



MTV-Vereinsmitteilungen • 3/2019

sport

aktuell 2019
IMMER.BESSER.DABEI.

MTV → Gemeinsame Erlebnisse



Paddelausflug Imster Schlucht



Sportliche Erfolge –
Hockey Mädels B-Jugend



Zusammen stark –
Dojo-Umbau durch Karatekas



Mitten drin statt nur dabei –
Bayerisches Landesturnfest 2019

MTV München von 1879 e.V. – Abteilungen



Badminton

Karl Haas
Tel: 089-123 31 88
badminton@mtv-muenchen.de



Basketball

Laszlo Baierle
Tel: 089-354 39 11
basketball@mtv-muenchen.de



Boxen

Oliver Sawitzki
boxen@mtv-muenchen.de



Fechten

Aiga Thalmann
fechten@mtv-muenchen.de



Fitness

Stephan Otto
fitness@mtv-muenchen.de



Fußball

Florian Dull
fussball@mtv-muenchen.de



Gymnastik

Sandra Schäfer
gymnastik@mtv-muenchen.de



Handball

Helmut Gruber
Tel: 08177-17 20 / 0172-850 44 81
handball@mtv-muenchen.de



Hockey

Alexander Fuchs
hockey@mtv-muenchen.de



Judo

Andrea Loeffl
judo@mtv-muenchen.de



Kanu

Nicole Schick
kanu@mtv-muenchen.de



Karate

Jörg Vochetzer
karate@mtv-muenchen.de



Klettern

Roland Glatzel
klettern@mtv-muenchen.de



Leichtathletik

Alexander Merk
leichtathletik@mtv-muenchen.de



Prellball

Hans-Joachim Wolff
Tel: 0175-263 17 11
prellball@mtv-muenchen.de



Tanz

Ilona Wittig
Tel: 089-611 43 87 /
0179-598 93 67
tanz@mtv-muenchen.de



Tennis

Peter Laun
tennis@mtv-muenchen.de



Tischtennis

Georg Lautenschlager
tischtennis@mtv-muenchen.de



Triathlon

Martina Wayand
Tel: 0171-473 05 77
triathlon@mtv-muenchen.de



Turnen

Franz Tobisch
turnen@mtv-muenchen.de



Volleyball

Johannes Rieger
volleyball@mtv-muenchen.de



Wandern

Irene Zollner
wandern@mtv-muenchen.de



KiSS – Kindersportschule

Andelka Tancic
Tel.: 089-53 88 603-15
kiss@mtv-muenchen.de

Das aktuelle Sportprogramm der einzelnen Abteilungen ist jederzeit unter www.mtv-muenchen.de einzusehen.

Inhalt

| | Seite |
|----------------------|-------|
| ■ Vorstand | 3 |
| ■ MTV-Team | 4 |
| ■ Geschäftsführung | 5 |
| ■ MTV-Ferienprogramm | 9 |
| ■ Basketball | 10 |
| ■ Boxen | 13 |
| ■ Fechten | 17 |
| ■ Fitness | 19 |
| ■ Fußball | 20 |
| ■ Gymnastik | 22 |
| ■ Handball | 23 |
| ■ Hockey | 26 |
| ■ Judo | 28 |
| ■ Kanu | 30 |
| ■ Karate | 33 |
| ■ Klettern | 36 |
| ■ Leichtathletik | 38 |
| ■ Tanz | 40 |
| ■ Tennis | 43 |
| ■ Tischtennis | 45 |
| ■ Triathlon | 48 |
| ■ Turnen | 49 |
| ■ Volleyball | 53 |
| ■ Wandern | 54 |

**Redaktionsschluss für
die Ausgabe 4/2019 ist der 4.11.2019**

Titelbild



Kanu: Ausflug in die Imster Schlucht (Siehe auch Seite 30)

©Foto: Kanuabteilung



*Klaus Laroche
Vorstandsvorsitzender*

Jeder hilft auf seine Weise

Liebe MTV-Mitglieder,

„Wie können wir die umfangreichen Sanierungsmaßnahmen an unseren Sportanlagen finanziell stemmen?“ lautet die zentrale Frage, die uns derzeit beschäftigt.

Als wüssten alle Spammer des WWW über unsere Situation Bescheid, erhalte ich derzeit jede Menge Spenden-, Darlehens- und Kreditangebote. So bietet mir z. B. Benjamin Todd glatte 20 Millionen Euro zu einem vernachlässigbaren Zinssatz und das U.S. Department of Treasury will sich mit 4,5 Millionen US-Dollar an Was-weiß-ich beteiligen. Mit dem business proposal von Maggie Wang konnte ich mich noch nicht genauer beschäftigen, aber das Hilfsangebot von Winnie Mandela, über ihre zwischengeparkte Summe von 32 Millionen frei zu verfügen, erscheint auf den ersten Blick überaus selbstlos.

Ich weiß gar nicht, warum wir uns bisher mit so profanem Kleinkram wie „zusätzliche Unterstützung durch die Landeshauptstadt München und den BLSV“ oder der „Suche nach Mäzenen“ aufgehalten haben, wo das Internet doch so viel mehr bietet. Vielleicht liegt es am Traditionsbewusstsein des MTV oder an meinem mangelnden Verständnis für die Einfachheit von Bitcoin-Transaktionen. Vielleicht denke ich auch einfach nicht groß genug.

Jetzt kommt mir mein Anliegen an Euch, liebe Mitglieder, richtig klein vor. Zunächst bedanke ich mich dafür, dass Ihr auch in diesen Zeiten, in denen wir uns viel zu oft wie auf einer Baustelle fühlen, Teil unserer MTV-Familie seid. Danke, dass Ihr über die Probleme einer Großbaustelle hinwegseht und Euren Sport im Auge behaltet. Verbinden möchte ich den Dank mit der Bitte, dem MTV auch weiterhin die Treue zu halten. Durch Euren Mitgliedsbeitrag helft Ihr, dass unser Verein auch nach den ersten 140 Jahren seines Bestehens ein breites Sportangebot für jedermann mitten in München anbieten kann. In 24 Abteilungen bieten wir eine Vielzahl von Sportarten für alle Altersgruppen und Leistungsklassen. Erzählt Euren Freunden vom MTV und bringt sie mit. Ihr seid der MTV und gemeinsam freuen wir uns auf die Sportmöglichkeiten in den sanierten Räumlichkeiten.

Und falls Ihr darüber hinaus die eine oder andere überschüssige Euromillion entdeckt, wir helfen gern, Negativzinsen zu vermeiden. wir helfen gern, Negativzinsen zu vermeiden.

:: Klaus Laroche

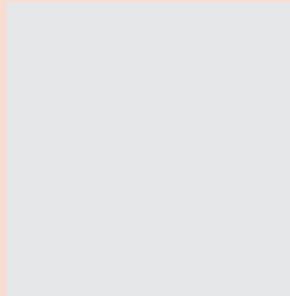
Vorstand



Klaus Laroche
Vorsitzender



Oliver Sawitzki
Stellvertreter



N.N.



Peter Six
Schatzmeister

Mitarbeiter



- 1 **Veit Hesse**, Geschäftsführung
geschaeftsfuehrung@mtv-muenchen.de
- 2 **Michael Paul**, Sportlicher Leiter
michi.paul@mtv-muenchen.de
- 3 **Sascha Rixen**, Liegenschaften & Sicherheit, Sportpark
Werdenfelsstraße – sascha.rixen@mtv-muenchen.de
- 4 **Joschi Schöberl**, Fitness-Koordinator
fitness@mtv-muenchen.de
- 5 **Anelka Tancic**, KiSS-Leitung
kiss@mtv-muenchen.de
- 6 **Andrea Emberger**, Mitgliederverwaltung, Beitragswesen
mitgliederverwaltung@mtv-muenchen.de
- 7 **Stephan Hohenleitner**, Ferienprogramm, Kursverwaltung,
Öffentlichkeitsarbeit – stephan.hohenleitner@mtv-muenchen.de
- 8 **Angelika Hausleiter**, Geschäftsstelle Werdenfelsstraße
angelika.hausleiter@mtv-muenchen.de
- 9 **Hannelore Ruhland**, Tennisverwaltung
tennis@mtv-muenchen.de
- 10 **Florian Albrecht**, Buchhaltung
buchhaltung@mtv-muenchen.de
- 11 **Milena Aberl**, Gymnastik-Koordinatorin
milena.aberl@mtv-muenchen.de

MTV-Team zur Prävention sexualisierter Gewalt im Verein (praevention@mtv-muenchen.de):

Heike Bubenzer – Abt. Kanu (heike.bubenzer@mtv-muenchen.de)

Marion Kreuzer – Koordinatorin Jgd.-Fußball (marion.kreuzer@mtv-muenchen.de)

Alexandra Okroy – Übungsleiterin Judo (alexandra.okroy@mtv-muenchen.de)

Michael Paul – Sportlicher Leiter (michi.paul@mtv-muenchen.de)

MTV Sportzentrum

Geschäftsstelle Häberlstraße 11 b • 80337 München

Kontakt: Tel.: (089) 5 38 86 03-0 www.mtv-muenchen.de
Fax: (089) 5 38 86 03-20 info@mtv-muenchen.de

Öffnungszeiten:
Montag: 13:00 – 18:00 Uhr
Mittwoch: 13:00 – 19:00 Uhr
Di.+Do.: 13:00 – 17:00 Uhr
Freitag: 09:00 – 14:00 Uhr

Bankverbindung: Münchner Bank eG – BIC: GENODEF1M01
Spenden: IBAN: DE53 7019 0000 0000 0187 91
Hauptkonto: IBAN: DE97 7019 0000 0100 0187 91
Beiträge: IBAN: DE44 7019 0000 0200 0187 91

MTV Sportpark

Geschäftsstelle Werdenfelsstraße 70 • 81377 München

Kontakt: Tel.: (089) 5 38 86 03-16
Fax: (089) 85 63 77 40
info@mtv-muenchen.de

Öffnungszeiten: Mo., Mi., Do.: 17.30 – 20.00 Uhr

Tennisbüro: Tel.: (089) 7 19 22 24

Öffnungszeiten: Di.: 17:00 – 19:00 Uhr
Do.: 09:00 – 11:00 Uhr

Impressum • mtv-sport-aktuell 3/2019

Herausgeber und Verlag: MTV München von 1879 e.V.

Redaktion u. Anzeigen: Stephan Hohenleitner, Andrea Emberger

Gestaltung: Hartmut Baier, Grafik- und Foto-Design · mtv@pixelcolor.de

Gesamtherstellung: Ortmaier Druck GmbH

Die Vereinszeitschrift erscheint vierteljährlich in einer Auflage von ca. 4000 Exemplaren im Postvertrieb. Der Bezugspreis ist mit dem Mitgliedsbeitrag abgegolten. Die Beiträge geben nur die Meinung der Verfasser wieder und müssen nicht mit der des Vereines übereinstimmen.

Neues aus der Geschäftsstelle



Veit Hesse
Geschäftsführer

Wie jedes Jahr, so gibt es auch in diesem Jahr wieder viele neue Gesichter in der Geschäftsstelle, die wir herzlich willkommen heißen. In diesem Jahr sind es besonders viele: Neben vier neuen FSJlern haben wir ein neues Gesicht in der Gymnastikabteilung (siehe auch Seite 22), zwei neue festangestellte Trainer in der KiSS und zwei duale Studenten, einen in der Fitnessabteilung und einen in der Geschäftsstelle.

FSJler

Die FSJler werden in der KiSS, nach Absprache in den weiteren Abteilungen und zu einem kleinen Teil in der Geschäftsstelle eingesetzt.

Phuc Pham Minh
Alexander Poblitzki
Katharina Will
Sarah Winterstötter

Verlassen haben uns die drei FSJler (Elias, Florian und Florian), unser dualer Student David (30. September), unser KiSS-Trainer Fabi (22. September), unser Boxtrainer Kai Melder (31. Juli) und unser Fechttrainer Klemens (zum 30. November). Wir danken allen für ihren Einsatz beim MTV und wünschen ihnen für die Zukunft alles Gute.

:: Veit Hesse

Festanstellungen



Milena Aberl
Koordination Gymnastik und
Rehasport, Trainerin KiSS



Sista Gehrlicher
Trainerin KiSS



Georg Zinsbacher
Trainer KiSS

Duale Studenten



Raphael Heiß
Duale Ausbildung Sport- und
Gesundheitstrainer/ Sport- und
Fitnessbetriebswirt, Einsatz in der
Fitnessabteilung und zum Teil in
der Geschäftsstelle



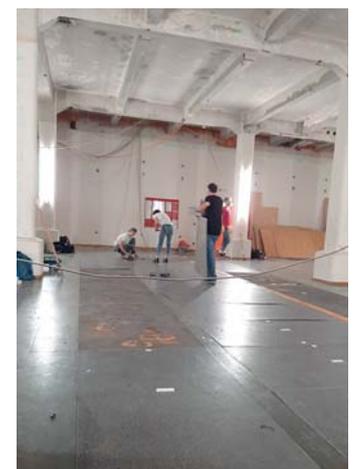
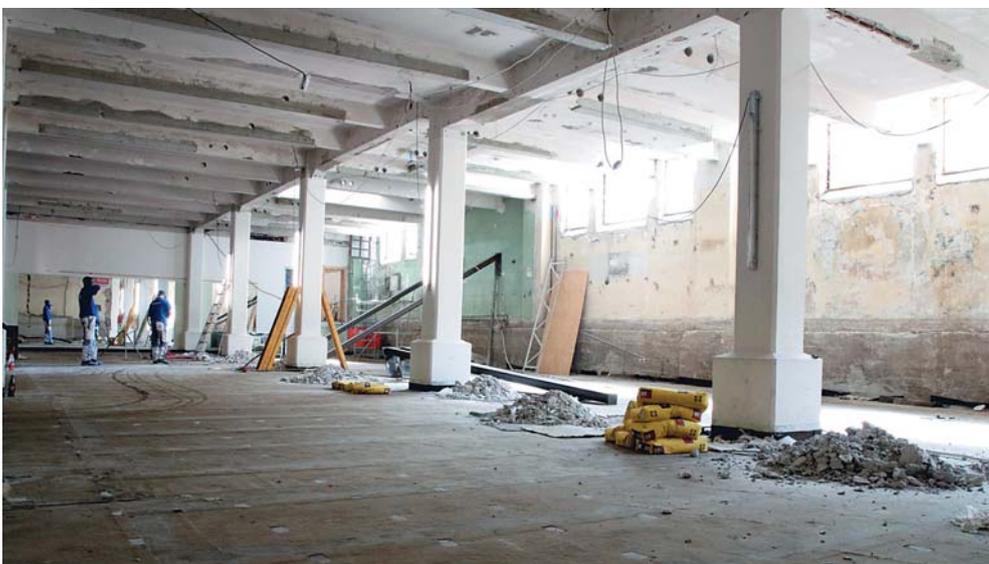
Manuel Sonnleitner
Duales Studium Sportökonomie,
Einsatz in der Geschäftsstelle

Aktueller Baustellenbericht



Halle 1

Es wurde ein provisorischer Zugang zur Kletterhalle und dem Fitness UG über die Galerie geschaffen. Der Zugang erfolgt über die Halle 2. Die Baumaßnahmen liegen hier im Zeitplan, der Rohboden soll bis Ende des Jahres liegen. Etwas Sorge bereitet noch die Galerie, die in einem schlechteren Zustand ist als angenommen. Fertigstellung: April 2020



Fechtsaal

Die Vorbereitung (Demontagen) für den Deckenabbruch sind getroffen, die Fechtbahnen wurden von der Fechtabteilung in mühevoller Kleinarbeit (jede Bahn war mit über 1.000 Schrauben befestigt) ausgebaut. Auch hier ein herzliches Dankeschön, ebenso für die ganzen Umräumarbeiten! Fertigstellung April 2020



Parkplatz
Die Laterne musste weg, weil der halbe Parkplatz als Baustelleneinrichtung benötigt wird. Durch regelmäßige Transporte für Baumaterial empfehlen wir allen Mitgliedern auf ihr Auto zu verzichten.



Altes Dojo



Unser neues Dojo
Ein großes Dankeschön gilt hier der Karateabteilung, die den Unterzug und die Wände des alten DAV Büros sowie den Putz und den alten Sportboden entfernt hat. Fenster und Lüftung werden noch in den Herbstferien installiert.

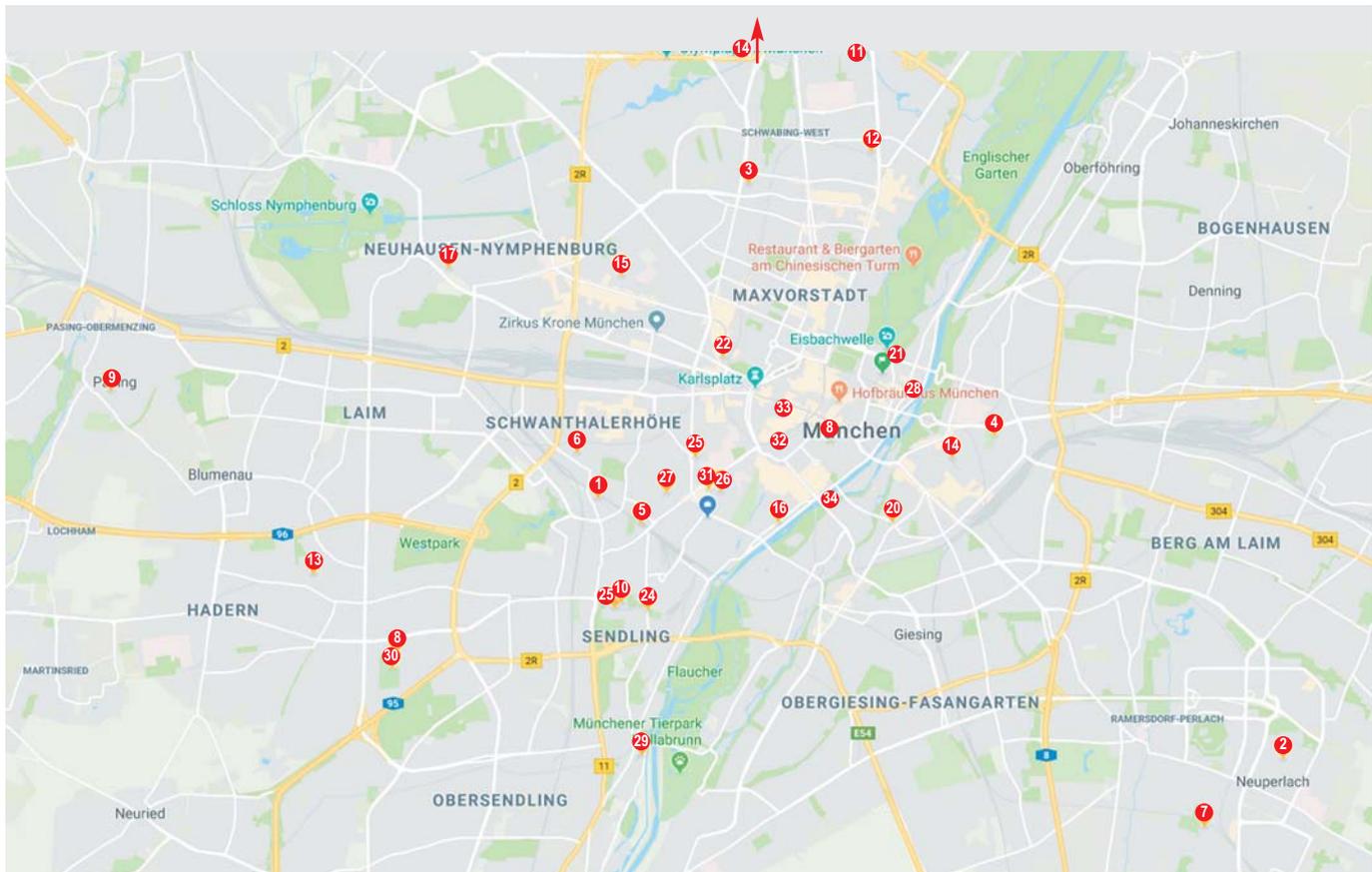


Herrenumkleide
Die Herrenumkleide wurde entkernt und soll ab April 2020 den Betrieb aufnehmen, dann bis zur Fertigstellung der Damenumkleide zunächst als Damen- und Herrenumkleide.



