



# SPORT FREUNDE HARTECK

Trenkleweg 5 · 80937 München

Vereinszeitschrift Nr. 157 · 3/22



Hier

könnte Ihre Adresse stehen!

Werden Sie Mitglied bei den  
Sportfreunden Hardeck.





## Nicht nur Kunde sein, sondern Mitglied!

Vorteilhafte Tarife, attraktive Beitrags- und Leistungsvorteile, besten Bedingungen und Gewinnbeteiligung.  
Ihre Raiffeisenbank hat bereits über 9.000 Mitglieder. Werden auch Sie Teil einer starken Gemeinschaft – regional und verlässlich.

Sprechen Sie uns an. Wir freuen uns auf Sie.

Für mehr Informationen einfach den QR-Code scannen:



**Gemeinsam stark für die Zukunft.**

**Morgen kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.



Raiffeisenbank  
München-Nord eG

[rb-muenchen-nord.de](http://rb-muenchen-nord.de)



## 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
08	KISS
10	VOLLEYBALL
12	HALLENBELEGUNGSTABELLE
14	TURNEN
16	JU-JUTSU
18	JUDO
22	TAEKWONDO



Ju-Jitsu-Prüfung der Erwachsenen

Großes Titelbild: In Aktion beim Beachvolleyball  
Kleines Titelbild: Judokas bei den Special Olympics (SOD) in Berlin

## 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  
Birketweg 37  
80639 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

Stephanie Piereth  
Reginoltstraße 17a  
80933 München  
Mobil 0163 - 7 43 71 11  
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 6.10.2022 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,

derzeit haben wir bei uns wieder einen normalen Trainingsbetrieb aufgenommen. Erfreulich ist auch, dass wir in den letzten Wochen viele neue Aufnahmeanträge quer über alle Abteilungen erhalten haben. Das Interesse an unserem Sportangebot ist groß. Vielen Dank an alle unsere aktiven und passiven Helferinnen und Helfer, Funktionärinnen und Funktionäre, Traineerinnen und Trainer, die es immer wieder schaffen, die Qualität des Sportangebots auf einem sehr guten Niveau zu halten. Auch krankheitsbedingte Ausfälle konnten bisher immer wieder ohne weitere Umstände kompensiert werden. Vielen Dank an ALLE für die tolle Unterstützung.

In diesem Zusammenhang erlaube ich mir an dieser Stelle, auf unsere neue Homepage hinzuweisen. Dort findet sich in der Rubrik „Services“ auch unser aktuelles Aufnahmeformular. Dieses kann online am Computer ausgefüllt, danach ausgedruckt und vollständig unterschrieben bei uns in der Geschäftsstelle abgegeben werden. In der Vergangenheit hatten wir teilweise erhebliche Schwierigkeiten, die handschriftlich ausgefüllten Aufnahmeanträge aufgrund unleserlicher Schrift korrekt in unserer Mitgliederverwaltung zu erfassen. Das führte immer wieder zu erheblichem zusätzlichem Aufwand in der Geschäftsstelle. Daher bestehen wir inzwischen auf das Ausfüllen des Aufnahmeantrags via Computer. Wir bitten um Euer Verständnis.

Gerne hätten wir uns seitens des Vorstands persönlich im Rahmen des Sommerfests bei allen unseren Funktionären und Mitgliedern erkenntlich gezeigt, aber leider nehmen die Sanierungsarbeiten an unserem Vereinsheim mehr Zeit in Anspruch als ursprünglich geplant. Daher haben wir beschlossen, dieses Jahr kein Sommerfest zu veranstalten.

Apropos Organisation: Derzeit beteiligt sich unser Verein unter anderem an den Vorbereitungsarbeiten für die sogenannte „Freiwilligen Messe 2411“, die am Samstag, den 8. Oktober 2022 im Kulturzentrum 2411 in der Blodigstraße durchgeführt werden soll. Ziel dieser Messe ist es, zum einen verschiedene Freiwilligen-Einrichtungen, Organisationen und Institutionen aus der nahen Umgebung näher zusammen zu bringen – Stichwort „Vernetzung“ und zum anderen die Öffentlichkeit über diese Freiwilligen-Einrichtungen, Organisationen und Institutionen zu informieren, um gegebenenfalls auch weitere ehrenamtliche Unterstützerinnen und Unterstützer, Helferinnen und Helfer oder Mitglieder zu finden. Wir als Sportverein werden auf alle Fälle dabei sein. Vielleicht sehen wir uns dort. Wir vom Vorstand würden uns sehr über Euer Interesse freuen.

