



SPORT FREUNDE HARTECK

Max-Liebermann-Str. 30 · 80937 München

Vereinszeitschrift Nr. 120 · 02/13

KICK



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



„Flexibel sein“

Mit dem Girokonto haben Sie alle Möglichkeiten, Ihre Geldgeschäfte bargeldlos abzuwickeln. Ob von Zuhause aus oder unterwegs, das Girokonto sorgt für Flexibilität und Unabhängigkeit.

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.



KINGSGARD TEXTILPFLEGE

Unsere Standorte:

- Amalienstraße 61, 80799 München, Telefon 089/28 17 33
- Budengasse 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
- Hohenzaunstraße 130, 80796 München, Telefon 089/300 65 31
- Keldaherstraße 76, 80807 München, Telefon 089/35 51 75
- Schleißheimerstraße 4, Stiglmeierplatz, 80333 München, Telefon 089/448 99 19
- Wilhelmstraße 13/ Ecke Hohenzaunstraße, 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



MAI 2013

INHALT

- 04 EDITORIAL
- 05 EHRENVORSITZENDER
- 06 EHRUNGEN
- 07 HAUPTVEREIN
- 09 FREIZEIT
- 10 KISS
- 12 TISCHTENNIS
- 13 VOLLEYBALL
- 18 TAE-KWON-DO
- 20 TURNEN
- 22 JU-JUTSU
- 24 JUDO



Titelbild: Tae-Kwon-Do

IMPRESSUM www.harteck.de

GESCHÄFTSSTELLE

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

VEREINSHEIM GASTSTÄTTE

Andrea Jerou
Trenkleweg 5 · 80937 München
Telefon 089 - 36 10 33 97
Infos: vereinsheim.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/Telefax 089 - 37 15 95 62/63

LAYOUT

grafik(x)
Francesca Germano
Telefon 089 - 70 05 85 69
Mobil 0172 - 813 54 31
info@grafikx.de

DRUCK

BluePrintAG
Lindberghstraße 17
80939 München

VORSTAND

Vorsitzende
Christina Schimann
Robiniestraße 12
80935 München
Telefon 089 - 54 87 82 30
christina.schimann@harteck.de

STELLVERTRETUNG FINANZEN

Andreas Mutzel
Bingener Str. 22
80993 München
Telefon 089 - 45 21 97 02
Mobil 0179 - 776 36 48
andreas.mutzel@harteck.de

STELLVERTRETUNG VERWALTUNG

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

STELLVERTRETUNG SPORT

N.N.

VEREINSJUGENDLEITER

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

EHRENVORSITZENDER

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

DATENSCHUTZBEAUFTRAGTER

N.N.
Weitlstr. 111 · 80935 München
Telefon 089 - 313 03 09
florian.sachs@harteck.de

STELLVERTRETENDE VEREINSJUGENDLEITER

Benjamin Martan
Malvenweg 11
80995 München

JUGENDSPRECHERIN

N.N.

JUGENDSPRECHER

Markus Tiefenthaler
Schneeheideanger 7
80937 München

FUSSBALL

Nenad Basic
Golddistelanger 5
80937 München
Mobil 0170 - 5 42 39 60
fussball@harteck.de

JUDO

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

TISCHTENNIS

Jürgen Heinrich
Toni-Pföhl-Str. 8 · 80995 München
Telefon 089 - 20 35 24 65
tischtennis@harteck.de

TURNEN

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

VOLLEYBALL

Andreas Kapahnke
Max-Liebermann-Straße 30
80937 München
Telefon 089 - 37 15 90 66
volleyball@harteck.de

JU-JUTSU

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

FREIZEITGRUPPE

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

TAE-KWON-DO

Bardia Manouchehri
Kämpferstr. 35
80937 München
Telefon 089 - 37 77 95 61
taekwondo@harteck.de

KISS-SPORTSCHULE

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

ERSCHEINUNGSWEISE

vierteljährlich

REDAKTIONSSCHLUSS nächste Ausgabe 11. Juli 2013 REDAKTION Zita Notter, Francesca Germano, Pressewarte der Abteilungen

Die abgedruckten Artikel stellen die Meinung des Verfassers dar. Der Verkaufspreis ist durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.

Sportfreunde Hardeck 3



Christina Schimann
Vorsitzende

Liebe Sportfreundinnen, liebe Sportfreunde,

am 20. März 2013 fand im Vereinsheim die ordentliche Mitgliederversammlung mit Neuwahlen statt. Von den anwesenden Mitgliedern wurde ich erneut zur Vorsitzenden der Sportfreunde Harteck e.V. gewählt. Ebenfalls in ihren Ämtern bestätigt worden sind Andreas Mutzel (Finanzen), Fritz Schottenheim (Verwaltung) und Florian Sachs (Jugendleiter). Ich freue mich sehr über die Zusammenarbeit und bin mir sicher, dass wir gemeinsam den Verein in den nächsten beiden Jahren voranbringen werden. Bei den Mitgliedern bedanke ich mich für die zahlreiche Teilnahme, die Wiederwahl und das entgegengebrachte Vertrauen.

Das Amt des Sportleiters konnte leider nicht besetzt werden. Belegungsfragen sind daher bis auf Weiteres an mail@harteck.de zu richten. Außerdem möchte ich an dieser Stelle auf unsere Teilnahme an der Aktion Lauf10!, in Kooperation mit dem Bayerischen Landes-Sportverband, der Abendschau des Bayerischen Rundfunks und dem Zentrum für Prävention und Sportmedizin der TUM verweisen. Nähere Informationen erhalten Sie auf S. 8 in dieser Ausgabe.

Christina Schimann
Vorsitzende

UNSER TEAM



Andreas Mutzel
Finanzen



Friedrich Schottenheim
Verwaltungsleiter



Bald wieder belegt
Sportleiter



Florian Sachs
Jugendleiter



Josef Nadler
Ehrenvorsitzender



Barbara Franz
Geschäftsstelle



Karl-Heinz Bauer
Aktive Freizeitgruppe



Nenad Basic
Fussball



Reinhard Schroll
Ju-Jitsu



Alwin Brenner
Judo



Sebastian Heidrich
KISS



Benjamin Martan
Freiwilliges Soziales Jahr



Stephan Brosza
Freiwilliges Soziales Jahr



Bardia Manoucheri
Tae-Kwon-Do



Jürgen Heinrich
Tischtennis



Birgit Piereth
Turnen



Andreas Kapahnke
Volleyball



Bald wieder belegt
Jugendsprecher

Liebe Vereinsmitglieder, liebe Leser,

am 20. März 2013, dem Tag des "Frühlingsanfangs", fand die nach der Satzung notwendige Mitgliederversammlung mit Neuwahlen unseres Vereins im Vereinsheim statt. Leider waren nur 48 stimmberechtigte Mitglieder erschienen. Dies bedauere ich sehr, da die Mitgliederversammlung, als oberstes Gremium unseres Vereines doch ein wichtiger Termin für alle Mitglieder sein sollte. Hier hat jedes Vereinsmitglied die Möglichkeit, Vorschläge einzubringen und über notwendige Maßnahmen usw. zu diskutieren. Vorab möchte ich sagen, dass die Versammlung von der Vorstandschaft wieder hervorragend vorbereitet und auch durch eine Lautsprecheranlage allgemein verständlich war. Nachdem in TOP 4 einige Ehrungen für langjährige Mitgliedschaften durchgeführt wurden, hatten die Abteilungen ausführlich Gelegenheit ihre Berichte darzulegen. Hier ist im Besonderen die sehr positive Entwicklung unserer Abteilung „KISS“ hervorzuheben. Auch die Jahresberichte der Vorstandsmitglieder, die sehr positiv waren, konnten dank der optischen Unterstützung auf dem Bildschirm schnell und präzise vorgetragen und erläutert werden. Sehr erfreulich ist hier die finanzielle Situation zu würdigen, die der Kassenleiter Andreas Mutzel sehr routiniert darstellte. Anschließend daran wurde der Haushalt für das Jahr 2013 einstimmig verabschiedet. Als Wahlausschussmitglieder wurde die Spk. Manfred Eckert, Rudolf Fürst und Josef Nadler gewählt. Nachdem Spk. Reinhard Martan den Bericht der Kassenprüfer mündlich in Kurzform dargestellt und ihn mit dem eindeutigen, positiven schriftlichen Prüfvermerk vorgelegt hatte, konnte der Wahlausschuss nach einer kurzen Diskussion, die Entlastung der gesamten Vorstandschaft vornehmen. Erfreulicherweise stellte sich die „alte“ Vorstandschaft fast komplett zur Wiederwahl. Leider kandidierte der stellvertr. Vorsitzende Sport – Spk. Peter Franz aus persönlichen Gründen nicht mehr. Ihm wurde der Dank der Vorstandschaft und der Mitglieder für seine hervorragende Arbeit in der vergangenen Legislaturperiode ausgesprochen. Ein Problem ergibt sich aus der Tatsache, dass während der Sitzung kein Kandidat für das Amt des „Sportleiters“ gefunden werden konnte. Hier ist die Vorstandschaft angewiesen worden, kommissarisch tätig zu werden bzw. schnellstmöglichst einen Nachfolger für dieses Amt zu suchen. Alles in allem kann ich aus meiner Sicht sagen, dass die Versammlung sehr harmonisch verlief und mit der neuen (alten) Vorstandschaft sicherlich die Arbeit für eine weiterhin erfolgreiche Vereinszukunft steht. Hierfür wünsche ich als Ehrenvorsitzender „unseres Vereins“ immer ein gutes Gelingen.

