



SPORT FREUNDE HARTECK

Max-Liebermann-Str. 30 · 80937 München

Vereinszeitschrift Nr. 130 · 04/15



Hier
könnte Ihre Adresse stehen!

Werden Sie Mitglied bei den
Sportfreunden Hardeck.



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

„Mein Hauptgewinn:
ein Vespa Roller“

Gewinnen,
Sparen,
Gutes tun!

Mit 1 Euro Einsatz einen Vespa Roller gewinnen? Geht das? Na klar! Der Lospreis beträgt 5 Euro. Hiervon sparen Sie 4 Euro an, 0,25 Euro pro Los erhalten soziale Einrichtungen in Ihrer Region und Sie nehmen an den monatlichen Gewinnverlosungen teil. Lose erhalten Sie in allen Geschäftsstellen.



 Raiffeisenbank
München-Nord eG
www.rb-muenchen-nord.de



Schneer'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
08	TAEKWONDO
10	JU-JUTSU
12	KISS
14	HALLENBELEGUNGSTABELLE
16	VOLLEYBALL
18	TURNEN
20	FREIZEITGRUPPE
22	FUSSBALL
23	TISCHTENNIS
24	JUDO



Titelbilder: Taekwondo Gürtelprüfung · KiSS-Gruppe

IMPRESSUM www.harteck.de

GESCHÄFTSSTELLE

Sportfreunde Harteck 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
(außer in den Ferien)

VEREINSHEIM GASTSTÄTTE

Andrea Jerou
Trenkleweg 5 · 80937 München
Telefon 089 - 36 10 33 97
vereinsheim@harteck.de
www.vereinsheim.harteck.de

SPORTPLATZ

Bezirkssportanlage
Wegenerstraße 10
Telefon 089 - 311 70 87

HERAUSGEBER UND VERLEGER

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

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
Tel: 089 - 313 48 80
wolfgang.gah@harteck.de

VEREINSJUGENDLEITER

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

EHRENVORSITZENDER

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

DATENSCHUTZBEAUFTRAGTER

Derzeit nicht besetzt

STELLVERTRETENDER

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

BEISITZERIN JUGENDLEITUNG

Isabel Franz
Fritz-Meyer-Weg 22
81925 München
isabel.franz@harteck.de

JUGENDSPRECHERIN

Derzeit nicht besetzt

JUGENDSPRECHER

Derzeit nicht besetzt

FUSSBALL

Nenad Basic
Golddistelanger 5
80937 München
Mobil 0157 - 80 28 77 47
fussball@harteck.de

JUDO

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

TISCHTENNIS

Frank Schleiß (kommissarisch)
Mitteisstraße 19a
80935 München
Telefon 089 - 31 23 18 74
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

Lukas Hilper
Elisabethstraße 69
80797 München
Mobil 0160 - 938 54 83
volleyball@harteck.de

JU-JUTSU

Reinhard Schroll
Ebereschestraße 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

TAE-KWON-DO

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

KISS-SPORTSCHULE

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

ERSCHEINUNGSWEISE

vierteljährlich

EDITORIAL



Liebe Sportfreundinnen, liebe Sportfreunde,

in der Sekunde, in der ihr diese Zeilen lest, wird es aller Voraussicht nach draußen wieder kälter geworden sein, die Kaufhäuser locken uns mit bunten und weihnachtlich dekorierten Auslagen und der Geruch von Glühwein und Christstollen dringt allerorten in unsere Nasen – kurzum: Wir befinden uns – alle Jahre wieder – in der Weihnachtszeit. Ich möchte an dieser Stelle ausdrücklich allen Helferinnen und Helfern der Sportfreunde Harteck auf das Herzlichste für ihr Engagement, ihren Einsatz und ihre Hingabe an unseren Verein danken. Sport verbindet alle Menschen auf dieser Welt und gerade in diesen Tagen, in der uns die Nachrichten von den Anschlägen aus Paris in Angst und Schrecken versetzen, sollen wir im Rahmen unseres sportlichen Zusammenhalts und unserer guten sozialen Gemeinschaft noch enger zusammen stehen. Lasst uns ein Zeichen setzen, gegen Intoleranz und Gewalt, für Offenheit und Vielseitigkeit. Dazu bietet unser Engagement in den einzelnen Abteilungen eine ideale Gelegenheit – Menschen aus verschiedensten Herkunftsländern vereint im sportlichen Miteinander, im Geiste der Fairness und der Gerechtigkeit!

Nun doch noch zu etwas anderem, aber für uns im Verein dennoch sehr wichtigem: Unsere Beitragsreform, die wir am 13. Oktober auf unserer außerordentlichen Mitgliederversammlung beschlossen haben. Bitte lest sorgfältig den entsprechenden Beitrag in dieser Ausgabe. Wir hoffen, mit dieser Strukturreform ein Optimum zwischen den finanziellen Belastungen unserer einzelnen Mitglieder einerseits und einer Vereinfachung der Geschäftsabläufe andererseits gefunden zu haben. Die Satzungs- und Ordnungsänderungen werden zum 01.01.2016 wirksam.

Ansonsten bleibt mir nichts weiter, als Euch allen eine geruhsame Weihnachtszeit zu wünschen und weiterhin viel Spaß sowie Erfolg im Training – bei uns, den Sportfreunden Harteck.

Michael Hesse
Vorsitzender

UNSER TEAM



Andreas Mutzel
stellv. Finanzen



Friedrich Schottenheim
Verwaltungsleiter



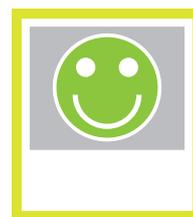
Florian Sachs
Jugendleiter



Wolfgang Gah
Sportleiter



Benjamin Martan
stellv. Jugendleiter



Isabel Franz
Jugendleitung Beisitzerin



Josef Nadler
Ehrevorsitzender



Karl-Heinz Bauer
Aktive Freizeitgruppe



Nenad Basic
Fussball



Reinhard Schroll
Ju-Jutsu



Alwin Brenner
Judo



Sebastian Heidrich
KISS



Michael Hesse
Tae-Kwon-Do



Frank Schleiß (komm.)
Tischtennis



Birgit Piereth
Turnen



Lukas Hilper
Volleyball



Barbara Franz
Geschäftsstelle



Felix Kißlinger
Freiwilliges Soziales Jahr

Liebe Vereinsmitglieder, liebe Leser,

viele Mitglieder, insbesondere auch aus den Reihen der neuen Vorstandschaft, sind an mich mit der Bitte herangetreten, die Geschichte unseres Vereins für die zahlreichen Neumitglieder aufzuzeigen. Als langjähriger Kassenleiter und Vorsitzender, mit über 60 Jahren Vereinszugehörigkeit, sowie jetziger Ehrenvorsitzender, sei ich hierzu prädestiniert.

Laut offiziellen Vereinsstatistiken ist die Fluktuation innerhalb von Mehrspartenvereinen sehr hoch. Die Mitgliederstruktur ändert sich vielfach im Zeitraum von etwa drei Jahren. Aus diesem Grund habe ich den vielen Wünschen gerne entsprochen und bringe in dieser und in den nächsten Ausgaben unserer Vereinszeitschrift einen Abriss unserer Vereinsgeschichte:

Im Juli 1949 gründeten einige Männer in der Kantine am Lieberweg (jetzige Gaststätte „Weyprechthof“), den Fußballverein „SV Harteck“. Gespielt wurde auf einem Gelände an der Karl-Postel-/Parlerstraße. Vorstand war damals Josef Schauer. Fast gleichzeitig entstand jenseits der Schleißheimer Straße der Verein „Sportfreunde Harthof“. Dort wurde Tischtennis, Handball und Faustball gespielt. Im Jahr 1953 kam man überein zu fusionieren, um damit einen Mehrspartenverein zu gründen. Dies geschah unter den Vorsitzenden Heinrich Grüneis und Hans Fellner. Die Fusions-Generalversammlung fand in Anwesenheit von 91 stimmberechtigten Mitgliedern beider Vereine in der Gaststätte „Schleißheimer Alm“ (jetziges Steak-Restaurant) statt. Hauptinitiator war unser langjähriger „Freund und Wegbegleiter“, Stadtrat der Landeshauptstadt München, Theo Giesen. Zum Vorsitzenden des fusionierten Vereins wurde Hans Gruber gewählt. Der Hauptgrund für diese Fusion war, dass das geschlossene Wohngebiet der Siedlungen am nördlichen Stadtrand von München sportlich nur von einem Verein repräsentiert werden sollte. Die bestehenden Sportanlagen beider Vereine sollten eine großzügige Förderung des Sportgedankens für die Bevölkerung des Wohngebietes gewährleisten. Bei diesem neuen „Großverein“ sollten alle Leibesübungen auf breitester Basis, unter Einbeziehung aller Altersklassen und Geschlechter sowie unter Berücksichtigung des Sports für Kinder und Jugendliche, betrieben werden. Dies hielt man in der schwierigen Zeit, gerade vier Jahre nach Beendigung des Krieges, dem Folgejahr der Währungsreform, im unterprivilegierten Münchener Norden, mit sehr unterschiedlicher Bevölkerungsstruktur, für eine wichtige Voraussetzung für eine intakte Gemeinschaft im Wohngebiet. Angedacht war damals auch, dem Verein endgültig den Namen des geplanten Stadtbezirkes zu geben. Man beabsichtigte, wie in Berlin, große Stadtbezirke zu schaffen und die Stadt München ähnlich zu strukturieren. Diese Planung wurde aber später von der Stadtverwaltung nicht realisiert, so dass der „provisorische“ Name „Sportfreunde Harteck e.V.“ bis zum heutigen Tag geblieben ist. Dies war der erste Abriss aus der Geschichte „unseres Sportvereins“. Ich werde diesen Bericht in den nächsten Ausgaben fortsetzen.

Josef Nadler
Ehrenvorsitzender



SPORT
FREUNDE
HARTECK



SPORT FREUNDE HARTECK



Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

mein Name ist Felix Kißlinger, ich bin 19 Jahre alt und werde im Schuljahr 2015/2016 mein Freiwilliges Soziales Jahr bei Euch, den Sportfreunden Hardeck, absolvieren. Nach meinem bestandenen Abitur und der theoretischen Zeit in der Schule, wollte ich vor meiner beruflichen Zukunft praktische und sinnvolle Erfahrungen sammeln. Da ich bereits seit eineinhalb Jahren Vorkenntnisse als Übungsleiter von Kindern zwischen acht und 13 Jahren habe und die Arbeit mit Kindern zu einem begeisternden Hobby geworden ist, freue ich mich auf ein Jahr vieler neuer Erlebnisse.

Selbst begeistere ich mich für viele Sportarten. Neben Schwimmen und Hockey zählt Mountainbiking zu meinen absoluten Favoriten. So konnte ich letztes Jahr eine organisierte Tour über die Alpen von Garmisch zum Gardasee fahren und mir die Freude zum Sport wieder einmal bestätigen lassen. Ich hoffe, gerade diese Freude an die Kinder, die ich dieses Jahr betreuen darf, weitergeben zu können und sie mit Begeisterung zu animieren.

Somit freue ich mich auf das kommende Jahr und die vielen Erfahrungen, die ich mir währenddessen aneignen darf.

Euer Felix Kißlinger

American BBQ im Vereinsheim,

Nachdem die Vereinsheim-Wirtsleute Andrea und Robert zum American BBQ gerufen hatten, sind der Einladung ca. 100 Gäste gefolgt. Über fünf Stunden hinweg, war es ein gelungener Nachmittag, wobei unsere Geschäftsstellenmitarbeiterin Barbara zu den ersteren und Judoka Pit zu den letzteren Gästen gehörten, die zufrieden verköstigt wurden.



Die Vorstandsmitglieder Wolfgang und Fritz haben den Grill übernommen, so dass mit den Zutaten vom Wirt für die selbst zu belegenden Burger, Spareribs und Holzfällersteaks, keiner hungrig und schon gleich gar nicht durstig heimgegangen ist. Auch den Wettergott hatten sie bestellt und nachdem ein Stromdefekt behoben wurde, war auch der Fußballnachmittag gesichert und der FC Bayern ging nach dem gewonnen Heimspiel ebenso wie wir, zum Feiern.

Ich glaube, dass das nicht das letzte BBQ im Vereinsheim war und Fritz, euer VwL, freut sich schon auf das Nächste

Liebe Vereinsmitglieder,

hiermit möchten wir Euch über die am 13. Oktober 2015 in der außerordentlichen Mitgliederversammlung beschlossenen Satzungs- und Ordnungsänderungen informieren.

Hauptsächlicher Anlass für diese Änderungen war eine Optimierung der Abläufe in der Geschäftsstelle, insbesondere bei der Mitgliederverwaltung. Aufgrund der derzeitigen Gebührenstruktur und den vielen Ein- und Austritten im laufenden Jahr, entstanden Buchungsfehler bei den Erstanlagen, die eine Menge Nach- bzw. Korrekturarbeiten erforderlich machten.

Aus diesem Grund wurde im Rahmen der außerordentlichen Mitgliederversammlung eine Vereinfachung der Beitragsstruktur beschlossen, die uns folgende Vorteile verschaffen soll:

- Reduzierung der Fehlerquote beim Lastschriftinzug
- Niedrigere Belastung durch quartalsweisen Einzug
- Geringerer Verwaltungsaufwand
- Höhere Transparenz für Mitglieder durch Vereinfachung und Vereinheitlichung
- Erhöhung der Rechtssicherheit durch Vereinheitlichung der Kündigungstermine

Folgende Eckpunkte waren Bestandteil der Überlegungen zur neuen Beitragsstruktur:

Abschaffung des Grundbeitrages und Einführung eines Abteilungsbeitrages. Synchronisierung von Einzugsterminen für alle

Abteilungen: 01.03., 01.06., 01.09. und 01.12. des laufenden Jahres und damit Umstellung auf einen Quartalsbeitrag für alle Abteilungen. Synchronisierung von Kündigungsterminen für alle Abteilungen: 28.02. und 31.08. Erhalt der Fördermitgliedschaft.

Abschaffung des Familienbeitrages; stattdessen Möglichkeit der Beitragsfreistellung einzelner Mitglieder. Die neue Gebührenstruktur sieht nun wie folgt aus: Um unseren Familien entgegen zu kommen, haben wir u.a. folgende Regelung mit aufgenommen: „...Bei häuslichen Gemeinschaften, in denen mindestens drei Personen Mitglieder des Vereins sind, kann auf Antrag der Abteilung, die Vorstandschaft einzelne Mitglieder beitragsfrei stellen...“

Des Weiteren haben wir eine Regelung für soziale Härtefälle in der Satzung berücksichtigt: „...in diesen Ausnahmefällen kann ein Antrag auf Ermäßigung der Beitragshöhe und Änderung der Zahlungsmodalitäten gestellt werden. Über den Antrag entscheidet die Vorstandschaft...“

Aufgrund der Umstellung der Einzugstermine, ist es erforderlich einen „Rumpfbeitrag“ in Höhe von zwei Monatsbeiträgen zu erheben. Den Einzug werden wir im Februar 2016 für die Monate Januar und Februar vornehmen. Danach erfolgt der Einzug quartalsweise, wie in der Übersicht dargestellt.

Wir hoffen, mit dieser Strukturreform ein Optimum zwischen den finanziellen Belastungen unserer einzelnen Mitglieder und der Vereinfachung der Geschäftsabläufe gefunden zu haben. Die Satzungs- und Ordnungsänderungen werden zum 01.01.2016 wirksam.

Gesamtbeitrag
voll / ermäßigt
[Quartal] / [Quartal]

Aufnahmegebühr

Beitragsstruktur
Mitgliedschaftsdauer

NEU

Fussball	45,00 € / 36,00 €	10 €
Volleyball	42,00 € / 30,00 €	10 €
Turnen	27,00 € / 18,00 €	10 €
Jujustu	33,00 € / 24,00 €	10 €
Taekwondo	48,00 € / 39,00 €	35 €
Tischtennis	27,00 € / 18,00 €	10 €
Judo	48,00 € / 39,00 €	25 €
Kiss I	48,00 € / 0,00 €	
Kiss II	87,00 € / 0,00 €	
Freizeit	27,00 € / 18,00 €	10 €

TAEKWONDO

Liebe Taekwondo-Familie,

Gürtelprüfung am 24.07.2015

Noch rasch vor dem Beginn der großen Sommerferien, konnten wir am Freitag, den 24.07.2015 unsere zweite Gürtelprüfung in diesem Jahr durchführen. 14 Prüflinge waren gemeldet, zwei mussten jedoch aufgrund einer Erkrankung absagen und bekommen im November eine neue Gelegenheit. Die Prüfung begann um 17.30 Uhr und wie immer waren einige der jüngeren Teilnehmer/-innen, insbesondere natürlich unsere Anfänger, bei ihrer ersten Prüfung doch etwas nervös. Als Prüfer waren dieses Mal die Großmeister Michael Hesse und Bardia Manouchehri geladen.

