



# SPORT FREUNDE HARTECK

Trenkleweg 5 · 80937 München

Vereinszeitschrift Nr. 155 · 1/22



Hier

könnte Ihre Adresse stehen!

Werden Sie Mitglied bei den  
Sportfreunden Hardeck.

# Helfen gewinnt!



**Helfen. Sparen. Gutes tun.**

**Jetzt Lose kaufen!**



Einen BMW 118i oder andere Sach- und Geldpreise gewinnen, mit nur einem Euro? Geht das?

Na klar! Fragen Sie Ihren Berater.

Hier könnte Ihre Anzeige stehen!

1/1 Seite 200,-	(Satzspiegel, b x h: 180 x 265 mm)
2/3 Seite 150,-	(113 x 265 mm o. 180 x 200 mm)
1/2 Seite 125,-	(85 x 265 mm o. 180 x 130 mm)
1/3 Seite 100,-	(56 x 265 mm o. 180 x 87 mm)
1/4 Seite 75,-	(85 x 130 mm o. 180 x 60 mm)

Die Anzeigen-Preise verstehen sich je Ausgabe bei einer Buchung von mind. 4 aufeinanderfolgenden Ausgaben sowie zzgl. der jeweils gültigen MwSt.

Rabatte u. Zuschläge: Buchung mehrerer Anzeigen in einer Ausgabe -20% · Umschlagseite innen (U2 o. U3) +25% · Umschlagseite außen (U4) +75% · Buchung einzelner Ausgaben +20% · Konkurrenzausschluss +25%

1/4 Seite  
nur  
**75,-**

Ergänzende Werbebox auf unserer Webseite exklusiv +75,- EUR für drei Monate. Rotation mit anderen +30,- EUR für drei Monate

Noch keine passende Anzeige? Gerne vermitteln wir Ihnen die Gestaltung Ihrer Anzeige! Ihr gewünschtes Format ist nicht dabei? Sie wünschen eine Sonderwerbeform? Sprechen Sie uns an!

[anzeigenverwaltung@harteck.de](mailto:anzeigenverwaltung@harteck.de)

## SIRL INTERAKTIVE LOGISTIK GMBH

**TRANSPORT  
PRODUKTGUTLAGER  
BEWEGTER HANDEL**

Siemensstraße 16 · 85716 Unterschleißheim  
Telefon (0 89) 35 63 63 - 0 / Fax - 999 / [www.sirl-logistik.de](http://www.sirl-logistik.de)



04	EDITORIAL
05	HAUPTVEREIN
07	JUDO
10	TURNEN
12	HALLENBELEGUNGSTABELLE
14	JU-JUTSU
18	KISS
20	TAEKWONDO
22	VOLLEYBALL



Ju-Jutsu-Übungsstunde

Großes Titelbild: 50 Jahre Ju-Jutsu

Kleines Titelbild: Taekwondo: 7. Dan für Meister Hesse

### IMPRESSUM [www.harteck.de](http://www.harteck.de)

#### GESCHÄFTSSTELLE

Sportfreunde Harteck München e.V.  
Trenkleweg 5  
80937 München  
Telefon 089 - 37 15 95 62  
Telefax 089 - 37 15 95 63  
info@harteck.de  
Geschäftszeit: Do. 18.00 - 20.00 Uhr  
(außer in den Ferien)

#### VEREINSHEIM GASTSTÄTTE

Trenkleweg 5  
80937 München  
Telefon 089 - 18 91 77 63  
gaststaette@harteck.de

#### SPORTPLATZ

Bezirkssportanlage  
Wegenerstraße 10  
Telefon 089 - 311 70 87

#### HERAUSGEBER UND VERLEGER

Sportfreunde Harteck München e.V.  
Trenkleweg 5  
80937 München  
Telefon 089 - 37 15 95 62  
Telefax 089 - 37 15 95 63

#### LAYOUT

QuerFormat Werbeagentur  
Karola Kennerknecht  
info@querformat-werbeagentur.de

#### VEREINSFOTOGRAF

René Weil  
Frauenmantelanger 31  
80937 München  
Mobil 0171 - 843 84 52  
rene.weil@harteck.de

#### DRUCK

BluePrintAG  
Lindberghstraße 17  
80939 München

#### VORSTAND

**Vorsitzender**  
Michael Hesse  
Eschenweg 1  
85521 Ottobrunn  
Telefon: 089 - 54 87 82 30  
michael.hesse@harteck.de

#### STELLVERTRETUNG FINANZEN

Andreas Mutzel  
Rahel-Straus-Weg 4  
81673 München  
Mobil 0179 - 7 76 36 48  
andreas.mutzel@harteck.de

#### STELLVERTRETUNG VERWALTUNG

Friedrich Schottenheim  
Josef-Ressel-Straße 9a  
80937 München  
Telefon 089 - 311 35 78  
friedrich.schottenheim@harteck.de

#### STELLVERTRETUNG SPORT

Wolfgang Gah  
Max-von-Laue-Straße 9  
80937 München  
Telefon 089 - 313 48 80  
wolfgang.gah@harteck.de

#### EHRENVORSITZENDER

Josef Nadler  
Spitzerstraße 58  
80939 München  
Telefon 089 - 311 55 97  
josef.nadler@harteck.de

#### DATENSCHUTZBEAUFTRAGTER

Derzeit nicht besetzt

#### VEREINSJUGENDLEITER

Florian Sachs  
Weitstraße 111  
80935 München  
Telefon 089 - 313 03 09  
florian.sachs@harteck.de

#### STELLVERTRETENDER VEREINSJUGENDLEITER

Serat Askin  
serat.askin@harteck.de

#### BEISITZER JUGENDLEITUNG

Benjamin Martan  
benjamin.martan@harteck.de  
Stephanie Piereth  
stephanie.piereth@harteck.de

#### JUGENDSPRECHERIN

Nessrin Noman  
nessrin.noman@harteck.de

#### JUGENDSPRECHER

Omar Barezai  
omar.barezai@harteck.de

#### FUSSBALL

Goran Mirkovic  
Admiralbogen 29  
80939 München  
Mobil 0177 - 2 14 85 58  
fussball@harteck.de

#### JUDO

Alwin Brenner  
Dachauer Straße 74b  
85229 Markt Indersdorf  
Telefon 08136 - 71 26  
judo@harteck.de

#### TURNEN

Birgit Piereth  
Glockenbecherstraße 7a  
80935 München  
Telefon 089 - 31 23 20 31  
Mobil 0163 - 204 30 33  
turnen@harteck.de

#### VOLLEYBALL

Sebastian Rembe  
Lerchenstraße 80  
80995 München  
Mobil 0171 - 4 92 26 59  
volleyball@harteck.de

#### JU-JUTSU

Reinhard Schroll  
Ebereschenstraße 47  
80935 München  
Telefon 089 - 351 41 94  
jujutsu@harteck.de

#### TAEKWONDO

Michael Hesse  
Eschenweg 1  
85521 Ottobrunn  
Telefon 089 - 54 87 82 30  
taekwondo@harteck.de

#### KINDERSPORTSCHULE (KISS)

Sebastian Heidrich  
Telefon 089 - 54 87 82 29  
Mobil 0176 - 49 61 88 56  
kiss@harteck.de

ERSCHEINUNGSWEISE  
vierteljährlich

REDAKTIONSSCHLUSS nächste Ausgabe 24.03.2022 REDAKTION Florian Sachs (verantwortlich), Christina Schimann, Pressewarte der Abteilungen

Die abgedruckten Artikel stellen die Meinung des jeweiligen Verfassers dar. Der Verkaufspreis ist durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten. Die Inhalte unserer Vereinszeitung beziehen sich in gleichem Maße auf alle Menschen. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird jedoch die männliche Form für alle Personenbezeichnungen gewählt. Dabei werden stets alle Geschlechter mitgedacht. Eine Ausnahme bilden die Inhalte, die konkret auf einzelne Personen bezogen werden.

# EDITORIAL



Liebe Sportfreundinnen,  
liebe Sportfreunde,

im Namen der gesamten Vorstandschaft darf ich Euch herzlich im neuen Jahr 2022 willkommen heißen. Wir hoffen sehr, dass ihr wohlbehalten im Jahr 2022 angekommen seid und wir freuen uns darauf, auch dieses Jahr wieder mit Euch gemeinsam zu gestalten.

