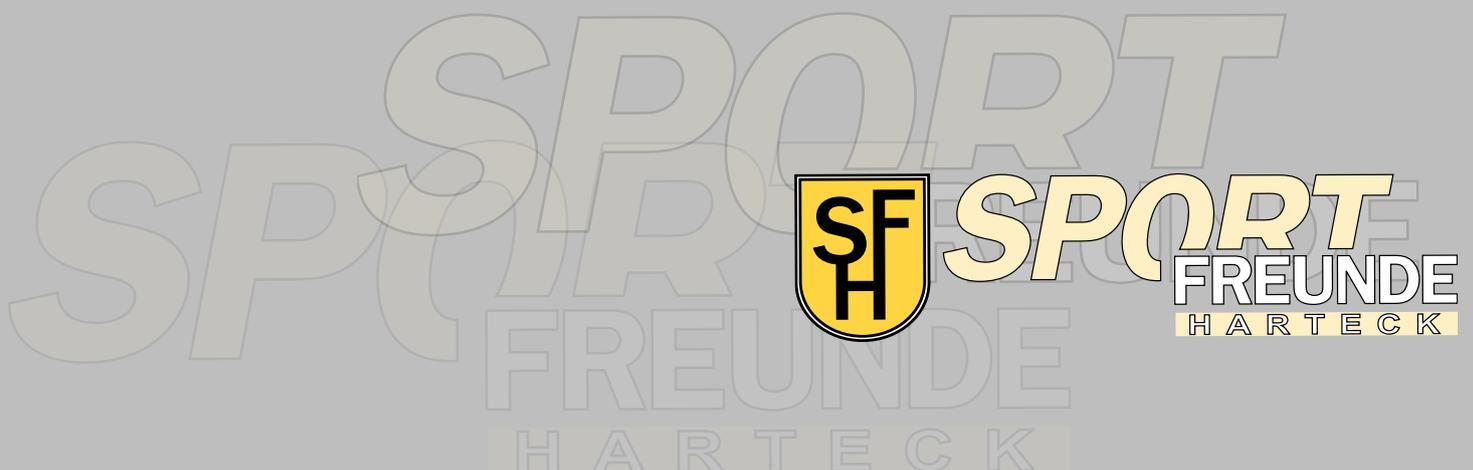
Wegenerstraße 8 (oben)	Riesstraße 40	Freudstraße 15	Hildegard-von-Bingen-Anger 4	Knorrstraße 171 (Dojo)
Wegenerstraße 8 (unten)	Hugo-Wolf-Straße 70	Ittlingerstraße 36	Eduard-Spranger-Straße 15	Knorrstraße 171 (Kraftraum)
Trenkleweg 5				

UNSER SPORTANGEBOT

SPORTABTEILUNG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
TURNEN					
Kinderturnen mit Eltern (1-6)				16:30 bis 18:00 ■	
Mutter-Vater-Kind (0 bis 3 Jahre)	17:00 bis 18:00 ●				
Kleinkinder (3 bis 6 Jahre)	17:00 bis 18:00 ●				
Ki-Turnen + Großtrampolin (6-9)	18:00 bis 19:00 ●				
Geräteturnen (6 bis 12 Jahre)		17:00 bis 18:30 ■		17:00 bis 18:30 ■	
Spiele + Geräte mit Eltern (Alle Altersgruppen)					17:00 bis 18:00 ●
Geräteturnen, Akrobatik, Großtrampolin, Rope Skipping Grundschulalter					17:00 bis 18:30 ●
Dance (ab 11 Jahre)					18:00 bis 19:00 ●
Geräteturnen, Akrobatik, Großtrampolin, Rope Skipping Für Fortge. ab 11					18:30 bis 20:00 ●
Ballspiel (Volleyball)			19:00 bis 20:30 ■		
Zumba®			20:30 bis 21:30 ■		
Step & Fitness		20:00 bis 21:00 ■			
Entspannungsgymnastik/Yoga		19:00 bis 20:00 ■			
Fitnesstraining	18:30 bis 20:00 ■				
Wirbelsäulengymnastik				19:00 bis 19:45 ■	
Kondition/Bauch-Beine-Po				19:45 bis 20:45 ■	
TISCHTENNIS					
Herren		18:30 bis 21:30 ■		18:30 bis 21:30 ■	
FREIZEITGRUPPE	im Vereinsheim				
Jeweils letzten Di des Monats		Ab 19:00 ■			
KINDERSPORTSCHULE (KiSS)					
Angebote und Zeiten unserer Kindersportschule erfragen Sie bitte unter kiss@harteck.de					