Ansonsten bleibt mir nichts weiter übrig, als Euch eine schöne und erholsame Sommerzeit zu wünschen. Viel Spaß beim Lesen und Stöbern in der neuen Ausgabe unserer Vereinszeitung und in diesem Sinne 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-Jutsu



Alwin Brenner  
Judo



Sebastian Heidrich  
KISS



Michael Hesse  
Taekwondo

## Liebe Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser,

am 12. Mai 2022 fand im Obergeschoss der Turnhalle an der Wegenerstraße die alljährliche Mitgliederversammlung unseres Vereins statt. Obwohl der Termin mehrfach in der Vereinszeitschrift bekannt gemacht wurde, waren leider nur 28 Mitglieder (einschließlich der Vorstandschaft) anwesend. Es standen zwar keine Neuwahlen der Vorstandsmitglieder, jedoch die Neuwahl der Mitglieder des „Evelin-Grützmann-Beirates“ auf der Tagesordnung (siehe hierzu eigener Bericht). Außerdem waren wichtige Themen für die Zukunft des Vereins auf dem Programm.

Die Mitgliederversammlung war von der Vorstandschaft mittels digitaler Präsentation hervorragend vorbereitet. Die Mitgliederzahlen sowie die finanzielle Situation wurden sehr positiv dargestellt. So können wir sagen, dass die Bewältigung der Corona-Pandemie, aufgrund der von der Vorstandschaft eingeleiteten Maßnahmen, im vergangenen Jahr gut gelungen ist und es daher keinen akuten Mitgliederschwund gab. Ebenfalls waren die einzelnen Abteilungen für das laufende Jahr sehr positiv eingestellt.

Zum Abschluss meiner Ausführungen möchte ich mein Bedauern zum Ausdruck bringen, dass die Abteilungsleiterin Turnen und Fitness, Birgit Piereth, nach über einem Jahrzehnt langer, hervorragender Arbeit nicht mehr erneut zur Wahl angetreten ist. Ich möchte Birgit, auch im Namen aller Mitglieder, meinen herzlichen Dank für die geleistete Aufbauarbeit seit dem Jahr 2010 aussprechen. Doch nach dem Bedauern kommt große Hoffnung auf. Birgit hat es gekonnt geplant und ihre Tochter Stephanie als ihre Nachfolgerin aufgebaut. Das freut mich sehr und ich hoffe, dass Birgit uns weiterhin mit Rat und Tat zur Verfügung steht. Aufgehört hat als Abteilungs-Kassenleiterin in diesem Zusammenhang leider auch Christine Steinle. Auch ihr gilt der Dank für jahrelange, engagierte Arbeit. Hier wurde ebenfalls eine neue, junge Funktionärin, Doris Hirsch, gefunden. Ich hoffe, dass die kontinuierliche Aufwärtsentwicklung der Abteilung weiter geht. Hierzu wünsche ich viel Erfolg.

Zum endgültigen Schluss meiner Ausführungen möchte ich mich bei der Vorstandschaft für die nachträgliche Gratulation zu meinem 85. Geburtstag im Rahmen der Mitgliederversammlung, verbunden mit einem „nahrhaften Geschenk“ recht herzlich bedanken.

