



TSV München-Großhadern von 1926 e.V.



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 GmbH
Brigitte Notz-Galow

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

Vereinsnachrichten

Heft 2 - Juni 2026

63. 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:
vereinsheft@
tsv-grosshadern.de

Anzeigen u. Herstellung:

Hans Winklhofer
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 fotomechanische Wiedergabe von Text, Bildern und Inseraten nur mit Genehmigung des Verlages gestattet.

Nächster

Redaktionsschluß:
21.09.2026



Titelseite:

Festakt: Justizminister Dr. Georg Eisenreich, Vize-Präsidentin Finanzen Marianne Herrmann, Frau Sickinger-Menzel als Vertreterin des Bayerischen Turnverbandes, Vize-Präsident Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit Michael Franz

Vorstand werden ist nicht schwer ...

Das Präsidium des TSV ist seit über einem Jahr bekanntlich ganz neu besetzt. Und das hatte bei allen Verdiensten der ehemaligen und teilweise langjährigen Vorstandsmitglieder auch seine Gründe. So war der Wunsch nach mehr Kommunikation und Transparenz immer lauter geworden, sicher auch mehr Bereitschaft zu neuen Wegen war gewünscht, zum Beispiel im Bereich Sponsoring: Renovierung von alter oder Entscheidungen zur neuen Halle usw.

Die Zeichen der Zeit erfordern einfach in allen Sportvereinen manch neue Orientierung, zeitgemäße Angebote, effektivere Organisation und Digitalisierung zur Bewältigung der gestiegenen Nachfrage - zumindest bei großen Vereinen.

Die Atmosphäre scheint tatsächlich offener, lockerer und auch von mehr konstruktivem Zusammenspiel geprägt zu sein; das spürt man u.a. bei den Sitzungen des Vereinsausschusses. Deshalb sind aber die gravierenden Probleme noch nicht gelöst, die herausfordernden Projekte noch immer in der Warteschleife. Es gibt unendlich viel Eigeninitiative, was noch fehlt ist eine überzeugende Vision und auch Strategie. Dafür blieb aber bislang kaum Zeit - das „Tagesgeschäft“ drängte, das Jubiläumsjahr bindet viel Energie.

Der neue Vorstand musste hier einige Balanceakte bewältigen, nicht alles neu erfinden, aber doch Klärungen herbeiführen, Zahlen und Fakten auf den neuesten Stand bringen. Das vorübergehende und familiär bedingte Ausscheiden von Ulrike Jahn war von vorn herein bekannt und so ergab sich mit Christian Purger eine erfolgversprechende Alternative bzw. eine Rochade bot sich an; denn er hatte seine Kompetenz in Fragen des Immobilienmanagements bereits bewiesen. In diesen wichtigen Sachfragen sind wir auch dank ihm erheblich weitergekommen; leider hat sich auch gezeigt, dass es im Bereich Führung, Teamgeist und Entscheidungentreffen doch deutlich unterschiedliche Auffassungen gab. Und so hat sich Christiane Weber erfreulicherweise entschieden, diesen vakanten Posten zu übernehmen; als bisherige Abteilungsleiterin von Aikido oder auch im Projekt-Team „100 Jahre“ ist sie mit dem Innenleben des TSV bestens vertraut; auch ihr beruflicher Hintergrund dürfte für die Optimierung der Geschäftsstelle von großem Wert sein.

Gleichzeitig ist wieder bewusst geworden, dass die Pflichten für alle Ehrenamtlichen doch - gerade projektbezogen - auf mehrere Schultern verteilt werden müssen; manch anderer und auch vergleichbarer Verein ist hier schon ein Stück weiter. Wir schauen, ob und wie wir von diesen Erfahrungen profitieren können, damit wir Hadern weiterhin gut und gesund bewegen können...

Für den Vorstand: Michael Franz

Prankl - Ihr zuverlässiger Heizölpartner seit über 60 Jahren in Hadern



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



Änderung im Vorstand, Bereich Verwaltung

Kurze Vorstellung: Christiane Weber

Vor über 20 Jahren bin ich beim TSV Großhadern auf die Tatami gestiegen, in die Abteilung Aikido. Was als Sport begann, wurde über die Jahre zu viel mehr: Gemeinschaft, Verantwortung, echte Verbundenheit. Seit 17 Jahren bringe ich mich in der Abteilungsleitung ein, zuletzt als Abteilungsleiterin und ich habe dabei gelernt, wie viel Herzblut, Geduld und Verlässlichkeit es braucht, damit Vereinsleben funktioniert.



Beruflich begleite ich IT-Projekte im Verwaltungsbereich, als Agile Coach und Projektleiterin. Ich begleite Prozesse und digitale Werkzeuge, aber vor allem die Menschen, die damit arbeiten. Dieses Wissen möchte ich nun auch dem Verein mitbringen.

Das Amt der Vizepräsidentin Verwaltung ist breit, vieles werde ich erst kennenlernen müssen. Ich treffe auf ein Team mit viel Erfahrung, in das ich mich erst einarbeiten muss und dem ich gerne mit voller Unterstützung zur Seite stehe.

Mein Anspruch für die nächste Zeit ist klar: zunächst zuhören, verstehen, Vertrauen aufbauen, dann erst ins Handeln kommen. Ruhe und Stabilität sind mir wichtig – als Grundlage für alles Weitere. Veränderungen wird es geben, denn ein Verein dieser Größe muss sich weiterentwickeln. Gute Veränderungen gelingen, wenn sie im richtigen Moment kommen und von vielen wohlwollend mitgetragen werden.

Ich bin gespannt auf das, was kommt, und freue mich darauf, den TSV Großhadern gemeinsam mit euch weiterzuentwickeln.

Sagt gerne Hallo – ich freue mich, mehr von euch kennenzulernen.

Eure Christiane Weber
#gerneperDu

Heute schon „ge-padelt“?

Rückschlagsspiele sind laut Studien besonders gesundheitsfördernd! Woran liegt das? Sie fördern nicht nur Ausdauer, Kraft und Schnelligkeit, sondern auch das Gehirn ganz vielfältig: Beinarbeit in alle Richtungen, Auge-Hand-Ball-Koordination, Timing, die Aktion des Gegners voraus ahnend - im Doppel auch mit dem Partner abstimmen und vieles mehr.



Im TSV gibt es dazu Tennis und Tischtennis als Klassiker, auch Volleyball gilt als Rückschlagsspiel im Team. Und seit einiger Zeit gibt es auch eine Pickleball-Abteilung. Ein weiterer Mega-Trend ist seit Beginn des Junis für Nichtmitglieder und zu besonderen Konditionen für Mitglieder erlebbar: Padel-Tennis. Dank zweier junger Haderner Pioniere - Daniel und Yannick - stehen drei blitzsaubere Padel-Courts hinter dem Sportplatz, dort wo das alte Handballfeld lange Zeit immer unbespielbarer wurde. Zwar betreiben die beiden das in eigener Regie und auf eigenes Risiko, aber bis zum erhofften Bau der neuen Halle wurde ein fairer Vertrag geschlossen; zuvor hatten die zuständigen Behörden „grünes Licht“ gegeben. Die Lärmentwicklung hält sich durch die weitgehende Verglasung in tolerablen Grenzen und der Boden ist auch nach Regen bestens bespielbar. Ach ja: Padel wurde in Südamerika und Spanien entwickelt, ist eine Mischung aus Tennis und Squash; die speziellen Schläger und Bälle ermöglichen auch Anfängern schnelle Erfolgserlebnisse. Mehr auch zur Platzbuchung auf padelpit.de.

Michael Franz

EBERT 
VERSICHERUNGSMAKLER

**Versicherung.
Einfach gemacht.**

Ihr unabhängiger
Versicherungspartner
in Großhadern !

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

MÜNCHEN

WOHLFÜHLEN INKLUSIVE!

Heighofstraße 3 Telefon +49 89 741 163-0 info@hotel-thalmair.de
81377 München/Großhadern Telefax +49 89 741 16341 www.hotel-thalmair.de



Jetzt
unsere
Ausstellung
besuchen!

felser

SONNENSCHUTZ & SICHERHEITSTECHNIK

Heighofstraße 6b
81377 München
Tel: 089 / 71 70 99
www.rollladen-felser.de

Sonnenschutz

Einbruchschutz

Haustüren und Fenster



Wir sind mit am Start!



Verkauf von gebrauchten Gegenständen von privat für privat. Wir freuen uns auf alle Schnäppchenjäger und Flohmarktfans. Auf unserem Areal gibt es 20 Verkaufsstände, bei denen ihr viel entdecken könnt.

WANN: Samstag, 11.07.26, 10 -16 Uhr
WO: Parkplatz, Heiglhofstr. 25
81377 M-Großhadern
bei schlechtem Wetter Verlegung in die alte Sporthalle (Vereinsheim)

Den offiziellen Hofmarktplan Hadern gibt es ca. 2 Wochen vor dem Termin und dann auch auf der TSV-Website



Mehr Infos: tsv-grosshadern.de



Wir feiern 100 Jahre TSV!

Im März lud diesbezüglich die Turnabteilung zur großen Turngala ein! Ein herzliches Dankeschön an alle Turner, Trainer und die zahlreichen Helfer! Ihr habt die Zuschauer mit eurem Können, eurem Schwung und eurer Freude am Turnen bezaubernde Stunden geschenkt! Ein ausführlicher Bericht findet sich in diesem Heft auf den Seiten der Turnabteilung.

Anfang Mai folgte dann schon die nächste Großveranstaltung, der Festakt im Rahmen des Haderner Dorffestes. Ähnlich wie beim Auftakt mit den Schäfflern schwammen die Verantwortlichen doch ziemlich im Ungewissen: Wie wird die Resonanz sein, wie die Stimmung? Wird es gelingen, die Gäste im wahrsten Sinne, „in Bewegung zu bringen“. Alle Rückmeldungen übertrafen die Erwartungen!

Das Programm las sich auf dem Papier sicher attraktiv, umso erfreulicher, wie ebenso diszipliniert und locker der gesamte Abend verlief. Schon der Start war mitreißend: Sambavaria trommelte „aus allen Rohren“, das Wetter war genauso karibisch wie die grünfunkelnden Drinks. Das Zelt war alsbald gut gefüllt, so dass Marianne Herrmann alle Mitglieder, Gäste und Ehrengäste kurz und herzlich begrüßen konnte. Michael Franz ergänzte mit Hinweis auf das Zusammenkommen der Generationen und Abteilungen - mit Geburtstagsstrauß für „die Mari“. Sodann wurde das Leit-Mikro an die „Party-Queen“ Ilona Grass übergeben, die den weiteren Abend in einer Weise moderierte, die das „ESC-Niveau“ um Längen übertraf.



Es folgten Grußworte durch den Bayerischen Justizminister Dr. Georg Eisenreich und Frau Sickinger-Menzel als Vertreterin des Bayerischen Turnverbandes; inklusive Überreichung eines schwergewichtigen Jubiläums-Schildes. Die famose Band „tanzBAR“ tastete zunächst mit eher behutsamen Klängen die Stimmung erstmal ab, um dann das Publikum bis zur Ekstase anzuheizen. Dazu war es Monika Morawietz mit einem Retro-Gruppen-Linedance gelungen, das Eis zu brechen und die verwaiste Tanzfläche mehr und mehr zu füllen.

In der ersten Musikpause wurde es dann richtig ehrungswürdig: Zunächst galt die ungeteilte Aufmerksamkeit Peter Kastenmeier, der bekanntlich sehr lange Zeit die Geschichte des Vereins wesentlich bestimmt hat, davon 29 Jahre als Präsident. Und dann wurde Günter Schneid für unglaubliche 80 Jahre Mitgliedschaft unter stehendem Beifall gewürdigt. Die Band legte sich wieder ins Zeug.



Dem Anlass gemäß luden Christiane Weber und Peter Grass sodann zu einer ebenso kurzweiligen wie für viele sicher auch informationsreichen Rückschau über 100 Jahre TSV Großhadern ein. Im weiteren Verlauf stellte wiederum Christiane, nun mit Gatten Reinhard das Erinnerungsvermögen des Publikums auf die Probe - mit einem mehr oder weniger schwierigen Quiz; den Gewinnern winkte als Preis eines der begehrten Herzerl.

Nach einer weiteren tanzBAR-Etappe dann der Atem beraubende Auftritt der „Überflieger“ - Kraft, Kreativität, Ästhetik und Anmut auf Spitzen-Niveau!

Den Ausklang erlebten alle bei der faszinierenden Feuershow von Paul Machul.

Ein besonders Dank für diesen Abend gilt allen helfenden Händen und Berti Sammer für die Bereitstellung der aufwändigen Infrastruktur. Die Blumenläden „Zur Blume“ von Angelika Bohm und „il fiore“ von Julia Lehner spendeten die wunderbare Dekoration. *Michael Franz*



100 Jahre TSV Großhadern – jetzt als Festschrift

Ein Jahrhundert Vereinsgeschichte, sorgfältig recherchiert und schön gestaltet: Unsere Jubiläums-Festschrift ist da. Auf 70 Seiten erzählt Reinhard Weber vom Geschichtsverein Hadern, wie aus einem kleinen Turnverein in Gasthausstuben ein Olympiastützpunkt wurde – mit vielen historischen Fotos und einem Layout, das dem Jubiläum würdig ist.

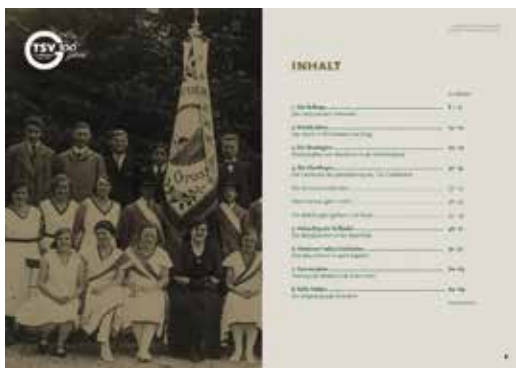
So bekommt ihr die Festschrift:

- Geschäftsstelle Heiglhofstr. 25: persönlich abholen
- Per Post: Mail an verwaltung@tsv-grosshadern.de (zzgl. Porto)
- Eure Abteilung: einfach dort nachfragen
- Buchhandel am Haderner Stern: für alle Interessierten erhältlich

Preis: 7 Euro für Mitglieder über den Verein · 10 Euro im Buchhandel

Ein schönes Stück Haderner Geschichte – und ein bleibendes Erinnerungsstück ans Jubiläumsjahr.

Christiane Weber



Liebe Flaschensammler*innen,

900 sind es zwar nicht ganz geworden, aber es hat wunderbar gereicht. Herzlichen Dank dafür. 50 der nach der Feier übrig gebliebenen Fläschchen werden im TSV gelagert und können gerne ausgeliehen werden. Viele andere bekommen eine zweite Chance als „Musikinstrumente“ beim Familiengottesdienst in der evangelischen Gemeinde. Ilona Grass



100 Jahre TSV Großhadern

Wir bewegen Hadern! Und das seit 100 Jahren. Grund zum Feiern!

