



TSV München-Großhadern von 1926 e.V.



Nachrichten
3 / Oktober 2025

Häusliche Pflege mit
Rund-um-Garantie
Mit Sicherheit eine gute Wahl



Ihre Ansprechpartner
für Großhadern und Umgebung

Würmtalstr. 88 • 81375 München • Tel. 710 488-0 • Fax 710 488 18
info@pflege-daheim-muenchen.de • www.pflege-daheim-muenchen.de



PFLEGE DAHEIM
Brigitte Notz-Galow

- Pflege- und Behandlungsleistung
- Tag- und Nachtversorgung
- Haushaltshilfe & Mahlzeitendienst
- Krankenhausnachsorge
- Betreuungsangebote für daheim
- Unterstützung für Angehörige

**Prankl - Ihr zuverlässiger Heizölpartner
seit über 60 Jahren in Hadern**



Telefon 089/ 71 77 05
www.oel-muenchen.de



Vereinsmitteilung

**Heft 3 -
Oktober 2025**

62. Jahrgang

Herausgeber und Verlag:
Turn- und Sportverein
München-Großhadern von
1926 e.V.
Heighofstraße 25
81377 München
Tel. 714 67 05
www.tsv-grosshadern.de

Schriftleitung:
Ulrike Jahn
E-Mail:
kommunikation@
tsv-grosshadern.de

Anzeigen u. Herstellung:
Hans Winkhofer
Werbeverlag
Prof.-Göttsberger-Str. 18
85579 Neubiberg
Tel. 089 / 60 48 38

Die Vereinsmitteilungen sind
das offizielle Mitteilungsblatt des
TSV München-Großhadern. Die
Zeitung erscheint 4mal im Jahr.
Bezugspreis ist im Mitgliedspreis
enthalten. Nachdruck und foto-
mechanische Wiedergabe von
Text, Bildern und Inseraten nur
mit Genehmigung des Verlages
gestattet.

**Nächster
Redaktionsschluß:
17.11.2025**



Liebe Vereinsmitglieder,

unser Verein hat bewegte Monate hinter sich. In der Mitgliederversammlung am 29. Juli wurde ein neuer Vorstand gewählt. An dieser Stelle möchte der neue Vorstand sich ganz herzlich bei den bisherigen Vorstandsmitgliedern bedanken:

Peter Kastenmeier, Seppel Kraus, Andreas Janka, Klaus Ablassmeier und Eva Ablassmeier

haben den Verein in den letzten Jahren mit großem Einsatz geführt und stehen uns zum Teil auch weiterhin beratend zur Seite – ein großes Dankeschön für dieses Engagement!

**Seitdem wir im Amt sind, wissen wir,
was ihr alles geleistet habt!**

In vielen Gesprächen mit Abteilungsleiter*innen und Mitgliedern wurde deutlich, worauf es den Aktiven im TSV Großhadern ankommt: auf ein starkes Miteinander, eine klare Kommunikation und eine Führung, die den vielfältigen Charakter unseres Vereins mitträgt und weiterentwickelt. In diesem Zuge ist auch ein Teil der Collage von der Frontseite entstanden.

Auf derselben Versammlung wurde auch über eine **Beitragserhöhung sowie Sanierungsumlagen*** abgestimmt, um die finanzielle Grundlage des TSV langfristig abzusichern und kommende Projekte solide zu planen.

Natürlich mögen diese Entwicklungen für manche mehr und für andere weniger erfreulich sein. Grundsätzlich sollten wir aber nicht vergessen und können mit Dankbarkeit feststellen:

Uns geht es relativ gut – hier in München, hier in Großhadern, hier in unserem TSV.

Lasst uns gemeinsam daran arbeiten, dass das so bleibt.

Mit Vertrauen darauf, dass wir als Verein offen für neue Wege bleiben, dass jede Veränderung auch kritisch hinterfragt werden darf und dass sich immer viele Mitglieder finden, die mitdenken und mitgestalten wollen.

Für den Vorstand:

Ulrike Jahn

** Zu Beitragserhöhung und Sanierungsumlagen siehe „Der TSV auf einen Blick“ in diesem Heft.*

Vorstand – Wir stellen uns vor

Liebe Vereinsmitglieder,
das sind nun also **wir, der neue Vorstand** des TSV München-Großhadern.



Marianne Herrmann als Vizepräsidentin Finanzen

Michael Franz als Vizepräsident Verwaltung

Ulrike Jahn als Vizepräsidentin Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit

Katharina Ablassmeier als Jugendleiterin

In den letzten Wochen haben wir bereits in wechselnden Gruppierungen und auf unterschiedlichen Kanälen viel Zeit miteinander verbracht. Wir haben uns kennengelernt, Fragen gesammelt, uns informiert und einiges auf den Weg gebracht. Die Urlaubszeit hat uns die Zusammenarbeit etwas erschwert, denn wir waren bisher noch nie vollständig, ;) Wenn ihr uns näher kennenlernen wollt, findet ihr sehr individuelle Einzelvorstellungen auf der Homepage vom Verein.

Einige von euch haben uns bereits bei Sportstunden, dem Besuch von Sportveranstaltungen oder auf dem Vereinsgelände kennengelernt. Dabei haben wir nicht nur Eindrücke aufgenommen, sondern auch viele Ideen gesammelt, wie wir den TSV gemeinsam weiterentwickeln und zukunftsfähig aufstellen können.

Ein wichtiger Faktor dabei ist selbstverständlich unsere **Geschäftsstelle**. Ohne ihre Erfahrung und die vielen praktischen Handgriffe wäre vieles deutlich mühsamer.

Es geht ein großer Dank an euch – für euren täglichen Einsatz!



Austausch und Arbeitstreffen von Vorstand und Geschäftsstelle.

Folgende zentrale Themen beschäftigen uns bereits intensiv:

Verstehen und Hinterfragen von bestehenden Strukturen und Prozessen

Wir erfahren hier viel über Bewährtes und manchmal entwickeln wir diesbezüglich neue Ideen.

Zusammenarbeit durch passende Abläufe und digitale Tools

Damit wir als Vorstand effizienter kommunizieren und gemeinsam an Dokumenten arbeiten können, sind wir auf der Suche nach einem geeigneten Tool, das unsere Anforderungen erfüllt.

EBERT 
VERSICHERUNGSMAKLER

Ihr unabhängiger
Versicherungspartner
in Großhadern !

**Versicherung.
Einfach gemacht.**

Marchioninstr. 2, 81377 München

Telefon +49 89 4524464 00

Fax +49 89 4524464 29

E-Mail info@ebert-vm.de

Web www.ebert-vm.de

**HOTEL
THALMAIR**

M Ü N C H E N

WOHLFÜHLEN INKLUSIVE !

Heighofstraße 3

Telefon +49 89 741163-0

info@hotel-thalmair.de

81377 München/Großhadern

Telefax +49 89 74116341

www.hotel-thalmair.de



felser

SONNENSCHUTZ & SICHERHEITSTECHNIK

Heighofstraße 6b

81377 München

Tel: 089 / 71 70 99

www.rollladen-felser.de

Jetzt
unsere
Ausstellung
besuchen!

Sonnenschutz

Einbruchschutz

Haustüren und Fenster

Reparaturen an den Vereinsgebäuden

Momentan stehen einige wichtige Maßnahmen unter anderem an Außenbereichen und Duschen an, damit unsere Sportstätten weiterhin sicher und nutzbar bleiben.

Neubau einer Turnhalle

Die Planungen für den Bau einer neuen Halle laufen schon viele Jahre. Dieses große Projekt wird weiterverfolgt bzw. neu aufgenommen, denn es haben sich einige Rahmenbedingungen geändert. Hoch motiviert hat sich ein Arbeitskreis gegründet, dem nicht nur Vorstandsmitglieder angehören.

Das 100-Jahr-Jubiläum

2026 feiern wir 100 Jahre TSV München-Großhadern – und das will gut vorbereitet sein! Diesbezüglich fallen immer wieder Entscheidungen an.

Sponsoring & Förderungen

Ob neue Halle, Jubiläum oder alltäglicher Vereinsbetrieb – gute Ideen brauchen Finanzierung. Wir arbeiten daran, neue Sponsoren zu gewinnen und bestehende Partnerschaften zu pflegen.

Natürlich das ganz normale Vereinsgeschäft

Das betrifft zum Beispiel Kontakt zu anderen Organisationen und Anfragen von Abteilungen.



v. l. nach r.: Marianne Herrmann, Michael Franz, Ulrike Jahn. Es fehlt: Katharina Ablaßmeier.

Wir sind motiviert, zügig sämtliche anfallenden Aufgaben abzuarbeiten und sind dabei auf ein wohlwollendes Umfeld gestoßen.

Auch du kannst dich in diesem engagierten Umfeld einbringen. Vielleicht findest du etwas, was dich interessiert. Lies dir dazu die **folgende Seite** in diesem Heft aufmerksam durch.

Wir freuen uns auf den weiteren Austausch mit euch – bei Veranstaltungen, auf dem Vereinsgelände oder per E-Mail.

Und wir bedanken uns für das Vertrauen, das ihr uns mit der Wahl in den Vorstand entgegengebracht habt.

Euer Vorstandsteam des TSV München-Großhadern



089 - 719 54 86

Wir sind ganz in Ihrer Nähe:

Pfingstrosenstraße 53
81377 München
www.physiopraxis-binder.de

Physiotherapie

Krankengymnastik
Manuelle Therapie
Lymphdrainage
Massagen
Wärme-, Kälte-, Elektrotherapie
Hausbesuche

Osteopathie

... unseren Verein in Themen der **Nachhaltigkeit** zu beraten.

... den TSV Großhadern bezüglich **Künstliche Intelligenz** zu begleiten.

... als Ansprechpartner*in für **Prävention sexueller Gewalt** zur Verfügung zu stehen.

... dich im Bereich **Kooperation mit Schulen** einzubringen.

Wir wollen Aufgaben auf viele Schultern verteilen!

Dabei handelt es sich um ganz verschiedene Dinge. Manche sollen zeitnah durchgeführt werden. Andere sind längerfristiger angedacht.

Melde dich unter
vize-kommunikation@tsv-grosshadern.de,
wenn du Interesse hast ...

... dich in einem **Ältestenrat** zu engagieren.

... bei einem **Ramadama** rund um den Hartplatz mitzumachen.

100 Jahre TSV Großhadern – Ein Jubiläumsjahr voller Highlights steht bevor

Im Jahr 2026 feiert der TSV Großhadern sein 100-jähriges Bestehen – ein stolzes Jubiläum, das wir gebührend feiern wollen! Die Vorbereitungen laufen bereits auf Hochtouren, damit dieses besondere Jahr zu einem unvergesslichen Erlebnis für uns alle wird.

Federführend koordiniert wird die Jubiläumsplanung von einem Organisationsteam bestehend aus Christiane Weber, Sandra Hütter aus der Geschäftsstelle und Ulrike Jahn aus dem Vereinsvorstand. Unterstützt werden sie von zahlreichen weiteren Teams und Einzelpersonen, die sich um einzelne Veranstaltungen und Aktionen kümmern.

Ein herzliches Dankeschön an alle, die sich bereits jetzt mit so viel Einsatz und Ideenreichtum beteiligen!

Ein ganzes Jahr zum Feiern – Save the Dates!

Das Jubiläumsjahr wird nicht nur mit einem großen Fest, sondern mit einer ganzen Reihe besonderer Veranstaltungen gefeiert. Einige Termine stehen bereits fest, also am besten gleich im Kalender markieren:

- **7. Februar 2026: FaschingsParty** in unserer Vereinsturnhalle (abends für Erwachsene)
- **9. Mai 2026: Festakt** im Rahmen des Haderner Dorffestes (abends)
- **27. Juni 2026: Großes Geburtstagsfest** auf dem Vereinsgelände mit Sport und Spiel für Groß und Klein (nachmittags/ abends)
- **28. Juni 2026: Fahnenweihe** in der Kirche St. Canisius mit anschließendem **Weißwurstfrühstück in unserer Vereinsgaststätte** (vormittags)

Und das ist längst nicht alles – weitere kleinere und größere Aktionen sind in Planung. Einige Ideen werden aktuell noch besprochen, und laufend kommen neue hinzu.

Festschrift & Ausstellung – Wir sammeln Geschichte(n)

Zum Jubiläum wird es eine Festschrift sowie eine Ausstellung geben – zwei Projekte, die unsere Vereinsgeschichte lebendig machen sollen. Dafür werden bereits Interviews mit langjährigen Mitgliedern und Zeitzeugen geführt.

Vielen Dank an alle, die sich bereits dafür zur Verfügung gestellt haben!

Wer Fotos, Gegenstände oder andere Erinnerungsstücke beisteuern kann, ist herzlich eingeladen, sich einzubringen. Frag gerne in deinem Umfeld nach – oft schlummern solche Schätze in Kellern, Schubladen oder Fotoalben.

Die Ausstellung gestalten wir in enger Zusammenarbeit mit der St. Canisius-Kirche, die im nächsten Jahr ebenfalls ein Jubiläum feiert. Für die fachkundige Begleitung danken wir dem Haderner Geschichtsverein, der uns bei Festschrift und Ausstellung mit viel Expertise zur Seite steht.

Spendenboxen – Gemeinsam das Jubiläum gestalten

Vielleicht begegnen euch in nächster Zeit Spendenboxen für das Vereinsjubiläum. Diese können in der Geschäftsstelle ausgeliehen werden und zum Beispiel bei Sportveranstaltungen und Lehrgängen aufgestellt werden. Wann immer ihr also in nächster Zeit ein Event plant, nehmt eine Spendenbox mit (einfach per Email oder Anruf einen Termin zur Abholung mit der Geschäftsstelle absprechen)! Die Einnahmen helfen dabei, das Jubiläumsjahr für alle Mitglieder und Gäste preisgünstig zu gestalten, ohne dass zu stark in die Vereinsmittel eingegriffen werden muss – denn diese benötigen wir für viele weitere wichtige Projekte unseres Vereins.

Mach mit!

Beim Wunsch zur Mitarbeit – meldet euch jederzeit unter 100Jahre@tsv-grosshadern.de. Wir freuen uns auf die kommenden Monate der Planung, des Austauschs und der Vorfreude.

*Ulrike mit Christiane und Sandra
Koordinationsteam „100 Jahre TSV Großhadern“*



Der TSV auf einen Blick

Präsident	N.N.
Vizepräsidentin Finanzen	Marianne Herrmann, Telefon 0175/ 599 72 91, vize-finanzen@tsv-grosshadern.de
Vizepräsident Verwaltung	Michael Franz, Telefon 0176/ 46 73 54 13, vize-verwaltung@tsv-grosshadern.de
Vizepräsidentin Öffentlichkeit	Ulrike Jahn, Telefon 0176/ 64 68 45 66, vize-kommunikation@tsv-grosshadern.de
Jugendleiterin	Katharina Ablaßmeier, jugendleitung@tsv-grosshadern.de

Geschäftsstelle und Buchhaltung

Postanschrift:	Heiglhofstr. 25, 81377 München	Telefon 089/ 714 67 05	Fax 089/ 740 93 00
E-Mail:	verwaltung@tsv-grosshadern.de und buchhaltung@tsv-grosshadern.de		
Homepage:	www.tsv-grosshadern.de		
Öffnungszeiten GS:	Donnerstag 09.00 – 13.00 Uhr, Dienstag 15.00 – 19.00 Uhr		
Bankverbindung:	Stadtsparkasse München IBAN: DE 48 7015 0000 0034 1370 00, BIC: SSKMDEMM		

Monatliche Mitgliedsbeiträge / Aufnahmegebühr einmalig € 25,00 (Grundbeitrag neu seit 01.08.2025)

Abteilung	Grundbeitrag	Abteilungszuschlag	Gesamt
Aikido Anfängerpauschale			40,00
Aikido bis 18 Jahre	14,00	9,00	23,00
Aikido ab 18 Jahre	19,00	16,50	35,50
Aikido Studenten/Rentner m. Nachweis	19,00	9,00	28,00
American Football	19,00	0,00	19,00
Basketball ab 18 Jahre	19,00	1,00	20,00
Fitness + Gymnastik bis 18 J.	14,00	1,00	15,00
Fitness + Gymnastik ab 18 J.	19,00	1,00	20,00
Fußball bis 18 Jahre	14,00	4,50	18,50
Fußball ab 18 Jahre	19,00	4,50	23,50
Gesundheitssport + Prävention (G + P)			
ab 18 Jahre	19,00	1,00	20,00
G + P Feldenkrais	Kursbeitrag Std. ab 4,50	Bezahlung Kursgebühr vor Ort	
G + P Yoga	Kursbeitrag Std. ab 4,50	Bezahlung Kursgebühr vor Ort	
G + P Qi Gong	Kursbeitrag Std. ab 5,00	Bezahlung Kursgebühr vor Ort	
G + P Koronar	nur auf ärztliche Verordnung		
Handball bis 18 Jahre	14,00	4,00	18,00
Handball ab 18 Jahre	19,00	4,00	23,00
Handball – passiv	19,00 (muss beantragt werden!)		19,00
Judo Anfänger 1. Jahr (Kinder/Jugendliche)	14,00	14,00	28,00
Judo bis 10 Jahre	14,00	14,00	28,00
Judo 10 bis 18 Jahre	14,00	19,00	33,00
Judo ab 18 Jahre	19,00	15,00	34,00

Karate bis 18 Jahre	14,00	4,00	18,00
Karate ab 18 Jahre	19,00	4,50	23,50
Tischtennis bis 18 Jahre	14,00	5,00	19,00
Tischtennis ab 18 Jahre	19,00	5,00	24,00
Tischtennis für Schwerbehinderte m. Nachweis	19,00	2,50	21,50
Tennis bis 18 Jahre	14,00	0,00	14,00
Tennis ab 18 Jahre	19,00	0,00	19,00
Tennis Saisonbeitrag bis 18 Jahre			50,00
Tennis Saisonbeitrag ab 18 Jahre			100,00
Tennis Saisonbeitrag Ehepaar			150,00
Tennis Saisonbeitrag Schüler/Studenten 18 – 26 Jahre nur auf Nachweis			50,00
Turnen bis 18 Jahre	14,00	2,00	16,00
Turnen ab 18 Jahre	19,00	2,00	21,00
Turnen inkl. Ballett bis 18 Jahre	14,00	13,00	27,00
Turnen inkl. HipHop bis 18 Jahre	14,00	5,00	19,00
Turnen inkl. Leistungsturnen bis 18 Jahre	14,00	20,00	34,00
Turnen inkl. Leistungsturnen ab 18 Jahre	19,00	20,00	39,00
Volleyball bis 18 Jahre	14,00	0,00	14,00
Volleyball ab 18 Jahre	19,00	0,00	19,00
Wandern ab 18 Jahre	19,00		19,00
Fitness Studio TOP FIT	ab 27,50		

Familienbeitrag ab 3 Mitgliedern (es muss immer ein Kind/Jugendlicher dabei sein) 40,00 €

Der jeweilige Abteilungszuschlag ist jedoch von allen Familienmitgliedern zu bezahlen.