Josef Nadler
Ehrenvorsitzender

WICHTIGE MITTEILUNG

Liebe Mitglieder, Freunde und Gönner unseres Vereins,

als Ehrenvorsitzender möchte ich den Aufruf unserer Vorsitzenden Christina Schimann anlässlich der Mitgliederversammlung am 20.03.2013 zum Anlass nehmen, hier ebenfalls an Euch zu appellieren, das Vereinsheim entsprechend zu frequentieren. Wenn der Besuch weiterhin so schwach ist, wird das Bestehen des Vereinsheims stark in Frage gestellt. Es geht einfach nicht, dass viele Abteilungen ihre Jubiläums- und Weihnachtsfeiern etc. oder Treffen nach dem Training usw. in anderen Gaststätten durchführen und damit auch gleichzeitig den Fortbestand unseres Vereinsheims sehr stark gefährden. Es muss Wille aller Vereinsmitglieder sein, dass unser Vereinheim, welches im Jahr 1976 nach schweren Kämpfen mit vielen Institutionen der Stadt München, als „Kommunikationszentrum“ genehmigt und gebaut wurde, als Mittelpunkt unseres Vereinslebens erhalten bleibt. Das jetzige Pächterpaar hat es wahrlich verdient, dass man sie unterstützt. Ich kann hier bestimmt eine Wertung treffen, da ich als langjähriger Vorsitzender mit einer großen Anzahl von Wirten (manchmal gut – manchmal schlecht) zusammen gearbeitet habe. Unseren neuen Wirtsleute sind wirklich gewillt alle Wünsche (Essens-Auswahl, Termine usw.) die man an sie heranträgt, zu erfüllen, aber man muss – wie auch sonst im Leben – einfach mit den Leuten reden. Es gibt eine Vereinbarung von der Vorstandschaft und den Wirtsleuten, das Gesamtjahr 2013 als Testjahr weiter intensiv gemeinsam zu betreiben. Es geht hier daher nicht vordergründig um das „Wohl und Wehe“ der Wirtsleute sondern in erster Linie um unseren Verein. Sollte sich dabei die Frequenz nicht erhöhen, sähe sich die Vorstandschaft gezwungen aus finanziellen Gründen den Betrieb des Vereinsheims einzustellen. DAS KANN DOCH NICHT IM INTERESSE UNSERES VEREINS SEIN. Ich appelliere daher heute, an alle Mitglieder mit Ihren Freunden, das Vereinsheim als den Mittelpunkt unseres Vereins zu sehen und entsprechend zu frequentieren. Vielen Dank.

Josef Nadler
Ehrenvorsitzender

EHRUNGEN AUF DER MITGLIEDERVERSAMMLUNG



Ehrungen auf der Mitgliederversammlung (v. l.): Rudolf Fürst (40-jähriges Vereinsjubiläum), Irene Nadler (25-jähriges Vereinsjubiläum), Josef Nadler (60-jähriges Vereinsjubiläum), Monika Maurer (70. Geburtstag), Hannelore Forster (70. Geburtstag), Christina Schimann (Vorsitzende), Harry Schwaiger (65. Geburtstag), Bardia Manouchehri (70. Geburtstag)

GLÜCKWUNSCH

WIR STELLEN UNS VOR

Servus,
mein Name ist Stephan Brosza und ich bin der neue Mitarbeiter im Freiwilligen Sozialen Jahr bei den Sportfreunden Harteeck. Ich bin 23 Jahre und komme aus Taufkirchen im Süden von München. Beruflich bin ich in die Sparte Bürokaufmann einzuordnen. Die Ausbildung dazu habe ich Anfang des Jahres erfolgreich abgeschlossen.

STEPHAN BROSZA STEPHAN BROSZA STEPHAN BROSZA



Meine Motivation den Freiwilligendienst bei den Sportfreunden Harteeck zu absolvieren ist eigentlich recht einfach zu erklären: Mit der Freude am Sport und der Zeitüberbrückung zwischen meinem Wehrdienst bei der Bundeswehr und dem Beginn des Studiums.

Mein sportlicher Hintergrund liegt im Eishockey. Diesem Sport habe ich 18 Jahre meines Lebens gewidmet. Zuerst beim EC-Hedos, dann eine lange Zeit beim ESC-München und letztendlich beim ERSC-Ottobrunn.

Eingesetzt werde ich von den Sportfreunden in der Kindersportschule und beim Kinderschwimmen, was mir bisher auch recht gut gefällt. Des Weiteren bin ich in der Verwaltung anzutreffen. Auch darf man mich gerne in anderen Bereichen einsetzen, da ich an jeder Sportart meinen Spaß finde und gerne Neues probiere.

Ich freu mich auf eine gute Zeit bei Euch.

Liebe Sportfreunde,

die meisten wissen noch nicht, dass die Frau vom Büro, also die „Neue“ seit dem 01.02.2013 in der Geschäftsstelle der Sportfreunde Harteeck als Buchhalterin tätig ist. Nun möchte ich mich kurz bei Ihnen vorstellen:

Ich bin Barbara Franz, 52 Jahre und nun in diesem jungen Team gelandet. Bei Fragen rund um's Geld versuche ich, es allen recht zu machen. Ich freue mich sehr auf meine neue Tätigkeit, die für mich eine tolle Herausforderung ist und wird, auf meine neuen Kollegen, Mitarbeiter, Mitglieder und auf das, was noch alles auf mich zukommen wird.

Eure
Barbara Franz



BARBARA FRANZ BARBARA FRANZ BARBARA FRANZ BARBARA FRANZ BARBARA FRANZ



Hallo Hartecker, hallo Freunde des Sports, ich möchte euch berichten, dass uns die Privatbäckerei Wimmer in diesem Jahr mit max. 5.000 Euro unterstützt. Die Höhe können wir selbst beeinflussen. Dafür benötigen wir aber Eure tatkräftige Unterstützung: Ihr braucht lediglich bei Eurem Einkauf die Kassenzettel zu sammeln. Am Ende des Jahres fließen dann 10 Prozent des Umsatzes in unsere Vereinskasse zurück. Ich bin hier als Verbindungsmann genannt. Das bedeutet, ihr könnt die Kassensbons mir persönlich geben oder über Eure Übungsleiter(innen) unserer Geschäftsstelle (Max-Liebermann-Str. 30, 80937 München) zukommen lassen. Dort steht dann eine Sammelbox zum Einwerfen bereit. Ich bin überzeugt, wir schaffen die 5.000 Euro. Also los geht's mit dem Sammeln und gerne auch zwischendurch abgeben. Gruß Fritz, euer Vwl



Endlich fit!

10 Kilometer in 10 Wochen mit den Sportfreunden Harteck. Trainieren Sie mit!

DEM KÖRPER MAL WIEDER ETWAS RICHTIG GUTES TUN, AUSDAUER BEKOMMEN UND IN 10 WOCHEN FIT WERDEN FÜR EINEN 10 KILOMETER-LAUF:

Das ist das Ziel von LAUF10! – eine Aktion für Menschen jeden Alters, die ihre müden Knochen wieder in Schwung bringen wollen.

Das Ziel: 10 Kilometer am Stück laufen oder walken. Mit LAUF10! schafft das garantiert jeder! Sie haben 10 Wochen Zeit zu trainieren. Sportmediziner der TU München haben ausgeklügelte Trainingspläne für Sie erarbeitet, die individuell auf Sie eingehen und Sie Stück für Stück ihrem Ziel näher bringen.