Josef Nadler  
Ehrenvorsitzender



Serat Askin  
Stellv. Jugendleitung



Benjamin Martan  
Beisitzer Jugendleitung



Stephanie Piereth  
Beisitzer Jugendleitung



Nessrin Noman  
Jugendsprecherin



Omar Barezai  
Jugendsprecher



Stephanie Piereth  
Turnen



Sebastian Rembe  
Volleyball



Barbara Franz  
Geschäftsstelle



René Weil  
Vereinsfotograf

## Die Geschichte der Familie Dr. Willi und Evelin Grützmann

Ich wurde von der Vorstandschaft gebeten, in unserer Vereinszeitschrift über diese Familiengeschichte zu berichten, die letztlich zu der großartigen Spende in Höhe von € 120.000,- an den Verein im Jahre 2003 geführt hat. Ich will dies nun aus eigenem Erleben versuchen darzustellen, aus dem Gedächtnis heraus, zusammen mit den beiden weiteren Zeitzeugen Manfred Eckert und Dieter Keil. Alle diese Aussagen erheben jedoch keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Dr. Willi Grützmann, der Haus- und Kinderarzt des Harthofs, war ein Arzt aus Leidenschaft und praktisch 24 Stunden für seine Patienten da. Seine Frau Evelin unterstützte ihn als seine Sprechstundenhelferin und Mädchen für alles in hervorragender Weise. Seine erste Praxis bezog Dr. Willi Grützmann in den 50er Jahren in der Dientzenhoferstraße im Erdgeschoss eines GWG-Anwesens, links die Wohnung, rechts die Praxis. Mit dem Fahrrad machte er seine Runden für die Hausbesuche. Nach Fertigstellung des sogenannten Postblockes (heutige Stadtparkasse) in der Weyprechtstraße, zog er in den ersten Stock dieses Bauwerkes. Die Familie war leidenschaftlicher Anhänger und Mäzen der Fußballer der Sportfreunde Harteck. In besonderem Maße lag Dr. Willi Grützmann die Gesundheit der Kinder und Jugendlichen am Herzen. Gleichzeitig wurde seine Gattin Mitglied unserer Turnabteilung und war dort lange Zeit aktives Mitglied. Unser Verein kann sicherlich behaupten, dass er in der damaligen Zeit praktisch schon einen „Vereinsarzt“ hatte.

Als Dr. Grützmann Ende der 60er Jahre verstarb (genaues Datum konnte ich leider nicht mehr ermitteln), zog seine Frau nach Wartaweil an den Ammersee. Dadurch riss der persönliche Kontakt etwas ab. Die jährliche Überweisung des Vereinsbeitrages, zusammen mit einer großzügigen Spende, wurde jedoch pünktlich Anfang jeden Jahres durchgeführt. Den letzten persönlichen Kontakt hatte ich, zusammen mit Dieter Keil, anlässlich ihres 70. Geburtstages 1998. Wir besuchten sie persönlich mit einem Geschenkkorb in Wartaweil und feierten gemeinsam mit einigen ihrer Freundinnen. Diesen Besuch wollten wir zu ihrem 75. Geburtstag wiederholen. Leider verstarb Frau Grützmann am 16. Februar 2003, ca. zwei Wochen vor ihrem Ehrentag. Wir drei Freunde nahmen an der Trauerfeier am Münchner Westfriedhof teil.

In einem kurzen Gespräch mit der „Zugehfrau“ von Frau Grützmann, die aus dem Harthof stammte, erfuhren wir in einem Nebensatz: „Frau Grützmann hat Euch nicht vergessen.“ Wochen

später wurden wir durch ein Schreiben des Vermächtnisverwalters von Frau Grützmann informiert, dass diese unserem Verein jeweils die Hälfte von zwei Wohnungen in Garmisch-Partenkirchen vererbt hatte. Die anderen beiden Hälften wurden dem SOS-Kinderdorf vermacht. Wir und auch das SOS-Kinderdorf beauftragten einen Anwalt, unsere Wohnungsanteile meistbietend zu veräußern. Nach einigen Wochen erhielten wir Auskunft über den Bayerischen Landes-Sportverband, dass unser Anteil einen Erlös in Höhe von € 120.000,- erbrachte. Nach Rücksprache mit dem Finanzamt für Körperschaften wurde das Geld von mir, als damaliger Vorsitzender des Vereins, bei der Raiffeisenbank München-Nord zinsgünstigst ohne Risiko-Faktor angelegt. Leider hat sich das Zins-Niveau in den letzten Jahrzehnten zu Ungunsten des Sparers erheblich gewandelt, sodass derzeit kaum mehr Zinsen gezahlt werden.

Gleichzeitig wurde der „Evelin Grützmann-Vermächtnis-Beirat“ gegründet, der aus fünf Personen besteht: Dem Vorsitzenden, dem stellv. Vorsitzenden Finanzen, dem stellv. Vorsitzenden Jugend des Hauptvereins sowie zwei Vereinsmitgliedern, die im zweijährigen Rhythmus im Rahmen der Mitgliederversammlung gewählt werden. Es wurde festgelegt, dass jährlich die Zinsen sowie ein Sockelbetrag in Höhe von € 5000,- für die Jugendarbeit sowie für Weiterbildungen, etc. an die Abteilungen ausgeschüttet werden sollen. Federführend verantwortlich für die Vorbereitung der Beiratssitzungen ist der stellvertretende Vorsitzende Jugend des Vereins. Die beiden Vertreter aus der Mitgliedschaft waren, als sogenannte Zeitzeugen, von Anfang an die Sportkameraden Manfred Eckert und Josef Nadler, die die Verstorbenen noch persönlich gekannt hatten.