Sport macht bekanntlich gesund – allerdings nur solange man ihn auch ausführen kann! Gemäß diesem Motto tun wir unser Bestes, um Euch das optimalste Trainingsangebot hier in Harteck anbieten zu können. Dennoch können wir uns auch nicht über die besonderen Regelungen dieser aktuellen Situation hinwegsetzen. Derzeit (Stand Redaktionsschluss) wird in den Abteilungen unter 2G+ Bedingungen trainiert und vereinzelt werden auch Online-Angebote wahrgenommen. Wir alle hoffen, dass wir diese Zeit gut überstehen und bald wieder unter „Normalbedingungen“ weitermachen können.

Stichwort „gut überstehen“: Damit wir alle gut durch diese schwierigen Zeiten kommen, haben wir vergangenes Jahr unseren Beitrag reduziert und versucht, Euch über diverse Online-Möglichkeiten ein alternatives Sportangebot zu ermöglichen.

Stichwort „normal“: Das führt mich doch direkt zu einem wichtigen Termin in diesem Jahr, den ich Euch bitte, in Eurem Terminkalender zu vermerken: Am 12. Mai steht wieder unsere alljähr-

liche Vereinsjugend- und Mitgliederversammlung auf dem Terminplan, zu der ich Euch hiermit recht herzlich einladen darf: Wir treffen uns, wie üblich, um 18.00 Uhr bzw. 20.15 Uhr in unserer Vereinsgaststätte Harteck, Trenkleweg 5, 80937 München (Die Einladung mit Tagesordnung folgt in der nächsten Ausgabe und ab Anfang April unter [versammlung22.harteck.de](http://versammlung22.harteck.de)). Die Vorstandschaft freut sich auf Euer zahlreiches Erscheinen.

Neben den rein sportlichen Angeboten wollen wir in Harteck auch das gesellige Miteinander und die persönlichen Kontakte pflegen. Leider konnten wir auch dieses Jahr unseren traditionellen Neujahrsempfang nicht durchführen. So setzen wir jetzt die Hoffnung auf den Sommer und ein entsprechendes Sommerfest. Bitte beachtet die aktuellen Informationen. Vielleicht ergibt sich ja doch wieder zwischendurch die eine oder andere Begegnung in unserem Vereinsheim. Ich freue mich darauf – und auf Euch.

Ich wünsche Euch noch viel Spaß beim Lesen und Stöbern in der neuen Ausgabe unserer Vereinszeitung und in diesem Sinn natürlich auch ein gutes und gesundes Training sowie weiterhin viel Erfolg – bei uns den Sportfreunden Harteck.

Michael Hesse  
Vorsitzender

## UNSER TEAM



Josef Nadler  
Ehrenvorsitzender



Andreas Mutzel  
Stellv. Finanzen



Friedrich Schottenheim  
Verwaltungsleiter



Wolfgang Gah  
Sportleiter



Florian Sachs  
Jugendleitung



Goran Mirkovic  
Fußball



Reinhard Schroll  
Ju-Jitsu



Alwin Brenner  
Judo



Sebastian Heidrich  
KISS



Michael Hesse  
Taekwondo

## Liebe Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser,

erlauben Sie mir, dass ich heute ein Thema anspreche, welches mich schon seit einiger Zeit umtreibt.

### Warum ist das Ehrenamt für unsere Gesellschaft so wichtig?

Vorab möchte ich zum Einstieg in dieses Thema einige grundsätzliche Feststellungen treffen, die häufig in der Presse und anderen Medien immer wieder angesprochen werden. Ehrenamtliche Arbeit ist ein wichtiger Bestandteil unserer demokratischen Gemeinschaft und spielt im gesamtpolitischen Leben eine bedeutende Rolle. Neben gesellschaftlicher Verantwortung ist ehrenamtliche Arbeit aber auch ein großes politisches Thema. In der Vergangenheit wurde durch die Politik der Weg vom Sozialstaat hin zu mehr Selbsthilfe-Initiative verfolgt. Die Bürger sollen mehr in die Verantwortung genommen werden – und so ihr soziales Bewusstsein stärken. Bei vielen sozialen Projekten wurde der Rotstift angesetzt und reguläre Jobs wurden durch ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ersetzt. Diese Vorgehensweise sorgt in der Gesellschaft auch immer wieder für Kritik am Umgang mit ehrenamtlicher Arbeit.

Deutschland gehört zu den Ländern mit überdurchschnittlich hohem bürgerlichen Engagement. Ca. 31 Millionen Menschen sind in Deutschland in ihrer Freizeit ehrenamtlich beschäftigt. Ehrenamtliche Helfer und Helferinnen werden in unserem Land mehr denn je gebraucht, denn die Kassen vieler Kommunen sind leer und die Städte und Gemeinden sind auf die freiwillige Arbeit engagierter Menschen angewiesen. Ohne das Ehrenamt würde das gesellschaftliche Leben in vielen Bereichen zum Erliegen kommen und eine Versorgungslücke entstehen. Insbesondere Initiativen in sozialen, pädagogischen und kulturellen Lebensbereichen profitieren vom bürgerschaftlichen Einsatz.

Das gilt insbesondere auch im sportlichen Amateur-Bereich. Hier wäre ohne die unzähligen Helfer und Helferinnen (Vorstandsmitglieder, Übungsleiter, Trainer, Betreuer, Fahrer, usw.) ein einwandfreier Sportbetrieb undenkbar.

Ich bedanke mich bei unserem Vorstand, der sich ja wieder für zwei Jahre zur Verfügung gestellt hat. Bedanken möchte ich mich auch bei allen Abteilungsleitungen, Trainern und Trainerinnen, Helfern und Helferinnen, usw., die tagtäglich für unseren Verein ehrenamtliche Arbeit zum Wohle der Bürgerschaft des Münchner Nordens verrichten.

Josef Nadler  
Ehrenvorsitzender

## 80. Geburtstag Reiner Sirl

am 4. November 2021 feierte Reiner Sirl, der Gründer unserer Vereinszeitschrift (erste Ausgabe im Juli 1983) und langjähriger Redakteur dieses wichtigen Kommunikationsmittels unseres Vereins, seinen 80. Geburtstag.

Sportkamerad Sirl ist seit 1963 Mitglied in der Fußball-Abteilung unseres Vereins. Praktisch ist er seit diesem Zeitpunkt bis zum heutigen Tag auch Sponsor des Vereins. Ohne sein persönliches Engagement wäre unsere Vereinszeitschrift, die in Sportkreisen Münchens großes Ansehen genießt, nicht denkbar gewesen. Bis in die 90er Jahre des vergangenen Jahrhunderts spielte er noch bei den Fußball-Veteranen einen hervorragenden Libero. Es



Serat Askin  
Stellv. Jugendleitung



Benjamin Martan  
Beisitzer Jugendleitung



Stephanie Piereth  
Beisitzer Jugendleitung



Nessrin Noman  
Jugendsprecherin



Omar Barezai  
Jugendsprecher



Birgit Piereth  
Turnen



Sebastian Rembe  
Volleyball



Barbara Franz  
Geschäftsstelle



René Weil  
Vereinsfotograf



gab keine Tätigkeit und kein Amt, das er in der Fußball-Abteilung nicht ausgefüllt hatte. Aktive Spielzeiten in Schüler-, Jugend- und Senioren-Mannschaften prägten seine sportliche Laufbahn. Als Trainer der ersten Mannschaft, Betreuer, technischer Leiter

und jahrelanger Abteilungsleiter in der Fußball-Abteilung, leistete er hervorragende Arbeit für den Verein und damit auch für die Bevölkerung unseres Stadtgebiets.

Leider hatte Sportkamerad Sirl vor einigen Jahren einen schweren Schlaganfall, der ihm seine große Vitalität raubte. Dank guter Ärzte und seiner guten Konstitution, geht es ihm heute, trotz vieler Einschränkungen, wieder relativ gut.

Wir wünschen ihm zusammen mit seiner Familie weiterhin gute und endgültige Genesung.

Als Ehrevorsitzender des Vereins überbrachte ich, unter Berücksichtigung der vorgeschriebenen Auflagen der Corona-Pandemie, im Namen des Vorstands und der Mitglieder des Vereines, die Glückwünsche zu seinem Ehrentag. Dies war verbunden mit einem Gutschein für einen Besuch unseres Vereinsheimes, zusammen mit seiner Gattin.

Wir hoffen, dass sich der Gesundheitszustand des Jubilars Tag um Tag verbessert und er noch lange Zeit unserem Verein verbunden bleibt.

Josef Nadler  
Ehrevorsitzender

## Bitte vormerken:

Mitgliederversammlung und Vereinsjugendversammlung am 12. Mai 2022.

