



TSV

FORSTENRIED

Mitglied im BLSV

Magazin



AIKIDO

Vom Start weg
erfolgreich

TANZSPORT

Das neue Trainings-
programm

TISCHTENNIS

1. Mannschaft plant
Wiederaufstieg

Basketball
U18 auf dem Weg nach oben





6 BASKETBALL

Hoch gesteckte Ziele
U 18 schafft nach strapaziösen Qualifikationsspielen den Aufstieg in die Bezirksliga.

12 FUSSBALL

Erfolgsmodell Inklusion

Das gemeinsame Training von behinderten und nicht behinderten Kindern bringt interessante Erfahrungen und Vorteile für beide Gruppen.



ALLGEMEIN

- 4 Schnupperstunden-Pass
- 5 Infos/Neue Kurse/Veranstaltungen
- 5 Gesundheitstag München

BASKETBALL

- 6 Große Ziele der Herren 1

BERG- UND SKISPORT

- 9 Winterprogramm 2016/17

SENIORENWANDERN

- 10 40. Geburtstag

FUSSBALL

- 12 Erfolgsgeschichte Inklusionsmannschaft

GEWICHTHEBEN

- 14 Kati Eibl bei der Weltmeisterschaft der Masters

HANDBALL

- 16 Was wird aus der Hallensanierung?

POWERCHAIR HOCKEY

- 18 Start in die neue Bundesligasaison

RADTOUREN

- 18 Positiver Rückblick

WAS DER TSV BIETET

- 19 Sportangebot 2016 zum Herausnehmen Training und Kurse

LEICHTATHLETIK

- 24 Trainingswochen 2017

ROCK'N'ROLL

- 28 Nachruf Claus Resech

TAEK WON DO / AIKIDO

- 29 Gemeinsames Training mit koreanischen Sportlern

TANZSPORT

- 31 Neues Trainingsprogramm



29 EIN JAHR AIKIDO IM TSV

Ausgefeilte Waffentechnik

Zuerst war es nur ein Versuch, begrenzt auf ein Jahr. Doch das Interesse an dieser Sportart ist groß. Jetzt ist es ein fester Bestandteil im Vereinsprogramm.

TENNIS

- 32 Meet & Greet Cup
Kreativität zahlt sich aus

THEATER

- 35 Rückblick auf Tag der offenen Tür

TISCHTENNIS

- 37 Michael Moosbühler holt dritten Platz bei den Kreismeisterschaften

VOLLEYBALL

- 38 Damen-Mannschaft steigt auf

TURNEN/GYMNASTIK

- 39 Kennen Sie Funktionelles Training?

Titelbild: Zisis Tzouridis (li.) und Luis Wieser von den U18 Junioren der Basketballer

Foto: © Hartmut Baier

Redaktionsschluss für die Ausgabe 1/2017 ist der 7. Februar 2017

Impressum

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

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*

...heißt eine der am meisten zitierten Strophen von Bob Dylan. Oder, eine etwas abgewandelte deutsche Liedzeile: »Neue Engagierte braucht das Land«. Das gilt natürlich auch für den TSV. Bei den Wahlen des Präsidiums im nächsten Frühjahr stehen wiederum einige Veränderungen an. Nachdem Karl Kloppe (Organisation) und Bernhard Adam (Öffentlichkeitsarbeit) für Peter Liebl und Annika Duch nachgerückt sind, suchen wir zwei Beauftragte für Senioren und Jugend. Dafür sprechen wir immer wieder mit verschiedenen in Frage kommenden Mitgliedern.

Ich möchte das Vorwort nutzen, um unsere Mitglieder zu bitten, sich Gedanken zu machen, wer für welche Position in Frage kommen könnte oder ob man interessante bzw. interessierte Menschen kennt und uns vorschlagen kann. Folgende Positionen stehen zur Besetzung an:

a) Seniorenbeauftragter (momentan offen, bisher Inge Hertel): Aufgabe ist es, die Interessen unserer Senioren zu vertreten und darauf zu achten, dass der Verein ein interessantes Angebot für unsere Senioren anbietet.

»The times they are a-changin'«...

b) Jugendbeauftragter (bisher Bärbel Werberger): Die Aufgabe ist es, die Interessen der Kinder und Jugendlichen zu vertreten, die Jugendbeauftragten in den Abteilungen zu unterstützen und darauf zu achten, dass der Verein ein (ergänzendes) Angebot für Jugendliche anbietet. Hinzu kommt die Betreuung unseres Programms zur »Prävention vor sexueller Gewalt«.

Es geht vor allem darum, dass solche Angebote stattfinden. Seien es Ausflüge, Vorträge, Kurse, oder Ideen zu Verbesserungen unseres Angebotes für Senioren und Jugendliche.

c) Vizepräsidentin oder -präsident Finanzen (bisher Hilde Kittlaus): Eine kaufmännische Ausbildung ist hier nicht erforderlich. Es stehen die Geschäftsführung wie der Steuerberater zur Verfügung. Doppelte Buchführung sollte allerdings kein Fremdwort sein und ein gewisses Faible für Zahlen ist ganz hilfreich.

d) Auch für den Präsidenten gilt: Es ist kein Amt auf Lebenszeit, sondern auf Zeit. Jede Organisation braucht auch immer wieder einmal einen Wechsel, der für frischen Elan sorgt. Daher werde ich zwar noch einmal antreten, aber dies wird meine letzte Periode als Präsident des TSV sein.

Daneben gibt es noch andere Aufgaben, für die wir interessierte Mitglieder suchen: Für unsere Chronik brauchen wir noch zwei bis drei Mitstreiter bzw. Mitstreiterinnen. Die Aufgabe ist, das

vergangene Jahr für jede Abteilung auf zwei Seiten mit Bildern und etwas Text festzuhalten. Daneben suchen wir Fahnenträger/innen. Drei bis fünfmal im Jahr (z.B. Fronleichnam, Waldmesse) repräsentieren sie den Verein bei Aktivitäten hier im Viertel. Dazu gibt es dann immer auch eine Brotzeit und vom Verein eine Trachtenjacke.

Aber das sind nicht die einzigen Veränderungen, die im nächsten Jahr auf uns zukommen. Leider gibt Christa Sieber die Geschäftsführung auf – sie will sich in nächster Zeit verstärkt ihren anderen Aktivitäten im Bereich Coaching widmen. Auf dem Ehrungsabend werden wir sie verabschieden. Hier möchte ich mich im Namen aller Mitglieder nochmals herzlichst für ihr tolles Engagement für den TSV danken. Sie hat in ihrer Zeit als Geschäftsführerin den TSV deutlich mitgeprägt!

Für sie wird Nadja Mayer die Geschäftsführung übernehmen – nachdem sie jetzt schon vier Jahre beim TSV ist und in dieser Zeit eng mit Christa Sieber zusammengearbeitet hat, ist sie bereits gut für diese Tätigkeit vorbereitet.

Ich wünsche allen Mitgliedern und Freunden des TSV ein schönes Weihnachtsfest, erholsame Tage und einen guten Beginn des neuen Jahres!

Mit sportlichen Grüßen



Schnupperstunden(s)pass für Kinder

Unser TSV-Maskottchen Forsty hat für euch Kinder einen Schnupperstunden-Pass erstellt. Er zeigt euch die verschiedenen Möglichkeiten, beim TSV Forstenried Sport zu treiben und dabei Spaß zu haben.

Über 14 verschiedene Angebote kannst du damit ausprobieren und kennenlernen. Das kleine Heftchen stellt dir alle Angebote kurz vor. Zur Ergänzung und als Vorgeschnack führt es dich auch zu kurzen Filmen im Internet. Den entsprechenden QR-Code findet ihr jeweils oben auf der entsprechenden Abteilungsseite.

Schau mal vorbei und hol dir deinen Schnupperstunden-Pass in der Geschäftsstelle ab.



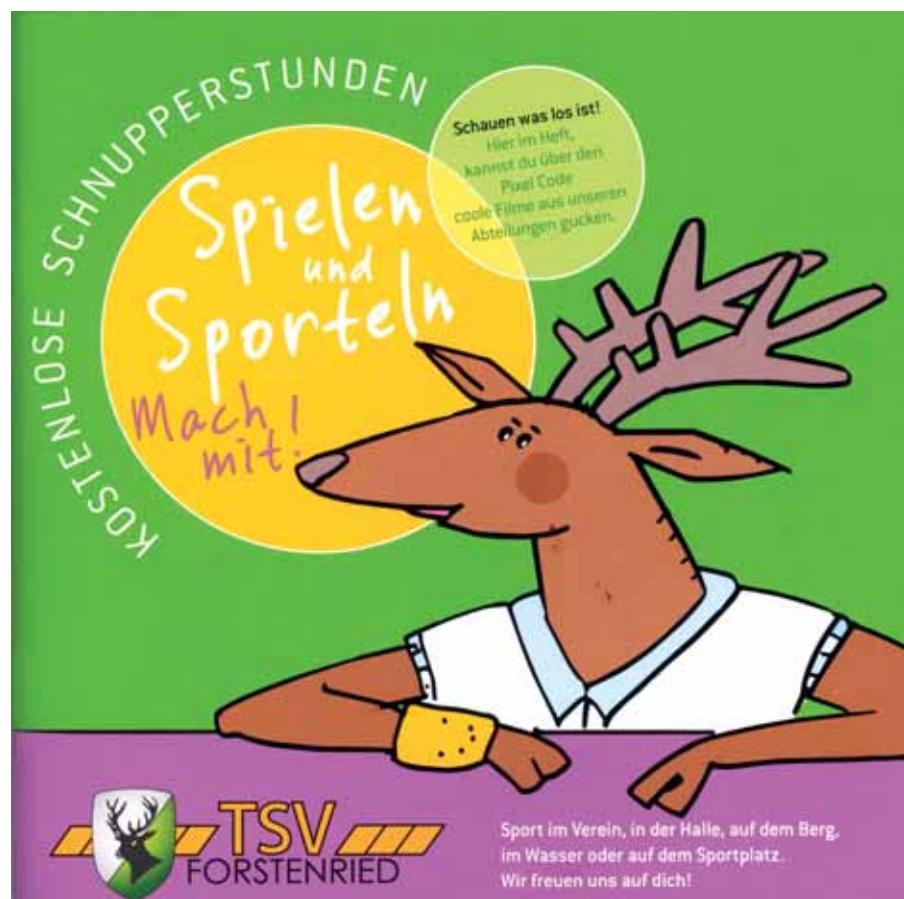
Dart



„Du kennst Mensch ärgere dich nicht“, „Schiffe versenken“ und „Fußball“. Aber kennst du diese Spiele auch auf einer Dartscheibe? Die TSV Darter verpacken ihr Training in diese und andere Spiele. So macht Spicken Spaß, wird nie langweilig und trotzdem wird man immer besser. Und spielen kann sowieso jeder. Egal ob man klein, dick, dünn, stark oder schwach, Bub oder Mädchen ist. Möchtest du richtig als Sportler im Wettkampf spielen, dann bist du bei uns auch richtig. Dann dann haben wir für dich ein spezielles, interaktives Training, das ein bisschen erster ist, bei dem man aber richtig viel mehr lernen kann.“



Good Darts!



Veranstaltungskalender

Fr 2.12.	19 - 22 Uhr	Weihnachtlicher Tanzabend
Mi 7.12.		SW Engl. Garten - Unterföhring
Fr 9.12.		Adventsfahrt Burghausen
Mi 14.12.		SW Weihnachtsfeier Gasthof Schützenlust
Mi 21.12.		SW Forstenrieder Park - Tennisgaststätte
Mi 28.12.		SW Olching - Dachau - Cafe Weißenbeck
Do 19.1.	16 - 17 Uhr	Beginn neuer Kurs Feldenkrais
Fr. 24.2.	19 - 22 Uhr	Faschingsball

Feldenkrais-Kurs mit Petra Neuer Wintertermin

Verspannungen lösen, Stress bewältigen, Beweglichkeit gezielt verbessern und das schon während der ersten Stunde!

8 Einheiten
vom 19. Jan. bis 16. März 2017
16.00 – 17.00 Uhr (nicht in den Ferien)
im Sportraum unter der Tennishalle,
Graubündener Straße 100
Kursgebühr: Mitglieder 40,00 €/
Nichtmitglieder 64,00 €

Anmeldung in der Geschäftsstelle –
Tel.: 74 50 24 52

Die Abteilung



Tanzsport veranstaltet

am Freitag, 2. Dezember 2016 19:00 – 22:00 Uhr
einen

Weihnachtlichen Tanzabend

und am Freitag, 24. Februar 2017 19:00 22:00 Uhr
einen

Faschingsball Tanzen.

Beide Veranstaltungen finden im Bürgersaal Fürstenried statt.
Die Tanzsportabteilung freut sich über viele Teilnehmer –
auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen.

Gesundheitstag München

Mit dem Thema »Bleib fit« fand am 23.10.2016 der Gesundheitstag in der Alten Kongresshalle auf der Theresienhöhe statt.

Der Verein hatte spontan beschlossen mit einem Stand daran teilzunehmen, da der Veranstalter diesmal mehr Werbung in Richtung Familien mit Kindern gemacht hatte. Wir wollten diese Form des Marketings erstmalig nützen und hatten uns folgende Ziele gesteckt:

- Präsent sein, sich als der zehn größte Münchner Breitensportverein mit einem riesigen Sportangebot zu zeigen.
- Durch die Reaktionen der Besucher die Reichweite und den Grad der Bekanntheit des TSV zu überprüfen.
- Kontakte zu den auch ausstellenden Kliniken herzustellen, um hierüber auch neue Mitglieder gewinnen zu

können, wenn Sport als Maßnahme der Medizin empfohlen wird.

- Neue Mitglieder zu gewinnen ist ja immer unser oberstes Ziel, und das hatten wir hier auch vor. Durch die Präsentation unseres Sportbüchleins für Kinder hatten wir die junge Generation im Visier, auch mit dem Querverweis, dass es demnächst das

neue Programm zum Thema »Neuronale Schulreife« geben wird.

Als Resultat können wir sagen, dass sich die Teilnahme gelohnt hat. Wir waren überrascht, wie viele Menschen den TSV Forstenried kennen und auch das große Interesse am Sportangebot hat uns gefreut. Ob wir aus der Aktion neue Mitglieder gewinnen werden, wird die Zukunft zeigen.

Nadja Mayer vertrat den Verein auf dem Gesundheitstag äußerst charmant und fachkompetent und hatte einiges zu tun. Sie hat den Verein hervorragend in der Öffentlichkeit vertreten.