Als besonderen Ansporn für die Prüflinge versprach Großmeister Hesse demjenigen 10,- EUR, der es schaffen würde, beim Treten auf die Polster eines davon „kaputt“ zu kicken. Dadurch kam tatsächlich richtig Schwung in die Prüfung und jeder versuchte, so fest es ihm möglich war, auf das Schlagpolster zu treffen. Richtig spannend machte es am Ende noch unsere Jasmin, die beim Bruchtest etwas Nerven zeigte und sich erst beim dritten Anlauf erfolgreich gegen das Brett durchsetzen konnte.

Am Ende der Prüfung konnten die Teilnehmer/-innen den Lohn ihrer Mühen in Empfang nehmen und erhielten ihre Urkunden und die neuen Gürtelfarben. Darüber hinaus bekamen alle Teilnehmer/-innen zum ersten Mal ihre Trainingskarten ausgehändigt. Zukünftig sind diese Trainingskarten eine wesentliche Zulassungsvoraussetzung zur nächsten Prüfung. Jedes besuchte Training wird hier vom Trainer unterzeichnet. Erst bei einer bestimmten Anzahl von erbrachten Trainingseinheiten kann man die nächste Gürtelprüfung antreten. Somit wird versucht, die Qualität und die Leistung der Mitglieder stetig nach oben zu steigern.

Es bestanden zum...

9. Kup (weißer Gürtel mit gelbem Streifen): Iman, Liam, Berkkan, Denis, Annalena und Özhan

8. Kup (gelber Gürtel): Alihan, Abrar und Bedirhan

7. Kup (gelber Gürtel mit grünem Streifen): Omar und Ghadir

1. Kup (roter Gürtel mit schwarzem Streifen): Jasmin

Die Prüfungsbesten waren dieses Mal Bedirhan, Omer und Jasmin. Für Jasmin war es gleichzeitig auch die letzte Prüfung bei uns im Verein. Sie hat nun mit ihrem 1. Kup alle Schülergrade durchlaufen und bereitet sich jetzt auf ihre erste Schwarzgurtprüfung vor.

Ich gratuliere allen Prüflingen und wünsche Euch viele weitere erlebnisreiche und spannende Trainingseinheiten und viel Erfolg für die kommende Prüfung. Nächstes Jahr werden die Prüfungen immer an einem Samstag stattfinden.

Übrigens:

Großmeister Hesse hat letztendlich seine 10,- EUR behalten – vielleicht erhöht er ja beim nächsten Mal seinen Einsatz.

Eure Serat



**WO IST IHRE ANZEIGE ?
HABEN SIE KEINE ?
RUFEN SIE UNS AN
089 - 37 15 95 62**

**Für alle Firmen, Geschäfte
oder Selbständigen, die
kostengünstig Ihre
Leistungen und Angebote
bewerben möchten.
Anzeigengestaltung
auf Anfrage möglich!**

Sportwoche in der Eduard-Spranger-Grundschule

Am 21.07.2015 hatten Wolfgang und Daniela das Vergnügen im Rahmen der Sportwoche der Schule drei Klassen unseren Sport vorzustellen. Zu Beginn erklärten wir den Kindern, was Ju-Jutsu ist und aus welchen Sportarten es sich zusammensetzt. Dann wurde es laut. Die erste Aktion war eine Kombination aus Schrei- und Laufübung. Danach zeigten wir ihnen das Lösen von einfachen Griffen, das dann gleich paarweise ausprobiert und größtenteils mit staunen, auch von Seiten der Lehrer, quittiert wurde. Zum Ende der Einheit funktionierte es bei den Meisten relativ problemlos. Auf Anfrage einer Klasse zeigten wir verschiedene Möglichkeiten auf, wie sie aus einer Umklammerung von hinten herauskommen können. Dies musste natürlich sofort getestet werden. Schlagen gehört zum Kampfsport dazu. Wir haben uns entschieden, den Handballenstoß zu zeigen. Erst wurde dieser an der Matte, danach am Schlagpolster und Schlagbrett ausprobiert. Wolfgang kam mit dem Zusammensetzen des Brettes kaum nach, so gut war die Schlagkraft der kleinen Kämpfer/-innen. Eine kurze Vorführung der beiden Trainer, in der wir ihnen verschiedene Wurf-, Halte-, Hebel- und Transporttechniken zeigten, rundete die Stunde ab. Nach letzten Fragen und der Verteilung von Flyern waren die 60 Minuten viel zu schnell für alle Beteiligten vorbei. Wir bedanken uns bei der Schule für die Einladung und das Geschenk. Nächstes Jahr sind wir auf jeden Fall wieder dabei.



Training speziell für Frauen

Seit Trainingsbeginn im September haben wir im Montagstraining von 18.00 – 19.30 Uhr in der Eduard-Spranger-Grundschule ein Training speziell für Frauen. Bei den Teilnehmerinnen handelt es sich um Damen aus dem erfolgreichen Frauen-Selbstverteidigungskurs im Sommer. Einige davon waren von den Trainingseinheiten so begeistert, dass sie sich zur Mitgliedschaft in unserer Abteilung entschlossen haben. Dies ist auch der Verdienst von Gabi Gah, die mit ihren „Werbetätigkeiten“ die Gruppe zusammenhielt. Wir hoffen, dass die Teilnehmerzahl weiterhin stabil bleibt, so wie es sich nach den ersten Abenden gezeigt hat.

Kalilehrgang in Vaterstetten

Am 26./27.09.2015 fand das jährliche Trainingswochenende mit Jeff Espinoux in Vaterstetten statt.

Das lehrreiche Seminar war mit fast allen Trainer/-innen und zahlreichen Schüler/-innen sehr gut vom SF Harteck besucht. Schließlich hatten wir noch vom letzten Jahr, die für uns sehr erfreulichen Graduierungen, anlässlich dieser Fortbildung in positiver Erinnerung.

Hans



Kalilehrgang in Frankreich

Das Highlight des Jahres 2015 im Bereich Kali war das Summercamp in Fréjus an der Côte d'Azur. Die Teilnehmer/-innen kamen aus Deutschland, Italien, Schweiz, Frankreich, Belgien, Niederlande, Portugal, Norwegen, U.S.A und Australien sowie aus Tahiti.

Außer mir, machten sich Alex Thanner, Martin Siber und Martin Albrecht auf die lange Reise Richtung Süden. Am Sonntag, den 05.07.2015 um 23.00 Uhr fuhren wir von Landsberg, via Schweiz und Italien, nach Südfrankreich. 11 Stunden und 850 km später kamen wir bei ca. 38 Grad in unserem Hotel an. Den Montag haben wir zur Erkundung und Erholung am herrlichen Strand genutzt. Ab Dienstagvormittag war Einweisung. Am Nachmittag stellten sich die Referenten mit jeweils einer Trainingseinheit vor. Am Mittwoch ging es dann ab 9.00 Uhr mit dem Training weiter. Da Alex und ich als Referenten eingeladen waren, durften wir auch gleich die ersten beiden Trainingseinheiten Doppelstock und Panatukan (philippinischer Boxstil) für Anfänger und Fortgeschrittene abhalten. Donnerstagmorgen durfte dann Alex mit „Sikaran“ (philippinisches Kickboxen) an die Front. Freitagmorgen unterrichtete ich Espada Y Daga („Stock und Messer“) für Fortgeschrittene. Wie auch die übrigen Tage trainierten wir am Samstag von 9.00 bis 19.15 Uhr. Trotz der ausgefüllten Trainingstage konnten wir uns jeden Tag für eine Stunde im Meer abkühlen. Unterrichtet wurden folgende Stile: Defence Lab, Ksatriya Silat und nicht zu vergessen Kali Sikaran. Aufgrund seiner außerordentlichen Leistungen wurde Alex zum Guro (5. Meistergrad) graduiert und ist somit auch einer der höchst Graduierten im Kali Sikaran. Für Alex und mich gab es als zusätzliche Ehrung eine Original-Waffe von den Philippinen.