Bei der letzten Mitgliederversammlung am 12. Mai 2022 haben beide, nach 20-jähriger Tätigkeit von einer erneuten Kandidatur aus Altersgründen abgesehen. Ein weiterer Grund ist, hier jüngeren Mitgliedern Gestaltungsmöglichkeiten zu geben. Beide bedankten sich für das Vertrauen, das man ihnen in der fast 20-jährigen Zeit entgegengebracht hatte. Neu gewählt wurden für die nächsten beiden Jahre, die Mitglieder Frau Nermin Cihan und Herr Volker Schlumpp. Wir wünschen den beiden ebenfalls viel Freude und Engagement sowie gute Entscheidungen.

Josef Nadler  
Ehrenvorsitzender

Hier schreibt der VwL

## Geschäftsstellenaktivitäten

Genügend Gründe um (bei Bedarf) in der Geschäftsstelle vorbeizuschauen, oder einfach nur so auf einen guten Kaffee und Ratsch:

- Sportangebotsberatung
- Mitglieder-Neuanmeldung, Ummeldung oder Kündigung
- Bestätigung der Mitgliedschaft für die Krankenkasse
- Bestätigung für Sozialamtsbezuschussung
- Abgabe der Übungsleiterabrechnungen oder Rechnungen
- Einsicht in Eure Übungsleiterlizenzen
- Einsicht in ALLE Vereinszeitungsausgaben, seit der ersten Ausgabe 1983
- Ausleihen des Jugendherbergsausweises

Gruß Euer Geschäftsstellen - Fritz

**Zu finden im:**  
Vereinsheim  
Trenkleweg 5, 80937 München  
Tel.: 089/37 15 95 62  
E-Mail: [mail@harteck.de](mailto:mail@harteck.de)

Immer donnerstags  
von 18.00 – 20.00 Uhr,  
außer in den Ferien





## Der Sommer in der Hartecker KiSS Rückblick Ostercamp

Wie schon in der letzten Zeitschrift berichtet, haben wir in der ersten Osterferienwoche eine Ferienfreizeit veranstaltet. Eigentlich lief die Vorbereitung nach Plan. Corona hat uns diesmal die Durchführung nicht untersagt. In der dritten Auflage meldeten sich 28 Kids an. Alles nach Plan, eigentlich. Doch uns ereilte dann kurz vor dem Camp doch noch eine Überraschung. Die Gaststätte wurde komplett gesperrt. Trotz Prüfung der Möglichkeiten, konnten wir kein warmes Mittagessen anbieten. Somit gab es nur Brotzeit.

Wir hatten eine vielseitige Woche mit vielen verschiedenen sportlichen Aktivitäten geplant. Neben den klassischen Sportarten beschäftigten wir uns beispielsweise mit Kooperationsspielen, einer Schnitzeljagd und einer Olympiade. Besonderes Highlight waren die Angebote unserer Abteilungen Taekwondo und Ju-Jitsu. Danke für Euren Einsatz und die Bereicherung der Sportwoche. Abgerundet wurde das Camp mit dem Besuch eines Spielplatzes und dem Suchen der Osternester. Ein Riesenlob an das KiSS-Team und die Kinder. Wir hatten alle zusammen eine großartige erste Ferienwoche. Keinen Streit und nur Spaß. Ihr wart alle SPITZE. Aber überzeugt Euch anhand der Bilder selbst.

Schon jetzt sind die Planungen für das neue Schuljahr in vollem Gange. Nicht nur personell, auch konzeptionell. Nach den Sommerferien starten wir wieder durch. Wir wollen den Sportbetrieb in der zweiten Schulwoche beginnen. Alle Eltern werden vorab jedoch von der KiSS nochmal per E-Mail benachrichtigt. An der Bauhaus Grundschule steht und fällt unser großes Nachmittagsprogramm mit den Absprachen mit der Schule. Wir informieren die Familien über die bekannten Kanäle.