Hier in aller Kürze eine Übersicht der nächsten Veranstaltungen:

- **28. Jun: Gottesdienst mit Fahnenweihe** in St. Canisius, gerne in Sportbekleidung, im Anschluss: **Weißwurstfrühstück** auf dem Vereinsgelände
- **11. Jul: Haderner Hofflohmarkt**, Parkplatz Judohalle, 10-16 Uhr
- **12. Jul: 100 Jahre TSV – 50 Jahre Judo Aubing**, Pfarrsaal St. Quirin, Ubostr. 5, Aubing: 11 Uhr: Messe; ab 14 Uhr: Kinderprogramm, Mannschaftswettkämpfe, Kuchen, Grill; ab 18 Uhr: Vorführungen und Jubiläumsparty (nähere Infos unter Judo)
- **Herbst: Japanfest**
- **05./06. Dez: Weihnachtsmarkt**, Platz vor der Canisiuskirche

Ulrike Jahn

Vortragsreihe im Jubiläumsjahr

Krafttraining für's Gehirn! - Vortrag von Michael Franz

Wieder hatte sich eine zwar überschaubare, aber hochinteressierte Gruppe zum 3. Vortragsthema zur „Gesundheit & Prävention“ eingefunden. Im Kern ging es um die oft unterschätzte oder gar unbekannte Bedeutung der Muskulatur auch für die kognitiven Fähigkeiten - vom Lern- über das Konzentrations- bis zum Erinnerungsvermögen oder auch als „Demenz-Prophylaxe“.

Der Referent machte deutlich, wie sich das Gehirn über die Entwicklungsgeschichte immer komplexer entwickelt hat und der Mensch ja stets bemüht ist, Energie zu gewinnen, zu sammeln, zu speichern. Das brennende Problem: Energie steht im Unterschied zu „ganz früher“ ständig im Überfluss zur Verfügung und wird auf Grund der vielen technologischen Annehmlichkeiten nicht abgearbeitet, in ungünstigen Fett-Depots gelagert; amüsiert waren alle über die Fitnessjünger, die mit dem Aufzug ins Studio im 2. Stock fahren...

So entstehen fast alle „modernen“ Krankheiten durch eine Fehlanpassung an die bequeme Welt, während der Organismus und die Muskulatur quasi noch immer genetisch im „Jäger- & Sammler“-Programm stecken.

Neu für viele war offenbar die Erkenntnis, dass Bewegung ganz allgemein schon mal sanfte Glücksbotenstoffe verursacht; je stärker die Aktivität, umso mehr. Aber die „Myokine“ gelangen eben auch ins Gehirn, wo sie für bessere Denkleistungen sorgen. Unter diesen Gesichtspunkten wurde klar, welche Bedeutung gerade die Angebote der Abteilungen „F&G“ sowie „Gesundheitssport und Prävention“ haben; wobei das gezielte Muskeltraining vielleicht noch einer Betonung bedarf. Es braucht dabei auch kein „Hochglanzstudio“ mit schweren Hanteln, das eigene Körpergewicht oder das Training mit Widerstandsbändern reicht aus und ist oft sogar effektiver, zumindest gesünder; leuchtende Beispiel dafür sind Sportlegenden wie Tom Brady oder Luca Modric. Mehr auf www.muskelgesundheit.com

Michael Franz

www.mykaefer-spielwaren.de

Hier ist Freude drin!

Heiglhofstraße 4a
im Zacherlhof

mykäfer
Spielwaren

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

Wir gratulieren recht herzlich zum Geburtstag

Märkert Philipp	20. Jul.	Judo	Schumacher Hendrik	30. Aug.	Judo
Münsterer Anette	21. Jul.	F+G	Strixner Josef	31. Aug.	Judo
Furtmayr Rudolf	26. Jul.	Wandern	Theocharidis Athanasios	31. Aug.	TopFit
Gugger Otto	26. Jul.	Tennis	Rieger Florian	1. Sep.	Tennis
Nistler Andrea	30. Jul.	Handball	Wittmann Anke	1. Sep.	G+P
Lange Gerd	7. Aug.	Tennis	Stetzler-Ludwig Hildegard	16. Sep.	G+P
Bühl Christa	9. Aug.	G+P / F+G	Hornung Erika	22. Sep.	TopFit
Englmaier Robert	10. Aug.	Judo	Selg Ingrid	23. Sep.	G+P
Werner Armin	13. Aug.	Wandern / G+P	Stiedl Michaela	24. Sep.	F+G
Wunsch Petra	13. Aug.	Turnen / F+G	Thiel Monika	26. Sep.	F+G
Meißner Sebastian	19. Aug.	Basketball	Hertle Karl-Heinz	30. Sep.	Handball

TSV Großhadern Jubilare 2026 - Eintritt 1. Halbjahr

80 Jahre			Romanow Verena	01.05.2001	F+G
Schneid Günter	05.04.1946	Handball/Tennis	Turocha Dietmar	01.05.2001	Tennis
60 Jahre			Huber Rainer	01.06.2001	Fußball
Wolfstetter Mathilde	09.02.1966	G+P	10 Jahre		
Taglinger Irene	01.04.1966	F+G	Ellmann Florian	01.01.2016	Judo
50 Jahre			Langfeldt Nelly	01.01.2016	G+P
Schrott Max	01.01.1976	Fußball/Tennis	Rabe Martin	01.01.2016	Judo
Kenzler Paula	01.02.1976	G+P	Schmelting Barbara	01.01.2016	G+P
Englmaier Robert	01.06.1976	Judo	Zivkovic Zdravko	01.01.2016	F+G
Melzer Klaus	01.06.1976	G+P / TopFit	Scharf Leonhard	25.01.2016	G+P
25 Jahre			Meyer Anne	01.02.2016	F+G
Will Andreas	01.01.2001	Volleyball	Röttwinkel Christian	01.02.2016	Judo
Zimmermann Ralf	01.01.2001	Turnen	Paruck Rosa	01.03.2016	G+P
Klinger Silvia	02.01.2001	G+P / F+G	Bender Bastian	01.04.2016	Tennis
Caspary Friederike	08.01.2001	Aikido	Erhardt Jochen	01.04.2016	Judo
Bahner Michaela	01.02.2001	F+G	Groß Elke	01.04.2016	G+P
Bartmuss Cornelia	01.02.2001	G+P	Füstös Laura	01.05.2016	Tennis
Moritz Peter	01.02.2001	G+P	Head Margaret	01.05.2016	G+P
Sonntag Karin	01.02.2001	F+G	Thaker Vashvi	01.05.2016	F+G
Tappe Gisela	01.02.2001	G+P	Frößler Lutz	01.06.2016	Tennis
Junge Hartmut	01.03.2001	Volleyball	Huber-Scholl		
Rappold Liselotte	01.03.2001	Fußball	Susanne-Barbara	01.06.2016	Volleyball
Schwarz Lisa-Marie	01.03.2001	G+P	Schranner-Baumeister Andrea	01.06.2016	F+G
Liebau-Germdt Astrid	15.03.2001	G+P / F+G			

Ein großes Herz für Küchen.

Unser Familienbetrieb erfüllt seit 1947 Küchenträume.

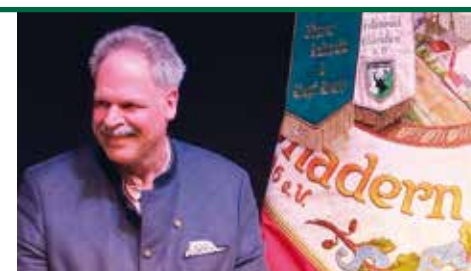
musterhaus küchen
GEHÖREN ZUM LEBEN.

Groß
KÜCHENSTUDIO & SCHREINEREI

Küchenstudio Groß
Berlstr. 5-7
81375 München
Tel. 089/ 714 12 41
www.kuechengross.de

Jetzt beraten lassen!

Sehr feierlich und unter viel Beifall wurde Peter Kastenmeier im Rahmen des Festaktes als ehemaliger Präsident die Ehrenmitgliedschaft des TSV Großhadern verliehen.



Der TSV auf einen Blick

Präsident	N.N.
Vizepräsidentin Finanzen	Marianne Herrmann, Telefon 0175/ 599 72 91, vize-finanzen@tsv-grosshadern.de
Vizepräsident Verwaltung	Christiane Weber, Telefon 0173 / 90 24 491, vize-verwaltung@tsv-grosshadern.de
Vizepräsidentin Öffentlichkeit	Michael Franz, Telefon 0176/ 46 73 54 13, vize-kommunikation@tsv-grosshadern.de
Jugendleiterin	Maja Goller, 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:	Dienstag 15.00 – 19.00 Uhr, Donnerstag 09.00 – 13.00 Uhr		
Bankverbindung:	Stadtsparkasse München IBAN: DE 48 7015 0000 0034 1370 00, BIC: SSKMDEMM		

Monatliche Mitgliedsbeiträge / Aufnahmegebühr einmalig € 25,00

Abteilung	Grundbeitrag	Abteilungszuschlag	Gesamt
Aikido bis 18 Jahre	14,00	7,00	21,00 €
Aikido ab 18 Jahre	19,00	13,50	32,50 €
Aikido Studenten/Rentner m. Nachweis	19,00	7,00	26,00 €
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 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 €

Pickleball ab 18 Jahre	19,00	1,00	20,00 €
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.

Jun 2026

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



Kieferorthopädie

München-Großhadern

Dr. Mira Ehrenfeld

Für Ihr wunderschönes
und gesundes Lächeln.

www.kfo-ehrenfeld.de

Telefon: 089/ 710 309 99

Heiglhofstraße 9 | München

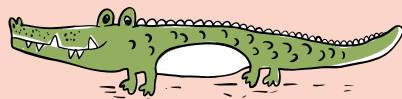


LILLIZAHN

PRAXIS FÜR KINDER- UND JUGENDZAHNHEILKUNDE



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



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

JUGEND

Maja Goller

E-Mail: jugendleitung@tsv-grosshadern.de



TSV Skifahrt am 14. März 2026 im Ski Juwel Alpbachtal Wildschönau

Für die 20. Skifahrt des TSV Großhadern hatten sich am Samstag, 14. März bereits vor 7 Uhr rund 50 Ski- und Snowboardbegeisterte in der Heiglhofstraße getroffen. Während der gemeinsamen Busfahrt gab es ein kleines Frühstück mit Getränk, Butterbreze und Wiener, bevor wir dann frisch gestärkt im Ski Juwel Alpbachtal Wildschönau auf die Piste gingen. Bei leicht ausreichendem Schnee und gutem Wetter verbrachten wir einen tollen spätwinterlichen Tag auf den Pisten, im Snow-Park, im Funslope, auf Rennstrecken und auch auf Hütten. Vor der Rückfahrt hatten alle noch Gelegenheit, sich bei einem kleinen Apres-Ski vor dem Bus auszutauschen und den schönen Skitag ausklingen zu lassen. Nach einer völlig staulosen Fahrt mit Spielen und Verlosung kamen alle gut gelaunt, aber auch K.O. am Abend wieder am TSV-Vereinsgelände an.



Dank der finanziellen Unterstützung der Oh-Do-Kwan-Stiftung konnten auch in diesem Jahr wieder die Busfahrt und der Skipass für alle Vereinsmitglieder unter 18 Jahren vom TSV übernommen werden. Vielen Dank dafür und auch für den schönen Tag! Wir freuen uns bereits auf eine tolle Fahrt mit euch im nächsten Jahr.

Severin und das Skitag-Team



PRIVATE EVANGELISCHE SCHULE

LUKAS-SCHULE



Grundschule

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

Mittelschule

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

Realschule

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

Gymnasium

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

*Lernen, dass
Leben gelingt.*

www.lukas-schule.de

AIKIDO

Franz Halbritter, Tel. 0175 73 46 766
E-Mail: aikido@tsv-grosshadern.de, www.aikido-in-muenchen.de



+++ Mitteilung der Aikido-Abteilung +++

Am 18. Mai 2026 hat Christiane Weber ihr Amt als Abteilungsleiterin niedergelegt, um im Vorstand des TSV Großhadern die Aufgabe der Vize-Vorständin Verwaltung zu übernehmen. Über viele Jahre hinweg hat Christiane unsere Abteilung in besonderer Weise geprägt. Mit ihrer herzlichen, geradlinigen und weithin geschätzten Art hat sie das Miteinander in der Abteilung und im Verein gestärkt, den Austausch mit anderen Abteilungen gefördert und auch über den Verein hinaus wichtige Impulse gesetzt - bis hin zu Kontakten und Begegnungen nach Japan. Sie hat verbunden statt getrennt, geführt ohne laut zu sein und dabei stets Maß, Balance und Richtung gehalten. Dafür gilt ihr unser aufrichtiger Dank. Für ihren weiteren Weg im Vorstand wünschen wir ihr einen klaren Geist, sicheren Stand und die Kraft, ihren Weg weiterhin mit derselben Haltung zu gehen. Es freut uns sehr, dass sie dem Dojo als Aikidoka verbunden bleibt.



Im Zuge der Neuordnung übernimmt Franz Halbritter die Rolle des Abteilungsleiters. Franz ist seit seinen Kindertagen im Aikido aktiv und bringt langjährige Erfahrung als Kinder- und Erwachsenentrainer mit. Für seine Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen, danken wir ihm ausdrücklich. Die anstehenden Aufgaben tragen wir gemeinsam im Kreis der stellvertretenden Abteilungsleiter und des Trainerteams und führen die Arbeit der Abteilung im Team fort.
Eure Aikido-Abteilungsleitung

Jenseits der Technik

Jubiläumslehrgang mit Wakasensei Kenta Shimizu – 50 Jahre Tendoryu Aikido in Deggendorf

Ein halbes Jahrhundert **Tendoryu Aikido** beim **TSV v. 1861 Deggendorf e.V.** – dieses besondere Jubiläum war Anlass für einen hochkarätigen Lehrgang, der Aikidoka aus Bayern und weit darüber hinaus zusammenführte.

Allein **21 Aikidoka vom TSV München-Großhadern von 1926** machten sich für bis zu drei Tage auf den Weg nach Niederbayern. Insgesamt nahmen bis zu **80 Übende** am Lehrgang teil – ein eindrucksvolles Zeichen für die Lebendigkeit und Ausstrahlung des Tendoryu Aikido. Geleitet wurde der Lehrgang von Kenta Shimizu, Wakasensei des Tendoryu Aikido, der ein ebenso forderndes wie inspirierendes Training gestaltete.

Rei – Haltung vor Handlung

Der Lehrgang begann dort, wo Budo seinen Ursprung hat: bei der **Haltung**. Rei – die Etikette – ist nicht Beiwerk, sondern Fundament. Wakasensei erläuterte präzise, wie die Verbeugung im Stand ausgeführt wird, wie sie im Seiza erfolgt und welche innere Einstellung damit verbunden ist.

Rei wa kokoro no araware desu. Etikette ist der sichtbare Ausdruck des inneren Zustands.

Diese Haltung prägte sämtliche Trainingseinheiten – ruhig, konzentriert und getragen von gegenseitigem Respekt.