Fördermitgliedschaft - Auf Antrag ist es möglich, eine Fördermitgliedschaft zu erhalten. Voraussetzungen hierfür sind keine Teilnahme am Sportbetrieb, Alter größer 60 Jahre oder ein anderer besonderer Grund. Fördermitglieder müssen ausschließlich den Grundbeitrag ohne Abteilungs- und Hallenbeitrag zahlen. Fördermitglieder sind weiterhin stimmberechtigt und können Mitglied ihrer Abteilung bleiben. Die Entscheidung über die Fördermitgliedschaft trifft der Vorstand.

Alle Beiträge, Aufnahmegebühren, Kursgebühren und Umlagen werden mittels SEPA-Lastschriftverfahren am 1.1. und 1.7. des jeweiligen Geschäftsjahres abgebucht. Bei Eintritt zwischen diesen Terminen wird der anteilige Beitrag sofort eingezogen.

Änderungen von Namen, Adresse und Bankdaten bitten wir umgehend der Geschäftsstelle mitzuteilen.

Der Mitgliedsausweis ist immer zu den Übungsstunden mitzubringen!

Bitte per Mail anfordern oder in der GS abholen!

Kündigung: Der Austritt kann nur zum 30.06. oder 31.12. eines jeden Jahres schriftlich, mit einer Frist von 2 Monaten erfolgen. Verspätet eingegangene Kündigungen werden nicht berücksichtigt.

Alle Kündigungen werden schriftlich bestätigt.

August 2025

Zahnärzte Großhadern

Dr. Claudia Kalhoff-Willsch
Dr. Michael Maier

Sauerbruchstr. 48, 81377 München
Telefon 089/ 714 62 66

www.zahnaerzte-grosshadern.de

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

freu Dich drauf!

Schwarz Heizungsbau
Inh. Christian Beck

seit 1931 Meisterbetrieb

Großhaderner Str. 28, 81375 München, Tel: 089/ 70 29 76
www.schwarz-heizungsbau.de, E-Mail: info@schwarz-heizungsbau.de

Nachruf



Anneliese Schneid

geboren 07.12.1938, gestorben 26.06.2025

Die letzten Jahre von Anneliese waren immer wieder von gesundheitlichen Rückschlägen geprägt.

Anneliese war Gründungsmitglied der im Jahr 1982 ins Leben gerufenen Tennisabteilung des TSV Großhadern. Mehr als zwei Jahrzehnte lang trug sie in verantwortungsvoller Weise die Aufgaben rund um Finanzen und Mitgliederverwaltung. Für ihr außerordentliches Engagement und ihre Verdienste wurde sie von der Vorstandschaft zum Ehrenmitglied ernannt.

Wir verlieren mit ihr nicht nur ein hochgeschätztes Mitglied, sondern auch einen wertvollen Menschen, der unseren Verein nachhaltig geprägt hat.

In dankbarer Erinnerung

Die Tennisabteilung des TSV Großhadern

Nachruf



Heinz Eck

geboren 09.12.1942, gestorben 17.09.2025

Mit großer Trauer nehmen wir Abschied von unserem lieben Vereinskameraden Heinz Eck, der uns über viele Jahrzehnte als aktives Mitglied begleitet hat.

Heinz war 1982 Gründungsmitglied unserer neu ins Leben gerufenen Tennisabteilung. Von Anfang an prägte er mit seiner Begeisterung und seinem Einsatz die Entwicklung unserer Abteilung. Ob bei Turnieren im Einzel, im Doppel oder im Mixed mit seiner Ehefrau

Heidi – Heinz war stets mit vollem Einsatz dabei. Auch bei den Punktspielen mit der Mannschaft vertrat er unseren Verein über viele Jahre hinweg, angefangen bei den Herren bis hin zu den Herren 65.

Doch das Engagement von Heinz reichte weit über den Tennissport hinaus. In der Turn- bzw. Fitness- und Gymnastikabteilung war er als Übungsleiter aktiv, unter anderem indem er mit seinen älteren Herren Fußball und Volleyball spielte. Stets vermittelte er mit Freude seine Erfahrung und Leidenschaft für den Sport.

Selbst im Winter zog es ihn hinaus: Beim Stockschießen auf der Bahn hinter der Tennisanlage war er bis zuletzt ein fester Bestandteil unserer Gemeinschaft.

Leider war Heinz gegen Ende gesundheitlich sehr angeschlagen. Dennoch blieb er dem Verein und seinen Freunden eng verbunden.

Wir verlieren mit Heinz nicht nur ein treues Mitglied, sondern vor allem einen geschätzten Sportkameraden und guten Freund. Unsere Anteilnahme gilt besonders seiner Ehefrau Heidi und der gesamten Familie.

Wir werden Heinz stets ein ehrendes Andenken bewahren.

Wir gartulieren recht herzlich zum runden Geburtstag

Quilici Christina	2. Okt.	F + G
Schröder Corinna	3. Okt.	Aikido
Hohmann Christl	6. Okt.	G + P
Dasch Monique	8. Okt.	G + P
Preisigke Eckart	17. Okt.	Tennis
Dester Petra	18. Okt.	G + P
Eiwanger Angelika	18. Okt.	G + P
Hellmig Edith	28. Okt.	TopFit
Schipfer Ingrid	30. Okt.	G + P
Brock Angela	5. Nov.	Wandern
Händle Claudia	5. Nov.	G + P
Bößl Gertraud	11. Nov.	G + P
Kullmann Susanne	11. Nov.	G + P
Reitmeier Peter	16. Nov.	Turnen/ Überflieger

Ali-Akbarian Soraya	19. Nov.	Judo
Brink Dirk	30. Nov.	Tennis
Paul Claudia	9. Dez.	G + P
Thumm Eckart	10. Dez.	G + P
Biermeier Gertraud	12. Dez.	G + P
Klein Monika	12. Dez.	G + P
Pongratz Werner	15. Dez.	Fußball
Queck Karin	16. Dez.	Tennis
Von Beöczy Stefanie	23. Dez.	Tennis
Kauer Monika	24. Dez.	F + G
Dieckmann Monika	28. Dez.	F + G
Pechter Ralf	29. Dez.	Tennis
Kenzler Paula	30. Dez.	G + P

Gratulation zum Dienstjubiläum

Liebe Moni Büchele!

Du bist seit 20 Jahren das Gesicht der Geschäftsstelle von unserem TSV München-Großhadern! Wow! Du bereicherst uns mit deinem großen Erfahrungsschatz.

Herzlichen Glückwunsch zu deinem Dienstjubiläum! *UJ*

Hausgemachte Qualität aus Handwerk und Tradition

Dafür steht der Name Boneberger.
Täglich frisch beliefern wir unsere Filialen aus der hauseigenen Schlachtung.
Unsere Tiere stammen ausnahmslos aus regionaler Aufzucht.

METZGEREI
boneberger
So schmeckt hausgemacht

echt hausgemacht so schmeckt's am besten!

Großhadern - Großhaderner Str. 6 - Telefon 089 7143907

JUGEND

Katharina Ablaßmeier
E-Mail: jugendleitung@tsv-grosshadern.de



Bewegung, Spaß und Teamgeist – Unser Sport-Spiel-Camp 2025 in der 2. Ferienwoche

Auch in diesem Jahr war unser Sport- und Spielcamp in der zweiten Sommerferienwoche wieder ein echtes Highlight! Vier Tage lang konnten Kinder zwischen 6 und 12 Jahren bei bestem Wetter und toller Stimmung viele verschiedene Sportarten ausprobieren – und dabei jede Menge lachen, rennen, spielen und Neues lernen. Ob auf der Matte, dem Spielfeld oder am Schachbrett – für alle war etwas dabei:

Beim Judo und Aikido wurden erste Griffe und Würfe geübt und ganz nebenbei lernten die Kinder auch, wie man sicher fällt – mit viel Respekt, gegenseitiger Rücksichtnahme und Freude an der Bewegung.



Im Schach ging es ruhiger, aber nicht weniger spannend zu. Es wurde getüftelt, taktiert und so mancher kluge Zug gefeiert. Beim Fußball rollte der Ball fast pausenlos. Ob beim freien Spiel oder bei kleinen Übungseinheiten – der Spaß am Spiel war deutlich spürbar.

Besonders spannend waren auch Sportarten, die viele Kinder noch gar nicht kannten – etwa Street Racket oder Life Kinetik, bei denen Reaktion, Konzentration und Koordination gefragt waren. Für Begeisterung sorgten außerdem unsere Giboards, auf denen das Balancieren gar nicht so einfach war – aber umso mehr Spaß machte. Und mit den Penalty Boxes konnten sich alle richtig austoben: hüpfen, springen, balancieren – alles war erlaubt.

Ein weiterer Höhepunkt war der Parkour. Die Kinder konnten sich dort so richtig auspowern: rennen, klettern, kriechen, balancieren – und als wäre das nicht genug, wurde der Parkour

einfach noch einmal rückwärts durchlaufen! Gar nicht so leicht, aber genau das machte den Reiz aus.

Am Ende musste der Parkour natürlich auch wieder abgebaut werden – und das wurde zur echten Teamaufgabe. Welche Teile gehören wohin? Wer hält was fest? Hier war Zusammenarbeit gefragt – und auch wenn die eine oder andere Träne floss, meisterten die Kinder diese Herausforderung gemeinsam mit viel Einsatz und Zusammenhalt.

Zum Abschluss gab es für alle Teilnehmenden eine Urkunde und eine coole Vereinstrinkflasche – als Erinnerung an vier sportliche Tage voller Bewegung, Gemeinschaft und neuer Erfahrungen. Wir bedanken uns bei allen Helferinnen und Helfern, den Trainerinnen und Trainern – und natürlich bei den tollen Kindern, die dieses Camp wieder zu etwas ganz Besonderem gemacht haben! *Tarah Kneifel*

Rückblick auf das Sport-Spiel-Camp in der 6. Ferienwoche der Sommerferien 2025

In der 6. Ferienwoche fand unser 2. Sport-Spiel-Camp statt, und wir freuen uns, dass sich dieses Mal 15 Kinder angemeldet haben. Diese hatten durch das Camp die Gelegenheit, sich durch unser vielfältiges Sportartenangebot auszuprobieren.

Zu Beginn des Camps lernten sich die Kinder durch spielerische Übungen kennen, bevor wir in das abwechslungsreiche Programm starteten. Die Woche war gefüllt mit Aktivitäten wie verschiedenen Kampfsportarten, Koordinationsübungen, Life Kinetik und Mini-Games, sowie Turnen. Besonders erfreulich war das Interesse der Kinder am Schach. Jeden Tag hatten wir einige Schachstunden, wo die Kinder begeistert Schach-Strategien lernten, aber auch gegeneinander spielten. Am Ende der Woche beherrschten sie die wichtigsten Eröffnungsprinzipien und einfache Matt-Situationen.

Am Montag wurden die Kinder an Karate herangeführt. Der Karate-Trainer Frank zeigte ihnen wie man sich richtig vorbereitet und aufwärmt, um sich nicht zu verletzen. Danach lernten die Kinder einige Grundlagen und zum Schluss sogar eine Kata. Nach dem Karate, wurden die Grundkenntnisse im Schach gecheckt. Nach einem stärkenden Mittagessen hatten die Kinder



PRAXIS FÜR KINDER- UND JUGENDZAHNHEILKUNDE



- moderne Kinder- und Jugendzahnheilkunde
- entspannte, fröhliche Atmosphäre
- kindgerechte Mundhygiene die Spaß macht



DR. ELISABETH VON GRAEVENITZ | HEIGHLHOFSTRASSE 5 | 81377 MÜNCHEN | TEL. 089 - 710 002 66
PRAXIS@LILLIZAHN-MUENCHEN.DE | WWW.LILLIZAHN-MUENCHEN.DE



Kieferorthopädie
München-Großhadern
Dr. Mira Ehrenfeld

Für Ihr **wunderschönes**
und **gesundes Lächeln.**

www.kfo-ehrenfeld.de
Telefon: 089/ 710 309 99
Heiglhofstraße 9 | München





noch eine Turnstunde mit Trainerin Leoni.

Am Dienstag startete der Tag erstmal mit einer Stunde Life Kinetik. Im Anschluss hatten die Kinder dann eine Aikido-Stunde, mit Aikido-Trainer Luis. Ihnen hat diese Stunde so gefallen, dass sie im Anschluss noch ein Video sehen wollten, in dem man den Aikido-Trainer bei seinem Training sah. Ebenfalls nach dieser Sportstunde, hatten sie noch etwas Schachunterricht. Am Nachmittag hatten die Kinder ebenfalls nach dem Essen eine Turn-Stunde.



Mittwochs stand dann ein wenig Koordinationstraining auf dem Plan, wo die Kinder mit Koordinationsleitern und BalanceBoards arbeiteten. Im Anschluss durften sie dann an ihren Schach-Heften arbeiten. Am Nachmittag gab es dann noch eine Turn-Stunde sowie etwas BalanceBoard-Training.

Am Donnerstag stand nach dem Aufwärmen Judo auf dem Plan. Dort lernten die Kinder die Fallschule und einige Grundtechniken. Im Anschluss spielten sie noch etwas Schach sowie einige Mini-Spiele.

Freitags stand in der Früh etwas spielerisches Aufwärmen auf dem Plan. Danach hatten sie noch eine Karate-Stunde mit dem Trainer Frank, wo sie ihr Wissen vertieften und Neues lernten. Im Anschluss hatten die Kinder noch ein wenig Zeit, um Schach zu spielen. Nach dem Mittagessen lernten die Kinder Street Racket kennen. Nach der Street Racket Stunde erhielten die Kinder ihren Schach-Führerschein, sowie eine Urkunde.



Wir möchten uns herzlich bei allen Trainern und Helfern bedanken, die dieses Camp möglich gemacht haben und freuen uns schon auf das nächste Ferienprogramm und auf viele weitere sportbegeisterte Kinder!

Euer Camp-Team Paul Denk & Ina Boehm

Kommen und Gehen

Wir begrüßen Paul Denk! Er macht seit dem 1. September einen Bundesfreiwilligendienst im TSV Großhadern. Mehr von ihm findet ihr auf der Homepage.