Neue Geschäftsstelle
Die alte Hausmeisterwohnung wurde von den Angestellten des MTV in der Freizeit (wie auch von der Karate- und Fechtabteilung) entkernt und wird nun saniert. Auch hier muss die Decke mühevoll aufgearbeitet werden. Fertigstellung: Weihnachten 2019

MTV-Sportstätten während der Umbauphase



- | | |
|--|---|
| 1 Städt. Tagesheim an der Grundschule Pfeuferstraße 1 | 18 Grundschule Werdenfelsstraße 58 (Geöffnet bis 16:00 Uhr) |
| 2 Grundschule an der Kafkastraße 9 | 19 Schulzentrum Nordhaide, Schleibheimer Str. 510 |
| 3 Grundschule an der Farinellstraße 7 | 20 Maria-Theresia-Gymnasium München, Regerpl. 1 |
| 4 Grundschule, Flurstraße 4 | 21 Städtisches St.-Anna-Gymnasium, St.-Anna-Straße 20 |
| 5 Staatliche Berufliche Oberschule (FOS/BOS) für Wirtschaft, Lindwurmstraße 90 | 22 Städt. Luisengymnasium, Luisenstraße 7 |
| 6 Carl-von-Linde-Realschule München, Ridlerstraße 26 | 23 Staatl. Dante-Gymnasium, Wackersberger Str. 61 |
| 7 Städt. Heinrich-Heine-Gymnasium, Max-Reinhardt-Weg 27 | 24 Sportanlage + Halle, Gaißbacher Str. 8 |
| 8 Grundschule an der Klenzestraße 48 | 25 Staatl. Theresiengymnasium, Kaiser-Ludwig-Platz 3 |
| 9 Städtische Anne-Frank-Realschule, Bäckerstraße 58 | 26 Grundschule Tumblingerstraße 6 |
| 10 Staatl. Klenze-Gymnasium München, Wackersberger Str. 59 | 27 Grundschule Stielerstraße 6 |
| 11 Städt. Lion-Feuchtwanger-Gymnasium, Freiligrathstraße 71 | 28 Wilhelm Gymnasium, Thierschstr. 46 |
| 12 Staatl. Maximiliansgymnasium München, Karl-Theodor-Straße 9 | 29 MTV München Kanu-Abteilung Bootshaus, Zentralländstraße 12 |
| 13 Guardini Grund- und Mittelschule, Gardinistraße 60 | 30 MTV München von 1879 e.V., Sportpark Werdenfelsstraße 70 |
| 14 Mittelschule, Wörthstraße 2 | 31 MTV München von 1879 e.V., Sportzentrum Häberlstraße 11b |
| 15 Rupprecht-Gymnasium, Albrechtstraße 7 | 32 Designschule München, Roßmarkt 15 |
| 16 Mittelschule, Wittelsbacherstraße 10 | 33 Städtische Salvator Realschule, Damenstiftstraße 3 |
| 17 Städtische Sporthalle an der Arnulfstraße 270 | 34 Pestalozzi Gymnasium, Eduard Schmid-Straße 1 |



„Bilder sagen mehr als 1000 Worte“

Eine Fetzngaudi war es im fanni.CLUB Sommerferienprogramm. Über 160 Kinder haben allein in diesen Sommerferien an unserem tollen Angebot teilgenommen. Weiter geht es in den Herbstferien vom 28.10.- bis 31.10. Voraussichtlich werden wir auch ein Programm am Buß- und Bettag anbieten. Die Buchung geht ganz einfach online über unsere Homepage www.fanni.club.

Um immer auf dem aktuellen Stand über unser Programm zu sein, kann man sich online für unseren Newsletter anmelden.

Ein großer Dank gilt allen Trainern, Betreuern und Abteilungen, die mitgemacht und unsere Ferienfreizeit unterstützt haben. Ihr seid das beste Team der Welt.

Wir freuen uns schon auf das nächste Mal, wenn es wieder heißt: Auf geht's zum fanni.CLUB!





Basketball aktuell



Laszlo Baierle
Abteilungsleiter

U14-Girls des MTV schlagen in der Qualifikation zur Bezirksoberliga die U14-Jungs von Freising und Staffelsee

Das konnten einige der Jungs aus dem U14-Team von Jahn Freising nur ganz schwer verkraften. In der 1. Qualifikationsrunde zur Bezirksoberliga Oberbayern trafen sie auf die coolen U14-Mädels des MTV München – und verloren dieses Match klar mit 53:69! WOW!

Wütend knallten einige ihre Wasserflaschen in die Ecke, andere zogen sich entgeistert das Trikot über den Kopf. Nur nichts mehr hören und sehen, denn auf der anderen Spielfeldseite tanzte eine jubelnde, rotgekleidete Mädchentraube, mittendrin die strahlenden MTV-Trainerinnen Kerstin und Doris, deren Plan voll aufgegangen war: Denn ihr talentiertes U14w-Team, immerhin in der U12w schon Bayerischer

Staffelsee. Auch hier ließen die MTV-Mädels nichts anbrennen – mit 76:48 wurde auch dieser Gegner mehr als deutlich geschlagen. Jetzt starten die MTV-Mädels also in der BOL der U14-Jungs, und da kommt es dann zu der ungewöhnlichen Situation, dass sich in dieser Jungs-Liga zweimal (Hin- und Rückspiel) zwei Mädchenmannschaften gegenüber stehen. Denn auch der Lokalrivale Jahn München hat sich mit seinem Mädchenteam für diese Liga qualifiziert. Da kann man nur hoffen, dass sich die Refs dann nicht in der falschen Halle wähnen, wenn sie zwei männliche Teams erwarten und dann zwei richtig gute Mädchenmannschaften auf dem Spielfeld stehen...

Zweite MTV-Coach-Clinic – die Jugendarbeit als Schwerpunkt

Nach der ersten internen MTV-Trainerschulung, damals mit dem U16w/U18w-Bundestrainer Imre Szittyta in der großen MTV-Halle, bei der die sog. Motion-Offense das Thema war, ging es diesmal in der Ausweich-Spielhalle der Basketballer in der Albrechtstr. 6 (auch die

steht leider ab September nicht mehr zur Verfügung) um die sogenannten Basics: Passen, Fangen, Cutten (Schneiden zum Korb), Dribbeln, Werfen, Spiel 2 gegen 2. Alles auf den Jugendbereich zugeschnitten, also für Jungs und Mädels ab U10/12 bis U16w/m. Der Grundgedanke: Einheitliche Schulung und durchgängige Lehrmethoden durch die MTV-Trainer/innen in den Grundtechniken dieser Altersklassen.

Lehrgangsführer war diesmal Michael Schwarz, der frühere U18m/20m-Bundestrainer und aktuelle Herren1-Trainer des MTV, der beim Basketball-Weltverband FIBA Europe für die Trainer-Aus- und Weiterbildung zuständig ist.

„Michael ist durch seine Tätigkeit – Durchführung von Coach-Clinics bei Welt- und Europameisterschaften mit Toptrainern aus Europa und den USA – immer auf dem aktuellsten Level, was



Zwei klare Siege in der Quali gegen die U14-Jungs von Freising und Staffelsee – die MTV-Mädels sind absolute Spitze: stehend v.l. Lilly, Paulina, Eva-Lotta, Emilia, die Coaches Kerstin und Doris; Mitte v.l. Antonia, Sina, Eva, Emma, (Amina); liegend v.l. Helena, Gretha

und Südostdeutscher Vize-Meister 2018, hat in der U14w-Bayernliga Süd vor den Play-Offs einfach zu wenige Spiele. Und da sie für die Bezirksoberliga der Mädchen einfach zu stark sind (16:0 Siege letzte Saison), entschieden die Trainerinnen, es jetzt einfach mal in der U14-Jungens-Liga zu versuchen.

Die 1. Quali also klar gewonnen, doch nach den Pfingstferien ging es in die 2. Runde, diesmal gegen das U14m-Team (Landesliga!) vom

die Trainingsarbeit, die Technikschi- lung und Ausbildung von Spieler/innen betrifft“, so Abteilungsleiter Laszlo Baierle, „außerdem ist er ein richtig guter Typ, der das alles auf eine sehr angenehme und ansprechende Art rüber bringt.“ Da vergingen die rund 7 Stunden Trainingsarbeit wie im Flug, die 13 teilnehmenden MTV-Coaches waren gleichzeitig auch ihr eigenes Demo-Team, da kam auch der Spaß nicht zu kurz, denn nicht alle Übungen klappten gleich beim ersten Mal...



MTV-Coach-Clinic mit He1-Trainer Michael Schwarz (3.v.l.)

Anschauungsunterricht

Einen kleinen Anschauungsunterricht in die Basics der amerikanischen Basketballtechnik bekam eine bunte MTV-Combo von Damen1/ U18w/U16w im Rahmen eines CVJM-Jugendcamps gleich einige Wochen später zu spüren. Die dort trainierenden, durchwegs weiblichen US-Coaches aus New York, Texas, Illinois, Kalifornien und Tennessee griffen im Rahmen eines Freundschaftsspiels tief in die Trickkiste und waren sowohl körperlich wie auch spielerisch der insgesamt doch sehr jungen MTV-Truppe klar überlegen. Doch die MTV-Küken wie Isabella, Amanda, Marina, Dierry und Sonja, (Anna und Clara konnten nur



He1-Coach Michael und der perfekte Wurf

zusehen) sowie Verona und Floris hielten phasenweise gut dagegen, mussten sich aber am Ende deutlich geschlagen geben.

Vorbereitungs-Camp in Inzell

Die MTV-Boxer haben es vorgemacht, die Basketballer machen es nach. Mit Lauf- und Konditionstraining haben die Herren1 die hallenlose Zeit im August notgedrungen zu überbrücken, denn die bisherige Ausweich-Spielhalle Albrechtstr. 6 wird abgerissen und durch einen Schulbau ersetzt. Die MTV-Halle zieht sich noch, und die bereits

renovierte städtische Halle in der Ridlerstraße ist immer noch nicht freigegeben. Ab September gibt es dann endlich wieder Hallenzeiten in der Ries- und Elisabeth-Kohn-Str., wenn auch nur nach genauer Absprache mit anderen Vereinen. Doch nach dem Durchmarsch durch die Bezirksliga (18:0 Siege) geht es in der Bezirksoberliga sicher härter zur Sache. Und da zusätzlich einige MTV-Youngsters – alles Eigengewächse wie Louis und Raphi – an das neu formierte He1-Team herangeführt werden sollen, geht es für ein verlängertes Wochenende (Fr-So) in das wunderschön gelegene BLSV-Camp in Inzell. Gemeinsames Wohnen in einer Block-



Freundschaftliche Atmosphäre während des Spiels – gemeinsames Foto nach dem Spiel – Endergebnis Nebensache für die US- und MTV-Girls



Auch eine Teambuilding-Maßnahme: Teamkapitän Sönke mit der Meisterdu-sche (aber Wasser statt Bier) für Erfolgscoach Michael

hütte, gemeinsames Frühstück, Mittag- und Abendessen, erfrischen-de Morgenläufe, hartes Individual- und Mannschaftstraining, dazu Gruppen- und Mannschaftstaktik. Das alles unter dem Oberbegriff TEAMBUILDING – denn nur als eingeschworener Haufen kann die nächste Stufe Richtung Aufstieg gezündet werden.

Danke, Christian!

Ein wirklich hartes Stück Arbeit war wieder einmal der MTV-Gesamt-spielplan der Basketballer (17 Teams, davon 12 Jugendteams) für die neue Saison 2019/20. Rund 130 Heimspiele, aber keine MTV-Halle, keine Ausweichspielhalle Albrechtstr. (Abriss), keine Halle Ridlerschule (noch nicht freigegeben nach Renovierung), Telefonate und Mails ohne Ende mit der Stadt München (ZIM), die aber auch nicht zaubern kann. Hilfe kam vom Handball-Abteilungsleiter Helmut Gruber, der einen neuen Hallenzugang ermöglichte. Insgesamt gab es also zwei

neue, aber natürlich von anderen Vereinen schon längst gebuchte Sporthallen am Olympiapark – die neuen MTV-Spielstätten an der Riesstraße und Elisabeth-Kohn-Straße.

Dann folgte eine Krisensitzung der MTV-Coaches, am Ende übernahm dankenswerterweise Christian Madl, seit vielen Jahren unermüdlicher und immer hilfsbereiter Trainer (He3), Jugendtrainer (wann immer Not am Mann ist), BBV-Funktionär (Kreis Mitte), Ligaleiter (Kreis Mitte), Schiedsrichter- und Schiedsrichterinnen-Betreuer (Tochter Evi, ebenfalls Jugendtrainerin U14w), die mühsame Arbeit, die diversen zerstückelten Hallenzeiten mit dem Basketball-Gesamtspielplan in Einklang zu bringen, Spielverlegungswünsche der eigenen und gegnerischen Coaches zu berücksichtigen und dann alles termingerecht (31. Juli) fertig zu stellen! Geschafft – und danke Christian für Deine Mühe (ganz sicher einige schlaflose Nächte) und Geduld!!

::LzB



Christian, MTV-Helfer in allen Lebenslagen, hier beim Einsatz am KG-Tisch

Fahrschule Schwarz

U5 Laimer Platz / Bus 51
Fürstenrieder Str. 74
☎ 089 / 99 93 19 62

U6 Westpark / Bus 133
Ehrwalder Str. 6
☎ 089 / 37 98 01 40

Keine Lust mehr auf lange Fußmärsche, überfüllte Busse, zu spät kommende U-Bahnen?



Bestimme Deine Abfahrtszeit selbst! Mit Spaß, schnell und günstig zum Führerschein!

www.schwarz-fahrschule.de



Bayerischer Meister? Deni heißt er!



Oliver Sawitzki
Abteilungsleiter

Bayerischer Meister sein, ist ein großartiger Erfolg, ein Titel, auf den man stolz sein kann. Das wollen auch andere. Also muss man seinen Titel verteidigen, zeigen, dass man immer noch der Beste ist, dass man den Titel zu Recht trägt und der Sieg kein Zufallstreffer war.

Letztes Jahr erboxte sich unser Deni Filipovic zum ersten Mal den Bayerischen Meister im Mittelgewicht (bis 75 kg). Der Lohn für jahrelanges hartes Training, die kompromisslose Vorbereitung durch Wettkampftrainer Branko Djuricic, aber auch für den Glauben an sich selbst. Dieses Jahr hieß es den Meistertitel zu verteidigen. Anders als im Profisport ist der Titel kein Freilos, Deni war nicht automatisch gesetzt, er musste sich wie seine Herausforderer in Vergleichskämpfen und Vorausscheidungen qualifizieren.

Da die Meisterschaften heuer schon im Sommer statt wie üblich im Herbst angesetzt waren, drängten sich im ersten Halbjahr die Termine: Oberbayerische Meisterschaft im April (s. Sport aktuell 2/2019), Mannschaftsvergleich 1860 vs. Auswahl London im Mai, bei dem Deni aufseiten der 60er mitkämpfte und schließlich die Viertel- und Halbfinalkämpfe zur Vorausscheidung am 30. Juni in Eichstätt. Hier konnte sich Deni im Viertelfinale gegen Alec Hope aus Memmingen nach Punkten durchsetzen und das Halbfinale gegen Robert Schweiger vom Boxwerk ebenfalls nach Punkten gewinnen.

Für den MTV trat nach fast einjähriger Pause auch Georgios Aroudis im Schwergewicht an. Seinen Viertelfinalkampf gegen Kai Friedensohn aus Bad Kissingen konnte er nach Punkten gewinnen, scheitert aber im Halbfinale an Marc Habler aus Cham, obwohl er den Gegner schon am Boden hatte. Nach so langer Pause ein respektables Comeback, das auf mehr hoffen lässt!

Nachdem Deni sich qualifiziert hatte, gab es keine Erholungspause, für ihn und Trainer Branko hieß es, sich in nur drei Wochen vorzubereiten für die Bayerische. Hartes, fast tägliches Training war Deni gewohnt (s. Portrait), sein Kampfgewicht musste er halten und auf den Punkt körperlich und mental fit sein.

Am 20. Juli war es soweit. Die Finalkämpfe der Bayerischen Meisterschaft in Immenstadt im Allgäu. Nicht der nächste Weg, aber dafür ungewohnt viel Support: neben Rainer Müller und Joma Soltani als Betreuer waren Malin Axland, Chef-Coach und BABV-Lehrwart Kai Melder sowie der Autor dieser Zeilen vom MTV dabei. Bei vielen Kämpfen in der Nähe stehen unseren Wettkämpfern nur Trainer und Co-Trainer zur Seite. Trainer Branko konnte aus familiären Gründen nicht dabei sein.

Vor offiziell 600 Zuschauern – der eigene Eindruck sagt, da wurde jeder Anwesende dreimal gezählt – waren insgesamt zwölf Kämpfe angesetzt, fünf davon Frauenkämpfe, sieben Männerduelle. Deni sollte den drittletzten Kampf bestreiten, das hieß zwar einige spannende



Deni Filipovic (in Rot) im Kampf um den Bayerischen Meistertitel gegen Munir Yalani



© Fotos: Heinrich Haberstock

Kämpfe ansehen, aber auch lange warten. Die Zuschauer spekulierten, dass vielleicht der eine oder andere Kampf frühzeitig durch KO enden würde. Alle Boxer kämpften jedoch technisch und taktisch so hochwertig, kaum einer lauerte auf den „lucky punch“ und wenn doch, wusste sich der Gegner zu wehren, dass alle Kämpfe über volle drei Runden gingen und nach Punkten entschieden wurden.

Viertel nach neun hieß es: „in der roten Ecke Daniel Filipovic vom MTV 1879 München!“ Sofort war alle Aufmerksamkeit auf den Ring gerichtet, unser Deni lief ein. Seine Bilanz bis dahin: 59 Kämpfe, 38 Siege. Sein Gegner war Munir Yalani vom BC Piccolo Fürstenfeldbruck, 16 Kämpfe, davon 13 Siege. Die beiden waren sich vorher im Ring noch nicht begegnet, Deni hatte bisher in der Leistungsklasse A (über 14 Siege) gekämpft, Munir in der B (7 bis 14 Siege). Ein unbekannter Gegner.

„Ring frei zur ersten Runde!“, und „Box!“: sofort trafen die beiden Boxer in der Ringmitte aufeinander, tasteten sich ab. Munirs Taktik war offensichtlich. Beide Fäuste in der Doppeldeckung oben, den Kopf gesenkt rückte er vor, suchte die Nahdistanz, drängte Deni in den Infight. Kaum

setzte Deni, der sich in der Halbdistanz am wohlsten fühlt, einen halben Schritt zurück, rückte Munir nach. Unser Boxer hatte kaum Zeit einen Schlag, geschweige denn eine Kombination anzubringen. Deni gab alles, versuchte auch mal nach vorne zu gehen, seinen Gegner aus dem Konzept zu bringen. Vergebens. Unerschütterlich stand der Bruker in der Doppeldeckung, rückte nach, setzte Einzelschläge.

In der zweiten Runde blieb Denis Gegner bei seiner Taktik. Deni stellte sich um: er ließ ihn nicht mehr so nah rankommen, schlug seine Kombinationen und hielt den Abstand. Munir konnte nur noch einzelne Treffer landen, setzte nach, kassierte. Beide Boxer arbeiteten hart.

Auch im letzten Durchgang machte der Kämpfer vom BC Piccolo weiter wie bisher. Wenn er auch in den meisten seiner bisherigen Kämpfe damit erfolgreich war, diesmal half es ihm nicht. Deni blieb immer in Bewegung, wich zur Seite aus, schlug Haken, setzte zurück, schlug Kombinationen. Gerade, Haken. Ließ den Anderen nicht heran, war wendiger und schneller. Eindeutig der aktivere und boxerisch vielfältigere Kämpfer. Das sahen auch die Punktrichter so. Am Ende hieß es „Sieger nach Punkten und damit Bayerischer Meister 2019 im Mittelgewicht die rote Ecke: Daniel Filipovic!“ Ein mit der richtigen Taktik und viel Ausdauer erarbeiteter Sieg. Sein 60. Kampf, Sieg Nr. 39! Herzlichen Glückwunsch zu diesem großartigen Erfolg, Deni!

Wir wünschen auch dem Trainerteam um Branko Djuric und ihren Wettkämpfern, allen voran unserem Bayerischen Meister Deni, noch viele weitere Titel!

:: Matthias Kübler





Daniel Filipovic – Boxer und Familienmensch



Erfolgreich im Sport, genug Zeit für die Familie und dann ist da noch der Job. Wie schafft man das? Daniel Filipovic, amtierender Bayerischer Meister im Olympischen Boxen im Mittelgewicht (-75 kg) ist das gelungen.

Daniel, kurz Deni, boxt seit seinem elften Lebensjahr. Geboren ist der gelernte

Maurer am 26. Juli 1995 in München, aufgewachsen in Dachau, wo er heute mit seiner Frau und seinen zwei Söhnen (zwei und drei Jahre alt) lebt.

