TSV FORSTENRIED Magazin

Mitglied im BLSV

Tornado Kidz Spiel & Spaß

1/2016

45. Jahrgang · www.tsv-forstenried.de

DSV SKI SCHULE

Inhalt

3 TAG DER OFFENEN TÜR

Unsere Abteilungen (von Theater über Tanzsport bis hin zu den verschiedenen Ballsportarten u.s.w.) werden sich präsentieren, mit vielen Vorführungen. Die Besucher bekommen die Möglichkeit, die verschiedenen Sportarten auszuprobieren.

33

TENNIS

Aufschlag zur Open-Air-Saison

Die Vorbereitungen für die Sommersaison laufen, die Termine stehen fest. Spielt das Wetter mit, können im April die ersten Spiele im Freien stattfinden.

ALLGEMEIN

4 Veranstaltungskalender

5 Kinderseite

BASKETBALL

10 Vorgabe Klassenerhalt in der Bezirksliga West

BERG- UND SKISPORT

14 Trainingscamp für den Skilehrernachwuchs

15 Das Wandern ist nicht nur des Müllers Lust

16 Seniorenwandern

E-HOCKEY

17 Munich Cup im August

FUSSBALL

18 1. Mannschaft spielt um den Aufstieg in die Kreisklasse

RADTOUREN

20 Neu: Mehrtagesfahrten

ALLGEMEIN

21 Sportangebot 2016 zum Herausnehmen Training und Kurse

GEWICHTHEBEN

25 2. Tabellenplatz gesichert

LEICHTATHLETIK

28 Gute Resonanz auf „Munich Indoor"

ROCK'N'ROLL

30 Begehrt für Showauftritte

SCHACH

32 Exklusives Training für Kinder

TAEK WON DO

33 Harte Zeit der Prüfung

TANZSPORT

35 Neue Trainer

TENNIS

37 Start in die Sommersaison

THEATER

38 No Business like Show Business

TISCHTENNIS

39 Endrunde im Oberbayern-Pokal erreicht

TURNEN/GYMNASTIK

41 Turnstunden für die Kleinsten

VOLLEYBALL

42 Damenmannschaft an der Spitze

Redaktionsschluss für die Ausgabe 2/2016 ist der 28. April 2016

Impressum

TSV-Magazin –
Vereinszeitung des TSV Forstenried
45. Jahrgang, Ausgabe März 2016

Herausgeber und Verleger:
TSV Forstenried-München e.V.

Geschäftsführung:
Christa Sieber, Tel. (089) 74 50 24-54

Geschäftsstelle:
Graubündener Str. 100 · 81475 München
Tel. (089) 74 50 24 52 · Fax (089) 74 50 24 53
eMail: info@tsv-forstenried.de
www.tsv-forstenried.de

Geschäftszeiten:

Dienstag:	15.00 – 19.00 Uhr
Mittwoch:	9.00 – 12.00 Uhr
Donnerstag:	15.00 – 19.00 Uhr

Redaktion: Dr. Bernhard Adam (v. i. S. d. P.), Christa Sieber, Nadja Mayer

Titelbild: Die Tornado Kidz aus der D3-Jugend unserer Fußballabteilung **Foto:** © Tanja Freitag

Erscheinungsweise: viermal jährlich (März, Juni, September, November). Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Gesamtherstellung:
PIXELCOLOR Hartmut Baier
Forstenrieder Str. 2a · 82061 Neuried
Tel. (089) 7855049 · Mobil 0179 2947934
forst@pixelcolor.de · www.pixelcolor.de

Dr. Peter Sopp
Präsident

Tag der offenen Tür – Event für die ganze Familie

Mit der unerwarteten Europäischen Meisterschaft der Handballer und dem Gewinn der Australien Open durch Angelique Kerber hat das Jahr sportlich recht gut begonnen – sportpolitisch ist leider doch vieles im Argen und die Verbände werden noch einige Zeit brauchen, Themen wie Korruption, Bestechung, Doping, Kommerzialisierung (hoffentlich!) aufzuarbeiten.
Letztlich geht es dabei auch um die Fragen des Verhältnisses von Leistungssport und Breitensport, von Freizeitsport und Professionalisierung, von ehrenamtlicher Arbeit und professionellem Angebot, von kommerziellen Events und aufreibender ehrenamtlicher Arbeit bei den meisten sportlichen Veranstaltungen. Ich bin gespannt, wie die Entwicklung weitergeht – sie kann durchaus finanzielle und organisatorische Folgen für die Sportvereine haben.

Wir werden versuchen, ein Sportverein mit einem breiten und attraktiven Angebot für jung und alt zu bleiben. Ich hoffe, dass es uns immer wieder gelingen wird, eine vernünftige Balance zwischen Leistungswunsch, Wettbewerb und einfacher Freude an körperlichen Aktivitäten zusammen mit anderen Menschen zu finden. Über unsere Aktivitäten im letzten Jahr werde ich auf der kommenden Delegiertenversammlung berichten. Der Rückblick wird dann auch über das Internet abrufbar sein.

Ein Verein – zwei Gaststätten
Dieses Jahr können wir nach langer Zeit wieder mit zwei Gaststätten in das neue Jahr starten: Tuttobene (Hr. Lenti) bietet italienische und das Tennis-Stüberl (Hr. Tsiaturas – ab März) griechische Küche an. Unseren beiden Wirten wünsche ich ein gutes Jahr und uns guten Appetit und viele sonnige Tage auf den Terrassen – nach dem Sport!

Tag der offenen Tür am 18.6.
Unsere Veranstaltung ist für dieses Jahr am 18.6. von 14 bis 17 Uhr fest eingeplant! Die Vorbereitungen mit den Abteilungen laufen bereits. Das Programm wird breit gefächert sein und auch einen Einblick in die vielen Sportarten bieten. Anschließend wird auf der Terrasse mit Musik weiter gefeiert – bitte diesen Termin vormerken und viel Interesse und gute Laune mitbringen! Für alle Fußballfans: In der Gaststätte Tuttobene steht ein Fernseher bereit. Sport schauen ist am schönsten nach sportlicher Aktivität!

Liebe Leserinnen und Leser, in Vorfreude auf die vielen schönen Frühlingstage wünsche ich Euch und Ihnen allen ein schönes Frühjahr und vor allem Zeit für sportliche Aktivitäten.

Veranstaltungskalender		
Mi 6.4.		SW Olching - FFB (Klosterstüberl) - Buchenau
Do 7.4.	16 Uhr	Beginn Feldenkrais-Kurs
So 10./17./24.4.	11 Uhr	Faszien Workshop
Di 12.4.		Seniorenstammtisch
Mi 13.4.		SW Forstenrieder Park
Mi 13.4.	18 Uhr	Selbstverteidingungskurs
Mi 20.4.		SW Altomünster / Erdweg
Mi 27.4.		SW Planegg / Fürstenried West
Mi 4.5.		SW Icking - Manthal - Starnberg
Di 10.5.		Seniorenstammtisch
Mi 11.5.		SW Höllriegelskreuth - Zyllnhard Ger. - Schützenlust
Mi 18.5.		SW Kreuzstraße - Valley -
Mi 25.5.		SW Stockdorfer Str. - Sauschütt - Tennisgaststätte
Do 28.4.	19 Uhr	Delegiertenversammlung – Schützenlust

Selbstverteidigungskurs

Sie wollten schon immer mal die Grundlagen der Selbstverteidigung kennenlernen?
Am Mittwoch, den 13. April von 18:00-20:00 Uhr findet kostenlos für unsere Mitglieder ein Selbstverteidigungskurs mit Peter Bauer in der Walliser Schule statt. Der Kurs ist sowohl für Kinder als auch für Erwachsene geeignet und soll Ihnen helfen, in Notsituationen auf einfache Handgriffe zurückgreifen zu können!

Eckdaten im Überblick:

Was: Selbstverteidigungskurs
Mit wem: Peter Bauer (Abteilung Taekwondo)
Wann: Mittwoch, den 13.04.2016
Wo: Sportstätte der Schule Walliser Str. 5
Für: Mitglieder des TSV Forstenried

Anmeldung und Infos in der Geschäftsstelle des TSV Forstenried unter info@tsv-forstenried.de oder 089 / 74502452!

Aikido-Kurs

Montag von 18 bis 19 Uhr im Obergeschoss der Turnhalle der Walliser Schule, Walliser Str. 5, und Dienstag von 16:30 Uhr bis 18 Uhr im Sportraum unterhalb der Tennishalle in der Graubündener Str. 102.

Da es keinen festen »Lehrplan« gibt, kann man jederzeit einsteigen. Eine Schnupperstunde ist kostenlos, danach kostet eine Trainingseinheit 8 Euro für Nichtmitglieder und 5 Euro für Mitglieder des TSV Forstenried.

Faszien Workshop

mit Christiane Mauersberg
3 Sonntage im April (10./17./24.)
von 11 – 12 Uhr im Sportraum
unter der Tennishalle

Kursgeb.: MG 20,- € / NMG 40,- €
Anmeldung : Geschäftsstelle TSV Forstenried, Tel.: 745 02452

Feldenkrais –

die Antwort auf Beschwerden des Bewegungsapparates.
Beweglichkeit wiedererlernen in Schulter, Nacken, Wirbelsäule, Hüfte und Knie. Veränderungen schon nach einer Stunde spürbar.

Neuer Kurs mit Petra Wittag:

8 x vom 7.4. – 16.6.2016
(nicht in den Ferien und am Feiertag)
jeweils Donnerstag von 16-17 Uhr
im Sportraum unter der Tennishalle.

Kursgebühr: MG 40,- / NMG 64,-

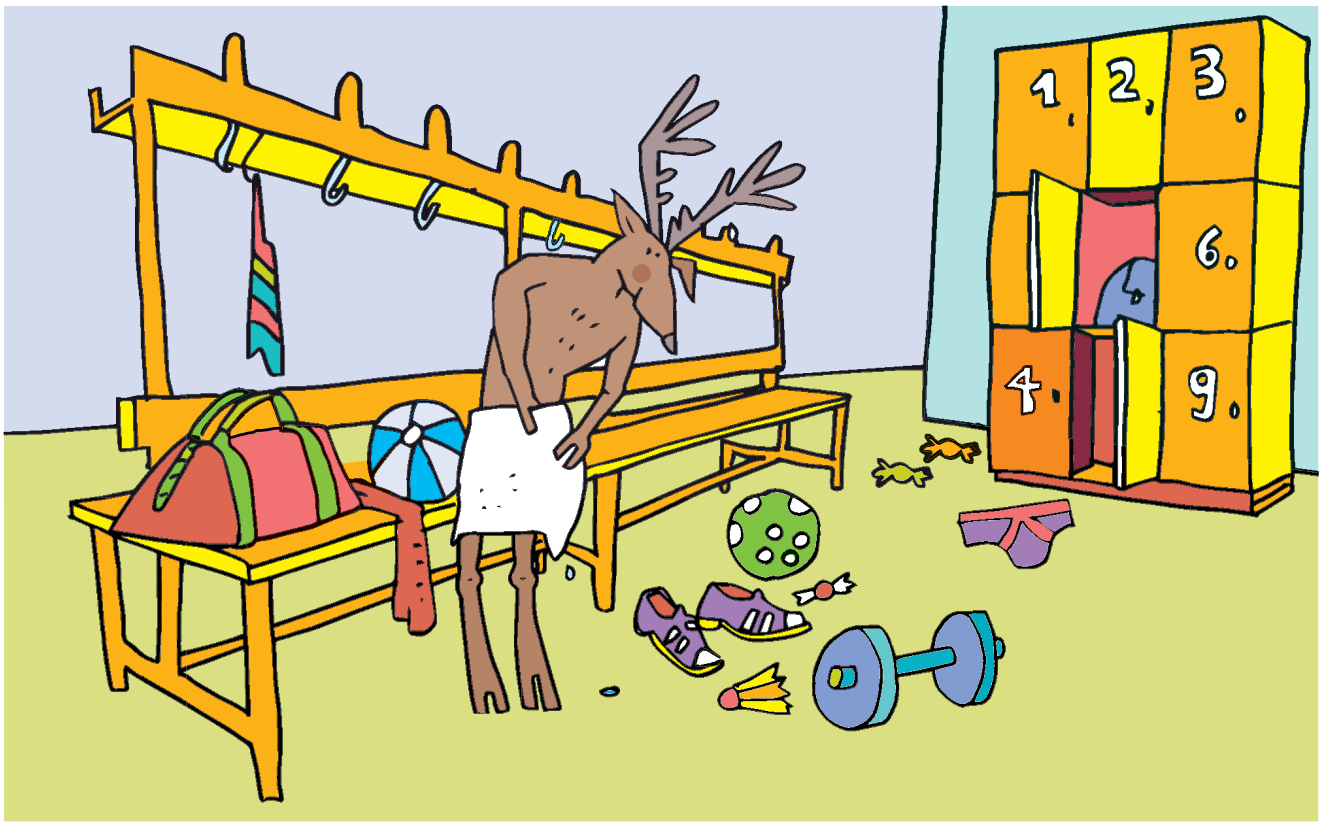
Anmeldung: Geschäftsstelle
TSV Forstenried, Tel.: 745 024 52

TSV-Kids

Unsere Seite für junge Sportler

Hier haben sich 10 Fehler eingeschichen.
Bitte hilf mir sie zu finden.

Mach mit!



Ehrungsabend 2015

Zum Abschluss des Sportjahres 2015 des TSV Forstenried fand am 26.11.2015 bei unseren Nachbarn im Spectaculum Mundi erneut der jährliche Ehrungsabend statt. Die Ehrungen wurden vorgenommen durch den Präsidenten des TSV Forstenried, Dr. Peter Sopp.

Nach einem gemütlichen Essen in der Gaststätte TuttOBene konnten unsere Gäste den Abend ein Stockwerk höher in stimmungsvollem Ambiente entspannt genießen.
Neben den zahlreichen Ehrungen für besondere sportliche Erfolge, 25- und 40-Jahre Vereinszugehörigkeit, sowie außergewöhnliches Vereinsengagement…

…gehörte natürlich ein tolles Rahmenprogramm, welches den Abend abrundete.
Ein großes Dankeschön geht dieses Jahr an die Abteilung Berg & Ski, welche zu ihrem 50. Skikurs-Jubiläum eine Modenschau mit allen bisherigen Skilehrer-Outfits präsentierten.

Vielen Dank auch an alle anderen Mitwirkenden für diesen unvergesslichen Abend!

25

Ehrung für 25 Jahre Vereinszugehörigkeit

40

Ehrung für 40 Jahre Vereinszugehörigkeit

50 + 60

Ehrung für 50 bzw. 60 Jahre Vereinszugehörigkeit

60

Ehrung für 60 Jahre Vereinszugehörigkeit

Ehrung für besonders sportliche Erfolge Munich Animals (Trainer)

Verdienstnadel in Bronze für Dieter Brandl

Verdienstnadel in Bronze für Thomas Arras u. Tanja Freitag

Verdienstnadel in Bronze für Stefan Frauendorfer

Verdienstnadel in Silber für Markus Lahm

Verdienstnadel in Bronze für Stefan Riefler

Verdienstnadel in Bronze für Peter Sacher

Verdienstnadel in Silber für Manfred Wöhrl

Ehrungsabend 2015

Ehrung für besonders sportliche Erfolge im Tennis:
Jara Redweik

Ehrung für besonders sportliche Erfolge im der Leichtathletik:
Sofia Brand

Ehrung für besonders sportliche Erfolge im Gewichtheben:
Georg Nerlinger, Kathrin Eibl, Cuong Tien Kieu u. Danny Sembach

Ehrung für besonders sportliche Erfolge im E-Rollstuhl-Hockey
Munich Animals

Alle Fotos © Hartmut Baier

Herren 1
Saisonbericht 15/16

Nachdem die Herren 1 Mannschaft des TSV Forstenrieds wider Erwarten doch in die Bezirksliga West aufgestiegen ist, war der Leitspruch vor dem Beginn der Saison 2015/16 klar: Klassenerhalt.