Tarah Kneifel und Ina Boehm ziehen nach ihrem Freiwilligen Sozialen Jahr in unserem Verein weiter. Wir wünschen euch alles Gute für die Zukunft! *UJ*



Private Evangelische Lukas-Schulen München

Grundschule

München-Großhadern, Haderunstr. 1a, Tel. 089/ 740078-40

Mittelschule und Gymnasium

München-Laim, Riegerhofstr. 18, Tel. 089/ 740078-10

Realschule

München-Laim, Helmpertstr. 9, Tel. 089/ 740078-70

www.lukas-schule.de

AIKIDO

Christiane Weber, Tel. 089/ 719 57 29

E-Mail: aikido@tsv-grosshadern.de, www.aikido-in-muenchen.de



Offizielle Einladung zur außerordentlichen Mitgliederversammlung der Abteilung Aikido

Die Versammlung findet statt am

Dienstag: 11. November 2025
im Seminarraum der Judohalle, Heighofstr. 25

Beginn: 20:15 Uhr

Tagesordnung: Anpassung des Abteilungszuschlags
nach der Erhöhung des Grundbeitrags

Stimmberechtigt sind alle Abteilungsmitglieder ab dem 16. Lebensjahr. Die Mitgliedschaft muss mindestens 6 Monate betragen. Bitte bringt euren Mitgliedsausweis mit.

gez. Christiane Weber, Abteilungsleiterin
September 2025

Aikido als Lebenskunst

Lehrgänge mit Shimizu Sensei und Wakasensei Kenta Shimizu in Herzogenhorn

Herzogenhorn, Juli 2025 – Zwei Wochen lang stand das idyllische Sportzentrum im Schwarzwald ganz im Zeichen des Aikido. Unter der Leitung von **Shimizu Sensei**, Gründer des Tendoryu Aikido, und seinem Sohn **Wakasensei Kenta Shimizu** fanden im Juli gleich zwei jeweils einwöchige Intensivlehrgänge statt. Über 100 Aikidoka aus ganz Europa und darüber hinaus reisten an, um nicht nur ihre Technik zu verfeinern, sondern auch tiefere Einblicke in die Philosophie dieser Kampfkunst zu gewinnen.

Geschichten und Einsichten aus einem Aikido-Leben

Die Trainingseinheiten ergänzte Shimizu Sensei immer wieder mit Episoden aus seiner jahrzehntelangen Aikido- und Budo-Erfahrung. Besonders eindrücklich war die Anekdote über eine Begegnung mit dem **japanischen Schauspieler Ken Takakura**, der einst zum Tendokan kam. Auf dessen Frage nach dem Geheimnis des Budo antwortete Shimizu Sensei: „**Das Geheimnis des Budo ist es, sich selbst zu besiegen.**“

Immer Samstags
ab 11.30 Uhr
**jede Pizza ab
nur € 8,99**

wöchentlich wechselnde
Mittagsangebote
jeweils ein Nudel-, Pizza-,
Fleisch- oder Fischgericht
ab € 9,90
inkl. kleinem Salat

Heighofstr. 6a · 81377 München · Tel. 089/ 780 719 75 · www.ristorantino-galleria.com

Damit verwies Shimizu Sensei auf den eigentlichen Kern des Aikido: nicht der Kampf gegen andere, sondern die stetige Arbeit an sich selbst. Aikido sei mehr als eine Kampfkunst – es sei eine **Kunst der Persönlichkeitsentwicklung**, ein Weg, Körper und Geist in Einklang zu bringen und zugleich eine gewisse innere Würde zu kultivieren.

Ein Schritt voraus – die aktive Natur des Aikido

Ein weiterer Schwerpunkt von Shimizu Senseis Ausführungen war die aktive Haltung im Aikido. Es sei ein Irrtum zu glauben, Aikido sei passiv und warte auf Angriffe. Vielmehr bestehe die Essenz darin, **immer einen Schritt voraus zu sein**. Diese Haltung habe er von niemand Größerem als **Morihei Ueshiba – O Sensei**, dem Begründer des Aikido, übernommen.

Shimizu war einer seiner letzten **Uchi Deshi** (jap. Hausschüler). Kano Jigoro Sensei, der Begründer des modernen Judo, habe einst über O Sensei gesagt: „Ueshiba Sensei macht wahres Budo.“ Im Rückblick bezeichnete sich Kano Jigoro Sensei demütig als „**Glühwürmchen**“ im Vergleich zu O Sensei, den er die „**Sonne**“ nannte.

Erinnerungen an die Zeit mit O Sensei

Besonders bewegend waren die persönlichen Erinnerungen von Shimizu Sensei an seine Jahre mit O Sensei. Oft habe er vieles, was er als junger Schüler erlebte, erst Jahre später verstanden. O Sensei sei kein einfacher Mensch gewesen. So konnte O Sensei nicht nur im Training sehr impulsiv sein, auch konnte er unvermittelt in der Nacht auftauchen und fragen, ob Shimizu Sensei schlafe. Auch berichtete Shimizu Sensei von einer Reise, bei der er O Sensei begleiten sollte. Während er am Bahnhof mit Mühe das Gepäck hinterhertrug, habe sich O Sensei seinen Weg gebahnt und sei mühelos durch die Menschenmenge geglitten.



„Und so gab es viele Situationen, die man nicht einfach erklären konnte“, resümierte Shimizu Sensei. Diesen Erfahrungsschatz mit O Sensei habe er nach bestem Vermögen an seinen Sohn Kenta weitergegeben, wenngleich dies in der Vater-Sohn-Beziehung nicht immer einfach gewesen sei: „Vielleicht bin ich manchmal zu streng.“

Technik und Training – Tempo als Schlüssel

Auch die Praxis kam nicht zu kurz. Unter Anleitung von Wakasensei Kenta Shimizu übten die Teilnehmer eine Vielzahl klassischer Tendoryu-Techniken. Besonders Wakasensei betonte, dass ein gewisses Tempo im Training absolut notwendig sei, um das „Ki“, die innere Energie, zu entwickeln und zu spüren. Zugleich erinnerte Shimizu Sensei daran, dass Aikido bewusst keinen Wettkampf kennt. Dies liegt nicht zuletzt daran, dass viele Aikido-Techniken für einen sportlichen Wettkampf schlicht zu gefährlich wären. Während im Judo im Laufe der Entwicklung riskante Hebel- und Wurftechniken aus Sicherheitsgründen entfernt wurden, sind sie im Aikido als Teil der Budo-Kunst erhalten geblieben.

Genau darin liegt für die Trainierenden eine besondere Herausforderung: Einerseits gilt es, die Techniken authentisch und wirksam auszuführen, andererseits erfordert dies ein hohes Maß an Aufmerksamkeit und Rücksichtnahme gegenüber dem Partner. Nur in dieser Balance bleibt das

Training lebendig und sicher zugleich. Umso wichtiger sei es somit, mit größter Aufmerksamkeit und Hingabe zu trainieren: „Nur so bleibt Aikido lebendig.“

Fazit

Die zwei Wochen in Herzogenhorn boten weit mehr als Technikschiulung. Sie waren eine **Reise in die Philosophie des Budo**, geprägt von den persönlichen Erfahrungen Shimizu Senseis mit O Sensei und seiner jahrzehntelangen Lehrtätigkeit. Für die Teilnehmer war es eine seltene Gelegenheit, nicht nur Aikido auf höchstem Niveau zu praktizieren, sondern auch die tiefe geistige Dimension dieser Kunst zu erleben. *Bodo-Klaus Eidmann*

Der Weg des Aiki – mehr als ein Schritt auf der Matte

Sommer-Graduierungslehrgang im Aikido beim TSV München-Großhadern



Das Graduierungstraining war bestens besucht und es wurde fleißig trainiert. Foto: B. Eidmann

Es war ein Abend der Konzentration und Dynamik, wie ihn das Aikido beim TSV München-Großhadern beschreibt. Der diesjährige Erwachsenen-Graduierungslehrgang Sommer 2025, geleitet von Trainer Bodo-Klaus Eidmann und Trainerin Gudrun Bratu, vereinte Disziplin mit Hingabe, Technik mit Geist – und schenkte einigen Teilnehmenden nicht nur einen neuen Kyu-Grad, sondern vor allem

einen bewussteren Blick auf den Weg des Aiki.

Die Kunst der Technik – und des Loslassens

Im Mittelpunkt des Lehrgangs standen Grundlagen des Aikido – nicht im Sinne mechanischer Wiederholung, sondern im lebendigen Erfassen ihres Wesens. So wurden Techniken wie Ikkyo (jap.) – die erste Grundtechnik – und Shiho Nage (jap.) – der Wurf in vier Himmelsrichtungen – nicht nur gelehrt, sondern im wahren Sinne des Wortes „verstanden“: im Körper, im Geist, im Zusammenspiel mit dem Partner. Bodo und Gudrun, beide tief im Tendoryu-Aikido verwurzelt und zugleich mit offenem Blick für die Individualität jedes Schülers, legten zuletzt auch Wert auf das selbstständige Vorführen der Techniken. Nicht das perfekte Bild war entscheidend – sondern das aufrichtige Bemühen um Klarheit, Präsenz und Fluss.

Würde und Anerkennung

Am Ende des Lehrgangs wurden jene ausgezeichnet, die in ihren Bewegungen nicht nur Form, sondern auch Haltung zeigten. In einer herzlichen Zeremonie sprachen die Trainer ihre Anerkennung aus: „Wir gratulieren folgenden Teilnehmer:innen zum jeweiligen Kyu-Grad“, so Gudrun Bratu und Bodo-Klaus Eidmann.

Christian – 5. Kyu / Michael – 5. Kyu / Hanna – 4. Kyu / Tara – 4. Kyu / Polina – 4. Kyu
Viktor – 4. Kyu / Samuel – 4. Kyu



Die glücklichen Graduierten sowie die Trainer Bodo-Klaus Eidmann und Gudrun Bratu in der Mitte. Foto: oh/Aikido

Die Graduierung ist ein Moment der Anerkennung – und doch kein Ziel, sondern eine Station. Das bringt ein Satz besonders treffend auf den Punkt, den Bodo-Klaus Eidmann am Rande des Lehrgangs formulierte: „Der Weg des Aiki geht weiter, denn nur so wird Aiki-do daraus!“ In

diesem Geist bleibt der Lehrgang nicht einfach in der Erinnerung – sondern lebt weiter, auf jeder Matte, in jeder Technik, im nächsten Schritt. *Bodo-Klaus Eidmann*

Herzlichen Glückwunsch an die frisch gebackenen Dan-Träger

Glückliche Großhaderner Aikidoka mit Shimizu Sensei und Wakasensei in der Mitte beim jähr-



chen Glückwunsch von uns allen an die frisch gebackenen Dan-Träger, die unser Aikido beim TSV München-Großhadern weiter voranbringen. Foto: oh

lichen internationalen Herzogenhorn-Lehrgang im Schwarzwald. Darunter sind Franz, der den zweiten Dan erhalten hat, und Krzysztof, der den dritten Dan verliehen bekommen hat. Nicht auf dem Foto ist Kerstin, die bereits in der ersten Woche Herzogenhorn-Lehrgang den ersten Dan bekommen hat. Herzli-

Tendoryu Aikido-Sektionslehrgang „Ukemi“ – die Kunst der Fallschule

Die Kunst der Fallschule. Die Sektion Tendoryu Aikido des Fachverbands für Aikido in Bayern e.V. lädt am **Samstag, den 15. November 2025**, zum **Ukemi-Lehrgang** nach München ein. Von **15:00 bis 18:30 Uhr** unterrichten **Gudrun Bratu (4. Dan, TSV Großhadern)**, **Bodo-Klaus Eidmann (4. Dan, TSV Großhadern)** und **Christian Rueß (3. Dan, FTM-Süd e.V.)** im Dojo des **TSV München-Großhadern (Heiglhofstraße 25, 81377 München)**.

Die Teilnahmegebühr beträgt **10 € für TWA-Mitglieder, 20 € für Nicht-Mitglieder; Jugendliche bis 25 Jahre trainieren kostenfrei.**

Im Anschluss lädt die Sektion zum geselligen Ausklang in die Vereinsgaststätte „Bei Antonio“ ein. Bitte **Jo, Bokken und Tanto mitbringen** und bei der Anmeldung angeben, ob eine TWA-Mitgliedschaft besteht sowie ob eine Teilnahme am Abendessen geplant ist. Weitere Infos und Anmeldung: www.aikido-in-muenchen.de/anmeldung

Wir bringen **Farbe** ins Spiel

Maler Sammer

JETZT WOHNTRAUM VERWIRKLICHEN



+49 89 71 46 942



mail@maler-sammer.de



www.maler-sammer.de



FITNESS UND GYMNASTIK

Monika Morawietz, Tel. 089/ 78 58 28 48,
E-Mail: fitness-gymnastik@tsv-grosshadern.de



Sommerpause?

Nicht bei der Abteilung Fitness & Gymnastik! Der Sommerferien-Stundenplan 2025 war gut gefüllt mit abwechslungsreichen Angeboten. Es war für alle interessierten, nicht verreisten Sportler*innen etwas dabei: Zumba, Workout, Early Bird, Step und vieles mehr. Hitze oder Regen: unsere Trainerinnen waren immer motiviert, egal ob es die eigene Stunde war oder eine Vertretungsstunde. Die Vereinsturnhalle war immer gut gefüllt; neue Stunden konnten ausprobiert werden und der Spaß kam nie zu kurz. Es wurde viel geschwitzt, gelacht und neue Bekanntschaften geschlossen.



*Gruß von ein paar der nicht verreisten Sportler*innen.*

Diesbezüglich ein herzliches Dankeschön an euch Trainerinnen für euren Einsatz und an unsere Abteilungsleiterin Monika für die Planung. Ihr habt es uns damit ermöglicht, dass wir unseren geliebten Sport auch in der Ferienzeit ausüben konnten.

Ch. Wiesheut und D. Scheininger

Neuer Kurs am Dienstag um 8 Uhr morgens: Box&Move

Du willst mit Power in den Tag starten? Dann komm zu Box&Move mit Vroni!

Hier erwarten dich abwechslungsreiche Bewegungen zu mitreißender Musik – Elemente aus dem Boxen kombiniert mit Fitnessübungen sorgen für ordentlich Schwung, jede Menge Spaß und garantiert viele Schweißtropfen.

Der Kurs ist für alle geeignet – auch für Anfänger. Alles, was du brauchst, sind Turnschuhe, ein Handtuch und am besten gleich zwei Flaschen Wasser. Mach mit und spüre, wie viel Energie in dir steckt! **Dienstag, 8 Uhr, Heiglhofhalle**



Flachdachabdichtungen
für Neubau + Sanierung
Bauspenglerei
Dachbegrünung
Zusatz-Wärmedämmung
für Flachdächer

Wir bilden aus - zum Dachdecker und Spengler

Rufen Sie an: Telefon 089/ 899 16 60 bei Thomas Probst
oder per Mail: info@probst-bedachungen.de

www.probst-bedachungen.de



SEHEN & HÖREN AM HADERNER STERN

BRILLEN BERNER am Haderner Stern steht **seit mehr als 45 Jahren** für hochwertige Produkte, individuelle Beratung aus Meisterhand und einzigartige Serviceleistungen, die kaum Wünsche offen lassen.

Ein umfangreiches Sortiment an trendigen Fassungen sowie Sonnen- und Sportbrillen stehen dabei für uns genauso im Mittelpunkt, wie **bestmöglicher Sehkombi und das Wohlbefinden Ihrer Augen**. Dafür investieren wir regelmäßig in modernste Messtechnik. Denn diese ist für die Anpassung einer Brille oder von Kontaktlinsen genauso unverzichtbar wie **Erfahrung und handwerkliches Geschick**.

Und so individuell, wie Ihre Augen sind, so individuell ist unser Einsatz für Sie. **Wir nehmen uns viel Zeit** und halten uns auf dem Laufenden, um Sie gut zu beraten.

Wir bieten Ihnen:

- 3D-Sehanalyse zur Bestimmung Ihrer Brillenwerte
- biometrische Augenvermessung mittels Wellenfront-Technologie
- höchste Expertise zum Thema Gleitsicht
- qualitativ hochwertige Brillengläser wie z. B. Digitalgläser für die Arbeit am PC
- Kontaktlinsen-Beratung und -Anpassung
- Meisterwerkstatt im Haus

Als Akustik-Experten haben wir von **MEISTER Hörakustik** uns auf das Thema „Hören“ mit all seinen Facetten spezialisiert. Aufgrund **langjähriger Berufserfahrung und regelmäßiger Weiterbildung** wissen wir, welche Leistungsanforderungen ein modernes Hörsystem erfüllen kann und finden so das passende Modell für Ihren individuellen Anspruch.

Fachkompetenz und Diskretion sind neben Zeit, Ruhe und modernster Technik die zentralen Säulen unseres täglichen Handelns. Es ist uns allen ein persönliches Anliegen, **Ihnen wieder zu mehr Hörkombi zu verhelfen** – schließlich bedeutet gutes Hören echte Lebensqualität!

Wir bieten Ihnen:

- Hörsysteme
- Gehörschutz
- Tinnitus-Beratung
- In-Ear-Monitoring
- Cochlea Implantat
- Knochenleitungs-Hörgeräte
- Pädakustik
- Lichtsignalanlagen
- Zubehör rund um Hörsysteme
- kosmetische Produkte für Ohrenpflege
- prof. Ohrenreinigung

GESUNDHEITSSPORT + PRÄVENTION

Gertrud Schwarz, Großhaderner Str. 28, 81375 München, Tel. 089/ 700 56 30
E-Mail: gesundheitsport-praeventon@tsv-grosshadern.de



Ausflug der Mittwochs-Seniorengymnastik

Unser diesjähriger Seniorensparzierung am 09.07.2025 führte uns zum Stiftungsgut Freiham. Von Gräfelting ging es bei reger Beteiligung zu Fuß dorthin. Wir erfuhren viel über die Ge-

schichte der Augustinerbrauerei und über die Edith-Haberland-Wagner-Stiftung. Nach eineinhalb Stunden Fußmarsch erreichten wir das Stiftungsgut.