TERMINE: 07. Mai, 14. Mai, 21. Mai, 28. Mai, 04. Juni, 11. Juni, 18. Juni, 25. Juni, 02. Juli, 09. Juli

(Das Training findet bei jedem Wetter statt; Einstieg auch nachträglich möglich)

UHRZEIT: 19:30 – 20:30 Uhr

TREFFPUNKT: Gaststätte Harteck, Trenkleweg 5, 80937 München

TRAINER: Stephan Brosza (ausgebildeter LAUF10-Trainer)

TEILNAHMEGEBÜHR: 30,- EUR pro Person sind am ersten Trainingstag in bar zu bezahlen.

ANMELDUNG: per E-mail an mail@harteck.de

Am 12. Juli 2013 findet der gemeinsame Abschlusslauf (optional) statt. Die 10km-Laufstrecke führt durch die traumhafte Landschaft rund um Wolnzach.

Die Aktion wird unterstützt von der Abendschau in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für Prävention und Sportmedizin der TU München, dem Bayerischen Landes-Sportverband und dem Bayerischen Leichtathletik-Verband.



Winterwanderung um den Eibsee am 20.02.2013

Vorraussetzungen für eine perfekte Winterwanderung, sind eine tief verschneite Landschaft, geräumte Wanderwege, Sonnenschein und die Einker in einer warmen Stube.

Bis auf den Sonnenschein, war auf unserer Wanderung rund um den Eibsee bei Garmisch, alles gegeben.

Nach der langen Zugfahrt, haben wir um 11:45 Uhr mit der Zahnradbahn die Eibsee- Alm erreicht. Nach der Mittagspause machten wir uns um 13:00 Uhr auf den Weg. Die erste Hälfte des Weges war nur ein ausgetretener Trampelpfad, aber auch schon etwas glatt. Nachdem uns der Schneeflug entgegen kam, wurde der Weg wegen der Schneeglätte sehr rutschig. Bis auf einen kleinen Ausrutscher, haben die 14 Teilnehmer die Tour schadlos überstanden.

Eine schöne Wanderung, die auch im Sommer empfehlenswert ist.

Rundwanderung über Haselbach und Oberndorf am 22.03.2013

An einem der wenigen Sonnentage im März starteten 14 Wanderer eine Tour ins Ebrachtal bei Ebersberg.

Aber zuerst waren einige Widrigkeiten zu meistern. Nachdem die entsprechenden Tageskarten für die Gruppe aus dem Automaten gezogen waren, hatte Karl-Heinz vergessen, diese abzustempeln. Die Fahrt mit der U2 nach Trudering war also eine „Zitterpartie“. Die Umsteigezeit zur S4, betrug vier Minuten. Der Schreck war groß, als die lange Rolltreppe aufwärts nicht funktionierte. Dass die Besteigung unter Zeitdruck wortlos von den Damen hingenommen wurde, liegt sicher nicht an deren Gutmütigkeit, sondern am Luftmangel.

Nachdem auch das Abstempeln unserer Fahrkarten, von unserem Gast Heinz Binder, auf verschiedenen S-Bahnhöfen gemeistert wurde, haben wir diese schöne Wanderung durch abwechslungsreiche Landschaften geschafft und in guter Erinnerung.



Der Sommer wird sportlich!



Durch den langen Winter waren die Möglichkeiten für Outdoorsport sehr eingeschränkt. Da ist es nicht verwunderlich, dass viele neue Kinder den Weg in die KiSS fanden. Somit verzeichneten wir über die Wintermonate einen Zuwachs bei den Mitgliedern. Besonders in unseren Kooperations-kindergärten sind die Plätze heiß begehrt! Fast ausschließlich ausgebuchte Gruppen führen oft dazu, dass nicht sofort ein freier Platz vorhanden ist. In unserer ersten Kindergartenkooperation den BMW „FIZ Strolchen e.V.“ herrscht ein riesiges Interesse. Eine prall gefüllte Warteliste bedeutete, dass wir eine neue Gruppe öffnen konnten. Mitte April konnten wir mit Meike Beulhausen ein neues Gesicht in unserem KiSS Team begrüßen. Durch ihren Einsatz ging es Ende April mit einem Schnuppertraining in der Kita los. Mit Meike konnten wir auch eine weitere Lücke schließen. Sie verfügt über viel Erfahrung im Schwimmunterricht und vermittelt ebenfalls seit April dienstags den Kindern das Schwimmen. Wir begrüßen Dich herzlich in unserem Team und hoffen auf eine tolle Zusammenarbeit. Neben Meike haben wir noch ein weiteres neues Gesicht in der Kindersportschule. Seit Anfang des Jahres arbeitet mit Stephan Brosza ein weiterer FSJler in unserem Verein. Wir freuen uns, dass Stephan uns im Sport- und Schwimmbetrieb ebenfalls toll unterstützt. Herzlich Willkommen auch Dir.

Kooperationspartner werden Bewegungskindergarten

Schneckenstein und Clubmäuse zu berichten. Beide Einrichtungen wurden kürzlich als Bewegungskindergarten zertifiziert. Ein wichtiges Qualitätskriterium einer derartigen Auszeichnung besteht in der Zusammenarbeit Kindertagesstätte und Sportverein. Mit Hilfe von qualifiziertem Personal legen die Einrichtungen einen großen Wert auf Sport und leisten somit einen positiven Beitrag in der Kindererziehung. Wir gratulieren beiden Einrichtungen zu dieser tollen Entwicklung und freuen uns auf viele weitere schöne Stunden.

Erfreuliche Nachrichten gibt es aus unseren Kooperations-kindergärten des Kreisjugendring München Stadt KoRi



Kletterkönige

Sommerhighlights

Die Kindersportschule hat im Sommer viel vor. Neben dem regulären Spotbetrieb planen wir erstmals ein Ferienprogramm und einen „Tag der offenen Tür“. In den ersten Tagen der Sommerferien bieten wir Anfang August ein vielfältiges Sport- und Freizeitangebot für unsere Kinder an. Dabei konzentrieren wir uns nicht vorwiegend auf Indoorsport. Vielmehr rücken in der Ferienfreizeit interessante und abwechslungsreiche Möglichkeiten im Outdoorbereich in den Mittelpunkt.

Die genauen Abläufe und Informationen erhaltet ihr demnächst.

Detaillierte Informationen zum „Tag der offenen Tür“ können wir euch schon jetzt liefern. Die KiSS öffnet am 06.07.2013 ab 14:00 Uhr ihre Türen. Mit vielen Mitmach-Sportangeboten im Rahmen einer Kindersportolympiade

für Mitglieder und Nichtmitglieder ist für jeden etwas dabei. Egal ob groß oder klein. Neben der Olympiade laden weitere Sportgeräte zum Ausprobieren ein.

Ein weiterer Höhepunkt wird die Auszeichnung der KiSS mit dem Siegel „Fitte Kinder“ durch den Bayerischen Turnverband sein. Aber das ist noch nicht alles, denn ab 15:30 Uhr zeigen unsere Tanzgruppen Ihr Können. Neben der sportlichen Betätigung, wird natürlich für das leibliche Wohl gesorgt und das Vereinsheim bietet einen tollen Rahmen für ein gemütliches Beisammensein. Also macht Euch auf den Weg. Besucht die KiSS am 06. Juli ab 14:00 Uhr in der Wegenerhalle bzw. am Gelände der Vereinsgaststätte. Wir freuen uns über viele Besucher freuen.

Sportliche Grüße
Sebastian Heidrich



Die Kiddies sind fit!

Tag der offenen Tür“
in der Kindersportschule

Samstag 06.07.2013
von 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr

In und rund um die Wegenerhalle

Mitmachangebote
mit einer Kinderolympiade
und viele Sportgeräte
zum Ausprobieren

Auszeichnung der KiSS mit dem Siegel „Fitte Kinder“
durch den Bayerischen Turnverband

15:30 Uhr Tanzauftritt

Für das leibliche Wohl wird ebenfalls gesorgt.



Unsere zweite Mannschaft: v.l. Klaus Knott, Peter Kriwitz, Binh Nguyen und Thomas Korobka.

1. und 2. Mannschaft sind aufgestiegen

Die TT-Mannschaften der SF Harteck beenden eine sehr erfolgreiche Saison. Bei der 1. Mannschaft stand der 1. Platz und die Aufstiegsberechtigung bereits seit dem 21. März fest und wurde entsprechend gefeiert. Die zweite Mannschaft machte mit ihrem Sieg gegen den SV Lohhof III am 11.04.13 alles klar und steht bereits jetzt, obwohl noch zwei Spiele ausstehen, als Gruppenerster in der 4. Kreisliga-West fest und wird in die 3. Kreisliga aufsteigen.