Im Laufe der ersten Spiele der Saison wurde deutlich, dass spielerisch durchaus mit den Mannschaften dieser Spielklasse mitgehalten werden kann.
Trotzdem begann die Spielzeit mit teilweise sehr knappen und unglücklichen Niederlagen. Grund dafür war hauptsächlich die Anpassung an den schnelleren und körperlicheren Spielstil in der neuen Liga sowie partiell gravierende Einbrüche der Mannschaft im 4. Spielabschnitt. Die Stimmung innerhalb der Mannschaft war trotz alledem gut und die Devise, man müsse erst einmal Lehrgeld zahlen, um im weiteren Verlauf der Saison Spiele zu gewinnen stark in den Köpfen der Spieler verankert.

Diese Erwartung scheint sich zu bewahrheiten. In der Hinrunde konnten zwei Spiele gegen Germering und Dachau II gewonnen werden. Zu Beginn der Rückrunde zeigt sich die Mannschaft in einer starken Form. Nach einer dramatischen Niederlage gegen DJK München gewann das Team gegen den Drittplatzierten Prittriching und bezwang in einem großartigen Kampf den Tabellenführer aus Landsberg. Hervorzuheben ist bei den letzten beiden Siegen, dass die Spiele bis zum Schluss sehr knapp waren. Im Gegensatz zur Hinrunde, wo knappe Partien oft verloren wurden, war die Mannschaft diesmal mental stark sowie cool genug, um diese Spiele für sich zu entscheiden.

Die Erfolge in jüngster Vergangenheit sollten aber nicht zu dem Schluss verleiten, dass der Klassenerhalt bereits in trockenen Tüchern ist. Die Bezirksliga West ist sehr ausgeglichen und jede Mannschaft kann gegen die andere gewinnen. Sollte sich das Team jedoch weiterhin so wie in den letzten beiden Spielen präsentieren, kann man durchaus optimistisch auf den weiteren Verlauf der Spielzeit blicken. Vor allem wenn Axel, dem wir sehr dankbar sind, dass er seine Freizeit mit uns in der Halle verbringt, weiterhin während der Spiele die Rolle als Coach übernimmt. Dies ermöglicht den etatmäßigen Spielertrainern Philipp und Florian sich nur auf das Spielen zu konzentrieren und nimmt somit die Doppelbelastung von den Beiden.

1. Herrenmannschaft: Aufstieg in die Bezirksliga

Liebe Basketballer,

nachdem ich selbst vor über zwei Jahren meine aktive Basketballzeit beendet habe, stelle ich nun auch mein Amt als Pressewart zur Verfügung.
Ich möchte mich auf diesem Weg bei allen bedanken die mich bei meiner „Basketballkarriere“ begleitet haben.
Zuletzt wünsche ich Euch eine erfolgreiche, verletzungsfreie Rückrunde, dass Ihr Eure Ziele erreicht und nach der Sommerpause wieder mit vollem Elan angreifen werdet.
Danke für Euer Vertrauen der letzten Jahre.

Susi Kratzer

Auch die Unterstützung durch die AnhängerInnen muss hervorgehoben werden. Sogar bei Auswärtsspielen wird die Mannschaft lautstark unterstützt.

Bei den noch anstehenden Spielen freuen wir uns über Eure Unterstützung und hoffen, dass auch weitere Basketballfaszinierte den Weg zu unseren Heimspielen finden um uns lautstark anzufeuern.
Da die Spiele bisher immer sehr knapp und umkämpft waren, lässt sich ein spannendes Erlebnis für die Zuschauer fast garantieren.

Basti F.

Bericht der U16 Bezirksligamannschaft

Mitten drin und doch weit oben
Wir sind nun mitten in der Saison. Von 18 Spielen haben wir bereits 13 gespielt. Acht Spiele haben wir gewonnen und 5 verloren. Gleich im ersten Saisonspiel unterlagen wir Traunstein mit über 20 Punkten. Im Rückspiel waren wir heiß auf einen Sieg. Sollten wir uns verbessert haben? So sehr, dass wir den über 20-Punkte-Unterschied ausmerzen können? Nicht ganz, aber wir haben super mitgehalten: Traunstein schaffte es nicht, sich von uns abzusetzen. Wir ließen keinen höheren Abstand als fünf Punkte zu, doch am En-

de mussten wir uns mit 96:99 geschlagen geben. Ich war schwer beeindruckt von beiden Teams. Toll, dass wir uns so verbessert haben! Immerhin haben wir mit dem wohl nächsten Bezirksligameister Traunstein, zumindest im Rückspiel, mithalten können, und mit ein wenig Glück wäre vielleicht auch ein Sieg drin gewesen. Zur Zeit ist Traunstein mit nur einer Niederlage Erster in der Tabelle. Danach folgen wir direkt auf dem zweiten Rang mit fünf Niederlagen, womit ich nach der Qualifikation zur Bezirksliga wirklich nicht gerechnet habe.

Zwei Niederlagen waren besonders ärgerlich. Beide Spiele verloren wir auf Grund der niedrigen Spieleranzahl. Unser Kader besteht aus 15 Spielern, doch hin und wieder kommt es vor, dass wir zu einem Auswärtsspiel nur zu siebt antreten können. Krankheit, Schule und andere Aktivitäten sind eine große Konkurrenz für den Basketball. Beide Spiele, bei denen wir auswärts nur mit sieben Spielern angetreten sind, haben wir erst im letzten Viertel verloren. Bis dahin waren wir sogar teilweise mit 10 Punkten in Führung. Doch im letzten Viertel war die Foulbelastung zu hoch und die Kondition zu schwach, um die Punkte sicher mit nach Hause zu nehmen. Da wäre es hilfreich gewesen, zwei, am besten drei zusätzliche Spieler zu haben. Vielleicht benötigen wir doch einen Kader von 20 Spielern, damit wir bei den Spielen auch ausreichend Spieler haben.

Unser Spiel in Zahlen

Von 18 Saisonspielen haben wir bereits 13 Spiele absolviert. 8 Spiele gewonnen und 5 Spiele verloren. Mit 998 Punkten haben wir fast schon die 1000er Marke erzielt. Keine andere Mannschaft hat so viele Punkte wie wir gemacht. Leider belegen wir mit 829 kassierten Punkten nur Rang sieben in der Tabelle. Ein Hinweis, dass wir noch viel aggressiver in der Verteidigung sein müssen! Wir arbeiten dran. Bei den erzielten sieben Dreiern sind wir nur einstellig, alle anderen Mannschaften erzielten eine zweistellige Anzahl von Dreiern. Damit sind wir Letzter in der Tabelle. Da sollte sich jeder Spieler animiert fühlen, außerhalb des Trainings auf den Freiplatz zu gehen und mit einem Freund Wurftraining zu absolvieren! Zur Zeit erhalten wir den Fairnesspokal. Mit nur 138 Fouls belegen wir Platz 1, keine andere Mannschaft hat weniger gefoult als wir. Unter den besten Topscorern der Liga sind gleich zwei Spieler von uns vertreten: Jasper hat bisher 249 Punkte gesammelt, durchschnittlich 24,9 Punkte pro Spiel. Damit belegt er Platz zwei in der Liga. Raphael kommt auf einen tollen siebten Platz mit 210 Punkten, durchschnittlich machte er 21 Punkte pro Spiel. Bei der Freiwurfquote ist unsere Mannschaft Top. Keine andere Mannschaft trifft mehr Freiwürfe als unsere U16! 56,8% der Freiwürfe werden verwandelt. Unser bester Freiwerfer ist Jasper, der 78,7% aller Freiwürfe trifft. Bisher wurden ihm 89 Freiwürfe zugesprochen. Mit der Quote belegt er Rang 2 in der Liga. Bei den Dreiern schafft es keiner aus unserer Mannschaft unter die Top 10, doch Declan (3), Marko (2), Julian (1) und Jasper (1) haben sich in die Rangliste eingetragen und sollten sich vielleicht mal auf dem Freiplatz zum Dreiertraining treffen. Viel Spaß dabei.

Ausblick

Wo werden wir am Ende der Saison stehen? Wenn wir bei den Spielen ausreichend Spieler haben, könnten wir eventuell Platz 2 halten. Das wäre eine tolle Überraschung!

Ostern fahren wir wieder auf das international besetzte Turnier in Berlin Moabit. Dort hatten wir schon im letzten Jahr so viel Spaß, das wir uns gleich noch einmal angemeldet haben. Ich freue mich sehr, dass auch die Trainer Max und Paul mitkommen.

Euer Coach Ebse

U16 (Kreisklasse)

Die U16 (Kreisklasse) hat weiterhin regen Zulauf von basketballbegeisterten Spielern. Seit dem letzten Bericht in der Vereinszeitung konnten wir drei weitere Spieler in unsere Spielerliste aufnehmen. Vier Spielerinnen und ein weiterer Spieler probieren zusätzlich derzeit das Basketballspiel bei uns im Training aus.

In der Spielsaison ist die Mannschaft durchaus konkurrenzfähig. Derzeit hält sich die U16-Kreisklasse im Mittelfeld der Tabelle auf, mit guten Chancen sich in der zweiten Saisonhälfte noch weiter nach oben zu arbeiten.

Haltet uns die Daumen, liebe Leser, damit das klappt und dass auch das nötige Quentchen Glück auf unserer Seite ist.

Die Trainer der U16 (Kreisklasse)
Christian Dreher, Paul Reimann

Drei Minuten entschieden über Niederlage

Forstenried war dieses Jahr Ausrichter der Oberbayerischen Ü40-Basketball-Meistersterschaft der Damen. Die Meisterschaft, zu der neben der Spielgemeinschaft Forstenried/Mammendorf/Haunstetten-Könnigsbrunn noch die Spielgemeinschaften Rott/Neuburg/Wasserburg und FC Bayern/Neuötting/Jahn München gemeldet hatten, wurde in Form eines Turniers ausgetragen, bei dem jeder gegen jeden spielte. Um die Knochen etwas zu schonen (alle Beteiligten fühlen sich zwar immer noch jung, doch der Körper sendet nach so einem Turnier meist ganz andere Signale), hat man sich auf verkürzte Spielzeit verständigt. Damit die ganze Veranstaltung reibungslos vonstatten gehen konnte, stellten die Herrenmannschaften bei allen drei Spielen ein kompetentes Kampfgericht.
Im ersten Spiel standen sich die Spielgemeinschaften von Forstenried und Rott gegenüber. Allen Beteiligten war bewusst, dass es sich hier um das entscheidende Spiel handelte, welches den Ausschlag geben sollte wer neben der Spielgemeinschaft des FC Bayern, die schon seit Jahre nicht zu schlagen ist, zur nächsten Runde, der Ü40-Regionalliga Südost-Meisterschaft, reisen durfte. Entsprechend waren beide Mannschaften von Beginn an motiviert und konzentriert. Das Spiel war ausge-

glichen und hätte wahrscheinlich mit einem knappen Ergebnis geendet, wären da nicht die ersten drei Minuten im dritten Viertel gewesen. Aus Gründen, die allen bis heute verborgen blieben, folgte bei der Forstenrieder Spielgemeinschaft nach der Halbzeitpause plötzlich eine unglückliche Verteidigungs-Aktion nach der anderen, die alle Fouls und damit Freiwürfe für den Gegner zur Folge hatten. Und ehe man sich versah, lag man mit 12 Punkten zurück. Ab der vierten Minute im dritten Viertel waren sich beide Mannschaften dann wieder ebenbürtig. Das Spiel endete schließlich mit einer 45:60 Niederlage.

Claudia mit exzellenter Verteidigung

Während sich die Heimmannschaft nun am reichlich ausgestatteten Kuchenbuffet, das von der U16 vorbildlich organisiert und betreut wurde, ausruhen durfte, musste die Spielgemeinschaft Rott sofort wieder gegen den haushohen Favoriten ran. Das Spiel ging trotz toller Gegenwehr erwartungsgemäß mit 30:57 an die Mannschaft FC Bayern/Neuötting/Jahn München.
Im letzten Spiel hatte nun wir Forstenrieder (& Co.) noch einmal die Chance, das Unmögliche möglich zu machen. Schnell war aber klar, dass die Favoriten nichts anbrennen lassen wollten und, im Gegensatz zu einem selbst, keine Ermüdungserscheinungen zeigten. Zur Halbzeit lagen wir bereits mit 8:24 zurück. Nach der Pause platzte aber plötzlich im Angriff der Knoten und gleichzeitig spielten wir eine hervorragende Verteidigung. Die Belohnung waren 8 Punkte in Folge! Zur Aufholjagd reichte es nicht, aber man war sichtlich zufrieden über diesen kleinen Erfolg. Daran konnte auch das Niederlagenergebnis mit 20:42 nichts ändern.

Senta Braun

Basketball Damen 1 – Spiele 5 und 6

Das erste Spiel im neuen Jahr am 24. Januar brachte uns an entlegene Orte im Münchner Osten (Vaterstetten), die wir nach einigen Hindernissen mit dem MVV, Navi bzw. Baustelle rund um die Halle dann schlussendlich auch gefunden haben und pünktlich zu Spielbeginn vollgepackt mit guten Neujahrsvorsätzen antreten konnten.

Anfängliche Nervosität und Aufregung im ersten Viertel beiseite (11:7), konnten wir besagte Vorsätze schnell in die Tat umsetzen und dank einer super Teamleistung zur Halbzeit schon mit 31:16 in Führung gehen. Das gefürchtete dritte Viertel verlief zum Glück auch reibungslos (42:24), ebenso das vierte Viertel, sodass der erste Saisonsieg perfekt war (53:27). Danke Mädels für ein super Spiel, mit viel Einsatz und Kampfgeist!

…der Vollständigkeit halber müssen wir wohl erwähnen, dass Spiel 6 dann leider nicht unser Spiel war und wir uns dem TSV München OST geschlagen geben mussten, aber das macht nichts, es kommen ja noch viele Spiele, die wir

dann wieder für uns entscheiden können! In diesem Sinne, wir freuen uns auf tatkräftige Unterstützung aus den Zuschauerrängen bei den nächsten Heimspielen.

Susie Briegl

Aus Herren 3 wird Männer 4

Wie ist das, wenn man seinen Namen ändern muss? Das geht auf jeden Fall an den Kern, an die Identität und verlangt Kreativität. Man macht es ja auch nicht alle Tage und schon gar nicht ohne Anlass.

Weit mehr als 20 Jahre hieß die Basketball-Mannschaft der Herren, die nicht am Liga-Spielbetrieb teilnimmt, sondern sich nur einmal die Woche montags in Halle 4 in der Graubündener Straße zum Spielen trifft, „Herren 3“. Im Jahr 2015 wurde eine Änderung nötig, weil erfreulicherweise eine dritte Herrenmannschaft in den Ligabetrieb ging. Sie soll künftig den Namen „Herren 3“ tragen, ergänzend zu den anderen beiden erfolgreichen Seniorenmannschaften männlicher Basketballer. Und schwupp war der alte, eingeführte Name für die eingeschworene bunte Truppe, die ihre Kräfte fast nur untereinander misst, weg.

Ideen waren gefragt, am besten, wie immer, aus dem Kreis der Betroffenen. Beim Adventessen sammelte das Team Vorschläge. In lustiger Runde und erst nach dem zweiten Bier. Dabei war zunächst alles erlaubt, und es kamen Titulierungen wie „Golden Warriors“, „Old stars“, „Halle 4 Warriors“, „H4 Freiwurf“ und „H 4 Fighters“ auf den Tisch. Bezeichnungen wie „Ehrgeiz 4“, „Herren Potenz“ und „Underground“ (man spielt quasi im Untergeschoß der großen Sporthalle) zählten zu den exotischeren Ergebnissen dieses vorweihnachtlichen Brainstormings. Nach der Winterpause, in der weitere Alternativen geboren wurden, entschied sich die Mannschaft für „Männer 4“. So ist eine deutliche Unterscheidung zu den Teams des aktiven Spielbetriebs gegeben (Jugendliche/Damen/Herren). Und die Basketballer, die montags in Halle 4 an die Körbe gehen, haben einen neuen Namen.