Zu den SF Harteck Trainingseinheiten in Fréjus gab es nur positive Rückmeldungen.

Fazit dieser Woche: Es war sehr heiß (nicht kälter als 38 Grad), das Meer war angenehm kühl, das Essen war französisch (speziell das Frühstück), das Training war schweißtreibend (man kam gar nicht mit dem Trinken hinterher), die Gespräche mit den Teilnehmer/-innen waren anregend (mal mehr - mal weniger) aber es war auf Neudeutsch - einfach geil!

Hans



Ausblick

Die Abteilungsleitung hat beschlossen, dass wir dieses Jahr keine Weihnachtsfeier für Erwachsene abhalten. Die Resonanz war in den letzten Jahren für die Organisatoren nicht zufriedenstellend. Ein Grund könnte sein, dass zum Jahresende viele entsprechende Feierlichkeiten durchgeführt werden, so dass dem einen oder anderen die Teilnahme erschwert wurde. Da andere Vereine damit gute Erfahrungen gemacht haben, starten wir stattdessen in das Jahr 2016 mit einer Neujahresfeier. Der Termin wird noch im Januar sein, damit wir nicht mit der „heißen“ Faschingszeit in Konflikt geraten. Die genauen Daten über das Wann, Wo und Wie werden wir Ende des Jahres im Training bekannt geben. Wir versprechen uns von der Veränderung eine stärkere Beteiligung aller Abteilungsmitglieder.

Für die Kinder ist das traditionelle Weihnachtsbowlen wieder im Dezember. Wolfgang wird den Termin den Kindern demnächst im Training mitteilen.



Schuljahresbeginn in der KiSS

Im September startete die Kindersportschule in das neue Schuljahr. Unser BFDler Marco Edbauer beendete planmäßig seinen freiwilligen Dienst zum Schuljahresende. Vielen Dank lieber Marco, für Deinen tollen Einsatz und in der Zukunft viel Erfolg. Wir sind uns sicher, dass Du bei Deiner Ausbildung viel Spaß haben wirst und hoffen auf ein sportliches Wiedersehen. Ein Nachfolger konnte gefunden werden. Felix Kißlinger begann Ende August seinen Bundesfreiwilligendienst im Verein. Die ersten Wochen der Einarbeitung verliefen super. Wir freuen uns auf das gemeinsame Jahr mit Felix. Soweit zu den Veränderungen, denn die anderen Lehrkräfte haben auch schon im letzten Schuljahr den Sport-, Tanz- und Schwimmunterricht geleitet. Wir sind sehr froh, dass nach den Ferien nur ein Personalwechsel stattfand.

In den ersten Wochen begrüßten wir viele „Schnupperkinder“. In fast allen Stunden schauten interessierte Kids vorbei. Wir freuen uns mitteilen zu können, dass viele von den Kindern in der Zukunft Sport treiben. Wir sind uns sicher, dass ihr mit unseren bisherigen Mitgliedern tolle, sportliche Stunden erleben werdet. Trotzdem sei Euch gesagt, die KiSS hat in einigen Gruppen noch freie Plätze. Wer Interesse an der KiSS hat, kontaktiert bitte das KiSS Büro. Kommt zum „Schnuppern“ vorbei, denn wir freuen uns immer über neue Gesichter aus dem Münchner-Norden.

Kooperationspartner



Unsere KiSS führt das Sportangebot nicht nur für Mitglieder durch. Wir kooperieren seit mehreren Jahren mit verschiedenen Bildungseinrichtungen. Mittlerweile steigt die Anzahl der Partner stetig. Die Ganztagesgrundschule an der Paulckestraße und die Kindergartenkooperation mit den Einrichtungen des Kreisjugendrings München-Stadt sind für uns langjährige und wichtige Partner. Wir können Euch berichten, dass auch dieses Jahr die Anzahl der Stunden im Kindergartenbereich und in der Grundschule gleich bleibt. Wir haben jedoch vier Neuigkeiten auf diesem Sektor zu verzeichnen. Neben der Paulcke-Grundschule unterrichten wir ab September eine Doppelstunde KiSS Sportunterricht in der Grundschule an der Bernaysstraße. Jeden Montag direkt in der Turnhalle der Grundschule. Des Weiteren starteten wir bei unserem langjährigen Partner, der Paulcke-Grundschule, ein neues Projekt. Den Grundschüler/-innen steht nun eine sportliche Anschlussbetreuung nach dem Unterricht offen. Hier sind wir auf einem sehr guten Weg und mittlerweile nutzen viele Kinder das Angebot. Bei den Kitakooperationen können wir euch ebenfalls von zwei neuen Partnern berichten. Zum Ende des letzten Schuljahres führten wir Schnupperstunden in zwei Einrichtungen durch. Zum einen im AWO-Kindergarten "Am Wiesenanger" und zum anderen im JUL Haus für Kinder in Bogenhausen. Diese Schnupperstunden waren super besucht. Auch hier gibt es positive Nachrichten. Seit Schuljahresbeginn sind die drei Sportgruppen in den Einrichtungen ausgebucht. Eine tolle Entwicklung. Wir freuen uns auf die kommenden Stunden mit allen neuen Partnern und bedanken uns für das Vertrauen.

Was ist sonst noch so los?



Einen Abgang haben wir mit der Sommerpause zu beklagen. Vor einiger Zeit starteten wir zwei Tanzgruppen im Kulturzentrum 2411. Nach dem letzten Personalwechsel im Februar 2015 entwickelten sich die Gruppen nicht nach den Standards der KiSS. Leider verzeichneten wir einen Rückgang der Mitglieder, welcher eng mit dem Personalwechsel zusammen hing. Wir entschlossen uns die Gruppen im Kulturzentrum daher nicht fortzusetzen. Wer jedoch hochwertige Tanzstunden für sein Kind sucht, kann das bei uns im Dominikuszentrum finden. Seit vielen Jahren leitet unsere Franziska Schewe vier Tanzgruppen in verschiedenen Altersgruppen.

Die KiSS Schwimmkurse für Kinder bieten wir auch im neuen Schuljahr an. Am Mittwoch, Donnerstag und Freitag finden bei uns Kurse für Anfänger, aufbauende Kurse und Kurse für Fortgeschrittene statt. Wenn ihr an einer Teilnahme Interesse habt, meldet Euch bitte beim KiSS-Leiter. Im Januar 2016 beginnt die nächste Reihe.

Damit schließen wir die Neuigkeiten aus der KiSS. Nach dem Schuljahresbeginn, steht mit dem Erscheinen der Zeitung, das Jahresende schon vor der Tür. Das gesamte KiSS Team wünscht allen eine schöne Vorweihnachtszeit, fröhliche Weihnachten und einen guten Rutsch in's neue Jahr. Wir freuen uns auf das Sportjahr 2016 mit Euch.



Sportliche Grüße
Sebastian Heidrich



NEUE SCHWIMMKURSE IM JANUAR

ANFÄNGERSCHWIMMEN AB 4 JAHRE

AUFBAUKURS AB 4 JAHRE

FORTGESCHRITTENE 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 Thelott-Grundschule in der Thelottstr. 20 angeboten. Unsere Schwimmtage sind **Mittwoch, Donnerstag und Freitag**.