Techniken als Mittel, nicht als Zweck

Technisch spannte sich der Bogen von klassischen Formen wie **Ikkyo, Nikkyo** und **Sankyo** über **Kotegaeshi** und **Shiho-nage** bis hin zu Anwendungen gegen Angriffe wie **Ai-hanmi katate-dori, Gyaku-hanmi katate-dori** und **Ryōte-dori**. Schnell wurde jedoch deutlich: Es ging nicht um Vielfalt um ihrer selbst willen. In eindringlichen Worten verglich Wakasensei die Herangehensweise vieler europäischer Dan-Träger mit jener in Japan. Während hierzulande häufig die **Anzahl** der beherrschten Techniken im Vordergrund stehe, gehe es in Japan stärker darum,

eine Technik in ihrer Tiefe zu erforschen und wirklich zu durchdringen.

Offen bleiben – eine persönliche Lehre

Besonders nachhaltig wirkte eine persönliche Geschichte aus dem Leben von Wakasensei Kenta Shimizu. Er schilderte eine Kritik seines Vaters, **Shimizu Sensei**, nachdem er selbst einmal erläutert hatte, welche Punkte bei einer Technik die „wichtigsten“ seien. Die Antwort des Vaters war klar und prägend: Wer so denke, **schränke sich selbst ein**. Man könne nie mit Sicherheit wissen, was tatsächlich wesentlich sei. Eine Technik zu durchdringen bedeute, **offen zu bleiben**, weiter zu forschen – mit dem Körper, dem Geist und dem Gefühl. „Das kann man nur sehr schwer in Worte fassen.“

Gastfreundschaft, die verbindet

Abgerundet wurde das Jubiläumswochenende durch die außergewöhnliche Gastfreundschaft der Deggendorfer Aikidoka um **Robert Hundshammer**. Die herzliche Aufnahme, die hervorragende Organisation und der spürbare gegenseitige Respekt schufen eine Atmosphäre, die weit über das Training hinauswirkte.

Dank und Ausblick

Dieser Lehrgang hinterließ mehr als neue technische Impulse. Er vermittelte eine Haltung: weniger sammeln, mehr verstehen; weniger erklären, mehr fühlen.

Arigatō gozaimashita.

Ein aufrichtiger Dank an alle Beteiligten – für ein Jubiläum, das dem Geist des Aikido in besonderer Weise gerecht wurde. *Bodo-Klaus Eidmann*



Die Großhaderner Aikido zusammen mit Wakasensei Kenta Shimizu - vorne in der Mitte sitzend.

Foto: Luis Brandstätter

Begegnungen im Geist des Tendoryu-Aikido

Gastfreundschaft, Rhythmus und gemeinsames Wachsen

Wer bereits in Mexiko-Stadt an einem Tendoryu-Lehrgang teilgenommen oder im Dojo von Lorena und Juan Carlos trainiert hat, kennt die außergewöhnliche Herzlichkeit, mit der Gäste dort empfangen werden. Genau diese offene Atmosphäre prägte auch das jüngste Dan-Training in Großhadern mit Lorena und Gudrun sowie den Lehrgang vom 24. bis 26. April in Schopfheim, der von Lorena geleitet wurde.

Eine Reise mit Hindernissen – und vielen Eindrücken

Die Anreise der mexikanischen Gäste begann spannend: Ein Streik beim Lufthansa-Personal ließ lange offen, ob der Flug wie geplant stattfinden würde. Am Ende verlief jedoch alles reibungslos. In den ersten Tagen genossen Lorena, Juan Carlos und Liz bei Christiane und Reinhard ein vielseitiges Kulturprogramm – vom Besuch des Münchner Frühlingsfests bis hin zu einem Beethoven-Konzert in der Philharmonie.

Rhythmus, Takt und Zanshin

Beim Dan-Training am Sonntag schlug Lorena, selbst Musikerin, eine inspirierende Brücke zwischen dem Konzertabend und dem Tendoryu-Aikido. In beiden Disziplinen, so betonte sie, seien Rhythmus und Takt entscheidend für ein stimmiges Ganzes. Die Teilnehmenden nahmen diesen Impuls auf und setzten ihn in fließende, aufmerksame Bewegungen um. Dabei wurde auch das Prinzip des Zanshin erfahrbar – eine wache Präsenz, die nach außen und nach innen zugleich gerichtet ist.

Gemeinsame Wege und neue Begegnungen

Im Anschluss führte Gudrun die Gäste in den Pfaffenwinkel, dessen Landschaften und historischen Orte nachhaltigen Eindruck hinterließen. Ein weiterer Höhepunkt war das Training bei der neu gegründeten Tendoryu-Gruppe in Peiting, das für die dortigen Aikidoka ein besonderes Erlebnis darstellte.

Dem Sturm entgegen

Die Reise setzte sich über Basel nach Schopfheim fort. Dort griff Lorena im Rahmen eines dreitägigen Seminars ein Bild aus einem amerikanischen Sprichwort auf: den „dummen Büffel“, der sich bei näherem Hinsehen als klug erweist. Anders als andere Tiere flieht er nicht vor dem Sturm, sondern läuft ihm entgegen. Übertragen auf das Aikido bedeutet dies, sich der Energie des Angriffs bewusst zu stellen – nicht zu fliehen und nicht überrollt zu werden. Diese Haltung wurde im Training durch entschlossenes Irimi und den gezielten Abschluss mit Atemiwaza praktisch erfahrbar.

Miteinander wachsen

Das Seminar war getragen von einem stark verbindenden Tendoryu-Geist. Deutlich wurde: Entwicklung im Aikido gelingt nur im Miteinander – durch die Vielfalt der Trainingspartnerinnen und -partner. Den Abschluss bildete ein gemeinsames Zusammensitzen, inspiriert von der mexikanischen Tradition des Temazcal, einem rituellen Dampfbad. In dieser Runde wurden erfahrene Aikidoka gebeten, ihre Einsichten zu teilen. Besonders haften blieb eine Frage: „Wie isst man einen Elefanten?“ Die Antwort: „Biss für Biss.“ Eine Erkenntnis, die sich unmittelbar auf das Aikido übertragen lässt: Entwicklung braucht Geduld, Kontinuität – und Zeit.

Gudrun Bratu

Wer mit Aikido beginnen möchte, ist beim TSV München-Großhadern jederzeit herzlich willkommen.

Ein Probetraining lässt sich unkompliziert vereinbaren unter: aikido@tsv-grosshadern.de



Bilder links: Lorena beim Dan-Training beim TSV München-Großhadern. Foto: Walter Chimpoca
Vereinte Frauen-Power mit Juan Carlos beim Lehrgang in Schopfheim. Foto: fkn / Tendoryu

Zwischen Reaktion und Aktion

Aikido-Lehrgang mit Milan Velickovic in Landshut

Rund 40 Aikidoka aus Süddeutschland erlebten ein intensives Wochenende beim VfL Landshut-Achdorf – geprägt von klaren Prinzipien, präziser Körperarbeit und der Frage: Reagieren wir im Aikido – oder handeln wir? Jürgen Schwarz von der Abteilung Aikido beim VfL Landshut hatte mit seinem Team eingeladen und mit von der Partie waren auch über zehn befreundete Aikidoka vom TSV München-Großhadern von 1926.

Ein Wochenende voller Bewegung und Bewusstheit

In der hellen und großzügigen Halle des VfL Landshut-Achdorf versammelten sich am zweiten Maiwochenende rund 40 Aikidoka aus dem süddeutschen Raum zu einem besonderen Lehrgang. Eingeladen war der serbische Aikido-Lehrer Milan Velickovic, 5. Dan Tendoryu Aikido, der eigens aus Serbien angereist war, um zwei intensive Trainingstage zu gestalten. Von Beginn an prägte eine konzentrierte, zugleich offene Atmosphäre das Geschehen auf der Matte. Velickovic verstand es, technische Präzision mit grundlegenden Fragen des Aikido-Übens zu verbinden.

„Re-agieren wir – oder agieren wir?“

Im Zentrum des Lehrgangs stand eine scheinbar einfache, tatsächlich aber tiefgreifende Frage: „Reagieren wir im Aikido – oder agieren wir?“ Velickovic beantwortete sie nicht theoretisch, sondern über konsequent aufgebaute Bewegungs- und Partnerübungen. Dabei wurde deutlich: Im modernen Verständnis des Aikido verschmelzen Reaktion und Aktion. Der Übende bleibt nicht passiv, sondern übernimmt Verantwortung für die Dynamik der Bewegung. „Der Aikidoka muss auch agieren – also aktiv sein“, so die zentrale Botschaft, die sich durch alle Einheiten zog.

Vom Tenkan zur Ganzkörperbewegung

Ein Schwerpunkt lag auf grundlegenden Bewegungsprinzipien wie dem Tenkan. Dabei wurde



die Ausweichbewegung nicht isoliert betrachtet, sondern als ganzheitlicher Prozess vermittelt: Die Hüfte initiiert die Drehung, die Füße folgen unmittelbar in die neue Richtung. Ergänzt wurde diese Basisarbeit durch den

konsequenten Einsatz der sogenannten Togatana – der „Schwertarme“. Immer wieder betonte Velickovic, dass die Arme nicht nur greifen oder halten, sondern „schneiden“ sollen, um Struktur und Balance des Partners zu beeinflussen. Diese Idee durchzog sämtliche Übungen: Bewegung wurde als Einheit von Körperzentrum, Hüfte und Armen verstanden – nie als isolierte Technik.

Von Kokyu-Übungen bis Uchi Kaiten Nage

Aufbauend auf diesen Grundlagen führte der Lehrgang Schritt für Schritt zu konkreten Anwendungen. Nach Tenkan-ho-Ausweichbewegungen wurden Kokyu-Übungen integriert, die das Timing und die Atmung im Kontakt mit dem Partner schärften. Darauf folgten komplexere Situationen wie Verteidigungen gegen Ushiro-ryote-Angriffe sowie Techniken wie Uchi Kaiten Nage. Trotz der steigenden Komplexität blieb das Prinzip stets gleich: klare Körperstruktur, aktive Führung und das bewusste Arbeiten aus dem Zentrum. Bemerkenswert war dabei der didaktische Aufbau des Lehrgangs. Sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene konnten den Übungen folgen und individuell davon profitieren.

Aikido als kontinuierlicher Entwicklungsweg

Neben der Technikarbeit stellte Velickovic auch eine grundlegende Frage in den Raum: „Warum machen wir Aikido?“ Die Antworten aus der Gruppe waren vielfältig – von der Verbesserung des eigenen Kokyu über technische Weiterentwicklung bis hin zur ständigen Überprüfung im Kontakt mit dem Partner. Velickovic selbst betonte, dass genau darin der Kern seiner eigenen Praxis liege: die fortwährende Überprüfung und Weiterentwicklung gemeinsam mit dem Partner. Aikido sei kein abgeschlossener Zustand, sondern ein Prozess des kontinuierlichen Wachstums.

Fazit: Klarheit in Bewegung

Der Lehrgang in Landshut zeigte eindrucksvoll, wie sich technische Präzision und grundlegende Prinzipien des Aikido gegenseitig durchdringen. Milan Velickovic gelang es, komplexe Inhalte klar zu strukturieren und zugleich Raum für individuelle Entwicklung zu lassen. Am Ende blieb das Bild eines Trainingswochenendes, das weniger durch äußere Effekte als durch innere Klarheit geprägt war – und durch die Erkenntnis, dass zwischen Reaktion und Aktion oft nur ein bewusster Schritt liegt. *Bodo-Klaus Eidmann*



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

Unser Team sucht Verstärkung!
Auszubildender
oder Monteur
Bewerbt euch!

Elektrotechnik
Robert Fuchs
 Am Kirchenhözl 10a
 82166 Gräfelfing

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

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



**AUTOHAUS
 MAJOR**

WERKSTATT
 SERVICE
 VERKAUF

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

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

FITNESS UND GYMNASTIK

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



Die Verstärkung in der alten Turnhalle ist da, noch etwas steif, aber motiviert!

Da die alte Vereinsturnhalle nach den Osterferien aufgrund von Dachsanierungsarbeiten nicht nutzbar war, haben wir mit unseren Stunden vorübergehend im Seminarraum Zuflucht gefunden. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an die Judoabteilung, die uns diese Ausweichmöglichkeit unkompliziert zur Verfügung gestellt hat.



Seit ein paar Wochen dürfen wir vorübergehend wieder in unsere Halle und der Statiker hat uns zwei neue „Mitglieder“ empfohlen: die Baustützen. Wir haben sie kurzerhand in die Sportstunden integriert und herzlich in alle Gruppen aufgenommen. Noch wirken sie etwas steif und ungelentig. Dafür stehen sie äußerst diszipliniert, verpassen keine Einheit und halten beeindruckend lange die gleiche Position. Ob sie mit etwas Training vielleicht noch zu echten Sportskannonen werden? Bis dahin freuen wir uns über ihre standhafte Unterstützung! Durch die derzeit fehlende Dachisolierung haben wir außerdem mehr Luft nach oben und freie Sicht auf die 100 Jahre alten Dachbalken, welche bei unseren schweißtreibenden Sportstunden – vor allem bei Regen - sogar selbst ins Schwitzen kommen.



Weil wir unsere altherwürdige Halle schätzen und lieben freuen wir uns, wenn die Renovierungsarbeiten demnächst in Etappen weiter voranschreiten. *M. Morawietz*

Galleria
 RISTORANTINO & EISCAFÉ

Immer Samstags
 ab 11.30 Uhr
**jede Pizza ab
 nur € 9,99**

wöchentlich wechselnde
Mittagsangebote
 jeweils ein Nudel-, Pizza-,
 Fleisch- oder Fischgericht
ab € 10,90
 inkl. kleinem Salat

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

FUSSBALL

E-Mail: fussball@tsv-grosshadern.de

Fußballjugend

U9-1-Jugend

Die U9-1 Projektmannschaft in Kooperation mit der München Kickt Fußballschule blickt zu Pfingsten auf eine mit Turnieren, Festivals, dem Haderner Dorffest und einem Feriencamp sehr ereignisreiche Rückrunde zurück. Gleich zu Beginn durften wir mit lachendem und weinendem Auge einen Spieler ins NLZ verabschieden. Diese Lücke konnten wir jedoch sehr schnell mit einem Neuzugang füllen. Auch viele unser übrigen Jungs wuchsen besonders nach Ostern förmlich über sich hinaus und vollzogen enorme Entwicklungsschritte! Dies zeigt sich in cleveren Kombinationen, einem beeindruckend schnell wachsendem Fintenarsenal und zunehmender Beidfüßigkeit. Das neu Gelernte zeigen die Jungs auch in den Spielen und dominieren regelmäßig ihre Festivals und halten gegen starke Testspielgegner toll mit. Das absolute Highlight der letzten Monate war jedoch die erfolgreiche Qualifikation für die Finalrunde der Kreismeisterschaft durch den 5. Platz im Qualifikationsturnier! Dabei sah es nach anfangs einigen ver-schenkten Punkten zunächst schlecht aus für die Jungs von der Heiglhofstraße. Durch ein überragen-des Finish erarbeiteten sich die Haderner doch noch ein Entscheidungsspiel, welches durch pure Willenskraft und tollen Zusammenhalt gewonnen werden



konnte, wodurch die Qualifikation perfekt war. In der Finalrunde warten dann Ende Juni auch die Granden des Münchner Fußballs wie Unterhaching und 1860.