Details in der nächsten Ausgabe und aber Anfang April unter [versammlung22.harteck.de](http://versammlung22.harteck.de)

## Hier schreibt der VwL

### Hallo Hartecker, hallo Freunde des Sports!

Ich habe nachgefragt und bereits im zehnten Jahr verlängert die Privatbäckerei Wimmer auch heuer wieder die Vereinsaktion. Wir bekommen, wie bekannt, zehn Prozent der Kassenzettel-Umsätze gutgeschrieben. Da kommt immer schön was zusammen. Wenn Corona es zulässt, kann sich die Jugend fürs diesjährige Sommerfest freuen!

Lasst mir die Bons bitte ab sofort wieder über die Geschäftsstelle zukommen (Briefkasten beim Vereinsheim). Dort werden sie in der Box vom Wimmer gesammelt. Noch besser – persönlich vorbeischaun. ☺

Gruß Fritz, Euer Kassenzettel-VwL



## Vorwort

Wir können stolz auf uns sein! Stolz darauf, dass es uns gelungen ist, in schwierigen Zeiten zusammenzuhalten. Stolz darauf, dass uns auch die pandemische Durststrecke nicht austrocknen hat lassen. Stolz auf die Investition in Bildung, Softskills, Gürtelprüfungen, Trainerinnen und Trainer. Stolz, für den Blick in die Zukunft mit Investitionen für Jahrzehnte. Stolz darauf, dass die Trainerweiterbildung „Inklusion“ bei uns in München stattfinden konnte und das mit dem Segen der Verantwortlichen beim Deutschen Judo-Bund. Stolz darauf, dass die Judoabteilung, gegen den Trend, wächst. Die Grundlage dazu ist die Kontinuität aller Aktiven und das Fundament, auf dem die Judoabteilung nun seit 1964 steht.

## Eine sportliche Zeitreise

Capoeira-Mestre Kapacete und Contramestre Sabiá führen uns auf eine sportliche Zeitreise zu den Anfängen des Capoeira. Wir sind hier nicht Teilnehmer eines Sport-Events. Gewiss, alle laufen zum Aufwärmen durch die Sporthalle. Doch plötzlich kommen die Fänger – Angehörige anderer afrikanischer Stämme, die uns an die Portugiesen und Engländer verkaufen wollen und damit in die Sklaverei.

In jeder Ecke lauert die Gefahr, bald sind alle gefangen. Ab ins Sklavenschiff, die Reise nach Brasilien beginnt. Die Ozeanüberquerung ist hart. Der Leiter der Reise in die Vergangenheit beschreibt, wie ca. 400 Personen wochenlang auf engstem Raum befördert wurden. Nur wenige erreichten Brasilien lebend.

Am Ziel erwartet uns schwere Arbeit, die in der Sporthalle durch Kniebeugen und andere Kraftübungen dargestellt werden. Sklaven wurden vor allem in Zuckerrohr-, Tabak- und Baumwollplantagen eingesetzt. Der Arbeitstag war lang und in den seltenen Pausen suchten die Sklaven nach Zerstreuung. Inspiriert von den Tänzen, Ritualen und Musikelementen der Heimat entstand eine Körpertechnik, die vor allem dazu diente, ihre Selbstachtung durch Musik, Gesang, Körperbeherrschung, Kampf, Tanz, Philosophie und Spiel zu wahren – und damit eine Art Widerstand entgegenzusetzen. Die Bewegungsabläufe sind beim Capoeira nicht fest-

gelegt, sondern entstehen in ständiger Geschmeidigkeit und Reaktion auf die Bewegungen des Partners.

Jetzt sind wir dran. Mit den erlernten Grundlagen der Capoeira-Technik sollen wir uns fließend bewegen. Frei nach Rhythmusgefühl und Wahrnehmungsvermögen spielen wir miteinander, greifen abwechselnd an, ziehen uns zurück und täuschen. Die schweißtreibenden Übungen werden von Zeit zu Zeit unterbrochen. Dann versammeln wir uns in einem Kreis – der Roda – und musizieren. Im Vergleich zu anderen Kampfkünsten ist die Musik ein wesentlicher Bestandteil des Capoeira. Die Spiele werden von traditionellen Instrumenten, Gesang und Klatschen begleitet und mit der Zeit lernt jeder Schüler diese Elemente zu beherrschen. Wir bewegen uns weiter in der Zeit. Innerhalb von zwei Tagen decken wir über 350 Jahre Geschichte ab und verstehen mit dem eigenen Körper die Entwicklung, die der heutige Sport über die Jahrhunderte genommen hat. Trotz der harten geschichtlichen Fakten war die Stimmung zu keinem Moment bedrückt. Die Mestres haben uns auf eine fantastische Reise entführt. Doch anders als die Sklaven damals, kehren wir nach Hause zurück und freuen uns auf den Muskelkater.

Mulher Maravilha und Richard

## Danke für die Spenden

Die Judo Abteilungsleitung bedankt sich bei allen Spendern und Unterstützern für unsere Judokinder und deren Mutter. Der Vater ist durch einen tragischen Unfall von uns gegangen. Der eingegangene Betrag wurde der Familie in vollem Umfang ausgehändigt. Über diese Maßnahme hinaus, erhält die Familie durch die Abteilung mit Rat und Tat weitere Unterstützung. Danke!

## Ligabetrieb

Es ist wieder soweit, die Ligen in der Kreis- und Bayernliga sowie der Jugendliga stehen an. Die Planungen sind weitgehend abgeschlossen. Nun fehlt nur noch, wie im letzten Jahr, das „Go“. Bevor dieses endgültig erteilt wird, möchten wir die pandemische Lage weiter beobachten und werden Euch in der nächsten Vereinszeitungsausgabe, Termine, Mannschaft und Begegnungen bekanntgeben. Bis dahin bleibt gesund und drückt die Daumen!

# JUDO

## Hohe Ehrungen für Hartecker

Wie uns mitgeteilt wurde, wird unser Abteilungsleiter Alwin Brenner vom Deutschen Judo-Bund (DJB) die silberne Ehrennadel für sein jahrzehntelanges Engagement im Bereich Inklusion erhalten.

Christian Zeilermeier erhält die bronzene Ehrennadel für sein außerordentliches Engagement in Verbindung mit der Flucht der Judotrainerin „Lina“ aus Kabul/Afghanistan. Wir gratulieren den beiden zu der hohen Ehrung durch den DJB.



*Ehrung für Christian Zeilermeier*

# fit 2 drive

*...mehr als nur ein Lebensgefühl*

**Ausbildung in den Klassen:**  
B, BE, B-Automatik,  
A, A2, A1, M

**Zusatzangebote:**

- Prüfungsvorbereitungen
  - für die Theorie am Computer
  - für die Praxis mit Videoaufzeichnungen
- Dokumentation des Leistungsstandes auf pers. Trainingskarten nach jeder Fahrstunde
- Fahreignungsseminar (FES) - Verkehrspädagogischer Teil
- Aufbaueminare für Fahranfänger (ASF)

*...mit mehr Sicherheit  
durch unsere gute Ausbildung!*

**FAHRSCHULE AM HARTHOF**  
GmbH  
Weyprechtstr. 76  
80937 München  
Tel: 089- 31 600 600  
Mobil: 0173 - 8 62 09 31  
Fax: 089- 31 600 602

**Unterricht:**  
Mo. 19.30 - 21.00 Uhr  
Do. 19.30 - 21.00 Uhr  
Sa. 10.30 - 12.00 Uhr  
Zusatztermine möglich

**Bürozeiten:**  
Mo. - Fr. 12.00 - 19.30 Uhr  
Sa. 12.00 - 14.00 Uhr

[www.fit-2-drive.de](http://www.fit-2-drive.de) • [info@fit-2-drive.de](mailto:info@fit-2-drive.de)



## Hornet im DBS-Nachwuchskader für Para-Judo

Inklusion ist bei den Hornets Alltag und auch im Para-Judo stehen wir national mit unseren neuen Trainern Stefan Axt und Christian Zeilermeier mit an der Spitze!

Diese herausragenden Erfolge in der Vergangenheit sollen jedoch nicht nur in unsere Annalen eingehen, sondern wir möchten die Erfolgsgeschichte weiterschreiben. Daher sind wir sehr stolz, einen unserer hoffnungsvollsten Nachwuchstalente im Para-Judo an dieser Stelle kurz vorstellen zu dürfen.