Übrigens: Neue Männer sind bei der „Männer 4“ immer willkommen. Dies können Sportler sein, die nicht oder nicht mehr am Wochenende zu Ligaspielen und Turnieren antreten wollen, neu Zugezogene, die sich dem Verein erst einmal vorsichtig annähern möchten. Und auch Leute, die aus anderen Abteilungen des TSV kommen und Freude an Basketball haben, sind gerne mit aufgenommen.

Stefan Riefler

Keine „warriors“ oder „fighters“ sondern „coole Typen“ mit gelegentlich etwas Biss und immer Humor sind die Mannen von der Mannschaft „Männer 4“

Trainingscamp für den Skilehrernachwuchs

Noch zwei Ampeln und wir sind an der Talstation der Garmischer Hausbergbahn. Eine wirkliche Winterstimmung kommt noch nicht auf. Es ist der 28. Dezember und wir starten mit den Weihnachtskursen im Grünen. So trocken wie in diesem Dezember war es schon lange nicht mehr, und doch kamen uns die kalten Temperaturen gerade noch recht. So konnten die Skigebiete noch schnell genug Schnee auf die Pisten bringen, so dass unsere Kurse gesichert waren. Mit wenig Schnee, dafür umso mehr Spaß!

Am 2. Januar stand dann direkt das nächste große Event an. Mit unserem Skilehrernachwuchs fuhren wir zum alljährlichen Trainingscamp auf den Stubaier Gletscher. Mit Unterstützung der Schneesport Stiftung war es uns wieder möglich, 19 Jugendliche drei Tage lang in ihrer individuellen Fahrtechnik zu verbessern und dabei noch den Teamgeist zu stärken. Ein kleines Video des Trainigscamps findet ihr unter http://bit.ly/januartraining.

Nun freuen wir uns noch auf den Rest der Saison und hoffen auf einen ordentlichen Schneefall Anfang Februar. Daumen drücken!

Daniel Leicher

Schneesport Stiftung

Herzlichen Dank für Euer ehrenamtliches Engagement!

BSV Aktionstag mit der Schneesport Stiftung
Bereits zum vierten Mal in Folge fand am 17. Januar 2016 der „Schneesport Tag" der Schneesport Stiftung im Rahmen des FIS World Snow Day in Reit im Winkl statt. Dieses Mal engagierten sich einen Tag lang ehrenamtlich sogar über 16 angehende Ski- und Snowboardlehrer der Skigemeinschaft Forstenried-Gauting für insgesamt 62 sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche, Migranten und Flüchtlinge.

Schneesport Stiftung
Die Schneesport Stiftung versteht sich als Gemeinschaft von Stiftern, die es aus ihrer eigenen Erfahrung heraus auch anderen Interessierten ermöglichen möchten, die Faszination des Schneesports kennenzulernen. Je mehr Menschen sich engagieren, desto mehr Projekte können gefördert werden. Einfach und direkt online spenden unter: **www.schneesport-stiftung.de**

Bergwandern

Wem Gott will rechte Gunst erweisen …

Liebe Wanderfreunde,
nachdem 2015 wieder sehr viele an den Wanderungen am Mittwoch teilgenommen haben, bieten wir auch 2016 wieder jede Woche eine Wanderung an. In der Spitze waren mehr als 40 dabei.

Die Busfahrten an den Samstagen mit bis zu 26 Teilnehmern im Jahr 2015 möchten wir dagegen in diesem Jahr aussetzen. Das Angebot am Mittwoch ist einfach attraktiver, weil man sich nicht anmelden muss, weniger Ausflugsverkehr herrscht und die Anforderungen an die Kondition nicht so hoch sind – wie vergleichsweise bei den Bergwanderungen. Schließlich finden die Wanderungen das ganze Jahr über jede Woche statt, gegenüber den Busfahrten sind sie zudem mit geringeren Kosten verbunden.

Also konzentrieren wir uns auf den Mittwoch und hoffen, wieder viele Wanderer begrüßen zu können.

Euer Wanderteam

ELEKTRO GRIESSHAMMER
Innungs-Meisterbetrieb

Elektroinstallationen aller Art, Planung und Beratung,
Halogendesign, Kabelanschluß und Kundendienst, Kleinreparaturen,
Sprech- und SAT-Anlagen,

Gautinger Straße 10 · 81475 München · Telefon 089-745 93 39, Fax 089-759 11 91,
Mobil 01 71-360 12 33

Rückblick auf das Wanderjahr 2015!

Hallo Seniorenwanderer!
Am 09.12. fand wie jedes Jahr unser vorweihnachtliches Zusammensein in Solln, Gasthof Schützenlust, statt. Wir danken für die rege Beteiligung. Das Maxhofer Saitenduo – bestehend aus Ingrid und Maria – hat den musikalischen Rahmen bestritten, dazu haben Rosmarie und Sieglinde ein paar Stücke vorgelesen.

Der Sturm Niklas hat auch unseren Wandertag am 1. April fortgeblasen. Der Streik der Lokführer am 16.5. sowie am 20.5. und die Gleisarbeiten bei der BOB zwischen Holzkirchen–Schaftlach hatten eine Änderung unserer Wanderrouten zur Folge.
Leider sind in diesem Jahr aus unserer Mitte verstorben: Marianne Lösch; Katharina Gramelsberger; Herbert Schmidbauer; Edith Kobe und Maria Voigtmann. Wir werden sie in unserer Erinnerung behalten.

Folgende Wandernadeln wurden an unsere emsigen Wanderer verliehen:

Bronze für das 1. Wanderjahr
Bergauer Karl; Großkreutz Irene; Meyer Elisabeth

Verleihung der Wandernadel an Jutta App

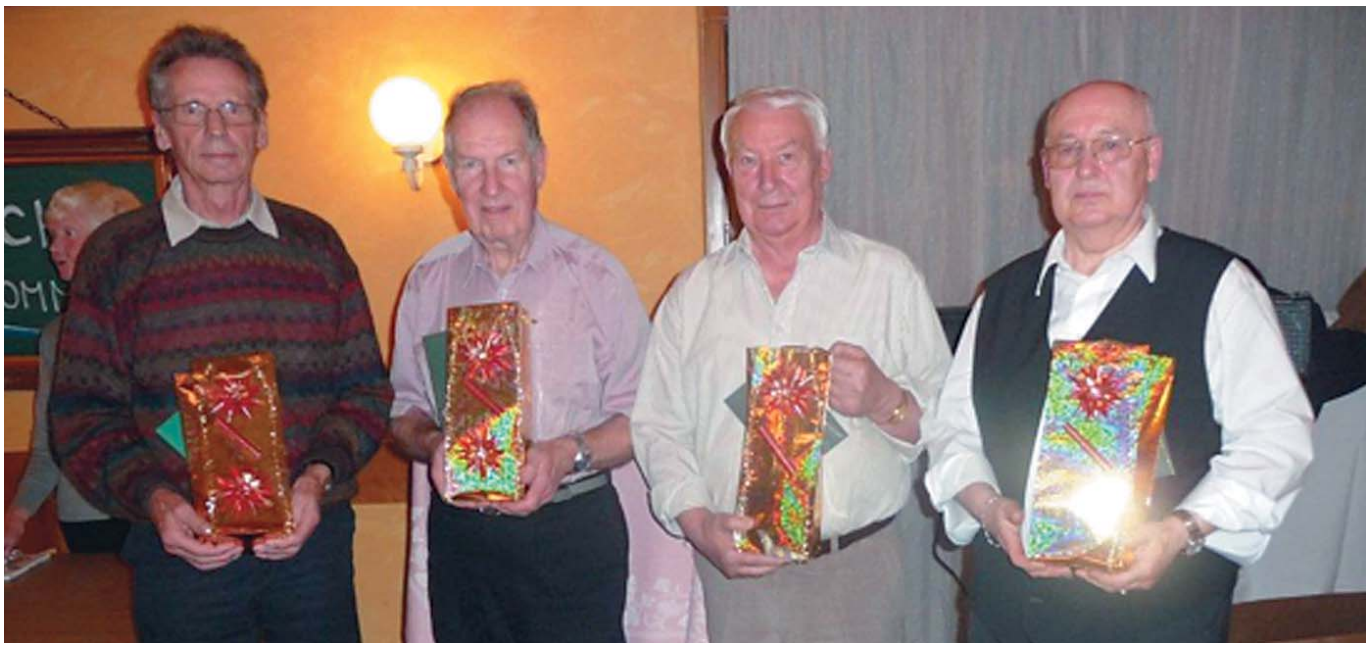
Silber für das 3. Wanderjahr
Körper Magdalena; Ruch Hannelore
Gold für das 5. Wanderjahr
Bartel Johanna; Kolland Bärbel
Gold 10 für das 10. Wanderjahr
Schur Ilse
Gold 15 für das 15. Wanderjahr
Finsterwalder Helene, Neumeier Siegfried
Gold 20 für das 20. Wanderjahr
Büchling Walter
Nochmals herzlichen Glückwunsch.

Vorschau auf März bis Juni

16. März:
Weßling – Steinebach – Weßling
30. März:
Eching – Garching – Ismaning
06. April:
Olching – Fürstenfeldbruck – Buchenau
20. April:
Altomünster – Kleinberghofen – Erdweg
04. Mai:
Icking – Manthal – Starnberg
18. Mai:
Kreuzstraße – Valley – Kreuzstraße
01. Juni: BOB:
Miesbach – Leitzach – Miesbach
15. Juni:
Straßlach – Dürnstein – Hohenschäftlarn
29. Juni:
Herrsching – Frieding – Seefeld – Hechendorf

Folgende neue Mitwanderer begrüßen wir recht herzlich in unserer Mitte: Bergauer Karl; Geist Hubert; Großkreutz Irene und Jürgen; Loesener Wolfgang; Ritter Edith und Schneider Inge.
Für das Wanderjahr 2016 wünschen Eure Wanderführer alles Gute, Gesundheit und schöne Wandertage.

Euer Wanderteam



Die Wanderführer nach der Ehrung, v.l. Willi Zimmermann, Walter Büchling, Günter Reitberger, Wolfgang Paffendorf

Das passiert im Jahr 2016:

Als nächstes steht ein Sechs-Nationen-Turnier für die E-Hockey Nationalmannschaft an. Vom 25. bis zum 28. Februar wird die deutsche Mannschaft in Lignano (Italien) an den Start gehen. Für dieses Turnier hat das Trainerteam um Margot Kainz und Stefan Utz zwei Spieler der Munich Animals nominiert. Andreas Vogt und Stephan Mägele werden die deutschen Farben in Lignano vertreten. Im Laufe des ersten Halbjahres werden noch einige Trainingslehrgänge der Nationalmannschaft stattfinden.

Dann stehen noch zwei Spieltage in der 1. E-Hockey Bundesliga an. Am 19.3.2016 fahren wir zum Auswärtsspieltag nach Dreieich. Danach werden wir am 11.6.2016 zuhause in München die anderen Teams zum 4. und letzten Spieltag begrüßen. Am Ende dieses Spieltags finden auch die Sieger- und Spielerehrungen statt. Vom 13.-16. Mai haben wir eine Einladung von den Iron Cats Zürich. Das Highlight des Jahres wird die Europameisterschaft vom 11.-18 Juli in Spanien sein. Wo hoffentlich auch Spieler der Munich Animals teilnehmen werden.

Auch dieses Jahr wird vom 26.-29. August endlich wieder ein Munich Cup stattfinden.

Es kommt einiges im Kalenderjahr 2016 auf uns zu. Wir freuen uns schon darauf.

Stephan Mägele

1. Mannschaft im Aufwind

Nach langer Durststrecke und vielen Jahren mit sehr durchschnittlichen Leistungen geht es in dieser Saison mit unserer Herren-Mannschaft endlich wieder aufwärts. Stefan Hufnagel und Bekim Beciri haben es geschafft eine Truppe zusammenzustellen, die in der A-Klasse um den Aufstieg in die Kreisklasse mitspielt. Neben einigen altbewährten Kräften konnte das Team mit vielen talentierten Neuzugängen verstärkt werden. Die Jungs können zweifellos Fußball spielen. Mindestens genauso wichtig ist aber die Stimmung im Team. Die Spieler verstehen sich auf und neben dem Platz. Das spürt man einfach!

Das Team überwintert auf Rang zwei, der zum direkt Aufstieg berechtigt. Der Abstand auf Platz 3 beträgt allerdings nur einen Punkt. Jetzt gilt es in der Rückrunde Vollgas zu geben und nicht weiter den vermeidbaren Punktverlusten in der Hinrunde nachzutrauern. Das Potenzial und die Chance zum großen Erfolg ist definitiv da.

Übrigens: Das nächste Heimspiel ist am 3. April (14:15 Uhr). Zuschauer willkommen!

1. Mannschaft: Alt und Jung ergänzen sich

Die Tornado Kidz haben immer noch Spaß

Thomas Arras und Tanja Freitag sind seit der F-Jugend Trainer beim TSV. Dabei wollten sie anfangs nur kurz einspringen, bis ein neuer Trainer gefunden wird, weil die Mannschaft sonst hätte aufgelöst oder aufgeteilt werden müssen. Mittlerweile betreuen die beiden, die auch privat ein super Team sind, die Mannschaft schon im 6. Jahr. Nächstes Jahr geht es in die C-Jugend. Was wäre der Breitensport ohne engagierte Eltern! Sohn Micha ist natürlich auch noch mit dabei.

Bei den Tornado Kidz, wie sich das Team selbst nennt, steht der Spaß im Vordergrund. Mädchen und Jungen unterschiedlicher Nationalitäten kämpfen gemeinsam Woche für Woche leidenschaftlich um Punkte. Das klappt mal mehr und mal weniger gut. Wichtiger ist aber der sportliche Zusammenhalt und die Fairness. Die Mannschaft hat sich in den letzten Jahren kaum verändert. Das allein ist schon eine großartige Leistung.

Größtenteils ist das sicher der Verdienst von Thomas und Tanja. Sie versuchen die Truppe auch neben dem Platz zusammen zu halten. Trainiert wird bei Wind und Wetter. Und ist das mal nicht möglich, trifft man sich alternativ auch schon mal auf dem Schlittenberg. Auch die E-Hockey-WM oder der gemeinsame Ausflug ins Fußballstadion standen schon auf dem Programm. So etwas schweißt zusammen und stärkt die Freundschaften.

Fazit: Die Tornado Kidz wirbeln weiter! Für die kommende Saison wird auch noch dringend Verstärkung gesucht. Dann geht es aufs Großfeld. Wer Lust hat, bitte beim TSV melden. Alle Infos zu Mannschaft und Trainern finden sich auf der Homepage der Fußball-Abteilung.

Fußball-„Senioren“ suchen Verstärkung

Du bist mindestens 32 und hast immer noch Lust auf Fußball?

Dann komm zu uns. Wir – die Alten Herren des TSV – sind eine bunte Truppe, die es trotz gehobenen Alters (einige von uns sind schon deutlich Ü40) noch immer nicht lassen können.
Der Versuch, unsere Karrieren in Japan, China, Katar oder den USA ausklingen zu lassen, ist gnadenlos gescheitert. Deshalb spielen wir jetzt beim TSV und haben vor allem Spaß.

Bei Interesse bitte melden. Kontaktdaten finden sich auf der Fußball-Homepage des TSV.

Inklusionsteam beim Dreikönigsturnier in Gröbenzell

Beim traditionellen Dreikönigsturnier des 1. FC Gröbenzell haben unsere Mädchen und Jungs der Inklusionsmannschaft wieder alles gegeben. Die Spiele der Vorrunde gingen nur ganz knapp verloren. Im Platzierungsspiel konnte in einer spannenden Partie gegen den TSV Oberpframmern dann doch noch ein Sieg eingefahren werden. Insgesamt ein schönes Erlebnis für das Trainerteam und die Spieler und ein gelungenes Turnier.