Außerdem steht mit vielen Sommerturnieren, der WM und dem abschließenden Heimturnier am 26.7. den Jungs ein toller Fußballsommer bevor!*Benno Brandstetter und Yash Ylera*

U9-2-Jugend

Die Rückrunde waren wir in jedem Festival sehr erfolgreich und konnten in den meisten Spielen auf dem Platz bringen, was wir im Training geübt haben. Auch bei heißem Wetter lies die Motivation nicht nach, wodurch wir fast jedes Mal mit der maximalen Anzahl an Kindern anreisen konnten. Nachdem die Kinder die Finten schon sehr gut können und die Zuschauer sowie die gegnerischen Mannschaften damit erstaunen, legen wir hinblickend auf die neue Saison unseren Fokus mehr auf das Passspiel. Dabei freuen sich vor allem die Kinder, dass wir ab Sommer auf Tore ohne Abdecker spielen. Neu wird zudem sein, dass wir mit 5 Feldspielern spielen werden und keine Festivals sondern Spiele gegen einen Gegner. Als Highlight der Saison haben wir noch unser Sommerturnier am 25.7., in dem wir unsere bereits erfolgreiche Saison mit einem Turniersieg abschließen wollen. *Luca Kawakami*

U11-2-Jugend

Die U11-2 blickt auf eine erfolgreiche Saison zurück. Neben dem Ligabetrieb standen auch zahlreiche Testspiele auf dem Programm, die den Kindern die Möglichkeit gegeben haben, Spielpraxis zu sammeln und sich weiterzuentwickeln.

Besonders erfreulich ist die hohe Trainingsbeteiligung und die gute Atmosphäre innerhalb der Mannschaft. Die große Gruppe arbeitet engagiert mit, unterstützt sich gegenseitig und wächst als Team immer weiter zusammen. Dadurch sind bei allen Kindern im Laufe der Saison sichtbare Fortschritte erkennbar geworden.

In den kommenden Wochen richtet sich der Blick bereits auf die nächste Altersklasse. Mit den ersten geplanten Vorbereitungsspielen und Turnieren startet die Mannschaft in die Vorbereitung auf die D-Jugend, um bestmöglich für die kommende U12-Saison gerüstet zu sein.

Josi und Ben



Die Fußballjugend bedankt sich für die Unterstützung bei:

Autohaus Gräfelting, Kieferorthopädie Dr. Mira Ehrenfeld, Otto A. Schwab, Steuerkanzlei Hadern, mykäfer Spielwaren, Hadern, Kolgeci Zahntechnik, Hadern, iHaus, Unterföhring, ITP Installationstechnik Podboj, Planegg

Wir bringen **Farbe** ins Spiel

Maler Sammer

JETZT WOHNTRAUM VERWIRKLICHEN



+49 89 71 46 942



mail@maler-sammer.de



www.maler-sammer.de



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

haderner Augustiner



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

www.haderner-augustiner.de

GESUNDHEITSSPORT + PRÄVENTION

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



Kraftvolles Alter(n)!

Das Programm der Abteilung Gesundheit & Prävention erfreut sich immer weiter wachsender Beliebtheit. Was nach Seniorengymnastik auf Stühlen mit Gertrud, Karin oder Moni doch recht gemächlich klingt, erweist sich beim näheren Hinsehen oder gar Mitmachen als doch ziemlich anstrengende Herausforderung für wichtige Muskelbereiche.

Auch Kurse für die Wirbelsäule mit Doris, Gertrud und Katja, Yoga mit Susanne, Feldenkrais oder Qigong mit Barbara wirken ebenso gezielt wie qualifiziert. Das gilt auch für das Dehnen nach der bekannten Marke „Liebscher und Bracht“ mit Doris. Die Kurse sind zu allen Zeiten bestens besucht und wenn man den vielen Teilnehmerinnen und auch einigen Teilnehmern auf ihrem Rückweg von der Turnhalle - nicht selten mit einem Stopp bei Toni - begegnet, spürt man die frische und jugendliche Energie, die gerade in der Stunde zuvor aufgetankt wurde.

Es verbietet sich natürlich ein Vergleich mit anderen Abteilungen und Sportarten, die ja alle ihre Anhänger mit ganz unterschiedlichen Interessen und Motiven haben; allerdings gewinnt alles, was gerade den häufigsten Dauererkrankungen vorbeugt, immens an Bedeutung. Alle wollen ja gerne recht alt werden, aber wer möchte den Lebensabend nicht möglichst souverän, sturz-sicher und vor allem schmerzfrei erleben? Auch die überlasteten Krankenkassen investieren zunehmend in Prävention. Unsere Teilnehmer machen es da schon seit Jahren und oft Jahrzehnten richtig, weil rechtzeitig. Denn so etwas Bedenkliches wie Muskelabbau beginnt schon ab 30 schleichend, wenn nicht aktiv dagegen gesteuert wird.

Neu im Programm ist der Kurs „Slow Jogging PLUS“: Nach einem japanischen Konzept wird hier nicht nur die Grundlagenausdauer mit spezieller Lauftechnik sanft angeregt, sondern auch besonders die Beinkraft gefördert. Michael ergänzt seine Stunde durch Wahrnehmungs- und Koordinationsübungen aus der „LifeKinetik“ und gerne auch durch spielerische Elemente. Nach Abstimmung wird dieser Kurs nun montags von 17:30-18:45 Uhr und draußen stattfinden. Auch dieser Kurs lädt zum Schnuppern ein. *Michael Franz*



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

HANDBALL

Monika Büchele, Mobil 0179 668 53 55
E-Mail: handball@tsv-grosshadern.de



Sportbetrieb

Hallenrunde 2025/2026

Es waren zwei Damenmannschaften und folgende Jugendmannschaften im Spielbetrieb gemeldet: mD II, mD I, wD I, wC, mC, mB, mA-Jugend.

Nach der Quali im Frühjahr 2025 spielten unsere Mannschaften in folgenden Ligen:

- mD I Bezirksklasse: Die Jungs haben eine super tolle Saison gespielt und wurden Erste. Und dann im Final Four Bezirksklassendritte!
- mD II Bezirksklasse: Diese Jungs haben einen tollen vierten Platz erreicht.
- wD Bezirksliga: Die Mädels haben eine super Saison gespielt und sind Dritte geworden.
- wC Bezirksliga: Sie hatten eine schwere erste Saison als C-Jugend und wurden Siebte.
- mC Bezirsoberliga: Die Jungs hatten ebenfalls eine schwere erste Saison als C-Jugend und wurden Siebte.
- mB Bezirksliga: Die Jungs haben eine tolle Saison gespielt und wurden Vierte.
- mA Bezirsoberliga: Sie hatten eine durchwachsene Saison und schlossen die Saison als Vierte ab.
- Damen I+II Bezirksklasse 1+2: Die Damen I haben leider den Wiederaufstieg nicht erreicht und wurden Fünfte wie ebenfalls die Damen II.

Vorschau Hallenrunde 2026/2027

Zur Qualifikation wurden die Jugendmannschaften mD I (Bezirksliga), wD (Bezirksklasse), wC und mC (Bezirsoberliga) gemeldet.

Alle Mannschaften haben bereits Ihre Qualis hinter sich und haben diese jeweils sehr gut gemeistert. Die Mannschaften spielen in der kommenden Saison in folgenden Ligen :

- | | |
|--|---------------------------|
| • mD II Bezirksklasse | • wD Bezirksliga |
| • mD I Bezirksliga | • wC Bezirksliga |
| • mC II Bezirksliga (außer Konkurrenz) | • Damen I Bezirksklasse |
| • mC Bezirsoberliga | • Damen II Bezirksklasse. |
| • mB Bezirksliga | |
- Die neugegründeten Herren spielen ebenfalls in der Bezirksklasse.

Allgemeines

Unterstützung benötigt

Ein Trainer*in für die Damenmannschaft II wird weitergesucht, ebenso gerne Co-Trainer oder Betreuer zur Unterstützung für die restlichen Mannschaften.

Weitere Unterstützung wünscht sich die Abteilung vor allem bei der Organisation und Durchführung der Heimspieltage. Dies ist eine sehr wichtige und unbedingt notwendige Unterstützung durch unsere Eltern, sehr gerne auch in Eigenregie. Denn für diesen wichtigen Punkt haben weder Trainer noch Betreuer freie Kapazitäten.

Unser Dank gilt natürlich allen bisher Engagierten (Trainer, Eltern, ...), ohne sie wäre so manches für uns nicht umsetzbar gewesen.

Das Projekt Förderverein ist in der Endphase, mehr dann im nächsten Heft!

Zum Sportlichen bis zur Saisonöffnung:

Im Sommer werden einige Mannschaften an diversen Rasen-Turnieren teilnehmen.

Sponsoring bzw. Spenden

Die HSG hat selbstverständlich den Anspruch, ALLE Mannschaften, wie bisher, in einheitlichen Trikots auflaufen zu lassen. Herzlichen Dank an folgende Firmen, welche uns schon diesbezüglich unterstützt haben: Firma Strässer&Reitmeir, Firma.MK learn.develop.grow, Firma Groß-Schreinerei, private Spenden.

Da wir zum neuen Spieljahr neue Mannschaften am Start haben, benötigen wir weitere Trikotsätze. Über neue Sponsoren würden wir uns sehr freuen, bei Interesse – gerne melden. Weiteres Sponsoring ist selbstverständlich auch möglich z.B. für Trainingsausrüstung, Trainingslager usw... Möglichkeiten gibt es sehr viele.

Für genauere Informationen bitte sehr gerne die HSG-Leitung (www.hsg-muenchen-sued.de) ansprechen.

Monika Büchele

Erfolgreicher Saisonabschluss der männlichen D1-Jugend in der Saison 2025/2026

Die männliche D-Jugend der HSG München Süd durfte als Meister der Bezirksklasse 1 in Oberbayern (alle 10 Spiele wurden gewonnen) am Saisonende im Bezirksfinale teilnehmen.

Nicht nur dies, wir durften das Event sogar austragen und begrüßten stolz die Mannschaften des TSV Ismaning II, TSV Ismaning III und TSV Übersee bei uns in der Sollner Halle. Vielen Dank an all die Helfer*innen!

An diesem Sonntag gab es für die zahlreichen Fans (danke an die Unterstützung der mD2) und Spielereltern ein Turnier auf sehr hohem Niveau zu sehen. Als Gastgeber besiegte die HSG München Süd im ersten Halbfinale die Mannschaft von TSV Ismaning II am Ende mit 4 Toren und zog mit einer wirklich großartigen Leistung ins große Finale ein.

In diesem mussten die Jungs um das Trainer Duo Marius R. / Christian K. gegen den TSV Ismaning III nicht nur gegen eine spielerisch sehr starke Mannschaft antreten, sondern man merkte den Jungs auch etwas die „hemmende“ Favoritenrolle an.

Im Spiel kam die Mannschaft leider nicht an das vorab gezeigte Niveau heran und verlor knapp mit 15:19 und gratulierte fair der Mannschaft aus Ismaning.

Bereits bei der Siegerehrung war die kurzzeitige Enttäuschung verflogen und die Jungs konnten zu Recht stolz auf eine erfolgreiche Saison 2025/2026 zurückblicken.

Hierbei überzeugte die Mannschaft nicht nur sportlich. Ein Jeder entwickelte sich handballerisch enorm weiter und es entwickelte sich ein toller Teamgeist!

Genau das macht den Handballsport aus!



In der Saison 2025/2026 spielten folgende Jungs für die männliche D1-Jugend der HSG München Süd, die sich aus Handballabteilungen der drei Stammvereine TSV Solln, MTV 1879 München und TSV Großhadern zusammensetzt:

Bento H. (TW), Lars J. (TW), Konstantin B., Sebastian K., Nicolas K., Korbinian G., Benjamin K., Filippo H., Anton K., Jan D., Amey B., Emil C., Luka L.

Gelungene Qualifikation der männlichen D1-Jugend für die Wintersaison 2026/2027

Dem Trainerduo Marius R. und Christian K. blieb für die kommende Saison kaum eine Vorbereitung, da bereits Ende April und Anfang Mai die Qualifikationsrunden anstanden.

Nach einer sehr erfolgreichen letzten Saison wollte man sich für die zweithöchste Liga im Bezirk Oberbayern qualifizieren. Die Mannschaft setzte sich aus einem Teil der Jungs der letztjährigen D1, vielen neuen „hungrigen“ Jungs aus der letztjährigen D2-Mannschaft sowie zwei „Neulinge“, die letztes Jahr noch E-Jugend spielten, zusammen.

Durch die großartige Trainingsarbeit von Tarah K., Julian D. und Kilian S. in der D2-Jugend stand beim 1. Qualiturnier in der Halle des MTV eine schlagkräftige Truppe auf dem Parkett.

Unterstützt wurde das Team an diesem Tag zusätzlich von Aushilfs-Co-Trainer Valentino B., der (wieder mal) erfolgreich zeigte, wie facettenreich er für die HSG München Süd (Spieler, Kindertrainer, Schiedsrichter, Mann, der sich sowohl bei der Anzeigentafel wie am Kampfgericht bestens auskennt) einsetzbar ist.



Das erste Spiel gegen den TSV Sauerlach wurde leider nach hartem Kampf mit 2 Toren Unterschied verloren, jedoch konnte der 2. Tabellenplatz mit zwei klaren Siegen und einem abschließenden Torverhältnis von +25 Toren erreicht werden.

Somit war der Grundstein für die 2. Qualifikationsrunde gelegt.

Die Jungs zeigten an diesem entscheidenden Tag sowohl spielerisch wie auch kämpferisch eine tolle Leistung und am Ende führten die Jungs die Tabelle von insgesamt 5 Mannschaften mit 7:1 Punkten an.

Beeindruckend war hierbei die Leistung gegen die 2. Mannschaft des TSV Allach.

Mit einem tollen 7:0-Lauf gleich zu Beginn wurde der größte Konkurrent auf Platz 2 verwiesen.

Das Ziel Bezirksliga wurde mit einer erfolgreichen Mannschaftsleistung erreicht.

Mit der erfolgreichen Qualifikation kann man die erfolgreiche Jugendarbeit der HSG München Süd erkennen.

Die HandballSpielGemeinschaft München Süd hat sich aus den Handballabteilungen der drei Stammvereine TSV Solln, MTV 1879 München und TSV Großhadern gegründet und gibt uns die Möglichkeit nach dem Kinderhandball mehrere Mannschaften in einer Jugendklasse zu stellen.

Neben den sportlichen Zielen ist es uns wichtig in jedem Team eine Gemeinschaft zu formen (zu Lernen mit sportlichen Erfolgen und Misserfolgen gemeinschaftlich umzugehen) und soziale Aspekte in der Gruppe zu fördern. Ein wichtiger Baustein, der Vereinssport neben all dem Schulstress und digitalen Medienkonsum leistet. *Christian Kotz*

Für die männliche D1-Jugend waren an den beiden Turniertagen im Einsatz:

Philipp R. (TW), Nefes S. (TW), Hannes W., Moritz C., Sebastian K., Nicolas K., Felix W., Benjamin K., Moritz T., Julian S., Arik H., Amey B, Santiago L.