Nach kurzer Besichtigung des sehr schön renovierten Geländes sind wir im sehr gemütlichen Gasthaus „Zum Gustl“ gelandet und haben dort köstlich gegessen und getrunken.

Es galt noch ein Rätsel zu lösen: Was steckt hinter dem seltsamen Preis für den Guts-



teller 13,28€ *und dem Schweinebraten „Zum Gustl“ für 15,16€ ?**

Der Großteil der Gruppe ging nach dem Mittagessen den gleichen Weg nach Gräfelting zurück, andere fuhren von Freiham mit der S-Bahn nach Hause. **Inge und Brigitte**

Lösungen: **1328 = Gründungsjahr der Augustiner Brauerei // *1516 = Bayerisches Reinheitsgebot

Outdoor statt Halle

Anfang Juli nutzten wir die Möglichkeit, der Hitze in der Halle zu entfliehen und die Mittwochs-Seniorengymnastik in unseren Biergarten zu verlegen. Mit Hanteln und den Biergartenstühlen als Trainingsgerät war die Sportstunde genauso effektiv wie sonst in der Halle. Die leichte Brise und der Schatten unter den Kastanienbäumen machten die beiden Stunden aber sehr angenehm und zu einer netten Abwechslung. MM



50.– Euro Gutschein!*

Für biometrische Gleitsichtgläser von Rodenstock. Jetzt vorbeikommen und Gutschein einlösen!

R
RODENSTOCK

* Keine Barauszahlung möglich. Nicht kombinierbar.

150.– Euro Gutschein!*

Erhalten Sie die Höranalyse im Wert von **150.– Euro GRATIS** und genießen Sie beste Hörqualität.

PHONAK

* Keine Barauszahlung möglich. Nicht kombinierbar.

Tierärztliche Praxis Dr. med. vet. Klaus Sommer

Fachtierarzt für Kleintiere

www.tierarzt-sommer.de

GPCert (SAS) *General Practitioner Certificate
in Small Animal Surgery

Unsere Leistungen:

- Röntgen
- Magendarmspiegelungen
- Ultraschall
- Kardiologie
- Elektrochemotherapie
- Bronchoskopie
- Chirurgie, GPCert (SAS)*
- Sofortlabor
- Gesundheitsvorsorge
- Stationäre Unterbringung
- Tagestierklinik
- Zweite Meinung

Sprechstunde mit Terminvereinbarung

Montag bis Freitag 8.00 - 18.30 Uhr

Dienstag 8.00 - 19.30 Uhr

Heilghofstraße 1a • 81377 München Großhadern
Fon: 089 / 71 04 90 70



Dr. SOMMER
TIERARZTPRAXIS



Ihre Großhaderner Kfz-Werkstatt für alle Fabrikate!

- › KFZ-Reparatur & Inspektion
- › Unfall-Instandsetzungen
- › Lackierarbeiten
- › HU/AU
- › Autoglas-Reparatur und -Austausch
- › Reifen-Service
- › Leihwagen-Service
- › Verkauf von Gebrauchtwagen und Vermittlung von Neuwagen

AUTOHAUS
MAJOR

WERKSTATT
SERVICE
VERKAUF

Großhaderner Straße 46
81375 München
Telefon: 089 . 70 19 18
Telefax: 089 . 70 04 04 9
info@autohaus-major.de
www.autohaus-major.de

HANDBALL

Monika Büchele, Mobil 0179 668 53 55

E-Mail: handball@tsv-grosshadern.de



HSG München Süd goes SuperCup!

Nach der Sommerrunde gab es noch ein zusätzliches Highlight für unsere jüngsten Handballer. Nach erfolgreicher Bewerbung durften Mitte August die Kids Einlaufkinder beim SuperCup der Frauen- und Herrenbundesliga sein.

Die Aufregung war entsprechend groß in einer ausverkauften Halle mit über 10.000 Zuschauern „im Mittelpunkt“ zu stehen und mit der Frauenmannschaft der HSG Blomberg-Lippe aufzulaufen. Somit waren die Kids den Stars ganz nah und konnten abseits des Feldes viele Autogramme sammeln.

Ein unvergessliches Erlebnis und Motivation in der kommenden Saison selbst fleißig zu trainieren, um vielleicht später auch „groß“ raus zu kommen.

Wer ebenso Lust hat, kann gerne zu einem Schnuppertraining vorbeikommen.

Die Trainingszeiten sind auf der Homepage sowie am Ende des Vereinsheftes zu finden.



Fotocredit: HBL | Moritz Eden





Kinder-Hand-Ball Spiel mit uns!

Kommt zum Schnuppertraining



Montag 18.00 – 19.00 Uhr Bambinis (6-7 Jahre)

Donnerstag 17.00 – 18.00 Uhr Bambinis (4-5 Jahre)

in der Turnhalle der Mittelschule **Guardinstr. 60**

Montag 17.00 – 18.30 Uhr E-Jugend (Jahrgang 2015/2016)

Freitag 16.00 – 17.00 Uhr Bambinis (4-6 Jahre)

Freitag 17.00 - 18.00 Uhr Minis (Jahrgang 2017/2018)

Freitag 18.00 - 19.30 Uhr E-Jugend (Jahrgang 2015/2016)

in der Turnhalle der Grundschule **am Hedernfeld 42**

Bitte für die Schnupperstunden immer per Mail anmelden!

Abteilung Handball / Kontakt: Monika Büchele handball@tsv-grosshadern.de

TSV München-Großhadern von 1926 e.V.
Heighofstraße 25 81377 München
www.tsv-grosshadern.de
Tel. 089/7146705

Gefördert von:



Landeshauptstadt
München

Beiratsausschuss 20
Hadern

JUDO

Doris Auer

Mobil: 0160/ 99 74 05 90, E-Mail: judo@tsv-grosshadern.de



Hallenputz am Vatertag 2025

Wir sind ja immer gute Hallenputzteilnahmen gewohnt, aber heuer hat die Zahl der Helfer wirklich alle Erwartungen übertroffen. **Vielen herzlichen Dank für Euer Engagement!**

Obwohl viele unserer AthletInnen auswärts waren, konnte mit Hilfe der vielen Jugendlichen die komplette Mattenfläche entfernt, gesäubert und wieder aufgebaut werden. Dazwischen wurden wie immer die Balken abgestaubt, die Fenster geputzt und der Hallenboden gereinigt.

Währenddessen wurden in den Nebenräumen etliche Reparaturen durchgeführt, die Küche geputzt, entrümpelt und aufgeräumt und die Umkleiden „ausgemistet“.

Ein Dank geht auch an unsere Griller, die diesmal eine Fleisch- und eine Veggie-Station betrieben haben. Das gemeinsame Essen hat allen Spaß gemacht!

Schon um 15 Uhr wurden alle Utensilien wieder für das nächste Jahr verstaut, der Müll entsorgt und es wurde nur noch gerätscht. So schnell waren wir noch selten.

Nochmals ein großes DANKE an alle Beteiligten!

Leya Winter gewinnt Gold bei den Deutschen Pokalmeisterschaften

Bei den Deutschen Pokalmeisterschaften der Männer und Frauen am 23.-24.05.2025 in Vellmar gewinnt **Leya Winter die Goldmedaille** in der Gewichtsklasse -70kg. Nach Siegen gegen Ann Sophie Stemplin (Brühler TV), Anna-Sophie Dütsch (TG Münster) und Emily Gränitz (SU Witten-Annen) steht sie auf dem Siebertreppchen ganz oben.

In der Gewichtsklasse -81kg verliert **Sebastian Kaun** das Finale gegen den Berliner Michael Löb und belegt damit den **2. Platz**.

Lukas Ohneiser verliert in der gleichen Gewichtsklasse das kleine Finale gegen den Brühler Caspar Golland und muss sich letzten Endes mit dem **5. Platz** begnügen.

Maya Toszegi holt Bronze auf der U18 Europameisterschaft

Nach dem Titelgewinn im vergangenen Jahr gewinnt **Maya Toszegi** erneut eine Medaille auf einer **U18 Europameisterschaft**, denn in der Gewichtsklasse -57kg erkämpft sie sich in Skopje (MKD) die **Bronzemedaille**.

Nach zwei Siegen gegen Danai Dimou (GRE) und Rita Lourenzo (POR) verliert Maya den Kampf um den Poolsieg gegen Ekaterina Zhdanova (IJF) und muss den Wettbewerb in der



- Gardinen / Vorhänge
- Stores
- Couchbezüge
- Kissen / Betten
- Stoffe
- Houssen



Abholung & Zustellung
auf Wunsch mit Montage

Sterr Wäscherei-Reinigung
Oberauer Str. 8 · 81377 München · Tel. 714 26 08
www.waescherei-sterr.de



Trostrunde fortsetzen. Dort gewinnt sie gegen die Schweizerin Noemi Ruchti und gegen die Ungarin Zita Boszo und trifft im kleinen Finale auf die Polin Magdalena Walega.

Bereits nach 22 Sekunden gelingt ihr ein erfolgreicher Gegendreher (Waza-ari) und der direkte Übergang in einen Haltegriff aus dem es für die Polin kein Entkommen mehr gibt. Damit gewinnt Maya Toszegi die EM Bronze-Medaille.

Die Abteilungsleitung gratuliert ganz herzlich zu dieser erneuten Platzierung auf einer Europa-meisterschaft.

Weltmeisterschafts-Bronze für Seija Ballhaus im Mixed Team Wettbewerb

Seija Ballhaus hat mit der deutschen Mannschaft beim **WM Mixed Team Wettbewerb** in Budapest den 3. Platz erkämpft und darf sich, zusammen mit dem gesamten Team, über die **Bronze-Medaille** freuen.

Das deutsche Team galt nicht unbedingt als Medaillenfavorit, denn besonders das Abschneiden der deutschen Männer in den Einzelwettbewerben ließ die Erwartungen nicht besonders hoch steigen. Und dann wartete ja auch im ersten Kampf noch die sehr stark eingeschätzte Mannschaft aus Aserbaidschan als Auftaktgegner auf das deutsche Team.



Aber die deutschen Frauen mit Seija Ballhaus, Giovanna Scoccimarro und Samira Bouizgarne gewannen alle ihre Kämpfe und als Eduard Trippel den Weltranglisten Fünften Eljan Hajiyeu mit einem O-soto-gari konterte, war der 4:1 Sieg gegen Aserbaidschan unter Dach und Fach.

Gegen das brasilianische Team sollte es deutlich knapper werden. Nach den regulären Kämpfen stand es 3:3 und so musste ein Stichkampf ermittelt werden und die Entscheidung bringen. Miriam Butkerei (-70kg) wurde ausgelost, die unmittelbar zuvor bereits Rafaela Silva kurz vor Ende des Kampfes noch mit einem Haltegriff besiegt hatte. Nach 18 Sekunden gelang ihr mit einem O-uchi-gari die entscheidende Waza-ari Wertung und damit stand das deutsche Team mit einem 4:3 Sieg im Halbfinale gegen das koreanische Team. Das Halbfinale wurde dann aber zu einer Machtdemonstration des koreanischen Teams. Sowohl Alina Böhm, Losseni Kone, Seija Ballhaus und auch Jano Ruebo mussten ihre Kämpfe verloren geben und mit 0:4 wurde das DJB Team in die Trostrunde und den Kampf um Bronze gegen Italien verwiesen.

Losseni Kone und Seija Ballhaus konnten die beiden ersten Kämpfe knapp, aber doch mehr als verdient, mit einer Yuko-Wertung gewinnen, bevor sich Igor Wandtke gegen Giovanni Esposito deutlich geschlagen geben musste. Den 2:1 Zwischenstand konnte Miriam Butkerei mit einem weiteren Yuko-Sieg zu einer 3:1 Führung ausbauen. Eduard Trippel erwies sich an diesem Tag als „Match-Winner“ und holte gegen Christian Parlati (WM Silber, 2022) mit einem Waza-ari für Ko-soto-gake den alles entscheidenden Siegpunkt für das deutsche Team. Damit 4:1 und der Gewinn der Bronze-Medaille im Mixed-Team Wettbewerb der Weltmeisterschaft 2025.

Gratulation an das gesamte Team und Seija Ballhaus, die sich nach ihrem Europameisterschafts-Titel nun auch eine Weltmeisterschafts-Medaille erkämpfen konnte. Sicher wird sie diese Medaille auch mit ihrer Schwester Mascha Ballhaus gefeiert haben, die nach ihrer Bronze-Einzelmedaille nun einen weiteren Podiumsplatz erkämpfen konnte.

Die Abteilungsleitung gratuliert sowohl Seija und Mascha Ballhaus als auch dem Stützpunkttrainer Lorenz Trautmann zu den WM-Erfolgen.

European Open in Tallinn (EST)

Bei den **European Open** in der estländischen Hauptstadt **Tallinn** waren mit Hannah Frobenius (-48kg), Bettina Bauer (-63kg), Bertille Murphy und Samira Bock (beide -70kg) und Sebastian Kaun (-81kg) insgesamt fünf Haderner am Start.

Während bei den Männern Sebastian Kaun nur den Auftaktkampf gegen Rasmus Tals (EST) gewinnen konnte und danach gegen Ciprian Gribinet aus Moldawien ausschied, verlief der Wettkampf bei den Frauen für die Haderner Athletinnen deutlich erfreulicher.

Hannah Frobenius und **Bettina Bauer** konnten sich beide in ihrer Gewichtsklasse bis ins kleine Finale vorkämpfen, mussten sich dort aber dann geschlagen und mit dem **5. Platz** zufriedengeben. Hannah konnte eine Yuko-Wertung nach ca. 2:30 Minuten in der verbleibenden Kampfzeit nicht mehr ausgleichen, Bettina musste sich kurz vor dem Ende der Kampfzeit durch eine Würgetechnik geschlagen geben.

In der Gewichtsklasse -70kg waren sowohl Bertille Murphy als auch Samira Bock für den TSV München-Großhadern am Start. **Bertille Murphy** verlor das Pool-Finale gegen die Israelin Maya Goshen und den anschließenden Kampf in der Trostrunde gegen die deutsche Tayla Grauer aus Backnang und belegte damit am Ende den 7. Platz.

Samira Bock schlug Nadia Swinkels (NED) bereits nach gut einer Minute mit zwei Waza-ari Wertungen und gewann das anschließende Pool-Finale gegen Tayla Grauer (GER) mit Ippon für Juji-gatame nach 2:13 Minuten. Das Halbfinale musste sich die Israelin Maya Goshen mit Kami-shiho-gatame nach 2:49 Minuten gegen Samira geschlagen geben, die damit im Finale gegen die Britin Katie-Jemima Yeats-Brown stand.

GRABDENKMÄLER

**STEINMETZ
BILDHAUER HUPF**

FRANZ X. HUPF STEINMETZBETRIEB GMBH

FÜRSTENRIEDER STR 281 · 81377 MÜNCHEN

TEL. 714 24 27 UND 714 11 56 · FAX 719 14 32

E-Mail: steinmetz-hupf@t-online.de · www.steinmetz-hupf.de

Tel. 0 81 05 / 27 82 95 Mobil 0177 / 227 13 75

Zimmerei + Holzbau

Michael Hofmann

Dachstühle • Dachfenster • Holzfassaden • Altbausanierung

82205 Gilching · www.hofmann-zimmerei.de



Dort ging Samira Bock nach 1:34 Minuten durch einen Harai-makikomi mit Waza-ari in Führung und wechselte unmittelbar in die Bodenarbeit über. Die starke Bodentechnikerin versuchte zuerst eine Juji-gatami Technik, wechselte dann aber in eine erfolgversprechende Umdrehtechnik. Alles schien gut zu verlaufen, aber dann verlor Samira den Griff, die Britin konterte und nützte den Moment ihrerseits für einen Haltegriff aus dem es für Samira kein Entkommen mehr gab.

Damit am Ende der **2. Platz und die Silbermedaille für Samira Bock** in der Gewichtsklasse -70kg. Gratulation an alle Haderner Frauen für das gelungene Auftreten in Tallinn.

Judosafari 2025 – „Steinzeit“ im TSV

Am **Samstag, den 19. Juli 2025**, wurden rund um die Siegi-Sterr-Judohalle Warnhinweise verbreitet – **steinzeitliche Mammuts** wurden gesichtet!

Die Aufklärung ließ nicht lange auf sich warten, trafen sich doch 70 Kinder der Judo-Abteilung des TSV München-Großhadern in der Halle um unter dem **Motto „Steinzeit“ die Judo-Safari 2025** zu absolvieren.