Als Kind war er oft wild und konnte sich manchmal schwer beherrschen. 2006 hat er dann beim damaligen ASV Dachau mit dem Boxsport angefangen. Das Boxen macht ihn ausgeglichener, ruhiger und lehrt ihn Disziplin. Es ist sein Sport. Schon 2007 erkämpft er den ersten Erfolg und wird Oberbayerischer Meister in seiner Alters- und Gewichtsklasse. 2011 und 2013 erringt er den Titel auf der Südbayerischen Meisterschaft.

2012 wechselt er zum MTV, wird fortan von Branko Djuricic trainiert. Allerdings sind in den Jahren 2013 bis 2015 erst einmal Aus-

bildung und Job wichtiger. Auch in dieser Zeit geht er regelmäßig ins Training, macht aber eine Pause bei den Wettkämpfen. Kaum hat er wieder Luft, dreht er auf, wird 2017, 2018 und 2019 Oberbayerischer Meister, gewinnt 2018 zum ersten Mal die Bayerische Meisterschaft und verteidigt den Titel dieses Jahr (s. Artikel) erfolgreich.

Seine Perspektive geht über Bayern hinaus, die Teilnahme an der Deutschen Meisterschaft, aber auch international zu boxen sind seine Ziele. Im Frühjahr 2019 boxte er für Loznica, die Heimatstadt seines Trainers Branko, bei der Serbischen Meisterschaft in Proklupje mit.

Der Erfolg kommt nicht von allein. Sein Kampfgewicht hält er mit gesundem, frischen Essen, er meidet Fastfood und Kohlenhydrate. Sechsmal in der Woche im Boxkeller, dazu zwei- bis dreimal Laufen und Beweglichkeitstraining und allgemeine Athletik. Trotzdem nimmt er sich viel Zeit für seine Familie, er verbringt jede freie Minute mit seinen beiden Jungs. Anders als seine Eltern und seine Frau, die sich um seine Gesundheit sorgen, sind seine Söhne restlos begeistert vom Boxen. Deni würde sich freuen, wenn die beiden irgendwann einmal in den Ring steigen würden.

Für ihn ist das Boxen der beste Sport, um zu lernen, wie man sich durchbeißt. Er selbst und seine Erfolge sind das beste Beispiel dafür. Wir gratulieren ihm zum Erreichten und wünschen ihm noch viele Siege!

:: Matthias Kübler

Zöttl

Münchner Brotzeit

Typisch Bayerisch. Immer Frisch.
Unsere Honig-Senf Breze.

#MuenchnerBrotzeit

ZÖTTLS MÜNCHNER BROTTZEIT ZUM GENIESSEN

Serviervorschlag



Mädchenboxer

Zur Klarstellung – es geht hier nicht um Mädchen, die in bestimmten Situationen gerne Boxershorts tragen! Es geht um die Art von Männern, denen man lieber aus dem Weg geht.

Nicht aus Angst, sondern weil man sie bereits als verwöhnte Jungs von der Schule kennt: Streber, Mamabubis. Verzogen, aber teuer gekleidet. Feig, aber erfolgreich im großen Business. Na klar hat das mit Neid zu tun. Aber vor allem mit Ungerechtigkeit und damit gilt es klar zu kommen. Das gilt fürs ganze Leben. Jetzt auch wieder.

Ein Neuer beim Boxtraining. Unsicher flackernde Augen, aber elegant, gutaussehend. Fünf Minuten Seilspringen wird die Fronten klären. Natürlich kann er nicht mithalten. Wir alle konnten es am Anfang auch nicht. Er atmet hart, mit offenem Mund. Da muss er durch, da hilft ihm niemand. Wir verteilen dunkle quadratische Polster, legen sie auf unsere Bäuche, damit der andere mit den Fäusten, mit dem Ellenbogen drischt. Ausdauer schaffen. Dann Partnerwechsel, der andere stellt sich auf das Polster, muss seine Balance finden. Der darunter muss es aushalten, brav sein, dabei lächeln.

Wir stehen wieder, nasse Kleidung, Strom in den Venen. Der Neue lebt noch, ist noch unter uns. Er packt seine Boxhandschuhe aus, frisches Leder. Lockeres Sparring. Viele Hände, dabei immer auf die Schultern sehen, in die anderen Augen, in die Absichten des Gegners. Das kennt der Neue nicht, da wird er eine Menge einstecken müssen. Hier kommt keine Mama, wenn es weh tut und schimpft die bösen Jungs und Mädchen. Doch der Neue bleibt stehen, kommt immer wieder zurück. Er lernt Respekt vor dem Gegenüber zu haben. Ganz egal, wer es ist. Hier zählt nicht der soziale Status, hier gilt die Hierarchie des Kampfes. Die Party wird nun förmlich. Partnerwechsel beim Sparring.



Der Neue wird jedem „vorgestellt“. Kurzes Nicken, flüchtiges Abtättscheln. Nicht jeder nimmt den Druck aus den Fäusten. Harter, gemeiner Schulhof. Das bekommt man nicht aus der Seele, warum auch! Das muss der Andere aushalten, warum nicht! Die Guten unter uns atmen locker, haben Glück im Hirn. Alle räumen Hanteln, Seile, Matten auf, sprechen dabei leise über schnelles, hartes Schlagen. Über das was es immer wieder zu lernen gilt, was also nie aufhört. Der Boxgym macht still. Der Neue wird wieder kommen, er wird dazu gehören.

:: Hans Melzer

www.mtv-muenchen.de

 **Münchener Bank eG**



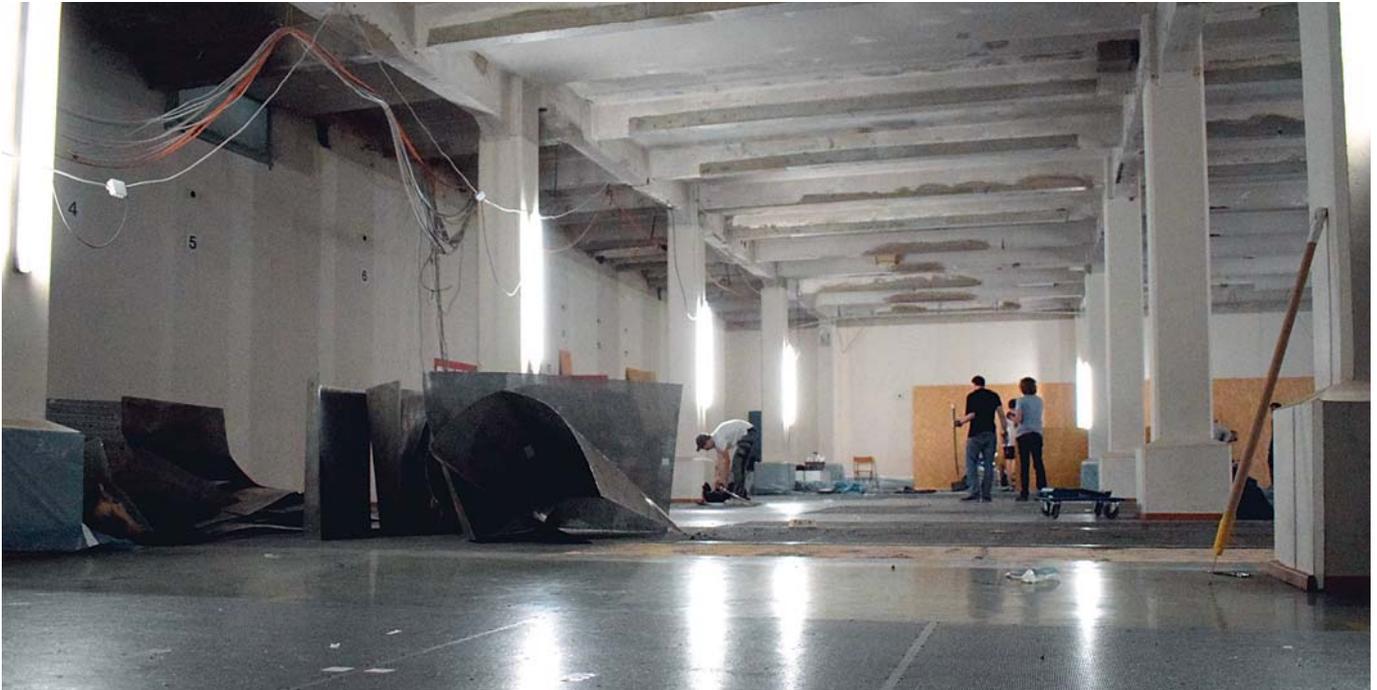
**In München...
wird aus nebeneinander
ein Miteinander.**

Werden Sie Crowdfunder.
Unterstützen Sie das Pro-
jekt von MTV 1879 e.V.

muenchner-bank.viele-schaffen-mehr.de



Kampf mit der Fechtbahn



Das (ehemalige) Fechtthalle

Wir zerstören unseren Fechtssaal selbst

Vor dem Beginn der Sanierungsarbeiten in der Fechtthalle mussten die fest installierten Fechtbahnen abgebaut werden. Durch den kompletten Abbruch der Hallendecke (zugleich Fußboden der darüber liegenden großen Halle) und für das aus diesem Zweck einzubringende Stützgerüst ist es nötig, den kompletten Hallenboden zu entfernen. Wir haben die Bahnen selbst abmontiert, zum einen, um unserem Verein die Kosten der Demontage zu ersparen, zum anderen, weil die Hoffnung besteht die teuren Alu-Segmente wieder verwenden zu können. Drei volle Tage im Juli wurde mit vereinten Kräften geschraubt und gerissen, gestemmt und geschleppt.



Demontage Fechtbahn

(Bild: C.Mazzola)

Unsere Halle im Keller war schon zu Beginn voll Baustaub, und kaum zu lüften, da die Fenster für den Umbau schon abgedeckt waren. Der Abrieb von den Fechtbahnen verteilte sich im Laufe der Tage in schwarzen Schlieren auf Armen und Gesichtern, und die Abrisstruppe sah nach getaner Arbeit aus, als wäre sie aus der Zeche gestiegen. Zuerst musste vorab der - für die bislang geplanten, aber nicht umgesetzten - Bauarbeiten eingebrachte Schutzboden aus Pressspan abgenommen und eingelagert werden, und der bislang entstandene Bauschutt entfernt werden. Dann ging es mit Akkuschauber, Kuhfuß, Vorschlaghammer und breiten Stemmeisen an die Aluplatten. Insgesamt mehr als 10.000 Schrauben bei 14 Bahnen zu je 14 Metern mussten rausgedreht werden, nicht alle davon wollten sich freiwillig aus ihrem Jahrzehnte altem Bett lösen. Die Bahnen waren zudem zum Teil fest mit den darunterliegenden Holzplatten verklebt und widersetzten sich erheblich gegen die rohen Kräfte. Das rabiate Training brachte dann wohl auch manchem Physiotherapeuten die Kundschaft ins Haus.

Die brauchbaren Elemente werden eingelagert und nach Begutachtung durch Fachleute gegebenenfalls wieder eingebaut. Eine neue Meldeanlage (für die Anzeige der Treffer), die durch die Hallensanierung nötig wird, liegt bei ca. 40.000,00 Euro, die Metallbahnen und deren Montage kosten nochmal so viel. Ebenso muss dann ein neuer Schwingboden eingebracht werden. Der Hauptverein wird für den Fechtssaal einen Zuschussantrag stellen, jedoch bleibt noch ein erheblicher Anteil übrig, der aus der MTV Kasse bezahlt werden muss.



Hallenhopping

Wie die meisten anderen Abteilungen des MTV kann auch die Fecht-Abteilung derzeit diverse interessante Sporthallen Münchens von innen kennenlernen. Bis zu den Pfingstferien konnten wir eine Halle am Harras nutzen, dann gab es ein zweiwöchiges Intermezzo im Theresien-Gymnasium am Goetheplatz. Vor und nach den Sommerferien sind wir zu Gast in einer Halle mit Hangar-Maßen in der Gaißbacher Straße (am U-Bahnhof Brudermühlstraße). In den Sommerferien gibt es Trainings-Einheiten in der Turnhalle des Luisengymnasiums (am Hauptbahnhof), bzw. auch wieder ein Trainingslager in der Anlage an

der Werdenfelsstraße. Nach den Herbstferien geht das Training voraussichtlich in der Sporthalle des Wilhelmsgymnasiums im Lehel weiter.

Die Trainingszeiten werden jeweils immer den verfügbaren Hallenzeiten angepasst. Es könnte für die Wintersaison magerer mit den Trainingsstunden werden, da dann auch alle anderen Sportarten wieder in die Innenräume drücken, und wir uns mit vielen anderen, die derzeit draußen trainieren können, die verfügbaren Zeiten teilen müssen.



Training in der Gaißbacher Straße

SPONSOREN

Augustiner Brauerei
Vereinsgaststätten

**DAV Sektion
MTV-München e.V.**
Häberlstraße 11 b, München

Münchner Bank eG
Finanzpartner

Fahrschule Schwarz
Ehrwalder Str. 5 + Pognerstr. 38,
München

WISAG Facility Management Bayern GmbH & Co. KG
Facility Management Bayern GmbH

Zöttl Bäckerei Konditorei
Waltherstraße 16, München



Joschi 20 Jahre im MTV – Entwicklung der Fitnessabteilung



Im Sommer 1999 waren einige der heutigen Fitnesstrainer/-innen unseres MTV noch gar nicht geboren oder den Windeln gerade entwachsen.

Die Fitnessabteilung hatte ihr Domizil im Fitnessraum im Keller und sieben Cardiogeräte standen auf der Galerie. Joschi stellte sich und sein Konzept eines betreuten, kontrollierten Trainings der

Vorstandschaft vor und durfte loslegen.

Im Lauf der Jahre wurde viel umgestaltet und meist durch Eigenleistung und Mitwirken des Trainerteams und einiger Mitglieder realisiert. „Dass wir mit unserem Konzept so erfolgreich sein würden, konnte ich damals auch noch nicht ahnen“, erinnert sich Joschi heute.

Die Eingangstestung und Anamnese (nach einem Jahr auch in einem eigenen Testraum) wurden verfeinert und verbessert. Die Trainingsplanungssoftware konnte im Lauf der Jahre von 1500 auf über 4000 Übungen erweitert werden. Viele Trainergenerationen sind in den letzten 20 Jahren unter Joschis Händen ausgebildet worden und wurden dadurch fit gemacht für die Betreuung unserer Mitglieder. Unser Trainerteam 2019 zeigt die Vielfältigkeit der Charaktere und der Ausbildungen. Wir werden in den folgenden Ausgaben die Trainer/-innen einzeln vorstellen.

Auf dem Gruppenbild unten sind dank unseres Fotografen Helmut (fast) alle abgebildet.

Neben dem Trainerteam, unserem wichtigsten Baustein einer erfolgreichen Betreuung und eines abwechslungsreichen Trainings, verbessern wir kontinuierlich unsere Trainingsbereiche.

2002 wurde die Galerie komplett vom Fitnessbereich übernommen und dort ein Büro gebaut.

2012 konnte (endlich) der nicht geeignete Teppichboden entfernt werden und nach einer aufwendigen Sanierung ein neuer Polyurethan-Boden eingegossen werden.

2013 stand die Renovierung des Fitnessraums UG an. Neuer Boden, zwei Heberflächen und eine künstlerische Wandgestaltung – danke Petros – gaben dem Raum ein ganz neues Gesicht.

2013/2014 wurde der Cardibereich komplett erneuert und mit Top-Geräten der Firma Precor ausgestattet.

Auch das „Funktionelle Training“ darf bei uns nicht zu kurz kommen. Marcel Sayle entwickelte in Zusammenarbeit mit Joschi seine Sayle Seile, ein Highend-Schlingensystem, mit dem wir mittlerweile schon viele von euch „quälen“ konnten.

Alle kleinen Verbesserungen und Erweiterungen würden den Rahmen des Artikels sprengen. Die alten Hasen unter euch erinnern sich noch daran. Wir versuchen die Trainingsmöglichkeiten weiter zu verbessern nach dem Motto „Stillstand ist ein Rückschritt“.

Im Moment gehen wir wohl durch die schwerste Phase der letzten 20 Jahre.

Die Großbaustelle im gesamten Gebäude wird uns noch mindestens ein halbes Jahr im Griff haben.

Der Trainingsbetrieb kann trotzdem relativ normal weiterlaufen. Als kleines „Trostpflaster“ sind in den kommenden Wochen und Monaten einige „Zuckerl“ für euch geplant.

- Aktionen: Mineraldrinks, Schorlen und Probierriegel „for free“
- betreutes Kleingruppen-Training zur Mittagszeit „Lunchbreak Workout“
- und die Aktion „Mitglieder werben Mitglieder“, bei der der Werber 3 Monate freie Fitness-Nutzung bekommt und das Neumitglied keine Aufnahmegebühren (weder HV noch Fitness) und einen Monat keinen Fitness-Beitrag zahlt. Oben drauf bekommt jedes Fitness-Neumitglied auch noch ein MTV Handtuch. Näheres entnehmt bitte den Aushängen oder holt euch die Informationen direkt bei unserem Fitnessteam.

Weiterhin viel Spaß beim Training in der Fitnessabteilung.

:: Euer Joschi





Ab ins Heu



Florian Dull
Abteilungsleiter

Die Fußballer des 2011er Jahrgangs haben sich im Jahr zuvor in der neuen Spielform „FUNINO“ prima behauptet und diese Saison kamen zwei Mannschaften in den Ligaspielbetrieb aufs „große Spielfeld“.

Die Ligaeinteilung zu Beginn durch den BFV findet basierend der Einschätzung der Spielstärke durch die jeweiligen Trainer statt. Leider sind viele Mannschaften in der Gruppe von Team B unterbewertet worden, sodass wir teil-



weise Gegner in der Stärke von unserem Team A vorfanden, die sich in der Rückrunde nicht mehr in dieser, sondern in einer spielstärkeren Gruppe wiederfanden.

Team B hatte hierdurch einen schweren Start, sodass trotz des immer da gewesenen Einsatzes und Kampfgeistes die Gegner sehr oft individuell und spielerisch überlegen waren. Aber die Jungs haben den Kopf nicht in den Sand gesteckt und fleißig weiter trainiert, was auch den einen oder anderen verdienten Sieg zur Folge hatte!

Team A hat sich hingegen sehr schnell in der Gruppe mit Spielstärke „normal“ zurecht gefunden und sich verdientermaßen in die Spielstärke „stark“ zur Rückrunde hochgespielt.

Nach einigen Hallenturnieren der Spielstärke „stark“, bei denen die Jungs von Team A+B gemischt teil-



nahmen und als Bestplatzierung auch einen 3. Platz bei unseren Nachbarn und Freunden des TSV Neuried belegten – worauf alle stolz sein können – startete die Rückrunde.

Die Rückrunde ist etwas turbulenter verlaufen. Für Team B konnte keine wesentliche Verbesserung verzeichnet werden, was die neue Gruppeneinteilung betraf.

Der Negativpunkt der Saison: Team A musste auf Grund von einigen kurzfristigen Abgängen mitten im Spielbetrieb der Rückrunde zurückgezogen werden. Diese wurde mit einer „gemischten“ Mannschaft zu Ende gespielt.

Zu Beginn hat das Zusammenspiel noch nicht ganz so gut geklappt, da die Trainingsschwerpunkte zuvor auch getrennt waren. Dies ist jedoch von Woche zu Woche besser geworden! Wir hatten zwar teilweise wieder starke Gegner vorgefunden, jedoch waren wir nie chancenlos und haben uns auch bei den Niederlagen meist sehr gut geschlagen. An die Konstanz der guten Leistungen in den letzten Spielen werden wir in der kommenden Saison nahtlos anknüpfen!





Der Abschluss der turbulenten Saison war ein Wochenendausflug nach Leipheim. Am dortigen Campingplatz verbrachte die Mannschaft mit ihrem Trainer und zwei weiteren Papas zwei tolle Nächte im dortigen „Heuhotel“.

Die erste Reaktion eines Spielers nach Ankunft:

Spieler: „Hier ist ja wirklich Heu?!“

Trainer: „Ja klar, sagte ich doch mehrfach.“

Spieler: „Ich dachte, das sei nur ein Name!“

Mit einer fußballfreien Freizeitgestaltung mit viel Spiel und Gaudi wie Spielstationen, Ausflug zur angrenzenden Straußenfarm, Schwimmen und einer nächtlichen Schatzsuche mit diversen Rätseln hatten die Spieler endlich die Gelegenheit, sich außerhalb des Fußballplatzes besser kennen zu lernen und sich auch mal ohne einen Ball auszutoben.



Ich möchte mich an dieser Stelle bei allen Eltern und helfenden Händen bedanken, die immer da sind, wenn man sie braucht! So – und nur so – ist es möglich den Spielbetrieb aufrecht zu erhalten und Events zu veranstalten.