Samuel van Melle ist ein 14-jähriger Teenager, der fleißig und eifrig, regelmäßig bei Yusuf Güngörmüs und Thomas Lorenz im Training, zusammen mit anderen, sein Bestes gibt. Auf den ersten Blick fällt gar nicht auf, was Samuel von den anderen in seiner Gruppe unterscheidet. Der bescheidene und freundliche Gymnasiast ist schon von Geburt an hochgradig sehbehindert. Trotz seiner Einschränkung ist er fester Bestandteil unserer Jugendmannschaft, die in den vergangenen Jahren auf Bezirks- und Landesebene äußerst erfolgreich war. Auch bei Einzelwettbewerben konnte „Sam“ schon jede Menge Medaillen erkämpfen und dies bislang ausschließlich bei Wettbewerben mit Kontrahenten ohne Handicap. Mit einer Sehkraft von circa 3 Prozent, stellt dies eine ganz enorme Leistung dar, worauf er ganz besonders stolz sein kann. Am Ende des vergangenen Jahres wurde er daher in den Nachwuchskader Para-Judo des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) aufgenommen. Samuels persönliches Ziel ist es, hier dauerhaft „Fuß zu fassen“ und wenn möglich, sich alsbald



Samuel und Thomas

für die Paralympics als Athlet zu qualifizieren. Auf diesem Weg werden wir „Hornets“ ihn so gut wie möglich unterstützen und wünschen ihm, dass er sein Ziel erreicht. Sein nächster Einsatz im Para-Judo werden die German-Open in Heidelberg sein.

### Mitgliedschaftsbestätigung

zur Vorlage bei der Krankenkasse, Behörden, etc.\*



Hiermit bestätigen wir, dass

Name:

geb. am:

im Jahr:   seit:

Mitglied bei den Sportfreunden Hardeck München e.V. ist.

Stempel/Unterschrift

\*Bitte ausfüllen und in der Geschäftsstelle oder von Eurem Abteilungsleiter abstempeln lassen

# TURNEN

## Die Bedeutung von Sportvereinen

Die letzten 20 Monate haben verdeutlicht, was den Sportbegeisterten in der Stadt ohnehin klar war: Vereine sind wichtig. Mehr noch: Sie sind eine bedeutende Stütze des Gemeinwohls und als solche systemrelevant (von Katharina Seßler, MSJ-Magazin 04/2021, S.13). Wir, die Turn- und Fitnessabteilung, können diese Aussage nur unterstreichen und sie wie hier in der Vereinszeitung in die Welt hinaustragen. Es ist wichtig, Klartext zu sprechen. Der Mensch ist auf Bewegung ausgelegt. Er ist ein soziales Wesen. Diese und viele andere Aspekte sprechen für ein gutes Miteinander innerhalb der Vereinsarbeit und den Übungseinheiten in den Sportstätten. Wir freuen uns darauf, wieder voll einsteigen zu können und Euch bei der Abteilungsversammlung am 28. April 2022 zu sehen.

Gülfi

## Danke

Ich möchte mich herzlich bei allen Trainern und Trainerinnen und Barbara, unserer guten Seele in der Geschäftsstelle sowie unserem Vorstand bedanken. Alle stecken sehr viel Zeit und Begeisterung in die Aufrechterhaltung des Sportbetriebs. Am liebsten möchte ich hier jeden einzeln aufzählen, aber das ist leider nicht möglich. Trotzdem vielen Dank an alle! Einzeln nennen möchte ich aber noch Christine. Sehr leid tut es mir, dass Christine ihr Amt zur nächsten Wahl abgeben möchte. Christine hat mich immer unterstützt, ohne ihre Hilfe hätte ich es nicht geschafft. Vielen Dank. Bei Gülfi und Pit möchte ich mich bedanken, die uns trotz des weiten Fahrwegs tatkräftig unterstützen.

Auch bei Steffi möchte ich mich herzlich bedanken. Ohne ihr Engagement, vor allem im Bereich EDV, wäre beispielsweise das Online-Training nicht möglich gewesen. Die Einteilung der Kinder in



festen Gruppen, damit ein Training mit Corona möglich war, hat sie ebenfalls durchgeführt. Durch diese professionelle Organisation ist unsere Mitgliederanzahl sehr gestiegen und wir konnten das Kinder- und Jugendangebot enorm erweitern. Vielen Dank! Es freut mich sehr, dass Steffi den Verein weiterhin unterstützen möchte, trotz Job und Studium.

Falls es coronabedingt möglich ist, findet am 28.04.2022 unsere Abteilungsversammlung ab 20.00 Uhr im Vereinsheim statt. Das nachträgliche Jahresabschlussessen beginnt um 19.00 Uhr. Ich freue mich auf rege Teilnahme. Bitte um Anmeldung und Anträge an [turnen@harteck.de](mailto:turnen@harteck.de).

Liebe Grüße  
Birgit

Aktuell hat die Turnabteilung ca. 480 Mitglieder, wovon ca. 320 Kinder und Jugendliche sind. Für die 320 Kinder und Jugendlichen gibt es 13 Turnstunden. Außerdem gibt es ein breites Angebot für unsere erwachsenen Mitglieder.

Damit wir die große Anzahl an Stunden aufrechterhalten können und keine Stunden schließen müssen, benötigen wir auch im Jahr 2022 viele helfende Hände. Solltest Du Lust haben, uns zu unterstützen, dann spreche uns einfach in den Stunden an oder melde Dich unter [turnen@harteck.de](mailto:turnen@harteck.de). Besonders für die Kinder- und Jugendturnstunden benötigen wir dringend Unterstützung. Sollte es uns nicht gelingen, den ein oder anderen von Euch dafür zu begeistern, werden wir im kommenden Jahr leider einige Trainingseinheiten streichen müssen. Wir benötigen daher dringend Eltern, größere Geschwister oder einfach Turnbegeisterte, die uns im kommenden Jahr in den Trainingseinheiten unterstützen. Solltest Du Dir nicht sicher sein, ob Dir so etwas liegt, dann sprich uns an und sei bei einer Probestunde dabei. Solltest Du anschließend längerfristig Interesse haben, unterstützt Dich die Abteilung Turnen bei Fort- und Weiterbildungen.

Steffi & Birgit

### Abteilungsversammlung mit Wahl und nachträglichem Jahresabschlussessen

**Datum:** 28. April 2022  
**Ort:** Vereinsheim (Trenkleweg 5)

**Einlass:** 19.00 Uhr  
mit nachträglichem  
Jahresabschlussessen

**Beginn:** 20.00 Uhr  
Anträge bitte bis 17. April 2022  
an [turnen@harteck.de](mailto:turnen@harteck.de).

Coronabedingt kann es zu einer erneuten Verschiebung kommen.  
Informationen zum Essen folgen.

## Jugendvertretung steht

Am 12.11.2021 fand um 19.00 Uhr die Jugendversammlung der Abteilung Turnen in der Grundschule Eduard-Spranger-Straße statt. Nach einem kurzen Bericht der Jugendleitung wurde diese neu gewählt. Als Jugendsprecherin wurde Annika Gebhard und als Jugendsprecher Nico Piereth gewählt. Beide besuchen die Parkour-Stunde am Donnerstag. Zudem ist Annika auch als Assistentin an mehreren Tagen aktiv und geht neben Parkour auch in die Turnstunde ab 12 Jahren am Freitag. Beide stehen den Kindern und Jugendlichen mit offenem Ohr zur Seite und tragen Anregungen und Probleme an die Jugendleitung weiter. Als Jugendleiterin wurde Stephanie Piereth wiedergewählt. In Zukunft wird in der Jugendleitung auch Sonja Gebhard als Beisitzerin unterstützen. Sie ist seit



Jugendleitung 2021

2013 im Verein als Teilnehmerin aktiv und hilft seit einigen Jahren als Assistentin. Im Herbst 2021 hat sie ihre Übungsleiter C Ausbildung mit Erfolg abgeschlossen. Wir gratulieren ihr hierzu herzlich.

## Neue Helfer

Wir freuen uns seit September 2021 einige neue Helfer begrüßen zu dürfen. Vielen Dank das ihr uns unterstützt. Ebenfalls möchten wir zu bestandenen Prüfungen gratulieren. Hier stellen wir Paul vor. In der nächsten Ausgabe folgen Sophie, Fine, Sonja, Eileen, Annika ...Paul Ruppert ist seit September 2021 als Trainer im Parkour dabei

Hallo, mein Name ist Paul, ich bin 17 Jahre und in meiner Freizeit fahre ich sehr oft Mountainbike und treffe mich mit Freunden. Früher habe ich sehr viel Parkour trainiert, was ich wegen Corona leider aufhören musste. Jetzt kann ich mit Sabiá zusammen die Kinder darin trainieren, was sehr viel Spaß macht!