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

JUDO

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



Starke Platzierungen der U15 in Backnang

Beim **Bundesoffenen Turnier (BoT) der U15 in Backnang** konnten die Judoka des TSV Großhadern tolle Erfolge erzielen.

In der MU15 konnten nicht nur vier Medaillenplätze erkämpft werden, sondern der TSV Großhadern belegte auch den **1. Platz in der Vereinswertung**.

Platzierungen der MU15:

- 1. Platz: Alexander Rodionov (-34 kg), Illia Menkov (-37 kg), Timur Myroniuk (-40 kg)
- 3. Platz: Ha Trung Duc (-55 kg)
- 5. Platz: Vitus Hönig (-40 kg)

Platzierungen der FU15:

- 3. Platz: Karolina Kolosova (+63 kg)
 - 5. Platz: Noam Königstein (-48 kg)
 - 7. Platz: Ylvie Loeffl (-40 kg), Patricia Barbulescu (-63 kg)
- Gratulation an die Teilnehmer und herzlichen Dank an die Betreuer und Betreuerinnen.

Text: G. Auer, Bild: Irina Samoila



Daniil Spirydonov gewinnt Gold beim Internationalen Bremen Masters



Beim **Internationalen Bremen Masters** der U21 gewinnt **Daniil Spirydonov die Goldmedaille** in der Gewichtsklasse -100kg.

In der stark besetzten Gewichtsklasse setzte sich Daniil gegen den Briten Freebury und den Deutschen Belender durch und gewann auch im Halbfinale gegen den Niederländer Duiker kurz vor dem Ende mit Ippon.

Das Finale gegen den Japaner Takeuchi ging über die volle Kampfzeit, aber mit einer Waza-ari Wertung behielt Daniil auch hier die Oberhand und sicherte sich damit die verdiente Goldmedaille.

Jeweils einen **5. Platz** konnten sich **Valentin Sommer** (-81kg) in der U21 und **Pavlos Karazelidis** (-81kg) in der U18 erkämpfen.

Beim **Internationalen Thüringen Pokal** der U21 in **Bad Blankenburg** belegte **Leya Winter** (-70kg) einen **7. Platz**.

Die Abteilungsleitung gratuliert zu diesen Platzierungen.

Text: G. Auer, Bild: Jonas Löffler

BJV U15 Lehrgang in der Siegi-Sterr-Halle

Am 22.03. fand in der Siegi-Sterr-Halle in Großhadern ein Tageslehrgang für die BJV U15-Truppe zusammen mit Amelie Stoll und U15-Landestrainer Zach Burt statt. Es hatten sich 65 Kinder angemeldet und am Ende waren fast 60 auf der Matte, was sehr schön zu sehen war.



In der ersten Einheit zeigte Amelie ihre „Reverse Sankaku“ und dann hat Zach einige wichtige Griff taktische Sachen mit einer Tai-otoshi Variante demonstriert. Die Kinder haben das sehr gut gemacht und waren durch Musik und Spiele hoch motiviert.

Nach der Mittagspause ging es mit Zach und ein paar Übergängen vom Stand- in die Bodensituation weiter. Dann zeigte Amelie ihre Spezialtechnik O-uchi-gari.

Am Ende des Tages hatten die Kinder insgesamt 12 Stand- und 12 Boden-Randoris gemacht, was unser Landestrainer sehr toll fand.

Vielen Dank an alle Eltern und Heimtrainer für die Anmeldung und das Autofahren!

„Up next“ – Bundessichtungsturnier MU16 in Duisburg und FU16 in Düsseldorf mit anschließendem ITC in Köln.

Text & Bild: Zach Burt

Tolle Erfolge der U16 bei DJB Sichtungsturnieren

Sichtungsturnier der MU16 in Duisburg

Auf sechs Matten wurde in Duisburg um Medaillen und den Team-Pokal gekämpft.

Die **Teamwertung entschied der Landesverband Bayern** vor Belgien und Nordrhein-Westfalen für sich, wobei der TSV Großhadern ein historisches Ergebnis erreicht und mit **drei Gold-, einer Silber-, zwei Bronzemedailles**, sowie je einem 5. Platz und einem 7. Platz die **Vereinswertung gewinnt**.

Die Ergebnisse der MU16:

- 37 kg (29 Teilnehmer): 1. Platz Illia Menkov
- 40 kg (27 Teilnehmer): 1. Platz Timur Myroniuk, 5. Platz Vitus Hönig
- 46 kg (34 Teilnehmer): 1. Platz Moritz Nitsch, 2. Platz Giorgi Kvizhinadze, 7. Platz Nils Matusche
- 55 kg (44 Teilnehmer): 3. Platz Trung Duc Ha
- 66 kg (35 Teilnehmer): 3. Platz Moritz Schmidt



Sichtungsturnier der FU16 in Düsseldorf

Auch bei der FU16 in Düsseldorf war ein starkes Teilnehmerfeld am Start und man musste sich seine Platzierungen hart erkämpfen. Am Ende der Veranstaltung konnte sich die „Haderner Mädchen“ dreimal auf dem Siegerpodest platzieren und zweimal Silber und einmal Bronze mit nach Hause nehmen.

Die Ergebnisse der FU16:

- 2. Platz Teresa Hönig (-36 kg)
- 2. Platz Lisa Mix (-44 kg)
- 3. Platz Neela Winter (-52 kg)
- 5. Platz Karolina Kolosova (-70 kg)

Text: G. Auer, Bild 1: Babak Banaï, Bild 2: Irina Samoila



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

5 Medaillen auf der Deutscher Pokalmeisterschaft 2026

Auf der **Deutschen Pokalmeisterschaft der Männer und Frauen** am 19.04.2026 in Düsseldorf konnte der TSV München-Großhadern nicht nur **fünf Medaillen** sondern auch die **Vereinswertung** gewinnen.

Die Platzierungen der Haderner Athleten*innen:

1. Platz: Leya Winter (-70 kg), Sebastian Kaun (-81 kg)
2. Platz: Bertille Murphy (-70 kg), Severin Edmeier (-73 kg)
3. Platz: Adam Toszegi (-66 kg)
5. Platz: Valentin Sommer (-81 kg)

Text: G.Auer, Bild: Milan Disovic



Gegenbesuch in Belgrad

Der **Judo Verein Belgrad** (Europa-Mannschaftsmeister 2023) hat vom 9.-10. Mai ein großes Judo-Turnier in Belgrad (Serbien) organisiert.

Da serbische Mannschaften auch jedes Jahr beim Oh-Do-Kwan Cup teilnehmen, wurde der TSV München-Großhadern zu einem Gegenbesuch eingeladen und die Judo-Abteilung nahm mit acht Athleten teil.



Am Samstag, dem ersten Tag, hatten wir zwei Sieger in der Altersklasse U16:

Neela Winter (1. Platz, -52 kg), Moritz Schmidt (1. Platz, -73 kg)

Am Sonntag folgten drei 1.Plätze in der U14 und Hadern war damit der erfolgreichste Verein in dieser Altersklasse:

Alexander Rodionov (1. Platz, -34 kg), Ilia Menkov (1. Platz, -38 kg), Timur Myroniuk (1. Platz, -42 kg)

In der Altersklasse U18 konnten wir weitere Platzierungen erringen:

Neela Winter (1. Platz, -52 kg), Emilie Thiéry (1. Platz, -70 kg), Joel Molas (1. Platz, -55 kg), Moritz Schmidt (2. Platz, -73 kg), Stavros Fachiridis (2. Platz, -81 kg)

Wir sind dem Judo Verein Belgrad sehr dankbar, dass er für uns alles kostenfrei organisiert hat. Es war nicht nur eine tolle Reise sondern eine wertvolle Lebenserfahrung für unsere Athleten und wir hoffen, dass wir auch nächstes Jahr wieder teilnehmen können.

Text & Bilder: Milan Disovic

Süddeutsche Einzelmeisterschaft der Mä/Fr

Insgesamt sechs Athleten vom TSV Großhadern nutzten die **Süddeutschen Meisterschaften am 17.05.2026 in Peiting** um sich noch für die Deutschen Meisterschaften am 06/07. Juni 2026 in Duisburg zu qualifizieren.

Aufgrund der vielfachen Möglichkeiten sich einen Startplatz für die Deutschen Meisterschaften zu sichern, war die Meisterschaft in Peiting nicht besonders zahlreich besucht. Waren es bei den Männern immerhin noch 91 Starter, so gingen bei den Frauen insgesamt nur 20 (!) Athletinnen an den Start.

Auch der TSV München-Großhadern war nur mit 6 Männern und ohne Frauen am Start, hatten sich doch einige Athleten und Athletinnen bereits anderweitig ihren Startplatz für Duisburg gesichert.

Am Ende des Tages konnten **drei Medaillen** und damit der Startplatz für Duisburg mit nach Hause genommen werden.

Die Platzierungen der Haderner Athleten:

1. Platz: Lucas Schouten (-90kg / 13 TN)
 3. Platz: Patrick Foschum (-60kg / 6 TN)
 3. Platz: Felix Winter (-66kg / 18 TN)
- Mit am Start, aber diesmal ohne Platzierung, waren zudem Luca Semeria (-66kg), Henning Bräuninger (-81kg) und Natan Reimann Paulus (-73kg).

Text: G.Auer, Bilder: L. Schouten

European Cups: Silber und Bronze für Daniil und Samira

Am letzten Wochenende im Mai konnten die Haderner Athleten/innen zwei Medaillen bei European Cups erkämpfen. Beim European Cup der Männer/Frauen in **Sarajevo (BIH)** erkämpfte sich **Samira Bock** (-70kg) den **3. Platz** und damit die Bronzemedaille.



Beim European Cup der U21 in **Graz (AUT)** gab sich **Daniil Sprydonov** (-100kg) nur im Finale geschlagen und gewann damit die **Silbermedaille**.

Mit Siegen gegen Miron Toth/HUN, Askar Birzhanov/KAZ, Gaya Sonntag/FRA und Nikita Yudanov/ESP zog Daniil hoch motiviert ins Finale ein. Dort wurde er aber vom starken Georgier Georgi Bendeliani in die Schranken verwiesen. Bereits kurz nach Beginn erzielte der Georgier Waza-ari für Tsurikumi-goshi und aus dem nachfolgenden Haltegriff gab es kein Entrinnen mehr. Trotzdem ein



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



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



Abholung & Zustellung auf Wunsch mit Montage

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

toller Erfolg und der 2. Platz beim European Cup in Graz.

In Graz mit am Start waren auch **Leya Winter (-70kg)** und **Felix Winter (-66kg)**.

Leya musste sich leider bereits im ersten Kampf geschlagen geben.


Felix startete mit einem Sieg, musste dann aber eine Niederlage hinnehmen und in der Trostrunde weiterkämpfen. Dort konnte er noch zwei Kämpfe zu seinen Gunsten entscheiden, verlor dann aber gegen den Ukrainer Ostapenko und belegte am Ende einen guten **9. Platz** im großen Teilnehmerfeld.

Die Abteilungsleitung gratuliert allen Startern.

Text: G.Auer, Bild 1: Dino Stambolic; Bild 2 Oliver Sellner/EJU



100 Jahre TSV Großhadern!
50 Jahre Judo Aubing!
Grund zum Feiern!



Unsere große **50-Jahr-Feier**
JUDO Aubing

Herzlich Willkommen zum großen Jubiläum!

Sonntag, 12. Juli 2026
im Pfarrsaal St. Quirin, Ubostraße 5, Aubing

Programm

11-12 Uhr	Messe in St. Quirin mit Fahnenabordnungen der Vereine
Ab 14 Uhr	Kaffee und Kuchenbuffet Kinderprogramm
Ab 15 Uhr	Mannschaftskampf Aubing gegen Großhadern
Ab 17 Uhr	Schmankerl vom Grill
Ab 18 Uhr	Abendprogramm mit verschiedenen Einlagen und Vorführungen
Ab 19 Uhr	Jubiläumsparty mit DJ Andy VIVA

Hüpf
Burg

Eltern-
Kind
Parcour

TENNIS

Dominik Leitz

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



Die ersten Ergebnisse des Sommerspielbetrieb 2026

Am 02. Mai begann der Bayerische Tennis-Verband mit der Punktspielsaison. Für den TSV Großhadern, aber unter dem Namen der Spielgemeinschaft TeG Blumenau-Großhadern wurden achtzehn Mannschaften gemeldet. Fünf Mannschaften spielen in der Landesliga, Fünf Erwachsenen-Mannschaften in der Südliga und acht Jugendmannschaften ebenfalls in der Südliga. Ein Viertel der Punktspielsaison ist nun schon fast wieder vorbei insgesamt gab es elf Siege, zwei Unentschieden und neunzehn Niederlagen. Man merkt, dass im letzten Jahr einige Mannschaften aufgestiegen sind. In der höheren Klasse wird das Siegen erheblich schwerer. Der Dank gilt Allen, die an den Wochenenden die Punktspiele organisiert haben.

Wolfgang Appelmann

Jugend:

Midcourt U10	TC Grünwald III – TeG Blumenau-Großhadern	3:3
	TeG Blumenau-Großhadern – TC Gauting	2:4
Bambini 12:	TeG Blumenau-Großhadern – Post SV	6:0
	HC Wacker II - TeG Blumenau-Großhadern	0:6
Bambini 12 II:	MTV 1879 II - TeG Blumenau-Großhadern II	5:1
Knaben 15:	TeG Blumenau-Großhadern – TC Blau Weiß Gräfelfing II	1:5
	TeG Blumenau-Großhadern – TC Großhesselohe II	3:3
	TeG Blumenau-Großhadern – TC Weilheim	1:5
Knaben 15 II:	TeG Blumenau-Großhadern II – TC Fürstenfeldbruck	2:4
Junioredamen 18:	TC Grün Weiß Gräfelfing - TeG Blumenau-Großhadern	6:0
Junioren 18:	TC Grün Weiß Gräfelfing II - TeG Blumenau-Großhadern	0:6
	TeG Blumenau-Großhadern – SV Planegg Krailling	3:3
Junioren 18 II:	TC Grünwald - TeG Blumenau-Großhadern	1:5
	TeG Blumenau-Großhadern – DJK Würmtal	4:1

Landesliga Erwachsenen

Damen 40:	TC Germlinden – TeG Blumenau-Großhadern	8:1
	TeG Blumenau-Großhadern – DJK Würmtal	3:6
Herren 40:	TeG Blumenau-Großhadern – STC München Süd	4:5
	TF Dachau - TeG Blumenau-Großhadern	3:6
Herren 55:	TeG Blumenau-Großhadern – TC Friedberg II	0:7
	TeG Blumenau-Großhadern – TSV Harburg	1:6
Herren 60:	TeG Blumenau-Großhadern – MTV 1879 München	2:7
	TeG Blumenau-Großhadern – SVO Gernaringen	7:2
Herren 65:	TSV Unterhaching - TeG Blumenau-Großhadern	4:2
	TeG Blumenau-Großhadern – TC Seeschnid	2:4

Südliga Erwachsenen:

Damen:	TeG Blumenau-Großhadern – TC Thalkirchen	7:2
	TSV Moosach II - TeG Blumenau-Großhadern	0:9
Herren:	TeG Blumenau-Großhadern – TV Dürnbach	0:9
	TeG Blumenau-Großhadern – TC Großhesselohe III	2:7
Herren II:	TeG Blumenau-Großhadern – HC Wacker III	3:6
	TC Harlaching II - TeG Blumenau-Großhadern	6:3
Herren III:	TeG Blumenau-Großhadern III – TC Kreuzlinger Forst II	5:4
Herren 30:	TC Mammendorf - TeG Blumenau-Großhadern	5:4
	TC Eichenau II – TeG Blumenau-Großhadern	4:5

TURNEN

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



Turngala: Showtime – 100 Jahre. Ein Verein wie im Film

Die Turngala am 21. März 2026, anlässlich des 100 jährigen Jubiläums, war ein voller Erfolg und verwandelte die Judohalle für einen Tag in eine Bühne voller Glanz, Emotionen und filmreifer Momente. Von den jüngsten Turner:innen bis zu den erfahrenen Leistungsturner:innen zeigten alle Gruppen beeindruckende Choreografien, kreative Kostüme und mitreißende Showelemente. Die Halle war bis auf den letzten Platz gefüllt – ein deutliches Zeichen dafür, wie sehr der Verein und seine Turnerinnen und Turner in der Gemeinschaft verankert sind.