Ch.Sieber





Basketball

Abteilungsleiter: Steffen Krieg · Tel. 70 93 98 27



Hier geht's zum Film

Die Herren 1 nimmt sich hohe Ziele vor

Nach der erfolgreichen Saison 2015/2016 der 1. Herren des TSV-Forstenried in der Bezirksliga, nimmt sich die Mannschaft höhere Ziele vor. Nachdem die Forstenrieder in der letzten Saison den 6. Platz erreicht haben, möchten sie nun die jetzige Saison im oberen Drittel der Tabelle abschließen.

Dementsprechend fing die Vorsaison schon ziemlich früh an und die 1. Herren haben über den ganzen Sommer trainiert. Glücklicherweise sind die meisten Spieler der letzten Saison im Kader geblieben, so dass sich alle gut kennen und man die Stärken und Schwächen der Mannschaft kennt. Auch wenn immer noch kein fester Trainer gefunden wurde (die Mannschaft wird weiterhin von Spieler-Trainern gecoacht), arbeiten alle Spieler konzentriert an der Vorbereitung für die jetzige Saison.

Nichtsdestotrotz konnten die Forstenrieder die ersten Punkte der Saison nicht gewinnen. Nachdem sie die ersten drei Viertel gegen DJK SB München kontrolliert hatten und mit einem 6-Punkte Vorsprung ins 4. Viertel gegangen sind, ließ die starke Leistung sehr schnell nach und die Partie endete 68:73. Die Mannschaft ist sich aber über ihre Fehler im Klaren und sieht dies als Lernprozess für die anstehenden Spiele. Jetzt heißt es: weiterarbeiten und sich auf das nächste Spiel gegen Germering konzentrieren (letztes Jahr besiegten die Forstenrieder Germering mit nur 1 Punkt Unterschied!).

Die Mannschaft möchte sich auch bei den Fans vom Sonntag bedanken. Es herrschte wieder eine großartige Stimmung in der Halle!

Sven H.

Verjüngungskur

Bei der Basketball-Damenmannschaft ging es letzte Saison darum, die durch die Verschmelzung der beiden Damen-

Die Basketball Abteilung lädt recht herzlich am Montag, den 21.11. um 19 Uhr

zur Abteilungsversammlung

in die Trainingshalle des Schulzentrum Fürstenried-West ein.

Wir freuen uns auf zahlreiches Erscheinen,

Steffen & Claudia



Schau mal, wer da guckt! Eine gute Mischung von Könen, Geschlechtern und Altersklassen bieten die Mixed -Trainings, welche unsere Basketball-Abteilung immer mal wieder veranstaltet. Zum Beispiel in den Schulferien, wenn einzelne Mannschaften durch Urlaub oder sonstiges Fehlen deutlich kleiner sind als normalerweise. Auf dem Bild zwei Mitglieder unserer Damenmannschaft zu Gast bei den »coolen Jungs« der Mannschaft Männer 4. Und wie lautete der Kommentar von Frauenseite: »Hat super Spaß gemacht.«

Stefan Riefler

teams neu formierte Mannschaft zusammenbringen und aufeinander einzustimmen. Dies ist uns erfreulicherweise gelungen! Doch leider konnten wir unsere Stärken noch nicht in vollem Ausmaß auf dem Parkett beweisen. Diese Saison lautet daher unser Ziel, unsere breit gefächerten spielerischen Möglichkeiten, und vor allem die durch intensives Ballhandling verbesserten Techniken, so einzusetzen, dass sie uns bei den Ligaspiele endlich zum lang ersehnten Erfolg führen.

Um den zahlreichen Mitvierzigern in unserer bunt gemischten Truppe die Möglichkeit zu bieten im Ligabetrieb die alten Knochen für die Ü40-Meisterschaften etwas zu schonen, sind wir auf der Suche nach jungen und junggebliebene Basketballeinnen. Erfreulicherweise konnten wir auch schon die ersten Neuzugänge verzeichnen und die herbeigesehnte Verjüngungskur antreten.

Senta Braun



Pretty Flamingos

Normalerweise tragen fünf bis sieben Herren der Mannschaft Männer 4 die flamingo-farbenen Trikots am Montagabend zum Spiel bei ihrem Training: Um sich vom gegnerischen Team optisch abzugrenzen. Das Bild entstand bei einem anderen Anlass: Wie schon in den Jahren davor waren auch zum Oktoberfest 2016 wieder einige aus unserer Freizeitmannschaft im Augustinerzelt auf Exkursion. Ein Neuzugang bei den Wiesn-Gängern verstärkte die bewährte Runde. Es war ein recht geselliger Abend, bei dem mancher sein gutes Auge auch beim »Kartoffel in den (leeren) Krug werfen« unter Beweis stellte. Und das sogar nach der zweiten Maß!

Ein Ausfall im Vorfeld des Abends musste kompensiert werden. Ein bewährter Wiesn- und Distanzwurf-Spezialist hat-



In Trainingslaune auf der Wiesn: sechs Herren der TSV-Basketball-Mannschaft „Männer 4“.

te übersehen, dass er an dem Tag schon zu einem Geburtstag eingeladen war. Auch im echten Trainingsbetrieb der Männer 4 kommt es immer mal wieder vor, dass jemand wegen anderer Verpflichtungen nicht in die Halle

kommen kann. Umso froher ist die Mannschaft über einen relativ stabilen Kern-Kader und Neuzugänge, wie es sie auch in diesem Herbst wieder gab.

Stefan Riefler

Basketball U16 Kreisliga

In der neuen Saison treten die U16 Basketballer in der Kreisliga an. Die Mannschaft ist mit einer tollen Trainingsbeteiligung in die Vorbereitungsphase der Saison 2016/2017 gestartet. Damit sind wir für den Spielbetrieb gut gerüstet.

Am 1. Oktober haben nun die Punktespiele begonnen und es geht gleich richtig zur Sache mit vier Spielterminen im Oktober.

Nachdem das erste Spiel gegen den TSV Milbertshofen eher unglücklich verloren ging, konnte die Mannschaft das Spiel am 9. Oktober gegen Mammendorf mit 80:48 Punkten klar für sich entscheiden. Damit zeigt sich, dass die Mannschaft konkurrenzfähig ist. Insgesamt wird die U16 in dieser Saison bis Ende März zu 18 Spielterminen antreten. Wir sind zuversichtlich, dass sich die Mannschaft in den Top-5 platzieren kann.

Im weiteren Verlauf der Saison hoffen wir wieder auf die tatkräftige Unterstützung des Spielbetriebes durch Familie, Freunde und Bekannte. Die Über-

nahme von Fahrdiensten bei Auswärtsspielen und die lautstarke Unterstützung in der „Fankurve“ sind hier nur zwei von vielen Möglichkeiten, die Mannschaft zu unterstützen. Jede Unterstützung ist willkommen und wir freuen uns sehr darauf, auch auf diese Weise die Freude am Basketball mit anderen teilen zu können.

Wenn Interesse besteht oder Ihr auch eigene Ideen einbringen wollt – kommt auf uns zu.

Wir freuen uns auf Euch!

Die Trainer der U16 - Kreisliga
Christian Dreher, Paul Reimann



Die U16 vor dem Spiel gegen SV Mammendorf



U18 für die Bezirksliga qualifiziert

Die Saison für die U18 hat bereits mit der Qualifikation im Juli begonnen. Sie sollte darüber entscheiden, ob wir zu Beginn der Saison im Oktober in der Bezirksliga starten dürfen oder doch in der Kreisliga spielen.

Im ersten Qualifikationsturnier hat sich nur der erste direkt qualifiziert. Leider verloren wir direkt das erste Spiel gegen MTV 1879 München in der zweiten Verlängerung 92:91. Eine unglückliche Niederlage. Um uns direkt zu qualifizieren, hätten wir das zweite Spiel mit vier Punkten gegen den Gastgeber TSV Wasserburg gewinnen müssen. Doch das kraftraubende Spiel gegen MTV steckte uns zu sehr in den Knochen, und wir verloren mit vier Punkten gegen Wasserburg. Damit war die erste Chance auf die Bezirksliga vergeben.

Eine Woche später hatten wir beim TV Traunstein noch eine Chance für die Qualifikation zur Bezirksliga. Bei dem Turnier haben DJK Landsberg, TSV Neuötting, TV Traunstein und wir (TSV Forstenried) sich um einen Platz in der Bezirksliga gestritten. Das erste Spiel haben wir gleich unglücklich gegen Landsberg mit einem Punkt (60:59) verloren. Gegen Neuötting konnten wir mit 44:31 gewinnen. Da Traunstein gegen Landsberg mit vier Punkten gewonnen hatte, war unser letztes Spiel gegen Traunstein ein Endspiel.

Um im direkten Vergleich auf Rang 1 zu stehen, mussten wir das große Finale TSV Forstenried – TV Traunstein mit vier Punkten gewinnen. Von Anfang an war das komplette Team fokussiert und bereit, alles für den Sieg zu geben. Es wurde um jeden Ball gekämpft, und jeder feuerte den anderen an. An der Linie blieben wir ruhig und verwandelten 23 unserer 31 Freiwürfe (74%). Mit

dieser Teamleistung gelang es uns letztendlich, 59:50 gegen Traunstein zu gewinnen und somit den Aufstieg in die Bezirksliga perfekt zu machen. Toll, dass wir trotz des schlechten Beginns die zweite Chance nutzen konnten.

Nun freuen wir uns auf die Bezirksliga, das erste Spiel ist schon gespielt. Gegen TS Jahn München haben wir leider eine hohe Niederlage (107:56) einstecken müssen. Der Start in die Saison ist genauso misslungen wie die ersten Spiele in den Qualifikationsturnieren. Mit der Erfahrung, dass noch immer alles gut gegangen ist, arbeiten wir weiter hart an unserer Technik, um die Grundlage für ein schnelles Spiel zu schaffen. In der Hoffnung, das eine oder andere Spiel für uns zu entscheiden.

Kommt doch mal vorbei und schaut euch eins unserer acht Heimspiele an. Wir würden uns freuen.





Winterprogramm 2016/2017 der Skigemeinschaft Forstenried-Gauting

Termine 2016/2017

28.12.-30.12.2016	Weihnachts-Ski-, Snowboard-, Telemark*-Kurse (3 Tage)
14.01.-28.01.2017	Ski-, Snowboard-, Telemark*-Kurse Samstag (3 Tage) Safari-Kurs Samstag (3 Tage) *Telemark: Buchung auf Anfrage
10.01.-07.02.2017	Sunshine-Kurs Langschläfer / Spät-aufst. (5x Dienstag) **
11.01.-08.02.2017	Sunshine-Kurs LADY-TAG (5x Mittw.) ** **) Veranstalter: Autobus Oberbayern
03.03.-05.03.2017	Faschings-Ski-, Snowboardkurse – Kinder/Jugend (3 Tage)

Anmeldeübersicht 2016/2017

Anmeldung ohne persönliche Beratung durch TSV-Skilehrer in der Geschäftsstelle Graubündener Str. 100 zu den normalen Öffnungszeiten
(Bitte beachten: Die Geschäftsstelle ist in den Weihnachtsferien geschlossen!)

Anmeldeschluss Weihnachtstage: 22.12.2016
Januarkurse: 05.01.2017
Sunshinekurse 05.01.2017
Faschingskurse: 23.02.2017
Anmeldung ist online oder in der Geschäftsstelle des TSV Forstenried möglich!

Anmeldung und weitere Informationen unter:
www.skigemeinschaft.org

Wir, die Ski- und Snowboardlehrer der Skigemeinschaft freuen uns darauf, mit euch die Faszination des Schneesports zu erleben; egal ob Kinder, Jugendliche oder Erwachsene. Wir haben für jeden etwas im Angebot!

Bis bald
Eure Skigemeinschaft Forstenried-Gauting

Die Abteilungsleitung wünscht Euch ein ruhiges, besinnliches Weihnachtsfest, ein gesundes neues Jahr und den Aktiven weiterhin viel Freude bei der Durchführung unserer Veranstaltungen.

*Gabriel Ringelstetter
und Werner Seidl*

Gratulation zur Hochzeit

Seit fast 30 Jahren ist **Martina Wehner** Mitglied im TSV Forstenried.

Als Schülerin begann sie beim TSV mit der Leichtathletik, bevor sie zu den Männern der Basketballer wechselte. Ihre Leidenschaft war jedoch damals schon das Skifahren und so war der TSV-Skikurs Ende der 80er Jahre ein obligatorischer Wunsch vom Christkind. Schon bald wurde Skifahren beim TSV Forstenried ihr liebstes Hobby.

Mit den Jahren übernahm sie immer mehr Verantwortung in der Sparte und absolvierte die Ausbildung zum Skilehrer beim DSV. Seit vielen Jahren übernimmt sie zudem für die Skikurse die Auswahl des Skigebietes und organisiert die Kursplanung. Für Ihre Dienste wurde sie im Oktober 2009 vom TSV Forstenried ausgezeichnet.





Am 10. September 2016 heiratete Martina ihren Matthias Immerz, den sie während ihres Studiums in Regensburg kennen gelernt hat. Die Vereinsmitglieder der Abteilung Berg- und Skisport erwiesen dem Brautpaar die Ehre mit einem Ski-Spalier, durch das das Brautpaar nach der kirchlichen Trauung schreiten durfte. Außerdem mussten sie den ersten Weg als Ehepaar auf zwei (Holz-)Skiern hinter sich bringen was das Brautpaar natürlich ohne Probleme bewältigte.

Martina und Matthias sind gerade in den Flitterwochen, möchten sich jedoch auf diesen Wege noch mal recht herzlich für den tollen Augenblick bedanken, als sie beim Auszug aus der Kirche von Ihren Skikameraden mit dem Spalier überrascht wurden.

Andrea Enderle



Wir gratulieren! Herzlichen Glückwunsch zur Hochzeit am 10. September 2016 unserer langjährigen Skikursleiterin Martina (geb. Wehner) und Matthias Immerz!



Seniorenwandern

Tages- und Halbtagestouren 2017 – 1. Halbjahr

04.01.

Höllriegelskreuth – Hinterbrühl – Brudermühlstr.

11.01.

Höllriegelskreuth – Theresien Ger. – Schützenlust

18.01.

Fasanerie – Feldmoching – Fasanerie

25.01.

Solln – Pater Rupert Mayer Str. – Buchenhain

01.02.

Gräfelfing – Obermenzing – Karlsfeld

08.02.

Stockdorfer Str. – Link Ger. – Schützenlust

15.02.