KURSGEBÜHR: 99 EURO FÜR MITGLIEDER UND 119 EURO FÜR NICHTMITGLIEDER.
10 TERMINE ÜBER DIE DAUER VON 45 MINUTEN

Infos gib es beim KiSS Leiter Sebastian Heidrich · kiss@harteck.de oder 089 / 54 87 82 29

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 14 Jahre)		18:00 bis 18:45			
Capoeira Jugend & Erwachsene	20:00 bis 21:30				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		
Tai Chi					20:00 bis 21:00
VOLLEYBALL					
Herren I	20:00 bis 22:00			20:00 bis 22:00	
Damen + Herren II Sommer	19:30 bis 21:30		19:30 bis 21:30		
Damen + Herren II Winter			19:30 bis 21:30		
Freizeit	19:30 bis 21:30		19:30 bis 21:30	20:00 bis 21:30	
Jgd weiblich Sommer (U14)	17:30 bis 19:30		17:30 bis 19:30		
Jgd weiblich Winter (U14)			17:30 bis 19:30		
Jugend männlich (unter 14 Jahre)			17:30 bis 19:00		
Mini-Volleyball					15:15 bis 16:45

 Gerastr. 6
 Hugo-Wolf-Str. 70
 Situlistr. 87

 Wegenerstr. 8
 Ittlingerstr. 36
 Eduard-Spranger-Str. 15

 Freudstr. 15
 Bernaysstr. 35
 Rainfarnstr. 44

 Hildegard-von-Bingen-Anger 4
 Trenkleweg 5
 Riesstr. 40

UNSER SPORTANGEBOT

SPORTABTEILUNG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
TURNEN					
Kinderturnen mit Eltern (1-8)				17:00 bis 18:15 ■	
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 18:15 ■	
Spiele & Tracour (Grundschulalter)					17:00 bis 18:00 ●
Spiele, turnerische Grundlagen + Großtrampolin (KiGa+GS-Alter)					17:00 bis 18:00 ●
Tanzen/Step Aerobic (ab 11 Jahre)					18:00 bis 19:00 ●
Spiele, allg. Geräteturnen, Großtrampolin, Akrobatik, Trapez (Grundschulalter)					18:00 bis 19:00 ●
Geräteturnen, Großtrampolin, Artistik (Vertikaltuch/Trapez) Für Fortge. ab 11 + Grundschulalter					17:00 bis 20:00 ●
Ballspiel (Volleyball)			19:00 bis 20:30 ■		
Zumba®			20:30 bis 21:30 ■		
Zumba® Kinder ab 7 Jahre				18:20 bis 19:00 ■	
Show-Dance (FUN-Gang)		21:00 bis 22:00 ■			19:00 bis 20:00 ●
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 ■	
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 ■		
FREIZEITGRUPPE	im Vereinsheim				
Jeweils letzten Di des Monats		Ab 19:00 ■			

Hallenbelegung Stand 01.08.2015



SPORT FREUNDE HARTECK

- Gerastr. 6
- Wegenerstr. 8
- Freudstr. 15
- Hildegard-von-Bingen-Anger 4
- Hugo-Wolf-Str. 70
- Ittlingerstr. 36
- Bernaysstr. 35
- Trenkleweg 5
- Situlistr. 87
- Eduard-Spranger-Str. 15
- Rainfarnstr. 44
- Riesstr.40
- ✗ Schwimmbad der Thelott-Grundschule
- ✗ Kulturzentrum Stadtteilkultur 2411, in der Blodigstr. 4, 3. Stock

VOLLEYBALL

Endlich wieder Herbst...

Die einen verfluchen ihn, die anderen lieben ihn:

Den Herbst.

Wir Volleyballer gehören zu den Kandidaten, für die der Herbst nicht heißt: „Oh nein, kalt, keine Sonne mehr!“, sondern bei uns heißt das: „Jippieh, die Saison geht endlich wieder los und wer braucht schon Sonne, wenn er den ganzen Tag in der Halle verbringen kann!“.

Und weil's so schön ist, habe ich Euch gleich mal nachfolgend die Spieltage der Erwachsenen und die Spieltage der Jugend zusammengefasst. Gäste sind immer gerne gesehen und die dick gedruckten Termine sind sogar Heimspiele, bei denen man nicht mal weit reisen muss.

In der nächsten Ausgabe lässt sich dann mit Sicherheit schon einiges über die ersten Spieltage berichten.

Im Allgemeinen ist jedoch in den letzten Wochen nicht sonderlich viel passiert, außer der üblichen Saisonvorbereitung und natürlich dem Trainingslager.

Die Damen haben es leider dieses Jahr wegen Überbuchung des Sportcamps in Inzell nicht geschafft, einen Termin zu finden, aber dafür sind die beiden Herrenmannschaften gemeinsam zum Trainieren des Körpers (und der Leber) durchgestartet. Impressionen daraus dann noch im Endartikel!

Bei der weiblichen U18-Jugend gab es eine kleine Umstrukturierung, aber dazu auch mehr im nachfolgenden Artikel.

Ich wünsche allen Mannschaften für die kommende Saison viel Glück und vor allem auch eine Menge Spaß!

In diesem Sinne, brauchst du hart,
kriegst du Harteck!

Eure Scarlet



Die weibliche Jugend stellt sich neu auf

Die U18-Abteilung des Post SV und unsere Mädels bilden ab sofort eine Trainings- und Spielgemeinschaft. Durch die Kooperation kann nun öfter mit spielnahen Übungsformen gearbeitet werden und auch vollständige Trainingsspiele sind so einfacher möglich. Aus unserem Trainerduo Isa und Matze ist mit Manu vom PSV nun sogar ein Trainertrio geworden. So können wir unsere Nachwuchsspieler noch besser betreuen und neue Impulse im Training setzen.

Dass die ursprüngliche U18 starke Spielerinnen in die Spielgemeinschaft einbringt, haben die Mädels im Vorbereitungsspiel gegen Milbertshofen I bewiesen. In einem knappen und umkämpften Spiel konnten sich die Mädels 2:1 gegen den Gastgeber durchsetzen. Im Laufe des Spiels wurden die Spielerinnen immer sicherer in ihren Aktionen und punkteten mit starken Aufschlägen und einem ruhigen und sicheren Spielaufbau. Auf Grundlage dieses Erfolgs werden wir weiter intensiv am Spiel arbeiten und hoffentlich den Schwung mit in die Saison nehmen.

Das neue Team freut sich bereits auf die Spieltage am 11.10., 25.10., 22.11. sowie 6.12. und noch mehr, wenn viele Fans sonntags in die Halle zum Anfeuern kommen!

Kommt vorbei, wenn es in der Halle in der Freudstraße wieder heißt:

Willst du hart, kriegst du HART-ECK!

SF Harteck Volleyball Spieltage Jugend

	Tag	Datum:	Heimspielhalle	Zeit:
OBM männl.Jugend U13 Vorrunde	Samstag	16.01.2016	noch nicht bekannt	10:00
OBM männl.Jugend U13 Endrunde	Sonntag	17.01.2016	noch nicht bekannt	10:00
OBM männl.Jugend U14 Vorrunde	Samstag	30.01.2016	noch nicht bekannt	10:00
OBM männl.Jugend U14 Endrunde	Sonntag	31.01.2016	noch nicht bekannt	10:00
SBM männl.Jugend U13 Vorrunde	Samstag	20.02.2016	noch nicht bekannt	10:00
SBM männl.Jugend U13 Endrunde	Sonntag	21.02.2016	noch nicht bekannt	10:00
SBM männl.Jugend U14 Vorrunde	Samstag	05.03.2016	noch nicht bekannt	10:00
SBM männl.Jugend U14 Endrunde	Sonntag	06.03.2016	noch nicht bekannt	10:00
BM männl.Jugend U13 Vorrunde	Samstag	09.04.2016	noch nicht bekannt	10:00
BM männl.Jugend U13 Endrunde	Sonntag	10.04.2016	noch nicht bekannt	10:00
BM männl.Jugend U14 Vorrunde	Samstag	16.04.2016	noch nicht bekannt	10:00
BM männl.Jugend U14 Endrunde	Samstag	16.04.2016	noch nicht bekannt	10:00