Hallenbelegung Stand 26.10.2018

- Wegenerstraße 8 (oben)
- Riesstraße 40
- Freudstraße 15
- Hildegard-von-Bingen-Anger 4
- Knorrstraße 171 (Dojo)
- Wegenerstraße 8 (unten)
- Hugo-Wolf-Straße 70
- Ittlingerstraße 36
- Eduard-Spranger-Straße 15
- Knorrstraße 171 (Kraftraum)
- Trenkleweg 5



Frauen-SV-Kurs

Seit Anfang Oktober läuft wieder ein Selbstverteidigungskurs für Frauen an jedem Trainingsmittwoch von 19.30 – 21.00 Uhr in der kleinen Sporthalle der Eduard-Spranger-Grundschule. Wir haben das Konzept geändert, sodass ein Lernerfolg auch eintreten kann, wenn eine Teilnahme nicht konstant jeden Mittwoch möglich ist. Dazu wurden die Laufzeit des Kurses auf fast drei Monate verlängert, die Wiederholungen gesteigert und Trainingsinhalte den individuellen Fähigkeiten angepasst. Dies erfordert natürlich eine größere Flexibilität der Trainer/-innen, was für die ausschließlich lizenzierten und erfahrenen Übungsleiter/-innen kein Problem darstellt. Am ersten Abend kamen neun Frauen, alle äußerst interessiert und engagiert, sodass das Trainerteam Hannelore, Helmut und Reinhard es leicht hatten, die Damen zu begeistern. Da auch der Spaß nicht zu kurz kam, bereitete es offensichtlich allen viel Freude und wir freuen uns auf die kommenden Wochen. Daniela Pürstinger ist zwar auf dem besten Weg der Genesung, aber noch nicht vollkommen wiederhergestellt. Sie kann deshalb am Kurs leider nicht mitwirken und derzeit auch kein Training gestalten. Aber wir hoffen, dass dies nicht mehr lange dauert. Weiterhin gute Besserung!

Danvorbereitung

Wolfgang befindet sich mitten in der Vorbereitung auf die Prüfung zum ersten Dan. Jeder, der sich mit diesem Thema bereits beschäftigt hat, weiß, dass dies nicht mit den Kyu-Prüfungen im Schülerbereich vergleichbar ist. Die Breite der geforderten Techniken ist schon deutlich größer. Auch die Qualität der Ausführungen muss sehr gut sein. Deshalb hat Wolfgang sich mit einem Vorbereitungskurs des Bayerischen Ju-Jutsu-Verbandes in Oberhaching Anfang Oktober sowie der Trainingsteilnahme in anderen Vereinen (Stichwort „Über den eigenen Tellerrand sehen“) auf die Prüfung vorbereitet. Demnächst werden wir sehen, ob seine Leistungen den Anforderungen genügen, woran wir allerdings keinen Zweifel haben. Viel Erfolg!

Fortbildung für Ju-Jutsu-Prüfer

Am 7. Oktober wurden 14 Dan-Träger mit (noch) gültiger Prüferlizenz von drei hochgraduierten Mitgliedern des Lehrteams des Bayerischen Ju-Jutsu-Verbandes (Hans Sperl, Prüfungsreferent, 6. Dan, Wolfgang Wegner, 7. Dan und Klaus Röhler, 6. Dan) in der Sportschule Oberhaching weitergebildet. Teilnehmer aus unserer Abteilung waren Reinhard Schroll (4. Dan) und Helmut Kreppel (2. Dan). Nach sportlichem Aufwärmen, mit koordinativen Drills mit Stock und Messer, wurden zahlreiche Prüfungsanforderungen aus dem gesamten Kyu- und

Dan-Programm zunächst in Gruppenarbeit geübt und dann vor der Gruppe demonstriert. Es wurden kritische Fragen geklärt und alle Teilnehmer/-innen wurden wieder an wichtige Details zur optimalen Technikausführung erinnert - was jedem von uns gut tat und auch unmittelbar der Qualität des Trainings unserer Ju-Jutsukas dienen wird. Fazit: Tolle Gruppe, super Weiterbildung, der Einsatz unseres Sonntags hat sich gelohnt: Es hat Spaß gemacht und die Prüferlizenz ist bis Ende 2020 verlängert... Trainiert also fleißig, die nächsten Prüfungen in unserem Verein sind gesichert!



Ausblick

Ende August wurden alle Mitglieder, deren Mailadressen dem Abteilungsleiter bekannt waren, per Mail nach Ideen zu unserer Neujahrsfeier 2019 befragt. Wir sind daher auf einem guten Weg, wieder etwas ganz Neues zu planen und werden Euch demnächst die konkreten Details dazu bekannt geben. Seid gespannt, so wie wir es auf Eure Reaktion sind!