Fraunhoferstr. – St. Emmeram – Unterföhring

22.02.

Stockdorfer Str. – Preising Ger. – Maxhofgaststätte

01.03.

Grafrath – Türkental – Geltendorf »Fischessen«

08.03.

Höllriegelskreuth – Zyllnhard Ger. – Schützenlust

15.03.

Solln – Unterhaching – Fasanenpark

22.03.

Planegg – Forst Kasten – Tennisgaststätte

29.03.

Ottenhofen – Ottenhofen – Markt Schwaben

05.04.

Eichenau – Germering – Planegg

12.04.

Buchenhain – Warnberger Tor – Schützenlust

19.04.

Possenhofen – Unterzeismering – Tutzing

26.04.

Planegg – Fürstenrieder Wald – Tennisgaststätte

03.05.

Otterfing – Baiernrain – Otterfing

10.05.

Stockdorfer Str. – Unterdill – Schützenlust

17.05.

BOB: Bad Tölz – Wackersberg – Bad Tölz

24.05.

Lochham – Gräfelfing – Tennisgaststätte

31.05.

Hohenschäftlarn – Irschenhausen – Hohenschäftlarn

07.06.

Gauting – Leutstetten – Starnberg Nord

14.06.

Höllriegelskreuth – Theresien Ger. – Schützenlust

21.06.

Grafrath – Inning – Steinebach

28.06.

Maxhofstr. – Jägerstern – Tennisgaststätte



Hallo Seniorenwanderinnen und -wanderer!

Am 27. Juli hatten wir unseren 40. Geburtstag in der Tennigaststätte gefeiert. Wir haben gerufen und es sind alle gekommen – 75 Gäste –.

Als Ehrengäste konnten wir begrüßen: den TSV-Präsidenten Dr. Peter Sopp; unseren Abteilungsleiter Berg- u. Skisport Werner Seidl; die Ehrenmitglieder des TSV Inge Hertel, Erika Schmidbauer und Werner Wind. Nochmals herzlichen Dank für euer Kommen.

Nach der Begrüßung wurde dem Kaffee und Kuchen mit großer Begeisterung zugesprochen. Den 11 Bäckerinnen Hildegard Hözl, Barbara Holztrattner, Uschi Liehr, Elisabeth Meyer, Jutta Reitberger, Hedi Schmid, Sabine Schmidt,

Margot Schrader, Berta Sedlmair, Olga Söldner und Ruth Schnoor ein herzliches Danke. Die Erdbeerschnitten mit unserem Logo wurden vom Café Detterbeck in Laim gebacken.

Für das Ausschmücken der Tische war wieder unsere Ilse Schnoor zuständig. Den stillen Helfern im Hintergrund Danke, Danke, Danke.

In der Festzeitschrift **»40 Jahre Seniorenwandern 1976 – 2016«** wurde der Lebenslauf der Abt. Seniorenwandern dokumentiert und für unsere Nachkommen fest gehalten.

Doris Habig wurde bei der Wanderung am 06.07.16 mit einer Plakette nachträglich für 25 Jahre Seniorenwandern geehrt.

Max Neuber wurde für seine Verdienste für die Seniorenwanderer am 14.09.16 nachträglich geehrt.

Am 28. September waren wir wieder auf der Wies'n bei der Ochsenbraterei. 21 Senioren sind vom Schweizer Platz zur Wies'n gelaufen.

Unser Tourenplaner Willi hat für das Wanderjahr 2017 wieder schöne Wanderungen geplant. Nebenstehend die Tageswanderungen für das 1. Halbjahr 2017.

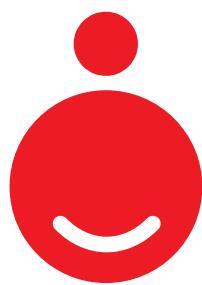
Hinweis!

Am 14.12.16 haben wir unsere Weihnachtsfeier in der Schützenlust in Solln. Alle Wanderinnen und Wanderer, sowie Ehemalige und Freunde sind recht herzlich eingeladen.

Die Wanderführer.



Lächeln ist einfach.



sskm.de/privatkredit

**Wenn der Finanzpartner in jeder
Situation mit einem Kredit helfen kann.
Sparkassen-Privatkredit.**

Ihren Vertrag schließen Sie mit S-Kreditpartner GmbH, einem spezialisierten Verbundpartner der Sparkassen-Finanzgruppe.

 **Stadtsparkasse
München**

Die Bank unserer Stadt.



Hier geht's zum Film

»Kinder mit Handicap haben auch das Recht, Fußball zu spielen«

So formulierte es Michaela Ammer, Abteilungsleiterin des TSV Forstenried, kurz nach Gründung des Inklusionsteams im Jahre 2012. Ausschlaggebend für die Gründung war Nina, ein körperlich und geistig gehandicaptes Mädchen, das mit ihrem Vater immer sonntags zum Fußball spielen kam. Eigentlich schade, dass das Mädchen nicht mit Gleichaltrigen spielen kann, fand Ammer und setzte sich nach entsprechenden Recherchen im Internet mit den Abteilungsleitern anderer Vereine in Verbindung, die bereits über ein sogenanntes I-Team verfügten. Das, was sie dort hörte, gefiel ihr und ließ in ihr den Gedanken reifen, die Gründung eines Inklusionsteams anzugehen.

Schon bald kamen 13 – behinderte und nicht behinderte - Kinder und Jugendliche freitags von 17.30 bis 19.30 Uhr zum gemeinsamen Training zur Sportanlage nach Forstenried. Zusammen mit den anderen Inklusionsmannschaften in München und Umgebung achtet man darauf, dass eine Leistungsorientierung nicht im Vordergrund steht. Vielmehr – und so ist es auch im Leitfaden formuliert – stehen Sport, Spiel, Spaß und Therapie, durchaus leistungsmotivierend - im Vordergrund.

Allerdings sieht man sowohl beim Training als auch bei den regelmäßig ausgetragenen Turnieren der inzwischen immer mehr werdenden Inklusionsmannschaften, dass Ehrgeiz und Leistung auch bei allen Kindern und Jugendlichen vorhanden ist. Jeder/jede will sich verbessern, Tore schießen und seine eigene Mannschaft siegen sehen. Was zunächst einen spielerischen und sportlichen Ansatz zu haben scheint, ist auch unter Erziehungswissenschaftlern ein großes, immer bedeutsamer werdendes Konzept: Inklusion ist ein Menschenrecht. Inklusion heißt nicht Gleichmachen, sondern bedeutet selbstverständliche Teilhabe an der Gesellschaft für jeden im Sinne eines Mit-einanders.

Sie bedeutet, dass jeder seinen Platz hat, entsprechend seinen Fähigkeiten

Außerordentliche Mitgliederversammlung Abteilung Fußball

Termin: 28. November 2016 – 19.30 Uhr

im Schachraum des TSV Forstenried

Graubündener Straße 100 – 81475 München

Tagesordnung:

Kürzung des Zusatzbeitrages Fußball - Inklusionsmannschaft
Junioren und Senioren

Vorschlag der Abteilungsleitung:

Kürzung des Zusatzbeitrages um 50%:
Senioren von monatlich 6,- € auf 3,- €
Junioren von monatlich 10,- € auf 5,- €

Aufnahme in die Inklusionsmannschaft geht nur unter folgenden Voraussetzungen:

Körperliche und/oder geistige Behinderung (auf Verlangen mit Attest)
Sonstige körperliche Einschränkungen (z.B. ADHS, Epilepsie, Adipositas – auf Verlangen mit Attest)

und Bedürfnissen. Sie bedeutet gemeinsames Lernen voneinander und miteinander. Das heißt, die Sonderwelten unserer Gesellschaft werden aufgebrochen, Gemeinschaft kann entstehen.

Inklusion richtet sich nicht nur an Menschen mit besonderen Bedürfnissen, sondern bezieht gleichermaßen Menschen verschiedener Nationalitäten und Kulturen oder unterschiedlicher sozialer

Schichten ein. Normal ist die Vielfalt, in ihr liegt das Potenzial.

Gerade der Sport bietet eine sehr gute Gelegenheit, dieses Miteinander zu üben und zu praktizieren, im Besonderen noch in einem Mannschaftssport wie Fußball. Heute, im Jahre 2016, sind wir stolz, dass 20 Mädchen und Jungen sowie 2 Trainer/in zu unserem Team gehören.

Irene Zamponi



Voneinander lernen: Spieler mit und ohne Handicap



Inklusion statt Isolation

Wir sind Ihre Bank.



**MEHRWERT
FÜR UNSERE
MITGLIEDER**

VR-Vertragscenter

Als Mitglied der Raiffeisenbank München-Süd eG ist mehr für Sie drin!
Nutzen Sie kostenlos und exklusiv anwaltlich geprüfte Vertragsvorlagen und Musterdokumente.

Wir informieren Sie gerne.
0 89 | 75 90 60, www.raiba-muc-sued.de

**Raiffeisenbank
München-Süd eG**





Hier geht's zum Film

World Masters Championship 2016

Nach dem »Kati« Eibl eine tolle Saison in der Mannschaft und diversen Einzelwettbewerben gehoben hat, machte sie sich mit Betreuer Gerd Pöll auf den Weg nach Heinsheim, um den TSV bei der Weltmeisterschaft der Masters zu vertreten. In einem starken Teilnehmerinnen Feld zeigte Kati wieder einmal eine super Leistung!

Nach dem sie beim Reißen mit 66 kg wieder Ihre Bestleistung zeigte, wollte es beim Stoßen nicht ganz gelingen. Mit 77 kg blieb Kati knapp unter Ihrer Bestleistung und sicherte sich souverän den 4. Platz, nach dem dass Stockerl schon fast erkloppen war. Nachdem Kati etwas leichter gestartet ist, erreichte sie im Zweikampf mit 143 kg erneut eine Bestleistung.

Prima und toll, dass Du den TSV bei solch einem wichtigen Ereignis vertreten hast!

...was sonst noch so geht...

oder eben nicht geht...

Nach dem wir uns viele Jahre – gerade auch die letzten beiden Saisonen – in der Bayernliga stark unter den ersten 3



Kati und Gerd Pöll mit der »Diplom« Urkunde

Mannschaften vorwiegend vorne präsentierte, haben wir – ein bisschen schweren Herzens – entschieden, diese Saison keine Mannschaft zu melden.

Aus unserem Team standen mit Kati Eibl, Robert Vogl und Youngster Simon Piel nur 3 Heber als fester Bestandteil der Mannschaft für die Wettbewerbe

sicher zur Verfügung. Unsere Hamburger Heber Sarah Mentzen & Pascal Totz sind aktuell beruflich so eingenäht, dass sie sich eher schlecht in den forecast der fixen Starttermine einplanen lassen konnten.

Hier bei uns geht es Nadja Sennhenn und Danny Sembach ähnlich. Marcel

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



Totz hindert noch seine auskurierte Verletzung und unser Abteilungsleiter »Schorsch« Nerlinger, der sich sensationell & stark seit Mai diesen Jahres in eine tiefere Gewichtsklasse trainiert hat, muss noch ein wenig die zwicken-de Schulter schonen.

Zusammengefasst war damit mit dem Blick auf die Saison eher nicht damit zu rechnen, dass wir die gewohnt starken Plätze in der Liga verteidigen könnten. So gönnen wir uns diese Saison eine Erholung und bauen gezielt aus dem ver-heißungsvollem Nachwuchs ein zweites Fundament für die Mannschaft auf.

In den Einzelwettbewerben werden si-cher – wie Kati bei der WM – unsere bekannten Heber den TSV und den Kraftkeller nach außen wieder mit tollen Leistungen vertreten. Wir werden berichten ...

Erfreuliches gibt es auch von den ande-ren Athleten, die bei uns im Kraftkeller trainieren zu berichten:

Am ersten Oktober Wochenende fanden in Dessau in Sachsen-Anhalt die Deutschen Einzel- und Synchronmei-sterschaften im Trampolinturnen statt. Die im Krafttraining unter der Führung von »Bertl« Burner trainierenden Kader Athleten der Munich-Airriders waren dabei mit Aileen und Manuel Rösler, Steffi Omlor, Isabel Baumann, Annika Süß und Gabi Stöhr überaus erfolg-reich.

Herzlichen Glückwunsch!

Beachtlich dabei der Erfolg von Isabel, die durch den Bruch des Handgelenkes im Sprungtraining Anfang Mai zu-nächst noch mehrere Wochen Sport-verbot hatte. Mit der Ansage »...für das Krafttraining braucht man nicht zwingend zwei Hände« motivierte Bertl Isabel Anfang Juni wieder in den Kraft-keller.

So wurden Übungen für die Beine, den Rücken und die Überkopfarbeit konse-quent bis zu den Sommerferien einar-mig mit der Kettlebell durchgeföhrt, so dass wir auch ein bisschen zum Erfolg beitragen konnten.



Isabel beim einarmigen Kreuzheben mit einer 40 Kilo Kettlebell

... zum guten Schluss ...

Wir berichten an dieser Stelle gerne im-mer wieder welche große Vielfalt un-terschiedlichster Sportarten im Kraft-keller trainieren. Branislav »Bane« Pe-ric, der in der Saison 2014/2015 und darüber hinaus für uns gehoben hat, betreibt beispielsweise intensiv Kendo, eine abgewandelte, moderne Art des ursprünglichen japanischen Schwert-

kampfs. Kendo erfordert sehr viel Tech-nik, Kraft, Ausdauer und Disziplin.

Im Juni dieses Jahr legte »Bane« die Prüfung zum 5. Dan in Frankfurt mit Bravour ab. Ein toller Erfolg, zumal von 10 Prüflingen nur 2 diesen hohen Mei-stergrad bestehen konnten.
Herzlichen Glückwunsch Bane.

Thomas Kulle



Blumenhaus Müller

Das Fachgeschäft in Forstenried

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



Hier geht's zum Film

Ein beschwerlicher Gang

Die neue Saison ist gestartet und dieses Jahr erwartet uns mal wieder ein beschwerlicher Gang. Nachdem zu Beginn der Saison-Planung fest stand, dass in unserer Halle nun endlich Ende 2016 mit den Sanierungsarbeiten begonnen werden soll, mussten wir unsere Heimspiele in andere Hallen verlegen. Letztendlich wurden unsere Spiele in bis zu vier verschiedene Hallen ausgelagert. So schwer es sein würde, die Saison ohne richtige Heimhalle zu bestreiten, so sehr freuten wir uns auch irgendwie auf die seit gefühlten Jahrzehnten angekündigte Sanierung. Denn der Zustand, dass es keine richtig funktionierende Dusche gibt und dass es regelmäßig in die Halle regnet, ist mittlerweile kaum tragbar.