## Tanzkurs Nachrichten

Was haben wir im letzten Kurs gelernt? Rumba: neu war „Cross Body Lead“-slow

Der Tänzer lockert die geschlossene Tanzhaltung und bietet seiner Dame eine Passage. Die Dame schreitet auf dieser Passage am Tänzer vorbei, beendet die Passage mit einer halben Linksdrehung und der Tänzer schließt wiederum die Tanzhaltung.

War doch nicht so kompliziert, wie es zunächst aussah.

Direkt nach dem letzten Trainingsabend überraschten einige Teilnehmer mit leckeren Weihnachtsplätzchen und gut gewürztem heißen Umtrunk vor dem wunderschön dekorierten und leuchtenden Weihnachtsbaum. Herzlichen Dank! Auch die am Boden abgestellten Kerzen in Gläsern funkelten wie Sterne und wärmten uns trotz klirrender Kälte beachtlich.

Wieder ein „Happy End“.

## Parkour bei Harteck

Im April 2021 entstand in der Abteilung Turnen eine neue Gruppe, die es in diesem Umfang noch nicht gab. Mit großem Interesse wurde für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren eine Parkourstunde eröffnet. Mit den Trainern Sabiá und Paul trainieren die Teilnehmer jeden Donnerstag ehrgeizig und mit großem Erfolg. Dabei kommt der Spaß auch nicht zu kurz. Wir erlernen beim Springen über Kästen einige Tricks oder lernen und verbessern Saltos am kleinen Trampolin.

Ein großes Dankeschön möchte ich an Steffi und Birgit richten, die diese Stunde relativ spontan zu Stande haben kommen lassen, trotz der schwierigen Arbeit während der Coronasituation. Ebenfalls ein herzliches Dankeschön an Sabiá und Paul, die die Parkourstunde am Donnerstag leiten.

Annika Gebhard



Tanzgruppe nach dem Einsatz

# UNSER SPORTANGEBOT

SPORTABTEILUNG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>FUSSBALL</b>					
D2 (11 bis 13 Jahre) Sommer	17:00 bis 19:00 ■			17:00 bis 19:00 ■	
D2 (11 bis 13 Jahre) Winter	17:00 bis 18:30 ■			17:00 bis 18:30 ■	
<b>JUDO</b>					
Mini-Judo (3 bis 5 Jahre + Anfänger)	17:30 bis 19:00 ■			16:30 bis 17:15 ■	
Jugend (8 bis 10 Jahre)				17:15 bis 18:15 ■	
Jugend (10 bis 14 Jahre)				18:15 bis 19:30 ■	
Wettkampftraining (14 bis 17 Jahre)			17:30 bis 19:00 ■		
Judo Prüfungsvorbereitung (ab 16 Jahre)			19:30 bis 21:15 ■		
Judo (ab 18 Jahre)				19:45 bis 21:15 ■	
Anfänger (8 bis 10 Jahre)		17:15 bis 18:15 ■			
Wettkampftraining (10-12 Jahre)		18:15 bis 19:30 ■			
Breitensport (bis 14 Jahre)		18:15 bis 19:30 ■			
OPEN MAT Freies Training		19:30 bis 21:00 ■			
G-Judo	18:15 bis 19:45 ■			18:00 bis 19:30 ■	
Selbstverteidigung (11-14 Jahre)					17:30 bis 19:00 ■
Kempo-Judo (ab 18 Jahre)					19:30 bis 21:00 ■
Capoeira Kinder (6 bis 9 Jahre)		17:00 bis 17:45 ■			
Capoeira Kinder (10 bis 14 Jahre)		18:00 bis 18:45 ■			
Capoeira Erwachsene	20:00 bis 21:30 ■			19:30 bis 21:00 ■	
Capoeira (Jugend + Erwachsene)					17:30 bis 19:00 ■
<b>JU-JUTSU</b>					
Kinder (8 bis 12 Jahre)			18:00 bis 19:30 ●		
Jugendliche (ab 13 Jahre)		18:30 bis 20:00 ■			
Frauentraining	18:00 bis 19:30 ●				
Freies Training Erwachsene	19:30 bis 21:00 ●	20:00 bis 21:30 ■	19:30 bis 21:00 ●		
Systema		18:30 bis 21:30 ■	19:30 bis 21:30 ■		19:00 bis 20:30 ■
Kali Silat	20:00 bis 21:30 ■		19:30 bis 21:30 ■		
Konditionsraum/Kraft			19:30 bis 21:00 ■		
<b>TAEKWONDO</b>					
Anfänger (ab 6 Jahre)		17:00 bis 19:00 ■	17:00 bis 18:15 ■	17:00 bis 19:00 ■	
Fortgeschrittene	18:30 bis 20:00 ■		18:15 bis 20:00 ■		
Yoga/Trainer + Kampfrichter-Lehrgang			20:00 bis 21:00 ■		
<b>VOLLEYBALL</b>					
Herren I + II Winter	20:00 bis 22:00 ▲		19:30 bis 21:30 ■		
Herren I + II Sommer	19:30 bis 21:30 ■		19:30 bis 21:30 ■		
Freizeit	19:30 bis 21:30 ■		19:30 bis 21:30 ■		
Jgd männlich U 13 + U 14			17:30 bis 19:30 ■		
Jgd männlich U16	17:30 bis 19:30 ▲		17:30 bis 19:30 ■		
Jgd männlich U18	19:00 bis 21:00 ▲		17:30 bis 19:30 ■		

■ Wegenerstraße 8 (oben)	■ Riesstraße 40	■ Paul-Hindemith-Allee 7	■ Hildegard-von-Bingen-Anger 4	■ Knorrstraße 171 (Dojo)
● Wegenerstraße 8 (unten)	■ Hugo-Wolf-Straße 70	■ Ittlingerstraße 36	● Eduard-Spranger-Straße 15	■ Knorrstraße 171 (Kraftraum)
▲ Wegenerstraße 8 (davor)	■ Wegenerstraße 10 (Sportplatz)		■ Trenkleweg 5 (Vereinsheim)	▲ Knorrstraße 171 (Sporthalle)

# UNSER SPORTANGEBOT

SPORTABTEILUNG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>TURNEN</b>					
Eltern-Kind-Turnen (1-6 Jahre)				16:30 bis 18:00 ■	
Eltern-Kind-Turnen (1 bis 3 Jahre)	17:00 bis 18:00 ●				
Kinderturnen (3 bis 5 Jahre)	17:00 bis 18:00 ●		17.00 bis 18.00 ●	17:00 bis 18.00 ■	17:00 bis 18:00 ●
Geräteturnen (ab 6 Jahre)	18:00 bis 19:00 ●	17:00 bis 18:30 ■	17.00 bis 18.00 ●	18:05 bis 19:00 ■	
Geräteturnen, Akrobatik, Großtrampolin, Rope Skipping ab 6 Jahre ab 9 Jahre ab 12 Jahre					17:00 bis 18:30 ● 18:00 bis 19:30 ● 19:00 bis 20:30 ●
Parcour (ab 10 Jahre) Sommer				17.30 bis 18.45 ●	
Parcour (ab 10 Jahre) Winter				17.30 bis 18.45 ■	
Ballspiel (Volleyball)			19:00 bis 20:30 ■		
Zumba®			20:30 bis 21:30 ■		
Entspannungsgymnastik/Yoga		19:00 bis 20:00 ●			
Step Et Fitness		20:00 bis 21:00 ●			
Fitnessstraining	18:30 bis 20:00 ●				
Wirbelsäulengymnastik				19:00 bis 19:45 ●	
Kondition/Fit&Kick				19:45 bis 21:00 ●	
Freizeitgruppe (Jeweils letzten Dienstag des Monats)		Ab 18.00 ■			
<b>KINDERSPORTSCHULE (KiSS)</b>					
Angebote und Zeiten unserer Kindersportschule erfragen Sie bitte unter <a href="mailto:kiss@harteck.de">kiss@harteck.de</a>					

Hallenbelegung Stand 2.2.2022

- Wegenerstraße 8 (oben)    ■ Riesstraße 40    ■ Paul-Hindemith-Allee 7    ■ Hildegard-von-Bingen-Anger 4    ■ Knorrstraße 171 (Dojo)
- Wegenerstraße 8 (unten)    ■ Hugo-Wolf-Straße 70    ■ Ittlingerstraße 36    ● Eduard-Spranger-Straße 15    ● Knorrstraße 171 (Kraftraum)
- ▲ Wegenerstraße 8 (davor)    ■ Wegenerstraße 10 (Sportplatz)    ■ Trenkleweg 5 (Vereinsheim)    ▲ Knorrstraße 171 (Sporthalle)

## Trainingsbetrieb in der Corona-Krise:

Aufgrund der Corona-Krise sind immer noch/wieder Einschränkungen und Anpassungen am Trainingsbetrieb möglich. Alle aktuellen Informationen zu Trainingsausfällen und Anpassungen findet Ihr unter [corona-news.harteck.de](http://corona-news.harteck.de)



**SPORT**  
FREUNDE  
HARTECK

## 50 Jahre Ju-Jutsu bei den Sportfreunden Harteck

Dieses Jubiläum unserer Abteilung mit ihren weiteren Sparten Kali Silat Evolution und Systema wollte gebührend begangen und gefeiert werden!