SF Harteck Volleyball Spieltage Erwachsene							
	Tag	Datum:	Mannschaft 1	Mannschaft 2	Mannschaft 3	Heimspielhalle	Zeit:
7. ST Damen:	Samstag	09.01.2016	SV Heimstetten 3	SF Harteck	PSV München 3		12:00
1.ST Freizeit	Mittwoch	20.01.2016	Nix-is-fix	SVSF StuSta		Städt. Willy-Brandt-Gesamtschule Freudstraße 15 80935 München	19:30
8. ST Damen:	Samstag	23.01.2016	SC Freising 3	SF Harteck	TSV Reichertshausen		12:00
6. ST Herren II	Samstag	23.01.2016	SF Harteck II	MTV München IV	MTV München V	Städt. Willy-Brandt-Gesamtschule Freudstraße 15 80935 München	14:30
1.ST Freizeit	Mittwoch	27.01.2016	Nix-is-fix	Los Krachos		Städt. Willy-Brandt-Gesamtschule Freudstraße 15 80935 München	19:30
11. ST Herren I	Samstag	30.01.2016	VC/DJK Passau	SF Harteck			14:30
1.ST Freizeit	Montag	01.02.2016	Volleyballindianer	Nix-is-fix			20:00
12. ST Herren I	Samstag	13.02.2016	TSV Hohenb.-Riemerling	SF Harteck			14:30
7. ST Herren II	Samstag	13.02.2016	MTV München V	SF Harteck II	FC Weil e.V.		14:30
8. ST Herren II	Samstag	20.02.2016	Team München	TSV Eint. Karlsfeld	SF Harteck II		14:30
1.ST Freizeit	Mittwoch	24.02.2016	Nix-is-fix	Maximale Lässigkeit		Städt. Willy-Brandt-Gesamtschule Freudstraße 15 80935 München	19:30
9. ST Damen:	Samstag	27.02.2016	VfB Hallbergmoos	SF Harteck	SV Lohhof 5		14:00
13. ST Herren I	Samstag	27.02.2016	TV Hauzenberg	SF Harteck			14:30
9. ST Herren II	Samstag	27.02.2016	ASV Dachau VI	SF Harteck II	SV Germering II		14:30
1.ST Freizeit	Mittwoch	02.03.2016	Monsterglocken	Nix-is-fix			20:00
14. ST Herren I	Samstag	05.03.2016	SF Harteck	TSV Niederviehbach II		Berufliches Schulzentrum an der Riesstr. 40 München	14:30
15. ST Herren I	Samstag	05.03.2016	SF Harteck	VfR Garching II		Berufliches Schulzentrum an der Riesstr. 40 München	14:30
1.ST Freizeit	Mittwoch	09.03.2016	Nix-is-fix	Forza Ragazzi		Städt. Willy-Brandt-Gesamtschule Freudstraße 15 80935 München	19:30
16. ST Herren I	Samstag	12.03.2016	TUS Oberding	SF Harteck			13:00

Es geht wieder los!

Und die Männer sind gut vorbereitet! Eine anstrengende, lehrreiche und auch spaßige Vorbereitung liegt hinter unseren Jungs. So wurde in den letzten Monaten bei unseren beiden Herrenmannschaften intensiv am Spiel gefeilt.

Bei der Ersten stand der Angriff und die Angriffssicherung im Mittelpunkt. Es wurden neue Spielzüge einstudiert, um das Spiel schneller zu machen und die Sicherung überarbeitet, um auch gegen blockstarke Teams erfolgreicher agieren zu können.

Bei der Zweiten lag der Fokus auf Annahme und Feldverteidigung. Die harte Arbeit an Technik und Raumaufteilung soll an Spieltagen in einen sicheren und variablen Spielaufbau münden. Auch das wöchentliche Zuspieler-Sondertraining macht sich auf dem Spielfeld bereits deutlich bemerkbar. Im erstmals gemeinsam durchgeführten Trainingslager im schönen Weil, Mitte September ging es neben der Saisonvorbereitung auch intensiv um das Training des Trinkarms. Man kann offiziell feststellen, dass die Zweite hier die Erste brutalst vernichtet hat. Das abschließende Trainingsspiel ging dann wiederum an die Jungs der Ersten. Ob da wohl ein Zusammenhang bestand?

Ob sich das Training gelohnt hat, zeigt sich dann an den ersten Spieltagen. So schlagen die Herren I dieses Jahr nach ihrem Aufstieg wieder in der Landesliga auf. Herren II wird in der Bezirksklasse angreifen und sich dort sicherlich als Aufstiegsaspirant beweisen.

Unterstützer sind an Spieltagen (Heimspieltage: Herren I Riesstraße, Herren II Freudstraße) immer herzlich willkommen!

In diesem Sinne: Vom Salat schrumpft der BIZEPS!

TURNEN

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

ihr werdet gesucht! Freiwillige vor! Die Turn- und Fitnessabteilung besteht aus 326 Mitgliedern. Ein großer Teil davon sind Kinder im Vorschulalter, doch die sind dieses Mal weniger angesprochen. Wir suchen für unsere Abteilung noch einen Pressewart/-in, gerne auch als Team. Ihr könnt damit die Vereinszeitung mitgestalten und so die Vereinsarbeit bereichern. Diese erscheint viermal im Jahr. Meldet Euch bei Christine oder Birgit, wenn ihr Interesse habt.

Ebenso werden noch weitere Übungsleiterassistent/-innen gesucht, die die bestehenden Stunden unterstützen. Dabei kann die Abteilung entsprechende Ausbildungen auch ermöglichen.

Freie Trainingszeiten/Änderungen

Die Erwachsenen- sowie die Kinderstunden sind sehr gut besucht. Gerne können noch neue oder alte Mitglieder zum Zumba oder zur Step Aerobic mit Bauch- und Rückenübungen dazukommen. Hier sind noch Kapazitäten frei. Also runter vom Sofa und los geht's. Nimm eine Freundin oder einen Freund mit, dann macht es gleich noch mehr Spaß! Die Trainingszeiten findet ihr in der Tabelle im Innenteil dieser Ausgabe.

Am Freitag haben wir die Tanzgruppe für Grundschüler/-innen von 17.00 bis 18.00 Uhr in „Ballspiele und Tracour“ geändert. Bei schönem Wetter gehen wir auf den angrenzenden Abenteuerspielplatz. Es freut uns, wenn hier Jungs und Mädchen ab 6 Jahren dazustoßen.

Bitte gebt mir eine Rückmeldung, falls weiteres Interesse am Kindertanzen im Grundschulalter besteht.

Eure Birgit

Kinder-Zumba mit Nubia

Von weitem hört man bereits die Rhythmen, die den Körper zum Tanzen verleiten. Das Kinderlachen als Background und hüpfende Kinderfüße, die das musikalische Bild vervollkommen. „Ich finde es toll, dass ich so rumspringen kann!“, so eine kleine Teilnehmerin der Kinder-Zumbatruppe der Sportfreunde Harteck. Die Trainerin Nubia macht es vor, leitet die Kinder an und man sieht, dass sie für den Tanzunterricht geboren ist. Nubia kommt aus Brasilien, wie der Großtrampolntrainer Sabiã, der am Montag die Übungsstunden mit seinem Fachwissen und Können begleitet. Nubia zeigt dabei mit großen Gesten und Hüftschwüngen, wie schön Bewegung zur Musik sein kann. Samba, Samba und die kleinen Teilnehmer/-innen können sich schon gedanklich auf dem langen Strand an der Copacabana oder im Karneval in Rio de Janeiro sehen.



Zumba® und die Zumba Fitness-Logos sind Markenzeichen von Zumba Fitness, LCC und werden unter Lizenz verwendet.

Sport macht in der Gruppe Spaß

Unser Sportangebot ist reichhaltig, ebenso die Inhalte und Übungen. Hier wird der Körper ganzheitlich gesehen. Vom kleinen Zeh bis tief in die Entspannung, Phantasie Reisen inbegriffen. So sehen die Trainingsstunden zum Beispiel bei Gülfi aus. „Ich bin so froh, dass ich das richtige Sportangebot bei den Sportfreunden gefunden habe!“, so eine Teilnehmerin im mittleren Alter. In vier Sporthallen werden die unterschiedlichen Angebote von A-Z, Akrobatik bis Zumba, durch eine breite Basis an Übungsleiter/-innen durchgeführt. Mehr über das Angebot könnt ihr im Innenteil der Vereinszeitung ansehen. Jeweils gilt: Erst schnuppern und dann anmelden!

Hoch hinaus im Kinderturnen

Ja etwas Mut gehört schon dazu! Diesen und viele andere Dinge könnt ihr im Kinderturnen lernen. Hier erfahrt ihr, wie ihr mit Technik Dinge macht, die andere nicht können. Dabei bekommt ihr ganz spielerisch Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Das braucht natürlich Zeit, einmal oder zweimal in der Woche, dann geht es schon los und ihr fühlt, wo es lang geht. Meldet Euch, wir freuen uns!