Haben wir uns womöglich zu früh gefreut und das noch zu laut?!? Fünf Tage vor Beginn der Saison erreichte uns eine Mail von der Stadt, in welcher man uns eher beiläufig mitteilte, dass mit den Sanierungsarbeiten nun doch erst zum Schuljahr 2017/2018 begonnen werden soll. Und täglich grüßt das Murmeltier! Mal wieder falscher Alarm. Was sollten wir nun tun?!? Kurz vor Saisonbeginn die gesamte Planung der Spiele umschmeißen? Unklar, ob man für jede Verlegung eine passende Zeit für den Gegner findet, falls für den ursprünglich geplanten Termin unsere Halle nicht für den Handballverband verfügbar ist?!? Welche Kosten erwarten uns da?!? Und am schlimmsten, was wenn es tatsächlich mal wieder regnet und die Halle wieder unter Wasser steht?! Wohin dann mit den Spielern?!?

Es ist uns nicht leicht gefallen, hier die richtige Entscheidung zu treffen. Womöglich gibt es auch gar keine richtige Entscheidung. Denn entweder wir rauben unseren Mannschaften und Fans ihr »Zuhause« oder wir riskieren einen erheblichen Verwaltungsaufwand durch die kurzfristige Umplanung aller Spiele, um selbst dann nicht sicher sein zu können, ob witterungsbedingt die Halle bespielbar bleibt. So mit fiel unsere Entscheidung zwischen

Pest oder Cholera darauf, die Spiele in verschiedenen Hallen zu belassen.

Neues bei den Senioren

Wir haben die Hoffnung, dass dennoch viele Fans den Weg zu den Spielen finden, um ihre Mannschaften zu unterstützen. Denn auch dieses Jahr erwarten wir spannende Spiele. Nach dem sensationellen Klassenerhalt unserer **ersten Herren** dürfen diese mit dem Trainer-Urgestein Robert auch dieses Jahr in der Bezirksoberliga mitmischen. Hier ist schöner Handball quasi garantiert. Apropos schöner Handball, darf unsere **zweite Herren** mit Trainer Klaus nicht unerwähnt bleiben. So mancher behauptet, dass Spannendste bei der Zweiten sei, ob sie zum Anpfiff vollzählig oder in Unterzahl antreten. Umso schöner, dass egal in welcher Konstellation Siege keine Seltenheit sind.

Schön sind auch unsere **Damen**. Wie ich finde, ganz besonders sogar :) Weniger schön an ihnen ist leider, dass zu Saisonbeginn kurzfristig unsere zweite Mannschaft zurückgezogen werden musste. Tatsächlich haben wir derzeit zu wenige Spielerinnen für eine zweite Mannschaft, aber irgendwie zu viele für eine. Helmut und Felix wollen nun gemeinsam versuchen, den Hühnerstall von 20 Mädels so zu bespaßen, dass wir zum Saisonende auf eine erfolgreiche Bezirksliga (BL) Saison zurück blicken können.

Neue Aufgaben

Auch unsere Jugend ist dieses Jahr wieder gut besetzt:

Pedro führt die **mA** durch die bezirksübergreifende Bezirksliga (ÜBL). Dieses Jahr endlich mit etwas mehr Spielern, so dass nicht immer in Unterzahl antreten werden muss. Pedro muss sich erst einmal wieder daran gewöhnen, Auswechselspieler auf der Bank zu haben. Ganz neuer Luxus!

Unsere neue **wB** wird weiterhin von Mani und mir geleitet. Mit ganz viel

Ehrgeiz und Engagement sind die Mädels dabei und konnten bereits das erste Spiel in der neuen Jugend deutlich für sich entscheiden. ÜBL sieh dich vor, wir wollen vorne mitspielen!!!!

Jojo konnte mit seinen Jungs der **mc** die bezirksübergreifende Bezirksoberliga erreichen. Auf dem bereits bekannten Terrain werden sich die Jungs wie immer gut verkaufen! Wir sind gespannt, was am Ende raus kommt! Meister wäre sicher schön...

Im weiblichen Bereich dieser Altersgruppe – unserer **wC** – startete die Saison leider mit Abgängen von Spielerinnen. Unsere beiden Trainer Nati und Basti mussten bereits zu Beginn den bitteren Keks einer abgelehnten Spielverlegungsanfrage kosten. Sie reisten mit nur fünf Spielerinnen – eine davon aus unserer D-Jugend – beim Gegner an, schlügen sich dort allen Widrigkeiten zum Trotz hervorragend! Verspricht also eine schöne ÜBL Saison zu werden.

Die alte **wE** führte die Janine in die neue **wD**. Dass die Mädels viel erreichen möchten zeigen sie stets im Training. Ein Kader voller motivierter kleiner Handballerinnen freut sich auf die bevorstehende Saison in der BL.

Mit Michi und seiner **mD** freuen sich alle auf eine schnelle und torreiche Saison in der BL. Er hat den Luxus eines »vollvollen« Kaders, so dass wir kurzzeitig überlegten, eine zweite Mannschaft zu melden. Letztlich blieb es bei nur einer **mD** und Michi hat die große Aufgabe, allen möglichst viele Spielanteile zu geben und dennoch erfolgreich zu sein – aber er schafft das sicher mit Bravour.

Unsere **mE** und **wE** sind wie eh und je unter den strengen Augen unserer Eri im Einsatz. Unterstützung findet Eri von vielen jungen und motivierten Nachwuchstrainern. Pauli von den Damen ist Eris zweite Hand bei den Mädels der **wE** und bei den Jungs der **mE** sind gleich drei Jungs an Eris Seite: Flo, Boti und Marius. So wird aus jedem Training und jedem Turnier in jeder Hinsicht ein Me-



ga Erfolg. Was will man mehr?!?

Bei unseren Jüngsten, den **Minis**, gilt der Leitsatz »never change a winning team«. Hier ist Billie seit vielen Jahren die Mutti der Nation. Sie bringt immer wieder neue Handballer raus und wir freuen uns natürlich sehr, dass sie auch weiter dabei ist. Auch sie bekommt regelmäßig Unterstützung von kleinen Nachwuchstrainern: Mara und Nicki sind tatkräftig am Ball!

Große Baustelle Schiedsrichter

Trotz der durchgehend positiven Entwicklung hinsichtlich der Mannschaften, ist das Schiedsrichterwesen nach wie vor die größte Baustelle bei uns. Wir haben leider viel zu wenige aktive Schiris. Welchen Weg wir einschlagen müssen, um dafür neue Handballer zu

begeistern, müssen wir wohl noch ausschnapseln. Jeder, der Interesse hat, ist eingeladen sich zu melden. Ein paar Anmeldungen für Neuschiris haben wir zwar schon, aber das erfüllt leider noch nicht unser Soll und somit müssen wir auch in diesem Jahr mit einer hohen Verbandsstrafe rechnen.

Ein großes Dank gilt unseren aktiven Schiris! Hier möchte ich besonders die Johanna hervorheben, die leider nicht mehr aktiv Handball spielt, dafür umso aktiver bei der Turnabteilung ist. Wir sehen sie leider viel zu selten, quasi so gut wie gar nicht. Und dennoch ist sie dem Handball treu geblieben und leitet Spiele als erfahrene und in meinen Augen sehr gute Schiedsrichterin! Ich freue mich sie dabei zu haben. Dies soll natürlich nicht die tolle Arbeit und den Einsatz der anderen Schiris schmälern, bei denen bekomme ich durch ihre noch aktive Tätigkeit beim Handball

einfach nur öfter die Gelegenheit mich persönlich zu bedanken.

So es gibt sicher noch viel mehr zu sagen, aber auf Grund der vielen Zeilen mag so mancher, der mit dem Lesen begonnen hat, nicht einmal bis zu diesen Zeilen gekommen sein. Hier müsste jetzt zumindest ein toller Witz kommen, um die zu belohnen, die es doch bis hierher geschafft haben, aber ich bin kein guter Witzezähler. Daher beende ich nun auch den »kurzen Bericht zum Saisonstart« und freue mich, euch in der Halle persönlich begrüßen zu dürfen.

Wo wir denn nun spielen, könnt ihr auf der Homepage www.TSV-Forstenried-Handball.de rausfinden. Oder ihr ruft einfach bei mir durch!

Herzlichst,

Vicky Kottermaier



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-kempfer.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



Powerchair-Hockey

Abteilungsleiter: Roland Utz · Tel. 721 14 81



Munich Animals

Für die Munich Animals hat die Saison 2016/2017 der 1. Powerchair Hockey Bundesliga wieder begonnen. Der erste Spieltag fand am 24. September in Plau am See statt. Mit einer dezimierten Truppe von 6 Spielern fuhren sie zum Bundesliga Auftakt. Die Spieler, Slava Kolonitzki, Andi Vogt und Julian Schorr fielen krankheitsbedingt aus.

Ein schwerer Spieltag bahnte sich an und das wurde auch bestätigt. Das erste Spiel ging gegen Torpedo Laden-

burg mit 0-6 verloren. Kurz vor dem zweiten Spiel ging der Rollstuhl von Stefan Utz kaputt, somit war der Spieltag für ihn gelaufen, die Animals waren nur noch zu fünf und hatten keine Auswechselmöglichkeit mehr.

Die nächsten Spiele waren dann sehr hart umkämpft und gingen sehr an die Substanz der Spieler. Gegen die Nor ding Bulls verloren sie knapp mit 5-6. Im dritten Spiel mussten sie gegen den Aufsteiger aus Bad Kreuznach ran und verloren leider auch dieses Match mit 4-6. Im vierten und letzten Spiel gegen

die Rolli Teufel aus Ludwigshafen hingen die Köpfe schon tiefer und die Kraft war kaum noch da. Schließlich verloren sie dieses Spiel nach schlechter erster Hälfte mit 1-3.

Am 1. Oktober fuhr die 2. Mannschaft nach Deggendorf zur bayerischen Meisterschaft. Wo folgende drei Spieler der ersten Mannschaft dabei waren: Sebastian Richter, Lukas Busel und Andre Schwaben. Sie holten sensationell den 1. Platz.

Stephan Mägele



Radtouren

Abteilungsleiter: Manfred Oberhauser · Tel. 754 49 68

Liebe Radtourenfreunde,

unsere Radtourensaison ist mit Christianes Tour am 9.9.2016 zum Botanischen Garten zu Ende gegangen, da die geplante Radtour von Klais nach Lenggries am 20.9. dem Wetter zum Opfer gefallen war. Das Wetter und familiäre Gründe führten dazu, dass wir

heuer nur 17 Touren durchführen konnten gegenüber dem Durchschnitt der letzten Jahre von 25 Touren. Mit ein Grund ist natürlich auch, dass wir nur mehr zu zweit die Touren leiten. Führernachwuchs ist leider nicht in Sicht! Erfreulich ist, dass unsere Radtouren ohne Unfälle und größere Verletzungen verliefen und im Schnitt im-

mer noch ca. 10 TeilnehmerInnen mitmachten.

Christiane und ich hoffen, dass es im nächsten Jahr wieder zu schönen Touren mit guter Beteiligung kommt.

In diesem Sinne fröhliche Weihnachten und für das Neue Jahr alles Gute

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. 0 89/7 45 97 42 · Fax 0 89/7 45 97 11