Dieter Rieger

Unsere Inklusions-Mannschaft vor dem Spiel

Rast muss sein. Tour von Ansbach bis Steinach

Liebe Radtourenfreunde,

Christiane und ich werden wie 2015 unsere Touren führen. Christiane hatte es im vergangenen Jahr übernommen, auch die 50 Kilometertouren zu führen, die einmal im Monat stattfinden. Geplant ist der zweite Montag im Monat. Wie in den vergangenen Jahren führt Christiane auch jeweils am 2. und 4. Donnerstag und ich führe am 1. und 3. Dienstag sowie am letzten Sonntag eines Monats. Zusätzlich unternehmen wir auch zwei Mehrtagesfahrten. Christiane will von Ruhpolding über Trostberg, Tittmoning, Burghausen nach Marktl radeln, während ich in Bayrisch Schwaben unterwegs sein werde.
Wir beginnen Mitte/Ende April und beschließen die Saison Ende September. Natürlich sind witterungs- urlaubs- und krankheitsbedingte Änderungen möglich.

Wie in der Vergangenheit werden wir die Toureninformationen per Email verteilen und im Schaukasten aushängen. Wie immer fahren wir mit Helm und auch auf Wald- und Wiesenwegen möglichst autofrei. Die Räder sollten dafür geeignet sein. Für Interessenten, die noch keine Vereinsmitglieder sind, besteht die Möglichkeit, an maximal zwei Schnupperfahrten teilzunehmen Über Vertretung in Urlaubs- und Krankheitsfällen freuen wir uns. Leider ist Achim nicht mehr in der Lage als Tourenführer aktiv zu sein, wir bitten daher um Unterstützung. Uns allen wünsche ich eine erlebnisreiche, pannen- und unfallfreie Radtourensaison 2016. Das Bild aus den letzten Jahren soll Euch Appetit auf die kommende Radlsaison machen.

Manfred Oberhauser

Therapiezentrum Neuried

- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Massage
- Handrehabilitation
- Elektrotherapie
- Krankengymnastik am Gerät
- Naturmooranwendung
- Schlingentisch
- KG auf neurophys. Grundlage
- Lymphdrainage
- Osteopathie
- Fußreflexzonentherapie
- Ultraschall
- medizinische Trainingstherapie
- Heißluft-, Eisanwendungen
- Extension

Praxis für Physiotherapie Christian Arndt + Ingo Braun
Laubenweg 1 · 82061 Neuried · Tel. 089/7459742 · Fax 089/7459711

TSV FORSTENRIED

Sportangebot Frühjahr 2016

Ihre Ansprechpartner der einzelnen Abteilungen

Basketball
Steffen Krieg
Tel. 089 70939827

Handball
Vicky Kottermaier
Tel. 089 72441543

Tanzsport
Karl Kloppe
Tel. 089 74575047

Berg- und Skisport
Werner Seidl
Tel. 089 7554250

Leichtathletik
Reinhard Maier
Tel. 089 7556524

Tennis
Fredi Kräuter
Tel. 089 75090004

Dart
Kurt Wieser
Tel. 089 716157

Radtouren
Manfred Oberhauser
Tel. 089 754968

Theater
Walter Maier
Tel. 089 6018616

Elektro-Rollstuhlhockey
Roland Utz
Tel. 089 7211481

Rock'n'Roll
Tobias Höbel
Tel. 0176-84057706

Tischtennis
Fred Hausmann
Tel. 089 7554994

Fußball
Michaela Ammer
Tel. 0173-7232863

Schach
Markus Lahm
Tel. 089 46205678

Turnen & Gymnastik
Nadja Mayer
Tel. 0171-9387278

Gewichtheben & Fitness
Georg Nerlinger
Tel. 089 74945978

Taekwondo
Peter Bauer
Tel. 0176-32755700

Volleyball
Ute von Milczewski
Tel. 089 7593767

Gymnastik und Turnen

Königswieser Halle groß				
Montag	16:00–16.45	Ballspiele	4–6 Jahre	Nadja Mayer
	16:45–17:30	Ballspiele	7–9 Jahre	Nadja Mayer
	17:45–18:45	Wirbelsäulengymnastik		Monika Maier
	18:45–19:30	Wirbelsäulengymnastik		Monika Maier
Dienstag	16:30–17:15	Kinderturnen	3–6 Jahre	Erika Reger
	17:15–18:00	Kinderturnen	6–9 Jahre	Erika Reger
	18:00–18:45	Kinderturnen	ab 9 Jahre	Erika Reger
	18:45–19:30	Funktionsgymnastik		Erika Reger
Mittwoch	16:15–17:00	Eltern-Kind-Turnen		Erika Reger
	17:00–17:45	Kinderturnen	3–6 Jahre	Erika Reger
	17:45–18:30	Kinderturnen	6–9 Jahre	Erika Reger
	18:30–19:15	Sport für Teenager	ab 10 Jahre	Erika Reger
Donnerstag	16:15–17:00	Eltern-Kind-Turnen		Erika Reger
	17:00–17:45	Ballspiele	ab 10 Jahre	Erika Reger
	17:45–18:30	Stepp-Tanz	ab 8 Jahre	Rosemarie Pott
	18:30–19:15	Fitnessgymnastik		Rosemarie Pott

Königswieser Halle klein – STUDIO				
Montag	16:00–16:45	Wirbelsäulengymnastik sehr sanft		Monika Maier
	16:45–17:30	Wirbelsäulengymnastik sanft		Monika Maier
Dienstag	16:30–17:15	Eltern-Kind-Turnen		Ramona Eikenkötter
	17:15–18:00	Kinderturnen	3–6 Jahre	Ramona Eikenkötter
	18:15–19:15	BauchBeinePo		Christiane Mauersberg
	19:15–20:15	StepWorkout		Christiane Mauersberg
	20:15–21:30	Zumba		Christiane Mauersberg
Mittwoch	16:30–17:30	Zumba		Olivia Lopes
	17:30–18:30	Pilates		Christiane Mauersberg
	18:30–19:30	Brasils Workout		Christiane Mauersberg
	19:30–20:30	Zumba		Christiane Mauersberg
Donnerstag	16:15–17:00	Rope Skipping	4–6 Jahre	Rosemarie Pott
	17:00–17:45	Rope Skipping	6–10 Jahre	Rosemarie Pott
	18:30–19:30	Zumba		Jessica Will
Freitag	10:15–11:00	Wirbelsäulengymnastik sehr sanft		Anna Maier

Berner Halle groß				
Montag	15:30–16:15	Eltern-Kind-Turnen		Rosemarie Pott
	16:15–17:00	Geräteturnen	6–9 Jahre	Rosemarie Pott
Donnerstag	08:00–08:45	Gesund und fit ab 60		Rosemarie Pott
	08:45–09:30	Gesund und fit ab 60		Rosemarie Pott
	16:00–16:45	Kinderturnen	3–6 Jahre	Andrea Steer
	16:45–17:30	Kinderturnen	6–8 Jahre	Andrea Steer

Thomas-Mann-Gymnasium				
Freitag	17:45–18:30	Rope Skipping	6–10 Jahre	Rosemarie Pott
	18:30–19:15	Rope Skipping	ab 10 Jahre	Rosemarie Pott

Halle Forstenrieder Allee 175				
Dienstag	16:15–17:00	Eltern-Kind-Turnen		Rosemarie Pott
	17:00–17:45	Kinderturnen	3–6 Jahre	Rosemarie Pott
	17:45–18:30	Kinderturnen	6–8 Jahre	Rosemarie Pott
	18:30–19:15	Kinderturnen (Geräte)	ab 9 Jahre	Rosemarie Pott

Walliser Halle				
Mittwoch	18:00–18:45	Wirbelsäulengymnastik		Rosemarie Pott
Donnerstag	18:30–19:15	Stretching		Gertraud Thau

Pfarrsaal Heilig Kreuz				
Dienstag	09:00–09:45	Gesund und fit ab 60		Herta Uhl
	10:00–10:45	Gesund und fit ab 60		Herta Uhl
	18:30–19:30	Damengymnastik		Herta Uhl

Pfarrsaal St. Borromäus				
Mittwoch	09:00–09:45	Bauch, Beine, Rücken, Po		Monika Maier

Sportraum unter der Tennishalle				
Montag	09:00–10:30	Yoga		Erika Honka
	10:45–12:15	Tanzgymnastik		Hermann Seidl
	17:30–18:15	Theraball		Rosemarie Pott
	18:15–19:00	Funktionsgymnastik		Rosemarie Pott
	19:15–20:00	Pilates I Basic		Rosemarie Pott
	20:00–20:45	Pilates II		Rosemarie Pott
Dienstag	09:00–09:45	Hockergymnastik		Rosemarie Pott
	10:00–10:45	Fitnessgymnastik		Rosemarie Pott
	10:45–11:30	Fitnessgymnastik		Rosemarie Pott
	18:00–19:00	Oriental Dancing	Fortgeschrittene	Nadja Rogler
	19:00–20:00	Oriental Dancing	Anfänger	Nadja Rogler
Mittwoch	09:00–10:00	Faszientraining		Susie Schmidt
	10:00–11:00	bodyART		Susie Schmidt
	17:30–18:15	Gespräche am »Lagerfeuer«		Hans Michael Huber
	18:15–19:45	Yoga		Hans Michael Huber
Donnerstag	08:15–09:45	Yoga		Erika Honka
	10:30–11:15	Pilates I		Monika Maier
	11:30–12:15	Pilates II		Monika Maier
Freitag	08:45–09:30	Wirbelsäulengymnastik		Monika Maier
	10:00–11:00	Pilates/Stretching		Christiane Mauersberg
	11:00–12:00	Zumba		Christiane Mauersberg
	15:45–16:30	Stretching		Rosemarie Pott
	16:30–17:15	Osteoporose		Rosemarie Pott

Weitere Angebote

Basketball				
Montag	17:00–18:30	U14 mix	GFW 1+2	Berk Hayirli
	18:30–20:00	U16 mix	GFW 1+2	Eberhard Krüger
	20:00–21:30	Herren 2	GFW 2	Toni Teuber
	20:00–21:30	Damen 1	GFW 1	Axel Guntermann
	20:00–22:00	Herren 1	GFW 3	Philipp Wißmeier
	20:30–22:00	Herren 3	GFW 4	Stefan Riefler
Dienstag	18:30–20:00	U18 mix	Großhadern	Alex Engelberger
Mittwoch	17:00–18:30	U12 mix I	GFW 4	Emir Kadic
Donnerstag	20:00–21:30	Herren 2	TMG 1	Toni Teuber
	20:00–21.30	Damen 2	Großhadern	Senta Braun
Freitag	17:00–18:30	U12 mix	Fürstenried	Emir Kadic
	17:00–18:30	U14 mix	Fürstenried	Berk Hayirli
	18:30–20:00	U16 mix I	Fürstenried	Eberhard Krüger
	18:30–20:00	U18 mix	Fürstenried	Alex Engelberger
	20:00–22:00	Herren 1	Fürstenried	Florian Wißmeier
Dart				
Montag	18:30–20:30	ab 12	UG GFW	
Dienstag	18:30–20:30	ab 12	UG GFW	
Elektro-Rollstuhlhockey				
Dienstag	18:30–21:00	ab 16	Pfennigpar.	
Freitag	19:00–21:00	ab 16	Pfennigpar.	
Gewichtheben / Fitness				
Mo.–Fr.	18.00–20.00	ab 12	GHR	
Leichtathletik – Sommer April - September				
Montag nV	20:00–21:30	Wettkampfgr.	ab 16 Jahre	GH-Raum
Dienstag	16:00–17:00	Kinder U 10	7–9 Jahre	BSA
	17:30–19:00	Kinder U 12	10–11 Jahre	BSA
	17:30–19:00	Jugend	12–13 Jahre	BSA
	19:00–20:30	Jugend	14–17 Jahre	BSA
Donnerstag	16:00–17:30	Kinder U 10	7–9 Jahre	BSA
	17:30–19:00	Kinder U 12	10–11 Jahre	BSA
	17:30–19:00	Jugend	12–13 Jahre	BSA
	19:00–20:30	Jugend	ab 14 Jahre	BSA
Rock'n'Roll				
Montag	18:00–19:00	Anfänger	8–12 Jahre	Kön 2
	19:00–20:00	Jugendtrain.	ab 12 Jahre	Kön 2
	20:00–22:00	freies Training		Kön 2
Dienstag	19:30–22:00	freies Training		Kön 1
Mittwoch	19:45–22:00	freies Training		Sportraum
Donnerstag	18:00–20:00	freies Training		Sportraum
	20:00–22:00	Hobbytraining	ab 16 Jahre	Sportraum
Freitag	19:00–22:00	freies Training		Kön 1
Sonntag	14:00–16:00	freies Training		Sportraum

Nordic-Walking				
Montag	08:30–10:00	Erw, Sen g	ab 21 Jahre	FoP1
Donnerstag	08:30–09:30	Erw, Sen g	Einsteiger	FoP1
Freitag	16:00–17:30	Erw, Sen g	ab 21 Jahre	FoP1
	16:00–17:00	Jug., Ausdauerl.	ab 14 Jahre	FoP1
Schach				
Donnerstag	17:00–18:30		ab 6 Jahre	Schachr.
	18:30–21:00		Erwachsene	Schachr.
Taekwondo				
Montag	17:00–18:30	Kinder	ab 7 Jahre	Wal 1
	18:30–20:00	Erwachs.	ab 16 Jahre	Wal 1
Mittwoch	17:00–18:30	Kinder	ab 7 Jahre	Wal 1
	18:30–20:00	Erwachs.	ab 16 Jahre	Wal 1
Tanzsport				
Dienstag	19:00–22:00	SLT	ab 18 Jahre	Wal 2
Mittwoch	19:00–22:00	SLT	ab 18 Jahre	Wal 1+2
Donnerstag	19:00–22:00	SLT	ab 18 Jahre	Wal 2
Freitag	20:00–22:00	SLT	ab 18 Jahre	Wal 1
Tischtennis				
Montag	18:00–19:30	Jug. + Kinder	9–17 Jahre	TMG 2
	19:30–22:00	Punktsp. 3.+5.MS		TMG 2
Mittwoch	18:00–19:30	Jugend(training)		TMG 2
	19:30–22:00	Herrentraining		TMG 2
Donnerstag	18:00–22:30	Punktsp. 2.4.6.MS		TMG 2
Freitag	19:15–22:30	gem. Training		TMG 2
Volleyball				
Montag	16:30–18:00	Jugend m	Jg.1999–2002	GFW 3
	18:00–20:00	Damen	Jg.1990–1998	GFW 3
	19:45–21:45	Mixed	Jg.1953–1965	Kön 1
	21:30–23:00	Herren	Jg.1986–1992	GFW 2
Mittwoch	20:00–21:30	Mixed	Jg.1964–1985	Kön 1
Donnerstag	16:30–18:00	Damen	Jg.1990–1998	GFW 3
	18:00–20:00	Herren	Jg.1986–1992	GFW 3
	20:00–21:45	Mixed	Jg.1968–1988	Kön 1
Freitag	17:00–19:00	Jugend w	Jg.1999–2003	Kön 1
	19:00–21:00	Mix. Liga	Jg.1964–1989	Südl.Auff.Allee

Halbjahresbeiträge Aufnahmegebühr 15 €	
A Vollmitglied	66 €
B Ehepartner	57 €
C/D/E Jugendliche (bis 20 J.) Schüler/ Studenten/Azubis (bis 25 J.)	42 €
F Fördernde Mitgliedschaft (passiv)	27 €
G Behinderte (ab 80%)	42 €

Abteilungsbeiträge	halbjährlich	
Basketball/Handball		24 €
Fußball Jugend/Sen.		60€/42€
Rock'n'Roll		36 €
Taekwondo		24 €
Tanzsport		12€
Tischtennis		15 €
Tennis	jährlich	
	A-Mitglied	190 €
	B-Mitglied	160 €
	C/D-Mitglied	100 €
	E-Mitglied	130 €

Verzeichnis der Abkürzungen	
Ber	Schule Berner Straße 6
BSA	Graubündener Straße 100
Fü	Fürstenrieder Straße 159 (Gymnasium)
FoP1	Forstenrieder Park, Maxhofstraße
GFW	Gymnasium Fürstenried West
Großh	Am Hedernfeld 42–44
Kön	Schule Königswieser Straße 7 (Eingang Vinzenz-Schüpfer-Straße)
SpR	Sportraum unter der Tennishalle - Graubündener Straße 102
TMG	Thomas-Mann-Gymnasium, Drygalski-Allee 2
Wal	Schule Walliser Straße 5

Handball
Trainingszeiten: www.TSV-Forstenried.de
Abteilungshomepage: Handball

Fußball
Trainingszeiten: www. TSV-Forstenried.de
Abteilungshomepage: Fußball

Hier finden Sie unsere Übungs- und Trainingsstätten:

Hier könnte auch Ihre Werbung stehen …

Der TSV Forstenried e. V. wird gefördert vom

Freistaat Bayern **und der** **Landeshauptstadt München**

Bezirksliga Oberbayern

Mit dem 13.02.2016 endete der letzte Liga-Kampftag für die Heberinnen und Heber des TSV Forstenried. Die Mannschaft sicherte sich überragend und mit deutlichem Abstand den 2. Tabellenplatz.
Die Begegnungen im neuen Jahr im Einzelnen:

6. Wettkampftag am 16.01.2016
Die Mannschaft kämpft auswärts und reist im Schneegestöber zum TuS Raubling. Trotz der in der Saison überwiegend komfortablen Situation über genügend einsatzfähige Heber zu verfügen, bereiten kurzfristige Absagen unserer Mannschaftsführung Aufgabenstellungen. Der TUS Raubling tritt mit einer neu aufgestellten Mannschaft an, gegen die so noch nicht gehoben wurde und die damit im Vorfeld schlecht einzuschätzen ist. Da sich Sarah Mentzen noch erkältungsbedingt erholen muss, aber selbstverständlich mit Pascal Totz zum Wettkampf aus Hamburg anreist, wird auf der Hinfahrt noch strategiert, denn wir wollen den Wettkampf auf keinen Fall verlieren… wer reist schon aus Hamburg an um zu verlieren…das geht gar nicht!