In der Pause konnten sich die Besucher:innen an einem liebevoll vorbereiteten Buffet stärken. Es gab eine große Auswahl an Getränken, selbstgebackenem Kuchen und abwechslungsreichem Fingerfood. Viele Gäst:innen nutzten die Gelegenheit, miteinander ins Gespräch zu kommen, die bisherigen Auftritte Revue passieren zu lassen und sich auf den zweiten Teil der Gala einzustimmen. Ein besonderer Dank gilt den zahlreichen Eltern, die mit ihrem Engagement zum Gelingen des Tages beigetragen haben – sei es durch Kuchenspenden, Fingerfood, tatkräftige Hilfe beim Verkauf oder durch organisatorische Unterstützung im Hintergrund. Ohne diese



Shows, Vorführungen, unzähligen Mitmachangeboten sowie beim gemeinsamen Feiern und Mitturnen hautnah und mit viel Spaß erleben konnten. Bei den Wettkämpfen Geräteturnen und „4inMotion“ bewiesen Castille, Julia, Marie, Sanna und Sima nicht nur ihr turnerisches Können, sondern auch Teamgeist, Kreativität und jede Menge Spontanität. Der Einsatz wurde mit tollen Platzierungen belohnt - herzlichen Glückwunsch! Agnes



Gemeinschaft wäre eine Veranstaltung dieser Größe nicht möglich. Ebenso bedanken wir uns herzlich bei unseren Sponsoren Mykäfer Spielwaren und Haderner Bräu.

Die Rückmeldungen der Besucher:innen waren durchweg positiv. Die Mischung aus Turnkunst, Tanz, Musik und kreativen Showideen sorgte für Begeisterung bei Jung und Alt. Die Turner:innen strahlten auf der Bühne, das Publikum applaudierte begeistert – und am Ende waren sich alle einig: Diese Turngala war ein echtes Highlight im Jubiläumsjahr. Der Verein blickt stolz auf eine gelungene Veranstaltung zurück, die gezeigt hat, wie viel Herzblut, Teamgeist und Leidenschaft in der TSV Familie steckt. Und eines ist sicher: Die Vorfreude auf die nächste Gala ist jetzt schon groß. *Bine*

Landesturnfest Konstanz

Vom 13. bis 17. Mai verbrachten fünf turnbegeisterte Mädchen der Leistungsgruppe im Alter von 11 bis 12 Jahren unvergessliche Tage beim Landesturnfest in Konstanz. Baden-Württembergs größte Breitensportveranstaltung brachte 15.000 Mitglieder der Turnfamilie aus 675 Vereinen an den Bodensee. Der Badische Turner-Bund (BTB) und der Schwäbische Turnbund (STB) zeigen mit dem Landesturnfest alle zwei Jahre, welche verbindende und grenzenüberwindende Kraft vom Sport ausgeht. Wir waren begeistert von der Vielfalt des Turnsports, die wir bei



Shows, Vorführungen, unzähligen Mitmachangeboten sowie beim gemeinsamen Feiern und Mitturnen hautnah und mit viel Spaß erleben konnten. Bei den Wettkämpfen Geräteturnen und „4inMotion“ bewiesen Castille, Julia, Marie, Sanna und Sima nicht nur ihr turnerisches Können, sondern auch Teamgeist, Kreativität und jede Menge Spontanität. Der Einsatz wurde mit tollen Platzierungen belohnt - herzlichen Glückwunsch! Agnes

Erster Wettkampftag der bayrischen Turnliga weiblich in Nördlingen

Erster Wettkampftag der bayrischen Turnliga weiblich in Nördlingen

Am Sonntag, den 17. Mai war es wieder so weit. Zum Auftakt der Ligasaison starteten unsere Turnerinnen Vicki, Laila, Leoni, Maja und Hanna. Aufgrund einiger Ausfälle waren wir leider nur mit einer kleineren Mannschaft vertreten – schließlich schreiben die meisten gerade Abitur und auch gesundheitlich lief nicht alles wie geplant. Trotzdem schaffte die Mannschaft es auf den 4. Platz und konnte sich somit eine gute erste Platzierung für den Ligaerhalt sichern, der am 28. Juni entschieden wird.

Wir starteten nach olympischer Reihenfolge am Sprung, wo es nach ein paar interessanten Aufwärmprüngen doch ganz gut lief. Die Übungen am Stufenbarren waren auch recht ordentlich.



Am Zittergerät Balken mussten wir zwar ein paar Wackler einstecken, jedoch gab es keinen Sturz in der Wertung. Und auch wenn an unserem Paradegerät Boden

einige Übungen anders liefen als geplant, hatten wir klasse Wertungen. Bei der Siegerehrung gab es ein knappes Spiel zwischen den Punkten der einzelnen Teams, weswegen wir sehr zufrieden sind, den 4. Platz erreicht zu haben. Nun wünschen wir unseren Turnerinnen eine gute Besserung, ein erfolgreiches Abitur und hoffen, dass alle für den nächsten Wettkampf wieder fit und motiviert sind! *Maja*

Outdoor-Training als Übergang: Unsere Turnerinnen bleiben flexibel



Fünf Wochen ohne Hallenboden, Barren und Matten, das war erst einmal ein Schock für unsere Turnerinnen. Wegen der Deckensanierung blieb die Halle auch nach den Osterferien noch drei Wochen geschlossen. Doch unsere Mädels ließen sich nicht bremsen. Wir verlegten das Training kurzerhand nach draußen: frische Frühlingsluft, weicher Rasen und als besonderes Highlight der Calisthenics-Park, der sich perfekt für Kraft- und Stützübungen anbot. Die Mädchen hatten riesigen Spaß daran, neue Orte für Handstände, Räder und kleine Challenges zu entdecken – ein tolles Beispiel für Teamgeist und Flexibilität. Umso größer war die Freude, als wir endlich wieder in die Halle durften. Ganz fertig ist die Sanierung zwar noch nicht, aber wir haben die Freigabe und sind froh, wieder auf vertrautem Boden turnen zu können. *Bine*

VOLLEYBALL

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



Die Saison 2025/26 der Volleyball-Freizeitliga München ist inzwischen beendet und dürfte wohl als eine der erfolgreichsten Spielzeiten in die Annalen der Volleyballabteilung des TSV Großhadern eingehen: Meisterschaft und Aufstieg sowohl für die Haderlumpen als auch für die Haderer, sowie auf Anhieb Rang fünf für die Haderner Sterne in ihrer Premiersaison! Doch der Reihe nach. Zunächst schauen wir, wie es den **Haderlumpen** in Liga 3b erging: *Euer Andreas*

Am 10. Spieltag waren wir auswärts zu Gast bei den Latinos SC Munich 3. Wir starteten mit einer Aufstellung, die so in dieser Saison noch nicht auf dem Feld gestanden hatte. Der Gegner spielte stark und konnte uns zunächst ziemlich verunsichern. Durch eigene Fehler und das gute Stellungsspiel des Gegners lagen wir schnell zurück und kämpften uns erst gegen Ende des ersten Satzes wieder heran. Leider ging der Satz mit 22:25 an den Gegner. Im zweiten Satz änderte sich das Spiel jedoch deutlich. Wir fanden besser ins Spiel und ließen dem Gegner beim klaren 25:10 kaum noch Chancen. Der dritte Satz verlief ähnlich und ging ebenfalls deutlich mit 25:13 an uns. Die Pflichtaufgabe wurde damit erfüllt. Trotzdem sieht man immer wieder, wie eng das Niveau in unserer Liga ist.

Anschließend mussten wir bei der HSG München Laim antreten. Im ersten Satz hatten wir noch mit einigen Ungenauigkeiten zu kämpfen, wodurch das Spiel lange ausgeglichen blieb. Doch wir bewiesen den längeren Atem und konnten den Satz am Ende für uns entscheiden (25:21). Im zweiten Satz traten wir deutlich sicherer auf und ließen dem Gegner weniger Chancen, sodass wir auch diesen Satz für uns verbuchen konnten (25:17). Eine solide Teamleistung und ein verdienter Sieg! Die Tabelle zeigt, wie dicht das Niveau in unserer Liga ist – es gibt noch vier Teams, die um den Aufstieg kämpfen, obwohl nur noch drei Spiele zu bestreiten sind.

Am folgenden Spieltag waren wir zum Match beim aktuellen Tabellenführer 6-im-Feld eingeladen. Das Hinspiel war eine eindeutige Angelegenheit für unseren Gegner – wir hatten also noch etwas gutzumachen. Außerdem ging es um die Tabellenführung! Wir sind sehr gut ins Spiel gekommen und konnten uns schnell einen guten Vorsprung herausspielen. Der Gegner machte viele Eigenfehler, was sich auch deutlich in der Punkteausbeute zeigte. Der erste Satz ging mit 25:16 an uns. Auch im zweiten Satz sah es nicht anders aus. Wir haben immer wieder rotiert und dennoch unser Spiel konsequent durchgezogen. Am Ende ging auch dieser Satz mit 25:15 an uns – eine mega Teamleistung, ein völlig verdienter Sieg und die Tabellenführung! Am vorletzten Spieltag waren wir zu Gast bei den All Schmetterhands, unseren Hallennachbarn aus Blumenau. Wie bereits im Hinspiel konnten wir unsere Leistung erneut aufs Feld bringen und einen klaren Sieg einfahren. Beide Sätze gingen mit 25:16 und 25:17 deutlich an uns. Damit konnten wir unsere Tabellenführung verteidigen!


Am letzten und entscheidenden Spieltag der Saison waren wir erneut auswärts unterwegs – diesmal bei den ehemaligen Zweitligisten „The Suntouchables“. In diesem Spiel ging es um die Meisterschaft und den direkten Aufstieg – beides wäre unabhängig von den Ergebnissen der Konkurrenz nur mit einem 2:0-Sieg sicher. Wir sind unfassbar gut ins Spiel gekommen und haben uns schnell einen großen Vorsprung herausgespielt – der allerdings genauso schnell wieder dahin war. Das Team hat sich aber super gefangen und den ersten Satz mit 25:17 nach Hause geholt. Im zweiten Satz ging es dann lange hin und her. Der Gegner hat stark gespielt und wir mussten unfassbar kämpfen. Nichtsdestotrotz haben wir auch diesen Satz mit einem starken Schlusspunkt 25:16 für uns entschieden. Und wer hätte vor der Saison gedacht, dass wir sie so beenden würden: **AUFSTIEG IN DIE 2. LIGA – DER WAHNSINN!**

Was diese Saison besonders gemacht hat, war das Team. Wir hatten unglaublich viele Wechsel, weil die Leistungen jedes Einzelnen einfach stark waren – und ihr mir die Entscheidungen

Tierärztliche Praxis Dr. med. vet. Klaus Sommer

Facharzt für Kleintiere

www.tierarzt-sommer.de

 *General Practitioner Certificate in Small Animal Surgery

Unsere Leistungen:

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

Sprechstunde mit Terminvereinbarung

Montag bis Freitag 8.00 - 18.30 Uhr
Dienstag 8.00 - 19.30 Uhr

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



Dr. SOMMER
TIERARZTPRAXIS



nicht leicht gemacht habt, wen ich aufstelle – Luxusprobleme. So eine breit aufgestellte Mannschaft ist etwas Besonderes. An jeden Einzelnen: Danke! Auch wenn manche nicht ganz so viele Spieleinsätze hatten – entscheidend ist, dass wir als Mannschaft zusammenstanden und diesen Erfolg gemeinsam erreicht haben. Herzlichen Dank für diese tolle Saison! *Euer Lars*

Hier die Abschlusstabelle der Liga 3b:

1. Haderlumpen	23	23:08	733:579
2. Los Krachos	23	23:09	739:644
3. 6-im-Feld	21	21:12	751:684
4. Hau-raus-wie-nix	20	20:14	751:716
5. HSG München Laim	19	19:16	781:741
6. The Suntouchables	11	11:22	691:749
7. Latino SC Munich 3	08	08:25	606:766
8. All Schmetterhands	07	07:26	608:781

Springen wir nun zu den **Haderern** in Liga 5d. Diese empfingen am 7. Spieltag das InterTEAM zum vorgezogenen Rückspiel und ließen diesem wie schon im Hinspiel keine wirkliche Chance. Dem klaren 2:0 (25:20, 25:17) ließen die Haderer ein zwar knapperes, aber ebenso verdientes 2:0 (25:20, 25:22) bei der Schönschmetterfront folgen.

Deutlich enger ging es dann beim Team Ohjoo II zu. Den ersten Satz sicherten sich die Haderer mit minimalem Vorsprung (25:23), mussten den zweiten aber deutlich abgeben (16:25), drehten dann im Entscheidungssatz aber mächtig auf und den Spieß wieder um (25:16). Einen ganz ähnlichen Verlauf nahm die Partie bei den Vollpertingern. Den ersten Durchgang dominierten die Haderer (25:6) wohl zu deutlich, anders ist der Leistungseinbruch im zweiten (22:25) nicht zu erklären. Doch im alles entscheidenden Durchgang zeigten die Haderer wieder ihre gewohnte Klasse (25:11) und fuhren ihren nächsten Sieg ein.

Das selbstgesteckte Ziel Aufstieg rückte dadurch in immer greifbarere Nähe. Ein Sieg bei den Münchner Elchen, die man in der Vorrunde deutlich deklassieren konnte, war daher fest eingeplant, doch diese erwiesen sich diesmal als deutlich widerstandsfähiger und knöpften den Haderern den ersten Satz ab (22:25). Diese revanchierten sich mit einem klaren 25:14 im zweiten Durchgang, mussten sich dann aber im dritten doch geschlagen geben (21:25). Nach dieser überraschenden Niederlage kam es zum Showdown mit dem Aufstiegsaspiranten Haudraufwienix um die Tabellenführung. Der Sieger des Duells dürfte einen der beiden Aufstiegsplätze so gut wie sicher haben. Nachdem Haudraufwienix das Hinspiel ganz knapp mit 2:1 gewinnen konnte, waren diesmal die Haderer die strahlenden Sieger - wieder sehr knapp mit 2:1 (25:20, 21:25, 25:18) in einem hochklassigen Match.