Sportangebot Winter 2016/2017

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. 0151-53947927



Schach

Markus Lahm
Tel. 08121 9899695



Turnen & Gymnastik

Nadja Mayer
Tel. 0171-9387278



Gewichtheben & Fitness

Georg Nerlinger
Tel. 089 74945978



Taekwondo

Peter Bauer
Tel. 0176-72428762



Volleyball

Ute von Milczewski
Tel. 089 7593767

Gymnastik und Turnen

Königswieser Halle groß			
Montag	16:00 – 16:45	Ballspiele	4–6 Jahre
	17:15 – 17:45	Ballspiele	7–9 Jahre
	17:45 – 18:45	Wirbelsäulengymnastik	Alexandra Wöhrl Ramona Eikenkötter
	18:45 – 19:30	Wirbelsäulengymnastik	Monika Maier
Dienstag	16:30 – 17:15	Kinderturnen	Monika Maier
	17:15 – 18:00	Kinderturnen	Sabine Honka
	18:00 – 18:45	Kinderturnen	Sabine Honka
Mittwoch	16:15 – 17:00	Eltern-Kind-Turnen	Stephan Margeth
	17:00 – 17:45	Kinderturnen	Stephan Margeth
	17:45 – 18:45	Wirbelsäulengymnastik	Rosemarie Pott
Freitag	16:00 – 16:45	Ballspiele	Gertraud Thau
	18:30 – 19:15	Sport für Teenager	
Donnerstag	16:15 – 17:00	Kindertanz	
	17:45 – 18:30	Stepp-Tanz	
	18:30 – 19:15	Fitnessgymnastik	
	19:30 – 20:30	Zumba	
	20:15 – 21:30	Zumba	
	21:30 – 22:30	Zumba	
	22:30 – 23:30	Zumba	
	23:30 – 24:30	Zumba	
	24:30 – 25:30	Zumba	
	25:30 – 26:30	Zumba	
	26:30 – 27:30	Zumba	
	27:30 – 28:30	Zumba	
	28:30 – 29:30	Zumba	
	29:30 – 30:30	Zumba	
	30:30 – 31:30	Zumba	
	31:30 – 32:30	Zumba	
	32:30 – 33:30	Zumba	
	33:30 – 34:30	Zumba	
	34:30 – 35:30	Zumba	
	35:30 – 36:30	Zumba	
	36:30 – 37:30	Zumba	
	37:30 – 38:30	Zumba	
	38:30 – 39:30	Zumba	
	39:30 – 40:30	Zumba	
	40:30 – 41:30	Zumba	
	41:30 – 42:30	Zumba	
	42:30 – 43:30	Zumba	
	43:30 – 44:30	Zumba	
	44:30 – 45:30	Zumba	
	45:30 – 46:30	Zumba	
	46:30 – 47:30	Zumba	
	47:30 – 48:30	Zumba	
	48:30 – 49:30	Zumba	
	49:30 – 50:30	Zumba	
	50:30 – 51:30	Zumba	
	51:30 – 52:30	Zumba	
	52:30 – 53:30	Zumba	
	53:30 – 54:30	Zumba	
	54:30 – 55:30	Zumba	
	55:30 – 56:30	Zumba	
	56:30 – 57:30	Zumba	
	57:30 – 58:30	Zumba	
	58:30 – 59:30	Zumba	
	59:30 – 60:30	Zumba	
	60:30 – 61:30	Zumba	
	61:30 – 62:30	Zumba	
	62:30 – 63:30	Zumba	
	63:30 – 64:30	Zumba	
	64:30 – 65:30	Zumba	
	65:30 – 66:30	Zumba	
	66:30 – 67:30	Zumba	
	67:30 – 68:30	Zumba	
	68:30 – 69:30	Zumba	
	69:30 – 70:30	Zumba	
	70:30 – 71:30	Zumba	
	71:30 – 72:30	Zumba	
	72:30 – 73:30	Zumba	
	73:30 – 74:30	Zumba	
	74:30 – 75:30	Zumba	
	75:30 – 76:30	Zumba	
	76:30 – 77:30	Zumba	
	77:30 – 78:30	Zumba	
	78:30 – 79:30	Zumba	
	79:30 – 80:30	Zumba	
	80:30 – 81:30	Zumba	
	81:30 – 82:30	Zumba	
	82:30 – 83:30	Zumba	
	83:30 – 84:30	Zumba	
	84:30 – 85:30	Zumba	
	85:30 – 86:30	Zumba	
	86:30 – 87:30	Zumba	
	87:30 – 88:30	Zumba	
	88:30 – 89:30	Zumba	
	89:30 – 90:30	Zumba	
	90:30 – 91:30	Zumba	
	91:30 – 92:30	Zumba	
	92:30 – 93:30	Zumba	
	93:30 – 94:30	Zumba	
	94:30 – 95:30	Zumba	
	95:30 – 96:30	Zumba	
	96:30 – 97:30	Zumba	
	97:30 – 98:30	Zumba	
	98:30 – 99:30	Zumba	
	99:30 – 100:30	Zumba	
	100:30 – 101:30	Zumba	
	101:30 – 102:30	Zumba	
	102:30 – 103:30	Zumba	
	103:30 – 104:30	Zumba	
	104:30 – 105:30	Zumba	
	105:30 – 106:30	Zumba	
	106:30 – 107:30	Zumba	
	107:30 – 108:30	Zumba	
	108:30 – 109:30	Zumba	
	109:30 – 110:30	Zumba	
	110:30 – 111:30	Zumba	
	111:30 – 112:30	Zumba	
	112:30 – 113:30	Zumba	
	113:30 – 114:30	Zumba	
	114:30 – 115:30	Zumba	
	115:30 – 116:30	Zumba	
	116:30 – 117:30	Zumba	
	117:30 – 118:30	Zumba	
	118:30 – 119:30	Zumba	
	119:30 – 120:30	Zumba	
	120:30 – 121:30	Zumba	
	121:30 – 122:30	Zumba	
	122:30 – 123:30	Zumba	
	123:30 – 124:30	Zumba	
	124:30 – 125:30	Zumba	
	125:30 – 126:30	Zumba	
	126:30 – 127:30	Zumba	
	127:30 – 128:30	Zumba	
	128:30 – 129:30	Zumba	
	129:30 – 130:30	Zumba	
	130:30 – 131:30	Zumba	
	131:30 – 132:30	Zumba	
	132:30 – 133:30	Zumba	
	133:30 – 134:30	Zumba	
	134:30 – 135:30	Zumba	
	135:30 – 136:30	Zumba	
	136:30 – 137:30	Zumba	
	137:30 – 138:30	Zumba	
	138:30 – 139:30	Zumba	
	139:30 – 140:30	Zumba	
	140:30 – 141:30	Zumba	
	141:30 – 142:30	Zumba	
	142:30 – 143:30	Zumba	
	143:30 – 144:30	Zumba	
	144:30 – 145:30	Zumba	
	145:30 – 146:30	Zumba	
	146:30 – 147:30	Zumba	
	147:30 – 148:30	Zumba	
	148:30 – 149:30	Zumba	
	149:30 – 150:30	Zumba	
	150:30 – 151:30	Zumba	
	151:30 – 152:30	Zumba	
	152:30 – 153:30	Zumba	
	153:30 – 154:30	Zumba	
	154:30 – 155:30	Zumba	
	155:30 – 156:30	Zumba	
	156:30 – 157:30	Zumba	
	157:30 – 158:30	Zumba	
	158:30 – 159:30	Zumba	
	159:30 – 160:30	Zumba	
	160:30 – 161:30	Zumba	
	161:30 – 162:30	Zumba	
	162:30 – 163:30	Zumba	
	163:30 – 164:30	Zumba	
	164:30 – 165:30	Zumba	
	165:30 – 166:30	Zumba	
	166:30 – 167:30	Zumba	
	167:30 – 168:30	Zumba	
	168:30 – 169:30	Zumba	
	169:30 – 170:30	Zumba	
	170:30 – 171:30	Zumba	
	171:30 – 172:30	Zumba	
	172:30 – 173:30	Zumba	
	173:30 – 174:30	Zumba	
	174:30 – 175:30	Zumba	
	175:30 – 176:30	Zumba	
	176:30 – 177:30	Zumba	
	177:30 – 178:30	Zumba	
	178:30 – 179:30	Zumba	
	179:30 – 180:30	Zumba	
	180:30 – 181:30	Zumba	
	181:30 – 182:30	Zumba	
	182:30 – 183:30	Zumba	
	183:30 – 184:30	Zumba	
	184:30 – 185:30	Zumba	
	185:30 – 186:30	Zumba	
	186:30 – 187:30	Zumba	
	187:30 – 188:30	Zumba	
	188:30 – 189:30	Zumba	
	189:30 – 190:30	Zumba	
	190:30 – 191:30	Zumba	
	191:30 – 192:30	Zumba	
	192:30 – 193:30	Zumba	
	193:30 – 194:30	Zumba	
	194:30 – 195:30	Zumba	
	195:30 – 196:30	Zumba	
	196:30 – 197:30	Zumba	
	197:30 – 198:30	Zumba	
	198:30 – 199:30	Zumba	
	199:30 – 200:30	Zumba	
	200:30 – 201:30	Zumba	
	201:30 – 202:30	Zumba	
	202:30 – 203:30	Zumba	
	203:30 – 204:30	Zumba	
	204:30 – 205:30	Zumba	
	205:30 – 206:30	Zumba	
	206:30 – 207:30	Zumba	
	207:30 – 208:30	Zumba	
	208:30 – 209:30	Zumba	
	209:30 – 210:30	Zumba	
	210:30 – 211:30	Zumba	
	211:30 – 212:30	Zumba	
	212:30 – 213:30	Zumba	
	213:30 – 214:30	Zumba	
	214:30 – 215:30	Zumba	
	215:30 – 216:30	Zumba	
	216:30 – 217:30	Zumba	
	217:30 – 218:30	Zumba	
	218:30 – 219:30	Zumba	
	219:30 – 220:30	Zumba	
	220:30 – 221:30	Zumba	
	221:30 – 222:30	Zumba	
	222:30 – 223:30	Zumba	
	223:30 – 224:30	Zumba	
	224:30 – 225:30	Zumba	
	225:30 – 226:30	Zumba	
	226:30 – 227:30	Zumba	
	227:30 – 228:30	Zumba	
	228:30 – 229:30	Zumba	
	229:30 – 230:30	Zumba	
	230:30 – 231:30	Zumba	
	231:30 – 232:30	Zumba	
	232:30 – 233:30	Zumba	
	233:30 – 234:30	Zumba	
	234:30 – 235:30	Zumba	
	235:30 – 236:30	Zumba	
	236:30 – 237:30	Zumba	
	237:30 – 238:30	Zumba	
	238:30 – 239:30	Zumba	
	239:30 – 240:30	Zumba	
	240:30 – 241:30	Zumba	
	241:30 – 242:30	Zumba	
	242:30 – 243:30	Zumba	
	243:30 – 244:30	Zumba	
	244:30 – 245:30	Zumba	
	245:30 – 246:30	Zumba	
	246:30 – 247:30	Zumba	
	247:30 – 248:30	Zumba	
	248:30 – 249:30	Zumba	
	249:30 – 250:30	Zumba	
	250:30 – 251:30	Zumba	
	251:30 – 252:30	Zumba	
	252:30 – 253:30	Zumba	
	253:30 – 254:30	Zumba	
	254:30 – 255:30	Zumba	
	255:30 – 256:30	Zumba	
	256:30 – 257:30	Zumba	
	257:30 – 258:30	Zumba	
	258:30 – 259:30	Zumba	
	259:30 – 260:30	Zumba	
	260:30 – 261:30	Zumba	
	261:30 – 262:30	Zumba	
	262:30 – 263:30	Zumba	
	263:30 – 264:30	Zumba	
	264:30 – 265:30	Zumba	
	265:30 – 266:30	Zumba	
	266:30 – 267:30	Zumba	
	267:30 – 268:30	Zumba	
	268:30 – 269:30	Zumba	
	269:30 – 270:30	Zumba	
	270:30 – 271:30	Zumba	
	271:30 – 272:30	Zumba	
	272:30 – 273:30	Zumba	
	273:30 – 274:30	Zumba	
	274:30 – 275:30	Zumba	
	275:30 – 276:30	Zumba	
	276:30 – 277:30	Zumba	
	277:30 – 278:30	Zumba	
	278:30 – 279:30	Zumba	
	279:30 – 280:30	Zumba	
	280:30 – 281:30	Zumba	
	281:30 – 282:30	Zumba	
	282:30 – 283:30	Zumba	
	283:30 – 284:30	Zumba	
	284:30 – 285:30	Zumba	
	285:30 – 286:30	Zumba	
	286:30 – 287:30	Zumba	
	287:30 – 288:30	Zumba	
	288:30 – 289:30	Zumba	
	289:30 – 290:30	Zumba	
	290:30 – 291:30	Zumba	
	291:30 – 292:30	Zumba	
	292:30 – 293:30	Zumba	
	293:30 – 294:30	Zumba	
	294:30 – 295:30	Zumba	
	295:30 – 296:30	Zumba	
	296:30 – 297:30	Zumba	
	297:30 – 298:30	Zumba	
	298:		

Weitere Angebote



Hier finden Sie unsere Übungs- und Trainingsstätten:



Hier
köönnte auch
Ihre Werbung
stehen ...

Der TSV Forstenried e. V. wird gefördert vom



Freistaat Bayern



und der



Landeshauptstadt München



Lehrmittel-Verlag

10 Hefte nur
18,00 €

www.lama-verlag.de

📞 + 49 (0) 89/45 45 94 90

📠 +49 (0) 89/45 45 94 91

**Bessere
Schulnoten durch
Schachspielen!**
Nachgewiesen durch
die Studie der
Universität Trier.



- Verbesserung der Konzentration
- Signifikanter Intelligenzanstieg
- Höhere Leistungsmotivation
- mehr Sozialkompetenz





Leichtathletik

Abteilungsleiter: Reinhard Maier · Tel. 755 65 24



Hier geht's zum Film



Viola John (479) im Sprint



Jonas Bonewit beim Speerwurfanlauf

Wettkampfrückblick

Erwachsene, Senioren bis U23

Mit einer schwankenden Form- und Leistungsentwicklung kämpfte sich unser Speerwerfer Jonas Bonewit durch diese Saison. Nach dem guten Auftakt in Jena mit 75,51m konnte Jonas bei der Deutschen Meisterschaft in Kassel mit 72,47m Platz 7 belegen. Danach gab es dreimal erste Plätze bei der Bayerischen Junioren-Meisterschaft mit 72,89m, der Bayerischen Meisterschaft mit 70,53m und der Deutschen Junioren-Meisterschaft mit 71,89m, aber leider keine Würfe in die Nähe der 80m. Weitere Ergebnisse:

Pedro Garcia (Männer): 110m Hürden 14,12 Sek. 1. Platz Bayerische Meisterschaft

Tobias Schneider (Männer): 100m

10,74 Sek. 4. Platz Bayerische Meisterschaft und 14,00 Sek. über 110m Hürden als Bestleistung in Paderborn.

Lisa Gnam (Frauen): 100m 12,34 Sek. 7. Platz Bayerische Meisterschaft und 200m 25,65 Sek. beim Leichtathletikabend im Dantestadion.

Jonathan Genck (Männer): 100m 11,04 Sek. Manuel Sarmiento: 100m 11,35 Sek 5. Platz Oberbayerische Meisterschaft und 11,29 Sek in Gröbenzell.

Hans Findling (M45): 5000m 17:30,45 Min. 3. Platz Bayerische Seniorenmeisterschaft, 17:20,43 in Karlsfeld, 1500m 4:42,25 4. Platz Bayerische Seniorenmeisterschaft und bei Abendsportfesten 1500m 4:38,22 Min., 3000m 9:54,78 Min., 10000m 26:25,28 Min. Beim Marathon in München gelang Hans mit 3:17:59 Stunden eine super Marathonzeit.

Jugend (U20 und U18)

Wieder Bayerische Jugend-Meisterin mit 44,28m im Speerwurf wurde Sabrina Reusch, nachdem sie bei den Frauen den 3. Platz bei der Oberbayerischen Meisterschaft mit 43,96m belegte und beim Ludwig-Jall-Sportfest eine Weite von 46,92m erzielen konnte.

Weitere Ergebnisse:

Johannes Kraft (U18): 100m 11,58 Sek. und 200m 23,80 Sek. jeweils 2. Platz Oberbayerische Jugend-Meisterschaft, 200m 22,94 Sek. 6. Platz Bayerische Jugend-Meisterschaft;

Andreas Baumgartner (U18): 100m 11,83 Sek. 4. Platz Oberbayerische Jugend-Meisterschaft, 11,54 Sek. Sportfest Dachau;

Anastasia Radunski (U18): 800m 2:32,92 Min. 4. Platz Oberbayerische Jugend-Meisterschaft und 2:31,73



Moritz Haberger (16) im Sprint

Min. beim Ludwig-Jall-Sportfest.