So angespornt, wird geplant, das Kati Eibl ihre Schulter schont und „nur" im Reißen antritt und Gerd Pöll – nach vielen Jahren Pause – mit seiner Erfahrung als Ersatz noch Punkte im Stoßen sichert. Weiterhin starten Nadja Sennhenn, Robert Vogl, Danny Sembach, Pascal Totz und Schorsch Nerlinger.

In der ersten Gruppe beginnt das Reißen mit Nadja Sennhenn, Kati Eibl und Robert Vogl, die solide Leistungen abrufen, so dass die Mannschaft mit 277,3 zu 240,2 Sinclair Punkten leicht in Führung geht. Danny Sembach reißt – gewohnt sicher – 95 kg im dritten Versuch und steigert dabei gegenüber dem ersten Versuch um 10kg. Auch Pascal Totz zeigt seine gute Form und steigert von 94 kg souverän auf 102 kg im dritten Versuch. Georg Nerlinger reißt sicher 104 kg, verletzt sich aber leicht bei seinem 2. Versuch. Es gilt Punkte zu sichern, deshalb gibt Schorsch nicht so leicht auf und kämpft mit den 108 kg, die heute aber wegen der beim ersten Versuch erlittenen Zerrung nicht gelingen wollen.

Nach dem Reißen hat die Forstenrieder Mannschaft mit 618,2 zu 535,6 Sinclair Punkten den Vorsprung weiter leicht ausgebaut, aber was erwartet uns mit dem Gegner im Stoßen?
In der kleinen Pause zwischen Reißen und Stoßen dann das „strategische Aus" für Schorsch Nerlinger. Der Punktevorsprung ist zu gering und wenn Schorsch nicht die „gewohnten" 120 Sinclair Punkte im Stoßen durchsetzen kann, dann wird's wohlmöglich nicht zum Sieg reichen und unsere Hamburger sind „zum Frust" angereist…das geht gar nicht !!

Und nun zeigt sich wieder einmal der Team Spirit der Mannschaft, die auf diese urplötzliche Veränderung unter Wettkampfdruck reagieren muss. Kati Eibl entscheidet kurzerhand, dass sie mit einem Sicherheitsversuch im Stoßen mit 60 kg antritt um Punkte zu sichern und um damit Gerd Pöll als Ersatz für Schorsch an den Start zu bringen. Dabei steigert sie sich um 10 kg auf lokkere 70 kg im letzten Versuch an ihre Bestmarken heran und holt im Stoßen 138 Sinclair Punkte. Derart motiviert greift Pascal Totz an und steigert von 124 kg im ersten Versuch auf neue Bestleistung von 131 kg! Nadja Sennhenn setzt ihre Vorgaben ebenfalls souverän um, bringt 55 kg zur Hochstrecke und sichert der Mannschaft damit 102,9 Sinclair Punkte. Als dritter der ersten Gruppe im Stoßen meistert Robert Vogl seinen ersten Versuch mit 110 kg sicher und bringt damit 124,2 Sinclair Punkte auf das Mannschaftskonto. Nur die 115 kg wollen unter den strengen Augen des Kampfrichters nicht gelingen. Gerd Pöll – nun als Ersatz für Schorsch anstatt wie geplant für Kati – bringt 80 kg ebenfalls korrekt nach oben und verbucht 94,1 Sinclair Punkte für die Mannschaft. Im Stoßen hat die Mannschaft im 2. Durchgang mittlerweile gute 130 Sinclairpunkte Vorsprung und gibt die Führung auch nicht mehr ab, so dass Danny Sembach mit einem einzigen Versuch mit 115 kg und 139,3 Sinclair Punkten den Sack zu machen kann.

Die Mannschaft und Betreuer beim 7. Wettkampftag (von links, obere Reihe) mit Gerd Pöll (Wettkampfleiter mit Landeslizenz), Georg „Schorsch" Nerlinger, Robert „Bibi" Vogl, Bertram „Bertl" Burner, „Dida" Frey, sowie davor Felix Schelchshorn, „Kati" Eibl und Dany Semmbach

Im Ergebnis gewinnt die Mannschaft in einem furiosen Wettkampf hoch verdient mit 1366,4 zu 1097,0 Sinclair Punkten, wobei Pascal Totz mit 266,4 Gesamtpunkten als Mannschaftsbester hervorsticht. Nach Stärkung mit Nudeln und Pizza geht's dann mit Schleichfahrt im Schneesturm und zufriedenen Gesichtern wieder zurück nach München.

7. Wettkampftag am 30.01.2016

Bertram Bertl Burner, der seit längerem zusammen mit Dida Frey die Mannschaft im Wettkampf einstellt und betreut, hatte in Raubling noch hinter vorgehaltener Hand geraunt und manifestiert, „dass er sein Zeug schon dabei habe um – wenn's wär – mannschaftsdienlich einzugreifen…."

Und dann: Der TSV empfängt zu Hause die starke Mannschaft von KSC Attila Dachau II und muss sich wieder einmal auf neue Gegebenheiten einstellen. Unsere Hamburger Sarah Mentzen und Pascal Totz können diesmal nicht in der Aufstellung antreten. Bane ist familientechnisch verhindert, Nadja dienstlich unterwegs und Gerd Pöll ist als Kampfrichter bestellt. So startet – wie unser Mannschaftsführer Schorsch Nerlinger zum Schluss hervorhebt – der TSV an seinem 7. Kampftag zuhause wieder einmal mit veränderter Aufstellung. Danny Sembach, Kati Eibl, Robert Vogl und Schorsch Nerlinger bilden unverändert, wie in vielen Wettkämpfen vorher, das Fundament der Mannschaft und können wichtige Punkte sichern, aber es braucht 6 Heber in der Mannschaft um überhaupt eine Chance zu haben. Ohne zu zögern springt Felix Schelchshorn kalt ein und Bertram Bertl Burner zieht nach einer gefühlten Ewigkeit in Jahren sein Trikot an und geht zum Wiegen. Sensationell, Mannschaft komplett angetreten.

In der ersten Gruppe im Reißen bleibt Kati mit 56 kg – noch leicht in der Schulter gehandicapt – knapp unter ihren Bestmarken. Felix Schelchshorn peilt 200 Sinclair Punkte als Gesamtleistung an und sichert mit 72 kg im Reißen davon schon die ersten 87,9 Punkte. Bertl Burner hat nichts verlernt und liefert nach 14 Jahren Wettkampfpause 3 gültige Versuche mit zuletzt 51 kg und 87,9 Sinclairpunkten für das Mannschaftskonto ab. Trotz allem Einsatz in der ersten Gruppe, steht der TSV zu diesem Zeitpunkt mit 260,7 zu 301 Sinclair Punkten hinten. Nicht auszudenken, wenn die Punkte von Felix und Bertl „fehlen" würden. Vor „ausverkauftem Haus" und toller Zuschauerkulisse greifen Danny Sembach, Robert Vogl und Schorsch Nerlinger an. Schorsch und Robert wiederholen mit 104 kg und 78 kg ihre Leistungen vom vorherigen Wettkampf. Danny lässt beim 3. Versuch 99 kg auflegen, holt damit 120 Sinclair Punkte und wird Bester in unserer Gruppe im Reißen. Im Zwischenergebnis steht es nach dem Reißen nun 578,1 zu 524,7 Sinclair Punkte für den TSV und es wird spürbar, dass der TSV hier und heute nichts aus der Hand geben will. Im Stoßen sind unsere Athleten immer sehr stark und mit dem Beifall der zahlreichen Zuschauer aus dem Lager unserer Mannschaft bauten die Heber des TSV den knappen Vorsprung nach dem Reißen kontinuierlich auf über 120 Sinclairpunkte aus. Hervorzuheben ist Kati, die trotz Zwicken in der Schulter ihre Leistung mit 70 kg im Stoßen abgerufen hat, Robert, der abermals die 110 kg zur Hochstrecke brachte, noch mal Bertl, der 3 gültige Versuche mit zuletzt 73 kg sicher nach oben brachte und Felix Schelchshorn, der mit 201,3 Sinclairpunkten seine Vorgabe ohne große Vorbereitung auf den Wettkampf „kalt" erreichte. Danny Sembach überzeugte zu guter Letzt mit gewohnt blitzsauberer Technik und wurde mit 270,2 Sinclair Punkten zu Recht bester Heber der Mannschaft.

Er kann's noch … Bertl beim Stoßen

Nach einem fairen Wettkampf siegt der TSV verdient mit 1304,8 zu 1136,3 Sinclair Punkten über den starken KSC Attila Dachau II.

Letzter Wettkampftag am 13.02.2016

Am letzten Wettkampftag startet der TSV mit Sarah Mentzen, Kati Eibl, Robert Vogl, Danny Sembach, Pascal Totz und Georg Nerlinger in seiner stärksten Besetzung in Schrobenhausen gegen die HG Ingolstadt-Schrobenhausen mit dem Ziel, den 2. Tabellenplatz mit Abstand abzusichern.

Bereits im Reißen wird die Überlegenheit der Mannschaft deutlich. Sarah Mentzen und Kati Eibl reißen jeweils mit 3 gültigen Versuchen im Maximum 56 kg und 63 kg und erreichen ihre Bestmarken. Robert Vogel bestätigt wieder einmal seine 78 kg. Danny verbessert auf 100 kg, Pascal auf 103 kg, jeweils mit 3 gültigen Versuchen und Schorsch Nerlinger verbesserte im 2. Versuch auf 108 kg, so dass die Mannschaft des TSV nach dem Reißen bereits mit 677,5 zu 467,2 Sinclair und fast 200 Punkten Abstand in Führung liegt. Nach kurzer Pause steigerten sich die Heber im Stoßen noch einmal deutlich. Sarah Mentzen ging auf 66 kg und scheiterte nur knapp an den

aufgelegten 71 kg im letzten Versuch. Kati Eibl ging mit 73 kg in Richtung ihrer Bestmarken und scheiterte ebenfalls nur knapp an den aufgelegten 76 kg. Robert Vogl verbesserte sein Ergebnis mit 3 gültigen Versuchen auf 113 kg. Danny Sembach und Pascal Totz, ebenfalls blitzsauber mit 3 gültigen Versuchen, beide exakt mit 130 kg und zuletzt Schorsch Nerlinger mit 110 kg, der damit in der Gesamtwertung seiner Altersklasse wieder einmal einen bayerischen Rekord einstellte.

Am Ende erreicht die Mannschaft des TSV mit 1503,6 Sinclair Punkten ihr bestes Saisonergebnis und sichert sich damit souverän und mit Abstand den 2. Tabellenplatz in der Bezirksliga Oberbayern. Herzlichen Glückwunsch!

Luftiger Wind durch „die Trampoliner" Isabella, Manuel, Annika, Gabriella, und Steffi (von links) zwischen „Bertl" Burner und Landestrainer Markus Thiel

Was sonst noch so geht …

Eine neue olympische Disziplin zieht in den Kraftkeller ein …

Die Munich-Airriders sind ein Trampolinverein in München und bieten Trampolinturnen vom Freizeitsport für jedermann bis zum Leistungssport für Ambitionierte an. Im Jahre 2015 wurde der Verein vom Deutschen Olympischen Sportbund für seine tollen Erfolge im Trampolinturnen mit dem "Grünen Band" für vorbildliche Talentförderung ausgezeichnet. Vier Kaderathleten der Jugend (13 – 18 Jahre) des Landesleistungszentrum des bayerischen Turnerverbands waren im November 2015 in Dänemark auf der Jugendweltmeisterschaft und belegten vordere Plätze. In der Nachschau befand Landestrainer Markus Thiel dass seine Athleten im Vergleich zu den führenden Nationen noch Potenzial im Ausbau der Beinschnellkraft haben und vertiefte die Aufgabenstellung mit dem Physio. Tja, und dieser Physio ist unser Multitalent Felix Schelchshorn, der am 7-Wettkampftag mal eben kalt als Reserve eingesprungen über 200 Sinclair Punkte für die Mannschaft machte und leidenschaftlicher Rock'n'Roller ist … So lief Landestrainer Markus Thiel am Dienstag, 26.01.20016, mit 5 Trampolinern bei uns im Keller auf und die Athleten absolvierten ein erstes Probetraining. Unser „Bertl", der sich in der Nachwuchsarbeit über Jahrzehnte verdient gemacht hat, nahm sich den Neulingen gleich an und entwickelte – unter den aufmerksamen Augen von Landestrainer Markus Thiel – ein speziell auf die Aufgabenstellung orientiertes Programm, was in Zukunft jeden Dienstag intensiviert werden soll… So kommt – mit einer weiteren olympischen Disziplin – luftiger Wind in unsere Abteilung. Herzlich willkommen.

Zum guten Schluss …

Am 22. Januar richtete die Abteilung Gewichtheben die mittlerweile legendäre Feier zum Jahreseinklang aus. Dazu wurden wieder 40 kg feinstes Wildschweinfleisch von der Mosel durch die Meisterhand von Hacki Wagners Köchen in ungarisches Pörkelt verwandelt und standesgemäß am Dreibein im großen Topf über offenem Feuer geschmörgelt. Auch Metzger Michi Knipfer ließ es sich wieder nicht nehmen, unter staunenden Augen meterlange frische Bratwürste zu zelebrieren. Neben dem fertigten viele helfende Hände ein Sternebuffet an und es wurde ein toller, sehr langer und unvergesslicher Abend unter Freunden. Echt Klasse!

Thomas Kulle

BLUMEN IN ALLE WELT · INTERFLORA · FLEUROP

Blumenhaus Müller

Das Fachgeschäft in Forstenried

München-Forstenried, Fritz-Baer-Straße 16, Telefon 755 73 54
(Sonntags geöffnet von 10.00 - 12.00 Uhr)

Wettkampfrückblick

Hallensaison und Winterwurf

Bei der **Südbayerischen Hallenmeisterschaft Männer/Frauen und U18**, am 10.1.16 in der Werner-von-Linde-Halle (Olympiapark), hatten einige unserer Athletinnen und Athleten einen gelungenen Jahresauftakt: Bei den Frauen lief Lisa Gnam über 60 m in 7,88 Sek. auf Platz 3, über 200m erzielte Lisa mit 27,48 Sek. ebenfalls eine gute Zeit. In der Jugend U18 schaffte Johannes Kraft mit 7,38 Sekunden über 60 m eine persönliche Bestzeit. Neuzugang Jonathan Genk lief die 60 m in 7,32 Sek. und Felix Biernath in 7,58 Sek.
Andreas Baumgartner sprintete als U16 über 60 m mit 7,59 Sekunden ebenfalls eine sehr ansprechende Zeit. Fabian Nadegger konnte im Weitsprung mit 6,22 m Platz 8 bei den Männern erreichen.
Die **Bayerische Winterwurfmeisterschaft**, am 6.2.16 in Wiesau, gewann im Speerwurf der U20 Sabrina Reusch mit 39,64 m.