Wer Ende September einen Platz in den Schwimmkursen möchte, kann sich ebenfalls bei uns melden. Die neue Kursreihe startet direkt nach den Sommerferien. Wartet aber nicht zu lange, denn wir haben schon viele Reservierungen. Gerade in diesem Bereich sind sehr viele Anfragen für den Herbst eingegangen. Im derzeit abschließenden Schuljahr waren alle Plätze über das gesamte Jahr ausgebucht. Auch in unseren Sport- bzw. Tanzgruppen haben wir Kapazitäten. Wenn ihr wollt, dass Eure Kinder in der KiSS Sport treiben, meldet Euch im KiSS-Büro.





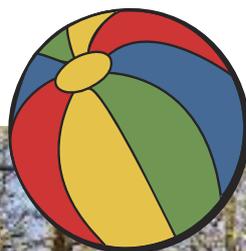
Eine langfristige Info für den schulfreien Tag im November. Wir führen am schulfreien Buß- und Betttag (16.11.2022) eine sportliche Betreuung für Grundschülerinnen und -schüler durch. Mit einem vielseitigen Sportprogramm für Mädchen und Jungs. Spaß vorprogrammiert und garantiert. Wer eine Betreuungsmöglichkeit am Buß- und Betttag sucht, kann sich schon jetzt bei uns melden.

Die KiSS macht mit Ferienbeginn Sommerpause. Die Planungen zum neuen Schuljahr sind zum Redaktionsschluss weit fortgeschritten. Wir werden von unseren Neuerungen und Neuzugängen in der nächsten Ausgabe berichten und wünschen allen Kindern und deren Familien sowie unseren Kooperationspartnern, unseren Lehrern und allen Funktionären der SF Harteck einen erholsamen Sommerurlaub.

Wir blicken optimistisch und freudig in das neue Sportjahr. Gleichzeitig sagen wir Danke für die schönen KiSS-Stunden mit den Kids im Münchner Norden.

Einen schönen Sommer wünscht Euch das gesamte Team.

Sportliche Grüße  
Sebastian Heidrich



# VOLLEYBALL



## Neue Gesichter in der Freizeitmannschaft – Beachvolleyballfeld wird intensiv genutzt

In der Freizeitmannschaft um den langjährigen mannschaftsverantwortlichen Sebastian bewegt sich aktuell einiges. Nach der vergangenen Saison, bei der coronabedingt nur ein Spiel stattfinden konnte und deshalb nicht gewertet wurde, ist personell viel in Bewegung. Neben dem Abgang fünf alter Hasen (und Häsinnen) sind im vergangenen halben Jahr zwölf neue, durchweg junge Spielerinnen und Spieler zur Freizeitmannschaft gestoßen.

Die Motivation in der Mannschaft ist riesig. Aktuell ist nicht nur das reguläre Training sehr gut besucht, auch am Wochenende wird fleißig gebeacht. Auf dem Beachvolleyballfeld an der Berufs-Oberschule an der Schleißheimer Straße sind regelmäßig einige Vertreterinnen und Vertreter unserer Freizeitmannschaft anzutreffen, um sich auch im Sand weiterzuentwickeln.

In der kommenden Saison tritt die SF Harteck Freizeitmannschaft hoch motiviert in der Gruppe 4B (von insgesamt fünf) der Freizeitliga München an. Wir wünschen Sebastian und seinem Team eine gute Vorbereitung und eine erfolgreiche Saison 2022/2023.

Michael Wenzl



## Nächste Volleyball- generation steht in den Startlöchern

Pünktlich zum Beginn der Beachvolleyballsaison trafen sich einige aktuelle sowie viele ehemalige Spielerinnen und Spieler der SF Harteck Volleyballabteilung, um mal wieder gemeinsam den Sand unter den Füßen zu spüren. Da inzwischen viele der Hartecker Jungs und Mädels bereits selbst Kinder haben, wurde nicht nur fleißig Beachvolleyball gespielt, sondern nebenan auch intensiv an der Errichtung diverser Sandburgen gearbeitet.

Natürlich durfte bei diesem Treffen der (ehemaligen) Volleyballerinnen und Volleyballer das Einbeziehen der Kleinen (und Kleinsten) in unseren Lieblingssport nicht zu kurz kommen. Einzelne spielerische Übungen sowie eine kleine Ballschule funktionierten schon gut. Die nächste SF Harteck Volleyballgeneration steht also schon in den Startlöchern.