Die „Dritte“ hatte enorme Aufstellungsprobleme, da fast keine Ersatzspieler mehr zur Verfügung standen. Trotzdem ist bei einem Sieg am 25. April bei der SpVgg Feldmoching III und einer Niederlage von Bergkirchen II noch der dritte Platz möglich. Leider müssen wir die Mannschaft, falls nicht noch überraschend neue Spieler zu uns stoßen, für die nächste Saison

zurückziehen. Mit den neu formierten Jugendmannschaften belegten wir in den zweiten und dritten Kreisligen der Jugend jeweils Mittelplätze. Wichtig war uns, dass wir alle Spiele ohne Verlegungen fast immer komplett durchziehen konnten. Der beste Spieler war Binh Nguyen, welcher in der zweiten Liga nur zwei Spiele verlor. Leider kann er aus Altersgründen in der nächsten Saison nicht mehr in der Jugend spielen. Das beste Turnierergebnis erreichte der Neuzugang Dong Nguyen, welcher beim Bezirksentscheid der Mini-Meisterschaften immerhin das Finale der Trostrunde erreichte, für welche er sich durch einen Sieg beim Kreisentscheid in Karlsfeld qualifiziert hatte. Bis zum September finden jetzt keine Punktspiele mehr statt. Bei der Jugend stehen jedoch im Sommer noch Ranglistenturniere an und außerdem gibt es im Mai die alljährliche Abteilungsversammlung.

JWH

FUSSBALL

LIEBE SPORTFREUNDE/INNEN,

das Jahr 2013 hat mit sehr kaltem Wetter begonnen und darunter hat auch die Vorbereitung gelitten. Da die Plätze mit Schnee bedeckt und obendrein gefroren waren, war der Trainingsbetrieb nicht optimal. Es wurden fast alle Vorbereitungsspiele abgesagt, da die Plätze unbespielbar waren. Das hat sich aber in den ersten fünf Spielen der Rückrunde nicht näher ausgewirkt. Die erste Mannschaft startete mit drei Siegen aus den ersten fünf Spielen und war damit erfolgreicher als in den vierzehn Spieltagen zuvor. Wir haben nun den Punktstand zu einem Nichtabstiegsplatz ausgeglichen und können den Klassenerhalt selber schaffen. Wenn die Einstellung stimmt, können wir gegen jede Mannschaft in der Kreisklasse punkten. Also Jungs belohnt euch weiter mit Punkten, dann können wir einen positiven Saisonabschluss feiern. Bei der zweiten Mannschaft läuft es ähnlich: sie holte zwei Siege und ein Unentschieden aus den ersten fünf Spielen. Der Klassenerhalt wurde damit gesichert. Dazu kam, dass eine Mannschaft aus dem Spielbetrieb zurück gezogen wurde und man sich zum letzten Abstiegsplatz 17 Punkte Vorsprung erarbeitet hatte. Wir stehen nun im gesicherten Mittelfeld und haben Anschluss nach oben.

Wir haben zur Rückrunde noch eine dritte Mannschaft nachgemeldet, die außer Konkurrenz spielt. Das heißt, dass sie in der C-Klasse mitspielt, aber die Spiele als Freundschaftsspiele gelten. Wir haben uns dazu entschlossen, damit alle Spieler, die im Training sind, die Möglichkeit haben am Wochenende zu spielen. Dazu kommt, dass die AH-Spieler die Mannschaft ergänzen, um eine zusätzliche Spielpraxis zu bekommen. In den ersten vier Spielen gab es nur einen Sieg, aber die Jungs haben trotzdem viel Spaß.

Die Senioren A sind auch schon seit März im Spielbetrieb. Das Pokalspiel und die ersten beiden Punktspiele sind leider verloren gegangen. Das liegt in erster Linie daran, dass die Spielerdecke recht dünn war, vor allem wegen Verletzungen und den Arbeitszeiten der Spieler.

Nach dem letzten Spieltag können wir dann sehen, ob wir die Saison erfolgreich abgeschlossen haben. So oder so werden wir die Spielzeit am Samstag, den 01.06.2013 bei unserer Saisonabschlussfeier ausklingen lassen. Hiermit lade ich alle Mitglieder und Gönner der Fussballabteilung herzlichst dazu. Die Feier fängt um 16 Uhr im Vereinsheim an.

Ab Juli beginnt die Vorbereitung für die neue Saison. Die Planungen laufen schon und das erste Punktspiel ist auf den 18. August festgelegt worden.

Ich hoffe, die Saison findet ein erfolgreiches Ende. Auf schöne und punktreiche Spiele.

Euer Abteilungsleiter

Damen 1: Bezirksliga – Here we are!

Der Durchmarsch ist geschafft. Als Meister der Bezirksklasse steigen die Hartecklerinnen zum zweiten Mal in Folge auf. Doch nun gilt es einige Hürden gemeinsam zu meistern.

Da das Trainerduo Andreas Kapahnke und Benjamin Koch aufhört, gilt es nun in erster Linie adäquaten Ersatz zu finden. Beiden gilt der herzlichste Dank, denn nur mit ihrer Hilfe haben wir es geschafft, diese Saison so weit zu kommen. Vor allem an Andi geht ein großes Dankeschön – denn von Anfang an hat er an die Mannschaft geglaubt und stand mit vollem Elan dahinter!

Aber nicht nur die Trainer gehen von Bord, auch einige Spielerinnen verlassen die schwarz-gelben Ladies. So mussten wir bereits von Libera Elodie Soubirou Abschied nehmen, die zurück nach Frankreich gegangen ist. Nun gilt es die Abgänge von Eva Reitingner, die mit dem Volleyballsport aufhört und Becky Schüppert, die sich aufgrund ihrer Schulterprobleme eine Pause gönnt, zu kompensieren! Aber eins sei gesagt: „Mädels die Tür für euch zurück ist immer offen!!!“

Doch das soll die Mädels aus dem Münchner Norden nicht in die Schieflage bringen. Zusammen will man den neuen Weg einschlagen, einen Trainer oder ein Trainerduo finden, mit den Abstiegsrängen nichts zu tun haben und noch die ein oder andere Verstärkung fürs Team finden!

Doch das sollte ja in Harteck alles kein Problem sein! Auf geht's lasst und die Bezirksliga so richtig rocken!

P.S.: Vielleicht bist ja du der neue Erfolgstrainer! Wenn du dich angesprochen fühlst, dann meld dich doch einfach ☺



Hallo zukünftiger Erfolgstrainer!

Wir suchen DICH für eine geile Vorbereitung, Saison und ein angenehmes Engagement bei den Sportfreunden Harteck!

Wir – das sind die Damen 1 – künftig in der Bezirksliga daheim!

In der Kreisliga fing's 2011/12 an, ein kurzer Zwischenstopp in der Bezirksklasse war 2012/13 nicht zu vermeiden und nun brauchen wir –

ach ja ein ziemlich engagiertes und volleyballliebendes Team – DICH um künftig neue Wege zu gehen!

Mit dem Abstieg wollen wir definitiv nichts zu tun haben und es sei Dir gesagt, unser alter Trainer verlässt uns schweren Herzens – denn ab sofort spielen wir, sondern das Baby die erste Geige! :)

Nun suchen wir DICH, den engagierten, volleyballaffinen, mitmenschlichen, gutgelaunten und aufgeschlossenen Trainer!

Und das alles für unser Vorhaben: „BEZIRKSLIGA – WIR ROCKEN DICH!“

Die schwarz-gelben Ladies freuen sich drauf Dich kennenzulernen!



Freizeit: Auch die Freizeit-Mannschaft kann es!

Sie haben es geschafft! Die Damen und Herren des „nix-is-fix“ Teams reihen sich in die beinahe schon legendäre Serie ein, in der es mittlerweile schon seit Jahren mindestens ein SF Harteck-Team gegeben hat, welches sich „Aufsteiger“ nennen darf.

Nach einer sehr konstanten und spielerisch anspruchsvollen Saison, überzeugte die Mannschaft zusätzlich noch durch ihren beispielhaften Teamgeist, an dem auch so mancher Aufstiegs konkurrent gescheitert ist.

Es konnte sich sogar der Luxus gegönnt werden, vier Spiele (drei unglücklich und eines ...na ja) in der Saison abzugeben und dennoch zwei Spieltage vor Schluss den direkten Wiederaufstieg klar zu machen.

Von mir einen herzlichen „NIX-IS-FIX“ Glückwunsch an das gesamte Team und lasst uns die kommende Saison rocken! WIR SIND WIEDER DA – FÜRCHTET UNS!!!

Damen 2: Mit neuem Elan in den Frühling!