Nach vielen Besprechungen und intensiven Vorbereitungen – Einladungen verfassen, Ablaufpläne erstellen, viele Bilder und alle (!) relevanten Vereinszeitungen – die erste Ausgabe stammt aus 1983! – sichten, aussuchen und scannen, einen Bildervortrag erstellen, eine geeignete Lokalität finden, die Corona-Regeln beachten usw. – war es am 16.10.2021 soweit!

In der Wegener Halle war am Nachmittag zum Vereinstraining eingeladen. Auch wenn wir uns etwas mehr aktive Teilnehmer und Zuschauer gewünscht hätten, stellten sich auf der Matte ca. 20 Sportfreunde ein und auf den Zuschauerbänken herrschte gute Stimmung. Ein ausführliches Aufwärmen durch Helmut mit anschließendem Ju-Jutsu-Training machte den Anfang. Geübt wurde die Befreiung aus unerwünschtem Hand(gelenks)fassen, wobei die Energie durch eine Körperdrehung wesentlich erhöht werden soll. Weiterhin wurde das Abwehren eines Würgeangriffs inkl. Konter sowie Ausweichen und Hebel gegen Ohrfeige und Rückhandschlag trainiert, bevor die etwas anspruchsvollen Würfe, Beinstellen und Hüftwurf versucht wurden. Danach folgte Hans und führte uns im Rahmen von Kali Silat Evolution unter anderem in diverse Messerangriffe mit entsprechenden Entwaffnungstechniken ein. Zum guten Schluss erfuhren wir durch Ilja einige Grundlagen von Systema. Interessant und bereichernd für alle Teilnehmer war der berühmte Blick über den Tellerrand – was machen eigentlich die anderen so? – und das Üben mit bisher unbekanntem Partnern.

Anschließend fanden wir uns im „Wirtshaus am Hart“ ein, in dem wir mit ca. 50 Personen eine Räumlichkeit ganz für uns hatten. An dieser Stelle ein Dank an das Wirtshaus-Team, das uns kurzfristig einen geeigneten Raum mit der notwendigen technischen Ausrüstung zur Verfügung stellte.

Nach einer herzlichen Begrüßung durch Reinhard wurde für das im Jahr 2017 verstorbene Ehrenmitglied Rudi, der die Abteilung in seiner Zeit geprägt hatte, und für alle anderen verstorbenen Mitglieder unserer Abteilung eine Gedenkminute eingelegt. Nachdem alle mit Getränken versorgt waren, folgte der mit einiger Spannung erwartete Bildervortrag „Im Wandel der Zeiten“. Reinhard führte uns durch 50 Jahre Vereinsgeschichte, gespickt

mit Informationen aus damaligen Zeiten (z. B. Nummer 1-Hit 1971 „Butterfly“ – wer kennt ihn nicht?), Meilensteinen, Anekdoten und Erzählungen von früher und natürlich vielen, vielen Bildern. Die alten Fotos weckten schöne, teils wehmütige Erinnerungen. Die wechselnden Frisuren und Barttrachten vor allem aus den 70er- und 80er-Jahren sorgten durchgehend für Heiterkeit. Die erhebliche Arbeit, die mit diesem Vortrag verbunden war, hat sich mehr als gelohnt. Alte, neue und ehemalige Mitglieder und die geladenen Gäste zeigten sich begeistert und beteiligten sich mit persönlichen Eindrücken sowie Hintergrundinformationen. Im Anschluss liefen auf der Leinwand bunt gemischte Bilder aus 50 Jahren Training, Gürtelprüfungen, Vereinsarbeiten und Ausflügen, auf denen man sich selbst, Freunde, Bekannte und Kinder wiedererkannte. Eine oftmals sehr persönliche Zeitreise!

Jetzt war es Zeit zum Essen. Durch den punktgenauen und freundlichen Service konnte sich jeder stärken und bei angeregten Tischgesprächen den Abend weiter genießen. Dieter Meyer, Ehrenpräsident des Bayerischen Ju-Jutsu-Verbandes, hielt eine Laudatio auf die Abteilung und überreichte eine Ehrenurkunde in Gold für unsere jahrzehntelange Arbeit.

Zum guten Schluss gab es aus den Händen von Berthold Ottmann von der Ehrenkommission des Bayerischen Ju-Jutsu-Verbandes auch persönliche Ehrungen: Helmut Kreppel und Michael Klingler erhielten die silberne Ehrennadel für ihren unermüdlichen Einsatz als Trainer und Mitglieder der Abteilungsleitung.

Anschließend ernannte Michael Hesse noch den anwesenden Karl-Heinz Bauer, der auch einige Jahre Abteilungsleiter bei uns war, zum Ehrenmitglied der Sportfreunde Harteck.

Zur Verabschiedung erhielten alle unsere schöne und eigens für diesen Tag kreierte Jubiläums-Tasse als Erinnerungsgeschenk.

Unser Fazit: ein gelungener und ereignisreicher Tag. Auf die nächsten 50 Jahre!





# JU-JUTSU

## Selbstverteidigungskurs für Frauen 2021

Unser alljährlich angebotener Grundkurs Selbstverteidigung für Frauen stand unter einem schwierigen Corona-Stern. Mit Veröffentlichungen in der Vereinszeitschrift und in der Münchener Nord-Rundschau und einer Plakat-Aktion im Stadtviertel konnten wir doch einige Anmeldungen verzeichnen. Die anfängliche 2G-Regel wurde im Verlauf des Kurses auf 2G+ für Trainer und Kursteilnehmerinnen ausgeweitet, der Absprung einiger Frauen war absehbar, hat uns aber nicht daran gehindert, den Kurs zu beginnen und letztendlich zu Ende zu führen.

Vom richtigen Verhalten und Ausstrahlung vor einer Konfrontation bis zu effektiven Abwehrtechniken im Falle einer Auseinandersetzung – Helmut zog alle Register. Hermann konnte uns aufgrund seiner langjährigen beruflichen Erfahrung interessante und wichtige Informationen über Notwehr und auch deren Überschreitung im rechtlichen Sinne geben und stellte sich neben Hannelore und Waltraud auch gerne als Trainingspartner zur Verfügung. Vielen Dank dafür! Wir freuen uns, dass dieser von langer Hand geplante Kurs trotz aller Hindernisse dank des Durchhaltevermögens aller Beteiligten mit viel Verve und Spaß auf der Matte durchgeführt wurde!







## Ju-Jutsu Termine 2022

### Neujahrsfeier:

Leider musste unsere Neujahrsfeier wegen der Corona-Pandemie dieses Jahr entfallen. Als kleinen Ausgleich haben wir im letzten Kindertraining vor Weihnachten unsere Jubiläums-Tassen mit süßem Inhalt verteilt. Auch die Jugendlichen erhielten eine solche Tasse. Für die Erwachsenen wird sich die Abteilungsleitung noch etwas einfallen lassen.

### Abteilungs- versammlung:

Coronabedingt unter Vorbehalt ist dieser Termin für Mittwoch, den 16. März 2022, um 20.00 Uhr geplant, bei dem die erforderlichen Neuwahlen stattfinden werden. Aktuelle Informationen dazu findet man zeitnah auf der Homepage und auf der Einladung, die im Vorfeld an alle Abteilungsmitglieder versandt wird.





## KiSS News

Die KiSS wünscht allen Harteckern mit deren Familien für 2022 alles Gute. Neben der Gesundheit hoffen wir alle auf eine Verbesserung der pandemischen Lage.