Unsere Leichtathletik Hallenveranstaltung **„Munich Indoor"**, am 16.1.2016 in der Werner-von-Linde-Halle, war mit 709 Teilnehmer/innen aus 113 Vereinen wieder sehr gut besucht und ver-

Moritz Haberger war erfolgreichster Teilnehmer des TSV.

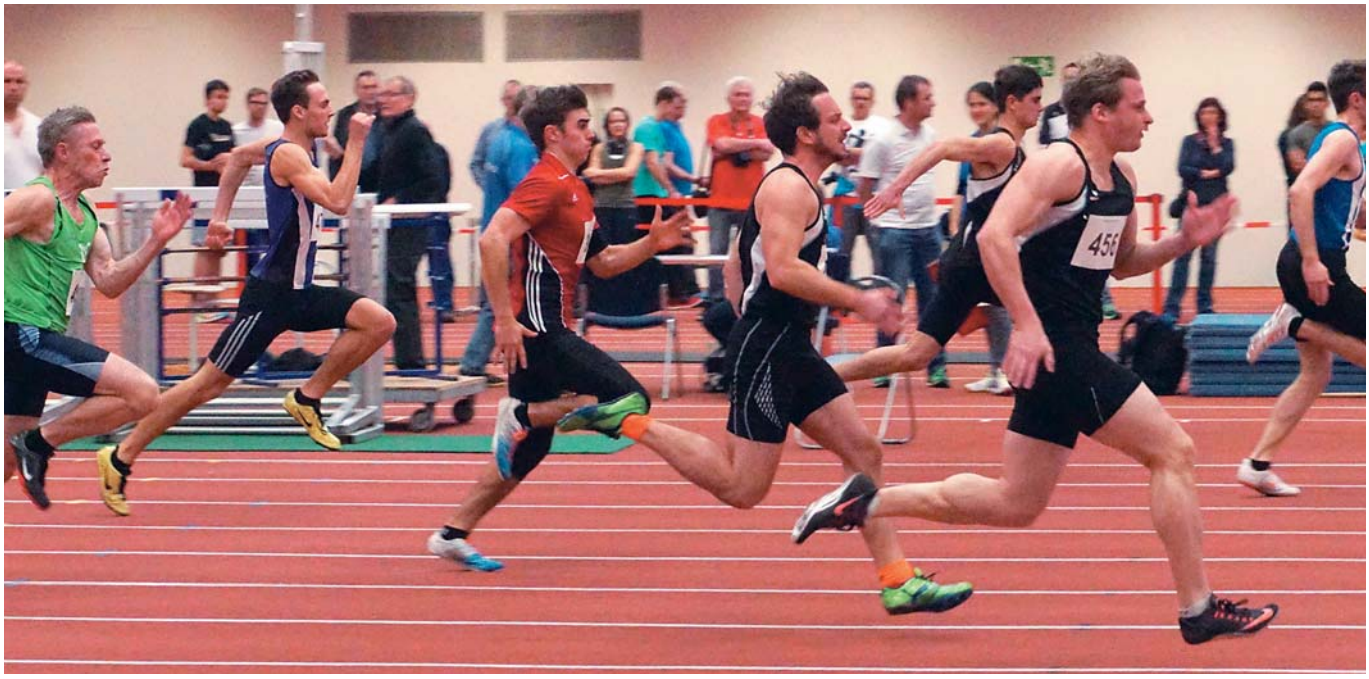
langte den insgesamt 76 Kampfrichter/innen und Helfer/innen, davon 18 vom TSV Forstenried, wieder alles ab. Durch die Teilnehmer/innen aus der Schweiz, Österreich, Italien, USA und aus anderen Landesverbänden gab es in fast allen Disziplinen hervorragende Leistungen und spannende Wettkämpfe. Leistungen unserer Athleten: Pedro Garcia 60 m Hürden 8,03 Sek. (1.Platz mit Quali für die DM) und 200 m 22,87 Sek.; Johannes Kraft 60 m 7,43 Sek. und 200 m 23,79 Sek. mit neuer pers. Bestzeit; Felix Biernath 200 m 24,69 Sek. Anastasia Radunski 60 m 8,67 Sek.; Lisa Gruber (W14) Weit 3,96 m, 60 m 9,06 Sek. Kugel 7,16 m; Viola John W13 60 m 8,99 Sek., Weit 3,94 m, 60 m Hürden 11,22 Sek.; Janika Bonewit W12 Kugel 8,43 m. Erfolgreichster Teilnehmer des TSV war Moritz Haberger (U14). Moritz gewann die 60 m in 8,27 Sek. sowie den Hochsprung mit 1,49 m und kam im 800 m Lauf mit 2:31,33 Min. auf den 2. Platz.

Bei der **Bayerischen Hallenmeisterschaft MF/U18**, am 23./24.1.16 in Fürth, konnte Johannes Kraft über 60 m mit 7,45 Sek. Platz 8 und über 200 m mit 24,05 Sek. Platz 7 erreichen.

Sportwoche Ostern 2016

Trainingswoche des TSV Forstenried, in München, 19.3. bis 25.3.16 (erster Ferienteil)
In den Osterferien wird bei entsprechender Nachfrage in München eine Trainingswoche angeboten. Nähere Informationen gibt's bei den Übungsleiter/innen und Trainern.

Reinhard Maier



Felix Biernath im Sprint (in der Bildmitte)

Leichtathletik -Termine 2016

(LGSWM, TSV Forstenried = unterstrichen)

Samstag, 16. April, Kampfrichterausbildung (TSV Mü-Ost) 09:30Uhr bis 17:30 Uhr

Samstag, 23. April, offene Münchner Meisterschaft MF-U16, 11:00 Uhr, Werdenfelsstr.

Sonntag, 24. April, KKH-Lauf, Westpark; Aufbau 09 Uhr, Beginn 13 Uhr, Abbau bis 18 Uhr

Mittwoch, 04. Mai, offene Hochschulmeisterschaft MF/U20, 16:00 Uhr, ZHS Connollystr.

Samstag, 14. Mai, Ludwig-Jall-Sportfest MF-U16, 11:00 Uhr, Dantestadion

Dienstag, 07. Juni, Abendsportfest MF-U18 + DAMM, 18:00 Uhr, Gröbenzell

Sonntag, 12. Juni, Münchner Mehrkampfmeisterschaft (U14-U10), 10 Uhr, Dantestadion

Mittwoch, 29. Juni, Leichtathletikabend, MF,U20-U14, 17:30 Uhr, Dantestadion

Samstag, 09. Juli, Münchner Meisterschaft U16-U10, 10:00 Uhr, Dantestadion

Mittwoch, 27. Juli, Leichtathletikabend, MF,U20-U14, 17:30 Uhr, Dantestadion

Donnerstag, 28. Juli, Sportabzeichen (Lauf, Wurf, Sprung), Graubündener Str. 100

Sonntag, 18. Sept. Herbstsportfest MF-U10, 10:00 Uhr, Werdenfelsstr.

Donnerstag, 22. Sept., Sportabzeichen (Lauf, Wurf, Sprung), Graubündener Str. 100

Sonntag, 25. Sept., Herbstsportfest MF, U20-U12, Sieboldstr.4 (TSV Mü-Ost)

Genauere Informationen zu den Sportveranstaltungen, u. a. Ausschreibungen, Zeitpläne, Ergebnisse sind unter **www.m-leichtathletik.de** sowie auf der Homepage des BLV **www.blv-sport.de** veröffentlicht. Infos zur LG SWM gibt's unter **www.lg-swm.de**.

Kindertraining

Während der Wintermonate dürfen unsere Kleinen in der Halle trainieren. Hier werden die Grundfähigkeiten für die Leichtathletik weiter geschult und spielerisch ausgebaut, um im April dann wieder auf der Bezirkssportanlage durchstarten zu können.

Hier ein paar Impressionen von dem Kindertraining mit Gudrun. Bei Laufspielen, weiten Sprüngen von der Sprossenwand und dem Schwingen mit dem Seil werden die Kinder an das Leichtathletiktraining herangeführt.

Nadja Mayer

Kindertraining am Seil

Kindertraining mit Gudrun Cantzler

Sprossenleiter: Das macht Spaß!

Erfolgreicher Abschluss der Turniersaison 2015

Am 15.10.2015 fand in Mehring die schwäbische Meisterschaft der Formationen und Paare statt. Wir waren mit unserem Showteam, **den Pebbl's**, am Start und haben die neue Choreographie nun aufs Turnierparkett gelegt. Zu diesem großen Schritt möchten wir uns auch sehr herzlich bei unseren Trainern und Choreographen bedanken. Die Pebbl's schafften auf dem Turnier den Einzug in die Endrunde, was schon ein großer Erfolg für die „Ur-Aufführung" war. In der Endrunde konnten die Pebbl's im Abendprogramm dem Publikum und den Wertungsrichtern die Gatsby Show vor vollen Rängen präsentieren. Mit einem guten 6. Platz beendeten sie dieses Turnier und freuten sich, wieder voll im Turniergeschehen dabei zu sein. Die Gatsby Show – mörderisch gut!

Weiter ging es am 31.10.2015 auf der deutschen Meisterschaft der Rock'n'Roll Formationen.
Am 31.10.2015 fanden nicht nur einige Halloweenpartys statt, auch die deutsche Meisterschaft der Rock'n'Roll Formationen wurde in Iserlohn ausgetragen. Schrecklich guter Rock'n'Roll also.

Stark nachgefragt: Pebbl's Showformation

Um 13:22 Uhr konnten die Pebbl's die Stellprobe ohne Probleme durchgehen und bereiteten sich anschließend auf die Vorrunde vor. Umkleiden und stylen dauert da schon einige Zeit. Bei den Mädels zumindest. Vor voll besetztem Publikum und sehr guter Stimmung wurden schließlich um 15:30 Uhr die Pebbl's aufs Parkett gerufen. Gatsby und seine Damen schwangen zu Charleston und Rock'n'Roll begeistert das Tanzbein. Die Leistung überzeugte nicht nur das Publikum, auch die Wertungsrichter werteten die Show auf den **9. Platz**. Somit haben die Pebbl's einige Formationen hinter sich lassen können und freuten sich, wieder unter den **TOP 10 der besten deutschen Showformationen** zu gehören.

Jedoch ist auch die Anreise der Turnierformation einen kurzen Bericht wert. Hat diese ja schließlich einen wesentlichen Anteil am Turnierwochenende. Die Anfahrt nach Iserlohn sollte am Freitag mit dem Vereinsbus ganz entspannt losgehen. Doch am Parkplatz erwartete unsere Tänzer eine böse Überraschung. Unbekannte hatten die Reifen des Fahrzeugs untauglich gemacht. Da konnte auch der Pannendienst nicht mehr helfen, weshalb ein Leihwagen gemietet werden musste, um die Fahrt überhaupt erstmal aufzunehmen. Vom Verkehr am Freitag müssen wir hier ja nicht berichten. Es hat halt länger gedauert.

Somit waren Karo und Lena sowie der Trainer Klaus schon auf dem Weg nach Iserlohn. Eine Tänzerin der Formation musste aufgrund der Arbeit am Freitagabend nach Köln fliegen. So war es jedenfalls geplant. Nach online checkin wurde der Plan jedoch am Gate von der Fluglinie zerworfen. Flieger voll. So musste umgebucht werden, wodurch die Dame dann am Samstag nach Düsseldorf flog um sich dann mit einem weiterem Tänzer zu treffen. Der vierte in der Formation reiste nämlich aus China zum Turnier an. Am Freitag noch die Terrakotta Armee besichtigt und am Samstag die deutsche Meisterschaft getanzt. Geht auch mal. So trafen sich Natalie und Jan am Düsseldorfer Flughafen und fuhren mit der DB nach Iserlohn. Dann konnte es endlich losgehen.

Die erste Turniersaison mit neuer Choreographie ist somit erfolgreich abgeschlossen. Nun heißt es, immer weiter fleißig trainieren!

Wer rastet, der rostet… Wir nicht!

Nicht nur unsere aktiven Turniertänzer und Hobbypaare entwickeln sich stets weiter und erlernen neue Choreographien und Akrobatiken, auch unsere Trainer arbeiten stets daran ihre Fähigkeiten aufzufrischen. Hervorheben möchten wir hier unseren ehemaligen Abteilungsleiter **Klaus Wackerbarth**. Klaus ist schon seit Jahren als Trainer (und ehemaliger Turniertänzer) in unserer Abteilung aktiv. Vom Kinder-/Jugendtraining übers Paartraining bis hin zur Formation deckt er alle Bereiche und alle Bedürfnisse ab.
In 2016 bildet sich Klaus zum **Trainer B** weiter. Damit ist er, nach erfolgreich bestandener Abschlussprüfung, offiziell befähigt Turnierpaare der Tanzklasse B (nach A die zweithöchste im Rock'n'-Roll) zu trainieren.
Aber das ist noch nicht alles. Auch eine Ausbildung zum **Wertungsrichter** steht in seinem aktuellen Terminplan. Das ist für unsere Tänzer ein ganz besonderer Gewinn. So hat Klaus nicht nur die „Trainerbrille" sondern auch die „Wertungsbrille" auf und kann schon im Training auf die erforderlichen Wertungskriterien eingehen. Dies ermöglicht uns die Choreographien nach aktuellen Wertungssystemen und den sonst nicht einsehbaren Wertungskriterien und Gewichtungen auszulegen. Und natürlich ist er dann auch auf den Turnieren als Wertungsrichter aktiv. Ganz neutral versteht sich. Wir wünschen Klaus bei den bevorstehenden Prüfungen viel Erfolg und danken für den großartigen Einsatz!

The Show must go on…

Schon im Januar war unser Terminkalender für Showauftritte voll gefüllt. Ob Geburtstagsfeier, Showpremiere der Munich Diamands oder dem Uni Ball der LMU, wir rocken jede Feier. So haben wir zum Beispiel beim Uni Ball der LMU in München mit unserer Show dem Publikum wieder einmal zeigen können wie cool unser Sport ist. Mit Eleganz, Kraft und Dynamik haben wir den Ball eine rockige Note verliehen und allen ein Staunen ins Gesicht gezaubert. Anschließend ging es dann in Abendgarderobe unters Tanzvolk zu Foxtrott, Cha-Cha-Cha und Co. Wir stellen für jede Anfrage das passende Showprogramm zusammen. Auch für deine Feier! Wir freuen uns über jede Anfrage!

Wollt Ihr auf dem Laufenden bleiben? Folgt uns auf allen Kanälen:
Facebook: Rock 'n' Roll Abteilung des TSV Forstenried
Instagram: ROCKNROLL_TSVFORSTENRIED
YouTube: Rock'n'Roll Abteilung des TSV Forstenried
Web: www.rrtanz.com
Wir sind immer bemüht Infos, Videos und Ausschnitte aus unserem Tanzalltag mit Euch zu teilen.
Und wenn Ihr nicht nur zusehen wollt, kommt einfach vorbei und tanzt mit!
Kontakt: info@rrtanz.com

Jan Pötschke

Fahrschule Kempter

Fit for the road!

➜ Prüfungsergebnisse, die sich sehen lassen können!
➜ Fundierte Ausbildung durch geduldige & coole Fahrlehrer
➜ 2 x wöchentlich Theorieunterricht
➜ Komm vorbei oder finde uns auf Facebook!