FREIZEITGRUPPE

WANDERUNG VON LOCHHAM NACH OBERMENZING AM 17.07.2015

Für diese Wanderung sind wir nicht weit gefahren: Nur nach Lochham. Von dort machten wir uns auf den Weg nach Obermenzing. Der Weg führte fast immer an der Würm entlang, durch schattige Alleen und Parks bis nach Schloss Blutenburg. Nun war es nicht mehr weit bis zum „Alten Wirt“ in Obermenzing, wo wir unser Mittagessen im Biergarten verspeisten. Es war glücklicherweise eine leichte Wanderung ohne besondere Vorkommnisse. Gerade richtig für die tropischen Temperaturen, die an diesem Tag herrschten.



WANDERUNG ÜBER DIE AMPERAUEN ZUM DACHAUER SCHLOSS AM 18.08.2015

Damit die Aktiven der Freizeitgruppe nicht übermäßig durch die hohen Temperaturen unseres diesjährigen Sommers belastet werden, war im August eine gemütliche Hochsommer-Tour angesagt. Schon die Anfahrt zum Dachauer Bahnhof war mit dem Bus 172 (statt U-Bahn und S-Bahn) sehr gemütlich. Von dort nahmen wir den Weg durch die Vorstadt zur Gaststätte: „Alte Liebe an der Amper“. Nach zweistündigem Aufenthalt und Kampf mit den Wespen, wanderten wir an der Amper entlang zum Dachauer Schlossgarten. Die riesige Aussichtsterrasse über den Dächern von Dachau ist immer wieder beeindruckend. Auch bei der Rückfahrt benutzten wir den Bus.



WANDERUNG VON TUTZING NACH BERNRIED AM 11.09.2015

Urlaub und gesundheitliche Gründe, waren die Ursache für die stark verkleinerte Wandergruppe von neun Teilnehmer/-innen bei dieser Tour. Bei herrlichem Spätsommerwetter erreichten wir ca. 15 Minuten nach unserer Ankunft in Tutzing, den Johannishügel mit dem fantastischen Blick auf den Starnberger See und die Berge. Der weitere Wanderweg führte zwar nur teilweise am See entlang, ist aber landschaftlich sehr schön. Am



Dampfersteg Bernried haben wir leider eine Abzweigung verpasst, so dass aus den geplanten acht Kilometern, ca. zwölf Kilometer wurden. Der Sturz einer Teilnehmerin ging glücklicherweise, bis auf ein paar kleine Schrammen, glimpflich aus. Bei der Einkehr in die Bernrieder Gaststätte "Drei Rosen" waren die Anstrengungen bald vergessen.

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

wir sind am 14. Juli in die Vorbereitung gestartet und die Trainingseinheiten sind unterschiedlich aufgenommen worden. Von der ersten Mannschaft waren im Schnitt zehn Leute im Training und von der Zweiten war kein Einziger da. Somit haben wir nur Spiele für die Erste ausgemacht. Die Ergebnisse sprachen leider nicht für uns und der Aufwand, den wir investiert hatten, hat sich im Resultat nicht wiedergespiegelt. Dazu kam die Urlaubszeit und die Spieler fuhren oder flogen weg. Somit hatten wir nie die gleiche Mannschaft auf dem Feld. Wir steigerten uns von Spiel zu Spiel, die Spielzüge klappten immer besser, die Kondition wurde gesteigert und nach vier Niederlagen in den ersten fünf Freundschaftsspielen sowie einem Unentschieden gegen unseren Nachbarverein, waren alle ein bisschen besorgt. Wir hatten uns durch die Neuzugänge, den Aufstieg auf die Fahnen geschrieben. Doch dies war in den Resultaten nicht abzusehen und so kam das Pokalspiel gegen Istiklal, die in der Vorsaison in die Kreisliga aufgestiegen waren, nicht gerade zum optimalen Zeitpunkt. Wir lieferten ein gutes Match ab, verloren aber dann doch mit 0:4 und die Stimmung wurde dadurch nicht besser. Aber dann wendete sich das Blatt und wir fuhren in den letzten zwei Freundschaftsspielen zwei Siege ein. Die Urlaubszeit ging langsam zu Ende und die Mannschaft konnte sich noch besser einspielen. Der Saisonstart kam dann zum richtigen Zeitpunkt. Die erste Mannschaft hat die ersten fünf Spiele gewonnen und die ersten drei auch noch zu Null gespielt. Im sechsten Spiel holten wir einen Punkt und stehen zum heutigen Tag an der Tabellenspitze. Wir haben noch neun Spiele bis zur Winterpause, die wir nutzen wollen, um uns oben festzusetzen und eine optimale Ausgangslage für die Rückrunde zu legen. Ich hoffe, wir bleiben von Verletzungen verschont, damit wir auch in den restlichen Spielen, den ansehnlichen Fußball weiter fortsetzen können.

Bei der zweiten Mannschaft konnten wir den Erfolg der ersten Mannschaft nicht wiederholen, aber wir haben in sechs Spielen, drei Siege sichern können und stehen im Mittelfeld der C-Klasse II. Leider mangelt es in der Zweiten an Spielern, so dass der Spielbetrieb nur schwer am Laufen bleibt. Mal schauen, was wir noch an Erfolgen bis zum Winter einfahren können. Der letzte Spieltag fällt heuer auf den 6. Dezember und eine Woche später findet die Weihnachtsfeier am Samstag, den 12.12.2015 um 17.30 Uhr in unserem Vereinsheim statt. Ich möchte alle Vereinsmitglieder dazu recht herzlich einladen. Wir werden wieder drei Gerichte zur Wahl haben, wobei ein vegetarisches Essen dabei sein wird. Bitte holt euch die Einladung bei mir ab und gebt mir den Essensabschnitt bis 01. Dezember zurück, damit wir planen können. Ich wünsche beiden Mannschaften viel Erfolg und eine verletzungsfreie Zeit.

Noch ein paar Sätze zur Jugend: Wir haben diese Saison eine A-Jugend, eine B-Jugend, eine D-Jugend, eine E-Jugend und zwei F-Jugenden im Spielbetrieb. In den älteren Jugenden könnten wir noch ein paar Spieler verkraften und mehr Unterstützung von außerhalb würde die Spieler auch freuen. Die genauen Spielzeiten könnt ihr dem Schaukasten an der Bezirkssportanlage entnehmen.

Außerdem sind im nächsten Jahr Neuwahlen in der Abteilung angesetzt. Diese finden am Donnerstag, den 10. März 2016 um 21.00 Uhr im Vereinsheim statt. Ich möchte alle Mitglieder einladen, an dieser Sitzung teilzunehmen, da auf jeden Fall ein neuer Abteilungsleiter/-in gewählt wird. Ich werde mich nicht mehr zur Wahl stellen und somit wird ein(e) neue(r) Frau oder Mann benötigt. Ich wünsche mir, dass sich jemand findet, der die Arbeit fortführt.

Zum Schluss die feststehenden Termine in diesem Jahr:

12.12.2015
10.03.2016

Weihnachtsfeier
Ordentliche Abteilungsversammlung mit Neuwahlen

Soweit der momentane Stand, Anfang Oktober in der Fußballabteilung.

Euer Abteilungsleiter

Nachruf

zum Tode unseres Sportkameraden Peter Kriwitz

Seit 1949 spielte unsere Tischtennisabteilung in einer Baracke des Flüchtlingslagers am Pulverturm in der Schleißheimer Straße. Als Anwohner hatte er häufig die dortigen Spielmöglichkeiten der Tischtennisabteilung genutzt, wenn diese sie selbst nicht nutzten. 1955 hat er sich dann zur Mitgliedschaft bei den SF Harteck (nun seit 60 Jahren!) und zur Teilnahme am offiziellen Punktspielbetrieb überreden lassen. Er war sehr ehrgeizig und zuverlässig und spielte heuer als mittlerweile 75-jähriger noch recht erfolgreich in der ersten Mannschaft unserer Erwachsenen. Seine vor ein paar Jahren eingetretenen Gesundheitsprobleme hatte er nach unserer Anschauung schnell in den Griff bekommen. Im Sommer dieses Jahres musste er allerdings erneut ins Krankenhaus, wo er dann, für uns alle sehr überraschend, für immer eingeschlafen ist.

Wir verlieren mit ihm einen sehr zuverlässigen und hilfsbereiten Kameraden, der auch gesellschaftlich sehr aktiv und vielseitig war. Zusätzlich zu seinem Sport engagierte er sich noch im Kegeln und Tennis. Ein besonderes Hobby war das Radfahren, wo er auch Mehrtagestouren organisiert und durchgeführt hat. Auch als „eingefleischter FC Bayern-Fan“ war er allgemein bekannt. Leider bleibt uns nur noch die Erinnerung an einen sehr ehrgeizigen, immer engagierten und allzeit hilfsbereiten Freund und Kameraden.