VOLLEYBALL



Herren I – Die Saison kann beginnen

Nach einer eher durchschnittlichen Saison 2017/2018, mit Höhen und Tiefen, wurde für die neue Spielzeit 2018/2019 als Saisonziel ein Tabellenplatz in den Top drei ausgegeben. Um für das ambitionierte Ziel gut vorbereitet zu sein, ging es Mitte September ins Trainingslager bei unserem befreundeten Verein FC Weil.

An den drei Trainingstagen wurde in den Trainingseinheiten vor allem intensiv an der Angriffsstrategie gearbeitet. Auch wenn das Team aus der Vorsaison nahezu unverändert in die Vorbereitung gestartet ist, galt es das Umschalt- und Zusammenspiel Abwehr-

Angriff zu trainieren und die Chancenverwertung zu verbessern. Im Trainingsspiel gegen den Bezirksligisten wurden die Trainingsschwerpunkte in großen Teilen gut umgesetzt, auch wenn in den letzten beiden Sätzen die Beine, aufgrund der vorherigen Trainingseinheiten, schon ein bisschen schwer wurden. Ob sich die intensive Vorbereitung im Trainingslager gleich in den ersten Spielen der neuen Saison bezahlt gemacht hat, könnt Ihr in der nächsten Ausgabe der Vereinszeitung lesen.

Eure Herren I

Herren II

Die zweite Herrenmannschaft startet, in neuer Formation, am 13.10. in die neue Saison. Die Vorbereitung zog sich schleppend dahin, da sich einige Stammspieler aus dem Spielbetrieb zurückgezogen hatten. Zusätzlich haben wir noch mit einigen Langzeitausfällen, wegen unglücklichen Verletzungen oder erfreulichen längeren Urlauben, zu kämpfen.

Die Umstände ermöglichten mir aber eine gute Integration der Nachwuchsspieler aus U16 und U18 in die Herrentrainings sowie den Spielbetrieb. Ich blicke daher positiv voraus in eine Bezirksklassen-Saison, die sicherlich vom Mix der Generationen geprägt sein wird.

Euer Volker

U14 weiblich – Erfreulicher Zuwachs im Jugendbereich

Durch die Schulkooperation mit dem Gymnasium München Nord und dem dort angebotenen Volleyballtraining im Rahmen des Sportunterrichts, können wir einen großen Zuwachs im weiblichen Jugendbereich vermelden. Wir können für die kommende Saison nun mit zwei Teams in der U14-Jugend antreten.

Durch die neuen Spielerinnen haben wir einen sehr guten Mix aus erfahrenen Spielerinnen, die bereits im letzten Jahr den Ligabetrieb kennengelernt haben, und neuen Spielerinnen, welche nun am Beginn ihrer Volleyballkarriere stehen. Die Trainingsschwerpunkte lagen in den vergangenen Wochen und Monaten vor allem auf Technik und Spielsystem. Die Mädels und das Trainerteam können den langersehnten ersten Aufschlag in der Liga am 14. Oktober kaum erwarten. Wir freuen uns auf eine spannende und erfolgreiche Saison.

Männliche Jugend – U13 / U14 / U16 / U18 – Herren III

Großen Zulauf erfährt auch weiterhin unser männlicher Nachwuchs. Aus einem U12-Team mit drei Spielern ist nach gut fünf Jahren Jugendarbeit, eine bis zur U18 durchgängige Jugendabteilung, mit etwa fünfzig Jugendspielern, entstanden. Unser Verein ist mittlerweile ein Anlaufpunkt für Volleyballtalente aus dem gesamten Münchner Norden geworden. So verstärken uns beispielsweise in der neuen Saison Spieler vom ASV Dachau und dem SV Lohhof. Durch die Zusammenarbeit mit dem Gymnasium München-Moosach und der Eliteschule des Sports fanden außerdem zahlreiche Kinder den Weg über die Sportarbeitsgemeinschaften (SAGs) in unseren Verein. Bei anhaltendem Zulauf wird ein Ausbau der Jugendarbeit im männlichen Nachwuchsbereich (mehr Trainer, mehr Hallenzeiten, etc.) unausweichlich sein, wenn man die positive Entwicklung aus der Vergangenheit fortsetzen möchte.

In den Altersklassen U13, U14 sowie U18 gehen wir in der neuen Saison 2018/19 mit einem Team, in der U16 sogar mit zwei Teams, auf Punktejagd. Große Hoffnungen ruhen in dieser Saison vor allem auf unserer ambitionierten U16, welche zu den Favoriten um den Bayrischen Meistertitel zählt und deren Saisonziel die Teilnahme an der Deutschen Meisterschaft ist.