Da wurde im Vorfeld kreativ gearbeitet und schon vor den sportlichen Wettbewerben wurden die künstlerischen Arbeiten bei der Anmeldung abgegeben. Dabei gab es tolle Bastelwerke zu bewundern und natürlich konnten auch Mammuts unter den Kunstwerken bestaunt werden.

Nachdem alle TeilnehmerInnen in gewichts- und leistungsnahe Kleingruppen eingeteilt waren, begannen die sportlichen Wettbewerbe. Ein Teil der Kinder startete mit den Judowettkämpfen, der andere Teil musste zuerst seine sportlichen Fähigkeiten in einem Parcours unter Beweis stellen. Alle gaben ihr Bestes, auch wenn es wieder die eine oder andere Träne zu trocknen galt, aber am Ende konnten alle Teilnehmer, die Eltern, die Betreuer und auch die anwesenden Trainer zufrieden sein.

Vor der Verleihung der Judo-Abzeichen startete wieder der traditionelle Eltern-Kind-Parcours. Das Wetter erlaubte die alljährliche Slalomstrecke auf dem Parkplatz, die mit Sackkarre, Biertragln und Rollbrett für einige das Letzte abverlangte. Zahlreiche Eltern-Kind-Teams gaben ihr

Allerbestes und kämpften um jede Sekunde. Am Ende musste die Entscheidung sogar in einem Stechen fallen.

Es folgte die Verabschiedung der beiden FSJ'ler der Judo-Abteilung Sonja Berr und Daniil Spyridonov und der Praktikantin Leya Winter unter großem Beifall der Kinder und Eltern.

Dann konnten alle Kinder ihr verdientes Judo-Abzeichen in Empfang nehmen, die Gewinner des Eltern-Kind-Parcours Eleni und Andi Rümmele, sowie die Zweit- und Drittplatzierten wurden mit einer Medaille bedacht.

Wir Organisatoren danken allen Eltern für die zahlreiche Hilfe, die Kuchenspenden und das Mitmachen – wir danken allen Judo-Jugendlichen für die Betreuungen und Tischbesetzungen – wir danken unserem Orga-Team für die große Hilfe und das Grillen – es war, auch dieses Jahr wieder, ein wundervoller Safari-Tag!

Haderner U15 Athleten zu Gast in Aserbaidschan

Nach kurzfristiger Einladung von Slavko Tekic (Nationaltrainer Männer in Aserbaidschan) nominierte ich, als U15-Jugendtrainer im TSV München-Großhadern, die fünf stärksten Judoka für den European Cup U15 in Baku.

Nominiert waren Athleten die es in den letzten Monaten geschafft haben bei internationalen Wettkämpfen wie BOT Backnang, Erfurt und Duisburg unter die Top fünf Platzierten zu kommen. Für mich war es eine Herzensangelegenheit diese Maßnahme wahrzunehmen da ich mich auf ein Wiedersehen mit meinem Ex-Trainer Slavko Tekic (TH-Eilbeck) und der Judo-Legende Richard Trautmann (aktueller Cheftrainer der Männer in Aserbaidschan) vom TSV München-Großhadern sehr gefreut habe.



Diese Erfahrung war Goldwert, da es interessant war das Training und die Einstellung der aserbaidischen Bevölkerung zum Judo-sport kennenzulernen, denn der Judo- sowie Ringersport zählen in Aserbaidschan zu den beliebtesten Sportarten im Land.

Bei einem Spaziergang vor dem Wettkampf in der Altstadt von Baku war sehr beeindruckend, dass gefühlt jeder, auch die, die nichts mit Kampfsport zu tun hatten, die aktuellen sowie vergangenen Weltmeister und Olympiasieger des Judo- bzw. Ringersports kennen. Es war es auch nicht selten, dass an immer wieder auf einem Werbeplakat ein Judoka zu sehen war.

Das Training mit den aserbaidischen Judoka war sehr intensiv und unsere Sportler aus München wurden herzlich empfangen. Jeder wollte mit unseren Jungs Randori machen und das nicht nur während des Trainings, sondern auch danach.

Das Turnier war sehr professionell und beeindruckend organisiert. Die Vorbereitung für unsere Athleten und der Gang zur Tatami wurde wie bei den Profis gestaltet. Alles war sehr gut durchgetaktet und es galten strenge Regularien was den Judoanzug betraf. Die jugendlichen Kämpfer kamen hauptsächlich aus Aserbaidschan, einige aus Griechenland, sowie aus Saudi Arabien, Serbien, Polen und der Slowakei.



ZAHNUNFALL

... das kriegen wir wieder hin

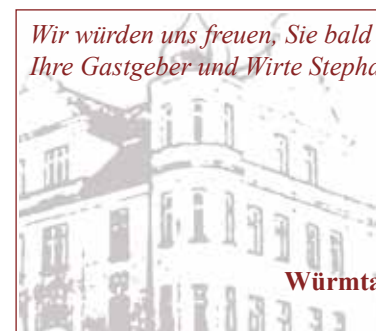
Dr. Dr. Linsenmann & Prof. Dr. Dr. Nolte
 Fachärzte für Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie
 Sauerbruchstraße 48, München-Großhadern

089 - 74 80 99 99

www.mkg-muc.com



Wir würden uns freuen, Sie bald bei uns im Hause begrüßen zu dürfen.
 Ihre Gastgeber und Wirte Stephanie Rollwagen & Michael Glöckle.





Würmtalstr. 113 · 81375 München · Tel. 089/ 78 07 24 30

www.haderner-augustiner.de



Unsere nominierten Athleten waren:

U13: Bernardo Bezerra (-34 kg, JG 2013)

U15: Angelos Zerf (-42kg, JG 2011)

U15: Arvid van Melle (-38kg, JG 2012)

U15: Moritz Schmidt (-66kg, JG 2011)

U15: Moritz Nitsch (-42kg, JG 2011)

Die Platzierungen in den sehr stark besetzten Teilnehmerfeldern konnten sich ebenfalls sehen lassen. Bernardo Bezerra und Moritz Nitsch errangen jeweils einen 5. Platz, Moritz Schmidt erkämpfte sich die Silbermedaille und mit dem 2. Platz auch einen Platz auf dem Siegerpodest.

Starkes Haderner Team beim Internationalen Glaspalast-Turnier in Sindelfingen

Mit einem großen Teilnehmerfeld war die Judo-Abteilung des TSV München-Großhadern beim **23. Internationalen Turnier im Glaspalast von Sindelfingen** vertreten.

Über alle Altersklassen waren insgesamt **54 (!) Starter/-innen aus Großhadern** vertreten und so konnte man sich nach dem Wochenende nicht nur über viele spannende und lehrreiche Begegnungen mit der internationalen Konkurrenz, sondern auch über zahlreiche Medaillen und Platzierungen, freuen.

Die Medaillen-Platzierungen in der Zusammenfassung:

1.Plätze: Iris Dunet, Johannes Nitsch, Alexander Grabmeier, Natascha Lauber, Bernardo de Castro Bezerra

2.Plätze: Alisa Lohvyniuk, Emilie Thiery

3.Plätze: Alexander Rodionov, Karolina Kolosova, Moritz Nitsch, Moritz Schmidt, Joel Molas Huerta, Téodore Schilling, Angelos Zerf, Nathan Reimann-Paulus

Darüber hinaus konnten noch **elf 5.Plätze** und **sieben 7.Plätze** von den Hadernern erkämpft werden, die damit alle nur knapp an den Medaillenrängen in den stark besetzten Teilnehmerfeldern scheiterten.

Die Abteilungsleitung gratuliert allen Athleten und Athletinnen und bedankt sich recht herzlich bei allen Betreuern/-innen und Helfern/-innen für die beispiellose Organisation und Unterstützung.



Bettina Bauer gewinnt Bronze beim European Cup in Sarajevo

Beim European Cup in Sarajevo/BIH sicherte sich **Bettina Bauer** durch eine starke Leistung nach einer anfänglichen Niederlage einen Platz auf dem Siegerpodest und durfte sich am Ende über die **Bronze-Medaille** freuen.

Bettina musste sich im Auftaktkampf gegen die Italienerin Sara Corbo durch einen Haltgriff geschlagen geben und danach den langen Weg in der Trostrunde bestreiten.

Dort siegte sie gegen die Lokalmatadorin Dzejlja Kozljak bereits nach 22 Sekunden mit einem Uchi-mata, ihrer Spezialtechnik. Den nächsten Kampf gegen die Britin Roxanne Proctor konnte sie ebenfalls nach bereits 42 Sekunden durch einen Haltegriff für sich entscheiden. Emilie Dando (FRA) musste sich ebenfalls dem starken linken Uchi-mata von Bettina beugen und damit war das kleine Finale, der Kampf um Bronze, gesichert.

Das kleine Finale gegen Agata Szafran (POL) ging über die volle Kampfzeit von 4:00 Minuten, Bettina kontrollierte aber den Kampf deutlich. Mit zwei Yuko-Wertungen für De-ashi-barai und Uchi-mata gewann sie den Kampf und sie durfte sich bei der Siegerehrung verdient mit der Bronze-Medaille auszeichnen lassen.

Starke Leistungen im Schatten der Öffentlichkeit – Judoka aus Großhadern überzeugen bei den World University Games 2025

Die World University Games 2025 in der Metropolregion Rhein-Ruhr zählen mit über 9.000 Teilnehmenden aus mehr als 150 Ländern zu den größten Multisportveranstaltungen weltweit. Doch trotz ihrer internationalen Bedeutung blieb die mediale Aufmerksamkeit in Deutschland auffallend gering. Dabei hätte es durchaus Anlass zur Berichterstattung gegeben – insbeson-



dere im Judo.

Allen voran Samira Bock, die in der Gewichtsklasse bis 70 Kilogramm eine herausragende Leistung zeigte. Die Athletin vom TSV Großhadern kämpfte sich mit technischer Raffinesse und mentaler Stärke bis ins Finale vor und sicherte sich die Silbermedaille. Auf ihrem Weg dorthin bezwang sie unter anderem zwei Olympia-Starterinnen sowie eine Grand-Slam-Siegerin – ein Beleg für ihre internationale Klasse. Mit einer Mischung aus Stand- und Bodentechniken dominierte sie ihre Kämpfe und begeisterte mit variantenreichem Judo. Im Finale traf Bock auf die Japanerin Rin Maeda, die bereits den Grand Slam in Taschkent gewonnen hatte. Trotz eines beherzten Auftritts musste sich die Deutsche geschlagen geben – doch die Silbermedaille bleibt ein beeindruckender Erfolg.

„Ich bin stolz auf mich selbst und dass ich hier bin“, sagte Bock nach dem Wettkampf. Ihre Leistung ist umso bemerkenswerter, da sie nach einer längeren Verletzungspause erst kürzlich wieder ins internationale Wettkampfgeschehen zurückgekehrt ist.

Auch Kilian Kappelmeier, ebenfalls vom TSV Großhadern, wusste zu überzeugen. In der Gewichtsklasse bis 100 Kilogramm kämpfte er sich mit viel Einsatz und taktischem Geschick bis ins kleine Finale. Dort unterlag er knapp und belegte am Ende einen soliden fünften Platz, der seine kontinuierliche Entwicklung auf internationalem Niveau unterstreicht.

Im Mannschaftswettbewerb trat das deutsche Team mit viel Hoffnung an. Samira Bock konnte erneut glänzen und gewann ihren Kampf souverän. Dennoch reichte es für das Team nicht zum Weiterkommen: In einem äußerst knappen Duell unterlag Deutschland bereits in der ersten Runde. Die Enttäuschung war spürbar, doch die individuellen Leistungen – allen voran die von Bock und Kappelmeier – lassen für kommende internationale Wettbewerbe hoffen.

Die World University Games, die vom 16. bis 27. Juli in Städten wie Essen, Bochum und Duisburg ausgetragen wurden, bieten Studierenden weltweit eine Bühne für sportliche Höchstleistungen. Dass solche Erfolge in Deutschland kaum Beachtung finden, wirft Fragen auf – und zeigt, wie viel Potenzial in der Förderung des Hochschulsports noch schlummert.

TENNIS

Dominik Leitz
Mobil: 0176/ 202 878 76, E-Mail: tennis@tsv-grosshadern.de



Tennis-Punktspiele 2025

Am 07. Mai begann der Bayerische Tennis-Verband mit der Punktspielsaison 2025. Für den TSV Großhadern, aber unter dem Namen der Spielgemeinschaft TeG Blumenau-Großhadern waren achtzehn Mannschaften gemeldet.

Die **Damenmannschaft** erreichte nach dem letztjährigen Aufstieg, nur einen Sieg und wird als vorletzter der Tabelle wieder in die Südliga 2 absteigen.

Die **Damen-40-Mannschaft** schaffte in der Landesliga 2 einen sicheren 6. Platz in der Abschluss-Tabelle.

Die **1. Herrenmannschaft** schaffte nach schwerem Kampf wieder den Aufstieg in die Südliga 1.

Die **2. Herrenmannschaft** schaffte in der Südliga 3 einen hervorragenden zweiten Platz.

Der **3. Herrenmannschaft** gelang in der Südliga 4 in der Abschlusstabelle ebenfalls ein guter 3. Platz.

Herren 30: erreichte zwar sehr umkämpft zum Schluss noch den dritten Platz in der Südliga 2.

Die neu gemeldete **Herren-40-Mannschaft** wurde gleich in der Landesliga 2 gemeldet und belegte einen hervorragenden dritten Platz in der Abschlusstabelle.

Die **Herren-55-Mannschaft** belegte mit 8:6 Punkten einen guten dritten Platz in der Landesliga 2.

Die **Herren-55-II Mannschaft** spielte ebenfalls in der Landesliga 2 und erreichte abschließend den siebten Tabellenplatz.

Nach dem letztjährigen knappen Klassenerhalt in der Landesliga 2, konnte die **Herren-65-Mannschaft** mit einem Sieg und zwei Unentschieden wieder den Abstieg vermeiden.

Vereinsmeisterschaften- 2025-Einzel

Siegerliste aller Disziplinen

Damen 40/50: 1. Susanne Mailänder, 2. Heike Straaß, 3. Michaela Fischer, 3. Sibylle Hornung.

Herren: 1. Bernhard Boos, 2. Marc Schneider 3. Nicolas Nicol, 4. Maximilian Schröpfer.

Herren 40/50: 1. Thilo Rühle, 2. Laszlo Fülöp, 3. Thomas Schmid, 4. Franz Katzl.

Wichtige Herbst- und Winter-Termine der Tennisabteilung

Ab 04. Oktober 2025	Jeden Samstag Stockschießen , 10:30 Uhr (Appelmann 708740)
Sa.11. November	Arbeitsdienst wird noch mit Ebusy bestätigt
Sa. 11. Oktober	Mixed-Vereinsmeisterschaften
Fr. 21. November	Schafkopffrennen
Fr. 28. November 2025	Weihnachtsfeier zusammen mit Blumenau im Jagdschlössl



DEKO & VIELMEHR
INNENEINRICHTUNG

Wir geben Ihren Räumen Persönlichkeit...

Individuelle Einrichtungsberatung
für Privat und Gewerbe

Dekoration für Ihr Fest

Netzwerk von professionellen
Handwerkern

Organisation aus einer Hand

Beratung · Planung · Umsetzung

Gabriele Lindmeir

0162 426 19 76

info@dekoundvielmehr.de

www.dekoundvielmehr.de

Jugend-Vereinsmeisterschaften 2025

Heuer fanden die Vereinsmeisterschaften der benachbarten Tennisabteilungen des TSV Großhadern und der FTM Blumenau mit anschließendem Sommerfest zum ersten Mal für alle Altersklassen gleichzeitig statt. Aufgrund der großen Anzahl von 41 jugendlichen Teilnehmern starteten die ersten Gruppenspiele bereits am Mittwoch und Freitag. Trotz überwiegend regnerischem Wetter konnten am Samstag alle Begegnungen gespielt werden und die Zwangspausen wurden im Stüberl mit Freunden und frischen Waffeln gerne überbrückt. So mancher Erwachsene stellte beim Zuschauen bei den Kindern lobend fest, welche Talente bereits bei den Jüngeren um den Sieg kämpften.



Pünktlich zum Abendessen konnten die Siegerehrungen stattfinden, die traditionelle Tombola für die Jugend fand wettergeschützt im Stüberl statt, während fleißige Hände draußen für überdachte Sitzplätze gesorgt haben.