### Aktuelle Lage und Ausblick

Nach den Herbstferien veränderte die Pandemie stetig den Sportbetrieb. Leider konnten wir vereinzelt Sportgruppen nicht fortführen, beziehungsweise waren einige zeitweise ausgesetzt. Eine Vielzahl fand mit angepassten Regeln statt. Wir versuchen, das Beste aus der Situation zu machen und freuen uns, dass ein Großteil unser Sportangebote stattfinden kann. An unseren Kooperationschulen erschweren unterschiedliche Regeln im Vereins- bzw. Schulsport die Arbeit der KiSS.

Im Januar startete unsere neue Schwimmkursreihe. Zum ersten Mal in der Geschichte der KiSS ist jeder einzelne Platz in acht Kursen besetzt. Im April beginnt die letzte Schwimmkursreihe. Wer einen Platz benötigt, meldet sich einfach im KiSS Büro ([kiss@harteck.de](mailto:kiss@harteck.de)).

### Ostercamp

Zum Abschluss des Berichts noch ein Blick in den April. Vor der Pandemie veranstalteten wir schon mehrfach in den Osterferien eine mehrtägige Ferienfreizeit. Wir hoffen in diesem Jahr auf die nächste Runde. In der ersten Osterferienwoche vom 11. bis 14.04.22 bieten wir eine sportliche Ferienbetreuung an. Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren dürfen unser Ostercamp besuchen. Wir fördern neben dem sportlichen Engagement auch Werte zur erfolgreichen Entwicklung der Kinder. Angeleitet von unserem KiSS-Team, freuen wir uns auf viele Anmeldungen. Außerdem planen wir Einheiten mit unseren anderen Abteilungen der Sportfreunde. Bei Interesse auch hier einfach den KiSS Kontakt wählen. Soweit die Informationen der Kindersportschule aus dem Norden.

Sportliche Grüße  
Sebastian Heidrich

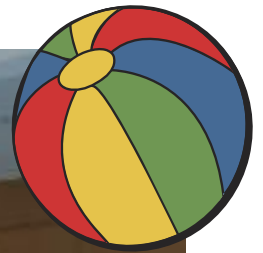
### Tanzen

Seit mehreren Jahren bieten wir sehr erfolgreich Tanzgruppen für Kinder an. Mittlerweile tanzen diese am Montag, ab 16.30 Uhr in der Wegenerhalle. Wenn Eure Kinder Spaß an der Bewegung zur Musik haben, dann ist Kindertanzen in unserem Sportverein das Richtige. Hier lernen sie mit Tänzen und Spielen sich zur Musik auf unterschiedliche Weise zu bewegen und schulen so ihr Rhythmus-Gefühl. Wir haben Gruppen für Kinder von fünf bis zehn Jahren. Geleitet werden diese von ADTV Tanzlehrerin Franziska Schewe. Genaue Infos gerne beim KiSS-Leiter ([kiss@harteck.de](mailto:kiss@harteck.de)).





KiSS



### Sporttag in der KiSS

Am Buß- und Betttag im November führten wir in der KiSS einen Sporttag für Schulkinder durch. Mittlerweile ist dieser Tag ein fester Bestandteil in unserem Programm. Am schulfreien Tag nutzten 38 Grundschüler unser Angebot. Das Interesse war im Vorfeld riesig und wäre wahrscheinlich ohne Corona noch viel größer gewesen. Unser Sportteam organisierte für die Kids einen abwechslungsreichen Tag. Die Inhalte richteten sich nach den sportlichen Wünschen der Kinder. Unsere Mittagspause verbrachten wir bei Pasta in der Vereinsgaststätte. Danke für die super Verpflegung und die kompetente, kindgerechte Bewirtung. Ein rundum gelungener Tag für alle Beteiligten.

## Ferienfreizeit in der KiSS - Osterferien Camp 2022

### Ziele:

- Förderung der sportlichen Betätigung, Kreativität sowie des Teamgeistes
- Spaß und Freude spielend vermitteln
- Kameradschaftliches und geselliges Zusammenleben
- Erfahrungsaustausch, Abenteuerpädagogik und Nachwuchsförderung

**Zielgruppe:** Kinder von 6 bis 12 Jahren

**Kosten:** 140,- EUR für Nichtmitglieder und 110,- EUR für Vereinsmitglieder, inklusive Verpflegung (warmes Mittagessen + Obst in den Pausen) und einem Erinnerungsgeschenk

**Zeitraum:** 11. bis 14.04.22

Beginn 08.30 Uhr in der Wegenerhalle (Wegenerstr. 8)

Ende um 15.30 Uhr

Weitere Infos im KiSS Büro ([kiss@harteck.de](mailto:kiss@harteck.de))



# TAEKWONDO

## Liebe Taekwondo Sportfreunde Harteck,

in dieser Ausgabe findet ihr wieder Aktuelles aus unserer Taekwondo-Abteilung der letzten drei Monate und natürlich wieder einen terminlichen Ausblick auf geplante Ereignisse in den kommenden Wochen und Monaten. Viel Spaß beim Lesen und bis bald wieder im Taekwondo-Training.

Eure Asma

## Trainieren nur mit 2G+

Zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses gilt für Hallensport die 2G+ Regel. Das bedeutet, dass nur Genesene und Geimpfte mit einem gültigen, negativen Test am Taekwondo-Training teilnehmen dürfen. Für Personen, die drei Mal geimpft („geboostert“) sind, entfällt die Testpflicht. Nichtsdestotrotz ist ein negativer Test wünschenswert. Bitte informiert Euch regelmäßig und eigenständig über die aktuellen Beschlüsse vor jedem Training, da diese sich immer wieder ändern können.



## Kup-Prüfung

Kurz vor den Weihnachtsferien, wurde für den 22.12.2021 eine Gürtelprüfung geplant. Diesmal galt für alle mit einem weißen Gürtel (10. Kup) eine Ausnahmeregel: Die Betroffenen durften, unabhängig davon wie viele Unterschriften sie auf der Karte gesammelt hatten, mit der Genehmigung der Meister und Meisterinnen zur Prüfung antreten. Alle mit höherer Gürtelgraduierung mussten, wie gewohnt, genug Unterschriften vorweisen. Wir können stolz verkünden, dass alle

Prüflinge die Prüfung bestanden haben und mit der jeweils höheren Gürtelgraduierung ins Jahr 2022 starten können.

Herzlichen Glückwunsch zum bestandenem...

- 9. Kup (Weiß-Gelber Gürtel): Miran Efe Dargin, Fourkan Komsou, Tara Miftari, Donesa Hyensi, Francesca Kronstein, Anna Basargin, Emin Sahinler, Malik Sahinler
- 8. Kup (Gelber Gürtel): Sirat Nassery
- 4. Kup (Blauer Gürtel): Ioannis Manginas



## Dan-Prüfung

Neben der Kup-Prüfung gab es dieses Jahr auch noch eine Dan-Prüfung unter der Leitung von Großmeister Michael Hesse, also eine Prüfung für die Schwarzgurte. Seitdem es für Vereine möglich ist, die 1. – 3. Dan-Prüfung in den eigenen vier Wänden zu organisieren, war diese Dan-Prüfung schon die Zweite in Harteck.

Natürlich können die Prüfung auch Teilnehmer und Teilnehmerinnen aus anderen Ver-

einen absolvieren. Aus unseren Reihen waren sechs Prüflinge dabei und davon haben alle die Schwarzgurt-Prüfung bestanden.

Herzlichen Glückwunsch zum...

- 1. Dan: Meister Omar Barezai
- 2. Dan: Meisterin Nessrin Noman, Meister Hicham Noman, Meisterin Martina Ploch
- 3. Dan: Meisterin Jasmin Noman, Meister Saidou Sylla

## Herbst- lehrgang



Am Samstag, den 13. November 2021 fand der 24. U-Chong Herbstlehrgang statt. Aufgrund der Einschränkung durch die 2G-Regel war die Anzahl an Teilnehmer und Teilnehmerinnen aus Harteck nicht so groß, wie gewohnt. Trotzdem hatte unsere kleine Gruppe mit Nessrin, Hicham, Amina, Omar, Sarah, Rinessa, Tim und seiner Schwester, gemeinsam viel Spaß. Wir trafen auf viele neue Gesichter aus verschiedenen Vereinen, die nur darauf gewartet hatten, endlich wieder gemeinsam zu trainieren.

Die Registrierung der Lehrgangsbesucher begann um 9.00 Uhr. Unsere Mitglieder begrüßten Meister Hesse und Meisterin Serat bei der Anmeldung, zogen dann ihre Doboks (Anzüge) an und begaben sich in die große Halle. Um 10.00 Uhr eröffneten Meister Harloff, Jo In-Yong aus Fürth, Jürgen Kohler, Bruce Ham, Meister Hesse und Meister Chang Jae-Hee, den Lehrgang mit

einem großen Willkommen und der Nachricht, dass Meister Chang nun stolzer Träger des 9. Dans ist.