Stolz vermelden wir außerdem, dass in dieser Saison erstmalig Jugendspieler aus dem eigenen Nachwuchsbereich unsere drei Herrenmannschaften, vor allem Herren II, verstärken. Das Team der Herren III, welches erneut in der Kreisliga startet, besteht sogar komplett aus Jugendspielern der U16. Bei der aktuellen Entwicklung dieser Mannschaft scheint der Aufstieg in die Bezirksklasse nicht unrealistisch. Die Trainer Denis, Volker und Thomas blicken zuversichtlich in die Zukunft.



TAEKWONDO

Sommerfest der Sportfreunde Harteck

Am 8. Juli 2018 fand das Sommerfest der Sportfreunde Harteck statt. Viele Abteilungen hatten ein Programm zur Präsentation im Rahmen des Festes einstudiert. Auch unsere Abteilung hatte sich in den Wochen zuvor speziell vorbereitet.

Unsere Abteilungsmitglieder trafen sich bereits am frühen Morgen, um sich aufzuwärmen, zu dehnen und ihr Präsentationsprogramm ein letztes Mal zu üben. Nachdem Meister Hesse in seiner Funktion als Vorsitzender Eltern, Gäste und Mitglieder begrüßt und in das Programm eingeleitet hatte, standen wir in unserer Trainingshalle bereit und warteten nur noch auf das verabredete Zeichen.

Unsere Taekwondo-Aufführung war ziemlich weit oben auf der Programmliste. In einer Reihe liefen wir dann auf die Aufführungsfläche und stellten uns direkt in Formation auf. Während Meister Hesse einige wichtige Informationen zum Taekwondo-Sport und -Training ausführte, fingen wir mit der Grundschule des Taekwondos an. Dabei übt man die Grundschritte und Basistechniken, die man beherrschen sollte, um im Training richtig einsteigen zu können.

Da Taekwondo zum Großteil auf Fußtechniken spezialisiert ist, führten wir mit unseren Prätzen entsprechende Kicks vor. Was für einen besonderen WOW-Effekt im Publikum

sorgte, waren die Kombinations- und Sprungkicks. Egal ob Drehkicks oder Sprungkicks – alles war dabei! Noch cooler allerdings waren die Bruchtests von Martina, Nessrin, Hicham und Maxi, welche die Kicks anwandten, um Holzbretter kaputt zu schlagen.

Als Nächstes liefen Nessrin, Hicham, Maxi, Amina und Asma die sechste Form (Taeguk Yuk-chang). Das ist die Form, die man beherrschen muss, um den roten Gürtel, das heißt den 2. Kup, zu erlangen. Asma demonstrierte dann im Rahmen eines abgesprochenen Einschnitt-Kampfes, wie die in der Form erlernten Techniken in ihrer Anwendung funktionieren und wie man sich vor Angriffen aus der Nahdistanz verteidigen kann (Hosinsul = Selbstverteidigung).

Nach den spektakulären Kämpfen von Orkan gegen Jean-Pierre und Martina gegen Amina, die mit Weste, Kopfschutz und der restlichen Schutzausrüstung wettkampforientiertes Taekwondo zeigten, war auch schon der letzte Bruchtest an der Reihe. Dabei brachen Amina und Jean-Pierre das Holzbrett mit einem Fußkanten-Schlag (Yop-Chagi), Jasmin mit dem Axt-Kick (Naeryo-Chagi) und schließlich ich, mit einem gesprungenen Vorderkick (Tymio/Tywio-Ap-Chagi).

Als abschließendes Highlight liefen Meister Hesse und Meisterin Jasmin die 9. Form (Koryo), sprich: die Form für den ersten Schwarz-

Liebe Taekwondo Sportfreunde Harteck

In dieser Ausgabe findet Ihr wieder Aktuelles aus unserer Taekwondo-Abteilung der letzten drei Monate und natürlich einen terminlichen Ausblick auf geplante Ereignisse in den kommenden Wochen und Monaten.

Viel Spaß beim Lesen und bis bald wieder im Taekwondo-Training.

Eure Asma

gurt. Wir beendeten unsere Aufführung mit einer letzten Aufstellung und nach einer kleinen Pause stellten auch andere Abteilungen der Sportfreunde Harteck ihr Programm vor.

Es gab eine große Auswahl Essen und viele Spielstationen, sodass für jeden etwas dabei war und alle ein Lächeln im Gesicht hatten. In jedem Fall traf dies auf unsere Mitglieder zu, denn unsere Abteilungsjugendleiterin, Meisterin Serat, spendierte uns ein Eis unserer Wahl. Ein herzliches Dankeschön an alle, die das diesjährige Sommerfest möglich gemacht haben und vor allem beim Mitgestalten und Organisieren tätig waren.