Die Ergebnisse:

U 10:

1. Leopold Wössner
2. Konstantin Wössner
3. Matteo de Bonis
4. Daniel Nowaschewskij



U 12:

1. Mia Himmler
2. Marlene Fischer
3. Sophia Kravchenko
4. Alon Königstein



U 15:

1. Bastian Fischer
2. Lennox Fuchs
3. Theo Henkel
4. Jonas Breitenstein



U 18 weiblich:

1. Anna Bolay
2. Lena Himmler
3. Lisa Fischer



U18 männlich:

1. Can Cukur
2. Ferdinand Baatz
3. Luis Kremser
4. Niklas Ziegler



Herzlichen Glückwunsch an alle Sieger und wir freuen uns auf nächstes Jahr!
Eure Jugendleiterinnen Eva, Micha, Sibylle und Claudia




Unsere Öffnungszeiten

Mo, Mi, Fr	9⁰⁰ – 12⁰⁰
Mo – Fr	16⁰⁰ – 21³⁰
Samstag	13⁰⁰ – 17⁰⁰
Sonntag	9⁰⁰ – 13⁰⁰

Unsere Preise

1/2 Jahr	Abo 270,-
1 Jahr	Abo 490,-
1/2 Jahr vormittags	Abo 165,-
Tageskarte	10,-
12er-Block	105,-

Gerätetraining

Individuelle Trainingspläne

Gymnastik

Step-Aerobic

Yoga

Rehabilitation

Sauna

Dampfbad

Judo

TSV München-Großhadern Judo
TopFit Fitness-Studio
Heiglhofstraße 25 ▲ 81377 München
Telefon 089-719 42 96

www.judo-grosshadern.de

TURNEN

Theresa Steinkohl
 E-Mail: turnen@tsv-grosshadern.de



Internationales Turnfest in Leipzig 2025

Unsere Leistungsturngruppe mit den Jahrgängen 2011/2012 war Ende Mai beim Internationalen Deutschen Turnfest in Leipzig. Wir übernachteten 4 Nächte in einem Klassenzimmer einer Grundschule. Frühstück wurde für alle in der Schule gestellt.

Am Mittwoch Nachmittag, den 28. Mai, ging es los und wir stiegen in den ICE Richtung Leipzig. Donnerstag Vormittag (Christi Himmelfahrt) verbrachten wir auf der Leipziger Messe, dem Herz des Turnfestes, wo viele Wettkämpfe stattfanden und fein vielfältiges, sportliches Mitmachprogramm geboten war. Am Nachmittag schauten wir uns das Mehrkampffinale der Turn Europameisterschaft der Frauen an. Es war ein ganz besonderes Erlebnis für uns, die besten Turnerinnen Europas live zu sehen! Am Freitag hatten wir schulfrei. Über Mittag turnten wir einen Turn10@-Wettkampf*. Diese Art von Wettkampf war für uns neu. Vielen Dank an Marianne Herrmann, die extra für uns die Turn10-Kampfrichterausbildung absolviert hatte, womit der TSV Großhadern seine nötige Kampfrichterin stellen konnte! An dieser Stelle auch ein Dankeschön an die zwei Mütter, die uns begleitet haben!

Am Samstag waren wir wieder in der Messehalle, wo es viele Mitmachangebote, Wettkämpfe, Vorführungen, Turnanzug-Verkauf und Essenstände



Unser Team sucht Verstärkung!
Auszubildender
oder Monteur
Bewerbt euch!

Elektrotechnik
Robert Fuchs
 Am Kirchenhölzl 10a
 82166 Gräfelfing

Telefon: 089 / 700 39 29
 Telefax: 089 / 700 37 21

info@elektro-fuchs-muenchen.de
www.elektro-fuchs-muenchen.de



gab. Am späten Abend schauten wir uns die Stadiongala an, bei der sowohl mehrere bekannte Spitzensportler als auch viele Turner und Turnerinnen aus dem Breitensport auftraten. Nach Absolvierung des Turn-Warrior-Parcours war am Sonntag leider schon alles vorbei und wir fuhren kurz vor 14:00 Uhr vom Leipziger Bahnhof wieder nach München.

Wir freuen uns auf das deutsche Turnfest in München in vier Jahren!

Rebecca Jahn und der Rest der Gruppe

* Was ist Turn10® ?

Turn10® ist ein Wettkampf- und Bewertungsprogramm im Gerätturnen, das sich von klassischen, strengen Turnwettkämpfen unterscheidet. Es legt Wert auf:

Individualität: Jeder kann auf seinem eigenen Leistungsniveau turnen. **Vielfalt:** Turner:innen wählen aus einem großen Übungskatalog selbst aus. **Motivation:** Das Punktesystem und Urkunden fördern die Motivation. **Niederschwelligkeit:** Auch Anfänger:innen können teilnehmen. Mehr Infos unter: www.turn10.eu

Landeskinderturnfest in Ravensburg

Am Freitag, den 4. Juli 2025, machten sich sechs Mädchen aus den Jahrgängen 2013 und 2014 zusammen mit einer Mutter voller Vorfreude auf die zweistündige Fahrt nach Ravensburg zum Landeskinderturnfest. Nachdem sie sich schnell in ihrem Klassenraum eingerichtet hatten, ging es zum Marienplatz, wo es viele Stände zum Stöbern und Mitmachen gab. Abends gab es eine Eröffnungsparty, die den Mädchen sehr gefiel. Voller Energie starteten sie in den nächsten Tag. Sie hatten ihren P-Wettkampf gegen mehr als 200 Kinder in derselben Altersklasse. Daran nahmen sie erfolgreich teil, obwohl die Bedingungen teilweise anders waren als gewohnt. Nach dem Abendessen in der Eishalle begann die Turngala, die den Mädchen hervorragend gefiel. Anschließend gab es Snacks und Slushies. Nach der Party kehrten sie lachend in die Schule zurück. Am Sonntag packten die Mädchen ihre Taschen und verbrachten den Tag in einer Sporthalle, wo es viele Sportaktivitäten gab, während die Mutter den Helferdienst ableistete. Eine lustige Autofahrt brachte die Mädchen anschließend zurück nach München.

Jule Jahn und fünf weitere lustige Turnerinnen



2. Liga-Wettkampf der Junioromis

Am Samstag, den 05. Juli starteten wir unseren zweiten Wettkampf (in der 3. Landesliga) der Saison. Nach einem sehr erfolgreichen dritten Platz beim letzten Wettkampf waren alle sehr motiviert in Butterwiesen zu starten. Mit dabei waren die Turnerinnen Helena, Sophie, Laila, Leoni, Mira, Vicki, Lily und Maja. Gut erholt aus den Ferien, aber auch gut vorbereitet, begann der Wettkampf am Barren, wo wir einen ganz guten Start hinlegen konnten. Weiter ging es am Schwebebalken, wo wir auch nur einen Sturz in Kauf nehmen mussten. Es gab an diesem Gerät jedoch auch einige andere Abzüge, die wir so nicht vorhersehen konnten. Boden lief glänzend, es wurden auch einige neue Upgrades geturnt, wie zum Beispiel der Strecksalto vorwärts. Am Sprung sind wir etwas holprig gestartet, denn die „Aufwärmssprünge“ waren bedenkenswert, jedoch hätten die Wettkampfsprünge nicht besser laufen können!

Bei der Siegerehrung wurden wir schließlich doch nur 7. Platz, landeten jedoch damit auf dem Ergebnis vom 5. Platz. Damit haben wir im Oktober nochmal zu kämpfen um uns unseren Platz zu erhalten. Bis dahin werden wir unsere Übungen nochmal sichern und festigen, vielleicht sogar upgraden und verbessern. Vielen Dank dafür an unsere Trainerinnen Julia und Aylin, die uns immer beistehen! *Maja Goller und alle weiteren Junioromis*

Vorrunde Turngau München-Liga (Jahrgänge 2016 -2018)

Am Wochenende vom 28./29.6.2025 fand in Unterföhring die Vorrunde des Turnwettkampfs für unsere E-Jugend (Jahrgänge 2016 bis 2018) im Rahmen des Münchner Turngaus statt.

Am Samstag, 28.6., traten sechs Turnerinnen in der Liga 2 und am Sonntag, 29.6., sechs Turnerinnen in der Liga 4 an: 12 höchst motivierte Mädchen, die ihr Können an den vier Geräten Sprung, Stufenbarren, Balken und Boden unter Beweis stellten.

Trotz hochsommerlicher Bedingungen an beiden Wettkampftagen – mit Temperaturen über 30 Grad in der Halle – ließen sich unsere Mädchen nicht aus der Ruhe bringen und zeigten tolle Teamleistungen. Während die Mädels mit Konzentration und Eleganz turnten, hatten die mitgereisten Eltern mit der Hitze zu kämpfen – Mitfiebern ist eben manchmal fast so anstrengend wie selbst turnen!



Am Samstag bewies die eine Hälfte der Mannschaft (Antonia, Carlotta, Celine, Lola, Pina und Rosalie) nach einer kurzen Zitterpartie am Balken, dass sie sich als souveränes Team nicht aus der Spur bringen lassen würde: Alle weiteren Geräte meisterten die 6 Mädels nämlich mit Bravour und besten Noten und erreichten verdient einen grandiosen 1. Platz – sogar mit ganzen 10 Punkten Abstand zum 2. Platz!

Am Sonntag kamen v.a. die Trainerinnen Bine und Ella ordentlich ins Schwitzen: Ella musste spontan als Kampfrichterin einspringen, sodass Bine die Betreuung der Turnerinnen alleine stemmen musste – bei den Kampfrichtern anmelden, Überblick bewahren, Matten hin, Matten weg, Sprungbrett links, dann wieder rechts, aufgeregte Kinder beruhigen und motivieren. Trotz dieser Herausforderung war das Team bestens betreut und behielt die Nerven.

Am Ende dieses anstrengenden 2. Wettkampftages wurde auch die andere Hälfte der Mannschaft (Elisabeth, Ida, Kristallia, Madeleine, Magdalena und Nora) mit einem tollen dritten Platz belohnt!

Nun wird für die Endrunde jeweils eine Liga aufgestiegen – einmal in die 1. und einmal in die 3. Liga – ein schöner Erfolg für das gesamte junge Team und ein gelungener Auftakt in die Ligasaison. Wir sind stolz auf euch und freuen uns auf die nächste Runde!

Unser großer Dank gilt den zwei Trainerinnen Bine und Ella, die so viel (Frei-)Zeit in die Mädels stecken – sei es bei den Trainingsterminen unter der Woche, in den Ferien oder am Wettkampfwochenende. Ihr seid klasse! *Jessica Bondi, Hanna Plewe, Lisi Schmid*

Vorrunde Turngau München Liga (Jahrgänge 2013-2014)



Am Wochenende 28./29. Juni 2025 nahmen auch die Mädchen der Wettkampfgruppe der Jahrgänge 2013 / 2014 an der Vorrunde vom Turngau München Liga teil.

Bei den Turnerinnen aus der 1. Liga gab es leider während des Wettkampfes eine Verletzung. Zum Glück konnten andere aus dem Team für noch fehlende Geräte einspringen. Die Gruppe belegte trotz dieser Widrigkeit den 8. Platz.

Die Turnerinnen aus der 4. Liga erturnten sich einen soliden 4. Platz ohne einen einzigen Sturz am Balken.



Vorrunde Turngau München Liga (Jahrgänge 2010-2012)

Die Wettkampfmädchen der Jahrgänge 2010 -2012 starteten ebenfalls in Unterföhring.



Die Mädchen der 4. Liga erturnten sich den 7. Platz. Vielen Dank, dass ihr Trainer, nicht nur regelmäßig als Übungsleiter und Kampfrichter zur Verfügung standet, sondern zusätzlich auch noch für viel Bewegung und Spaß beim Übernachtungswochenende im Juli sorgtet!
Ulrike Jahn

Der Wettkampf der Turnerinnen der 1. Liga dauerte bis 22:30 Uhr. Am Ende wurden sie sogar von einem Feuerwerk des angrenzenden Dorffestes begleitet. Sie erreichten den 5. Platz.



Sommerfest der Abteilung Turnen – 27. Juli 2025

Am Sonntag, den 27. Juli, lud die Abteilung Turnen zum alljährlichen Sommerfest ein – und trotz wechselhaftem Wetter wurde es ein rundum gelungenes Fest. Rund 50 Kinder nutzten die Gelegenheit, sich auszutoben und Neues auszuprobieren, während die Eltern bei Kaffee und Kuchen in fröhlicher, lebhafter Atmosphäre ins Gespräch kamen.

Für die jungen Gäste gab es ein buntes Bewegungsprogramm: An der Trampolin-Station wurde gehüpft, am Vertikalseil geklettert und unter dem großen Schwungtuch gelacht. Beim Tauziehen ging es um Teamgeist und Kraft, und beim Sackhüpfen durfte man sich nach lustigen Duellen sogar über eine kleine, süße Belohnung freuen.

Zwar machte uns das Wetter einen Strich durch die Rechnung – die große Hüpfburg musste leider ungenutzt bleiben – doch dank der großzügigen Räumlichkeiten in der Judohalle hatten wir trotzdem optimale Bedingungen. So konnte der Bewegungsdrang der Kinder auch im Trockenen ausgelebt werden und die gute Stimmung litt keineswegs.

Zum Abschluss gab es für alle Kinder eine besondere Anerkennung: Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer durfte sich über eine Urkunde sowie eine kleine Süßigkeit freuen.

Ein herzliches Dankeschön geht an dieser Stelle an Irene und Gertrud, die mit ihrer tatkräftigen Hilfe beim Kaffee- und Kuchenverkauf wesentlich zum Gelingen des Festes beigetragen haben. Ebenso danken wir allen fleißigen Helferinnen und Helfern beim Auf- und Abbau – sei es Eltern, Trainer oder Co-Trainer. Ohne euch wäre ein solches Fest nicht möglich!

So blicken wir auf ein fröhliches, lebendiges Sommerfest zurück, das einmal mehr gezeigt hat, wie wichtig Gemeinschaft, Engagement und Freude an der Bewegung in unserem Verein sind.

Caroline Leeger

Großen Dank an den Bezirksausschuss 20 (Haderm)!

Viele Turner und Turnerinnen freuen sich über einen Softtouch-Schwebebalken, eine neue Weichbodenmatte und einen Übungsbalken. Diese Geräte wurden angeschafft mit Unterstützung von dem Bezirksausschuss 20 (Haderm). Vielen Dank!



VOLLEYBALL

Hartmut Junge, Roßmannstr. 7, 80689 München, Tel. 089/ 709 296 44
E-Mail: volleyball@tsv-grosshadern.de



Bei herrlichem Sommerwetter fand am 19. Juli das **23. Quattro-Beach-Turnier des WSV Olching** statt und erneut ergatterte die Volleyballabteilung des TSVG einen der begehrten Startplätze. Das Team „Haderm“ trat in der Besetzung Hartmut Junge, Klaudia Ograja, Martin & Kimon Strehler an. Nach anfänglichen Schwächen und starken Gegnern in der Vorrunde konnte sich das Team in der Trostrunde deutlich steigern und diese mit nur einem weiteren Satzverlust an zweiter Stelle, gleichbedeutend mit Platz 8 in der Gesamtabrechnung, sehr erfolgreich beenden.

Damit wurde auch das Ergebnis des Vorjahres exakt wiederholt. Und auch die Gesamtbilanz beim Olchinger Quattro-Beach-Turnier kann sich weiterhin sehen lassen: Bei 20 Teilnahmen zog man bislang zehnmal in die Endrunde ein; genauso oft ging es in die Trostrunde, die man siebenmal als „Sieger“ und dreimal als „Zweiter“ beenden konnte. Der Tag klang dann bei saftigem Spanferkel, leckeren Salaten und dem ein oder anderen Kaltgetränk auf dem Olchinger Freizeitgelände aus.



Auch heuer meinte es der Wettergott mit unserem alljährlichen **Sommerfest** wieder gut. Bei sonnigem aber nicht zu heißem Wetter trafen sich am 20. Juli knapp 20 Abteilungsmitglieder und Angehörige im Strandbad Possenhofen am Starnberger See zum Ratschen, Schwimmen und Volleyballspielen auf dem angrenzenden Beachplatz. Dank der vielen mitgebrachten Speisen und Getränke kam auch das leibliche Wohl nicht zu kurz.

In den Sommerferien wurde wieder fleißig am Kupferhaus in Planegg gebeacht und sich so für die neue Hallensaison fit gehalten, denn die **Spielzeit 2025/26** steht unmittelbar vor der Tür. Für diese haben sich insgesamt 112 Mannschaften rück- bzw. neu angemeldet (zwei mehr als im Vorjahr); dies ist ein neuer Rekord in der Münchner Freizeitrunde! Auf dem diesjährigen Staffeltag am 08. Juli wurden diese Teams 14 Gruppen à 8 Mannschaften in 5 Leistungsebenen zugeordnet, wobei die bereits in der Vorsaison neu geschaffene vierzehnte Gruppe wie angekündigt von der 5. in die 4. Ebene hochgezogen wurde.

Nach ihrem am letzten Spieltag sichergestellten Klassenerhalt werden die **Haderlumpen** diesmal in Liga 3b auf Punktejagd gehen. Sie treffen dort erneut auf die All Schmetterhands (Blumenau), die HSG München Laim, 6-im-Feld (Solln), und Hau-raus-wie-nix (Neuried), die beiden Absteiger Los Krachos (ESV München) und The Suntuables, sowie den Aufsteiger Latino SC Munich 3 (beide Maxvorstadt). Das Hauptsaisonziel dürfte auch diesmal sein, den beiden

Aral Tankstelle Andrea Herrmann

Waldwiesenstraße 31 · 81375 München
Tel. 089/ 740 291 66 · Fax 089/ 740 291 65
andrea.herrmann@tankstelle.de



Alles super.