Telefon: 089 - 75 45 08 • Mobil: 0172 - 812 55 78
www.fahrschule-kempter.de – unsere Filialen:

Forstenried: Forstenrieder Allee 78
Bürozeiten: Di und Do, 17 -19 Uhr

Fürstenried-West: Engadinerstr. 2
Bürozeiten: Mi und Fr, 16 -18.30 Uhr

Knowhow Erfahrung Motivation Preiswert Teamgeist Einsatz Resultate

Hallo liebe Vereinsmitglieder und Schachfreunde,

wir wünschen allen Abteilungen und Mitgliedern ein schönes und erfolgreiches Neues Jahr 2016.

Danke…

…an alle Schachspieler für das vergangene Jahr 2015.

…für Eure zahlreiche Teilnahmen an unseren Veranstaltungen.

…dafür, dass Ihr Eure Erfahrungen an unsere jungen Spieler weitergebt.

…für Euer Interesse an diesem schönen Sport.

…dass Ihr so sympathisch seid.

…an Markus für seine unermüdliche Aufopferung für unsere Abteilung.

…an Edin für sein Engagement für unsere Spieler und unsere Abteilung.

…an Nato für ihr Engagement für unsere jungen Spieler und unsere Abteilung.

Unsere Abteilung besteht ausschließlich aus netten, toleranten, freundlichen und sympathischen Mitgliedern. Die Eltern und Großeltern unserer jungen Spieler sind uns auch jederzeit willkommen.

Ich bin stolz, Euer stellv. Abteilungsleiter zu sein.

Wir starten unser Schachjahr wieder mit der Teilnahme an der MMM (**M**ünchner-**M**annschafts-**M**eisterschaft)

Alle 14 Tage veranstalten wir ein Blitzturnier mit 5 Minuten Spielzeit.

Exklusives Schachtraining mit Edin

Das Training für Jugendliche am Samstag erfreut sich sehr großer Beliebtheit und die Teilnehmer kommen gerne zu jedem Training.

Zusätzlich trainiert Edin Erwachsene und Jugendliche auch am Dienstag.

Für einige ausgesuchte Kinder und Jugendliche bieten wir ein exklusives Schachtraining mit Edin an. Das Training übernimmt die Schachabteilung und ist für diese Teilnehmer kostenlos. Einzige Bedingung ist eine regelmäßige Teilnahme. Die Trainingseinheiten finden immer am Samstag ab 13:00 Uhr statt. Der Unterricht wird von Edin speziell für die Teilnehmer zugeschnitten und umfasst nicht nur die Eröffnungen, Mittelspiele und Endspiele, sondern auch viel Hintergrundwissen über Schach und seine Weltmeister. Die Teilnehmerzahl wird auf acht beschränkt. Alle Teilnehmer erhalten bei jedem Unterricht ein Arbeitsmaterial und Aufgaben, die auch mal als Hausaufgabe gemacht werden dürfen. Ähnlich wie in der Schule werden die Teilnehmer über ihren Fleiß, Interesse und Mitarbeit von Edin beurteilt.

Die Besten erhalten am Jahresende eine Belohnung. Alle bekommen eine Teilnahme-Urkunde.

Wer nicht regelmäßig erscheint und oft grundlos fehlt, kann aus diesem Training ausgeschlossen werden und erhält erst nächstes Jahr wieder die Gelegenheit, bei diesem Training mitzumachen.

Für Ideen, Fragen oder Beiträge könnt Ihr Euch gerne an Markus oder mich wenden.
Wir freuen uns auf unsere Schachabende mit Euch.

Jürgen Dittrich
Stellv. Abteilungsleiter

BAU- UND MÖBEL
SCHREINEREI
STEFAN SCHMID
◆ INNENAUSBAU
◆ REPARATUREN
Forstenrieder Allee 199
81476 München
(089)
756673

Liebe Mitglieder,

letztes Jahr fand am 6.12. eine DAN-Prüfung bei Meister Chang in München statt. Vertreten waren unsere DAN-Anwärter Marius, Fabian, Edi, Simon und Elena. Begleitet von einigen Fans unserer Abteilung konnten wir sehr beeindruckende Leistungen verfolgen; zu Recht bestanden alle zum 1. DAN.

Murad Eddisi

Bruchtest: Dan Prüfung Uchong München Dezember 2015

Dan-Prüfung TKD Schule UCHONG München, Prüfer Sabon im 8. Dan Jae Hee Chang

AIKIDO

Seit Ende Januar findet im Rahmen des TSV Forstenried ein Grundkurs in einer weiteren Disziplin statt: Aikido.

Aikido ist eine sehr junge Kampfkunst. Sie wurde im frühen 20. Jahrhundert von dem japanischen Budo Meister Morihei Uyeshiba entwickelt und fand bald in Japan und darüber hinaus Verbreitung. (Budo ist der Oberbegriff für asiatische Kampfkünste.)

Die Aikidotechniken beruhen darauf, die Energie eines Angriffs zu benutzen um den Angreifer unter Kontrolle zu bringen. Bei langsam ausgeführten Aikidobewegungen kann man beobachten, wie die zumeist geradlinig verlaufenden Angriffsbewegungen vom Verteidiger in eine Kreis- oder Spiralbewegung überführt werden, in deren Mittelpunkt der Verteidiger selber steht. So ausgeführt bekommen die Techniken den Charakter von gemeinsam ausgeführten gymnastischen Übungen, bei denen sowohl Gleichgewicht, Koordination und Körperhaltung geschult werden, als auch die Dehnbarkeit des Körpers verbessert wird. Schneller und direkter ausgeführt beruhen die Bewegungen ebenfalls auf dem Prinzip der Kreisbewegungen, was dann aber für ein ungeübtes Auge nur noch schwer auszumachen ist. Eine Trainingseinheit beginnt üblicherweise mit Atemübungen und Gymnastik, gefolgt von ausführlicher Fallschule, die dann zum partnerschaftlichen Üben von Wurf- und Haltetechniken überleitet.

Das gemeinsame Training findet in respektvoller und freundlicher Atmosphäre statt. Geübt wird nach Vereinbarung: es steht fest, welcher Angriff ausgeführt wird, und mit welcher Technik er abgewehrt wird. Es gibt daher im Aikido weder Sieg noch Niederlage, sondern gemeinsames Üben mit dem Ziel, allen Teilnehmern zu Fortschritten zu verhelfen. Da Wettkämpfe im Aikido nicht stattfinden, können Übende aller Altersgruppen, Anfänger und Fortgeschrittene, sowie Männer und Frauen miteinander trainieren.

Die neu gegründete Trainingsgemeinschaft „Aikikai München Süd" führt im Rahmen des TSV Forstenried einen mehrwöchigen Einführungskurs durch. Danach soll die Aikidogruppe zusammen mit der von Peter Bauer geleiteten Tae Kwon Do Gruppe die Budo Abteilung im TSV Forstenried bilden. Außerdem ist Aikikai München Süd Mitglied im Dachverband Aikikai Deutschland e.V., in dessen Rahmen auch Prüfungen abgelegt werden können.

Das Training wird geleitet von Felix Bronner, 5. Dan und Schüler von Bundestrainer Katsuaki Asai, 8. Dan. Meister Asai ist einer der letzten noch unterrichtenden direkten Schüler des Aikido Gründers Morihei Uyeshiba.

Derzeit gibt es zwei Trainingstermine in der Woche: am Montag von 18 bis 19 Uhr im Obergeschoss der Turnhalle der Walliser Schule, Walliser Str. 5, und Dienstag von 16:30 Uhr bis 18 Uhr im Sportraum unterhalb der Tennishalle in der Graubündener Str. 102.

Da es keinen festen „Lehrplan" gibt, kann man jederzeit einsteigen. Eine Schnupperstunde ist kostenlos, danach kostet eine Trainingseinheit 8 Euro für Nichtmitglieder und 5 Euro für Mitglieder des TSV Forstenried.Als Bekleidung empfiehlt sich, falls vorhanden, ein Judoanzug mit weißem Gürtel, ansonsten übliche Sportbekleidung.

Felix Bronner

Im Aikido gibt es weder Sieg noch Niederlage, sondern nur gemeinsames Üben

Mit besonderen Angeboten das Jahr 2015 abgeschlossen

Tango Argentino Workshop
Der Salsa Workshop während der Sommerferien hatte Lust auf mehr Neues gemacht. So wurde das Angebot von Uta und Richard Wurzenberger umgesetzt und im November ein Workshop zum Tango Argentino veranstaltet.

Acht Paare waren die Obergrenze für den Workshop. Jeder sollte intensiv und individuell betreut werden. Auch wenn der Workshop nur ein Hineinschnuppern in diesen Tanz sein konnte, so wurde doch so viel Interesse erzeugt, dass der Wunsch nach einer Weiterführung geäußert wurde.

Discofox Crash-Kurs
Als weiteres Angebot wurde im Dezember ein Intensivkurs im Discofox angeboten. Innerhalb von 2 Wochen wurde an vier Abenden eine Kurzchoreografie mit den wesentlichen Grundschritten eingeübt. Ergänzt wurde diese Folge durch ein paar pfiffige Drehfiguren.

Der Discofox-Kurs war auch gedacht, die Paare fit für die Faschingssaison zu machen. Entsprechend groß war der Andrang. Da es keine Grenze für die Anzahl der Tanzpaare gab, war die Turnhalle gefüllt wie lange Jahre nicht mehr. 25 Paare nutzten unser Angebot.

Neue Trainer ersetzen Luka und Veronika
Auf unserer Weihnachtstanzveranstaltung im Bürgersaal wurden Luka und Veronika von uns verabschiedet. Beide verlassen uns aus beruflichen Gründen und weil sie sich eine gemeinsame Zukunft in Regensburg gestalten wollen.

Auch wenn einige den Beiden etwas nachweinen, da sie viel Schwung und Lockerheit in unsere Trainingsstunden gebracht haben, so haben sie uns auch gleichzeitig neue Trainer vermittelt. Diese haben im Dezember auch ihre Probetrainings bei uns abgehalten und sich damit vorgestellt.
Den Dienstag werden in Zukunft **Anna Gerich und Christoph Konetschny** über-

links: Richard und Uta Wurzenberger beim Tango Argentino; rechts: Luka und Veronika beim Discofox

nehmen. Beide tanzen seit drei Jahren miteinander und sind auf Standardtänze spezialisiert.
Den Donnerstag übernimmt Florian Machilek. Er bringt als Trainer bereits einige Erfahrung mit.
Mark Spektor bleibt weiterhin für die Anfänger am Mittwoch verantwortlich.

Jetzt in 2016 vormerken: Tanz-Termine im Bürgersaal Fürstenried

Im Bürgersaal des Forums Fürstenried-Ost sind Sie als Mitglieder anderer TSV-Abteilungen herzlich eingeladen, die Tanzsportabteilung kennen zu lernen und mitzutanzen. Der Bürgersaal an der Züricher Str. 35 bietet eine großzügige Tanzfläche. Fürs leibliche Wohl sorgt die Küche des angeschlossenen Restaurants. Die weiteren Termine sind am 18. März, 15. Juli, 16. September und 2. Dezember. Beginn ist jeweils ab 19 Uhr.

Pose im Langsamen Walzer mit Luka und Veronika

Vorausblick Sommersaison 2016

Da unsere Hauptsaison der Sommer ist, gibt es bekanntermaßen über die Wintersaison naturgemäß nicht so viel zu berichten, so dass dieser Bericht eher kurz ausfällt.

Die Vorbereitungen auf die Sommersaison 2016 laufen bereits auf Hochtouren. Der erste Newsletter mit der vorläufigen Terminplanung 2016 wurde bereits an alle Mitglieder verschickt.

Sanierung des Clubheims
Die Arbeiten am Clubheim und die Planungen für die Sanierung des Clubheims und der Außenanlagen sind in vollem Gange und wir hoffen die Tennisanlage frühzeitig eröffnen zu können.
Wir sind schon in Vorfreude auf die kommende Sommersaison und hoffen Euch alle gesund und aktiv ab April auf der Anlage begrüßen zu dürfen!

Leider haben wir die bedauerliche Nachricht erhalten, dass unsere Brigitte Funke aus persönlichen und beruflichen Gründen nicht mehr für das Amt des Sportwartes zur Verfügung steht. In dem ihr möglichen Umfang (Hilfestellung bei der Organisation von Veranstaltungen und Festen) wird sie die Abteilungsleitung weiterhin unterstützen. Es ist ihr aber leider nicht mehr möglich, das Amt des Sportwartes in der von ihr gewohnten Perfektion auszuüben.

Auch wenn es uns schwer fällt diese Entscheidung zu akzeptieren, respektieren wir diese selbstverständlich und bedanken uns im allerhöchsten Maß für ihr umfassendes Engagement, ihre konstruktive Mitarbeit und für die vielen 100 Stunden, die sie für die Tennisabteilung und somit für alle Mitglieder aufgebracht hat.

VIELEN, VIELEN DANK!

Erfreulicherweise haben sich aus dem Kreis der Mitglieder mehrere Personen bereitgefunden die Abteilungsleitung im kommenden Jahr tatkräftig bei den vielen Aufgaben zu unterstützen.

Die Verhandlungen mit unseren Clubheimpächtern sind beendet und wir freuen uns sehr, dass unser Wirt Hristos Tsiaturas auch die nächsten 3 Jahre unsere Tennisgaststätte betreiben wird und bedanken uns für die hervorragende Zusammenarbeit in den letzten Jahren.

20 Mannschaften bestreiten Wettkämpfe
In diesem Jahr gehen 20 Mannschaften, darunter 6 Jugendmannschaften von der untersten Liga bis hinauf zur Bayernliga ihren Wettkämpfen der Medenrunde nach. Wir freuen uns auf viele spannende Spiele!

Alle weiteren Infos, Ausschreibungen, Tabellen etc., sind wie immer aktuell auf unserer Homepage unter **www.tsv-forstenried-tennis.de** zu finden. Des Weiteren geht alles Wissenswerte unseren Mitgliedern wie gewohnt per regelmäßigen Newsletter bzw. über Facebook zu.

Wir hoffen Euch alle zahlreich gesund und aktiv ab April auf unserer Anlage begrüßen zu dürfen.

Fredi Kräuter

Aufschlag in die Freiluft-Saison

Der Heiler von Eschelbach

Das letztjährige Stück **„Der Heiler von Eschelbach"** heißt im Original „Der Heiler von Wintersheim" und spielt ursprünglich im Rheinland. Unsere beiden Regisseure **Charly Gallenz** und **Dieter Brandl** haben die Handlung in die schöne Hallertau verlegt. Darüber hinaus wurde der Dreiakter von den Beiden auch angepasst und im Interesse einer ausgewogeneren Besetzung sogar noch erweitert. Respekt für diese Leistung! Die Zuschauer konnten über unzählige Gags und Wortspiele herzlich lachen. Wir freuen uns ungeheuer, dass alles wieder so hervorragend über die Bühne ging. Dabei stand schon der Probenstart unter einem unguten Stern und wir konnten fast die ganze Vorbereitungszeit über nicht in der kompletten Besetzung proben.

Die ursprünglich für die Rolle der Putzfrau *Ambrosia Teufel* vorgesehene Inge Bertl musste aus gesundheitlichen Gründen schweren Herzens absagen. Vorübergehend sprang Daniela Ackermann ein. **Sandra Nieder** erklärte sich schließlich bereit, die Rolle zu übernehmen. Sie stand zum ersten Mal auf der Bühne, fügte sich perfekt ins Team ein und spielte die Rolle einfach grandios.

Nicht nur Sandra hatte ihr Debüt als Schauspielerin in unserer Gruppe:

Lena David verwandelte sich im Laufe des Stückes vom hässlichen Entlein *Annamirl Bierbichler* in eine strahlende „Miss Eschelbach". Sie brachte sehr viel Engagement mit, setzte Regieanweisungen prompt und zuverlässig wie ein Uhrwerk um und meisterte die nicht gerade leichte Rolle mit Einfühlungsvermögen und einer Reihe eigener Ideen hervorragend.

Petra Brandl, unserer Truppe quasi von Geburt an verbunden, wagte zum ersten Mal den Sprung auf die „Bretter, die die Welt bedeuten". Sie überwand ihr Lampenfieber und überzeugte alle als Privatdetektivin *Lisa Groß*.