Der lange Winter ist auch an uns nicht spurlos vorüber gegangen. Wir blicken zurück auf eine Saison mit Höhen und Tiefen, die es nun zu optimieren gilt. Die ersten Sonnenstrahlen sowie die mitreißende Frühlings-Euphorie machen sich bei uns breit und wir freuen uns riesig auf eine intensive und energiegeladene Saisonvorbereitung.

Mit unserem tollen Team sind wir für alle neuen Herausforderungen bereit.

Mit einem weinenden Auge blicken wir auf die schöne Zeit mit unserem Trainer Flo zurück und möchten uns hiermit schon einmal für sein nie endendes Engagement und viele tolle Trainings- sowie Spielzeiten mit ihm bedanken. Flo wir werden dich vermissen!

Ein paar Wünsche stehen trotz allem noch für die neue Saison offen:

wir hoffen auf einen reibungslosen Trainerwechsel, sowie auf die Rückkehr unserer schmerzlich vermissten Verletzungsausfälle. Möge die Frühlingssonne euch Glück bringen.

Alles in allem können wir aber sagen: WIR GREIFEN WIEDER AN JUHUUUU!



UNSER SPORTANGEBOT

SPORTABTEILUNG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
FUSSBALL (Winterbelegung)					
E3	16:30 bis 18:00				
E1	18:00 bis 19:30				
D1	18:30 bis 20:00				
F1	17:00 bis 19:30				
F3		17:00 bis 18:30			
F2			17:00 bis 19:30		
D2			18:30 bis 20:00		
			17:00 bis 18:00		
C1			17:00 bis 19:30		
C2			17:00 bis 19:30		
C3				17:00 bis 19:00	
E2					18:00 bis 19:30
JUDO					
Mini-Judo (3 bis 5 Jahre)	16:15 bis 17:15			16:30 bis 17:15	
Anfängerkurs Kind/Jugend	17:15 bis 18:15		16:45 bis 18:15	17:15 bis 18:15	16:00 bis 17:30
Anfängerkurs			17:00 bis 18:15		
Fortgeschrittene Kind & Jugend			18:15 bis 19:30		16:00 bis 17:30
Wettkampf Kind & Jugend	18:15 bis 19:30			18:15 bis 19:30	
Breitensport Jugendliche			19:30 bis 21:00		
Breitensport Erwachsene	19:30 bis 21:00		19:30 bis 21:00		
Kampfmannschaft Erwachsene	19:30 bis 21:00			19:30 bis 21:00	
G-Judo		17:15 bis 18:45			
G-Judo Kampfmannschaft			19:30 bis 21:00		
Judo Selbstverteidigung					19:00 bis 20:30
Capoeira Kinder (6 bis 9 Jahre)		17:00 bis 17:45			
Capoeira Kinder (10 bis 12 Jahre)		17:45 bis 18:30			
Capoeira Jugend & Erwachsene	20:00 bis 21:30	18:30 bis 19:30			17:30 bis 19:00
JU-JUTSU					
Kinder/Jugend	18:00 bis 19:30	18:30 bis 20:00	18:00 bis 19:30		
Freies Training Erwachsene	19:30 bis 21:00	20:00 bis 21:30	19:30 bis 21:00		
Systema		19:30 bis 21:00	19:30 bis 21:30		
Kali Sikaran	20:00 bis 21:30		19:30 bis 21:30		
Konditionsraum/Kraft			19:30 bis 21:00		
TAE-KWON-DO					
Anfänger		17:30 bis 19:00	17:30 bis 18:15	17:30 bis 19:00	
Fortgeschrittene			18:15 bis 20:00		18:00 bis 20:00
Yoga/Trainer + Kampfrichter-Lehrgang			20:00 bis 21:00		
Yoga/5 Tibeter					20:00 bis 21:00
VOLLEYBALL					
Herren I	20:00 bis 22:00			20:00 bis 22:00	
Herren II Sommer	19:30 bis 21:30		19:30 bis 21:30		
Herren II Winter	19:30 bis 21:30				
Damen I Sommer	19:30 bis 21:30		19:30 bis 21:30		
Damen I Winter	19:30 bis 21:30				
Damen II Sommer	19:30 bis 21:30		19:30 bis 21:30		
Damen II Winter	19:30 bis 21:30				
Freizeit	19:30 bis 21:30			20:00 bis 21:30	
A-Jugend weiblich			18:00 bis 19:30		
F-Jugend männlich					15:15 bis 16:45
Mini-Volleyball			15:30 bis 18:30		15:15 bis 16:45

- Dreifachhalle Gerastr. 6

Hugo-Wolf-Schule

Situlischule
- Wegenerhalle

Ittlingerschule

Eduard-Spranger-Schule
- Willy-Brandt-Schule

Bernaysschule

HPCA
- Hildegard-von-Bingen-Anger

Vereinsheim

Einfachhalle Riesstr.40

UNSER SPORTANGEBOT

SPORTABTEILUNG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
TURNEN					
Mutter-Vater Kind (0-6)				Derzeit ausgesetzt	
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				
Kinderturnen (6 bis 9 Jahre)		17:00 bis 18:30			
Geräteturnen, Spiele Vertikaltuch (Grundschulalter)				17:00 bis 19:00	
Kindertanzen (Grundschulalter)					17:00 bis 17:45
Spiele, turnerische Grundlagen + Großtrampolin (KiGa-Alter)					17:00 bis 17:45
Tanzen/Step Aerobic (ab 11 Jahre)					17:45 bis 18:45
Spiele, allg. Geräteturnen, Großtrampolin, Akrobatik, Trapez (Grundschulalter)					17:45 bis 18:45
Geräteturnen, Großtrampolin, Artistik (Vertikaltuch/Trapez) Für Fortge. ab 11 + Grundschulalter					18:45 bis 19:45
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			
Fitnessstraining	18:30 bis 20:00				
Wirbelsäulengymnastik				19:00 bis 19:45	
Kondition/Bauch-Beine-Po				19:45 bis 20:30	
TISCHTENNIS					
Herren		18:30 bis 21:30		18:30 bis 21:30	
Jugend				16:30 bis 18:15	
Schüler B/C (unter 12 Jahre)			16:30 bis 18:00		
Schüler A und Jugend (ab 13)			18:00 bis 19:30		
GESUNDHEITSSPORT					
Aquafitness (Anmeldung erforderlich)				19:00	
FitMix (Anmeldung erforderlich)		09:30			
FREIZEITGRUPPE					
Jeweils letzten Di des Monats	im Vereinsheim	Ab 19:00			



Hallenbelegung Stand 03.05.2013

- Dreifachhalle Gerastr. 6

Hugo-Wolf-Schule

Situlischule

Schwimmbad der Thelott-Grundschule
- Wegenerhalle

Ittlingerschule

Eduard-Spranger-Schule
- Willy-Brandt-Schule

Bernaysschule

HPCA

Kulturzentrum Stadtteilkultur 2411, in der Blodigstr. 4, 3. Stock
- Hildegard-von-Bingen-Anger

Vereinsheim

Einfachhalle Riesstr.40

HALLO LIEBE TAEKWONDO-FAMILIE!

6. Taekwondo Lehrgang in Miesbach

Am Samstag, den 9. Februar fand der 6. Taekwondo Lehrgang in Miesbach statt. Daran nahmen unsere Schüler Jasmin, Markus, Leo und Helene, sowie Hilfstrainer Kübra, Saidou und Meister Jean-Pierre teil. Die Truppe traf sich am Samstag bereits um 7:30 Uhr morgens. Der Lehrgang begann um 10:30 Uhr und wurde unter anderem von einer Gruppe koreanischer Meister aus der Universität Jung-Sang unterrichtet, die extra nach Deutschland gereist waren. Das Training fand in zwei Gruppen statt, wobei das Training jeweils mit einem intensiven Aufwärmtraining begann. Inhaltlich übte man die Poomsae (Formen) bis zur Mittagspause gegen 12 Uhr. Nach der Mittagspause übte man weiter die Poomsae, bis zu einer kurzen Pause am Nachmittag. Die Erwachsenen bildeten nun drei Gruppen mit den inhaltlichen Themengebieten Poomsae, Kampf und Demonstration. Saidou, Helene, Kübra und Markus schloßen sich dem Poomsae-Team an und lernten, wie man einige Bewegungen exakter ausführt. Um 16:30 Uhr führte die Koreanische Universität Jung-Sang eine Vorstellung mit hoch anspruchsvollen Kicks und Bruchtests vor. Anschließend wurde der Lehrgang um 17:00 Uhr beendet.