Michael Wenzl



## Abteilungsversammlung Jugend und Erwachsene

Anfang Juni fand die jährliche Abteilungsversammlung unserer Volleyballabteilung statt, aufgeteilt in Jugend- und Erwachsenenbereich. Neben dem Rückblick auf die Saisons der einzelnen Mannschaften und Berichten der jeweiligen Amtsträger wurde auch nach vorne geblickt und Ämter wurden neu vergeben.

Erfreulich war, dass an der Jugendabteilungsversammlung fast alle Spieler teilnahmen. Neben dem neuen und alten Jugendwart wurde bei dieser Sitzung ein neuer Jugendsprecher gewählt. Thomas und Nam, wir bedanken uns für Euer Engagement und wünschen Euch viel Erfolg für Eure anstehenden Aufgaben. Auch im Erwachsenenbereich wurde zunächst aus den einzelnen Bereichen (u.a. Abteilungsleitung, Finanzen, Sport- und Pressewart) berichtet. Im Anschluss folgte die Entlastung der bisherigen Amtsträger sowie die Neuwahlen für die zu vergebenden Ämter.

Wir bedanken uns bei Sebastian, Volker, Lukas und Michi für das Engagement, teils mehrere Ämter für die Abteilung zu übernehmen und wünschen auch ihnen viel Erfolg für ihre anstehenden Aufgaben.

Michael Wenzl

# 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>					
Beginner, alle Altersklassen (ab 6 Jahre)		17:00 bis 17:45 ●	17:00 bis 17:45 ■	18:00 bis 18:45 ●	
Anfänger + Fortgeschrittene alle Altersklassen (ab 6 Jahre)		18:00 bis 18:45 ●	18:00 bis 18:45 ■	17:00 bis 17:45 ■	
Beginner + Anfänger + Fortgeschrittene Jugendliche + Erwachsene (ab 15 Jahre)			19:00 bis 20:15 ■		
TKD Athletik, alle Altersklassen (ab 14 Jahre)					19:00 bis 20:30 ●
<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 ●		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 11.7.2022

- 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](https://corona-news.harteck.de)



**SPORT**  
FREUNDE  
HARTECK

## Willkommen in der Abteilung

Wir begrüßen die neue Abteilungsleitung und bedanken uns bei den Weggefährten aus den letzten Jahren. Die Abteilungsleitung hat sich neu gefunden und wurde von der Abteilungsversammlung zu ihrem Ehrenamt gewählt. Dank

gilt es den Vorgängerinnen zu sagen. Diese haben die Abteilung in den letzten Jahren geprägt und durch ihr Engagement deutlich ausgebaut. Neue Ideen wurden umgesetzt und die Kasse gut gepflegt. Den Neuen wünschen wir viel Erfolg und eine breite Unterstützung aus der Abteilung Turnen und Fitness.

## Abschied nach zwölf Jahren Abteilungsleitung

Liebe Turnabteilungsmitglieder, es freut mich, dass meine Tochter Steffi dieses Jahr zur Abteilungsleiterin gewählt wurde. Sie hat seit Jahren die Kinderturnabteilung organisiert und neue Kurse aufgebaut.

Vielen Dank an Christine, die mich all die Jahre begleitet und unterstützt hat, die Abteilung Turnen zu führen. Vielen Dank an Doris Hirsch und Sonja Gebhard, die neu für die Abteilungsleitung gewonnen werden konnten. Auch unserer Pressereferentin Gülfli und dem gesamten Vorstand des Hauptvereins, der mich alle Jahre begleitet hat, gilt mein Dankeschön.

Zuletzt vielen Dank an alle, die sich für das Ehrenamt entschieden haben und den Verein weiterhin unterstützen. Mir hat es immer viel Spaß gemacht, auch wenn es manchmal viel zu organisieren gab. Die Bereicherung durch die Stunden und die Freude die, die Kinder und Erwachsenen mir zurückgeben, dadurch dass ihnen die Stunden und vor allem die Bewegung gefallen, gaben mir immer Kraft, die Aufgabe als Abteilungsleiterin, neben Arbeit und Familie zu meistern.

Ich bleibe der Abteilung Turnen weiterhin treu, indem ich als Trainerin tätig bin. Ebenso habe ich mich bereit erklärt, die Neugewählten bei Fragen zu unterstützen.

Viele Grüße und bis bald in der Turnhalle.