Wir freuen uns sehr darüber, dass die Drei „Blut geleckt" und so begeistert mitgearbeitet haben.

An dieser Stelle gilt es, **Gisela Weidner** (sie spielte die resolute Bürgermeisterin *Minna Moritz*) zu danken. Nicht zuletzt ihrem Einsatz ist es zu verdanken, dass unsere „Frischlinge" sich mit Selbstbewusstsein und viel Spielfreude auf die Bühne trauten.

Auch **Karin Petry** trug hierzu bei. Sie brachte unsere jungen Mitstreiterinnen dazu, mal richtig zu „schreien". Selbstredend lief wie immer mit *„der Requisite"* alles perfekt und reibungslos. Merci, Karin!

Eine wesentlich größere Rolle als bei ihrem Debüt im Herbst 2013 hatte diesmal **Marina Hampel** als Arzthelferin *Lore Ley*. Es war schön zu beobachten, wie sie sich immer stärker damit identifizierte und ihr herrliches Mienenspiel an den Tag legte.

Der Mangel an jungen Spielern ist bei uns ja leider immer noch gegeben. Umso mehr waren wir letztes Jahr dankbar, dass **Michael Stölzl** von der Theatergruppe des Putzbrunner Sportvereins die Rolle des *Max Moritz* übernahm. Er brachte den „grenzdebilen" Sohn der Bürgermeisterin sehr gut rüber.

Unser erfahrener Mitstreiter **Richard Schmidt** wurde stark gefordert. Er hatte als *Dr. Bacchus* den meisten Text zu lernen, musste die Balance halten zwischen „ernst" und „verschmitzt" und den Spagat zwischen „nüchtern" und „angetrunken" meistern. Dem Publikum und uns hat es sehr viel Spaß ge-

Zufrieden mit den Aufführungen: Das gesamte Ensemble

macht, Richard in seiner Rolle zu erleben.

Zur Seite standen Dr. Bacchus **Hanni Dietsche** als nervige Patientin *Wilma Öfter* (textsicher – wie immer) und ich als Abgesandter der Ärztekammer *Hans Werthmann*.

Seine große Wandlungsfähigkeit und sein Sprachtalent stellte einmal mehr **Michael Westermayer** als verkrachter Schauspieler *Josef Kühlmann (alias Jo Coolman)* unter Beweis. Er schlüpfte in die Rolle der Österreicherin *Röschen-Sträußchen*, des Ostfriesen *Heinrich Zahrenhusen*, des Schotten *Mac Doodle* und des *Scheichs Hadschi **Jo** Omar Ben Hadschi Abul Abbas Ibn Hadschi Dawuhd al Gossarah.*

Diese Verwandlungen stellten natürlich auch eine Herausforderung an *„die Maske"* dar. Dankenswerterweise erklärte sich **Silvia Giebl** bereit, diese Aufgabe wieder mal zu übernehmen und zum guten Gelingen der Aufführungen beizutragen.

Es ist immer ein gutes Gefühl für die Aktiven auf der Bühne, wenn sie wissen, dass es im Notfall jemanden gibt, der ihnen bei Textproblemen aus der Patsche hilft. **Hanna Winkler** hatte während der Proben viel zu tun – bei den Aufführungen musste sie glücklicherweise nicht sehr oft eingreifen. Danke für die Unterstützung sagt

Sepp Giebl

PS:
Im nächsten Heft folgt ein Bericht über die Eindrücke und Erfahrungen von Lena, Marina, Petra und Sandra zum Herbststück 2016. Die Interviews laufen …

Tischtennis

Abteilungsleiter: Fred Hausmann · Tel. 755 49 94

Berichte der Senioren

Erste Mannschaft – Licht und Schatten

Trotz des verletzungsbedingten Ausfalls unserer Nummer 1 Micha ist die erste Mannschaft einigermaßen glimpflich durch die Vorrunde gerutscht. Wir gingen zwar auf einem Abstiegsplatz in die Winterpause, allerdings sind es nur 2 Punkte auf den 6. Platz. Das erste Spiel der Rückrunde konnten wir auch nach großem Kampf und tollen Spielen gerade so noch mit 9:7 für uns entscheiden. Und das obwohl die Gegner mehr Einzelpunkte erzielt haben! Gegen den derzeitigen Tabellenführer TSV Hohenpeißenberg haben wir dann leider 3:9 verloren, aber die Punkte müssen wir woanders holen. Drückts uns die Daumen!

Erfreuliches gibt es noch vom Pokal zu berichten: wir haben uns für die Pokalendrunde aller oberbayerischen Mannschaften qualifiziert! Die Qualifkation für die bayerische und später die deutsche Meisterschaft ist also greifbar nah.

Zweite Mannschaft – Rückrunde wir kommen!

Nach einer hartumkämpften Vorrunde stand eure Lieblingsmannschaft verdient und souverän auf einem Nichtabstiegsplatz.

Verdient, weil mir mir san und souverän, weil Bernd „the Captain" Esprester und Jürgen „J" Gress im entscheidenden Spiel im entscheidenden Doppel gezeigt haben, wie lässig man gute Gegner demütigen kann.

Zwar ist es wahr, dass eine Mannschaft mehr ist als die Summe ihrer Spieler, aber um Spieler addieren zu können, muss man sie erst einmal haben. Daher sind wir sehr froh, dass auf Grund des Wiedereinstiegs von Yuki „Jukebox" Kobler in der so-called ersten Mannschaft Simon „Seim ma n(ed bös)" Stefanek fortan unsere Reihen verstärkt. In diesem Zusammenhang hervorzuheben ist der SSTE-Faktor, den Simon auf natürliche Weise neben seiner Routine miteinbringt.

Den Nichtabstiegsplatz zu halten lautet nun die Devise – komme, was da wolle. Das Problem war nur, dass gleich im ersten Spiel nach der Vorrunde der Tabellenführer zu Gast sein sollte.

Nun, was soll man sagen? Wir haben ihn geputzt. Was also soll noch schiefgehen? Nichts.

Dritte Mannschaft – Jetzt erst recht!

Durch den Ausfall von gleich drei Stammspielern Seppi Bartmann, Heinz Huther und Christoph Heidbüchel startet die 3. Mannschaft stark geschwächt auf einem Abstiegsplatz in die Rückrunde.

Dennoch ist es möglich in der starken 1. Kreisliga den Abstieg zu verhindern, da mit dem „Neuzugang" Uli Ziegeltrum aus der 2. Mannschaft ein absoluter Spitzenspieler die Mannschaft in der Rückrunde verstärken wird. Mit Arne Sieg und Michael Herzinger verfügen wir über das stärkste hintere Paarkreuz. Spielerisch ist die Mannschaft in der Lage um die Spitzenplätze mitzuspielen. Dazu ist es aber erforderlich, dass alle Spieler möglichst immer spie-

len, was für die 3. Mannschaft meistens die größte Herausforderung darstellt. Im ersten Spiel der Rückrunde gegen den starken Tabellenzweiten Thalkirchen konnte daher leider wegen des Ausfalls von Can Önder und Lothar Velte eine 4:9 Niederlage nicht verhindert werden.

Vierte Mannschaft – Ein voller Erfolg

Nach drei gewonnenen Spielen in der Rückrunde sind wir auf Aufstiegskurs, die beiden entscheidenden Spiele gegen die direkten Konkurrenten stehen allerdings erst nach Ostern an. Andreas ist nach einem Jahr Pause zurückgekommen und hat alle drei Spiele absolviert.

Somit stehen uns in der vierten Mannschaft 7 Spieler zur Verfügung, so gut war die personelle Situation in der vierten Mannschaft seit langem nicht.

Sechste Mannschaft – Der Abstieg ist kaum noch abzuwenden

Leider konnten wir meinen positiven Ausblick aus der letzten Ausgabe nicht in die Tat umsetzen. So war bisher kein doppelter Punktgewinn zu verbuchen. Lediglich gegen TSV Neuried VIII gelang ein 7:7 Unentschieden. Zwar konnten wir in dem einen oder anderen Spiel mit dem Gegner mithalten, gingen aber am Ende doch knapp geschlagen von der Platte.

Durch den Rückzug von ESV Neuaubing II steigen noch 2 weitere Mannschaften ab.

Da uns auf den rettenden 8. Tabellenplatz aber bereits 7 Punkte fehlen, ist die Chance auf den Nichtabstieg sehr gering. Trotzdem lassen wir uns den Spass nicht verderben und versuchen weiterhin den einen oder anderen Punkt zu gewinnen.

Jugend

Zweite Mannschaft

Im 2. Halbjahr 2015 belegte unsere 2. Jugend den 1. Tabellenplatz in der 2. Kreisliga Jungen und ist damit Aufsteiger in die 1. Kreisliga Jungen.

Auf dem Foto ist rechts neben unserem Abteilungsleiter Fred Hausmann, der unsere 2. Jungend bei allen Punktspielen betreut hat, Yuang Lu, Markus Küstner, Jacob Heiles und Timothé Leckel zu sehen.

Unsere 2. Jugend hat im 2. Halbjahr 2015 – bis auf ein Unentschieden – alle Puntkspiele gewonnen.

Wir wünschen unseren Jugendspielern viel Erfolg in der 1. Kreisliga, in der es für sie vordringlich darum geht, ihre Spielstärke und Technik zu verbessern.

Simon Stefanek

2. Jugend: Aufstieg in die 1. Kreisliga

Tennis – Last Minute Spezial

Hallenstunde für Mitglieder 12,50 € – für Nichtmitglieder 15,00 €

je nach Verfügbarkeit der Plätze (Fr. – Mo.)

Buchung: nur donnerstags, 15 – 19 Uhr, persönlich in unserer Geschäftsstelle Graubündener Str. 100

Herzenssache

Bei unseren Zumba Stunden kommt Freude auf. Unsere Teilnehmer und Teilnehmerinnen werden von den Übungsleiterinnen der Abteilung Turnen & Gymnastik ganz schön ins Schwitzen gebracht. Eine Teilnehmerin von Christiane Mauersberg hat bei dem lateinamerikanischen Tanz-Workout sogar ein Herz geschwitzt!

Sie sind gerne eingeladen einmal mit dem bunten Haufen von Jung bis Alt mitzumachen und Ihren persönlichen Schwitzabdruck zu finden.

Oder wie wäre es mit einer Stunde Fitnessgymnastik mit Rosemarie Pott? Hier können Sie an Ihrer Kondition arbeiten und Ihren Körper kräftigen. Als Alternativprogramm bieten wir in ruhigerer Atmosphäre im Sportraum mit Hans Michael Huber „Gespräche am Lagerfeuer", für einen regen und spirituellen Austausch untereinander.

Sport für Kids

Für unsere Kleinsten und schon bisschen größere Mitglieder im TSV Forstenried bietet unsere Vielzahl an Kinderturnstunden die ideale Grundlage für die motorische Entwicklung Ihres Kindes. Von kleinen Bewegungsspielen, Rope-Skipping (Seilspringen), über Ballspiele bis hin zum spielerischen Heranführen an Turngeräte ist alles in unserem Sportprogramm angeboten.

Kommen Sie einfach für ein Schnuppertraining vorbei!

Nadja Mayer

Kinderturnen: gut für die motorische Entwicklung

Faszien Workshop mit Christiane Mauersberg

Am Sonntag, den 10.04 startet ein 3-tägiger Faszien Workshop mit Christiane Mauersberg im Sportraum des TSV Forstenried, in welchem die Grundlagen des Trainings mit der Blackroll gezeigt werden. Alle Eckdaten im Überblick:

Was:	Faszientraining Workshop
Mit wem:	Christiane Mauersberg
Wann:	3 Sonntage im April: 10.4., 17.4., 24.4.2016 von 11:00-12:00 Uhr
Wo:	Sportraum des TSV Forstenried, Graubündener Str. 102
Kosten:	Mitglieder 20 Euro, Nichtmitglieder 40 Euro

Anmeldung und Infos in der Geschäftsstelle des TSV Forstenried unter info@tsv-forstenried.de oder 089 / 74502452!

Gut lachen hat die Damenmannschaft. Sie eilt von Sieg zu Sieg. Mit dabei der scheidende Trainer Pavel Parmakov

Damen an der Spitze

Das ist mal eine Bilanz: 10 Spiele, 9 Siege, nur eine Niederlage. Die Volleyballdamen räumen gerade das Feld mit großem Schwung ab. Damit stehen sie in der Kreisklasse 3 in Oberbayern an der Spitze – einen Spieltag vor Schluss. Inzwischen haben die Schmetterkünstlerinnen im Spielbetrieb einige Routine gefunden und halten auch dann durch, wenn sie tatsächlich mal auf Widerstand stoßen. Dann drücken wir die Daumen, dass auch der letzte Spieltag von Erfolg gekrönt ist!

Herren gut in Schwung

Noch zwei Spieltage hat die Herren Volleyballmannschaft vor sich, die sich sehr gut in der Bezirksklasse 2 etabliert hat. Zum Teil wurden die Gegner regelrecht weggefegt. Das sind dann die Spiele, in denen nach Lust und Laune kombiniert und angegriffen wird – zur großen Freude der Zuschauer, die richtig schönes Volleyball zu sehen bekommen. Ganz offensichtlich, dass die „Jungs" eifrig trainieren und auch die eine oder andere Variante im Repertoire haben, die nicht nur das Publikum, sondern auch den Gegner in Staunen versetzt.

SO EIN JAMMER!

Pavel Parmakov, Trainer von Herren- wie Damenmannschaft und der männlichen Jugend, wird München zum April verlassen. Er hat die Mannschaften weit gebracht und eine neue Stufe im Forstenrieder Volleyball erreicht. Wir wünschen ihm viel Glück und Erfolg und hoffen, weiter Kontakt zu halten! Zum Glück ist seit dem Frühjahr Edinson als neuer Trainer hinzugekommen, der alle drei Teams übernehmen wird.

Beate Eisinger

Volleyballer gesucht!

Jungs, wie wärs mit Volleyball? Montags von 16:30 Uhr bis 18 Uhr im Gymnasium Fürstenried West sowie am Freitag von 16 bis 17:30 Uhr in der Königswieser Schule ist Training.
Die weibliche Jugend ist am Freitag von 17:30 Uhr bis 19 Uhr in der Königswieser Halle dran.

Erwachsene, die Spaß am Volleyball haben, sind bei der Mixedmannschaft NOlympia am Donnerstag von 20 bis 22:30 Uhr in der Königswieser Halle willkommen.

Einen Termin am Freitag haben die Bundespritscher für sportliche Hobbyvolleyballer: um 20 Uhr an der Südlichen Auffahrtsallee in Nymphenburg.

Nicht nur mit Rums, sondern auch mit Fingerspitzengefühl setzen sich die Herren gegen ihre Gegner durch.

Turn- und Sportverein Forstenried-München e. V. · Graubündener Straße 100
81475 München · ZKZ 44718 · Entgelt bezahlt · PVSt · Deutsche Post

16 Abteilungen,
und jede Menge Spaß!

TSV
FORSTENRIED

TRATTORIA

TUTTOBENE

STEINOFENPIZZA

BISTRO • CAFE • BAR
MIT SONNENTERRASSE

Öffnungszeiten: Di - So 11.30 - 23.00 Uhr
Durchgehend warme Küche bis 22.00 Uhr

Graubündener Str. 100 · 81475 München
auf der Sportanlage des TSV Forstenried
Telefon 089 / 96 99 38 00

Alle Gerichte auch zum Mitnehmen!

Inhaber Giuseppe Lenti

HERRNBRÄU
Bier-Spezialitäten

Griechische Spezialitäten in der Tennisgaststätte.
Seit 1.3.2016 ist die Tennisgaststätte unseres Wirtes
und Chefkochs **Hristos Tsiaturas** wieder geöffnet.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

TSV Forstenried
öffentliche
Tennis-Gaststätte
deutsche und griechische Küche

SPATEN München
Franziskaner Weissbier

Öffnungszeiten: Mo - So 9.00 - 23.00 Uhr

Forst-Kasten-Allee 120 • 81475 München
Tel. 089 / 72 48 37 46 oder 75 07 91 50

Alle Gerichte auch zum Mitnehmen!