4. Kup-Prüfung

Tatsächlich fand dieses Jahr noch vor den Sommerferien die 4. Kup-Prüfung des Jahres statt. Diesmal waren überwiegend Weiß-Gürtler dabei, die sich bereit fühlten und genug Trainingseinheiten besucht hatten, um sich dem Prüfer zu stellen. Wir können mit Stolz verkünden, dass alle zwölf Prüflinge bestanden haben.

Herzlichen Glückwunsch zum verdienten...

- 9. Kup (Weiß-Gelbgurt): *Haya Zahra, Rinessa Azemi, Younes Nars, Hani Zahra, Dominik Lebig, Baban Galal*
- 8. Kup (Gelbgurt): *Khadija Quadah, Bilal Boumaiza, Wyczyszczok Viktoria, Rijad Azemi*
- 7. Kup (Gelb-Grüngurt): *Samu Mayländer*
- 5. Kup (Grün-Blaugurt): *Daniel Schmidt*

Kurz-Portrait: Meister Hesse

Damit eine Gruppe gut funktioniert und zusammenhält, sodass man mit Teamgeist trainieren und sich gemeinsam verbessern kann, muss man einander verstehen und vertrauen können. Ehrlichkeit und Zuverlässigkeit sind hierbei das oberste Gebot und dies ist, trotz Selbstverständlichkeit, oft leichter gesagt als getan. Um also die Bindung zu jemandem zu halten und zu pflegen, muss man tiefer in die Materie eintauchen und versuchen, offener dafür zu sein, wie jemand ist und dies letztlich akzeptieren. Denn im Endeffekt hat jeder von uns eine Geschichte, die man nicht immer leicht zu lesen bekommt. Aus diesen Gründen wird hier in jeder Ausgabe eine Person, die entweder eine Stellung in unserer Abteilung übernimmt, oder sich als Mitglied aktiv für das Taekwondo einsetzt, vorgestellt. So können wir uns besser kennenlernen. In dieser Ausgabe erfahrt ihr nun mehr über unseren Taekwondo-Abteilungsleiter und Großmeister Michael Hesse:



Geboren ist Meister Hesse am 26. Dezember und ist somit Sternzeichen Steinbock. Sein Geburtsort ist Eschwege, eine Stadt im Bundesland Hessen. Beruflich ist er Abteilungsleiter für Projektmanagement im Chief Data Office eines bayerischen Finanzdienstleistungsunternehmens.

Nebenbei liest er viel und sehr gerne, genießt die internationale Küche und probiert von allem etwas – bis auf Innereien. Seine Lieblingsfarben sind Blau und Rot.

Wie kam er jedoch zum Taekwondo?

Im Alter von 16 Jahren begann er mit dem Training und 1984 legte er seine Prüfung zum ersten schwarzen Gürtel (1. Dan) erfolgreich ab. Aktuell ist er Inhaber des 6. Dan.

In den Jahren 1989 und 1990 war er aktiver Wettkämpfer. Meister Hesse ist ein sehr angesehener Trainer und hatte viele Erfolge bei nationalen und internationalen Turnieren. Hierbei schafften es auch einige seiner Schüler/-innen in die deutsche Nationalmannschaft.

Sein Motto: „Immer nach vorne blicken und weitermachen.“

Was er Euch noch auf den Weg mitgeben möchte: „Beurteile die Menschen anhand ihrer Handlungen und Taten.“

Das war's auch schon und bis zum nächsten Mal!

Zukünftige Termine der Taekwondo-Abteilung

- 17.11.18 Bayerische Meisterschaft – Zweikampf in Rottenburg an der Laaber
- 24.11.18 4. Bayerischer U-Chong TKD Herbstlehrgang in Halfing
- 01.12.18 5. Kup-Prüfung
- 07.12.18 Weihnachtsfeier

Nähere Angaben zu Uhrzeiten sowie Veranstaltungsorten werden im Training, beziehungsweise über unsere WhatsApp-Gruppe, bekannt gegeben.
Eure Asma

JUDO

Die Judosaison 2018 neigt sich dem Ende zu

Kreis- und Landesliga sind abgeschlossen. Im Jugendbereich sind für unsere beiden Teams noch zwei Wettkampftage und die letzten Qualifikationsturniere offen. An dieser Stelle ist es Zeit, dafür ein DANKE auszusprechen.

Danke an die Trainer/-innen und Betreuer/-innen, welche die Teams im Training vorbereiten, sie einschwören und sich das Hirn über die richtige Aufstellung zermartern. An dieser Stelle ist es wichtig zu erwähnen, dass immer versucht wird, allen Kämpfer/-innen Teameinsätze zu ermöglichen. Gerade in der Jugend ist hierfür eine Ausgewogenheit wichtig. Dabei darf nicht vergessen werden, dass Wettkampfsport auch immer ergebnisorientiert ist. Keine leichte Aufgabe für die Trainer/-innen.