Jugend (U16 und U14)

Mit einer Weite von 45,56m gewann Simon Cantzler (U16) den Speerwurf des Vergleichswettkampfs der Bayerischen Bezirke und setzte sich damit auf den 2. Platz der Bayerischen Bestenliste. Zum 1. Platz der Oberbayerischen Meisterschaft U16 reichten Simon noch 39,64m. Lisa Gruber konnte sich den 2. Platz im Speerwurf mit 25,46m sichern. In der Altersklasse U14 dominierte Moritz Haberger (M13) heuer den Mehrkampf und hat alle Mehrkämpfe, bei denen er gestartet ist, gewonnen. Höhepunkt war dabei der 1. Platz bei der Oberbayerischen Meisterschaft mit 2676 Punkten 5-Kampf Sprint-Sprung (75m 9,86 Sek. 60mHürden 9,79 Sek. Weit 5,27m, Hoch 1,52m Speer

42,50m). Im 800m-Lauf zeigte Moritz mit einer Zeit von 2:24,85 Min. auch noch eine hervorragende Mittelstreckenleistung. Leider konnte er bei der Oberbayerischen Einzel-Meisterschaft im Oktober in Schongau krankheitsbedingt keine weiteren Titel hinzufügen. In Schongau gelang Sophia van Taack (W12) mit dem 1. Platz im Speerwurf mit 25,03m und dem 2. Platz im Diskuswurf mit 22,15m ein erfolgreicher Saisonabschluss. Auch Linda Sickinger (W12) holte sich mit 1,30m im Hochsprung und dem 3. Platz eine Meisterschafts-Medaille, ihre diesjährige Bestleistung im Hochsprung beträgt beachtliche 1,38m. Weitere Ergebnisse: Sophia van Taack (W12): 3-Kampf 1207 Punkte, 4-Kampf 1502 Punkte, 5-Kampf 1800 Punkte; Linda Sickinger (W12): 3-Kampf 1116

Punkte, 4-Kampf 1594 Punkte, 5-Kampf 1879 Punkte, Hoch 1,38m, Weit 4,21m; Viola John (W13): 3-Kampf 1268 Punkte, 4-Kampf 1730 Punkte, 5-Kampf 2143 Punkte, 75m 10,41 Sek., 60m Hürden 10,66 Sek. 6. Platz Oberbayerische Meisterschaft, Hoch 1,36m, Weit 4,41m;

Eva Koniakowski (W13): 3-Kampf 1207 Punkte, Hoch 1,35m 4. Platz Oberbayerische Meisterschaft, Luca Kuhr 3-Kampf 1213 Punkte.

Schüler/innen (U12- U10)

3-Kampf Mädchen: Flora Komarek (13) 1114 Punkte, Katharina Nickl (W11) 1083 Punkte, Jule Richter (W11) 958 Punkte, Leonie Spankova (W10) 1095 Punkte, Luisa Hamal (W10) 919 Punkte, Clara Schmidt (W10) 849 Punkte, Luisa Schreck (W10) 781 Punkte, Eva Bos-



Lisa Gruber beim Speerwurf



Leonie Spankova beim Weitsprung

niak (W09) 942 Punkte, Elisabeth Irmen (W09) 808 Punkte, Valentina Rothgang (W09) 785 Punkte, Mara Wende (W09) 695 Punkte, Nina Dempf (W09) 677 Punkte, Amelie Illguth (W09) 597 Punkte, Sophia Hanko (W09) 593 Punkte, Elia Wende (W09) 553 Punkte, Carolina Grabmaier (W08) 760 Punkte, Cornelia Bartl (W08) 726 Punkte, Sarah Schulz (W08) 682 Punkte, Jona Kneifel (W08) 576 Punkte,
3-Kampf Buben: Lucas Kastner (M11) 1075 Punkte; Hugo Henrich (M11) 918 Punkte, 800m 2:52,95 Min., Jonas Schulz (M10) 795 Punkte, Alexander Grabmaier (M09) 829 Punkte, Alexander Knoll (M09) 521 Punkte, Matteo Rothgang (M07) 614 Punkte.

Leichtathletikveranstaltungen im Dan-testadion

In der feuchten Sommersaison waren

unsere Veranstaltungen zwar weitgehend trocken aber trotzdem nicht ganz so gut besucht wie im Vorjahr. Bei der Münchner Mehrkampf-Meisterschaft U14-U12 starteten 309 Teilnehmer/innen (Vorjahr 359), bei den Münchner Einzel-Meisterschaften U16-U12 mit U10 MK 454 Teilnehmer/innen (Vorjahr 597) und beim Leichtathletikabend 346 Teilnehmer/innen (Vorjahr 483). Unsere Kampfrichter/innen und Helfer/innen trugen dabei in gewohnt zuverlässiger Weise zum Gelingen der Veranstaltungen teil. Ich möchte mich deshalb bei allen Helfer/innen und Kampfrichter/innen recht herzlich bedanken.

Sportwochen Osterferien 2017 (Vorschau)

[Trainingswoche des TSV Forstenried, in München](#)

Die 7-tägige Sportwoche vom 8.4. - 14.4. ist speziell für unsere Schüler/innen ausgelegt, Kostenbeitrag vsl. 30 €. Nähere Informationen gibt's bei den Übungsleiter/innen.

[Trainingslager »Lauf« der LG SWM, in Cecina-Mare, Toscana \(Italien\)](#)

Das 8-tägige Trainingslager vom 8.4 – 15.4. ist für Ausdauersportler / Läufer geeignet. Wer teilnehmen will sollte in jedem Fall bereits vorher eine gute Ausdauer haben. Bei Teilnehmern unter 16 Jahre muss ein Erziehungsberechtigter mit dabei sein, da es keine Ganztagesbetreuung gibt. Kosten HP + Fahrt vsl. 440 €.

[Trainingslager »Sprint, Sprung, Wurf« der LG SWM in Brixen \(Italien\)](#)

Das 10-tägige Trainingslager vom 8.4. - 17.4 ist für die Leistungsgruppen Sprint / Sprung Wurf MF, U23-U16 der LG SWM vorgesehen, Kosten vsl. 550 €.



Valentien Finsterwalder beim Weitsprung



Linda Sickinger beim Sprint

Leichtathletik-Termine 2017

Samstag, 04. Januar, Munich Indoor Meeting (MF,U20-U14), Werner-von-Linde-Halle

Samstag, 25. März, (09.30 Uhr bis ca. 17.00 Uhr), Kampfrichterausbildung, Sieboldstr.4

Donnerstag, 27. April, (20:00 Uhr bis ca. 21:30 Uhr) Abteilungsversammlung mit Wahl

Sonntag, 14. Mai, KKH-Lauf, Westpark
Mittwoch, 10. Mai, offene Hochschulmeisterschaft MF,U20, ZHS Conollystr.70

Samstag, 27. Mai, Münchner Mehrkampfmeisterschaft U16-U10, Dantestadion

Samstag, 03. Juni, Ludwig-Jall-Sportfest MF,U20-U16, Dantestadion

Mittwoch, 21. Juni, Abendsportfest MF,U20+Team-DM Senioren, Gröbenzell

Samstag, 24. Juni, Oberbayerische Meisterschaft U20,U16 (Einlage MF), Dantestadion

Samstag, 15. Juli, Münchner Schülermeisterschaft (U16-U12) MK U10, Dantestadion

Donnerstag, 20. Juli, Sportabzeichenabnahme, BSA Graubündener Str. 100

Mittwoch, 26. Juli, Leichtathletikabend, MF,U20-U14, Dantestadion

Donnerstag, 21. Sept., Sportabzeichenabnahme, BSA Graubündener Str. 100

Weitere Termine und Informationen zu den Sportveranstaltungen (u. a. Ausschreibungen, Zeitpläne, Ergebnisse etc.) 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.

Reinhard Maier

Für die Mitwirkung und Unterstützung bei unseren Veranstaltungen und Wettkämpfen im vergangenen Jahr möchte ich allen unseren Kampfrichtern, Helferinnen und Helfern, allen Eltern und den Übungsleitern nochmals recht herzlich danken. Die Abteilungsleitung wünscht allen Mitgliedern ein frohes Weihnachtsfest und viel Erfolg im neuen Jahr.



Rock'n'Roll

Abteilungsleiter: Tobias Höbel · Tel. 0176-84057706



Liebe Mitglieder

des TSV Forstenried, mit dieser Ausgabe der Vereinszeitung möchten wir von

unserem täglichen Vereinsleben eine kurze Auszeit nehmen und unserem kürzlich verstorbenen Freund und ehe-

maligen Mitglied Claus Resech gedenken.



anderen Veranstaltungen bereichert und war stets gut gelaunt und immer für einen Spaß zu haben. Als leidenschaftlicher Boogie-Tänzer durfte Claus auf keiner Feier fehlen und es war eine wahre Freude, ihm und seiner Frau Christl beim Tanzen zuzusehen.

Claus war ein Vollblutsportler, was er neben seinen vielen Wandertouren etc. auch als erfolgreicher Schwimmer immer wieder unter Beweis stellte. Umso mehr sind wir erschüttert, da er so überraschend und plötzlich aus unserer Mitte gerissen wurde.

Zu dieser schweren Zeit sind wir in Gedanken bei seiner Familie, mit seiner Frau Christl und Tochter Sabrina, sowie seinen Freunden und Angehörigen.

Clausi, Du wirst uns sehr fehlen!

Nachruf

Völlig unerwartet ist unser Freund und ehemaliges Mitglied

Claus Resech

am 08.10.2016 im Alter von nur 54 Jahren von uns gegangen.

Claus hatte unsere Rock'n'Roll-Abteilung als Trainer und Choreograph der Formation über viele Jahre aktiv begleitet und war nicht nur während dieser Zeit ein äußerst geschätztes und geachtetes Mitglied.

Auch darüber hinaus hat er die Rock n Roll-Gemeinschaft bei den „Oldie-Wochenenden“ und vielen anderen Veranstaltungen bereichert und war stets gut gelaunt und immer für einen Spaß zu haben. Als leidenschaftlicher Boogie-Tänzer durfte Claus auf keiner Feier fehlen und es war eine wahre Freude, ihm und seiner Frau Christl beim Tanzen zuzusehen.

Zu dieser schweren Zeit sind wir in Gedanken bei seiner Familie, mit seiner Frau Christl und Tochter Sabrina, sowie seinen Freunden und Angehörigen.

TÜV-geprüfter Kfz-Meister-Betrieb

Mehr Service.
Mehr Leistung.

- Achs- u. Spureinstellung
- Auspuff / Endschalldämpfer
- Batterie-Dienst
- Bremsen-Service
- HU-Plaketten-Service
- Inspektionen
- Öl-Service
- Stoßdämpfer ...



Reifenzentrale Forstenried

Herterichstr. 168 • Tel: (089) 745 08 40
info@rz-f.de • www.reifenzentrale-forstenried.de



NEU!
Der Conti TS860,
Nachfolger des
Serien-Testsiegers
TS850. Unsere
klare Empfehlung!





Hier geht's zum Film



Liebe TKD Freunde,

am 24.9.2016 fand der Lehrgang UCHONG 2. German Family Taekwondo Convention statt. Ziel war es, von- und miteinander zu lernen.

Als Gastgeber fungierte Klaus Maget, 4. DAN, Abteilungsleiter Hilpoltstein. 17 Referenten, Meister und Großmeister 4.- 8.DAN TKD aus Korea, Italien und Deutschland WTF-DTU-BTU waren eingeladen.

Es gab vieles Neues aus dem Bereich Wettkampf, Poomse, Selbstverteidigung, Kindertraining, Art of kicking und Musikformen. Aus physiotherapeutischer Sicht demonstrierte Peter Bauer dynamisches, statisches, rücken-gerechtes Training mit dem Theraband.

Zum Abschluss des Tages gab es ein gemeinsames Training und Demonstrationen der koreanischen TKD-Sportler. Mit viel Motivation und neuen Kenntnissen endete der sportliche Tag mit 150 Teilnehmern.

Am Samstag 19.11.2016 findet innerhalb der 3. Int. Munich Open Taekwondo Meisterschaft die Vereinsmeisterschaft 2016 statt.

Disziplinen: Formenlauf-Poomse; Wettkampf mit Schutzausrüstung 2x2 Minuten; 1Minute Pause; Bruchtest in allen Altersklassen.

Acht Sportler des TSV nehmen daran teil. Wir bereiten uns seit 2 Monaten mit intensiven Training darauf vor.

Wir freuen uns, wenn viele Fans am 19.11.2016 ab 10 Uhr uns unterstützen. Ort: Dreifachturnhalle, Gaißacherstraße 8

Peter Bauer



Thomas Fuchs, 1.Dan TKD, und Marius Schulte, 1.Dan TKD



Peter Bauer (Mitte) beim Training mit dem Theraband

Ein Jahr Aikido im TSV Forstenried

Vor gut einem Jahr, genau am 6. Oktober 2015, fand das erste Aikidotrainig im TSV Forstenried statt. Geplant war zunächst ein zeitlich befristeter Kurs, der von Anfang an erfreulich gut besucht war.

Mit dabei waren Peter Bauer, der Leiter der Taekwondo Abteilung und sein Meisterschüler Marius Schulte.

Mit beiden besteht seither eine gute Zusammenarbeit, bei der wir immer wieder feststellen können, was für Parallelen zwischen den zwei doch so verschiedenen Budoarten bestehen.

Seit März dieses Jahres ist Aikido nun ein fester Bestandteil im Trainingsangebot des TSV Forstenried. Die Anzahl der Mitglieder hat sich konsolidiert und steigt langsam aber stetig.

Wir trainieren nun zwei Mal wöchentlich, unsere Mattenfläche von 40 Quadratmetern haben wir in die Walliser



Hier geht's zum Film

Schule übersiedelt, wo wir jeden Montag von 17h30 bis 19h trainieren. Im Sportraum unter der Tennishalle, wo der erste Kurs stattgefunden hat, trainieren wir nach wie vor jeden Dienstag von 16h30 bis 18h. Fallübungen machen wir auf den dort vorhandenen Turnhallenmatten, ein wesentlicher Bestandteil des Dienstagstrainings sind jedoch die Waffentechniken des Aikido. Da im Aikido wesentliche Momente des japanischen Schwertkampfes vorkommen, manche nennen es sogar »Schwertkampf ohne Schwert«, ist das Üben mit Stock und Schwert – (japanisch jo und bokken) – ein wesentlicher Bestandteil des Trainings. Dabei werden zunächst die Techniken alleine geübt, im Training für Fortgeschrittene gibt es dann auch Partnerübungen mit vereinbarten Abläufen, ganz wie im üblichen waffenlosen Aikido. Geübt werden dabei sowohl Techniken bei denen beide Partner eine Waffe benutzen, als auch reine Entwaffnungstechniken gegen Stock, Schwert oder Messer.

Felix Bronner



Üben mit dem Stock ist ein wesentlicher Bestandteil des Trainings.