Ich freue mich auf die kommende Saison mit all ihren Herausforderungen und wünsche allen bis dahin eine schöne Zeit!

:: Euer Trainer David





Neues aus der Gymnastikabteilung



Sandra Schäfer
Abteilungsleiterin

Zunächst einmal möchten wir uns recht herzlich bei Joschi bedanken. Durch seinen Einsatz, sein Engagement und die Vielfalt an Ideen hat er unsere Abteilung in den vergangenen 20 Jahren mit aufgebaut und nachhaltig geprägt. Er war nicht nur die erste Kontaktstelle für unsere TrainerInnen, sondern hat sich außerdem tatkräftig um alle Anliegen vor Ort gekümmert und uns jederzeit mit Rat und Tat beiseite gestanden und aktiv unterstützt. Wir blicken zurück auf eine tolle Zusammenarbeit und bedanken uns für die gute Zeit.

Neues Gesicht

Seit Anfang August unterstützt uns nun Milena Aberl als hauptamtliche Mitarbeiterin in der Gymnastikabteilung. Milena tritt damit Joschis Nachfolge an und wird sich zukünftig um die Belange der Abteilung kümmern. Im Fokus steht dabei unter anderem der Ausbau des Gymnastikprogramms sowie die Optimierung der Vertretung der Gymnastikstunden, um den Stundenausfall zu reduzieren.

Gemeinsam mit vereinten Kräften werden wir auch weiterhin versuchen, euch trotz der derzeitigen, hauptsächlich baulich bedingten Herausforderungen, ein gutes und abwechslungsreiches Gymnastikangebot zu bieten. Demnach gab es, nach erfolgreicher Premiere im letzten Jahr, auch diesen Sommer wieder Sport am Kulturstrand – mit einem Angebot von Yoga über High Intensity Interval Training bis hin zu Move & Dance und Functional Training haben unsere TrainerInnen die Teilnehmer zum Schwitzen gebracht. Hier geht ein großer Dank an Michi, der sich darum kümmert, dass uns Hallen zur Verfügung stehen und wir wieder Sport am Kulturstrand anbieten konnten.

Einführung Gymnastik-Beitrag

Um die Festanstellung zu ermöglichen und die Gymnastikabteilung im Sinne der Mitglieder weiterzuentwickeln, wurde von unseren Mitgliedern in der diesjährigen Mitgliederversammlung der Gymnastikabteilung am 11. April 2019 die Einführung eines Abteilungsbeitrags zum 01.01.2020 beschlossen. Der reguläre Beitrag wird 6 pro Monat betragen, der ermäßigte Beitrag 3 pro Monat - Fitness-Mitglieder können das Gymnastik-Angebot kostenlos nutzen. Mitglieder, die am Gymnastikprogramm teilnehmen, aber noch nicht für die Abteilung Gymnastik angemeldet sind, möchten dies doch bitte nachholen.

An dieser Stelle möchten wir uns herzlich bei unseren Mitgliedern für das entgegengebrachte Vertrauen bedanken.

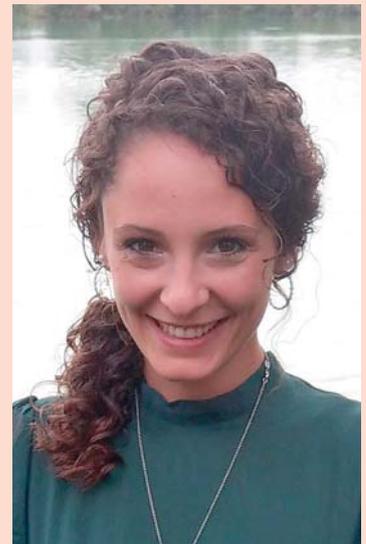
Wir freuen uns, wenn ihr weiterhin fleißig unser Angebot nutzt. Eure Ideen für die Weiterentwicklung könnt ihr uns jederzeit mitteilen – ent-

weder per Mail an gymnastik@mtv-muenchen.de oder auch über die Ideenbox. Gerne könnt ihr natürlich auch eure Kritik über diesen Weg loswerden. Wir werden eure Anregungen dann intern besprechen und versuchen, soweit es geht, umzusetzen.

:: Das Abteilungsleitungsteam

Vorstellung Milena

Hallo allerseits, mein Name ist Milena Aberl und seit dem 1.8.2019 bin ich neu im Team des MTV München. Während meines Studiums bestand schon früh der Wunsch in einem großen Verein tätig zu sein. Nun ist dieser Wunsch mit dem MTV München in Erfüllung gegangen.



In meiner Freizeit bin ich immer viel in Bewegung – sei's in den Bergen oder aber in der Halle beim Tanzen, wobei es meine Leidenschaft ist, diese Begeisterung für Bewegung an Zielgruppen jeden Alters weiter zu geben.

Im Rahmen meiner Tätigkeit in der Organisation der Gymnastikabteilung bin ich Ansprechpartner rund um das Kursangebot und für Trainer. Ich bin zuständig für das Vertretungssystem, die Trainerkoordination und -akquise. Dabei möchte ich das Angebot der Gymnastikkurse stets abwechslungsreich und spannend gestalten, um für jeden ein optimales Training anbieten zu können.

Zu meinen weiteren Aufgaben gehört der Aufbau eines Angebots aus dem Bereich des Rehasports. So möchte ich im Laufe des kommenden Jahres mehrere Rehasportgruppen mit unterschiedlichen Schwerpunkten in das Gymnastikprogramm integrieren.

Solltet ihr noch Fragen oder Anregungen haben, könnt ihr euch gerne jederzeit bei mir melden. Auch wenn jemand von euch Lust hat, selber als Trainer aktiv zu werden, freue ich mich auf eure Nachricht:

Milena.aberl@mtv-muenchen.de

Ich freue mich schon sehr auf das Miteinander mit Mitgliedern und Trainern.

Eure Milena



Bericht der Handballabteilung



Helmut Gruber
Abteilungsleiter

Die Sommerpause ist nun beendet und die Mannschaften bereiten sich im September auf die neue Hallensaison 2019/20 vor. In dieser Saison haben wir vier Jugendmannschaften (männl. C-, männl. D-, männl. E-Jugend und Minis) im Spielbetrieb angemeldet. Bei unseren Jüngsten wird dies als ein Spielfest ausgetragen. Das Spielfeld ist kleiner

und es werden auch neben Handball noch andere Wettbewerbsspiele ausgetragen. Ebenso spielen die Minis mit vier Spielern und einem Torwart.

In der Saison 2019/10 hat sich die männl. C-Jugend für die ÜBOL und die männl. D-Jugend für die Bezirksliga qualifiziert.

Den Mannschaften wünschen wir für die kommende Saison einen guten Start.

Da bei uns Sommerpause war, haben wir auch nicht viel zu berichten. Die Spiele der Saison 2019/20 stehen bereits seit Anfang August in dem Portal nuliga. Dort kann man die Spieltage und Neuigkeiten nachlesen.

Unser 1. Heimspieltag ist am 29.09.2019 um 14:00 Uhr. Wann unsere E- und Miniturniere stattfinden, steht vom Verband aus noch nicht fest. Wir haben aber für die männl. E-Jugend einen Spieltag geplant.

Bevor es aber in die Sommerpause ging, haben unsere Mannschaften beim Forstenrieder Handballtag am 13/14.7.2019 teilgenommen.

Minis (4–7 Jahre)

Fangen wir mit den Jüngsten an. Treffpunkt war um 8:30 beim TSV Forstenried. Die Einteilung der Gruppen hatten wir schon einige Tage vorab erhalten. Somit mussten die Minis schon um 9:15 zum ersten Spiel antreten. Da nach Ostern sehr viele Spieler in die E-Jugend vorrückten, hat die neue Mannschaft erst einmal 4:1 verloren. Bei den nächsten Spielen hat die Mannschaft schon besser miteinander gespielt. Die beiden Tormänner Loris und Levin haben die Mannschaft durch ihre guten Paraden gut im Spiel gehalten. Trotzdem wurden die beiden Spiele verloren. Nach der Mittagspause gab es dann die Platzierungsspiele. Da konnte man gegen die HSG Isar-Loisach ein Unentschieden erreichen. Ein Spiel musste man noch spielen. Damit man nicht den letzten Platz erreichte, strengte sich die Mannschaft an und gewann das letzte Spiel gegen den TSV Haar. Da bei den Nachmittagspielen zwischendurch der Regen einsetzte, verzögerte sich das Turnier. So gegen 17 Uhr fand dann die Siegerehrung statt. Für die Kleinen und die E-Jugend war es ein langer Turniertag, aber auch eine Vorbereitung für die Hallensaison.

Trainingszeit: Mittwoch 16:30 – 17:30 Uhr

E-Jugend

Wie die Minis war auch die E-Jugend bei diesem Turnier vertreten. Wenn die Kleinen nicht gerade spielten, feuerten sie natürlich unsere Mannschaft an. Da auch die E-Jugend aus neuen Spielern besteht, war es auch für diese Mannschaft eine Vorbereitung auf die Hallensaison. Die Mannschaft hat zwei Spiele gewonnen und zwei verloren. Zum Schluss hat die Mannschaft um den 5. Platz gekämpft. Aber bei den letzten beiden Spielen hat es stark geregnet, teilweise wurden sie auch unterbrochen. Das entscheidende Spiel endete dann unentschieden. Ein 7-Meter-Werfen wurde angesagt. Dabei hatte unsere Mannschaft Pech gehabt. Bei zehn Mannschaften war dies ein gutes Ergebnis.

Trainingszeit: Mittwoch 16:30-18:00 Uhr

Männl. D-Jugend

Zur neuen Saison 19/20 wechselte nahezu die gesamte bisherige D-Mannschaft in die C-Jugend. Die neue D-Mannschaft besteht nun hauptsächlich aus Spielern des Jahrgangs 2008 und ist damit in der Liga vergleichsweise jung. Im Frühjahr gab es einige Neuzugänge, die rund um die „alten Hasen“ Cedric, Fabian, Gordon, Moritz, Ole und Tom (manche sind schon sieben Jahre dabei) für tolle Verstärkung sorgen. Damit steht eine hochmotivierte D-Jugend in den Startlöchern, die von Marie und Lissy engagiert trainiert und betreut wird.



Am 25.05.2019 fand das erste Qualiturnier in der heimischen MTV-Halle statt. Beim ersten Spiel gegen HSG West zeigte sich noch klar die neue Zusammensetzung der Mannschaft. Zusammenspiele klapperten nicht optimal und so blieben Chancen ungenutzt. Die zweite Niederlage folgte gegen die deutlich stärkere Mannschaft von HT München II. Der klare Sieg gegen TSV Großhadern brachte schließlich die Wende. Im vierten Spiel gegen die stärkste Mannschaft des Turniers, VfR Garching, konnte man ein kämpferisches, gemeinsam agierendes MTV-Team beobachten, das lediglich knapp verlor.

Im zweiten Qualiturnier am 30.06.2019 in Haar fand das MTV-Team schnell ins Spiel und konnte mit einer prima Mannschaftsleistung einen Sieg gegen TSV Haar erringen. Sogar gegen die starke und er-



fahrene SG Salzburg stand es in der Halbzeit noch 9:9, bevor die Gegner dann aber verdient gewannen. Es folgte noch eine Niederlage gegen den SV Laim sowie ein Sieg gegen den TSV Schliersee. Damit konnte sich die D-Jugend letztlich für die Bezirksliga qualifizieren.



Beim diesjährigen Handballturnier des TSV Forstenried erreichte die D-Mannschaft einen hervorragenden dritten Platz.

Wir blicken einer spannenden Saison 19/20 entgegen. Das erste Heimspiel der Jungs ist am 22.9.19 um 15 Uhr und am 20.10.19 um 16 Uhr in unserer Halle in der Werdenfelsstraße. Auf Zuschauer würden wir uns freuen.

Trainingszeit: Dienstag von 17 Uhr bis 18:30 Uhr

Männl. C-Jugend

Wie schon in dem Bericht der D-Jugend erwähnt, spielt die alte Mannschaft nun ab der neuen Saison 2019/2020 in der C-Jugend. Bei den Qualturnieren konnte die Mannschaft ihr Ziel erreichen und spielt in der neuen Hallensaison 2019/20 in der ÜBOL. Das erste Heimspiel der C-Jugend ist am 20.10.2019 um 14 Uhr. Danach spielt auch unsere D-Jugend.

Wie die anderen Mannschaften nahm auch die C-Jugend bei dem Turnier in Forstenried teil. Das Wetter am Sonntag war besser als am Samstag. Auch für diese Mannschaft war es eine Vorbereitung. Diese lief nicht so gut, wie sich Sebastian das gedacht hatte. Es war nur der 8. Platz möglich.

Die Mannschaft hat sich zum Saisonende ein Zeltlager in Berchtesgaden ausgesucht.

**Trainingszeit: Dienstag von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr
Mittwoch von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr**

Hier der Bericht von Daniel und Pauli:

Teamwochenende der Handball-C-Jugend

Am Freitagnachmittag ging es los. Wir trafen uns am MTV-Parkplatz in der Werdenfelsstraße. Nachdem neun aufgeregte Handballjungs, zwei Elternbegleiter und unser Trainer Sebastian alles in die Autos verstaut hatten, fuhren wir los. Nach ca. zwei Stunden kamen wir am



Campingplatz Winkl-Landthal in der Nähe von Berchtesgaden an. Unterwegs gab es eine kleine Verzögerung, weil einem der Spieler im Bus schlecht wurde. Am Campingplatz angekommen hatten wir schnell unsere vier Zelte aufgebaut. Nach einer Stärkung mit Grillwürsteln in der Semmel spielten wir dann noch Räuber und Gendarm und eine Runde „Werwölfe“. So um 23 Uhr sind wir zum Schlafen in unsere Zelte gekrochen. Am nächsten Tag ging es nach einem kurzen Frühstück recht früh los. In Dürrnberg in der Nähe von Salzburg wartete die Sommerrodelbahn „Keltenblitz“ auf uns. Für zwei Jungs war der Wanderweg hinauf etwas zu anstrengend und sie trödelten ein wenig. Oben am Zinkenkogel angekommen ging es dann zweimal die 2,2 km lange Strecke den Berg hinab (beim zweiten Mal sind wir mit dem Lift den Berg hochgefahren)!. Den Nachmittag verbrachten wir im Hochseilgarten in Anif. Der nebenan liegende Badesee war sehr verlockend, aber leider hat uns unser Trainer nicht baden lassen. Zurück am Campingplatz spielten wir „capture the flag“. Leider fing es am späten





Abend plötzlich an zu stürmen und nachdem wir alles regensicher verstaut hatten, zogen wir uns in das größte Zelt zurück und spielten wieder „Werwölfe“. Durch den Regen konnten wir uns immerhin das Duschen sparen! Am Sonntag mussten wir dann leider auch im Regen unsere Zelte zusammenpacken. Bevor es nach Hause ging besuchten wir noch das Salzbergwerk in Berchtesgaden. Wieder in München angekommen haben wir das tolle Wochenende mit einem Treffen mit unseren Eltern im Hopfengarten ausklingen lassen.

Daniel und Pauli Bauer

Herrenmannschaft

Unsere Herrenmannschaft hat noch immer nicht genug Spieler, um sich zum Spielbetrieb anzumelden. Wir hoffen nun, dass die Spieler aus der A-Jugend zu unserer Herrenmannschaft zurückkehren. Das wäre mal wieder ein Aufschwung für die Mannschaft. Die Trainingszeit der Mannschaft hat sich nun auch geändert. Vorübergehend müssen wir die Halle dienstags an unsere Volleyballmannschaft für ihr Training abgeben, bis die Halle in der Häberlstraße fertig saniert ist.

Trainingszeit: Mittwoch von 19:30 bis 21:30 Uhr

Im Mädchenbereich haben wir wenig Zulauf. In den kleinen Mannschaften Minis und E-Jugend sind einige Mädchen dazugekommen. Um eine weibl. E-Jugend melden zu können, brauchen wir noch Nachwuchs. Liebe Mädels, wer Lust hat, probiert doch mal das Handballspielen aus. Wir freuen uns auf euch.

Training ist immer Mittwoch von 16:30 Uhr bis 18 Uhr

Ich danke vor allem den Trainern, die sich für die Jugendmannschaften engagieren und uns unterstützen. Ein großes Dankeschön an den Eltern, die sich für Kampfgericht, Verkauf und Fahrten zu Auswärtsspielen zur Verfügung stellen. Ihr seid uns eine große Hilfe.

den Eltern der C-Jugend, die die Organisation für das Zeltwochenende übernommen haben, vielen, vielen Dank!

:: Handballabteilung

Der MTV München von 1879 e.V. wird gefördert



vom
Freistaat
Bayern



und der
Landeshauptstadt
München





Weibliche Jugend B – Feldsaison 2019

Mit einer sensationell guten Vorrunde unserer weiblichen Jugend B gehen wir in die wohlverdiente Sommerpause. Trotz zwischen- durch etwas schwächelnder Motivation und Trainingsbeteiligung, die nach ernsten Worten der Trainer natürlich sofort wieder verfliegen war, wurde der erste Tabellenplatz mit vier Spielen und daraus resultierenden vier Siegen, 17 Toren und keinem Gegentor erreicht und somit die Verbandsligameisterschaft gesichert.

Damit ist die Sommerpause doch auf jeden Fall verdient. Nach den Sommerferien geht es weiter mit vier Entscheidungsspielen gegen die Oberligamannschaften. Wenn sich unsere Mädels weiter so stark behaupten können, ist eine Teilnahme am Bayerischen Pokal in Aussicht. Bis dahin und erholsame Sommerferien, eure weibliche Jugend B.

:: Benjamin vom Hau & Florian Singer

Mädchen A – Feldsaison 2019

Nach einer guten Saisonvorbereitung ging es schon früh gegen den ersten Gegner ASV. Dieser wurde 9:0 besiegt. Die darauffolgenden Spiele verliefen ebenfalls gut, sodass die Mannschaft sich am letzten Spieltag der Hinrunde auf dem 2. Platz der Tabelle befand. Das letzte



und entscheidende Spiel gegen ESV wurde 4:0 gewonnen. Jedoch reichte dies nicht aus, um an die Spitze der Tabelle zu gelangen. Nichtsdestotrotz lässt sich sagen, dass die Hinrunde mit 14 Punkten aus 6 Spielen und einem Torverhältnis von 22:1 sehr gelungen war. Somit hat sich die Mannschaft doch die Sommerpause wohl verdient. Nach den Sommerferien finden noch zwei wichtige Rückrundenspiele statt bevor es dann wieder in die Halle geht. Bis dahin erholsame Sommerferien, eure Mädchen A.

:: Andreij Boblest & Paul Lewald

Mädchen B – Feldsaison 2019

Zu Beginn der Saison verließen uns leider zwei unserer guten Spielerinnen, wodurch unsere Mannschaft geschwächt aus den Spielen kam.

Im Laufe der Saison meldeten sich aber immer mehr neue motivierte Spielerinnen bei uns an. Und durch viel Training, sich steigende Motivation und eine bessere Spielübersicht der Mädels gegen Ende der Saison gewannen wir dann noch die letzten Spiele. Wenn wir weiter so motiviert spielen und trainieren, steht weiteren Siegen in der Rückrunde nichts mehr im Weg.

PS: Wir suchen Verstärkung auf unserer Torhüter-Position!! Bei Interesse bitte melden oder einfach im Training vorbeischaun.

:: Hannah Strobel & Paula Brandt



Mädchen B



Mädchen C

C-Mädchen und C-Knaben

Die Mannschaften gibt es nun seit zwei Jahren. Trainiert werden sie von Jannick L. und Ludwig S.

„Für uns Trainer ist besonders wichtig, dass die Kinder Spaß am Hockey finden und gerne zu uns kommen, denn gerade im jüngeren Jugendbereich ist das viel wichtiger als durch Leistungsdruck Erfolg zu erzwingen. Nichtsdestotrotz versuchen natürlich auch wir mit optimalen Trainingsmethoden das Können der Spieler und Spielerinnen immer weiter zu verbessern.“

So folgte auf die überhaupt erste, sehr schwere Spielsaison im Sommer 2018 eine überragende Hallenszeit im Winter und auch in der aktuellen Saison sind deutliche Fortschritte erkennbar. Die Mannschaften spielen auf regionalem Verbandsliganiveau sehr gut mit und streben in den kommenden Jahren nach weiteren und größeren Erfolgen.

:: Ludwig Schindera & Jannick Lepper





Status der MTV Herrenmannschaft in der Münchener Judo Bezirksliga 2019



Klaus Laroche
Abteilungsleiter

Der letzte Bezirksliga-Kampftag für die MTV-Männermannschaft in der 2019er Saison hat bereits am 18.07.2019 gegen den SF Harteck stattgefunden und endete mit einem 13:7 Sieg für den MTV.