Euer Meister Jean-Pierre

Prüfung

Am 22. März fand unsere erste Prüfung im Jahr 2013 in der Wegenerhalle statt. Insgesamt nahmen 22 Prüflinge teil, von denen mehr als die Hälfte Anfänger waren. Alle waren gut vorbereitet, bedingt durch die stattfindenden Vorprüfungen in einzelnen Trainingsgruppen. Alle haben die Prüfung zum 9. Kup (weißer Gürtel mit Gelbstreifen) bestanden: Marcel, Maria, Melis, Ioannis, Sinem, Sila, Emre, Rümeysa – 8. Kup (gelber Gürtel): Markos und Irini – 7. Kup (gelber Gürtel mit grünem Streifen): Abdulasis, Antonis, Evi, Babis, Eva, Marcel, Lea, Georgia, Stamatia – 6. Kup (grüner Gürtel): Hussain und Ibrahim – 4. Kup (blauer Gürtel): Leo und zum 1. Kup (roter Gürtel mit schwarzem Streifen): Helene.

Wir gratulieren allen Prüflingen und wünschen eine gute Vorbereitung für die nächste Prüfung Ende Juli.

Euer Stamatia

German Open Classics 2013

Am 16.03.2013 starteten zwölf Kämpfer/-innen auf den German Open Classics in Huglfing, wobei acht Kämpfer ihre erste Meisterschaft kämpften. An der Meisterschaft nahmen rund 175 Kämpfer aus 19 Vereinen teil.

Fünfmal Gold, dreimal Silber und viermal Bronze – Vereinswertung Platz 4
- Herzlichen Glückwunsch -

1)	Noman	Nesrin	Jug. D - 22 Kg.	1. Platz	Gold
2)	Noman	Jasmin	Jug. C - 32 Kg.	1. Platz	Gold
3)	Schneider	Quentin	Jug. B - 49 Kg.	1. Platz	Gold
4)	Sylla	Saidou	Jug. B - 48 Kg.	1. Platz	Gold
5)	Tiefenthaler	Markus	Jug. A - 55 Kg.	1. Platz	Gold
6)	Nahith	Mohamed	Jug. C - 30 Kg.	2. Platz	Silber
7)	Aramadanidis	Charalampos	Jug. C - 31 Kg.	2. Platz	Silber
8)	Krüger	Lea	Jug. C - 38 Kg.	2. Platz	Silber
9)	Aramadanidis	Antonis	Jug. D - 32 Kg.	3. Platz	Bronze
10)	Sideri	Paraskeui	Jug. C - 41 Kg.	3. Platz	Bronze
11)	Kießling	Delag	Jug. A - 63 Kg.	3. Platz	Bronze
12)	Kießling	Jean-Pierre	Herren - 74 Kg.	3. Platz	Bronze

Euer Saidou



Aufstellung zur Prüfung



Georgia und Tsamatia



Glückliche Prüfer Et Prüflinge



Lehrgangsteilnehmer



Prof. Dr. Gu mit Bardia

Fit für den Alltag,



Die Übungsleiter und Teilnehmer freuen sich auf neue Sportler/-innen

das könnte ein Motto für die Turn- und Fitnessabteilung der Sportfreunde sein. Die Abteilungsleiterin Frau Birgit Piereth organisiert und leitet mit Ihrem Abteilungsteam Übungsstunden von Akrobatik bis Zumba, mit Sportgeräten wie dem Großtrampolin bis hin zu Kleingeräten. Dabei könnte der Altersunterschied nicht größer sein, von 0 bis 100 Jahren, oder knapp darunter, wird Sport für jedermann angeboten. In vier Sporthallen wird im Münchner Norden trainiert. In einer davon, in der unteren Wegenerhalle, findet dabei maßgeblich das Erwachsenentraining statt. Auch hier wird auf Vielfalt viel Wert gelegt. Die Übungsleiter trainieren von der allgemeinen Fitness bis zur Entspannung in den frühen Abendstunden. Beispielshaft ist der Donnerstag. Gülf trainiert hier Wirbelsäulengymnastik. Dabei werden rückschonende und rückenfestigende Elemente mit viel Spaß und Musikunterhaltung vermittelt. So können Haltungsschäden vorgebeugt und Defizite entgegen gewirkt.

Mit etwas mehr Power geht es bei Katja zur Sache. Hier ist das Konditionstraining angesagt. Bei ausgesuchter Musik und viel guter Laune, werden gezielt die Bereiche

BBP angesprochen. Wer glaubt den Bereich Bauch, Beine und Po vernachlässigen zu können, kann sich besonders auf den Oberkörper konzentrieren. Selbst Boxeinlagen werden in den 60 Minuten an die Frau und den Mann gebracht. Die Übungsstunden sind besonders auch für Quereinsteiger und als Ausgleich zu anderen Sportarten gedacht. Ob Fußballer oder Kampfsportler, für alle ist etwas dabei.

Vom „Glück im Unglück“ zum weltweiten Phänomen

Heute nehmen Millionen Fans an Zumba Kursen in Sporteinrichtungen auf der ganzen Welt teil. Das Programm entwickelt sich von seinen bescheidenen Anfängen zu einer weltweiten Bewegung bis hin zu einer Lebensweise und untermauert unser Streben nach Fitness für alle: ohne Schmerzen, ohne Opfer bringen zu müssen – einfach nur Spaß an der Party.

Egal, ob es eine lebensrettende Droge für Sie ist, oder Sie sich einfach fit halten möchten, Zumba kann Ihrem Leben eine neue Richtung geben. Zumba® Fitness – Wenn Teilnehmer einen Zumba Kurs sehen, können sie kaum erwarten, es selbst auszuprobieren. In Zumba Kursen erwarten Sie exotische Klänge zu kraftvollen Latino-Rhythmen und internationalen Beats. Bevor die Teilnehmer es bemerken, werden sie fit und gewinnen an Energie! Kein Fitnesskurs ist mit der Zumba Fitness-Party vergleichbar. Der Einstieg ist einfach, das Training ist effektiv und macht Spaß. Unter den regelmäßigen Teilnehmern entwickelt sich oft eine eingeschworene Gemeinschaft.

Jetzt auch bei uns!!!!

Schaut doch einfach mal vorbei:
Hildegard-von-Bingen-Anger: Mittwoch 20:30 Uhr bis 21:30 Uhr

ZUMBAZUMBA



Unsere begeisterten Trainer/-innen



Ehrung auf der Mitgliederversammlung



Unsere Ehrungen. Vielen Dank für die langjährige Mitgliedschaft.

Fitness und Selbstverteidigung

Unsere Abteilung veranstaltete in der Zeit von 18.02. – 11.03.2013 einen Kurs unter dem Motto „Fitness und Selbstverteidigung“. Schon von der Konzeption her waren die Abende nicht starr auf Straßenselbstverteidigung ausgerichtet, sondern auf die Erhaltung der Beweglichkeit und den dazugehörigen Elementen des Ju-Jutsu. Nachdem diese Art von Kurs zum ersten Mal von uns angeboten wurde, waren wir sehr erfreut, dass neun Teilnehmer am ersten Abend auf der Matte erschienen. Aufgrund der äußerst effektiven Werbung von Wolfgang in seinem Verwandtenkreis, bestand die Gruppe fast ausschließlich aus Angehörigen seiner Familie. Wir wissen zwar nicht, was er ihnen versprochen hat oder mit was gedroht wurde, aber wir waren sehr dankbar diese Teilnehmer zu sehen, da die Veröffentlichung eines Artikels in der örtlichen Presse leider nicht geklappt hatte. Am letzten Kursabend erschienen immerhin noch sechs Anfänger, wobei nur einer ausgeschieden war, zwei andere waren an diesem Abend erkrankt. Die positive Resonanz erfreute uns sehr, weshalb wir eine Fortsetzung bzw. Wiederholung dieses Kurses planen.

Abteilungsversammlung

Am Mittwoch, 10.04.13, fand um 20.00 Uhr die Abteilungsversammlung unserer Abteilung in der Turnhalle der Hugo-Wolf-Schule statt. Neben den anwesenden neun Teilnehmern unserer Kaligruppe fanden sich noch acht Interessierte ein, darunter auch unser Ehrenmitglied Rudi Fürst. Nach einer kurzen Begrüßung durch Reinhard, gaben die Mitglieder der Abteilungsleitung einen Bericht über die Geschehnisse des letzten Jahres ab. Besonders hervorzuheben war der Erwerb der ÜL-Lizenz von Daniela, der Mattenkauf und der Weggang Romans, sowie die daraus resultierende



Neubesetzung des Jugendleiters mit Wolfgang. Da wir trotz der finanziellen Belastung durch die neuen Matten mit einem leichten Plus unseren Kassenstand 2012 abschließen konnten, war einerseits dem Verzicht einiger Trainer auf ihre Aufwandsentschädigungen und dem Zuwachs unserer Mitglieder, besonders im Bereich Kali Sikaran und Systema, zu verdanken. Hans teilte mit, dass er als Referent zum Bayernseminar des Bay. Ju-Jutsu-Verbandes im Oktober eingeladen wurde. Da hierzu in erster Linie Trainer mit besonderen Qualifikationen eingesetzt werden, ist dies eine Auszeichnung für seine besonderen Fähigkeiten. Nach der Vorstellung des Haushaltsetats 2013, schloss Reinhard die Versammlung mit einem Glas Prosecco / Orangensaft (gespendet von der Abteilung) für alle anlässlich der 40-jährigen Mitgliedschaft von Rudi in unserer Abteilung.