Eure Birgit Piereth

## Auch das könnt ihr im Kinderturnen erleben!

Eine „Schachtelstadt“. Hier konnten sich die Kleinsten richtig austoben. Rein, raus, drauf und manchmal auch daneben. Am Ende gab es für jedes Kind noch eine Papp- oder echte Möhre mit dem Datum des nächsten Kinderturnens. So bleibt der neue Einsatz in Erinnerung. Schließlich war es die letzte Turnstunde vor den Osterferien.

Petra



## Annika Gebhard hat den Assistentenschein Kinderturnen erfolgreich bestanden

Hallo, ich bin Annika Gebhard, 15 Jahre, und möchte mich in dieser Vereinszeitung vorstellen und ein paar Worte zu mir sagen. Bereits seit 2013 bin ich Mitglied bei den Sportfreunden Harteck. Klein angefangen, mit dem Kinderturnen, konnte ich, je älter ich wurde, in die dementsprechenden Gruppen wechseln. Mit sieben Jahren, als ich dem Verein beitrug, wurden mir erstmals grundlegende Übungen beigebracht, wie die Rolle am Boden, der Handstand oder auch das Rad sowie die Grundsprünge (Sitzsprung, Hocke, Bücke, Krätsche, Drehung/en) am Großtrampolin. Nach gutem Beherrschen der grundlegenden Übungen konnte ich dann auch schwierigere Übungen erlernen.



Seit zwei Jahren bin ich nun selbst Trainerassistentin und unterstütze derzeit die Turnstunden am Dienstag und Freitag. Mir macht es Spaß, mein Erlerntes in den gesamten Jahren nun langsam und mit viel Geduld an Kinder ab 6 Jahre zu vermitteln und weitergeben zu können – genauso wie ich damals angefangen habe. Im Oktober 2021 habe ich mein Wissen über Hilfestellungen und das bessere Vermitteln von Turnübungen anhand eines Trainerassistentenscheins erweitert. Für mich ist Sport nicht nur ein Hobby, sondern mittlerweile schon ein Teil meines Lebens.

Das Trainingsangebot bei den Sportfreunden Harteck ist breit gefächert. Schaut einfach in den Mittelteil dieser Vereinszeitung, dann habt ihr einen guten Überblick über das aktuelle Angebot und die Trainingszeiten und Hallen. Auf der Homepage findest Du immer unser aktuelles Online-Angebot ([www.harteck.de](http://www.harteck.de) → Turnen Et Fitness). Bei Fragen stehen wir Dir immer gerne unter [turnen@harteck.de](mailto:turnen@harteck.de) oder am Montag zwischen 18.00 und 19.00 Uhr telefonisch unter 0178-8 88 05 09 zur Verfügung.  
Eure Abteilungsleitung

## Die Abteilungsleitung stellt sich vor

Am 28. April 2022 fand die Abteilungsversammlung Turnen und Fitness und zuvor, am 1. April 2022, die Jugendabteilungsversammlung statt. Im Zuge der Neuwahlen gab es einige Neubesetzungen in der Abteilungs- und Jugendleitung Turnen und Fitness. Aus diesem Grund möchte ich Euch die neuen Ansprechpartnerinnen benennen.

Die neue Jugendleitung bilden:

- Jugendleitung: Julia Koller (turnen-jugend@harteck.de)
- Stellv. Jugendleitung Sonja Gebhard (turnen-jugend@harteck.de)
- Jugendsprecher: Nico Piereth
- Jugendsprecherin: Annika Gebhard

Die neue Abteilungsleitung setzt sich wie folgt zusammen:

- Abteilungsleiterin: Stephanie Piereth (turnen@harteck.de)
- KassiererIn: Doris Hirsch (turnen-finanzen@harteck.de)
- Verwaltungsleiterin: Sonja Gebhard (turnen-verwaltung@harteck.de)
- Pressewartin: Gülfidan Franz (turnen-presse@harteck.de)
- Sportleitung: Aktuell nicht besetzt

Für den Posten des Sportleiters bzw. der Sportleiterin suchen wir derzeit noch eine oder einen der uns in der Abteilungsleitung rund um das Thema Hallenbelegungen unterstützt. Bei Interesse, gerne über turnen@harteck.de melden.

Auch für die Presse suchen wir jemand Begeisterten, der diese Aufgabe übernehmen möchte. Hier geht es darum selbst Artikel zu verfassen, andere Mitglieder und Trainer zum Schreiben zu motivieren und auf den Redaktionsschluss der Vereinszeitschrift zu achten sowie daran zu erinnern.