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen wurden anschließend darauf hingewiesen, dass die Hygienevorschriften stets einzuhalten sind, um den Herbstlehrgang in dieser immer noch kritischen Situation überhaupt zu ermöglichen. Nachdem alles Organisatorische geklärt war, begann das gemeinsame Aufwärmtraining mit „Einkicken“, Block- und Stoßtechniken. Meister Harloff zeigte Abwehrtechniken vor und wir versuchten alle eifrig mitzumachen. Da viele schon zum Schwitzen gekommen waren, gab es erstmal eine kleine Pause.

Um 11.45 Uhr hatte jeder Teilnehmer die Möglichkeit, sich in eine der drei Hallen zu begeben, wo die Meister jeweils ein Themengebiet im Taekwondo abdeckten: Taekwondo Basis mit Meister Hesse, Technik und Poomsae mit Meister Jürgen Kohler oder Art-of-Kicking mit den Meistern Jo und Chang.

45 Minuten trainierte jeder fleißig mit den vier Meistern und es folgte daraufhin die Mittagspause. Nachdem sich alle erholt hatten, ging es weiter mit den Kategorien Poomsae, Art-of-Kicking und Wettkampftechnik sowie später auch Hosin-Sul (Selbstverteidigung) mit Meister Harloff und Do-Training (Trainieren des Geistes).

Nun nahm der Tag ein Ende: Um 15.40 Uhr versammelten sich wieder alle in der großen Halle und liefen gemeinsam die Poomsae mit Musik und schlossen somit den Lehrgang ab. Die Meister verabschiedeten sich und die Teilnehmer und Teilnehmerinnen bedankten sich für einen weiteren Lehrgang im Jahr 2021.

Eure Amina

## 7. Dan für Großmeister Hesse

Unser Meister Hesse, den wir eher als Prüfer kennen, ist vor kurzem auch ein Prüfling gewesen, nämlich bei der Prüfung zum 7. Dan. Mir ist zu Ohren gekommen, dass die Vorbereitungszeit, vermutlich auch wegen der Corona-Pandemie, sehr schwer für unseren Meister war.

Die Dan-Prüfung fand am 18. Dezember 2021 in Dillingen statt. Begleitet wurde

Meister Hesse von Meisterin Serat, die uns auch ein paar Momente aus der Prüfung festgehalten hat. Nun ist unser Großmeister stolzer Besitzer des 7. Dans.

Im Namen aller Mitglieder sage ich: Herzlichen Glückwunsch für diese herausragende Leistung!

Man darf nie vergessen, dass man oft nur die schönen Seiten des Erfolgs sieht und nicht das, was man für den Erfolg aufbringen musste. Wir schätzen Dein Engage-



ment und Deine Zeit, die Du in diesen Verein investierst. Du zeigst uns, dass man mit großem Willen wirklich alles schaffen kann, egal wie schwer es wird. Wir sind stolz auf Dich, dass Du

uns als Trainer, als Coach, als Prüfer und vor allem als Freund ein Vorbild bist! Wir freuen uns, dass wir bei Dir trainieren dürfen und auf viele weitere großartige Trainingseinheiten mit Dir!

## Zukünftige Termine der Taekwondo-Abteilung

Auch dieses Mal behalten wir uns vor, einen terminlichen Ausblick zu veröffentlichen, da sich noch sehr viel ändern kann und vieles noch zu unklar ist. Die aktuellen Informationen werden wir Euch jedoch,

wie gewohnt, in unserer WhatsApp Gruppe mitteilen.

Folgt uns auch gerne auf unserer offiziellen Instagram-Seite unter @tkd\_sfharteck  
Ich wünsche Euch allen weiterhin gute Ge-

sundheit, viele erfolgreiche und spaßige Trainingsstunden und freue mich, Euch wieder in der Halle begrüßen zu dürfen. Vielen Dank fürs Lesen!

Eure Asma

# VOLLEYBALL



## Starker Saisonstart der Herren 1

Die Hartecker Volleyballer sind gut in die Saison gestartet. Mit einem Heimspieltag unter Corona-Bedingungen starteten unsere Jungs gleich mit einem 3:1 Sieg gegen MTV Pfaffenhofen. Gegen die starke Mannschaft des FTM Schwabing mussten wir uns dann nach einem hart umkämpften Spiel mit 3:1 geschlagen geben.

Auch der zweite Spieltag wurde mit gut ausgearbeitetem Hygienekonzept vor heimischem Publikum in der Halle des Gymnasiums München Nord ausgetragen. Erster Gegner an diesem Tag: Schwarz-Weiß München. Trotz einer starken Leistung unserer Jungs, wurde Schwarz-Weiß seiner Favoritenrolle gerecht und gewann das Spiel mit 3:0. Von dieser Niederlage unbeeindruckt zeigten sich die Hartecker dann im Spiel gegen den ESV Ingolstadt. Mit einer überzeugenden Mannschaftsleistung, einem hervorragendem Angriffsspiel und guter Defensivarbeit ging die Partie schließlich mit 3:0 an unser Team.

Am dritten Spieltag stand dann das erste Auswärtsspiel auf dem Plan. In Planegg ging es gegen TV Planegg Krailling und MTV Ingolstadt. Dem Gastgeber ließen unsere Jungs keine Chance und gewannen das Spiel deutlich ohne Satzverlust.

Im zweiten Spiel des Tages zeigte unser Team seine ganze Klasse. Gegen den zuvor favorisierten Gegner aus Ingolstadt, spielte die



*Siegerteam*

junge Mannschaft ihr bisher bestes Volleyball in dieser Saison. Sowohl im Angriff als auch in der Verteidigung agierten die Spieler als Team und ließen den Ingolstädtern keine Chance. Mit einem hochverdienten 3:0 verließen die Jungs das Feld als Sieger.

Aufgrund der Corona-Pandemie wurde die Saison ab Dezember unterbrochen und so konnten die angesetzten Spiele bisher nicht ausgetragen werden. Die Saison soll aber im neuen Jahr fortge-

## Spielbetrieb unterbrochen – Trainingsbetrieb wird fortgesetzt

Durch die aktuelle pandemische Lage entschied sich der Bayerische Volleyballverband, den Amateurbetrieb zunächst auszusetzen. Dies bedeutet, dass von Dezember 2021 bis Anfang Januar 2022 keine Spiele mehr ausgetragen werden konnten. Ein Trainingsbetrieb unter „2G-Plus“-Bedingungen kann und konnte jedoch aufrechterhalten werden. So können weiterhin alle Jugend- und Erwachsenenmannschaften trainieren.

Das traditionelle Weihnachtsturnier aller Abteilungsmitglieder konnte leider nicht stattfinden. Die Spieler der ersten und zweiten Mannschaft begingen den Jahresabschluss stattdessen mit einem gemeinsamen Training und anschließendem Pizzaessen. Wir versuchen, das Beste aus der derzeitigen Situation zu machen, freuen uns, dass wir unserem Sport im Trainingsbetrieb weiter nachgehen können und hoffen, die Saison zu Ende spielen zu können.

Für die Volleyballabteilung  
Michael Wenzl

*Aufwärmen*

setzt werden, sofern es die pandemische Lage zulässt. Zum Jahreswechsel und vor Wiederaufnahme der Saison stehen die Sportfreunde Harteck mit zwölf Punkten aus sechs Spielen auf dem 3. Tabellenplatz, nur knapp hinter den Aufstiegsfavoriten SV Schwarz-Weiß München und FTM Schwabing 3.

Auch im Jahr 2022 freuen wir uns über eure zahlreiche Unterstützung an den Spieltagen. Alle aktuellen Informationen zu den Spieltagen findet ihr auf der Homepage des Bayerischen Volleyballverbands unter [volleyball.bayern](http://volleyball.bayern) > Ergebnisse > Erwachsene > Oberbayern > Bezirksliga West Männer.

Für die Volleyballabteilung  
Michael Wenzl



*Die Spieler der Herrenmannschaften beim Jahresabschlusstraining*

**DOSB**



# **LASS DICH IMPFEN!**

## **FÜR DIESES COMEBACK.**

**WWW.ZUSAMMENGEGENECORONA.DE**

**IN KOOPERATION MIT:**



**Zusammen  
gegen Corona**

WEITERE INFORMATIONEN UNTER CORONA-SCHUTZIMPFUNG.DE