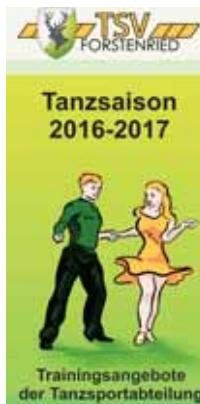


Hier geht's zum Film

Das neue Trainingsprogramm startet

Pünktlich zum Beginn des Winterhalbjahres hat die Abteilung Tanzsport den Trainingsplan neu aufgelegt. »Eine Herausforderung ist, dass die Teilnehmer der verschiedenen Trainingsgruppen ihren wöchentlichen Termin mehr oder weniger fest in ihre Woche eingeplant haben«, beschreibt Abteilungsleiter Karl Kloppe einen Kernpunkt der Planungsarbeit. »Natürlich möchten alle, wenn möglich, am bekannten Tag zur bekannten Zeit weiter trainieren.«

Den Wunschtermin, der allen passt, kann es zwar nicht geben. Trotzdem ist das Trainingsprogramm direkt auf die Bedürfnisse und Anforderungen der Tänzer zugeschnitten. Beginner und Wiedereinsteiger finden im Basistraining optimale Betreuung. Grundschritte für die bekannten Gesellschaftstänze des Welttanzprogramms – z.B. Walzer, Quick Step, Tango, Cha-Cha, Rumba oder Samba – stehen im Mittelpunkt. Mit einfachen Figuren entstehen die ersten Schrittfolgen. Und es gibt prak-



tische Hinweise, wie Dame und Herr mit der richtigen Haltung für zusätzliche Erfolgsergebnisse auf dem Tanzparkett sorgen können.

Für ehemalige Teilnehmer des Basistrainings gibt es das Aufbautraining. Hier können die Paare ihre Schrittfolgen aus dem Basistraining nachhaltig festigen. Mit neuen Figuren erweitern die Trainer Schritt um Schritt das Repertoire der Tänzer.

Noch etwas weiter geht es im Training für Fortgeschrittene. Komplexere Figuren, saubere Haltung, sicheres Führen und sich führen lassen bilden das Programm. So wird das Erlernte aus dem Aufbautraining nochmals erweitert.

Wer als Fortgeschrittener noch mehr erreichen will, kann bei den Leistungsgruppen für Standard- und Latein-Tänze mittanzen. Hier erarbeiten die Paare mit dem Trainer für jeden der Tänze eine durchgängige Choreographie. Dabei schließt sich Figur harmonisch an Figur an. So entstehen sehenswerte größere Folgen, mit denen die Paare – je nach Tanz – auch durch die ganze Halle tanzen können, ohne sich mit ihren Figuren zu wiederholen. Arbeit an der richtigen Haltung, der gemeinsamen Bewegung als Paar und an Feinheiten der Schrittführung machen die Leistungsgruppen zum richtigen Zuhause auch für anspruchsvolle Tänzer.

Aktuelle Trainingsangebote 2016/2017

Alle Trainingsabende finden in den Turnhallen der Walliser Schule, Walliser Str. 5, statt.

Basistraining – Mi 20-21:30 Uhr (Halle II):

Für Beginner und für Wiedereinsteiger.

Aufbautraining – Do 19:30-20:30 Uhr (Halle II): Die Fortsetzung des Basistrainings. Erweiterung des Schrittrepertoires mit neuen Figuren.

Fortgeschrittene – Di 19-20:30 Uhr (Halle II): Die Fortsetzung des Aufbautrainings mit komplexeren Figuren, Folgen und Tipps zu Tanztechniken.

Begleitetes Training – Mi 20-22 Uhr (Halle I): Ideal, um unter Anleitung bereits Gelerntes aufrecht zu erhalten.

Leistungsgruppe Standard – Di 20:30-22 Uhr (Halle II): Zusammen mit unserem Trainer erarbeiten wir für jeden der fünf Standardtänze eine figurenreiche Choreographie.

Leistungsgruppe Latein – Do 20:30-22 Uhr (Halle II): Zusammen mit unserem Trainer erarbeiten wir für jeden der fünf Lateintänze eine figurenreiche Choreographie.

Freies Üben – Fr 20-21:30 Uhr (Halle I): Freier Übungsabend ohne Trainer.

Tanzsport

Abteilungsleiter: Karl Kloppe · Tel. 74 57 50 47



Jetzt schon vormerken: Tanz-Termine für 2017 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.

Offene Tanz-Termine, jeweils freitags ab 19 Uhr:

- 2. Dezember 2016 – kommen Sie zum Adventstanzen der Abteilung
- 24. Februar – der Faschingsball der Tanzabteilung, gerne auch mit Kostüm
- 5. Mai
- 30. Juni
- 22. September
- 8. Dezember

Damit das frisch Gelernte möglichst schnell und sicher in den Füßen sitzt, besteht jeden Freitagabend Gelegenheit zum freien Üben. Der Freitag ist unser freier Übungsabend ohne Trainer. Hier kann jedes Paar, unabhängig vom individuellen Können, seine Schritte und Folgen wiederholen und auffrischen.

Neue Tanz-Termine im Bürgersaal Fürstenried

Schon eine feste Institution der Abteilung Tanzsport sind die Tanzabende im Bürgersaal Fürstenried. Rund alle zwei Monate lädt die Abteilung Tanzsport zum gemütlichen Beisammensein am Tanzparkett ein. Dabei sind auch alle Mitglieder der übrigen TSV-Abteilungen herzlich willkommen. Die beste Gelegenheit um selbst zu erfahren, wie viel Spaß sportliches Tanzen im TSV macht.

Passend zum Auftakt der Adventszeit ist der nächste Termin am Freitag den 2. Dezember, ab 19 Uhr im Bürgersaal Fürstenried an der Züricher Straße 35. Auch für 2017 stehen die Termine bereits fest.



Hier geht's zum Film

Klassenerhalt geschafft!

Die zurückliegende Saison in der Bayernliga, Damen 50 war eine der schwierigsten. Roswitha und Jara, die in den letzten Jahren maßgeblich am Erfolg unserer Mannschaft beteiligt waren, wechselten zu den Damen 60. Brigitte und Uschi konnten nach diversen OP's nur mit angezogener Handbremse bzw. erst später ins Geschehen eingreifen. Maria, die in der Vergangenheit fast nie ein Spiel versäumte, verletzte sich gleich am Anfang der Saison und konnte uns nur noch von außen unterstützen. Dafür trumpfte Manuela und dann auch Uschi richtig stark auf. Sie ließen den Gegnerinnen keine Chance, gewannen sämtliche Einzel. Einfach super!

Herzlichen Dank auch unseren guten Aushilfen, Christel Waldau, Jara Redweik, Anke Bode und Renate Bachmeier sowie Bärbel Schranner, somit konnten wir die Saison 2016 mit einem passablen 4. Platz beenden.

Christel Wedstedt

Turniere im August/September

Der Vorschlag zum **1. Meet & Greet Cup** kam von einem unserer Mitglieder und wurde auch von diesem mit Unterstützung unseres Sportwartes organisiert und durchgeführt. Eines können wir sagen: »Wer nicht dabei war, hat etwas verpasst!«

Mit viel Liebe zum Detail organisierten Caro Bachmat und Christine Senger ein Turnierformat, wie wir es bis dahin noch nicht gekannt haben. Luftballons schmückten die Balustrade, Blumenvasen wurden mit Sonnenblumen befüllt und zwei lange Tafeln mit Tischdecken, Menükarten und Servietten eingedeckt. Teilnehmen konnten alle Mitglieder, die ein Nichtmitglied als Mixed-Partner zum Turnier mitbrachten. So fanden sich am 6. August bei strahlendem Sonnenschein 54 gemeldete Spieler/-innen ein, die alle mit einem Na



Die Damen 50 waren mit der Saison zufrieden.

mensschild, einem Spielplan und einem Glas Prosecco begrüßt wurden. Auf den Plätzen befand sich jeweils ein Körbchen, gefüllt mit salzigen und süßen Leckereien. Auch eine Flasche Prosecco stand zur gegenseitigen Begrü-

Bung vor jeder zu spielenden Runde im Eiseimer bereit.

Von 14.00 bis 18.00 Uhr wurden 5 Runden mit immer wieder neuen zusammengestellten Paarungen gespielt.



Mit viel Liebe wurden die Tische dekoriert.



Die Teilnehmer des Meet & Greet-Turniers

Überall waren strahlende Gesichter zu sehen, die mit Spaß und Freude bei der Sache waren. Da die einzelnen Begegnungen nicht gewertet wurden, spielten alle locker auf und am Ende des Tages waren alle Sieger. Bis spät in die Nacht wurde anschließend noch zusammen gegessen und gefeiert. Zum Abschied gab es für jeden Teilnehmer noch ein mit einigen Überraschungen gefülltes Geschenk. Bedanken möchten wir uns bei Caro Bachmat für die tolle Idee und ihren Einsatz für die perfekte Umsetzung und Durchführung, bei Herrn Peter Schmitz von der DJE Kapital AG für das großzügige Sponsoring, bei Christine Senger, Sylvie Hengstler, Miriam Reitmeier und Patrick Sachs für die tatkräftige Unterstützung, bei Renos Tsianturas für die perfekte Bewirtung und letztendlich bei allen Teilnehmern, die dazu beigetragen haben, dieses unvergessliche Turnier so erfolgreich zu gestalten.

Die beiden durchgeführten Leistungsklassen(LK)-Turniere wurden ebenfalls gut angenommen. Bei diesem Turnierformat haben alle Lizenzspieler eines Tennisvereins, unabhängig davon ob sie in einer Mannschaft spielen, die Möglichkeit ihre Leistungsklassen zu verbessern und sich bei einem Tagesturnier mit anderen zu messen. Das erste Turnier Anfang der Schulferien war

durchschnittlich besucht, das zweite am Ende der Ferien war komplett ausgebucht. Die Stimmung war gut, obwohl durch einige Drei-Stunden Matches der Zeitplan teilweise deutlich nach hinten verschoben wurde.

Das diesjährige Mixed-Turnier Ende September ist aufgrund mangelnder Beteiligung ausgefallen.

Wegen der verhältnismäßig geringen Beteiligung, werden wir die Terminierung für 2017 nochmals überdenken.

Wintertraining Jugend

Wie in den Jahren zuvor, ist die Tennischule nahezu komplett ausgebucht. Trotzdem sogar mehr Hallenplätze zur Verfügung standen als letztes Jahr, konnten einige Anmeldungen nicht eingeteilt werden. Um so vielen Interessenten wie möglich ein Training bieten zu können, stehen unsere Trainer für über 80 Jugendliche, Mannschaften und zahlreiche Privatstunden teilweise bis 23:00 Uhr auf dem Platz. Die kostenlosen Jugend-Workshops an den Samstagen laufen bereits. Die Ten-



Zum Empfang und zum Beginn jeder Spielrunde stand Prosecco bereit.



nisabteilung hat auch in diesem Jahr die Förderung für engagierte Kinder und Jugendliche unabhängig von der Spielstärke weiter erhöht.

Jeder an Mannschaftsspielen interessierte Jugendliche hat dadurch die Möglichkeit im gesamten Winter an 24 kostenlosen Zusatzeinheiten teilzunehmen, um eine Steigerung seiner individuellen Leistung zu erzielen.

Nachlese Ramadama Herbst 2016

Trotz der kurzfristigen Verschiebung des Termins, fanden sich 10 fleißige Helfer ein. Durch die bereits geleistete Vorarbeit unserer Platzwarte Michaela und Maxi Ammer und unseres Mitglieds Bruno Büttner hielt sich das noch zu leistende Arbeitspensum im überschaubaren Rahmen. Innerhalb von 4 Stunden wurde die Anlage überwiegend winterfest gemacht. Die sonnigen Plätze 1, 2 und 6 stehen noch für das Freispiel bis zum ersten Bodenfrost zur Verfügung.

Weitere Veranstaltungen 2016

Unsere **Abteilungs-Weihnachtsfeier** findet am **Freitag, den 2.12.2016 um 19.00 Uhr** in der Trattoria »TuttoBene«



Das Ramadama-Team nach getaner Arbeit

gegenüber der Tennishalle statt. Eingeladen sind alle Mitglieder ab Jahrgang 2002. Die Einladungen und Anmelde-möglichkeiten sind den Mitgliedern bereits per Newsletter bzw. Brief zuge-gangen. Sollte noch jemand vergessen haben sich anzumelden, kann er dies gerne noch machen, sofern noch Plätze frei sind.

Die **Jugendweihnachtsfeier** Jahrgang 2003 und jünger findet ebenfalls im »TuttoBene« im Anschluss an das **Nikolaus-Tennis am 3.12.2016 um 14.00 Uhr** statt. Die Einladung und Anmel-dung sind den Kindern und Jugend-lichen bereits zugegangen.

In der letzten Ausgabe wurde bereits fristgerecht angekündigt, dass die **Ab-teilungsversammlung der Tennisabtei-**

lung mit Neuwahl der Abteilungsleitung am Donnerstag, den 24 November um 19:00 Uhr im Spectaculum Mundi (gegenüber der Tennishalle) stattfin-det.

Wir hoffen annähernd so viele Mitglie-der wie bei der letztjährigen Versamm-lung begrüßen zu dürfen. Mitglieder, die aktiv als Funktionär oder als zuver-lässiger Helfer das Abteilungsgesche-hen mitgestalten wollen, können sich gerne bei uns vorab melden und ge-nauer informieren.

Mixed-Turnier zum Saisonausklang

Nachdem wir enttäuscht erfuhren, dass unser beliebtes Mixed-Turnier kurzfri-



Prosecco zum Abschluss des Mixed-Turnier.



stig wegen zu geringer Teilnahme abgesagt wurde, nahmen wir die Organisation selbst in die Hand. Alle Paarungen wurden informiert, ein Turnierplan wurde erstellt und bei Kaiserwetter standen pünktlich um 11.00 Uhr am letzten Sonntag im September sieben Paarungen am Platz.

Alle hatten sich den ganzen Sommer über professionell auf diesen letzten Höhepunkt der Saison vorbereitet. Einer nahm die Vorbereitung kurz vor dem Turnier so ernst, dass er schweißüberströmt und bereits entkräftet auffiel.

Die Spiele selbst waren spannend, ausgelassen und unterhaltsam. Gespielt wurde jeweils ein Satz, alle Paare mussten sechsmal antreten, was sich über dreieinhalb Stunden hinzog. Als verdiente Gewinner erhielten Anne und Thomas eine Flasche Prosecco bei der Siegerehrung. Als unverdiente Verlierer konnten sich Christa und Helmut mit je einem kleinen Fläschchen Kirschwasser trösten.