Wer soll heute starten? Wer war im Training fleißig? Wer ist gut drauf? Wen stellt der Gegner auf? – Das sind Fragen, die sich die Trainer/-innen stellen und es sich nicht leicht dabei machen. Daher Danke dafür und die Bitte um Verständnis an die Eltern, die

vielleicht das ein oder andere Mal enttäuscht waren, wenn der Nachwuchs nicht in der Startaufstellung stand. Im Ergebnis sind die Kids, die Erwachsenen und die G-Judoka alle ein Team und noch wichtiger – sie sind Hartecker!

Gerade die Saison der Teams in der Jugendliga konnte nicht besser laufen. Wenig unbesetzte Gewichtsklassen. Beim Rotieren der Kämpfer kaum Qualitätsverluste in der Mannschaftsstärke und kleine bissige Fighter in gelb-schwarz. Wir hoffen, dass in der nächsten Ausgabe ein Meistertitel zu feiern ist. Rein rechnerisch wäre für die Hornets II sogar noch ein dritter Platz möglich, da der TSV Großhadern erst vier Kampftage hinter sich gebracht hat und das Programm für sie noch knackig ist. Die Großhaderner haben noch die Hornets I, die Eagles sowie die Kampfgemeinschaft Hadern/Aubing auf der Tanzkarte. Es bleibt für die Mannschaften also spannend bis zum Ende.

Capoeira – die Akrobatik geht weiter

Wieder geht ein ereignisreiches Jahr zu Ende. Die Hallenzeiten wurden weiter ausgebaut und der Nachwuchs zeigt schon gekonnt Techniken. Sabià war in diesem Jahr wieder auf vielen Weiterbildungen und Workshops und stellte sein Können in ganz Europa zur Verfügung.

Immer das Ziel vor Augen, die brasilianische Kampfkunst weiter zu verfeinern, Techniken zu vermitteln und den Athleten/-innen Kultur und Sprache nahe zu bringen. Capoeira hat sich nun in der Wegenerhalle etabliert und mit weiterem Equipment ausgebaut.

Das Team und die helfenden Hände um Sabià können stolz auf das Erreichte sein und positiv in die Zukunft blicken. Ebenso freut es uns, dass hier auch eine wertvolle Arbeit mit



befreundeten Vereinen und Einrichtungen zum Thema Integration und Flüchtlinge erfolgt. Sport verbindet!

Wichtige Termine der Hornets

20. November	Abteilungsversammlung	19.45 Uhr, Vereinsheim
30. November	Jan-Poppinga-Gedächtnistraining	17.00-19.30 Uhr, Wegenerhalle
13. Dezember	Weihnachtsturniere Jugend/Senioren	
15. Dezember	Weihnachtsfeiern Jugend/Senioren	



Münchner Kreisliga 2018 spannend bis zum Schluss

Der letzte Kampftag der Judo Kreisliga in München wird traditionell gemeinsam ausgetragen. Ausrichter der Begegnungen auf Augenhöhe war der SV Lohhof. Sieben Mannschaften kämpften dabei um die Pokale, welche sich nur in der Größe unterschieden. Freundschaftlich ging es zu. Als Coach und Zuschauer waren zwei Europameister, ein Vizeweltmeister und ein Special Olympics World Games 2019 Teilnehmer vor Ort. Ihrem geschulten Auge entging nicht, dass hier erfahrene Judohasen auf Youngster trafen. Die Mischung der Mannschaften fiel dabei besonders positiv auf. „Dieser Turniercharakter gefällt mir sehr gut!“, so eine Zuschauerin in den vorderen Rängen.

Das Zepter konnten nach Abschluss aller Begegnungen der SC Armin, gefolgt von der Kampfgemeinschaft VfR Garching/ESV München Ost und den Sportfreunden Harteck II Hornets für sich ergreifen. Das Mittelfeld besetzten der TSV München Ost und der Gastgeber SV Lohhof. Vorletzter wurde der TSV Unterhaching II. Die rote Laterne wurde dem stark dezimierten Samurai München umgehängt.

Das Highlight war die Kampfbegegnung zweier Generationen, genauer gesagt Vater gegen Sohn. Diese seltene Konstellation wird sicher vielen Zuschauern lange in Erinnerung bleiben. Wir gratulieren zum dritten Platz.

1. Europameisterschaft im G-Judo London 2018

Für Harteck war die erste offizielle Europameisterschaft ein großes Projekt. Sieben von acht Kämpfern der bayerischen Delegation stellten die Hartecker. Wir wollten zeigen, wie professionell wir mit unseren G-Judo-Athleten zusammenarbeiten.