Nach diesem letzten Kampftag steht der MTV in der Bezirksliga-Rangliste aktuell auf dem dritten Platz.

Ob dies am Ende der 2019er Saison auch noch so sein wird, hängt von den noch ausstehenden Begegnungen der anderen Mannschaften ab, denn im Gegensatz zum Vorjahr ist die Saison noch nicht im Juli beendet, sondern erst Ende September.

Genauer gesagt wird die letzte Begegnung am 28.09.2019, inklusive Siegerehrung für alle teilgenommenen Mannschaften (in diesem Jahr sind es insgesamt fünf Mannschaften), bei den SV Stadtwerken stattfinden.

Da die Siegerehrung der Bezirksliga am gleichen Tag und Ort wie der diesjährige Wiesn Pokal stattfindet, bietet es sich natürlich für die MTV-Mannschaft an, nicht nur an der Siegerehrung teilzunehmen, sondern auch am Wiesn-Pokal (man ist ja schließlich eh schon da)...

:: Lars



Schon mal drüber nachgedacht?

„Stärke wächst nicht aus körperlicher Kraft – vielmehr aus unbeugsamem Willen.“ (Mahatma Gandhi)

Wirklich? Wenn ich ins Judo gehe und fleißig trainiere, werde ich doch stark, oder? Zu einem gewissen Anteil stimmt das schon. Aber was ist, wenn der Wille ins Judotraining zu gehen, sich dem inneren Schweinehund, der lieber auf der Couch liegt und sich berieseln lässt, beugt? Dann bleibt meine Kondition, meine Kraft und mein Können oder genauer gesagt meine Stärke auf der Strecke. Somit wird nur derjenige stark, der sich jedes Mal selber einen Tritt in den Hintern verpasst, aufrafft und ins Training geht.

Also gewinnt man an Stärke, wenn man sich durch nichts in der Welt aufhalten lässt zu trainieren. Aber heißt das automatisch, dass

man auch körperlich stark wird? Mmh, sicherlich nicht zwangsweise, aber fitter wird man schon. Und stärker! Vor allem mental! Und das ist es, worauf es im Judo wesentlich mehr ankommt als auf pure Kraft. Man kann auch Gegner taktisch und mit eisernem Willen besiegen, obwohl sie über 30 kg mehr auf die Waage bringen. Dafür gibt es lebende Beweise!

Also stählt euren Willen, lasst euch nicht durch irgendwelche Bequemlichkeiten und Ausreden vom Judotraining abhalten und haltet bis zum Ende vom Training durch. Jedesmal wenn ihr das geschafft habt, werdet ihr mental ein Stück weit stärker, und es wird euch in allen Lebenslagen einfacher gelingen an euer Wunschziel zu gelangen.

:: Martin



Bezirksturnier U11

Am 18.05. fand in München Großhadern ein Bezirksturnier für Mädchen und Jungs der Altersklasse U11 statt. Der MTV war mit erfreulich vielen Kindern am Start, einige davon bestritten ihr erstes offizielles Judoturnier. Entsprechend groß war die Nervosität bei den Kindern.

Nachdem alle über die Waage gegangen waren und damit die erste Hürde genommen war, wurde erst mal gefrühstückt – wie die Großen. :-)
Nach einem sehr guten und ausführlichen Aufwärmen mit allen Teilnehmern konnte es endlich losgehen.

Babsi und Meli verteilten sich so gut es ging über die drei Kampfplätzen, um alle Kämpfer betreuen zu können und dann ging es Schlag auf Schlag. Tapfer und mit vollem Einsatz bestritten die Jungs und Mädels ihre Kämpfe. Nach einigen Siegen und auch Niederlagen war es geschafft und alle erhielten bei der Siegerehrung Ihre Urkunden und Medaillen. Stolz und mit einer großen Portion mehr an Judoerfahrung im Gepäck als beim Ankommen am Morgen ging es für die, die wollten noch zum wohlverdienten Eis in der Eisdielen.



Beim wohlverdienten Eisessen nach dem Turnier

Wir würden uns sehr freuen, wenn wir auch beim nächsten Turnier wieder mit so vielen Kindern antreten! Denn, wenn wir beim Betreuen so richtig ins Schwitzen kommen, dann macht es am meisten Spaß. Schönen Sommer und bis bald in alter Frische.

:: Eure Trainer



Judoka der U11 beim Turnier in Großhadern



Losер-Achterbahn mit Schubs



Nicole Schick
Abteilungsleiterin

Losер-Wochenende – ein ungewöhnlicher Name für eine ungewöhnliche Tradition. Einmal im Jahr laden die Mitglieder der Kanu-Abteilung Wildwasser des MTV abenteuerlustige Verwandte und Freunde ein, um die Imster Schlucht zu paddeln. Alle, die nicht selbst Kanu fahren können – also die sogenannten Loser (der despektierliche Name möge verziehen sein, ist halt Tradition) – dürfen vorne in einem Zweier-Kanu Platz nehmen. Hinten übernimmt ein versierter Paddler das „Steuer“ und schippert den Gast sicher, wenn auch nicht trocken diesen Abschnitt des Inns hinunter.

Trocken bleiben ist nämlich unmöglich in der Imster Schlucht: Hier verengt sich der wasserreiche Inn in ein engeres Flussbett und entsprechend höher sind die Wellen, die durchfahren werden. Und diesen Sommer waren die Wellen extra hoch, weil nicht nur das Schmelzwasser aus den Bergen, sondern auch ergiebige Regenfälle den Inn fast bis zum Rand gefüllt hatten.

Die, die die Imster zum ersten Mal befahren, rissen entsprechend die Augen auf: Die Boote verschwanden in den Wellentälern zur Gänze, steil ging es dann Richtung Wellenscheitel nach oben und ebenso steil rauschten die Kanuten ins nächste nasse Tal hinunter. Eine Achterbahn einschließlich gelegentlichem Schubs von der Seite, wenn die nächste Welle nicht von vorne, sondern von rechts oder links oder rechts und links gleichzeitig kam.

Und das ein oder andere Paddler-Paar ging dann auch baden. Dank der vielen zuverlässigen Retter allerdings wurden alle Schwimmer, Boote und Paddel schnell eingefangen und ans Ufer gebracht. Dort hieß es: einmal schütteln und wieder einsteigen. Die Temperaturen waren auch so, dass keiner fror. Schlussendlich kamen alle heil, stolz und glücklich am Ausstieg an.

Vielen Dank an Bia und Andi für die Organisation neben und auf dem Wasser und alle Helfer, die mit angepackt haben. Wir freuen uns schon auf das Loser-Wochenende 2020.

:: Petra Münzel-Kaiser



MTV-Kanu-Abteilung and friends



Paddeln in Balkanistan

„Balkan? Ja, könnten wir irgendwann mal machen ...“. Mit dieser vagen Verabredung hatten sich ein paar Paddler der Kanu-Abteilung des MTV im Spätwinter voneinander verabschiedet. Doch schneller als erwartet wurde aus der losen Planung ernst. Im März noch machten wir uns auf den Weg: Schnell noch die Projekte in der Arbeit übergeben und schon war Abfahrt in der eiskalten Morgendämmerung.

Vier erfahrene Kajakfahrer, zwei Wochen Urlaub und ein Ford Transit waren die Basis für eine vielversprechende Zeit: schließlich sind die Flüsse in dieser Region für Münchner Paddler weitgehend noch Neuland. Mit der Fähre von Italien nach Nordgriechenland führte uns unsere Reise über Albanien, Montenegro und Serbien durch die vielen verschiedenen Schluchten des Balkans.

Unser erstes Ziel: der Aaos in Nordgriechenland. Fernab aller Straßen schlängelt er sich wild, steil und kristallklar durch eine grandiose Schlucht.

Den gleichen Fluss, wenn auch mit anderem Namen befuhren wir als nächstes: Der Aaos heißt auf der albanischen Seite Vjosa. Er durchzieht eine idyllische Bergwelt, in der der Eselskarren noch genauso zu Hause ist wie der auf Hochglanz polierte Mercedes. Aber nicht mehr lange: Das Vjosa-Tal soll bald – wie so viele Täler des Balkans – in einem Stausee verschwinden. Die Kraftwerksbauten schießen wie Pilze aus dem Boden und zerstören wertvolle, unberührte Natur. Die Investoren und Nutznießer kommen in der Regel aus Mitteleuropa, die Bevölkerung vor Ort hat nichts davon, außer der Zerstörung ihrer Heimat. Der Anblick der Baustellen gab uns zu denken, wie weit wir alle zusammen unseren Konsum noch treiben wollen ...

Trotz dieser trüben Gedanken erkundeten wir noch viele weitere Flusskilometer auf großartigem schwerem Wildwasser genauso wie die Wege in abgelegenen Tälern, heiße Quellen und die durchgehend wunderschöne Berglandschaft. Eines ist uns dabei klar geworden: Wir wollen wieder kommen ...





Warum in die Ferne schweifen?

Frisch war es noch im Allgäu, als sich Mitte Mai ein Trüppchen MTV-Paddler in Oberstdorf traf. Oliver Bungers, Präsident des Bayerischen Kanu-Verbandes und seines Zeichens auch sehr aktives Mitglied der Kanu-Abteilung des MTV hatte die Fahrt angeboten: Schließlich ist das Allgäu seine Heimat, er ist im nahen Blaichach groß und zum Kanuten geworden. Es ist eher erstaunlich, dass es seit Jahren die erste Ausfahrt in die Region war – wo das Gute doch so nah liegt.

Am Samstag stand die untere Breitach auf dem Programm, die im Verlauf mit der Stillach und der Trettach zusammenfließt. Die Stelle, an der die drei Flüsse sich treffen, wird als Iller-Ursprung bezeichnet, denn ab hier trägt das vereinigte Wasser einen neuen Namen.

Bei nicht zu viel, aber auch nicht zu wenig Wasser ging es zügig und nicht allzu schwer voran. Die ein oder andere kleinere Stufe ließ zwar die weniger Erfahrenen etwas Herzklopfen bekommen, doch für den Einstieg ist die Iller ein wirklich schönes Gewässer. Die einzige wirklich schwere Stelle, die so genannte Rubi-Stufe, ist ein künstlich angelegter Schwall: Seine Befahrung blieb bei dem aktuellen Zustand Könnern vorbehalten, alle anderen landeten an und trugen ihre Kajaks brav um die Gefahrenstelle herum.

Für den Sonntag stand noch einmal die Iller an: Der Einstieg ein gutes Stück unterhalb vom Tag davor, dafür hatten wir auch den Ausstieg deutlich weiter unten geplant. Die Schwierigkeiten waren eher noch überschaubarer und doch darf man einen Fluss nie unterschätzen: Sobald die Kraft und/oder die Konzentration nachlässt, ist es immer mal



Wildwasser-Kajaks und Berge gehören einfach zusammen.

drin, dass es den ein oder anderen Kanuten erwischt und er ins Wasser fällt. Doch dafür sind wir Paddler ja erstens gut ausgerüstet mit Neopren, Schwimmweste und Helm und zweitens fahren wir stets in der Gruppe: Da sind hilfreiche Retter schnell zur Stelle, auch wenn es mal schief geht.

Am Ende waren sich alle einig: Wir sollten häufiger in diese schöne Paddelregion kommen. Die Münchner Wildwasser-Augen sind zu Unrecht immer nur stramm nach Süden gerichtet: Ein Stückchen weiter westlich lohnt sich das Kanu-Fahren ebenfalls ...

:: Petra Münzel-Kaiser



Gemütliches Camp-Life der Kanu-Abteilung



Umbau des Karate-Dojos



Nach langer Planungsphase konnte endlich mit dem Umbau unserer Trainingsstätte begonnen werden.

Zunächst wurde die Decke aufgeschlitzt, um einen für die Statik notwendigen Stahlüberzug einzuziehen, da sich das Raumkonzept grundlegend ändern wird. In Eigenleistung machten wir uns dann (ein herzliches DANKE und Vergelt's Gott an alle Helfer, ihr seid super!) über drei Wochenenden hinweg daran, Raum für Neues zu schaffen.

In einem ersten Arbeitsschritt wurden die Zwischenwände zum angrenzenden Büro abgebrochen sowie der Putz von allen übrigen Wänden abgeschlagen.

Ebenfalls musste eine Säule weichen. Diese Stützsäule wirkte aufgrund ihrer zentralen Position im Dojoraum die ganzen Jahre über wie ein Raumtrenner und behinderte uns doch merklich. So ging ein lang ersehnter Traum in Erfüllung, als Trainer Andreas Beer diese Säule mit klassischem Karate-Stampftritt fällen durfte, ein Video zeugt von dieser Gewalttat.

Nach diesen Arbeiten zeigte sich durch die 'Einebnung' schon die künftig zur Verfügung stehende Raumfläche: wir werden etwa doppelt so viel Platz haben, dazu wird die Fläche nicht mehr verschachtelt sein.

Mithilfe von Fotos wurde eine Schuttrutsche aufgebaut, um den Schutt ins Freie zu schicken und mittels Container zu entsorgen. Abschließend wurde der Boden herausgerissen und entsorgt.

Soweit ein kurzer Rückblick bis Redaktionsschluss... Wir freuen uns nun auf die Errichtung und zeitnahe Eröffnung unseres Dojos und fei-



len derweil an einem Nutzungskonzept, da wir ganz andere Möglichkeiten haben werden, um Trainingsschwerpunkte zu setzen bzw. besser umzusetzen.





Europäisches Trainingslager in Estland

Anfang August fand das europäische Trainingslager unseres Karatedachverbandes in Estland statt. Im jährlichen Turnus wechselt dabei der Austragungsort: während man sich im vergangenen Jahr in Deutschland traf, wird nächstes Jahr Kroatien der Gastgeber sein.

Wir reisten zu acht aus München an, um nach einem Zwischenstopp in Lettland weiter nach Tallinn zu fliegen. Dort angekommen, ging es mit dem Bus weiter durch für Münchner Verhältnisse menschenleere Landstriche bis nach Narva, einer Grenzstadt zu Russland.

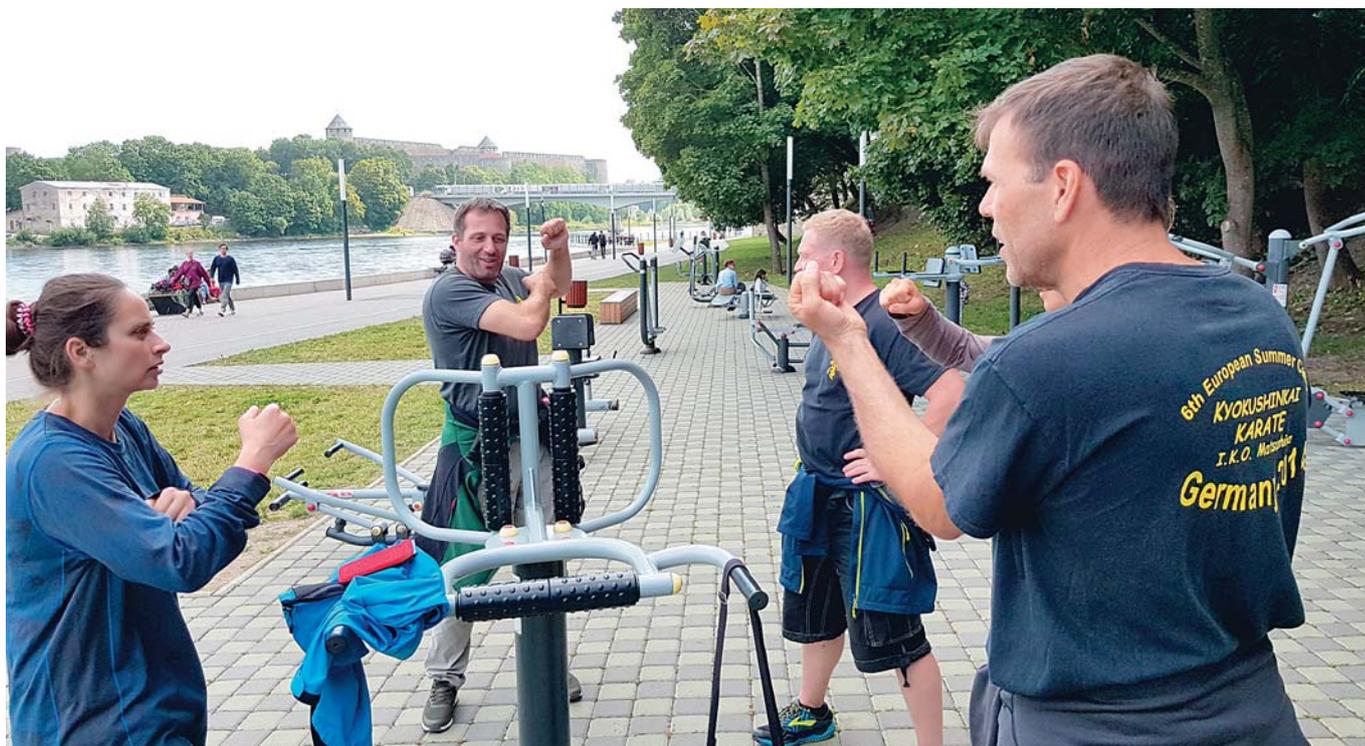
Während wir uns dort noch orientierten, trafen wir bereits auf Delegationen der Finnen, der Spanier, der Italiener und viele weitere.

Trainiert wurde in mehreren Einheiten täglich von Donnerstag bis Sonntag, entweder gemeinsam in einer entsprechend großen Sporthalle oder mit Leistungsschwerpunkten in kleineren Gruppen. Diese Trainingscamps bleiben im Nachhinein immer als 'Leben ohne Zeitverlust' in Erinnerung, da neben den vielen Trainings und sonstigen Aktivitäten der Schlaf Mangelware ist.

Zu unserer Freude blieb uns noch genügend Zeit, die Umgebung und somit Land und Leute zu erkunden und kennenzulernen. Es wäre schade gewesen, wenn wir neben dem Flughafen nur das Hotel und die Trainingshalle von innen gesehen hätten.

So konnten wir fußläufig Ausflüge unternehmen zum Grenzfluss, der auf Höhe des Grenzübergangs von imposanten mittelalterlichen Be-





festigungsanlagen umsäumt ist, ebenso wie in die Innenstadt zum Shoppen, Kaffee trinken und Disco besuchen.

Alles in allem verbrachten wir zusammen eine super Zeit und freuen uns schon auf nächstes Jahr in Kroatien!

Trainingslager in Hessen

Das diesjährige Sommertrainingslager unseres Karateverbandes fand von Donnerstag, den 18. Juli bis Sonntag, den 21. Juli wie gewohnt im hessischen Bad Hersfeld statt. Bad Hersfeld liegt relativ zentral, sodass alle Anreisenden dieselbe Entfernung haben

Als Gasttrainer eingeladen wurden Shihan Klaus Rex, 7. DAN aus Dänemark sowie Shihan Sergey Lukyanchikov, 6. DAN aus der Ukraine. Weitere Trainings wurden von unserem Verbandsvorstand Ulf Nolte, 5. DAN gegeben.

Schwerpunktmäßig wurden dieses Jahr Grundschultechniken und Kata, also kombinierte Bewegungsabläufe trainiert, was vor allem den Teilnehmern der Gürtelprüfung am Samstag/Sonntag zugutekommen sollte.

Für das Training der Katas wurden je nach Graduierung Gruppen gebildet, die 'Grundschule' wurde hingegen gemeinsam geübt. Allgemein wurde Wert darauf gelegt zu vermitteln, dass die Kihon-Bestandteile nicht unterschätzt werden sollten und stetes Training notwendig sei. Sinngemäß ist die Grundschule also nicht unbedingt als einfach abzutun, sondern einfach grundsätzlich, um überhaupt in

schwierigere Abläufe einsteigen zu können... Wer keine Grundschularten beherrscht, braucht sich sinngemäß nicht in Stochastik versuchen.

Natürlich durfte auch das morgendliche Lauftraining nicht fehlen, wobei dieses Jahr auch ein Dämmerungslauf in den Abendstunden angesetzt wurde.

Der Samstag wurde nach der Prüfung mit der obligatorischen Sayonara-party abgerundet, die wiederum durch Absacker in den attraktiven Lokalisationen Bad Hersfelds abgerundet wurde.

Am Sonntag wurde dann gekämpft bis in die Mittagsstunden, bevor es auf die Heimreise ging.

Das Sommertrainingslager hatte dieses Jahr relativ wenige Teilnehmer zu verzeichnen, was der Stimmung aber keinen Abbruch tat. Im Gegenteil empfanden die meisten Teilnehmer die Tage persönlicher, den Zusammenhalt enger und die Gruppendynamik intensiver.