Alles in allem: Ein gelungener Saisonabschluss der Tennisabteilung durch die spontane Organisation von Sabine und Bärbel.

Nachruf Franz Brunnthaler



Im August starb Franz Brunnthaler. 1958 trat Franz dem TSV Forstenried bei und formte anschließend lange Zeit das Vereinsleben mit. 1964 gründete er mit einigen Mitstreitern die Tennisabteilung auf einem provisorischen Platz der Sportanlage und übernahm die Abteilungsleitung. Bei der ersten internen Meisterschaft gewann er den ersten Platz.

Neben dem Aufbau der Tennisabteilung trainierte und betreute er verschiedene Mannschaften, u.a. die Jugend und die Damen. Später fanden Training und Spiele auf den drei Tennisplätzen statt, wo heute die Tennishalle steht.

Beruflich war er viele Jahre städtischer Platzwart und unterstützte dabei die Fußballabteilung tatkräftig. Im Bereich Skisport bot er immer wieder Skigymnastik an. Die goldene Verdienstnadel 1996 war ein kleines Dankeschön und eine Anerkennung für sein vielseitiges und großes Engagement für den TSV.

Franz Brunnthaler prägte mit seinen Aktivitäten und seinem Engagement den TSV lange Jahre mit – dafür möchten wir uns im Namen der Mitglieder der Tennisabteilung, aber auch im Namen aller Mitglieder herzlich bei seinen Angehörigen bedanken.

Peter Sopp



Theater

Abteilungsleiter: Walter Maier · Tel. 601 86 16



Hier geht's zum Film

Schön war's

beim Tag der offenen Tür des TSV Forstenried am Samstag, den 18. Juni.

Walter Maier und ich freuten uns über unseren Auftritt mit dem Dialog »In der Apotheke« von Karl Valentin. Wie hieß die Medizin gleich wieder, die dem ratlosen Vater eines sechs Monate alten Kindes empfohlen wurde? Hier für alle Interessierten zum Auswendiglernen: Das Beruhigungsmittel trug den Namen **Isopropilprophephilbarbitursauresphenidimethylaminophirazolon**.

Gell: »So einfach, und man kann sich's doch nicht merken!«



Theaterspielen macht Spaß!



Gemessen an der Zahl der Mitglieder unserer Abteilung, waren wir »Theaterer« ganz schön stark vertreten. Unterstützt wurden Walter und ich von Hanna Winkler, Karin Petry und Peter Hackl.

Meine Frau Silvia ist zwar nicht mehr im Verein, war aber gerne bereit, ihre Erfahrung und das Können aus langjähriger Tätigkeit als Maskenbildnerin für die Forstenriada einzubringen.

Karins Geschick im Umgang mit »Kids« war es zu verdanken, dass sich die ersten Neugierigen nach anfänglicher Skepsis doch trauten und sich »verschönern« ließen. Silvia konnte den Ansturm dann kaum bewältigen. Wir hätten nicht geglaubt, dass ihr »Kinderschminken der anderen Art« dermaßen gefragt sein würde.

Glücklicherweise standen ihr zwei sehr engagierte Helferinnen zur Seite. Hanna und Karin sorgten am laufenden Band für saubere Tücher, beantworteten geduldig Fragen, achteten darauf, dass alle der Reihe nach dran kamen und hielten Silvia buchstäblich den Rücken frei. **Merci, vielmals!**

Beim Transport der Bühnenpodeste, beim Auf- und Abbau, Trockenwischen nach dem Wolkenbruch und allem was mit der Bühne im Zusammenhang stand, halfen viele Mitglieder anderer Abteilungen des TSV mit.

Allen ein herzliches Dankeschön für die Unterstützung, für die rege Beteiligung bei der Planung im Vorfeld und einfach für das vermittelte Gefühl, dass der TSV Forstenried eine starke Gemeinschaft ist, auf die man stolz sein kann.

In diesem Sinne SERVUS bis zum nächsten Mal!

Sepp Giebl



... da wird die Mama sauber erschrecken!



Nicht nur die Kinder hatten ihre Freude ...



Und wenn du nicht mehr weiter weißt ...

**BAU- UND MÖBEL
SCHREINEREI**

STEFAN SCHMID

◆ INNENAUSBAU
◆ REPARATUREN

Forstenrieder Allee 199
81476 München

(089) 75 66 73



The Big Picture – Läuft

Nachdem die Sanierung der Duschen und Umkleiden sich etwas verzögert hat, konnten wir beim Sondertraining mit Martin Pachatz am Samstag, den 01.10.2016 zum ersten Mal die Duschen nutzen. Es war schon eine lange Sanierungsphase von 01.04.2016 bis zum 30.09.2016, in der wir ohne Duschen auskommen und uns im Container umziehen mussten. Wir sind froh, dass diese Phase jetzt vorüber ist. Wir hoffen sehr, dass die Restarbeiten noch zeitnah durchgeführt werden, so dass unser Punktspielbetrieb und unser Training ohne weitere Behinderungen durchgeführt werden kann.

Nachdem unsere 1. Mannschaft in der letzten Saison sehr unglücklich aus der 1. Bezirksliga abgestiegen ist, spielen in der Saison 2016/2017 zwei Mannschaften in der 2. Bezirksliga. Das Ziel der Spieler unserer 1. Mannschaft ist der Wiederaufstieg in die 1. Bezirksliga. Das zum ersten Mal am 22.09.2016 ausgetragene vereinsinterne Duell hat dann auch unsere 1. Mannschaft für sich entscheiden können. Weiterhin nehmen fünf Mannschaften an den Pflichtspielen (Meisterschaft und Pokal) in den jeweiligen Kreisligen im Kreis München West teil. Nach über 10 Jahren haben wir erstmalig wieder eine 7 Mannschaft gemeldet. Unsere 1. Jugend spielt in dieser Saison wieder in der 1. Kreisliga und unsere 2.

Jugend in der 2. Kreisliga. Da die Saison für unsere Jugend noch nicht begonnen hat, gibt es wenig zu berichten. Wir wünschen Yuang Lu viel Erfolg, der diese Saison von der Jugend in unsere 7. Mannschaft wechselt. Weiterhin wünschen wir allen unseren aktiven Spielern viel Erfolg und dass sie ohne größere Verletzungen bleiben.

Fred Hausmann

Kreiseinzelmeisterschaft – Michael Moosbühler holt Bronze

Michael Moosbühler, der seit dieser Saison unsere 3te Mannschaft verstärkt holte einen hervorragenden 3ten Platz bei den Kreiseinzelmeisterschaften Herren A/B Klasse. Einen ausführlichen Bericht von Fred findet ihr auf der Homepage!

Simon Stefanek

1. Mannschaft – Mission direkter Wiederaufstieg

Servus Zusammen, nachdem wir letzte Saison leider absteigen mussten galt für uns das Trainingspensum konstant zu halten. Das ist uns sehr gut gelungen, so dass wir bester Dinge in die neue Saison einsteigen konnten. Bisher hatten wir allerdings erst ein Spiel. Aber was für eins! Das Derby gegen unsere 2. Mannschaft stand an. Aber was soll man da groß

schreiben: nach 3:0 in Doppeln für uns war die Gegner soooo klein mit Hut. 9:3 für uns und ein gelungener Saisonstart. Nächstes Mal dann mehr zu unserem Projekt Wiederaufstieg.

Ein herzliches Willkommen auch an unseren prominenten Neuzugang Stefan Lieck. Hoffentlich hast Du Spaß bei uns und kannst an Deine Form von früher anknüpfen (ehemaliger Bundesligaspielder)!

Machts gut!

Ralf Strobl

3. Mannschaft – Vollgas Richtung Aufstieg

Mission Aufstieg - Nachdem die dritte Mannschaft letztes Jahr noch gegen den Abstieg kämpfen musste, ist unser Ziel dieses Jahr der Aufstieg in die Bezirksliga. Nach dem holprigen Saisonstart beim 8:8 in Neuhausen beschlossen wir, unserer Favoritenrolle in der ersten Kreisliga in Zukunft gerecht zu werden. Verstärkt (und verjüngt) durch Spitzenspielerin Elena Pietsch gelang gegen Aufstiegskonkurrent PSV München ein deutlicher 9-2 Erfolg, was uns vorläufig den zweiten Tabellenplatz beschert. Wir geben weiterhin Vollgas, damit es nächstes Jahr heißt: Forstenried I/II/III – 1./2./3. Bezirksliga.

Michael Moosbühler

4. Mannschaft – Noch nichts Zählbares

In den ersten beiden Saisonspielen in der 2. Kreisliga haben wir leider noch nichts Zählbares geholt, es wurde 6:9 und 5:9 verloren. Aber wir waren recht nah dran, wenn wir weitwer so spielen, werden die ersten Zähler nicht lange auf sich warten lassen. Die Mannschaft hat insgesamt 8 Spieler, bisher musste nur ein Ersatzspieler aufgestellt werden.

Thomas Witzer

6. Mannschaft – Die neue Saison hat begonnen!

In der neuen Saison sind mit Robert, Georg, Horst, Sepp und mir nur 5 Spieler für die 6. Mannschaft gemeldet. Da für den TSV eine weitere Mannschaft



Michael Moosbühler (vierter v.l.) bei der Siegerehrung der Kreiseinzelmeisterschaft



Tischtennis

den Spielbetrieb aufgenommen hat, können wir bei Engpässen auf Spieler der 7. Mannschaft zurückgreifen. Trotzdem mußten wir im 1. Spiel der Saison zu Dritt antreten und haben gegen TTC Neuhausen VI ein 7:7 Unentschieden erkämpft. Das 2. Spiel gegen den TSV Neuried VII konnten wir mit 8:3 für uns entscheiden. Weitere Spiele hat die 6. Mannschaft bis Redaktionsschluss noch nicht absolviert. Es wäre

schön, wenn es so weitergeht und die Saison erfolgreicher verläuft als die vergangene.

Joachim Hagner

7. Mannschaft – Neu formiert und motiviert

Ich begrüße als Mannschaftsführerin unserer neu gegründeten siebten Mannschaft alle Spieler und freue mich sehr auf die kommende Saison, mit

hoffentlich vielen Siegen.

Erfreulicherweise haben wir unser erstes Punktspiel gegen den TSC München-Maxvorstadt IV mit 8:4 gewonnen. Unser zweites Spiel gegen den TTC 1992 München IV ging leider mit 4:8 aus.

Das ist ein bis jetzt ausgeglichener Saisonstart, der hoffentlich noch besser wird.

Steffi Westhagen



Volleyball

Abteilungsleiter: Ute von Milczewski · Tel. 759 37 67



Hier geht's zum Film

Volleyballdamen des TSV Forstenried steigen auf

Von Herbst an spielen die Volleyballdamen in der Kreisliga 3 in Oberbayern. Drei Jahre nach dem Start in den Ligabetrieb haben sie nun den Aufstieg geschafft. Nach dem ersten Spieltag lagen sie noch auf Tabellenplatz drei, danach setzten sie sich an die Spitze, die sie nicht mehr hergaben.

Mit der neuen Klasse kommt auch ein neuer Trainer: Da Pavel Parmakov München verlassen hat, ist Edinson Kaltenmark jetzt der Coach der Mädels. Das Ziel für die nächste Saison: Mitspielen, Spaß haben, die Klasse halten oder noch mehr. Dass es zu schaffen ist, zweifelt keine aus dem Team. Schließlich hat sich eine souveräne, technisch versierte Mannschaft entwickelt.

Obwohl der Kader der Spielerinnen gut besetzt ist, wird Nachwuchs gesucht. Vor allem die weibliche Jugend braucht Verstärkung. Wer sich dort beweist, kann in die Damenmannschaft aufrücken. Auch die männliche Jugend sucht noch Spieler.

Weitere Infos: <http://www.tsv-forstenried.de/volleyball/>



Abteilungsleiterin Ute (vorne links) gratuliert den Damen zum Aufstieg.



Abteilungsversammlung Turnen & Gymnastik

Einladung zur außerordentlichen Mitgliederversammlung der Abteilung Turnen & Gymnastik am
Mittwoch, den 11.01.2017 um 18:30 Uhr
in der Geschäftsstelle des TSV Forstenried – Graubündener Str. 100 – 81475 München.
Eingeladen sind alle Stammmitglieder der Abteilung ab 16 Jahren!

**Tagesordnung:
Neuwahl der Abteilungsleitung**

Wir freuen uns auf zahlreiches Erscheinen!
Abteilung Turnen & Gymnastik

Functional Training – Was ist das eigentlich?

Functional Training oder zu Deutsch Funktionelles Training bedeutet in seinem ursprünglichen Sinn so viel wie zweckmäßiges Training. Es konzentriert sich dabei nicht auf sportspezifisches Training, sondern baut auf den Gemeinsamkeiten verschiedener Sportarten auf.

Es beinhaltet im Vergleich zum traditionellen Krafttraining Übungen mit weitgehend komplexen Bewegungsabläufen, die mehrere Gelenke und Muskelgruppen gleichzeitig beanspruchen. Zumeist steht man dabei mit beiden Füßen auf dem Boden und lernt das eigene Körpergewicht zu stabilisieren und balancieren. Fortgeschritten werden manche Übungen auch auf einem Bein durchgeführt.

Functional Training basiert inhaltlich dabei auf Übungen wie Kniebeugen und Ausfallschritten mit unterschiedlichen Variationen für die Beinmuskulatur sowie diversen Stoß- und Zugübungen für den Oberkörper.

Die Übungen zielen stets auf eine Verbesserung der Kraft, Schnellkraft, Balance und Stabilität ab und mindern damit auch die Verletzungsanfälligkeit.

Trainiert wird sehr häufig nur mit dem eigenen Körpergewicht oder auch unter zu Hilfenahme verschiedener Kleingeräte, wie Hanteln, Thera Bändern, Balance Boards, uvm.

Functional Training ist dabei eine durchaus intensive Trainingsform und für jedermann geeignet, der seine Leistungsfähigkeit verbessern möchte und dabei gerne auch mal ins Schwitzen kommt.

Der Kurs hierfür findet jeden Montag von 20:00 bis 20:45 Uhr in der Walliser Halle (obere Halle) statt. Mitzubringen ist dafür Sportbekleidung, ein Handtuch, ggf. etwas zu Trinken sowie Spaß an der Bewegung und etwas sportlicher Ehrgeiz...

Ich freue mich auf Euer zahlreiches Erscheinen!





Frohe Weihnachten
und ein
erfolgreiches Jahr
2017

wünscht Ihnen Ihr



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

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!



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!