Kinder- und Jugendversammlung

Der kommissarische Jugendleiter Wolfgang bestimmte den 20.03.2013, 19:00 Uhr, für die satzungsmäße Kinder- und Jugendversammlung der Ju-Jutsu-Abteilung. Sie fand auf der Matte der Eduard-Spranger-Grundschule zur normalen Kindertrainingszeit statt und konnte deshalb pünktlich beginnen. Zusätzlich zu den anwesenden zwölf Kindern kamen noch drei Jugendliche. Die Versammlung begann mit einem kurzen Jahresrückblick, insbesondere dem Wechsel des Jugendleiters, der Veränderung bei den Trainern im Kinderbereich und der aktuellen Trainingssituation. Danach stand auf der Tagesordnung die notwendige Wahl des Jugendleiters, da Wolfgang nach dem Weggang von Roman nur von der Abteilungsleitung vorläufig eingesetzt worden war. Als Wahlleiter hatte Reinhard nicht viel Arbeit, weil sich nur eine Person zur Verfügung gestellt hatte. Per Handzeichen wurde Wolfgang schnell und einstimmig zum neuen Jugendleiter Ju-Jutsu gewählt. Er bedankte sich für das Vertrauen der Kinder und Jugendlichen und versprach ihnen weiterhin eine gute Zusammenarbeit. Nach der Wahl wurde dann noch über gemeinsame Unternehmungen in diesem Jahr gesprochen. Unter anderem wurde beschlossen, dass wir dieses Jahr das Sommerfest im Vereinsheim abhalten wollen. Die Versammlung endete um 19:20 Uhr, so dass wir nach dem Mattenabbau pünktlich in die Osterferien gehen konnten.

Wolfgang



Lehrgang in Oberhaching

Am 10.03.2013 fand in Oberhaching ein Lehrgang zum dreißigjährigen Bestehen der dortigen Abteilung Ju-Jutsu statt. Wolfgang, Frank und Daniela nahmen von unserem Verein daran teil. Nach der Begrüßung und diversen Ehrungen innerhalb der Abteilung und von Seiten des Bürgermeisters, legten wir los. Wir wurden in zwei Gruppen aufgeteilt. Die erste Gruppe mit Trainer Dieter Mayer (8. DAN) fing nach einem „mayerischen“ Aufwärmprogramm mit dem Thema Würfe an. Dieter zeigte uns eine Alternative des Gleichgewichtbrechens bei einem Hüftwurf. Damit lassen sich auch die Würfe Hüfttrad, Schenkelwurf und Hüftfeger ausführen. Die zweite Gruppe übte mit Gerd Enders (7. DAN) mit dem Langstock 90 cm. Erst wurde die richtige Haltung des Stockes in der Angriff- sowie Verteidigungshaltung eingeübt und anschließend mit dem Schlag ergänzt. Dies probierten wir anschließend partnerweise aus. Nach einer kurzen Pause mit Kaffee und Kuchen wurden die Trainer getauscht. Anstrengende vier Stunden gingen rasch vorbei und wir fuhren mit vollem Kopf sowie ausgelaugten Muskeln wieder nach Hause.

Daniela



Ausblick

In der Zeit bis zu den Sommerferien werden wir keine Prüfung abhalten. Als nächsten Termin planen wir einen Tag vermutlich im Oktober / November. Wir wollen dieses Jahr wieder ein Sommerfest für Kinder und Erwachsene veranstalten, um damit den Kontakt zwischen den einzelnen Gruppen unserer Abteilung zu verbessern. Als Ort haben wir unser Vereinsheim ausgewählt, da wir hier vom Wetter unabhängig sind und nicht wegen Regens absagen müssen, wie schon in den letzten Jahren geschehen. Termin dafür ist Samstag, der 20.07.13. Die näheren Einzelheiten geben wir dann im Training bekannt.



Liebe Sportfreunde,

Es liegt an jedem selbst sich zu engagieren, im Kleinen wie im Großen. Das Engagement der Judoabteilung ist hierbei vorbildlich, aber nur auf wenige Schultern verteilt. Diese stemmen die Organisation von derzeit über 240 Sportlern in den Bereichen Judo, Capoeira und Judo-Selbstverteidigung und das weit über die Landesgrenzen hinaus, auf hohem Niveau. Wer sich selbst mehr einbringen möchte sowie Ideen und Vorschläge hat, kann sich gerne bei der neu gewählten Abteilungsleitung melden ...denn wie Fritz immer so schön sagt: „Viele Hände, baldes Ende!“



Judo Nachwuchs

Wir gratulieren Andrea und Herbert Baur zu Ihrem Nachwuchs Markus. Mit der Geburt eures Jungen sorgt ihr für den Judonachwuchs in der Regionalliga... Danke und alles Gute!

Ski-Ausflug nach Brauneck (Lenggries)

Am Samstag, den 2. März 2013 machten wir uns mit der Judoabteilung der SF Harteck auf den Weg nach Brauneck, um dort einen ganzen Tag auf Skiern zu verbringen. Im Angebot: Kinderanfängerkurs-Ski (Sabine), Anfängerkurs-Snowboard (Philipp) und Erwachsenenanfängerkurs-Ski (Yusuf). Nach dem Vormittagstraining kehrte man

auf der sonnigen Terrasse des Draxerl Stüberls ein, um am Nachmittag nochmal Gas zu geben. Am Nachmittag wiederholten wir die Übungen diesmal ohne die Trainer, dafür in der Gesellschaft unserer Kinder. Unser Tag verging wie im Flug, dann ging es stolz und glücklich zurück nach München. Ein großes Dankeschön an Yusuf Güngörmüş, Sabine Halmen und Philipp Gieler, die diesen wunderschönen Tag organisierten und uns erste Einweisungen im Bereich Skifahren/Snowboarden gegeben haben.

Orsolya Varga – Teilnehmerin



Hartecker Nachwuchs auf Erfolgskurs

Am am 09.03.2013 starteten fünf Hartecker auf dem „Offenen Bezirksturnier U10/U12“ in München-Großhadern.

Valentin Winter	2. Platz
Alexander Berg	3. Platz
Nicolas Keil	3. Platz
Berkay Colakoglu	2. Platz
Carlo Lubeseder	1. Platz

Vielen Dank an Yusuf Güngörmüş für die Betreuung und auch an die Eltern, die ihre Kinder begleiteten und anfeuert-ten. Auch mir hat es viel Spaß bereitet unsere Athleten auf ihrem zu meist ersten „offiziellen“ Turnier zu begleiten und hoffe, dass wir auch in Zukunft mit einer großen Zahl an Athleten auf Turnieren vertreten sein werden.

Zita Notter –Trainerin SFH



Judokas machen sich Ostergeschenk



Bei der ersten Prüfung 2013 konnten die Hartecker Judokas ihr Können unter Beweis stellen. Unter den prüfenden Augen des Sportleiters Yusuf Güngörmüş und den Jugendtrainern Gülfidan Baasen, Renate Güngörmüş-Sollinger und Masayoshi Yanagida haben alle Teilnehmer ihre Prüfung bestanden. Das Hartecker Judo Abzeichen in Bronze erreichten: Ilyas Oguz, Seyit Ersoy – Silber: Amir Drawsha, Mervin Hülff, Björn Salmon, Florian Rudert – Gold: Cynthia Roeber, Annika Wurzlbauer, Amelie Haller, Matthias Rassl. Die Prüfung zum 8. Kyu (weiß-gelb) bestanden: Andre Riedl, Leopold Medele, Cedric Borcharding, Mervin Hülff – 7. Kyu (gelb): Athmane Brahim, Thorben Quadt, Leon Bernig, Rebecca Nitschke, Leon Buchner – 6. Kyu (gelb-orange): Laura-Maria Kihrioglu, Jakub Jeczala, Quirin Lorenz. Den grünen Gürtel erwarb der Hartecker Bezirksligakämpfer Robert Höppe.