Car Wash · Bistro · Shop · Lottoannahmestelle · Hermes Paket Shop

Abstiegsplätzen zu entgehen.

Aufgrund der weiterhin sehr erfreulichen Mitgliederentwicklung und den vielen zusätzlichen am Ligabetrieb interessierten Spielerinnen und Spielern hat man sich entschlossen, die zweite Mannschaft endgültig aufzuteilen und zwei Teams für die neue Saison zu melden.

Die **Haderer** bleiben in der untersten Ebene, wechseln aber in die 5d und treffen dort auf Haudraufwienix (Neuried), Schönschmetterfront (Solln), Vollpertinger (Pasing), Schampanias, Team Ohjoo II (beide Ramersdorf), das Interteam (Obersending) und die Münchner Elche. Selbsternanntes Ziel des von Martin Strehler betreuten ambitionierten Teams soll die obere Tabellenhälfte sein.

Die neu gegründeten **Haderner Sterne** treten (entsprechend einem neu in die Spielordnung aufgenommenen Passus, dass keine 2 Mannschaften des gleichen Vereins in derselben Gruppe spielen dürfen, sofern dies vermieden werden kann) in Liga 5a an und bekommen es dort mit Maximal Wild (Maxvorstadt), SV Olympiadorf II, Mil-A kann fliegen, FF 15 (alle Milbertshofen), Lokomotive Dynamo, dem VC AST (beide Schwabing) und den Schmetterspätzle (Neuhausen) zu tun. Beim von Ahmed Aburakia betreuten Team soll der Spaß im Vordergrund stehen und zumindest der ein oder andere Punkt eingefahren werden.

Aufgrund der zusätzlichen Mannschaft müssen mit Ende der Sommerferien auch die Trainingstermine angepasst werden. Trainings- und Heimspieltag der Haderlumpen bleibt der Dienstag (Turnhalle Großhaderner Straße), die Haderer behalten den Donnerstag (Canisiusschule), die Haderner Sterne werden zukünftig mittwochs spielen und trainieren (Turnhalle Großhaderner Straße). Der für alle Abteilungsmitglieder und „Neuen“ freie Trainingstag wechselt vom Mittwoch auf den Freitag (Canisiusschule).

Ich wünsche allen eine erfolgreiche und verletzungsfreie Saison.

Euer Andreas

WANDERN

Irene Lukas

E-Mail: wandern@tsv-grosshadern.de



Schmarrn am Spitzing

Wieder einmal traf sich wegen der schlechten Wetterprognose ein kleines Häufchen am 22. Mai 2025 für eine Wanderung im Spitzinggebiet am Harras.

Der Umstieg in Schliersee von der Bahn zum Bus mit Ziel Spitzingsee klappte komplikationslos, und wir erreichten nach weiteren 15 Min. die Haltestelle am Taubensteinhaus.

Leider versperrten uns Wolken bei der Wanderung um den See die Sicht auf die Berge, schmälerten aber nicht die Erinnerungen an die vielen Touren (nicht nur mit der Bergsportabteilung) zu allen Seiten des Sees. Wir ergründeten, aufgrund der fehlenden Fernsicht, dafür das frische Grün mit außergewöhnlichen Blüten und Pflanzen per HandyApps.

Nachdem das Ziel, das Albert-Link-Haus, näher rückte machte sich so mancher Magen bemerkbar, vor allem in Erwartung des in der Erinnerung vorzüglichen Kaiserschmarrns. So fiel die Wahl der Bestellungen nicht schwer: Schmarrn mit Marillenröster, während es draußen mittlerweile in Strömen regnete.

Ein leichter Regen begleitete uns retour, unterhalb der Straße die Rote Valepp bis zum Einfluss



in den Spitzingsee. Von hier aus brachte uns der Bus diesmal bis Fischhausen-Neuhaus zur Bahn.

Tipp: Es lohnt sich immer wieder umweltfreundlich mit der Bahn zu fahren. Mit einer Fahrzeit von rund 1 Std. 10 Min., Benzin und Parkplatzgebühr decken locker den Fahrpreis und man schont seine Nerven. *Irene*

„Die Bahn fährt pünktlicher“ – mit Verspätung

Am 26. Juni 2025 bestand uns eine Wanderung bei sommerlichen Temperaturen mit dem RBB zu den Josefstaler Wasserfällen bevor. Die

1. Überraschung stieß in Holzkirchen zu uns in Form einer nach Rosenheim verzogenen MitWanderin. Bis hier ließ sich die Verspätung der Bahn verschmerzen. Die

2. Überraschung brachte die bereits angewachsene Verspätung mit sich, so dass der Zug uns nicht zu unserem Ausgangspunkt Fischhausen-Neuhaus brachte, sondern bereits ohne weitere Info in Schliersee entließ. SEV war so kurzfristig nicht geplant, also blieb uns nur der Regionale Busverkehr bei bereits anwachsender Wärme.

Endgültig am Ausgangspunkt angekommen führte uns der Rundweg anfänglich über einige Höhenmeter durch den Wald bis zum Oberlauf der kaskadenförmigen Wasserfälle. Nachdem wir relativ spät dran waren verzichteten wir auf das eigentlich aufgrund der Hitze nötige Fußbad in den Gumpen. Der anfänglich luftige Abstieg endete auf der nur sonnigen alten Spitzingstraße. Erfreut kehrten wir in das urig umfunktionierte Bahnhofsgebäude von Fischhausen-Neuhaus ein und ließen uns – nachdem der erste Durst gelöscht war – mit frisch zubereiteten ital. Teigtaschen in Form und Farben verwöhnen. Die nächste

3. Überraschung erlebten wir dann, als wir die Rückfahrt antreten wollten: Die Bahn hatte wieder beschlossen, die Züge in Schliersee enden zu lassen, so dass wir uns zu Fuß – bei mittlerweile leichtem Regen und angenehmen Temperaturen – bis zur nächsten Bushaltestelle aufmachten. Und die größte Überraschung erlebten wir in München, dass niemand von uns trockenen Fußes nach Hause kam. Das vorhergesagte Unwetter hatte München erreicht! *Irene*



Wanderung von Pasing nach Leutstetten



Am 31. Juli machte sich die Wandergruppe aus Großhadern auf zu einer Wanderung entlang der Würm zum Gasthaus „Mühlta“ bei angenehmen Wanderwetter.

Mit der S-Bahn kamen wir recht schnell nach Gauting und gingen Richtung Reismühle zur Würm, die wir aber nicht überquerten. Die Würm floss flott dahin, der Weg war sehr abwechslungsreich, mal hinauf, mal hinunter. Fast bis zum Schluss konnten wir der Würm folgen. Nur das letzte Stück war etwas steiler, einen Hang hinauf, aber dafür kurz.

Über ein freies Wiesengelände gelangten wir direkt zum Rückgebäude der „Schloßgaststätte Leutstetten“, sehr idyllisch gelegen,

viel Blumenschmuck und sehr gepflegt. Leider war es etwas zu kühl für den schönen Biergarten, so dass wir in den Gastraum gehen mussten.

Uns erwartete eine reichhaltige Speisekarte in der jeder etwas gefunden hat. Wir waren alle voll des Lobes für das exzellente Essen.

Die Bedienung, ein flotter Kellner mit lockeren Sprüchen, bediente uns aufmerksam und freundlich.

Nach der ausgiebigen Mittagspause fuhren wir mit dem Bus nach Starnberg-Nord und von dort wieder mit der S-Bahn zurück in das jeweilige Zuhause.

Es war mal wieder eine sehr schöne Wanderung mit netten Gesprächen, guter Luft und Bewegung in reizvoller Umgebung. *Angela*

WetterApp: ab 14h Regen

Ferien, Donnerstag 28.08.2025, Wanderung: Diese Chance galt es zu nutzen. Denn zum einen tut ja eine aktive Auszeit in der Natur immer gut, zum anderen freue ich mich als neues Vorstandsmitglied über jede Möglichkeit, Erfahrungen, Ideen, auch Kritik gerade von langjährigen Mitgliedern „aus erster Hand“ zu erfahren. Doch von Anfang an: Offensichtlich hatte Irene auch diesmal alles bestens organisiert und kommuniziert. Pünktlich um 09.00 Uhr stand die wackere Gruppe zur Abfahrt am Harras bereit. Gerne schloss ich mich an. Ziel: Der Tegernsee, genauer nach Rottach-Egern per Bahn bzw. weiter per Bus nach Kreuth.

Da für den frühen Nachmittag Regen angesagt war, machten wir uns sogleich auf den ebenso flachen wie idyllischen Weg - parallel zur Weißach - immer mit Blick auf den Wallberg. Nach rund 10 km war die Wallbergbahn-Talstation erreicht und eine Entscheidung stand an: Wie geplant auf den in Nebel gehüllten Berg hinauf fahren oder angesichts des drohenden Regens doch besser zurück nach Rottach-Egern. Die Gruppe entschied sich für letzteres und belohnt sich für diese kluge Entscheidung mit einer Einkehr im Bräustüberl in Tegernsee. Mit leckeren Schmankerln gestärkt gelang dann noch der sanfte Aufstieg zum Eis-Café, wo es noch etwas Regenerationsförderndes für den Heimweg gab.

Das Schöne beim Gruppenwandern ist ja auch, dass sich durch Vorpreschen oder Zurückfallen immer neue GesprächspartnerInnen finden lassen. Ach ja, welche Ideen konnte ich denn da mit in den Rucksack stecken? Ein Thema war natürlich die neue Halle, auf der wieder frische Hoffnungen liegen, aber auch die Vorfreude auf das Jubiläumsjahr 2026. Da war aber auch der deutliche Wunsch zu hören, dass sich im Untergeschoss der alten Turnhalle etwas tun möge und auch der Container vielleicht einen jubiläumswürdigen Anstrich bekommt.

Für mich als Neuling war beeindruckend, wie sich die Gruppe doch sehr für die weitere Vereinsentwicklung interessiert, obwohl sie als „Draussen“-Sportler doch gar nicht die Halle brauchen. Vielen Dank für einen sehr erfreulichen Ausflug – ohne Regen! *Michael Franz*



„UND SONST?“

American Football im TSV Großhadern - eine Sportart stellt sich vor!

Worum geht es eigentlich genau und was macht American Football so besonders?

„Football? Bin ich schon mal drüber gestolpert, aber verstehe ich nicht und ist mir zu kompliziert.“

Das ist die häufigste Antwort, die man bekommt, wenn man jemandem erzählen möchte, dass man begeisterter Football Fan ist. Aber warum Football in Deutschland schon lange keine Randsportart mehr ist und was sie so interessant macht, möchte ich euch gerne näher bringen.

Mein Name ist Robert Novellino, Gründer der Munich Deers und leidenschaftlicher American Football Fan.

American Football hat in Deutschland inzwischen fest Fuß gefasst, was durch das erste in Deutschland ausgetragene National Football League (NFL) Spiel im November 2022 nur bestätigt werden kann. Seitdem findet einmal jährlich ein Spiel auf deutschem Boden statt.

Das Ligasystem in Deutschland wird durch den American Football Verband Deutschland (AFVD) organisiert und das seit 1940. Die hier höchste Liga ist die GFL (German Football League). Immer mehr Fans möchten sich näher mit dem Sport beschäftigen und ihn mal selber ausprobieren. Doch was macht ihn so interessant? Als erstes möchte ich den meist verwendeten Satz benutzen, der beim Football fällt: „Football ist Family.“ Familie bedeutet für die meisten Menschen Zusammenhalt, Vertrauen, füreinander da zu sein und sich, in noch so schweren Zeiten, nicht hängen zu lassen. All das sind Emotionen und Gefühle, die man in einem American Football Team erfährt und nicht mehr missen möchte. Man - und dabei fällt die Betonung auf muss - muss zusammen halten! Macht einer seinen Job nicht richtig, muss das ganze Team dafür gerade stehen. Disziplin und zu verstehen, dass man nur so stark ist wie sein schwächstes Glied, ist unglaublich wichtig. Denn anders als beim Fußball bringt es dir nichts ein Einzeltalent zu sein, dem man einfach immer den Ball zuspielt und welches das Team somit tragen kann. Meiner Meinung nach ist dieses Gefühl, das dir das Team - deine Brüder und Freunde - gibt, ein ganz besonderes und zu recht nennt jeder, den ich kenne, sein Team seine zweite Familie. Fakt ist – Man kämpft füreinander und nicht nur für sich. Man steht und fällt immer zusammen!

„Aber wie genau funktioniert Football jetzt eigentlich?“

Im Prinzip ist es relativ simpel erklärt: Der Angriff (Offense) hat 4 Versuche („Downs“) um 10 Yards zu überbrücken. Das versucht die Verteidigung (Defence) zu verhindern. Schafft die Offense es nicht, bekommt die andere Mannschaft den Ball. Der Ball kann durch Laufen (Run) oder Werfen (Pass) nach vorne bewegt werden. Die Spielzeit beträgt 60 Minuten, die in 4 Viertel (4 x 15 Minuten) aufgeteilt sind. So die Kurzfassung.

Wenn ich jetzt etwas genauer darauf eingehe, würde ich behaupten, es ist wie Schach spielen auf Rasen. Das klingt doch schon viel interessanter und spricht schon von selber davon, wie komplex Football eigentlich sein kann. So wird Football auch gleich viel anspruchsvoller für Leute die nicht nur mit Muskelkraft protzen wollen, sondern mehr von Taktik halten. Damit kommen wir zu dem Punkt, das Football wirklich für jeden etwas sein kann: Beim American Football wird keiner ausgeschlossen und es gibt für wirklich jeden Körpertyp eine wichtige Position. Egal ob groß, klein, dick, dünn, muskulös und stark oder schlank und schnell! Jeder Körpertyp hat seine Vor- und Nachteile und so fängt das Schachspiel schon in der Aufstellung an. Als Coach will ich die Vorteile meiner Leute so nutzen, dass der Gegner Schwierigkeiten mit seinen bekommt. Von den Spielzügen mal ganz abgesehen.

„Also warum wäre Football was für mich?“

Egal welche Art Mensch du bist, für dich ist immer ein Platz im Team, das schnell zu einem wichtigen Teil für dich wird, in dem du dich wohlfühlen kannst, wie du bist. Strategisches Denken und Konzentration ist genau so wichtig wie Muskelkraft und Durchhaltevermögen. Durch regelmäßiges Training förderst du deine körperliche Fitness und mentale Stärke. Selbstbewusstsein wird durch körperliche Stärke und das Meistern schwieriger Situationen gestärkt und man wird oft vor Herausforderungen gestellt, die man alleine oder im Team lösen muss. Um so schöner sind die Erfolgserlebnisse für einen selber, wenn man über sich hinaus wächst, Neues lernen und miteinander neue Erfolge schreiben kann.

American Football ist etwas für mich wenn ich ein vielseitiges Training möchte, Teamgeist wichtig finde und Spaß daran habe, sowohl körperlich als auch mental gefordert zu werden.

Schaut auch gern mal bei uns vorbei wenn Interesse geweckt wurde. Auf Instagram @munich-deers oder auf unserer Website www.munich-deers.de und schreibt uns gerne eine Nachricht!