Wir werden Dich nie vergessen!



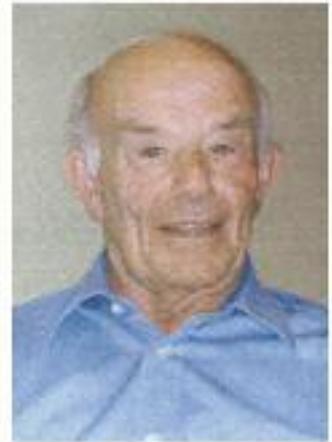
Zur lieben
Erinnerung an

Peter Kriwitz

* 31. Dezember 1939

† 24. August 2015

Du hast gegrißt, Du hast geschafft,
bis Dir die Krankheit nahm die Kraft,
Schmerzlich wart's vor Dir zu stehen,
dem Leiden hilflos zuzusehen.
Nun ruhe aus in Gottes Hand,
ruh' in Frieden und hab' Dank.



Jugendmannschaft und -spielbetrieb

Eine Jugendmannschaft konnte heuer nicht gemeldet werden, da hierfür leider nicht genügend Spieler zur Verfügung standen und einige für eine Jugendmannschaft noch viel zu jung waren. Bei den vorhandenen Schüler/-innen ist die Fluktuation hoch, da sie sich noch nicht für eine Sportart entschieden haben. Bis zu einer möglichen Eingliederung in unseren Erwachsenenspielbetrieb dauert es sehr lange, so dass die Weiterführung des Jugendtrainings momentan in Frage gestellt wird.

Erwachsenenmannschaft – AUFRUF

Nach dem Rückzug einiger Spieler benötigen wir unbedingt neue Mitglieder mit etwas Erfahrung und mit Interesse an einem ordentlichen Spielbetrieb. Die Teilnahme an einem kostenlosen Probetraining in der Turnhalle 2 der Grundschule an der Ittlingerstraße 36 ist dienstags oder donnerstags jederzeit ab 18.30 Uhr nach vorheriger Anmeldung beim Abteilungsleiter Frank Schleiß (Tel. 31231874) möglich bzw. erwünscht.

Gruß Klaus Knott



Special Olympics World Games in Los Angeles – persönliche Eindrücke von Alwin Brenner

Judo-Abteilungsleiter und G-Judo-Tainer Alwin Brenner durfte seine Athleten zwar nicht als Coach, jedoch als akkreditierter Fotoreporter begleiten und berichtet somit hautnah am Geschehen.



Wenn nicht der großartige Campus der Universität California von Los Angeles so sehr mit Sportler/-innen aus aller Welt belebt wäre, könnte man beim Betreten der Judohalle meinen, bei einem kleinen Landesturnier anwesend zu sein. Etwa dreißig bis vierzig Judoka treten jeweils an einem der drei Wettkampftage zum Wettbewerb an.

Die Umkleieräume der Olympioniken sind beschildert, man kann sie aber nicht gleich finden. Kein Wunder: Denn die Athleten kleiden sich in den Toiletten um, darauf muss man erst kommen.

Die Zuschauerränge sind klein, aber voll, die Stimmung ist sehr gut. Freude und Spannung liegen in der Luft, das Prickeln der Athleten ist hautnah zu verspüren. So gibt es doch olympische Stimmung, die erst spät zum Tragen kommt, denn die

Judowettbewerbe finden erst ab 16.00 Uhr Ortszeit statt. Die vorgesehenen zwei Stunden werden natürlich nicht eingehalten und es besteht durchaus die Gefahr, dann spät abends, nach der Siegerehrung, das Abendessen zu verpassen.

Eine große Anzahl an Volunteers unterstützt die Sportler/-innen und Zuschauer/-innen unermüdlich bei Fragen und Unklarheiten. Eventuelle sprachliche Barrieren werden schnell überwunden, auch wenn keiner vom Englischen abweicht. Ich habe nur sehr selten eine solche Freundlichkeit, so geballt in dieser kurzen Zeit erlebt. Das macht die ganze Veranstaltung und die vielen Menschen, die hier tatkräftig den G-Judosport unterstützen so unglaublich sympathisch. Man wagt es kaum, Kritik zu üben und wenn, sie kommt an und wird freundlich erwidert.

Ja, es gibt natürlich schon Unterschiede zu Landesmeisterschaften: der auffälligste Unterschied und daher ein ganz besonderes Erlebnis für Sportler/-innen, Trainer/-innen und Angehörige sind die olympischen Rituale. Das macht den kleinen Wettbewerb wieder ganz groß. Die Athleten bereiten sich im Vorbereitungsraum auf ihren Kampf vor, werden in Begleitung des Trainers von Offiziellen abgeholt und an die Kampffläche geführt. Auch die Abholung nach dem Kampf läuft so ab. Jede einzelne Begegnung steht somit im Mittelpunkt des Geschehens, im Focus der Zuschauer. Jeder Judoka ist zumindest für die bis zu dreiminütige Kampfzeit der absolute Mittelpunkt, wird angefeuert, aufgemuntert und vom Publikum gefeiert.



nen unbezwingbar. In ihrem ersten Kampf zeigte Caro Nerven. Sie geriet in Rückenlage und fiel bei einem Wurfansatz selbst, glücklicherweise nur mit einer mittleren Wertung. Somit setzte sie ihren Kampf fort. Der dauerte dann nicht mehr lange. Mit ihrem Seoi Nage (Schulterwurf) gelang ihr ein fulminanter Ippon-Sieg. Das gleiche widerfuhr dann ihren weiteren Gegnerinnen aus Costa Rica und Norwegen. Die Halle tobte, Caros Gesicht glänzte vor Glück und Coach Wolfgang Janko und „Fotograf“ Alwin freuten sich mit. Außerdem hat ESPN, der amerikanische Sportsender, der stolzen Athletin auch gleich USA-weit eine eigene Meldung gewidmet.

Christina Wollinger war bei ihren Kämpfen von der gesamten Atmosphäre so beeindruckt, dass sie fast das Kämpfen vergessen hatte. Im Schwergewicht hatte sie durchaus ihre Chancen, aber leider verlor sie drei ihrer vier Kämpfe. Dies reichte aber für den vierten Platz. Die Siegerehrung im Campus der Universität California war somit sicher.

Hollywood, Santa Monica, L.A. Downtown sowie die Universal Hollywood Studios waren neben dem Sport natürlich weitere Attraktionen, die das Abenteuer Los Angeles nicht nur abrundeten, sondern auch zu einem unvergesslichen Erlebnis für alle Beteiligten machten.

Und wo schon stehen Menschen in einer Warteschlange, um in die Judohalle zu kommen?

Kleine Caro – ganz groß !

Die SF Harteck und das HPCA dürfen sich über einen ganz besonderen Erfolg freuen. Carolin Anzinger erkämpfte sich in ihrer Gewichtsklasse in der WK 3 die Goldmedaille. Sie ist somit eine von insgesamt vier deutschen Judoka, die in der Geschichte der World Games für das deutsche Judo Gold geholt hat. Nebenbei erwähnt: In Athen 2011 hat mit Bartek Prawica ebenfalls ein HPCA-Hartecker G-Judoka eine Goldmedaille gewonnen. Zwei olympische Sieger von insgesamt vieren sind also in unseren Reihen.

Carolin Anzinger konnte ihre Kämpfe alle vorzeitig beenden. Die kleine Frau mit Down-Syndrom eroberte sofort alle Herzen des Publikums. Ihre Gegnerinnen waren zwei Köpfe größer und schie-





fit 2 drive

...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

Aktuelles aus der Judoabteilung

unter „www.sfhjudo.de“ oder „ /sfhjudo“



GASTSTÄTTE HARTECK

UNSER ANGEBOT FÜR SIE

KOSTENFREIER Saal
für 40 bis 130 Personen

sky – Bundesliga live

E-Dart

Musik bis 4:00 Uhr in der Früh

Biergarten mit Grillstation

Tischtennisplatte im Garten

Internationale und Regionale Küche



Bestens geeignet für
Geburtstage, Hochzeiten, Turniere und Tagungen und vieles mehr.