Dieses Ergebnis galt es nun im darauffolgenden Heimspiel gegen die Schönschmetterfront zu bestätigen. Die Haderer fanden aber nur schwer in die Partie und mussten den ersten Satz mit 16:25 abgeben. Druck, Anspannung und Nervosität waren deutlich spürbar, doch mit zu-

nehmender Spieldauer „schwammen“ sich die Haderer frei. Den zweiten Satz zogen sie mit 25:22 auf ihre Seite. Nachdem sie auch den Entscheidungssatz mit demselben Ergebnis für sich verbuchen konnten, war die Freude groß: **AUFSTIEG IN DIE 4. LIGA – DER WAHNSINN!** Im letzten Saisonspiel blieb nur noch die Frage zu klären, ob man die Saison auch als Meister beenden würde. Dazu wäre ein Sieg gegen Team Ohjoo II nötig. Und wieder entwickelte sich eine enge Partie. Nach Verlust des ersten Satzes (18:25), bewies das Team im zweiten extreme Nervenstärke (26:24) und fuhr mit 25:19 im dritten Durchgang nicht nur den zwölften Sieg im vierzehnten Saisonspiel, sondern auch die Meisterschaft ein. Einen Punkt trennen sie von Haudraufwienix, die mit ihnen in die vierte Liga aufsteigen werden, wo es vermutlich zu weiteren spannenden Begegnungen zwischen den befreundeten Rivalen kommen wird.



Hier die Abschlusstabelle der Liga 5d:

1. Die Haderer	26	26:09	835:677
2. Haudraufwienix	25	25:09	805:670
3. Schönschmetterfront	23	23:09	772:618
4. Schampanias	15	15:20	717:767
5. Die Münchner Elche	14	14:23	788:851
6. Team Ohjoo II	14	14:23	755:846
7. InterTEAM	11	11:22	696:764
8. Vollpertinger	11	11:24	641:816

Abschließend wenden wir uns nun noch den neu gegründeten **Haderner Sternen** zu, die in Liga 5a auf Punktejagd gingen. Zum Rückrundenstart ging es in die Maxvorstadt, wo Maximal Wild mit überlegten Aufschlägen fulminant startete und die Sterne lange nicht ins Spiel kommen ließ. Nach Überwindung der Anfangsstarre wuchs der Rückstand zwar nicht mehr weiter an, wurde aber auch nicht kleiner (15:25). Im zweiten Satz kam deutlich mehr Spielfluss zustande. In sehenswerten, langen Spielzügen blitzten immer wieder die Fähigkeiten der Sterne auf. Auch wenn es letztlich nicht für einen Satzgewinn reichte, konnte der Rückstand anders als im Hinspiel in Grenzen gehalten werden (20:25).

Im Heimspiel gegen die Schmetterspätzle wurde im ersten Durchgang noch zu mutlos agiert (20:25). Danach gelang eine klare Leistungssteigerung und der verdiente Satzausgleich (25:14). Im Entscheidungssatz wurde lange deutlich geführt, bevor man den Gegner nochmal gefährlich nahe herankommen ließ. Doch letztlich ging man verdient als Sieger vom Feld (25:22). Eine Woche später war Olympiadorf II zu Gast. Wie schon im Hinspiel gab es gegen diese aufschlag- und angriffsstarke Mannschaft nur wenig zu holen. Auch einige sehr sehenswerte Spielzüge konnten die klare Niederlage nicht abwenden (16:25, 11:25).

Anschließend gastierten die Haderner Sterne bei Mil-A kann fliegen und wie schon im Hinspiel gelang ihnen ein konzentrierter Auftritt und ein souveräner 2:0-Erfolg (25:19, 25:19). Auch gegen InterSteller hoffte man, den Erfolg aus der Vorrunde wiederholen zu können, doch diesmal erwiesen sich Schwabinger in einem äußerst umkämpften Match als das glücklichere Team. Immerhin den ersten Satz konnten die Sterne auf ihrer Habenseite verbuchen (25:23), den zweiten verlor man in der Verlängerung (24:26) und auch im dritten triumphierten die Gäste (22:25). Auch das folgende Saisonspiel bei FF 15 sollte ein wahrer Krimi werden, diesmal allerdings mit dem besseren Ende für unsere Sterne. Den ersten Satz schnappten sie sich nach kurzem Zwischenspur mit 25:21, den zweiten verlor man ebenso knapp (24:26), wie man den dritten gewann (26:24). Pure Freude!

Zum Saisonfinale gastierte der ungeschlagene Tabellenführer VC AST in Großhadern und er-

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

lebte im ersten Satz eine faustdicke Überraschung. Wohl niemand hätte darauf gewettet, dass unsere Sterne in der Lage sein würden Paroli zu bieten und sogar einen Satz zu gewinnen, aber genau so kam es (25:18). Auch wenn der Favorit danach das Tempo merklich anzog und seine Qualitäten ausspielte, konnten die Haderner Sterne weiterhin gut mithalten und sich sehr achtbar aus der Affäre ziehen (20:25, 21:25). Am Ende überwog der Stolz auf eine gelungene Premiersaison. Sechs Siege aus 14 Spielen bedeuteten in der Endabrechnung einen mehr als respektablen FÜNFTEN PLATZ!

Hier die Abschlusstabelle der Liga 5a:

1. VC AST	28	28:03	765:501
2. Maximal Wild	26	26:06	771:535
3. SV Olympiadorf II	23	20:11	698:634
4. Schmetterspätzle	15	15:17	653:704
5. Haderner Sterne	14	14:19	685:755
6. FF 15	14	14:21	749:804
7. InterSteller	09	09:24	664:777
8. Mil-A kann fliegen	03	03:28	481:756

Am Sonntag, den 26.04.26 richtete die Volleyballabteilung des TSV Großhadern zum nunmehr 32. Mal ihr eigenes **Mixed-Freizeit-Volleyballturnier** aus. Welchen Bekanntheitsgrad und Stellenwert sich unser Turnier über die letzten Jahre erarbeitet hat, kann man an nur zwei Daten ablesen: 16.02.26 um 20:44 Uhr Einladung versandt, 17.02.26 um 09:59 Uhr Turnier voll! Und dass dem Schulamt zehn Tage vor dem Turnier einfiel, dass sie die uns zugesagte Turnhalle des Käthe-Kollwitz-Gymnasiums wegen Bestuhlung für die Abiturprüfungen nun doch nicht zur Verfügung stellen kann, geschenkt! Die Ersatzhalle im Sportpark Freiham, die unser Abteilungsleiter nach zig Telefonaten aufgetan hat, stellte sich letztlich als deutlich komfortablere Spielstätte mit besserer Haustechnik, eigener Küche und funktionierenden Sanitäranlagen heraus.

Erstmals stellte der TSVG mit den Haderlumpen, den Haderern und den Haderner Sternen drei eigene Teams. Pünktlich zur Auslosung und Begrüßung hatten auch alle neun Gastmannschaften den Weg in die neue Halle gefunden. Es wurde im bewährten Modus gespielt (Vorrunde: drei Gruppen à 4 Mannschaften; Zwischenrunde: Überkreuzspiele Gruppenerste und -zweite bzw. Gruppendritte und -vierte; Endrunde: vier Gruppen à 3 Mannschaften), der allen Teams gleich viele Spiele garantiert und deshalb sehr beliebt ist. Durch den dreiteiligen Modus werden die Teams zudem relativ rasch nach Spielstärke sortiert, was für gewöhnlich im Turnierverlauf viele knappe und spannende Auseinandersetzungen ermöglicht.

Und wie schlugen sich die Teams des Gastgebers? Den Haderner Sternen gelang in Gruppe A zum Auftakt ein Unentschieden gegen den VC AST, anschließend musste man sich den Hallenopas und den BUGAtis geschlagen geben. Aufgrund des schlechteren Ballverhältnisses belegte man hinter dem VC AST den vierten und damit letzten Tabellenplatz. In Gruppe B zogen die Haderer zunächst gegen Gummiwand den Kürzeren, erkämpften sich gegen Oben gute Laune, unten gute Laune einen ersten unentschiedenen Satz, bevor sie abschließend mit Picco-Rosso komplett die Punkte teilten. Doch auch hier reichte es in der Endabrechnung nur zum vierten Tabellenplatz. Und die Haderlumpen erwischten mit Gruppe C die eindeutig stärkste Vorrundengruppe. Zum Auftakt gab es ein Unentschieden gegen Block'n'Roll und auch mit Laimer BÄM teilte man die Punkte. Im abschließenden Match gegen QuEST München gab es dann leider nichts zu holen. So belegten auch die Haderlumpen aufgrund des schlechteren Ballverhältnisses hinter Block'n'Roll nur den letzten Tabellenplatz. Immerhin reüssierten sie im anschließenden Überkreuzspiel gegen Oben gute Laune, unten gute Laune, während sowohl die Haderner Sterne (gegen Block'n'Roll) als auch die Haderer (gegen den VC AST) ihre Zwischenrundenspiele verloren und folgerichtig in der Endrunde aufeinandertrafen, wo man schießlich friedlich die Punkte teilte. Nachdem beide anschließend Oben gute Laune, unten gute Laune unterlagen, gab in der Abschlusstabelle das um vier Bälle bessere Ballverhältnis

den Ausschlag zugunsten der Haderer. Die Haderlumpen reihten in ihrer Endrunde noch zwei weitere Unentschieden gegen den VC AST und Block'n'Roll aneinander, was letztlich zu Platz 8 reichte.

Eng und spannend ging es auch um den Turniersieg zu. Zunächst besiegte Laimer BÄM die Gummiwand, die anschließend QuEST München ein Unentschieden abtrotzte. Im alles entscheidenden Match besiegte dann aber QuEST München die Laimer BÄM und sicherte sich damit Turniersieg, Titelverteidigung und Wanderpokal.

Hier die genauen Platzierungen:

1. QuEST München
2. Laimer BÄM
3. Gummiwand
4. Picco-Rosso
5. Hallenopas
6. BUGAtis
7. Block'n'Roll
8. Haderlumpen
9. VC AST
10. Oben gute Laune, unten gute Laune
11. Die Haderer
12. Haderner Sterne



Platz 8: Haderlumpen



Platz 11: Die Haderer



Platz 12: Haderner Sterne

Das Turnier war mal wieder ein voller Erfolg und wurde auf der Siegerehrung von den teilnehmenden Mannschaften mit viel Applaus bedacht. Alle Teams erhielten eine Urkunde, eine Flasche Sekt und eine Kiste, gefüllt mit vielen Leckereien, als Preise. Ein großes Dankeschön an alle Helferinnen und Helfer, egal ob bei Einkauf, Kuchenbacken, Aufbau, Verkauf, Turnierleitung oder Organisation, ohne deren Engagement und tatkräftige Unterstützung so ein großes Turnier nicht durchführbar wäre!

Alle aktiven und passiven Mitglieder samt Anhang sind am **19. Juli in Possenhofen am Starnberger See zum diesjährigen Sommerfest** der Volleyballabteilung herzlich eingeladen. Sollte das Wetter nicht mitspielen, würde die Veranstaltung um eine Woche auf den 26. Juli verschoben. Danach startet die Beachsaison ganz offiziell, doch schon in den Pfingstferien wurden die Plätze am Kupferhaus in Planegg ein erstes Mal erfolgreich angetestet.

Im Namen der gesamten Volleyballabteilung gratulieren wir unserem Übungsleiter und Mannschaftsführer der Haderer Martin Strehler nachträglich ganz herzlich zum 50sten Geburtstag! Euer Andreas



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 Lindmeier

0162 426 19 76

info@dekoundvielmehr.de

www.dekoundvielmehr.de

WANDERN

Irene Lukas

E-Mail: wandern@tsv-grosshadern.de



Es wird Frühling

Tatsächlich gab es am 26. Februar 2026 erstmals frühlingshafte Temperaturen. Es begann schon am S-Bahnhof Starnberg, wo sich hinter dem Starnberger See ein wunderbares Alpenpanorama aufgebaut hatte. Vorbei am Starnberger Seestrandbad über die Holzbrücke einer Segelschule – die je nach Bedarf für die Durchfahrt von Segelbooten geöffnet werden kann – trafen wir auf eine der wenigen Taucherschulen der Bundeswehr. Wir erreichten den im Sommer stark frequentierten Badestrand von Percha. Auf dem im Moment noch wenig genutzten Weg wanderten wir dem Strandhotel Schloss Berg entgegen, wo wir uns mit einem guten Essen belohnten.



Gut gestärkt beschlossen wir, noch den Weg zur Votivkapelle auszuweiten. Die Votivkapelle in Berg am Starnberger See ist eine römisch-katholische Gedenkkapelle zur Erinnerung an den Tod des bayerischen Königs Ludwig II.

Nachdem wir uns auf dem Rückweg noch mit einem Kaffee – jetzt auf der Terrasse des Strandhotels – in der Sonne gestärkt hatten, ging es auf dem gleichen Weg, diesmal auf der von Fahrradfahrern beliebten Straße ‚gestört‘, retour nach Starnberg und mit der Bahn heim. *Irene*

Unterwegs in München

Das altehrwürdige Barometer fiel – nicht von der Wand – und die Temperaturen auch. So änderten wir kurzentschlossen das Ziel am 26. März 2026 in einen Stadtrundgang durch München. Ausgangspunkt war die U-Bahn-Station Olympiazentrum. Da die BMW-Welt nicht geplant war, ließen wir diese links liegen. Nachdem auch die 1972er olympischen Gedanken abgehandelt waren, das Olympiagelände ebenfalls, konzentrierten wir uns auf die neue SAP-Arena. Danach führte uns der Weg in die Villenkolonie Gern, die älteste Reihenhaussiedlung in München.



Sie wurde ab 1892 um die Böcklinstraße durch die Firma Heilmann & Littmann errichtet. Die historisierenden Formen im ‚heimatümlichen Jugendstil‘ begeisterten einschl. des aus dieser Zeit bestehenden Künstlerviertels.

Ein überraschender Graupelschauer trieb uns zur Einkehr am Rotkreuzplatz. Nach einem guten bayer. Essen ging es noch auf den idyllischen Neuhausener Winthirfriedhof, das Pendant zum Friedhof von Bogenhausen. Hier darf nur ruhen, wer mind. 30 Jahre im Viertel gelebt und sich um die Stadt verdient gemacht hat: wie die Familie von Miller, J.B. Stiglmaier, Sigi Sommer und die Brüder Wepper. So gebildet konnten wir beruhigt heimfahren. *Irene*

Wanderung Rosenheim-Simssee

Am 30. April trafen sich diesmal nur Wanderinnen am Parkplatz des TSV, um zur Wanderung an den Simssee zu fahren. Diesmal war das Auto angesagt.