Das Unternehmen stand anfänglich wirtschaftlich auf wackligen Füßen. Daher mussten von Alwin Brenner alle Hebel in Bewegung gesetzt werden, und er wurde dabei tatkräftig unterstützt. Zita Notter und Thomas Lorenz arbeiteten mit Hochdruck daran, die Athleten mit entsprechender Ausstattung zu versehen, um geschlossen als Team auftreten zu können. Neben einer Softshell-Jacke für die windigen London-Tage gab es ein Set T-Shirts und einen nagelneuen Wettkampf-Judogi. Kämpfen wie die Profis. Dann wurde im Hintergrund fleißig die Werbetrommel gerührt,

während sich die Athleten auf das Turnier in Sonder-Trainings-einheiten vorbereiten konnten.

Erster Wettkampftag

Carolin Anzinger wurde erste Europameisterin der Geschichte im G-Judo. Sie musste in Level II bis 52 kg gleich den ersten Kampf der EM bestreiten. Mit ihren 45 Kilo Eigengewicht glich sie den körperlichen Unterschied mit Technik aus. Das schaffte Carolin bravourös. Sophia Mannsbart (Deutschland) wie auch Amanda Orrbo (Schweden) konnte sie klar vorzeitig besiegen.

Der Beginn einer Erfolgsgeschichte. Benedikt Tröger, eigentlich der einzige „Untrainierte“, weil vorher im Urlaub, musste sich zwar deutlich mehr anstrengen, beendete seine Kämpfe aber den-

JUDO

noch immer mit Ippon. Musaeus (Deutschland), Elias Duhs (Österreich) und Thomas Mahe (Belgien) mussten sich ihm klar geschlagen geben. Auch er holte sich den Titel (Level II / bis 73 kg).

Lara Holzmüller und Alessia Schmidt mussten in der gleichen Gewichtsklasse antreten (Level II / bis 57 kg). Alessia Schmidt verlor ihren ersten Kampf bereits nach wenigen Sekunden gegen die starke Britin Westwood, besiegte aber mit Waza ari und Haltegriff Lara Holzmüller, wie auch Pauline Zorn (Deutschland). Damit Silber für Schmidt. Holzmüller verdiente sich die Bronzemedaille.

Marina Eichner verlor gegen die starke Norwegerin Wikdahl sehr deutlich, nach wenigen Sekunden, setzte sich aber dann mit einem O soto gari gegen Breitenstein (Deutschland) durch.

In der zahlenmäßig am stärksten belegten Gewichtsklasse bis 81 kg, Level II waren Maximilian Massepp und mit Florian Linsner der einzige Nicht-Hartecker im Team Bayern am Zuge. Linsner gewann seinen Auftaktkampf gegen Massepp, verlor aber gegen Gdowczok (Deutschland), Decuyper (Belgien) sowie Jokiniemi (Finnland) und durfte glücklich die Bronzemedaille bei der Siegerehrung in Empfang nehmen. Massepp verlor seine Kämpfe bei starker Gegenwehr und belegte den 5. Platz.

Zweiter Wettkampftag

Mit Samuel Dietz war der Hartecker Hoffnungsträger am Start. Bis 100 kg durfte er sich mit sehr starken Gegnern auseinander-

setzen. Ausgerechnet der erste Kampf war mit Timo Karmasch (Deutschland) ein zu erwartendes Finale. Ausgeglichen bis zur letzten Sekunde verteidigte Dietz eine Waza-ari-Führung, die schon mit zwei Shido belastet war. Mikey Lomas (Großbritannien) sowie Jasper Holtackers (Niederlande) konnten ihm zwar einiges entgegensetzen, doch Dietz setzte sich letztendlich souverän durch und erkämpfte sich den Europameistertitel.

Wir sind unendlich stolz auf unsere Athleten. Wir danken dem Ippon-Shop.com, den Firmen Anzinger, Ettengruber und Cosmo-Style.de sowie den zahlreichen Helfer/-innen, Sponsoren und Fördervereinen im Hintergrund, die dies alles möglich machten. Die Harteck G-Hornets sind seit 30 Jahren ein Musterbeispiel für gelungene Inklusion und ein tolles Vereinsleben mit Jugendarbeit, Breitensport, Erwachsenen und Menschen mit Handicaps.

VORSCHAU: Weltspiele Special Olympics in Abu Dhabi

Vom 8. bis 22. März 2019 wird eine achtköpfige deutsche Judo-Delegation in Abu Dhabi, Vereinigte Arabische Emirate, bei den Sommerspielen teilnehmen. Mit dabei: Samuel Dietz und Lara Holzmüller. Kurz vor der EM wurde unser Abteilungsleiter Alwin Brenner noch als leitender Headcoach für das deutsche Team bestimmt, sodass die deutsche Auswahl mit drei Münchnern vertreten ist.