Regionalliga 2013

Nach dem zweiten Kampftag (6:1 Sieg gegen SV Böblingen – Überraschungssieg von 5:2 gegen TSV Teisendorf) und zum Redaktionsschluss ist der 5. Platz eingenommen und sollte zu einem Klassenerhalt langen. Mehr zu den Einzelheiten steht wie immer unter www.sfhjudo.de.

2. Kampftag in der Bezirksliga

Nach einem Unentschieden am ersten Kampftag gegen den MTV München kämpfte man bei der zweiten Begegnung vor heimischem Publikum gegen den Kodokan München II. Pünktlich um 20.00 Uhr, zeitgleich mit der Mitgliederversammlung, startete die Mannschaft um Coach Wolfgang Hinterleitner mit dem Ziel die Tabellenführung in der Münchner Liga zu übernehmen. Den Beginn machte Peter Lammich –90 kg gegen Florian Birnkammer der bei einem ausgeglichenen Kampf durch eine keinen Unachtsamkeit und einer darauf folgender Yuko Wertung seinem Gegner den Sieg überlassen musste. Ähnlich erging es den Kämpfern Alexander Borowac –90 kg und Peter Franz + 90 kg. Im Schwergewicht erreichte Masayoshi Yanagida ein Unentschieden gegen Rolf Schmidt. Christoph Gonschoreck – 73 kg erhielt wegen der Nichtbesetzung durch die Gegner einen Punkt zum Zwischenstand von 1:3 für die Gäste aus Neuperlach. Bei der zweite Paarung – 73 kg kam es mangels Masse auf beiden Seiten zu keinem neuen Punktestand. Bis 81 kg legte Robert Höppe einen Arbeitssieg gegen Florian Antosch hin, bevor die Hartecker wegen Unterbesetzung –81 kg ein 2:4 hinnehmen mussten. Die letzten beiden Punkte –66 kg wurden brüderlich geteilt. Stefan Schneider siegte vorzeitig mit Ippon gegen Thomas Kothmayer. Marius Wolf hatte das Nachsehen gegen Denis Jlin. Mit dem Stand 3:5 ging es in die Pause. Die ersten vier Begegnungen – 90 kg von Lammich und Borowac sowie +90 kg von Franz Oertel und Masayoshi gingen vorzeitig verloren. Den Anschluss erreichte Gonschoreck –73 kg kampfflos. Die Begegnung Zwei – 73 war wieder von beiden Kontrahenten nicht besetzt. Zwischenstand 4:9. Zu den zwei letzten Siegen trugen die Hartecker Höppe –81 kg und Schneider –66 kg jeweils mit Ippon bei, gefolgt von einem Freilos für den Kodokaner Antosch –81 kg und einem beherzten Kampf von Marius Wolf und Thomas Kothmayer –66 kg der ohne Wertungen mit einem Unentschieden beendet wurde. Zum Redaktionsschluss stehen noch sechs weitere Begegnungen in der Saison aus. Ansonsten gibt es am Montag und Donnerstag, in den jeweiligen Trainings, genug Möglichkeiten an seinem Judostil zu arbeiten.

JUDO

Braungurtprüfung im G-Judo bei Harteck



Der Prüfungsbeauftragte des Bezirkes München ließ es sich nicht nehmen, am 23. März in der Turnhalle des HPCA persönlich mit Max Sonner und Alwin Brenner die G-Judoka zu prüfen. Vorbereitet wurden die fünf Prüflinge von Florian Sachs und Benjamin Martan, beide engagierte Trainer, die die Übungseinheiten im Heilpädagogischen Centrum Augustinum (HPCA) durchführen. Und es sollte auch eine wirklich spannende Prüfung werden, denn laut Prüfungsordnung ist es Menschen mit Behinderung erlaubt, das Programm mit einem Judoka ohne Behinderung einzuüben und vorzuführen. In dieser Prüfung agierten jedoch ausschließlich G-Judoka. Mit Markus Schober und Martina Riedl haben nun zwei weitere G-Judoka den höchsten Kyu-Grad geschafft. Bernhard Füzy und Christian Wittmann bestanden die Prüfung zum grünen Gurt und Peter Gerum zum orange-grünen Gurt. Herzlichen Glückwunsch! Übrigens ist Christian Wittmann (46 Jahre alt) der einzig „übrig gebliebene“ G-Judoka aus der Gründungszeit der G-Judogruppe von Alwin Brenner im Jahr 1988.

Quelle: Alwin Brenner, Referent Integration und Judo für Behinderte im BJV

Zweite Hartecker Batizado

Mestre Toni Vargas aus Brasilien hat während seines Europaaufenthaltes eine Woche in der Landeshauptstadt verbracht und unter anderem seinen Geburtstag in München gefeiert. Unterstützt wurde die Capoeiralegende von vielen Trainern aus ganz Europa: Mestre Itamar, Gil, Xuxo, Pigmeu, die Contramestre Kapacete, Manga, Dragão, Schock, Soneca, Xis, Qualhada, Manso, Tirindin, Beto, Faisca, Raio, Rodrigo und Hiena. Unser Capoeira Trainer Sabià und sein Team hatten alle Hände voll zu tun, die Trainingsmöglichkeiten und den Trainingsplan von 03. bis 07. April zu organisieren. Dank den Kooperationsvereinen sowie den Sportfreunden, die für die Unterkunft und Verpflegung sorgten.



Die Capoeira-Kinder mit der Sportlegende Mestre Toni Vargas

Termine 2013

Dino-Treffen (Training)			SF Harteck II – SC Armin		
22. Juli 2013	19.30 Uhr	Ittlingschule	26. Juni 2013	19.30 Uhr	Wegenerhalle
Jan Poppinga Gedächtnistraining			SV Stadtwerke – SF Harteck II		
29. November 2013	17 bis 19 Uhr	Wegenerhalle	22. Juli 2013	19.30 Uhr	Lauensteinstraße 9, München
JUDO-JUGEND			KREISLIGA 2013		
Judo Jugend-Pfingstlager in Königsdorf			SF Harteck III/VfR Garching/MJC		
20. bis 24. Mai 2013			7. Mai 2013	19 Uhr	HPCA
BEZIRKSLIGA 2013			SF Harteck III/TSV München Ost/TSV Unterhaching II		
SF Harteck II – MTV München			18. Juni	19 Uhr	HPCA
5. Juni 2013	19.30 Uhr	Wegenerhalle			
Kodokan München II – SF Harteck II					
10. Juni 2013	19.30 Uhr	Quiddestraße 121, München			

ACHTUNG:
Wir möchten darauf hinweisen, dass die Kinder von ihren Eltern bis zur Sporthalle gebracht und von dort rechtzeitig wieder abgeholt werden. Die Übungsleiter vor Ort können nur so einen geregelten Trainingsverlauf gewährleisten. Besten Dank!

fit2drive

...mehr als nur ein Lebensgefühl

Ausbildung in den Klassen:
B, BE, B-Automatik,
A-25, A-18, A1, M, Mofa

Zusatzangebote:

- Prüfungsvorbereitungen
 - im theoretischen am Computer
 - im praktischen mit Videoaufzeichnung
- Dokumentation des Leistungsstandes auf pers. Trainingskarten nach jeder Fahrstunde
- Erste-Hilfe-Kurs in kleinen Gruppen
- Aufbauseminare für
 - Fahranfänger (ASF)
 - Punkteabbau (ASP)

...mit mehr Sicherheit durch unsere gute Ausbildung!

www.fit2drive.de • info@fit2drive.de

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

FAHRSCHULE ALTE HEIDE
Zweigstelle der Fahrschule am Harthof GmbH
Marchgrabenplatz 1
80805 München
Tel: 089 - 36 104 326
Fax: 089 - 39 297 389

Unterricht:
Di. 19.00 - 20.30 Uhr
Do. 19.00 - 20.30 Uhr

Bürozeiten:
Mo. - Do. 16.00 - 19.00 Uhr
Fr. 15.00 - 18.00 Uhr
Sa. 11.00 - 13.00 Uhr
oder nach telefonischer Vereinbarung

Wir versichern Ihr Leben.
Perfekt auf Sie zugeschnitten.

DEVK-Geschäftsstelle
Wolfgang Spanier
Papinstraße 6
81249 München
Tel.: 089 89743818
Mobil: 0171 6537014
Wolfgang.Spanier@vtp.devk.de
www.wolfgang-spanier.devk.de

125
JAHRE

Persönlich,
preiswert,
nah.

DEVK
VERSICHERUNGEN



SPORT
FREUNDE
HARDECK