Aus München nahmen Stefan Beer und Jörg Vochetzer teil.



Was ist Skoliose?



Roland Glatzel
Abteilungsleiter

Im Juni / Juli hatten wir erstmals einen Boulderkurs für Leute mit Skoliose im Programm. In dem folgenden Beitrag erfährt Ihr, was Skoliose ist, warum Bouldern hilft und wie der Kurs aus Sicht einer Teilnehmerin war.

Die Skoliose (griech. skolios = krumm) beschreibt eine Fehlstellung der Wirbelsäule. Die Ursachen für die Ausbildung einer Skoliose sind vielfältig und reichen von angeborenen Fehlbildungen bis hin zu muskulären oder nervalen Schädigungen nach Unfällen oder bestimmten Erkrankungen. In fast 80 - 90 Prozent der Fälle kann man die Ursache jedoch nicht genau klären. Eine Skoliose entwickelt sich in der Regel schon im Jugendalter, wobei Mädchen viermal häufiger betroffen sind als Jungen. Die Möglichkeiten der Behandlung reichen von Physio- über Korsetttherapie bis hin zur Operation. Heilung bedeuten sie aber nicht, sodass Patienten dauerhaft etwas für die Kräftigung und Haltungsverbesserung tun müssen.

Fakt ist: Je früher die Erkrankung erkannt wird, desto effektiver kann sie behandelt werden.

Folgende Merkmale können auf eine Skoliose hinweisen – ein Selbsttest lohnt sich.

- > unterschiedlich tief hängende Schultern
- > schiefer Rücken
- > schief stehendes Becken
- > herausragendes Schulterblatt
- > Beinlängendifferenz

Die positiven Effekte des Boulderns für Skoliose:

Bouldern hilft die muskuläre Dysbalance einer Skoliose auszugleichen und den Rumpf zu kräftigen. Das „Langmachen“ streckt die Wirbelsäule, sodass die tiefe Muskulatur erreicht wird. Egal ob mit oder ohne Skoliose, es ist am Ende ein komplexes Ganzkörpertraining. Davon profitieren Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination. Auch für die mentale Stärke wird trainiert.

Der Boulderkurs – Erfahrungsbericht von Bärbel Garden

Was eine Skoliose ist, wisst ihr ja jetzt durch die Beschreibung von Iris Gabriel. Im Folgenden möchte ich Euch über meine Erfahrungen mit dem Boulderkurs für Leute mit Skoliose berichten.



Iris Gabriel und Bärbel Garden mit Trainerin Melanie Götz an der Boulderwand (v.l.)

Nach einem Jahr Mitgliedschaft beim MTV und Training in der Fitnessabteilung fühle ich mich nun kräftig genug, das nächste Ziel, Training in einer Kletterhalle, anzugehen.

Mit meiner doppel-S-förmigen Skoliose bin ich mir allerdings nicht sicher, ob Klettern überhaupt gut für mich ist, da wollte ich lieber erst meinen Orthopäden befragen.

Gesagt, getan, und mir wurde bestätigt: „Sie schaffen das, Frau Garden, mit viel Vorsicht steht dem nichts im Wege“.

Nun sehe ich mich nach einer Physiotherapieeinrichtung mit Therapiekletterangeboten um. An der TU München bis LMU gibt es für mich kein Angebot, nur Therapieangebote für Kinder. Therapeutisches Klettern wäre in Holzkirchen oder in NRW, aber nicht in München möglich.

Dann kam ich auf die Idee, mal beim MTV in der Kletterabteilung nach einem Probetraining zu fragen. Von der Abteilungsleitung erhielt ich die Auskunft, dass ein Trainer gefunden werden muss.

Irgendwann erhielt ich die Mail, dass es mit dem Probetraining klappt. Supi, dachte ich, zweimal 1,5 Stunden Termin mit Melanie Götz. Melli war mir von An-



fang an sehr sympathisch und konnte sich wunderbar in meine Situation versetzen.

Mir haben die drei Stunden so gut gefallen, dass ich Melanie gefragt habe, ob sie nicht einen Kurs für Menschen mit Skoliose anbieten möchte. Melanie hat sich das überlegt, und wir haben vier Frauen gefunden, die den Kurs belegen würden. Damit konnte der Kurs stattfinden.

In den 10 Kursstunden (à 1,5 h) wurde mir das bodennahe Klettern bei behutsamer Berücksichtigung meiner speziellen Einschränkungen beigebracht. Gezielt habe ich an der Verbesserung meiner Mobilität und Koordination gearbeitet.

Der Kurs hat allen Teilnehmern großen Spaß gemacht, sodass wir uns entschlossen haben weiterzumachen. D.h., nach den Ferien möchten wir uns in der Kletterhalle des MTV zum Bouldern treffen. Sehr gerne würden wir auch in einem Folgekurs mit Anleitung trainieren.

Nochmals großen Dank an Melanie Götz, die den Kurs wunderbar geleitet hat und sich sehr gut in unsere Situation hineingefühlt hat.

:: Bärbel Garden und Iris Gabriel



www.wisag.de

 **wisag**

Verstärken Sie unser Team!

Ob Berufseinsteiger oder Profi, ob Praktikum, Ausbildung oder Studium, ob Quereinsteiger oder Rückkehrer – wir freuen uns an vielen Stellen über neue Kolleginnen und Kollegen.

Interesse? Dann bewerben Sie sich jetzt bei andreas.josef@wisag.de,
Tel. +49 89 451035-3342.

WISAG heißt Wertschätzung! WISAG heißt Einsatz! WISAG heißt bunt!


















Gelungene Freiluftsaison der MTV-Leichtathleten



Alexander Merk
Abteilungsleiter

In der letzten Ausgabe der Vereinszeitung war zu berichten, dass Mara Vonnahme den vierten Platz bei den oberbayerischen Mehrkampf-Meisterschaften der unter 16-Jährigen erreicht und sich damit auch für die Landestitelkämpfe in Markt Schwaben qualifiziert hatte. Und auch dort schaffte sie es im Juni, dank neuer persönlicher Bestleistungen im Speerwurf und Hochsprung, bei ungleich größerer Konkurrenz auf den vierten Platz.

Damit hätte sie auch zur Deutschen Meisterschaft fahren dürfen. Da war der Sommerurlaub aber schon gebucht. Zuvor hatte Mara noch bei den oberbayerischen Einzelmeisterschaften in Erding Bronze im Weitsprung gewonnen. Und mit einer neuen Weitsprung-Bestleistung von 5,12m, erreicht im Juli im Dantestadion in München, kann sie jetzt schon auf eine rundum gelungene Freiluftsaison zurückblicken.

Damit hätte sie auch zur Deutschen Meisterschaft fahren dürfen. Da war der Sommerurlaub aber schon gebucht. Zuvor hatte Mara noch bei den oberbayerischen Einzelmeisterschaften in Erding Bronze im Weitsprung gewonnen. Und mit einer neuen Weitsprung-Bestleistung von 5,12m, erreicht im Juli im Dantestadion in München, kann sie jetzt schon auf eine rundum gelungene Freiluftsaison zurückblicken.

Bartl bei den oberbayerischen Einzelmeisterschaften der Männer in Freising.

Um das Sammeln erster Wettkampferfahrung ging es bei unseren jüngeren Abteilungsmitgliedern bei zwei Ausflügen ins Dantestadion. Anfang Juni standen die Münchner Mehrkampfmeisterschaften der Schülerinnen und Schüler an, bei denen wir mit neuen jungen Sportlerinnen vertreten waren. Jelena Scavazon, Charlotte Apel, Nieke Mayer und Annick Häring belegten sowohl in der Staffel als auch zusammen mit Maya Hoffsten in der Mehrkampf-Mannschaftswertung der unter Zehnjährigen den dritten Platz, ebenso wie Karla Raeder im Dreikampf der unter 12-Jährigen. In der Altersklasse W13 stellten sich Teresa Hemfling und Juli Zelles im Dreikampf einer großen Konkurrenz und belegten die Plätze drei und sechs. Emilia Wünschmann wurde bei den 12-Jährigen Fünfte.

Emilia war auch beim zweiten Besuch im Dante dabei und holte, wieder in einem großen Teilnehmerfeld, erneut zwei fünfte Plätze; diesmal über 75 und 800 Meter. In der 4x75-Meter-Staffel liefen Vroni Lanstorfer, Magdalena Schlichter, Paula Kimmel und Frida Hofmann auf den fünften Rang und konnten sich, ebenso wie Johanna Fettes, über gute Einzelergebnisse freuen.

Eine tolle Entwicklung im Weitsprung zeigte Max Schlecker, der in der Altersklasse U18 startet, in den vergangenen Monaten. Eine neue persönliche Bestweite im Mai in Germering ließ schon hoffen. Und bei den Stadtschulmeisterschaften konnte er sie dann noch einmal auf 5,75 Meter steigern.

Ende Juli hat unsere Abteilung sich dann als Ausrichter an einem für uns bisher neuen Veranstaltungsformat versucht: ein Sportfest an einem

Mittwochabend. Trotz des ungewohnten Termins, der auch noch in die erste Woche der Sommerferien fiel, zog das Sportfest vor allem in den Laufdisziplinen zahlreiche Interessierte an, die sich noch einmal messen wollten, bevor der Wettkampfkalender dünner wird. Dank der Unterstützung aus allen Ecken der Abteilung (Aktive, Ehemalige, Jugendliche und Trainer) konnten wir uns auch wieder als gute Gastgeber präsentieren.



Caro Leeger freut sich über ihren Bayerischen Meistertitel im turnerischen Mehrkampf

Die ist auch für Caro Leeger schon sehr erfolgreich, obwohl ihr Saisonhöhepunkt noch aussteht. Sie verteidigte ihren Bayerischen Meistertitel im turnerischen Mehrkampf, einer Kombination aus drei leichtathletischen und drei turnerischen Disziplinen. Nun hofft sie auf ein gutes Abschneiden im September bei den nationalen Titelkämpfen, bei denen sie 2018 Vize-Meisterin wurde.

Einen starken zweiten Platz im Stabhochsprung erreichte Michael



Max Schlecker siegte bei den Stadtschulmeisterchaften im Weitsprung

Das wollen wir auch im Herbst wieder tun. Unser traditionelles Herbstsportfest findet diesmal allerdings nicht wie üblich zum Wiesn-Auftakt statt, sondern eine Woche später statt. Wer helfen will, also schon mal Samstag, den 28. September, vormerken.

Mit den Einnahmen aus den Veranstaltungen können wir immer wieder auch neues Trainingsgerät anschaffen. Viel Eigeninitiative, und manchmal auch Unterstützung von außen, braucht es da aber trotzdem. Unser Dank gilt deshalb auch dem Bezirksausschuss Sendling-Westpark der Landeshauptstadt München, der uns bei der Finanzierung der neuen, nicht ganz billigen Regenabdeckung für unsere Stabhochsprunganlage bezuschusst hat.



MTV München von 1879 e.V.

Leichtathletik – Übungsleiter/in gesucht



**Für unser Leichtathletik-Team suchen wir zum nächstmöglichen
Termin**

eine/n Übungsleiter/in

für die Trainingsgruppen U10 (ab 5 Jahre) und U12,

zur spielerischen Vermittlung der Sportart.

Eine Übungsleiter Lizenz wäre super, ist aber keine Voraussetzung.

**Das Training findet montags von 16:00 bis 18:00 Uhr statt. Vergütung erfolgt
im Rahmen einer Aufwandsentschädigung.**

Interessenten wenden sich bitte an leichtathletik@mtv-muenchen.de



Abnahme des deutschen Tanzsportabzeichens



Ilona Wittig
Abteilungsleiterin

Am 23. Juli 2019 haben bei sommerlichen Temperaturen 30 Tänzer aus drei verschiedenen Vereinen ihr deutsches Tanzsportabzeichen bestanden. Vor den Augen der beiden Prüfer Christian Halmheu und Eva Keller-Gesing wurden im Langsamen Walzer, Tango, Slow Fox, Quikstep, Chachacha, Rumba, Jive, Discofox und Salsa teilweise tolle Leistungen bis

auf Turnierniveau gezeigt.

Bewertet wurden die Kategorien Musik, Balancen und Bewegungsablauf mit 3 (bestanden), 4 (gut bestanden) oder 5 (fehlerfrei bestanden) Punkten nach 1,5 bis 2 Minuten Tanzzeit. Bei den aktuellen Wetterverhältnissen war das teilweise auch eine konditionelle Herausforderung. Ganz besonderes freuen wir uns, dass auch externe Gäste dabei waren. In den letzten Wochen wurde fleißig geübt. So konnten wir am Ende 27 Tänzern zur Bronze-Prüfung gratulieren, einmal gab es Silber und zweimal sogar Gold. Dafür mussten jeweils drei, vier oder fünf Tänze nach Wahl gezeigt werden. Dank der fleißigen Vorbereitung unserer Abteilungsleiterin Ilona Wittig und unseres Vorstandsmitgliedes Wolfgang Jicha konnte alles planmäßig ablaufen. Wir sind stolz auf die Entwicklung unserer Tänzer und freuen uns auf das nächste Jahr!

:: Eva Keller-Gesing

Bronze:

| | |
|-----------------------|-------------------------|
| Stefan Kandler | |
| Peter Kosmalla | |
| Gerhard Dacheneder | |
| Wolfgang Ecker | Monika Ecker |
| Norman Gehrke | Brigitte Melka |
| Siegfried Lochschmidt | Michaela Lochschmidt |
| Le Phi Bang | Le Kim To |
| Gerd Dostal | Christine Dostal |
| Frederik Scholer | Sonja Salzburger |
| Stephan Schmidt | Kathrin Madeker |
| Michael Rudolf | Monika Birkl |
| Michael Kocher | Claudia Kraft |
| Martin Herte | Astrid Schmengler-Herte |

Gold:

| | |
|-----------------|--------------|
| Benjamin Turner | Lilian Busse |
|-----------------|--------------|

Prüferteam:

Eva Keller-Gesing und Christian Halmheu



Das Prüferteam vor der Abnahme

Immer wieder freitags... und sonntags!

Über ihr Unterrichtskonzept, die beiden von ihr betreuten Tanzkreise und ihre ganz persönlichen Schwerpunkte und Highlights berichtet unsere Tanztrainerin Dagmar Trübenbach:

Im September 2004 unterrichtete ich das erste Mal in der Tanzabteilung des MTV. Seither verbringe ich dort die meisten meiner Freitagabende und bringe den Tänzern Walzer, Tango, Rumba, Cha-Cha-Cha und die anderen sechs Standard- und Lateintänze bei, die zum Welttanzprogramm gehören. Ergänzend dazu steht je nach Jahreszeit auch Discofox, Blues, Foxtrott, Merengue, Bossa Nova, Charleston oder eine flotte Polka auf dem Programm.

Derzeit tanzen neun Paare im Freitags-Tanzkreis für Fortgeschrittene. Los geht es mit einem Aufwärmprogramm vor dem Spiegel - natürlich mit Musikbegleitung. Dabei werden nicht nur Muskeln gelockert und Sehnen gedehnt. Dieser Start dient auch dazu, Abstand vom Alltag zu gewinnen und sich auf das Tanzen einzustimmen. Für die Freitags tänzer ist das Training ein schöner Einstieg ins Wochenende, mit dem sie schnell Abstand vom Alltag gewinnen. Natürlich ist der Freitagabend zwischen 20.15 Uhr und 21.45 Uhr ein schwieriger Termin für einen festen Tanzkreis. Es kommt immer wieder vor, dass das Training bei dem ein oder anderen Paar ausfallen muss, weil es am Wochenende andere Termine und Verpflichtungen hat.



zwischen 17.15 Uhr und 18.45 Uhr treffen sich Anfänger und Wiedereinsteiger zum Basis-Tanztraining. Das Niveau in dieser Gruppe ist sehr unterschiedlich. Um allen Interessierten den Einstieg und das Weiterkommen zu erleichtern, gibt es hier ein festes Unterrichtsschema: Nach Körper- und Koordinationsübungen zum Aufwärmen unterrichte ich rund 60 Minuten einen neuen Tanz. Anschließend werden jeweils eine Viertelstunde die Tänze der letzten beiden Stunden geübt.

Beim nächsten Mal bleiben die Inhalte gleich, erst beim darauffolgenden Training steht ein neuer Tanz auf dem Programm. Mit diesem System gelingt es mir, innerhalb von neun Monaten alle Tänze zu lehren, sodass die Teilnehmer über eine solide Grundlage verfügen, um in eine andere Tanzgruppe zu wechseln – falls sie das möchten. Derzeit tanzen zehn

Paare in der Sonntagsgruppe. Einige davon kommen mittlerweile zusätzlich ins Freitagstraining. Es besteht aber auch die Möglichkeit, nach dem Anfänger-Tanzkreis in eine der Dienstaggruppen zu wechseln.

Da es mir sehr wichtig ist, jeden einzelnen Tänzer da abzuholen, wo er steht und ich Wert auf ordentliche Technik, die richtige Haltung und angenehme Führung der Figuren lege, gehe ich eher langsam vor. Dadurch verlieren auch Tänzer, die ein, zwei Mal fehlen, nicht den Anschluss. Und wenn jemand etwas lernen will und Fragen hat, verliere ich nie die Geduld.

Mir persönlich bereitet der Unterricht im MTV sehr viel Freude. Nach meiner Ausbildung zur Tanzlehrerin war ich in Münchner Tanzschulen tätig. Um im MTV unterrichten zu können, habe ich meine Trainerlizenz im Deutschen Tanzsportverband (DTV) erworben und absolviere regelmäßig Fortbildungen – Investitionen, die sich für mich fachlich, aber auch persönlich lohnen. Solide Kenntnisse, aber auch vor allem den Spaß am gemeinsamen Tanzen zu vermitteln, ist für mich eine Herzensangelegenheit.

Wir üben auch regelmäßig Choreografien ein, die wir zum Beispiel auf den Weihnachtsfeiern und anderen Veranstaltungen der Tanzabteilung vorführen. Mit unserem Mambo sind wir vor zwei Jahren auch beim MTV-Sommerfest aufgetreten. Dabei geht es uns nicht in erster Linie darum, die Zuschauer möglichst gut zu unterhalten oder uns selbst darzustellen. Das Beste daran sind die Herausforderung und der Spaß, den die Gruppe dabei hat, gemeinsam etwas einzustudieren.

Zudem profitieren die Teilnehmer tänzerisch davon, dass sie sich so intensiv mit einem Tanz beschäftigen. Zu welchem Tanz wir eine Choreografie einstudieren werden, entscheiden wir gemeinsam.

Auch bei der Sonntagsgruppe, die ich seit Januar 2016 leite, richte ich den Fokus auf die richtige Tanztechnik. Denn was man einmal richtig und gründlich gelernt hat, geht ins Körpergedächtnis über und kann schnell wieder abgerufen werden. Jeden Sonntag



:: Dagmar Trübenbach



West Coast Swing – lässig, lässig

Im Juni an vier Sonntagen unterrichtete Eva Keller-Gesing im Rahmen eines Sonderworkshops West Coast Swing – ein richtig „cooler lässiger“ Partytanz, der viel Spaß bereitet.



Der West Coast Swing stammt aus USA (Kalifornien) und wird zu Musik im 4/4 Takt getanzt. Sollte wenig Platz auf der Tanzfläche zur Verfügung stehen, macht das gar nichts, denn der West Coast Swing wird auf einem „Slot“ (ca. 2,5-3 m lang, ca. 0,3-0,5 m breit) getanzt. Der Leader (meist der Herr) weicht nach links oder rechts aus und der Follower (meist die Dame) tanzt an ihm vorbei. Der West Coast Swing ist ein 50/50 Partnertanz, bei dem später beide Freiheit zur Improvisation haben.

Die Grundfiguren des West Coast Swing werden hauptsächlich auf 6 oder 8 Schläge getanzt, meist wie in den Lateintänzen auf dem flachen Ballen. Das Tempo des Tanzes beträgt 20-35 Takte pro Minute. Der West Coast Swing wird vielseitig getanzt, so dass der Tanz sich ständig weiter entwickelt.

Die Grundform des West Coast Swing ist: Walk, walk, Tripple Step, Anchor Step. Der Herr beginnt mit dem linken Bein und die Dame mit dem rechten Bein. Die Tanzhaltung ist offen, ähnlich wie in den Lateintänzen, wie beispielsweise Jive, bzw. beim Discofox. Die rechte Hand des Herrn ist unter dem linken Schulterblatt der Dame zu positionieren. Die linke Hand der Dame ist auf die rechte Schulter des Herrn zu legen. Die Hände sind in Hüft- oder Schulterhöhe gefasst oder in Doppelhandhaltung. Der Leader hält seinen Handrücken nach außen und die Fingerinnenseiten zeigen zur Decke. Der Follower legt seine Finger auf die Finger des Leaders (Hakenbildung).