Am Treffpunkt Wanderparkplatz Simssee Baierbach kamen noch ein ehem. TSV-Mitglied und eine weitere Wanderin dazu, die sich auskannten, weil sie hier wohnen.

Nun gings in fröhlicher Runde teils am See, teils auch etwas entfernt, Richtung Gasthof Seewirt, wo unsere Mittagspause direkt am See mit kleinem Badestrand, Strandbad Ecking, sein sollte.

Unser Wanderweg führte uns bei angenehmen sonnigen und etwas windigen Wetter teils idyllisch an einem breiten Schilfgürtel in Seenähe sehr abwechslungsreich, auch durch einen kleinen Wald entlang. Mit munteren Gesprächen gelangten wir pünktlich um 12 Uhr beim Gasthof an. Leider war es zu kühl, um draußen im gemütlichen Biergarten zu sitzen. Drinnen erwartete uns eine reichhaltige Speisekarte mit vielen Schmankerln.

Nach der ausführlichen Stärkung kamen wir auf dem Rückweg, es war ein anderer, beim Gocklwirt, der allerdings geschlossen hatte, vorbei und waren beeindruckt von dem Museum mit vielfältigen alten, teils uralten Landmaschinen und Werkzeugen, die da in Scheunen ausgestellt waren. Sehr interessant fanden wir dieses Sammelsurium.

Für unseren Quotenhund Lea war das ein herrlicher Spaziergang mit ganz viel Freilauf.

Wieder am Parkplatz angekommen verabschiedeten sich die zwei Wanderinnen aus Stephanskirchen mit Dank der Münchnerinnen und der Bitte mal wieder so eine schöne Wanderung gemeinsam zu unternehmen. *Angela*



Wandern am Brauneck

Es waren am 28. Mai 2026 hochsommerliche Temperaturen und ersatzweise stand seit Jahren mal wieder eine ‚Bergtour‘ auf dem Programm, d.h. es war ein Tauschprogramm mit der Reiser Alm am Brauneck, die während der Ferien geschlossen hatte. Wir fuhren mit der Bahn nach Lenggries und ließen uns altersgemäß auf 1.500 m ‚gondeln‘. Wir konnten mal wieder Berge auf Augenhöhe betrachten. Als erstes inspizierten wir das Panoramarestaurant und planten den weiteren Verlauf unseres Wandervolumens.

Wir fingen mit dem kleinen Höhenweg an und freuten uns über die ersten Enziane am Wegesrand. Wir strebten die Stie-Alm an, kehrten dort aber um – da sich eine Mitstreiterin vorher zur Tölzer Hütte abgemeldet hatte – um mit ihr einzukehren und den brauneck-besten und größten Kaiserschmarrn zu genießen. Selbst die halben Portionen ließen uns streiken.

Vor der Abfahrt genossen wir noch die einmalige Fernsicht auf die vielen Gipfel, und das große Raten begann. Trotz der Hitze war es ein gelungenes Unternehmen ganz ohne Fotos aber inkl. funktionierender Bahn. *Irene*



ÜBUNGSSTUNDENPLAN

Unsere Sportstätten:

Judohalle	JH	Heiglhofstr. 25
Judohalle-Seminarraum	JHS	Heiglhofstr. 25
TSV Vereinsturnhalle	THH	Heiglhofstr. 25
Turnhalle Canisiussschule	THC	Canisiusplatz 1
Turnhalle Großhadernerschule	THG	Großhaderner Str. 50
Turnhalle GS am Hederfeld	THHedern	Am Hederfeld 42
Turnhalle MS Guardinischule	THGuardini	Guardinistr. 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

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

American Football

Dienstag	18:00 - 20:00 (Sommer)	Männer ab 18	Sportanlage Klinikum Großhadern, Butenandstr.
Mittwoch	19:30 - 21:30 (Winter)	Männer ab 18	wird wieder bekanntgegeben
Samstag	11:00 - 13:00	Männer ab 18	Sportanlage Klinikum Großhadern, Butenandstr.

Basketball

Montag	20.30 - 22:00	Ballsportartenmix Mixed ab 18 Jahre	THC
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. 2016 - 2017	THHedern
	18:15 - 19:30	D-Jugend weiblich	Jg. 2014 - 2015	THEGG
	18:45 - 20:15	C-Jugend weiblich	Jg. 2012 - 2013	THEGG
Dienstag	18:00 - 20:00	D I-Jugend männl.	Jg. 2014 - 2015	THMTV
	18:30 - 20:00	D II-Jugend männl.	Jg. 2015 - 2016	THHedern
Mittwoch	19:30 - 21:00	Damen	ab 16 Jahre	THSolln
	17:30 - 19:00	D-Jugend weibl.	Jg. 2014 - 2015	THEngadiner
	18:30 - 20:00	C-Jugend weibl.	Jg. 2012 - 2013	THEngadiner
Do.	18:00 - 19:30	C-Jugend männlich	Jg. 2012 - 2013	THMTV
	18:30 - 20:00	D II-Jugend männl.	Jg. 2015 - 2016	THHedern
	19:30 - 21:00	B-Jugend männl.	Jg. 2010 - 2011	THMTV
	20:00 - 21:30	Herren	ab 17 Jahre	THEngadiner
	20:30 - 22:00	AH-Männer	ab 50 Jahre	THC
	17:00 - 18:00	Ballschule/Bambinis	nur 4-5 Jahre Aufnahmestopp	THGuardini
	18:00 - 19:30	C-Jugend männl.	Jg. 2012 - 2013	THSolln
Freitag	18:30 - 20:00	D I-Jugend männl.	Jg. 2014 - 2015	THHedern
	20:00 - 21:30	Damen	ab 16 Jahre	THSolln
	16:00 - 17:00	Ballschule/Bambinis	4-6 Jahre	THHedern
	17:00 - 18:00	Minis	Jg. 2018 - 2019	THHedern
	18:00 - 19:30	E-Jugend gemischt	Jg. 2016 - 2017	THHedern
	18:00 - 20:00	B-Jugend, männlich	Jg. 2010 - 2011	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
46	20:00 - 21:30	Erwachsene	THGotz

Judo	Infotelefon: Montag bis Donnerstag 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
Dienstag	20:00 - 21:30	Breitensport/Hobby-Judo ab 18 Jahre	JH
	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
Mittwoch	19:00 - 21:00	U18 Landeskader, Stützpunkttraining	JH
	19:00 - 21:00	FU21 + MU21 Stützpunkttraining	JH
	16:30 - 18:00	U10/12	JH
	17:00 - 18:30	FU21/Fr	JH
	18:00 - 20:00	U18	JH
Do.	18:30 - 20:00	MU21/Mä	JH
	20:00 - 21:30	Breitensport/Hobby-Judo ab 18 Jahre	JH
	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
Freitag	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
	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	18:00 - 21:00	gemischt ab 10 Jahre	THGuardini
	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

Pickleball

Dienstag	20:00 - 22:00	mixed ab 18 Jahre	THHedern
----------	---------------	-------------------	----------

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

Tischtennis

Montag	20:15 - 23:00	Frauen/Herren	THEGG
Dienstag	20:00 - 21:45	Technik Training gemischt ab 18 Jahre	THGuardini
Donnerst.	18:00 - 19:30	Kinder gemischt 8 - 12 Jahre	THGuardini
	19:30 - 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 - 20:00	Gymnastik Programm
Dienstag und Donnerstag	16:00 - 20:00	Montag 19:00 - 20:15 Yoga
Samstag	13:00 - 16:00	Sonntag 10:00 - 13:00

Turnen siehe Seite 49

Volleyball

Dienstag	19:30 - 22:00	Training/Punktspiel „Haderlumpen“ ab 18 Jahre/mixed	THG
Mittwoch	20:00 - 22:00	Training/Punktspiel „Hadermer Sterne“ ab 18 Jahre/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 18-25 J./weiblich	THC
Freitag	20:15 - 22:00	offenes Training mit Volleyballerfahrung ab 18 Jahre/mixed	THC
Samstag	19:00 - 21:00	offenes Training mit Volleyballerfahrung ab 18 Jahre/mixed	THG

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 kreativ, Kinderanz ab 3 Jahre Karin THH 14.45 - 15.25 Kinderballt ab 6 Jahre Karin THH 15.30-16.15 klass. Ballett ab 9 Jahre Karin THH 16.20-17.10 HIP HOP 1 8-11 Jahre Karin THH 17.15-18.15 HIP HOP 2 ab 12 Jahre Karin THH 18.00-21.00 Mädchen LT Jungs LT Jungs LT LLZ	10.00 - 11.15 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Luci THH 15.00 - 15.55 1-Stunde 2-4 Jahre Luci THH 16.00-16.55 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Petra THH 16.00-17.25 Mädchenturnen ab 5 Jahre Lisa-Marie THH 17.00-18.10 Mädchenturnen 5-6 Jahre THH 17.00-18.10 Jungsturnen ab 5 Jahre Marlene THH 20.15-22.00 Mädchen&Jungs Turnen ab 15 J. ohne Trainer THH 18.00-21.00 Mädchen LT Julia Dani Thea LLZ	15.15 - 16.10 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Petra THH 16.00-19.30 Mädchen LT Luise/Leoni Helene/Katja Julia/Sophie THH 16.15-17.00 Abenteuerturnen 3-4 Jahre Petra THH 16.00-17.25 Mädchenturnen 6-10 Jahren Agnes THH 17.30-19.00 Mädchenturnen ab 11 Jahre Sofia THH 16.00-17.00 Mädchen LT Bine/Ella LLZ 14.00-18.30 Mädchen LT Bine/Ella Liv/Sophie Aylin/Vroni Leonn/Julie 16.30-18.00 SAM gemischt 7-12 Jahren Lisa-Marie THH 18.30-20.00 Jungs LT ab 6 Jahre Ralf THH 20.00-22.00 Jungs LT ab 14 Jahre Ralf THH 18.30-21.30 Mädchen LT Thea, Helena Leonn, Luisa LLZ Max THH 16.00-19.00 Showtanz-Gruppe ab 16 Jahre jeden 2 Samstag im Monat Max THH Sonntag	10.15-11.30 Eltern-Kind-Turnen ab 14 Monate Luci THH 15.15-16.10 Gerätturnen 5-6 Jahre Petra THH 16.00-17.25 Mädchenturnen 6-10 Jahren Agnes THH 17.30-19.00 Mädchenturnen ab 11 Jahre Sofia THH 16.00-17.00 Mädchen LT Bine/Ella LLZ 14.00-18.30 Mädchen LT Bine/Ella Liv/Sophie Aylin/Vroni Leonn/Julie 16.30-18.00 SAM gemischt 7-12 Jahren Lisa-Marie THH 18.30-20.00 Jungs LT ab 6 Jahre Ralf THH 20.00-22.00 Jungs LT ab 14 Jahre Ralf THH 18.30-21.30 Mädchen LT Thea, Helena Leonn, Luisa LLZ Max THH 16.00-19.00 Showtanz-Gruppe ab 16 Jahre jeden 2 Samstag im Monat Max THH Sonntag	17.00-19.00 Showtanz-Gruppe ab 16 Jahre jeden 2 Samstag im Monat Max THH Sonntag	

LT = Leistungsturnen
 SAM = Sportarten Mix
 THH = Vereinsturnhalle Heiglhoferstr. 25
 THC = Turnhalle Camsusschule Camsussplatz 2 zusätzlicher Beitrag im Leistungsturnen (20€ pro Monat)
 LLZ = zusätzlicher Beitrag für Ballett (13€ pro Monat) und Hip-Hop (5€ pro Monat)

In den Schulferien finden keine Stunden statt!

Stand: Januar 2025



Eine Ausbildung für heute. Und morgen.

Wir haben den Job, den du dir vorstellst. Bewirb dich jetzt:

sskm.de/ausbildung



Stadtparkasse München

Weil's um mehr als Geld geht.



Stundenplan 2026 (sofern die kleine Vereinturnhalle nicht gesperrt ist)

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

Fitness & Gymnastik und Gesundheitssport & Prävention

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
TSV Vereinturnhalle (Heighofstraße)				
8.00 - 8.55 Early Bird Workout (Bine)	8.00 - 8.55 Box&Move (Vroni)	8.00 - 8.55 Bodystyling (Bine)	8.00 - 8.55 Pilates (Annett)	8.15 - 9.00 Wirbelsäule (Gertrud)
9.00 - 10.00 Body & Breath (Vashvi)	9.00 - 9.55 Zumba (Julia)	9.00 - 10.00 Seniorengymnastik auf Stühlen (Gertrud)	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 Seniorengymnastik auf Stühlen (Karin)	
18.15 - 19.10 Step (Doris)	18.15 - 19.10 Bollywood (Vashvi)		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)	
Samstag				
Canisius Grundschule				
18.30 - 19.30 Wirbelsäule (Katja)	Grundschule Großhaderner Straße	Canisius Grundschule	Canisius Grundschule	Vereinturnhalle (Heighofstraße)
19.30 - 20.30 Workout (Katja)	18.30 - 19.30 Dance (Veronica)	19.30 - 20.30 FitMix (Moni)	19.00 - 20.00 Dance (Veronica)	10.30 - 11.30 Piloxing/Strong* (Sabrina)
Judohalle Seminarraum (einige Kurse mit extra Kursbeitrag, Info bei Gertrud Schwarz, Abt. G&P)				
		8.30 - 9.45 Yoga (Susanne K.)	9.00 - 10.00 Feldenkrais (Susanne S.)	
		18.30 - 19.15 Dehnübungen nach Liebscher u. Bracht (Doris)	18.30 - 20.00 Qi Gong (Barbara)	
Outdoor (Treffpunkt Parkplatz neben Vereinsgaststätte)				
17.30 - 18:45 Slow Jogging (Michael)	10.00 - 11.30 Nordic Walking (Edith)	18.00 - 19.00 Nordic Walking (Edith)		8.30 - 9.30 Body & Breath (Vashvi)
Online über Zoom (Link anfordern über Tel. 015510 502259 / WhatsApp, jew. Link wie 2021)				
18.00 - 19.00 Pilates (Annett)				

Stunden der Abteilung Fitness & Gymnastik fitness-gymnastik@tsv-grosshadern.de Stand 6.6.2026

Stunden der Abteilung Gesundheitssport & Prävention gesundheitsport-praevention@tsv-grosshadern.de

Für die Zoom-WhatsApp-Gruppe bitte registrieren lassen unter Tel: 015510 502259 (Moni), dann bekommt du schnell alle aktuellen Informationen und Änderungen

50.- Euro Gutschein!*

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

RODENSTOCK

* Keine Barauszahlung möglich. Nicht kombinierbar.

150.- Euro Gutschein!*

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

* Keine Barauszahlung möglich. Nicht kombinierbar.

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 Sehkomfort 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 Hörkomfort 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

Stiftsbogen 43
81375 München
Tel.: 0 89 / 7 14 02 44
info@brillen-berner.de

www.brillen-berner.de

Stiftsbogen 43
81375 München
Tel.: 0 89 / 72 44 14 35
info@meister-hoerakustik.de

www.meister-hoerakustik.de



in Kooperation mit
rimaldi
Das Immobilien-System

MATTHIAS WANDL

INFO@WANDL.IMMOBILIEN

089 / 374 12 333