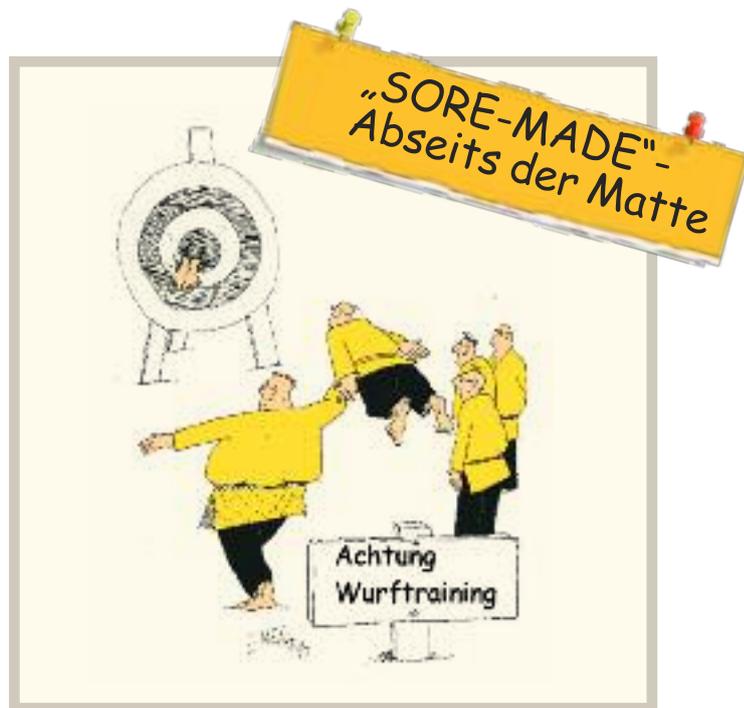


60 und kein bisschen leiser

Für zwei unserer Hartecker geht es dieses Jahr rund. Gemeinsam werden Sie 120 Jahre alt. Sie gingen zusammen zur Schule, sind Mitglieder im gleichen Verein und leisten beide für diesen unwahrscheinlich viel. Während der eine als Kämpfer auf der Tatami die Welt bereist, radelt der andere quer durch München und kämpft gegen Papier und Bürokratie. Beide sind echte Stützen und Urgesteine bei den SportFreunden Harteck.

Wir gratulieren Fritz Schottenheim und Wolfgang Hinterleitner zu ihrem runden Geburtstag.

Wolfi verschlug es übrigens zwischen dem 17. - 21. Oktober nach Mexico. Dort wird die WM-Krone der Veteranen ausgekämpft. Wir hoffen, in der nächsten Ausgabe auf ein tolles Bild mit Medaille.



Fritz hat es sich nicht nehmen lassen, auf die für ihn typische Art und Weise, vier Tische auf der Wies'n für die Judoabteilung der SportFreunde Harteck zu buchen und auch zu belegen. Darauf gehört ein dreifach „Gut Wurf – gut Wurf – gut Wurf!“. Danke an Fritz und Yusuf für den Einsatz vor der Wies'n, während der Wies'n und nach der Wies'n!

fit 2 drive

...mehr als nur ein Lebensgefühl

Ausbildung in den Klassen:

B, BE, B-Automatik,
A, A2, A1, M

Zusatzangebote:

- Prüfungsvorbereitungen
 - für die Theorie am Computer
 - für die Praxis mit Videoaufzeichnungen
- Dokumentation des Leistungsstandes auf pers. Trainingskarten nach jeder Fahrstunde
- Fahreignungsseminar (FES) - Verkehrspädagogischer Teil
- Aufbaueminare für Fahranfänger (ASF)

...mit mehr Sicherheit
durch unsere gute Ausbildung!

FAHRSCHULE AM HARTHOF

GmbH

Weyprechtstr. 76
80937 München
Tel: 089- 31 600 600
Mobil: 0173 - 8 62 09 31
Fax: 089- 31 600 602

Unterricht:

Mo. 19.30 - 21.00 Uhr
Do. 19.30 - 21.00 Uhr
Sa. 10.30 - 12.00 Uhr
Zusatztermine möglich

Bürozeiten:

Mo. - Fr. 12.00 - 19.30 Uhr
Sa. 12.00 - 14.00 Uhr

www.fit-2-drive.de • info@fit-2-drive.de

Gaststätte Harteck



Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag 16.00 – 1.00 Uhr
Samstag u. Sonntag 10.00 – 1.00 Uhr

Warme Küche ab 17.00 Uhr
am Wochenende ab 11.30 Uhr durchgehend