Zum Erzeugen von Spannung wird der Latissimus dorsi (großer Rückenmuskel) angespannt wie bei den Latein- oder Standardtänzen. Die Körperspannung wird über die Ober- und Unterarme in die Hände (Connection) fortgesetzt. Die Führung erfolgt über die Körperbewegung und nicht über den Armzug. Es kommt es auf eine kontinuierliche, gleichmäßige und weiche Bewegung mit „Gummibandefekt“ an.

Beim Tanzen bewegen sich die Körper der Tänzer voneinander weg (Gefühl von Zug, Tension) bzw. zueinander hin (Gefühl von Druck, Compression). Werden die gefassten Hände gehoben, entsteht ein Gefühl von Hub (Magnet). Bleiben allerdings die gefassten Hände unten, spürt man deren Gewicht und es entsteht ein Gefühl von Zug nach unten (Gravity). Am Beginn einer Figur sind die Tänzer meist in A-Position (Körper zueinander geneigt) und am Ende einer Figur meist in V-Position.

So, das wären die wichtigsten Grundlagen zum West Coast Swing. Dann kann es losgehen!

:: Eva Keller-Gesing



Wir sind nicht älter, nur reifer und möchten uns bewegen und Spaß dabei haben!

Die Abteilung Tanzsport des MTV München startet in Kooperation mit Trainern der mehrfachen Weltmeister, den Boogie-Magic's, Hohenbrunn, einen

Boogiekurs für Teilnehmer ab 55 Jahren. Einzelpersonen und Jüngere auf Anfrage.

Ab 2. November 10 x sonntags 15.30 Uhr bis 17 Uhr.

Anmeldung demnächst auf der MTV-Homepage.



Schleiferlturnier am 8. Juni 2019



Peter Laun
Abteilungsleiter

Nachdem der erste Termin für unser traditionelles Schleiferlturnier wetterbedingt abgesagt werden musste, wurde es am Pfingstamstag durchgeführt. Die Teilnehmerzahl vom letzten Jahr konnte leider nicht erreicht werden, was wohl dem Ferienbeginn geschuldet war. Das Teilnehmer-Feld war stark männerlastig.

Einige wärmende Sonnenstrahlen am Vormittag hätten vor allem den Zuschauern gut getan. Die Paarungen und Gegner wurden für jede Runde neu ausgelost. Nach drei gespielten Runden gab es Würstel in der Semmel, vom Abteilungschef gegrillt. Erfahrungen wurden ausgetauscht und Kontakte geknüpft.

Nach der Stärkung sollten die Jugendlichen ihre Partner für die letzte Runde selbst wählen. Es war eine Freude mit den von Zehen- bis Haarspitzen motivierten Jungstars zu spielen. Als sie nun die Wahl hatten, bevorzugten sie jedoch überraschend das Doppel untereinander.

Folgende Unterhaltung nach dem Spiel zwischen jugendlichem und älteren Teilnehmer: „Gratuliere zum Sieg, du hast wirklich toll gespielt.“ – „Sie waren aber auch ganz gut.“



Es reift die Erkenntnis, dass wir stolz auf unsere Jugendlichen sein können, weiter so.

Es folgte freies Spielen und geselliges Beisammensein zum Vertiefen der Kontakte. Wir hatten alle viel Spaß und freuen uns schon wieder auf das nächste Schleiferlturnier.





Sommerfest am 19. Juli 2019

Bei wunderbarem Sommerwetter fand unser beliebtes Sommerfest statt mit vielen guten Gesprächen, netter Atmosphäre und gewohnt ausgezeichneter Bewirtung durch Peppino und sein Team. Mit 140 Teilnehmern waren knapp 50% der Mitglieder der Tennisabteilung anwesend, eine für wahr beachtliche Quote. Die Musik kam dieses Jahr aus Kostenersparnis aus der Konserve, jedoch hatten die meisten Mannschaften eine Playlist abgegeben, sodass der bunte Geschmack aus den verschiedenen Generationen auch in der Musik abgebildet war.

Punktspielrunde 2019

Alle Mannschaften haben ihre Punktspielrunde abgeschlossen, wenn auch heuer unter deutlich erschwerten Bedingungen. Dank einer un-

gewöhnlich großen Zahl von Verletzten war es sehr mühsam, zu allen Begegnungen jeweils vollständige Mannschaften zu organisieren. Dies traf vor allem die Mannschaftsführer/innen, die in zahllosen Telefonaten Einsätze koordinieren mussten. Ihnen gilt daher, noch mehr als sonst, ein ausdrückliches Dankeschön, denn sie schaffen es immer wieder mit unermüdlichem Einsatz, zum Spieltag ein vollständiges und motiviertes Team auf den Platz zu bringen. Nicht zu vergessen auch die zahlreichen Spieler/innen die quer durch Alters- und Spielklassen bereit waren auszuhelfen, auch wenn sie dann am Wochenende gleich zwei Einsätze hatten.

Und zu guter Letzt – unseren beiden Teams Herren 30 und Herren 40 herzlichen Glückwunsch zum Aufstieg in die Landesliga bzw. Bezirksliga!





Vereinsmeisterschaft 2019 der Erwachsenen (m/w)



Georg Lautenschlager
Abteilungsleiter

Nach Ende der Tischtennis-Saison 2018/2019 wurden am Sonntag, den 5. Mai, die Vereinsmeister der Erwachsenen im Gymnastiksaal ermittelt. Neben den bereits erfahrenen zehn Turnier- und Mannschaftsspielern schnupperten Steffen Schuler und Frank Zscheile erstmals Turnierluft!

Unter der Turnierleitung von Georg Lautenschlager (Abt.-Leiter) und Georg Kohl (Trainer) wurden die insgesamt 12 Teilnehmer/innen in drei Vierer-Gruppen („jeder gegen jeden“) gelost. Die anschließende Finalrunde wurde im „KO-System“ ausgetragen. Dazu qualifizierten sich die ersten zwei Sieger jeder Gruppe (sechs Spieler), sowie die zwei besten Drittplatzierten. Am Ende von teilweise sehr spannenden Wettkämpfen im Viertelfinale, Halbfinale und Finale gab es folgende drei Vereinsmeister 2019:

1. Platz Georg Kohl
2. Platz Oleg Meyer
3. Platz Fred Fung

Der Erstplatzierte Georg Kohl konnte alle seine sechs Wettkämpfe gewinnen! Davon entschied er fünf Wettkämpfe mit jeweils 3:0 Gewinnsätzen! Nur bei einem Gruppenspiel musste er einen Spielsatz abgeben und gewann mit 3:1!



MTV-Vereinsmeister 2019 der Erwachsenen (von li.) Oleg, Georg und Fred

Der Abteilungsleiter gratulierte den drei Erstplatzierten mit Urkunden und kleinen Pokalen und wünschte viel Erfolg bei den kommenden Turnieren und Meisterschaften.



MTV-Vereinsmeisterschaft 2019 der Erwachsenen im Gymnastiksaal

Vereinsmeisterschaft 2019 Kinder/ Jugendliche (m/w)

Erstmals nach Einführung der Kinder- und Jugendgruppe in 2018 konnte eine Tischtennis-Vereinsmeisterschaft für 10- bis 16-jährige organisiert und ausgetragen werden.

Unter der Turnierleitung von Georg Lautenschlager (Abt.-Leiter) und Moogie Quarcoo (Trainerin) nahmen insgesamt 12 Spieler/innen teil. Die Gruppenspiele fanden während der zwei Trainingseinheiten am Mittwoch (22. Mai 14:30-16:00 Uhr) und Freitag (24. Mai 14:00-15:30 Uhr) im Gesundheitsraum statt. Für die Finalrunde, welche im „KO-System“ ausgetragen wurde und am Sonntag (26. Mai 13:00-14:30 Uhr) im Gymnastiksaal stattfand, qualifizierten sich ein Mädchen und sieben Jungen. Nach teilweise spannenden Wettkämpfen in der „KO-Runde“ (Viertelfinale, Halbfinale, Finale) gab es folgende drei Jugend-Vereinsmeister 2019:

1. Platz Justus Hahn
2. Platz Dino Felsenheimer
3. Platz Stefanos Melikidis

Erfreulicherweise kamen auch einige Eltern an dem Europawahl-Sonntag, um ihren Nachwuchs in der Finalrunde im Gymnastiksaal moralisch zu unterstützen. Der Abteilungsleiter gratulierte den drei Erstplatzierten mit Urkunden und Medaillen und wünschte weiterhin viel Spaß beim Tischtennis im MTV. Trainerin Moogie verabschiedete die anwesenden Eltern und Kinder mit einem kurzen Fazit der internen Meisterschaft und verwies auf mögliche zukünftige Freundschaftsspiele - falls Interesse bei den Kindern bestehen sollte.

Weitere Informationen zu den Vereinsmeisterschaften sowie zu den aktuellen Hallen- und Trainingszeiten, sind auf der Tischtennis-Webseite unter folgendem Link zu sehen: www.mtv-muenchen.de/Sportangebot/Tischtennis/Aktuelles/.



Kinder und Jugendliche bei der Vereinsmeisterschaft 2019, mit Trainerin Moogie (2. von re.) und den Siegern (von hinten links) Dino, Justus und Stefanos

Freundschaftsspiel gegen ESV Neuaubing

Vermutlich konnte erstmals in der MTV-Tischtennis-Vereinsgeschichte ein Jugend-Freundschaftsspiel gegen einen anderen Tischtennisverein organisiert und ausgetragen werden.

Am Sonntag, den 21. Juli, verabredeten sich der Abteilungsleiter Georg und die Trainerin Moogie mit vier Kindern/Jugendlichen (Jahrgänge 2009-2004) im MTV-Sportzentrum. Dank Frau Würschinger (Mutter von Manuel) konnte das MTV-Team gemeinsam in zwei Autos zum ESV Neuaubing fahren. Vor Spielbeginn einigten sich beide Vereine, das Freundschaftsspiel angelehnt an das „Braunschweiger System“ (vier gegen vier) auszutragen. Beim „Braunschweiger System“ werden normalerweise zehn Spiele (zwei Doppel/acht Einzel) gespielt. Nachdem der ESV Neuaubing mit einem Spieler mehr angetreten war, wurde ein zusätzliches neuntes Einzel gespielt. Sowohl die ESV'ler als auch die MTV'ler sind mit relativen Anfängern angetreten, die erst wenige Monate vereinsmäßig spielen und ihren ersten Mannschaftswett-

kampf bestreiten. Demzufolge war der Einstieg in den Spielbetrieb mit viel Respekt und Nervosität verbunden. Es ging nicht um gewinnen oder verlieren, sondern dass man die jungen Spieler mit den Turnierabläufen vertraut macht und dass Spielpraxis gesammelt werden kann.

| ESV Neuaubing | MTV München 1879 | Sätze | Punkte |
|------------------|--------------------|--------------|------------|
| Aurelius / Lukas | Stefanos / Michael | 0:3 | 0:1 |
| Felix / Noah | Ignaz / Bruno | 1:3 | 0:1 |
| Leon | Stefanos | 3:1 | 1:0 |
| Noah | Ignaz | 0:3 | 0:1 |
| Lukas | Michael | 1:3 | 0:1 |
| Aurelius | Bruno | 1:3 | 0:1 |
| Leon | Ignaz | 3:1 | 1:0 |
| Noah | Stefanos | 0:3 | 0:1 |
| Lukas | Bruno | 3:0 | 1:0 |
| Aurelius | Michael | 1:3 | 0:1 |
| Felix | Ignaz | 2:3 | 0:1 |
| | | 15:26 | 3:8 |



Jugendtrainerin Moogie hatte einen entscheidenden Anteil am MTV-Sieg, weil sie zwischen den Spielsätzen mit beruhigenden Worten und taktischen Hinweisen zu einer erfolgreichen Spielgestaltung ihrer Schützlinge beitragen konnte.

Vorbereitungen auf die Mannschaftsmeisterschaft 2019/2020

Die MTV-Mannschaft trägt die Wettkämpfe in der Herren Bezirksklasse D, Gruppe 4, München-West (BTTV - Oberbayern-Mitte) aus.

Kriterien für die Mannschaftsmeldung beim BTTV

Die MTV-Mannschaftsmeldung erfolgt laut offizieller QTTR-Liste (Stichtage: Vorrunde am 11.5.19). Laut aktueller Wettspielordnung können Spieler, deren QTTR-Unterschied kleiner/gleich 35 ist, beliebig eingesetzt werden.

Abweichungen der QTTR-Rangfolge werden nach vorheriger Absprache mit den betreffenden Spielern, dem Trainer und dem Mannschaftsführer (MF) abgestimmt.

Zur Vorrunde (Sept.-Dez. 2019) wurden folgende neun Spieler und eine Spielerin gemeldet:

Georg Kohl, Joachim Klein, Oleg Meyer, Munkhjargal Quarcoo (genannt Moogie), Martin Weiß, Lu Haojun, Christof Stieger (= Mannschaftsführer), Robert Ilg, Ivica Mlinarec, Steffen Schuler.

Die Sonntag-Heimspiele werden im MTV-Sportzentrum (Gymnastiksaal) von 12:30 – 15:30 Uhr ausgetragen.

Die MTV-Spieler freuen sich auf interessante 11 Vorrunden-Wettkämpfe. Fans und Zuschauer sind willkommen!

Kriterien für die Vierer-Mannschaftsaufstellung

- Anwesenheit und Spielstärke in den Trainingseinheiten (=Trainingsfortschritt)
- Berücksichtigung der „Doodle-Umfrageliste“ zur Verfügbarkeit der Spieler (berufliche/private Besonderheiten)
- Doppelpaarungen werden nach deren Harmonie/Stärke und nach Absprache mit den Spielern gewählt
- Rotationsmöglichkeit für Ergänzungsspieler, wenn Stammspieler nicht zur Verfügung stehen (Urlaub, Krankheit etc.) oder wenn gegen vermeintlich schwächere Mannschaften/Gegner gespielt wird
- Aktueller TTR-Wert der Spieler (www.mytischtennis.de), welcher nach jedem TTR-relevanten Wettkampf automatisch aktualisiert wird.

:: Georg Lautenschlager

Vorrunden-Spielplan (Sept. – Dez. 2019):

| Datum | Zeit | Heimmannschaft | Gastmannschaft |
|----------------|-------|-----------------------------|-------------------------------|
| Sa. 21.09.2019 | 13:00 | TTC 1992 München V | MTV München von 1879 |
| So. 29.09.2019 | 12:30 | MTV München von 1879 | FC Hertha München II |
| Mo. 07.10.2019 | 20:00 | PSV München IV | MTV München von 1879 |
| So. 13.10.2019 | 12:30 | MTV München von 1879 | FT München-Blumenau 1966 VIII |
| So. 20.10.2019 | 12:30 | MTV München von 1879 | Team München e.V. II |
| Mi. 06.11.2019 | 19:30 | FTT Hartmannshofen 1987 III | MTV München von 1879 |
| So. 17.11.2019 | 12:30 | MTV München von 1879 | TSV Forstenried VI |
| Mo. 25.11.2019 | 19:00 | FT München-Blumenau 1966 VI | MTV München von 1879 |
| So. 01.12.2019 | 12:30 | MTV München von 1879 | TSV Schäftlarn III |
| Di. 10.12.2019 | 19:30 | ESV SF Neuaußing III | MTV München von 1879 |
| So. 15.12.2019 | 12:30 | MTV München von 1879 | TTC München-Neuhausen VII |

**Fotos
bitte
nicht
vergessen!**



**Bilder als JPG oder TIFF,
am besten immer als
unbearbeitete Originaldatei.
Keine Einbindung in Word!**



Triathlon re-loaded!



Martina Wayand
Abteilungsleiterin

Wir sind wieder da! Mit einem abwechslungsreichen Sportangebot und viel, viel Spaß beim Training!

Doch nicht nur Triathleten kommen bei uns auf ihre Kosten: Auch alle Sportbegeisterten aus anderen Sportarten und MTV-Abteilungen können bei uns die Basis für ihren jeweiligen Sport legen. Da beim sportartspezifischen Training meist die Ausbildung der Grundlagenausdauer (als Basis für den Erfolg) zu kurz kommt, wollen wir diese Lücke mit unserem Angebot schließen. Ganz ohne Zwang und ohne Triathlon-Fokus.

Und übrigens: Inzwischen haben wir auch ein Schwimmbad...



Ja, es ist wahr: Nach jahrelangem „Fremdschwimmen“ haben wir eine Schwimmzeit von der Stadt München bekommen und können nun im Schulschwimmbad des Heinrich-Heine-Gymnasiums unsere Bahnen ziehen. Zugegeben: Die Zeit ist ein wenig gewöhnungsbedürftig (freitags von 20:30 bis 22:00 Uhr, außer in den Schulferien), aber nachdem wir nun schon einige Male in der tollen Halle schwimmen konnten, sind wir restlos glücklich mit Zeit und Ort. Wir haben ja auch viel vor in unserer Schwimmzeit: Neben dem freien Training werden wir disziplinspezifisches Techniktraining und spezielle Schwimmworkshops ins Programm aufnehmen. Und auch der Nachwuchs soll nicht zu kurz kommen: Das sportorientierte Schwimmtraining für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren ist bereits in Planung. Schließlich haben wir

eine 11-jährige Nachwuchstriathletin, die schon jetzt regelmäßig am freien Schwimmtraining teilnimmt. Das muss gefördert werden!

Aber nicht nur beim Schwimmen geht es voran: Wir passen unser Trainingsangebot regelmäßig den Wünschen und Bedürfnissen unserer Sportlerinnen und Sportler an und haben inzwischen sowohl morgens um 6:45 Uhr zum Early Morning Laufftreff als auch zu allen Abendterminen einen kleinen, aber feinen Teilnehmerkreis, der aber gerne noch wachsen darf! Und unser Angebot spricht sich rum: Ein herzliches Willkommen an dieser Stelle an unsere MTV-Neueinsteiger!!! Natürlich wollen wir uns jetzt aber nicht ausruhen: Neben weiteren Workshops zu Trainingsplanung, sportartspezifischer Ernährung oder zu eher nicht so verbreiteten Ausdauersportarten wie Nordic Blading oder Skyrunning, werden wir im Frühjahr 2020 unser erstes Tri-Camp

anbieten. Ob als Trainingslager zur Saisonvorbereitung oder einfach nur, um mit Gleichgesinnten intensiv Sport zu treiben und einen aktiven Urlaub zu verbringen: Unser einwöchiges Tri-Camp wird dann alles bieten, was das (Ausdauer-) Herz begehrt: Rennrad- oder MTB-Touren, Lauf- und Schwimmeinheiten, Athletiktraining und Vorträge rund um Ernährung, Trainingsplanung & Co. oder einfach nur freie Zeit, um die Seele baumeln zu lassen. Nähere Informationen gibt's ab Herbst 2019 auf der Website.

Jetzt steht aber noch eine Bitte in eigener Sache an:

Wir suchen aktuell Trainer, besonders mit Fokus auf Laufen, Schwimmen und Athletik.

Um all unsere Ideen umsetzen zu können und die Abteilung nachhaltig voran zu bringen, brauchen wir einfach die richtigen Leute mit Motivation und Biss! Wir bieten dafür viel Gestaltungsspielraum, eine tolle Herausforderung und motivierte Sportlerinnen und Sportler! Weitere Infos zu Einstiegsmöglichkeiten als Trainerin oder Trainer bekommt ihr auf der Abteilungswebsite und unter triathlon@mtv-muenchen.de



Drei Turnriegen am Start zum Bayern Pokal



Franz Tobisch
Abteilungsleiter

Am 25. und 26. Mai fanden im Turnleistungszentrum Unterföhring die ersten Wettkämpfe vom Turngau München zum diesjährigen Bayern-Pokal der Mädchenriegen statt.

In fast dreißig Vereinsgruppen wettkämpfte die weibliche Turnjugend um die Ligaplätze.

War im letzten Jahr nur eine MTV 1879-Mädchenriege im Einsatz, so waren an diesem Wettbewerb gleich drei Riegen am Start. Die Trainingsarbeit von Lisi, Anna, Kristof und Johannes hat viele Mädchen für das Turnen begeistert und die Gruppe vergrößert sich ständig. Mittlerweile wird wöchentlich in sechs Einheiten an den Übungen gefeilt, davon sogar Samstagnachmittag unter besten Bedingungen im Turnleistungszentrum vom Bayerischen Turnverband. Im letzten Jahr schaffte eine Mädchenriege vom MTV 1879 sensatio-



Die MTV Turnriege hat sich in der schweren 2. Liga behauptet

nell den zweiten Platz und somit den Aufstieg in die zweite Liga. Es ging nun darum in dieser höheren Leistungsgruppe zu bestehen. Und das gelang mit einem sauber und konzentriert durchgeturnten Wettkampf mit einem am Ende guten sechsten Platz sehr sicher. Die ersten drei Plätze sind eh schon für die Turnerinnen der Leistungszentren Unterhaching, Oberföhring und SV Jahn München so gut wie gebucht. Mit einem nur sehr knappen Rückstand von fünf Punkten zum vierten Rang sieht man die Orientierung der MTV-Riege an das obere Ligadrittel. Anna, Caroline, Clara, Katja und Laura haben sich somit bravourös in der starken Liga behauptet.