Robert Novellino, Munich Deers

ÜBUNGSSTUNDENPLAN

Unsere Sportstätten:

Judohalle	JH	Heiglhofstr. 25
Judohalle-Seminarraum	JHS	Heiglhofstr. 25
TSV Vereinsturnhalle	THH	Heiglhofstr. 25
Turnhalle Canisiusschule	THC	Canisiusplatz 1
Turnhalle Großhadernerschule	THG	Großhaderner Str. 50
Turnhalle GS am Hedernfeld	THHedern	Am Hedernfeld 42
Turnhalle MS Guardinischule	THGuardini	Guardinstr. 60
Judoraum des Schulcampus Freiham	JRaum	Hans-Dietrich-Genscher-Str. 11
Turnhalle Gotzmannschule	THGotz	Aubinger Allee 150
Turnhalle MTV 1879	THMTV	Werdenfelsstr. 70
Turnhalle TSV Solln	THSolln	Herterichstr. 151
Turnhalle Fürstenried West Schulzentrum	THEngadin	Engadiner Str.
Turnhalle Erasmus-Grasser-Gymnasium	THEGG über Parkplatz Westpark/Rosengarten	Gilmstr. 2
Top-Fit	Top-Fit	UG JH, Heiglhofstr. 25

Aikido

Montag	17:00 - 18:30	Kinder und Jugendliche	6-16 Jahre	JH
Mittwoch	17:00 - 18:30	Kinder und Jugendliche	6-16 Jahre	JH
Freitag	17:00 - 18:30	Kinder und Jugendliche	6-16 Jahre	JH
Montag	18:30 - 19:30	Basistraining	Jugend fortgesch. + EW	JH
	19:30 - 20:30	allgemeines Training	Jugend fortgesch. + EW	JH
Mittwoch	18:30 - 19:30	Basistraining	Jugend fortgesch. + EW	JH
	19:30 - 21:00	Aufbautraining	Jugend fortgesch. + EW	JH
Freitag	18:30 - 19:30	Basistraining	Jugend fortgesch. + EW	JH
	19:30 - 20:30	allg. Training	Jugend fortgesch. + EW	JH
Sonntag	11:00 - 12:30	Basistraining/allg. Training	Jugend fortgesch. + EW	JH

Basketball

Dienstag	20:30 - 22:00	Männer ab 18 Jahre	THC
Mittwoch	20:00 - 22:00	Mixed ab 18 Jahre	THHedern
Freitag	19:30 - 21:00	Männer ab 18 Jahre	THHedern

Fitness & Gymnastik und Gesundheitssport & Prävention siehe Seite 50

Handball

Montag	17:00 - 18:30	E-Jugend gemischt	Jg. 2015 - 2016	THHedern
	18:00 - 19:00	Ballschule/Bambinis	6-7 Jahre	THGuardini
	18:15 - 19:30	D-Jugend weiblich	Jg. 2013 - 2014	THEGG
	18:45 - 20:15	C-Jugend weiblich	Jg. 2011 - 2012	THEGG
Dienstag	18:00 - 20:00	D I-Jugend männl.	Jg. 2013 - 2014	THMTV
	18:30 - 20:00	D II-Jugend männl.	Jg. 2014 - 2015	THHedern
	19:30 - 21:00	Damen	ab 16 Jahre	THSolln
Mittwoch	17:30 - 19:00	D-Jugend weibl.	Jg. 2015 - 2016	THEngadiner
	18:00 - 19:30	C-Jugend weibl.	Jg. 2011 - 2012	THEngadiner
	18:30 - 20:00	D II-Jugend männlich	Jg. 2014 - 2015	THHedern
	18:00 - 19:30	C-Jugend männlich	Jg. 2011 - 2012	THMTV
	19:30 - 21:00	B-Jugend männlich	Jg. 2009 - 2010	THMTV
	19:30 - 21:30	Männer/A-Jg. männl.	ab 17 Jahre	THEngadiner
	20:30 - 22:00	AH-Männer	ab 50 Jahre	THC
Do.	17:00 - 18:00	Ballschule/Bambinis	4-5 Jahre	THGuardini
	18:00 - 20:00	C-Jugend, männl.	Jg. 2011 - 2012	THSolln
	18:30 - 20:00	D I-Jugend männl.	Jg. 2014 - 2015	THHedern
	20:00 - 21:30	Damen	ab 17 Jahre	THSolln
Freitag	16:00 - 17:00	Ballschule/Bambinis	4-6 Jahre	THHedern
	17:00 - 18:00	Minis	Jg. 2017 - 2018	THHedern
	18:00 - 19:30	E-Jugend gemischt	Jg. 2015 - 2016	THHedern
	18:00 - 20:00	B-Jugend, männlich	Jg. 2009 - 2010	THEGG

Judo Aubing

Montag	17:00 - 18:30	Anfänger	JRaum
	18:30 - 20:00	Fortgeschrittene	JRaum
Mittwoch	20:30 - 22:00	Erwachsene	THGotz
Donnerst.	17:00 - 18:30	Kinder	THGotz
	18:30 - 20:00	Jugend	THGotz
	20:00 - 21:30	Erwachsene	THGotz

Judo Infotelefon: Montag bis Freitag von 16:00 bis 18:00 Uhr: 089 / 719 38 38

Montag	16:30 - 18:00	U 10/12	JH
	17:00 - 18:30	U 15	JH
	18:00 - 19:30	U 18	JH
	18:30 - 20:00	MU 21 / Männer	JH
	19:30 - 21:00	FU 21 / Frauen	JH
	20:00 - 21:30	Breitensport/Hobby-Judo ab 18 Jahre	JH
Dienstag	16:30 - 17:30	Bambini und Anfänger 5 - 7 Jahre	JH
	16:30 - 18:00	U 10 / 12	JH
	17:30 - 19:00	U 15	JH
	18:00 - 19:00	U18 / U21 Technik	JH
	19:00 - 21:00	U18 Landeskader, Stützpunkttraining	JH
	19:00 - 21:00	FU21 + MU21 Stützpunkttraining	JH
Mittwoch	16:30 - 18:00	U10/12	JH
	17:00 - 18:30	FU21/Fr	JH
	18:00 - 20:00	U18	JH
	18:30 - 20:00	MU21/Mä	JH
	20:00 - 21:30	Breitensport/Hobby-Judo ab 18 Jahre	JH
Do.	16:30 - 17:30	Bambini und Anfänger 5 - 7 Jahre	JH
	16:30 - 18:00	U10/12	JH
	17:30 - 19:00	Breitensport U15/U18	JH
	17:30 - 19:00	U15	JH
	18:00 - 19:00	U18 / U 21 Technik	JH
	19:00 - 21:00	U18 Landeskader, Stützpunkttraining	JH
	19:00 - 21:00	FU21 + MU21 Stützpunkttraining	JH
Freitag	14:30 - 16:00	U18/U21	JH
	15:30 - 17:00	U15	JH
	16:00 - 17:00	Bambini und Anfänger 5 - 7 Jahre	JH
	17:00 - 21:00	Gürteltraining	JH
	17:00 - 18:30	U18	JH
	18:30 - 20:00	FU21/Fr	JH

Karate

Montag	20:15 - 22:00	Erwachsene ab 18 Jahre	THH
Dienstag	17:00 - 18:15	Kinder / Jugend gemischt ab 6 Jahre	THG
Mittwoch	20:30 - 22:00	Erwachsene ab 18 Jahre	THH
Samstag	14:00 - 15:45	Erwachsene ab 18 Jahre	THH
	15:50 - 16:50	Kinder / Jugend gemischt ab 6 Jahre	THH

Koronar (Herzsportgruppe)

Mittwoch	17:00 - 18:30	nur mit Rezept u. vom Arzt verordnet!	gemischt	THG
	18:30 - 20:00	nur mit Rezept u. vom Arzt verordnet!	gemischt	THG
Do	17:00 - 18:30	nur mit Rezept u. vom Arzt verordnet!	gemischt	THH

Tennis

Tennisplätze, Bezirkssportanlage, Ludwig-Hunger-Str. 11	Saisonbeginn Mitte April
Information: Herr Leitz 0176/ 202 878 76, tennis@tsv-grosshadern.de	Saisonende Ende September

Tischtennis

Montag	20:15 - 23:00	Frauen/Herren	THEGG
Dienstag	20:00 - 22:00	Pickleball, gemischt ab 18 Jahre	THHedern
Donnerst.	18:00 - 19:15	Kinder gemischt 8 - 12 Jahre	THGuardini
	19:15 - 21:30	Frauen	THGuardini
Freitag	20:00 - 23:00	Frauen/Herren/Jugend ab 16 Jahre	THEGG

TopFit Fitness-Studio

Montag/Mittwoch/Freitag	09:00 - 12:00 u. 16:00 - 21:30	Gymnastik Programm
Dienstag und Donnerstag	16:00 - 21:30	Montag 19:00 - 20:15 Health-Yoga
Samstag	13:00 - 17:00	Dienstag 19:30 - 21:00 Basic-Yoga
Sonntag	09:00 - 13:00	Mittwoch 19:30 - 21:00 Fitness-Yoga
		Do. 18:15 - 19:45 Jump-Fit

Turnen siehe Seite 49

Volleyball

Dienstag	19:30 - 22:00	Training/Punktspiel „Haderlumpen“ ab 18 Jahre/mixed	THG
Mittwoch	20:00 - 22:00	Allg. Training (Einsteiger mit Grundkenntnissen) ab 18 J./mixed	THG
Donnerst.	20:00 - 22:00	Training und Punktspiel „Die Haderer“ ab 18 Jahre/mixed	THC
Freitag	18:00 - 20:00	offenes Training mit Volleyballerfahrung/Schulsport 16-25 J./weiblich	THC
Freitag	20:00 - 22:00	offenes Training mit Volleyballerfahrung ab 18 Jahre/mixed	THC

Wandern

Donnerstag (jeden letzten des Monats) ab Mittag max. 10 Teilnehmer Treffpunkt Vereinsheim Heiglhofstr. 25
Regelmäßiges Treffen: Montag's ab 19:15 Uhr an der TSV-Vereinsgaststätte

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
14.00-14.40 Uhr Kreativ, Kinderballett ab 3 Jahre Karin 14.45-15.25 Kinderballett ab 6 Jahre Karin 15.30-16.15 Klass. Ballett ab 9 Jahre Karin 16.20-17.10 HIP HOP 1 8-11 Jahre Karin 17.15-18.15 HIP HOP 2 ab 12 Jahre Karin THH	10.00-11.15 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Lucia THH 15.00-15.55 1-Stunde 2-4 Jahre Lucia 15.15-16.10 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Petra 16.00-16.55 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Petra 16.00-17.25 Mädchenturnen ab 6 Jahre LisaMarie 16.15-17.15 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Petra 16.00-19.30 Mädchen LT 16.15-17.00 Abenteuerturnen 3-4 Jahre Petra 16.00-17.25 Mädchenturnen 6-10 Jahre Agnes 16.30-18.25 Zwischengruppe ab 6 Jahren Anna, Maja 14.00-18.30 Mädchen LT Bine/Elia Lily/Sophie Bine/Vroni Aylin 16.30-18.00 SAM gemischt 7-12 Jahren LisaMarie, Eva 17.00-19.00 Showtanz-Gruppe ab 16 Jahre jeden 2. Samstag im Monat Max THH	16.00-16.55 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Tiffany, Bine, Theresa 17.30-18.25 Zwischengruppe ab 6 Jahren Anna, Maja 17.00-18.10 Jungsturnen 4-6 Jahre Marianne 20.15-22.00 Mädelskungs Turnen ab 15 J. 18.00-21.00 Mädchen LT Bine/Vroni, Julia 16.00-19.30 Mädchen LT Theresa & Tessa & Leon Helena & Katja Julia & Sophie 16.15-17.00 Abenteuerturnen 3-4 Jahre Petra 17.30-19.00 Mädchenturnen ab 11 Jahre Sofia, Anna M. 18.30-20.00 Jungs LT ab 6 Jahre Ralf 20.00-22.00 Jungs LT ab 14 Jahre Ralf 18.30-21.30 Mädchen LT 7-12 Jahren Theresa, Luisa, Leon Helena, Tessa 16.00-19.00 Showtanz-Gruppe ab 16 Jahre Max THH	16.00-16.55 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Tiffany, Theresa 16.00-17.25 Mädchenturnen ab 6 Jahre LisaMarie 16.15-17.15 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Petra 16.00-19.30 Mädchen LT 16.15-17.00 Abenteuerturnen 3-4 Jahre Petra 16.00-17.25 Mädchenturnen 6-10 Jahre Agnes 16.30-18.25 Zwischengruppe ab 6 Jahren Anna, Maja 14.00-18.30 Mädchen LT Bine/Elia Lily/Sophie Bine/Vroni Aylin 16.30-18.00 SAM gemischt 7-12 Jahren LisaMarie, Eva 17.00-19.00 Showtanz-Gruppe ab 16 Jahre jeden 2. Samstag im Monat Max THH	10.00-11.15 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Lucia THH 15.00-15.55 1-Stunde 2-4 Jahre Lucia 15.15-16.10 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Petra 16.00-16.55 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Petra 16.00-17.25 Mädchenturnen ab 6 Jahre LisaMarie 16.15-17.15 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Petra 16.00-19.30 Mädchen LT 16.15-17.00 Abenteuerturnen 3-4 Jahre Petra 16.00-17.25 Mädchenturnen 6-10 Jahre Agnes 16.30-18.25 Zwischengruppe ab 6 Jahren Anna, Maja 14.00-18.30 Mädchen LT Bine/Elia Lily/Sophie Bine/Vroni Aylin 16.30-18.00 SAM gemischt 7-12 Jahren LisaMarie, Eva 17.00-19.00 Showtanz-Gruppe ab 16 Jahre jeden 2. Samstag im Monat Max THH	10.00-11.15 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Lucia THH 15.00-15.55 1-Stunde 2-4 Jahre Lucia 15.15-16.10 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Petra 16.00-16.55 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Petra 16.00-17.25 Mädchenturnen ab 6 Jahre LisaMarie 16.15-17.15 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Petra 16.00-19.30 Mädchen LT 16.15-17.00 Abenteuerturnen 3-4 Jahre Petra 16.00-17.25 Mädchenturnen 6-10 Jahre Agnes 16.30-18.25 Zwischengruppe ab 6 Jahren Anna, Maja 14.00-18.30 Mädchen LT Bine/Elia Lily/Sophie Bine/Vroni Aylin 16.30-18.00 SAM gemischt 7-12 Jahren LisaMarie, Eva 17.00-19.00 Showtanz-Gruppe ab 16 Jahre jeden 2. Samstag im Monat Max THH

LT = Leistungsturnen
SAM = Sportarten Mix
THH = Turnhalle Heiglhofstr. 25
THC = Turnhalle Camillusstraße Camillusplatz 2

zusätzlicher Beitrag für Ballett und Hip Hop
zusätzlicher Beitrag im Leistungsturnen

Stand September 2025

In der Familie zu Hause



Hotel Neumayr · Heiglhofstraße 18 · 81377 München · Tel.: 089/ 7411 440
info@hotel-neumayr.de · www.hotel-neumayr.de

Verwöhnen lassen und genießen



Restaurant Johanna's · Heiglhofstraße 18 · 81377 München · Tel.: 089/ 7411 440
info@restaurant-johannas.de · www.restaurant-johannas.de



Stundenplan 2025

Änderungen werden auf der Homepage und über die Zoom-WhatsApp-Gruppe bekanntgegeben

Stand 17.9.2025

Fitness & Gymnastik und Gesundheitssport & Prävention

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
TSV Vereinshalle (Heighofstraße)					
8.00 - 8.55 Early Bird Workout (Bine)	8.00 - 8.55 Box&Move (Vroni) *		8.00 - 8.55 Pilates (Annett)	8.15 - 9.00 Wirbelsäule (Gertrud)	Piloxing / STRONG* (Sabrina)
9.00 - 10.00 Body & Breath (Vashvi)	9.00 - 9.55 Zumba (Julia)	8.50 - 9.45 Bodystyling (Bine)	9.00 - 10.00 Workout (Karin)	9.10 - 10.10 Step-Workout (Moni)	
	11.15 - 12.00 Seniorengymnastik auf Stühlen (Gertrud)	10.00 - 10.45 Seniorengymnastik (Moni)	10.15 - 11.00 auf Stühlen (Karin)		
		17.30 - 18.25 Pilates (Vera)			
18.15 - 19.10 Step /Workout (Doris)	18.15 - 19.10 Bollywood (Vashvi)	18.30 - 19.25 Pilates (Vera)	18.35 - 19.20 Wirbelsäule (Angela)		
19.20 - 20.15 Wirbelsäule (Doris)	19.15 - 20.15 Workout intensiv (Katja)	19.30 - 20.15 Wirbelsäule (Gertrud)	19.30 - 20.25 Zirkel (Julia/Katja)		
* vorerst bis Weinachten					
Canisius Grundschule					
18.30 - 19.30 Wirbelsäule (Katja)					
19.30 - 20.30 Workout (Katja)		19.30 - 20.30 FitMix (Moni)	19.00 - 20.00 Dance Workout (Veronica)		
Judohalle Seminarraum (einige Kurse mit extra Kursbeitrag, Info bei Gertrud Schwarz, Abtl. G&P)					
		8.30 - 9.45 Yoga (Susanne)	9.00 - 10.00 Feldenkrais		
	18.45 - 19.30 Dehnübungen nach Liebscher u. Bracht (Doris)	19.15 - 20.45 Yoga (Susanne)	18.30 - 20.00 Qi Gong (Barbara)		
Outdoor (Treffpunkt Parkplatz neben Vereinsgaststätte)					
	10.00 - 11.30 Nordic Walking (Edith)	18.00 - 19.00 Nordic Walking (Edith)			
Online über Zoom (Link anfordern über Tel. 015510 502259 / WhatsApp, Jew. Link wie 2021)					
18.00 - 19.00 Pilates (Annett)				8.30 - 9.30 Body & Breath (Vashvi)	
Stunden der Abteilung Fitness & Gymnastik					
Stunden der Abteilung Gesundheitssport & Prävention					
* im Wechsel					

A G'SCHEIDE
MASS BIER

Premiumbikes
BY RADDISCOUNT

Aidenbachstr. 116 · 81379 München
Telefon 089 - 724 23 51

Trappentreustr. 10 · 80339 München
Telefon 089 - 50 62 85

Öffnungszeiten:
Dienstag - Freitag 9-12 und 13-18 Uhr
Samstag 10-13 Uhr

Premiummarken
SQLab Ergonomie
Angebote
Service

www.radldiscount.de



in Kooperation mit
rimaldi
Das Immobilien-Spezial



MATTHIAS WANDL
INFO@WANDL.IMMOBILIEN

089 / 374 12 333