Und wie haben sich die anderen beiden Riegen behauptet?

Das erste Mal sich unter Wettkampfbedingungen dem Publikum und



In ihrem ersten Wettkampf den Ligaplatz gesichert

vor allem den Kampfrichtern zu stellen, ist schon keine geringe Herausforderung; aber beinahe routiniert kamen beide Riegen zum Erfolg.

Eine Turnriege nahm an den Wettkämpfen in der dritten Liga teil. Anna, Lina, Lucy, Maia und Marie konnten durch den achten Platz den Ligaerhalt festigen. Beachtlich bei einer ersten Teilnahme an einem Gauwettbewerb.

Unsere dritte Turnriege startete in der Qualifizierungsgruppe für die dritte Liga. Und tatsächlich, Hannah, Juliane, Leonie, Malika und Maja kamen auf das Siegerinnenpodest. Ob damit der Aufstieg in die dritte Liga geschafft ist und wieviel Plätze für den nächsten Wettkampf im Herbst vakant sind, wird vom BLSV noch geklärt.

... Die Ligaplätze sind gefestigt und eine MTV-Riege stand auf dem Podest. Herzliche Gratulation und eine turnerische Laola-Welle für die Turnerinnen und das Trainerteam.

:: Franz Tobisch, Therese Hölscher



Aus dem Stand auf das Siegerpodest gesprungen...

Wir waren dabei! Bayerisches Landesturnfest 2019

Wieder gab es dieses Jahr ein Event, bei dem die MTV-Turnerschaft nicht fehlen durfte. Das alle vier Jahre stattfindende Bayerische Landesturnfest wurde vom 29.5. bis zum 2.6. in Schweinfurt veranstaltet. Dieses Mal rückten wir mit Verstärkung an. Insgesamt 20 Erwachsene und 18 Jugendliche von 12 bis 17 Jahren waren mit von der Partie.

Schon auf der Hinfahrt herrschte in dem eigens angemieteten Bus beste Stimmung. In Schweinfurt angekommen, bezogen wir zwei Klassenzimmer in einer Schule, unserem Domizil für die nächsten vier Tage. Wie schon in Berlin beim Deutschen Turnfest vor zwei Jahren und beim letzten Bayerischen Turnfest in Burghausen bestritten wir Wahlwettkämpfe. Hierbei entscheidet sich jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer für insgesamt vier Elemente aus den Bereichen Turnen, Leichtathletik und Schwimmen. Helmut, unser jung gebliebener Ältester, belegte den 3. Platz in der Altersklasse 80+. Gratulation, Helmut! Unser zweiter Hoffnungsträger, Franz, musste die Wettkampfteilnahme an der Bayerischen Seniorenmeisterschaft leider verletzungsbedingt absagen, war aber dennoch zur Betreuung und als große moralische Stütze der anderen Turnerinnen und Turner am Start.

Auch bei der Team-Challenge, einer Riesengaudi für Teilnehmer und Zuschauer, war der MTV mit einem hinsichtlich Alter und Geschlecht bunt gemischten Team vertreten. Hier wird eine vorgeschriebene Strecke im Schlauchboot gerudert, zum Ufer geschwommen und anschließend um den See gelaufen. Mit ungebrochener Energie nahmen am letzten Tag noch zwei Teams am Beachvolleyballturnier teil. Bei allen Wettkämpfen feuerten wir uns gegenseitig an. Wir MTV-Turner sind schließlich bekannt für legendäre Fankurven!

Zudem wurde auch ein vielfältiges Rahmenprogramm geboten. Bei durchgehend gutem Wetter war die ganze Stadt erfüllt von bester Turnfestlaune. In einem Park am Main gab es ein großes Areal mit Mitmachangeboten. Diese reichten von Jonglage, Airtrack und rotierenden Kletterwänden bis zu Smoothies, die man sich mittels eigener Muskelkraft auf umgebauten Standrädern selbst mixen konnte. Auch der Baggersee war nach absolvierten Wettkämpfen ein willkommenes Ziel.

Ein besonderer Höhepunkt war die Turnfestgala im Schweinfurter Theater, die mit Aufführungen aus den verschiedensten Bereichen be-



eindruckte. Es wurde jongliert, getanzt, auf mehreren Schwebebalken gleichzeitig geturnt und vieles mehr. Ein gelungener Grillabend im MTV-Kreis rundete das Turnfest würdig ab.

Es waren super Tage mit einer tollen Gruppe. Besonders der Teamgeist unter den Jugendlichen hat mich beeindruckt. Ein herzliches Dankeschön an unsere Organisatoren und Trainer, allen voran Franz und Ruth!

Leipzig (Austragungsort des Deutschen Turnfestes 2021), wir kommen!!!

:: Ninja Burmester-Hauser

Besonders schön fand ich die gemeinsamen Grillabende und die Zeit am See, neben dem Turnen natürlich. Es ist einfach toll, dass wir uns alle gut verstehen, eine tolle Gemeinschaft sind und immer viel Spaß zusammen haben.

Autorin: Anna Buschmann

Ich finde, dass es ein sehr schönes Turnfest war! Besonders, weil man sich auch innerhalb der Turngemeinschaft besser kennen lernen konnte und so auch mit Menschen, die man davor noch nicht so gut kannte, ins Gespräch gekommen ist.

Autorin: Leonie Lange

Am aufregendsten war der Turnwettbewerb. Wir hatten die Möglichkeit, anderen zuzuschauen und sich da eventuell noch etwas abzuschauen. Gleichzeitig war es sehr aufregend, das erste Mal selber bei einem Turnwettbewerb mitzumachen und eine P-Übung vorturnen zu dürfen. Es war ein schönes Gefühl, von allen unterstützt zu werden.

Autorin: Lynn Kremer

Toll war die Anreise, weil alle voller Vorfreude auf das Sportfest und guter Laune waren. Es war sehr lustig und wir hatten viel Spaß mit den Trainern. Erst spät in der Nacht sind wir dann ins Bett. Der Triathlon





ein bisschen mehr Zeit miteinander verbringen konnten und uns dadurch näher kennengelernt haben. Auch mit den anderen Vereinen konnte ich die eine oder andere Freundschaft knüpfen.

Autorin: Marie Epp

Für mich war es das erste große Abenteuer - ohne meine Eltern. Um es gleich vorweg zu sagen: Es war mega! Die erste Busfahrt hat zwar noch etwas lange gedauert - gefühlt eine Ewigkeit (auch wegen der Musik an Bord ;-)). Aber vor Ort war es klasse.

Autorin: Yule Schmidt

hat mir am besten gefallen, weil der ganze Verein uns angefeuert hat und eine Wahnsinnsstimmung war.

Autorin: Maria Willige

Das Turnfest war echt toll. Schön fand ich, dass ganz Schweinfurt beim Turnfest mitgemacht hat. Egal, wo du warst, waren entweder eine Party oder irgendwelche Aktivitäten.

Autorin: Anna Sofia Lower

Wir haben die ganze Stimmung in die Halle gebracht! Der MTV hat geklatscht, angefeuert und applaudiert, egal, ob die Übung mal etwas misslungen oder holprig war.

Autorin: Juliane Pfeifer

Loïc war so freundlich, sich als Heber für akrobatische Figuren zur Verfügung zu stellen und so bekam jeder die Möglichkeit, sich einmal von ihm in die luftige Höhe heben zu lassen und dort akrobatische Posen zu bewerkstelligen. Ein Wunder, dass er es überhaupt irgendwann geschafft hat, mal eine Pause zu bekommen und die Kinder wieder loszuwerden.

Autorin: Laura Heindl

Das abendliche Grillen und das Baden am nahegelegenen See haben außerdem dazu geführt, dass wir, außerhalb vom Training im Verein,

und offene Atmosphäre während der ganzen Events und während der Wettkämpfe gefallen. Man konnte so richtig vergessen, dass eigentlich keine Ferien sind! Auch wenn die Busfahrten in komplett mit schwitzigen Turnern/innen zugestopften Bussen nicht ganz Erholung pur waren, hat es sich dennoch gelohnt!

Autorin: Eugenia Hauser

Die letzten Abende haben wir gegrillt. Nebenbei wurde natürlich immer fleißig geturnt, auf der Slackline balanciert und Ball gespielt. Auch für gute Musik und Stimmung wurde rund um die Uhr gesorgt :) Ich freue mich schon auf das nächste Turnfest!

Autorin: Clara Laschinger





Herren 1 zwischen Umbau und Neustart



Johannes Rieger
Abteilungsleiter

Nur wenige Monate ist es her, als die Herren 1 des MTV München mit einem 3:2-Sieg gegen den ASV Dachau den Klassenerhalt in der dritten Liga Ost sichern konnten. Nun steht die Saison 19/20 bevor und von einer gemütlichen Vorbereitung mussten sich die Verantwortlichen um Andreas Simon und Johannes Rieger früh verabschieden. Zu

groß sind die Veränderungen im Kader und der Sommer war geprägt von der Suche nach Ersatz für abgewanderte Leistungsträger. Der Leitwolf des vergangenen Jahres und frischgewordener Papa Marko Riedlbeck zieht zurück in seine Heimat Dachau, dazu verabschiedeten sich Mittelblocker Alex Einfinger und die Zuspielachse David Panev und Moritz Gärtner.

Neu zum Kader stößt dafür mit Niklas Trogisch ein erfahrener Zuspieler, der in den vergangenen zwei Jahren beim TSV Unterhaching in der zweiten Liga spielte und Rückkehrer Jakob Weiß auf der Diagonalposition, der von seinem Auslandsaufenthalt zurück in die Landeshauptstadt gekommen ist. Dazu bieten die frei gewordenen Plätze im

Kader den Jugendspielern aus der erfolgreichen B-Jugend, die sich erneut bei den deutschen Meisterschaften behaupten konnten, die Chance, auf hohem Niveau zu spielen. Neben Philipp Küchenhoff, dem Shootingstar des vergangenen Jahres, rücken nun auch die Talente Yannik Bache, Luca Völkel, Luca Cafiero, Moritz Bonnhöfer und Yannick Pohl in den erweiterten Kader der Drittliga-Mannschaft, dazu laufen noch Gespräche mit weiteren Neuzugängen. Seit Ende Juli steht die Mannschaft jedenfalls in der Halle und fiebert dem Auftakt beim TSV Deggendorf entgegen, ehe am 21. September das erste Heimspiel gegen den TSV Mühldorf angepfiffen wird.

21.09.19 19:30 TSV Mühldorf
05.10.19 19:30 TSV Eibelstadt
27.10.19 15:00 TSV Zirndorf
02.11.19 19:30 VSV Jena
16.11.19 19:30 VC Zschopau
23.11.19 19:30 Dentalservice Gust VC Dresden
14.12.19 19:30 TSV Friedberg
18.01.20 19:30 TSV Niederviehbach
29.02.20 19:30 ASV Dachau
21.03.20 19:30 8124TSV Deggendorf

Der MTV von 1879 e.V. sucht Unterstützung!



Sehr gerne würden wir einen Kurzfilm über unseren MTV und seine Abteilungen drehen. Falls du Erfahrung im Umgang mit der Kamera und im Schnitt hast und Dich gerne ehrenamtlich engagieren würdest, dann melde Dich doch bitte bei uns.

Interessenten wenden sich bitte an stephan.hohenleitner@mtv.muenchen.de

DANKE!



Unsere jährliche Wanderwoche vom 15.5. bis 22.5.2019



Irene Zollner
Abteilungsleiter

Dieses Jahr haben sich wieder etliche Personen aus unserer großen Wandergruppe auf den Weg gemacht, Lichtenfels und Umgebung in Oberfranken zu erkunden. Am Mittwoch, den 15.5.2019 fuhren wir am Vormittag mit dem Regio vom Hauptbahnhof München los. Nach diversen Änderungen seitens der Bahn erreichten wir dann endlich am frühen

Nachmittag unser Urlaubsziel.

Unsere erste Wanderung am Donnerstag führte uns ins Kloster Banz, auch "Gottesgarten am Obermain" genannt. Im Kloster, gegründet um 1070, befindet sich heute ein Museum mit hochinteressanten prähistorischen Funden. Das Kloster besitzt auch eine eigene Brauerei, deren Besuch wir auf keinen Fall versäumen wollten und so gestärkt ging es zurück nach Lichtenfels.

Am nächsten Tag wanderten wir bei herrlichstem Wetter zur Basilika Vierzehnheiligen, einem architektonischen Meisterwerk von Balthasar Neumann. Nach einer ausgiebigen Besichtigung dieser wunderbaren Barock- und Rokoko-Kirche ging es wieder zurück zu unserem Quartier. Sage und schreibe 16 km haben wir heute zurückgelegt.

Unser Ausflug am Samstag führte uns auf eine Höhe von 539 m über NN zu dem sagenumwobenen Staffelberg, einem steil abfallenden Kalkfelsen. Nach einer ziemlich anstrengenden Tour erreichten wir das 3 ha große Hochplateau, wo wir aufgrund der klaren Sicht einen

traumhaften Panoramablick über das gesamte Obermaintal hatten. Nach einem längeren Verbleib auf dem Plateau ging es wieder talabwärts.

Um uns einen kleinen Überblick über die nähere Umgebung unseres Urlaubsdomizils zu machen, wanderten wir am Sonntag um und über die Dörfer, Täler und Wälder. Das wunderschöne Wetter erlaubte es uns, einen großartigen Ausblick über die ganze Gegend zu genießen. Da der nächste Tag mit Regen begann, gönnten wir uns einen wandrerfreien Tag und besuchten die ca. 4 km entfernte Therme Bad Staffelstein und entspannten dort für ein paar Stunden. Aber ganz wollten wir das Bewegen doch nicht lassen und so ging es anschließend in die Altstadt von Staffelstein, wo wir einige historische Sehenswürdigkeiten besichtigen konnten.

Der vorletzte Tag führte uns durch die deutsche Korbstadt Lichtenfels. Hier dreht sich vieles um diese Handwerkskunst. Die historische Altstadt mit ihrem barocken Rathaus, den stattlichen Bürgerhäusern, dem Stadtschloss, den beiden Tortürmen und vielem mehr lädt zu einem Rundgang ein.

Am Mittwoch mussten wir wieder Abschied nehmen und die Rückreise nach München antreten. Fazit der Wanderwoche: Es hat alles gepasst und den Teilnehmerinnen hat es sehr gut gefallen. Auch die Kilometerzahl der Wanderwoche kann sich sehen lassen. Wir schafften an die „100“ km!!!

:: Organisation: Edeltraud, Bericht: Henriette



KARWENDELHAUS 1765m • Alpenvereinshaus der Sektion MTV München



Das im Jahre 1908 von der Sektion M.T.V. München erbaute Karwendelhaus ist eines der ältesten Schutzhäuser des Karwendelgebirges und der wichtigste Stützpunkt im Naturpark Karwendel. Das Karwendelhaus liegt auf 1765m Seehöhe am Fuße des höchsten Karwendelberges, der Birkkarspitze 2749m.

Bergtouren: Birkkarspitze 2749m, Ödkarspitzen 2745m, Marxenkarspitze 2636m, Große und Kleine Seekarspitze 2677m, Östliche Karwendelspitze 2537m, Vogelkarspitze 2522m. Tourentipp für Mountainbiker: Von Scharnitz durch das Karwendeltal zum Karwendelhaus und zurück oder für besonders

Hüttenanstieg: Von Scharnitz durch das Karwendeltal 4-5 Stunden. Von Hinterriß durch das Johannistal 3-4 Stunden. Von Mittenwald über die Hochlandhütte zum Bärenalpl und zum Karwendelhaus 7-9 Stunden. Über den Hochalmsattel zur Falkenhütte 2-3 Stunden. Hochalpiner Übergang vom Karwendelhaus zur Pleisenhütte und nach Scharnitz 8-10 Stunden.

Konditionsstarke weiter über den kleinen Ahornboden nach Hinterriß und zurück nach Mittenwald/Scharnitz. Das Karwendelhaus verfügt über 50 Betten in Einzel- und Mehrbettzimmern und über 130 Lager- und ist auch für größere Gruppen vorzüglich geeignet.

Unter Führung unseres exzellenten Wirtsehepaars sind Küche und Keller des Karwendelhauses ein echter Geheimtipp. Lassen Sie sich daher überraschen und verbringen Sie einige Tage Ihrer Freizeit im schönsten Gebirge der Ostalpen auf unserem Karwendelhaus. Das Karwendelhaus ist von Anfang Juni bis Oktober geöffnet.

Günstige Nächtigungspreise für alle MTV Mitglieder.

Online Reservierung unter:
www.karwendelhaus.com
Tel: 0043 720 98 35 54

BLECKSTEINHAUS-SPITZINGSEE 1060m • Alpenvereinshaus der Sektion MTV München

Das von der Sektion M.T.V. München erbaute urgemütliche Alpenvereinshaus liegt in wunderbarer Lage ca. 30 Minuten südlich des Spitzingsees und ist über das Tal der roten Valepp auch mit Kindern leicht erreichbar. Das Haus ist ganzjährig bewirtschaftet, hat 22 Betten und 22 Lager, in netten, vollkommen neu gestalteten Zimmern. Unser Haus ist idealer Ausgangspunkt für reizvolle Wanderungen in den Tegerenseer und Schlierseer Bergen und ins angrenzende Tirol. Ideal für Mountainbiker, da fast alle Forststraßen für den Verkehr gesperrt sind.

Im Winter mündet die Langlaufloipe direkt vor dem Haus. Für Alpinfahrer bietet der Skizirkus am Spitzingsee mit seinen schönen Abfahrten, die für jedes Können geeignet sind, den perfekten Genuss. Für Geburtstags- oder Familienfeiern bestens geeignet. Günstige Nächtigungspreise für alle MTV-Mitglieder.

Näheres unter:

Tel. 08026/71204 • Fax 08026/782838
oder www.Blecksteinhaus.de





Die guten
Augustiner-
Biere
in unseren
Sportgast-
stätten



Lazaros & Georgios Metoikidis

Sehr geehrte Gäste,
wir freuen uns Sie in
unserer Mamas Küche willkommen
zu heißen.

Gerne organisieren wir für Sie Ihre
Familienfeier, Geschäftsessen,
Jubiläumsfeier, Geburtstagsfeier und
vieles mehr.



Öffnungszeiten:
Täglich 11:30 – 22:00 ·
Warme Küche 11:30 – 22:00
Alle Speisen auch zum Mitnehmen!

Sportpark Häberlstraße
Telefon Mobil: 0176 / 80732228
E-Mail:
mamas.kueche@mtv-muenchen.de



Giuseppe & Antonio Ciccarone

Die **SZ-Kostprobe** zeigte sich bei
einem Testessen begeistert über die
Küche des »Incontro«. Zitat: »...Mit
dem Essen begibt man sich hier in
die Welt hochklassig professioneller
italienischer Küche...
Es sollte die Welt nur aus gemischten
Vorspeisen bestehen...«

RISTORANTE · CAFÉ · PIZZERIA

Incontro

Italienische Spezialitäten
aus Apulien

Öffnungszeiten:
Dienstag bis Freitag
11.30-14.30 und 18.00-23.00 Uhr
Samstag, Sonn- und Feiertag durchge-
hend geöffnet · Montag Ruhetag

Sportpark Werdenfelsstraße
Tel. 089/714 47 68
Fax 089/719 33 20 ·
E-Mail: incontro@mtv-muenchen.de



Leona & Mathias Jelavic

Alle Fußballübertragungen live
auf SKY auf zwei Großbildwänden
(im Sommer zusätzlich auch im Bier-
garten)

Feste und Veranstaltungen bis zu
100 Personen möglich
(auf Anfrage)

Kroatische &
Bayerische Küche

LIBERO

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 15.00-23.00 Uhr ·
Warme Küche: 17.00-22.00 Uhr
Samstag + Sonntag 11.00-22.00 Uhr ·
Warme Küche: 12.00-21.00 Uhr

Sportpark Werdenfelsstraße
Tel. 089/71 09 04 90
Mobil 0151/52 40 44 45
Fax 089/72 44 17 90 ·
E-Mail: libero@mtv-muenchen.de