Wer genaueres erfahren möchte oder Lust hat diese Aufgabe zu übernehmen, kann sich gerne direkt per E-Mail an Gülfidi (turnen-presse@harteck.de) wenden. Wir würden uns sehr über weitere Unterstützung freuen.

Der ehemaligen Abteilungsleiterin Brigit und der KassiererIn Christine möchten wir für zwölf Jahre Engagement danken. Die Abteilung Turnen ist in dieser Zeit von 274 auf ca. 500 Mitglieder gewachsen. Vielen Dank für Euren großartigen Einsatz.

Eure Stephanie Piereth



## Die Reihe geht weiter

In den letzten beiden Vereinszeitschriften haben wir Euch bereits Paul Ruppert, Sophie Hörmann, Fine Keller und Sonja Gebhard als Nachwuchstrainer vorgestellt. Sonja hat bereits richtig Karriere gemacht und ist nun in der Jugendleitung sowie als Verwaltungsleiterin in wichtige Positionen aufgerückt. Es ist richtig und wichtig, dass junge Menschen Verantwortung übernehmen. Dies wird sie in ihrem Leben unterstützen und für neue Herausforderungen stärken.

Nun stellen wir Euch eine weitere Aktive vor: Eileen Michel hat die Übungsleiterlizenz - C - Kinderturnen erfolgreich bestanden.

Ich heiße Eileen und war schon in meiner Kindheit beim SF Harteck dabei. Leider sind wir dann aus München weggezogen und somit konnte ich auch das Turntraining nicht weiter besuchen.



Seit 2017 bin ich wieder bei den Erwachsenen im Training. Da ich 2015 als Au-pair in Irland war, habe ich gemerkt, dass mir die Arbeit mit Kindern sehr viel Spaß macht. Auch heute noch unterstütze ich Eltern in München und babysitte ab und zu. 2020 habe ich mir dann das Kinderturnen als Trainerin angeschaut und beschloss, den Trainerschein zu absolvieren. Leider war das letzte Jahr nicht so leicht. Somit habe ich ein Jahr ohne Schein bei den Stunden mitgeholfen. Im Oktober 2021 konnte ich dann endlich die Lizenz machen.

Ich freue mich schon sehr im nächsten Jahr wieder richtig durchstarten zu können und alle Ideen, die ich im Rahmen meiner Ausbildung kennengelernt habe mit in die Stunden einfließen zu lassen.

# JU-JUTSU

## Erste Prüfung „unserer“ Kinder

Am 31.03.2022 fand die allererste Prüfung für „unsere“ Kinder statt. Ziel war der Drachen-Aufnäher für den Gürtel, für den lange trainiert und geübt wurde – mit Einsatz aller verfügbaren Trainer und Übungsleiter und beileibe nicht ohne Spaß und Spiel als Motivation und Vorbereitung. Nach einem ausführlichen Aufwärmen gab Prüfungsleiter Helmut Kreppel, 2. Dan, jedem Kind Gelegenheit dazu, die geübten Abläufe noch einmal durchzuspielen und vorzuführen. Auf dem Prüfungsplan stand die Fallschule mit Sturz seitwärts rechts und links, ein Handballenstoss zur Schulter gegen einen geeigneten Angriff, das Vorzeigen eines passiven Blocks gegen einen Angriff mit offenen Händen zum Kopf und – als Königsdisziplin dieser ersten Prüfung – das Beinstellen mit anschließender Festlegetechnik durch Armhebel. Begleitet und motiviert durch unseren Jugendleiter Wolfgang Gah, der leider wegen einer Schulteroperation noch nicht aktiv trainingsbereit war, zeigten die Kinder vollen Einsatz. Sie alle waren konzentriert bei der Sache, bestanden die nachfolgende offizielle Prüfung in den genannten Disziplinen sehr gut und freuten sich über ihren Erfolg. Das Gleiche gilt für uns Trainer! Mit Freude und Stolz erhielten



die Teilnehmer ihren Ju-Jitsu-Pass mit den entsprechenden Eintragungen und vor allen Dingen den schönen Drachen-Aufnäher für den Gürtel. Viele der Kinder kommunizierten ihren Wunsch, sich schon bald weiteren Prüfungen stellen zu wollen. Das freut uns sehr, zeigt es doch, dass wir in der Kinder- und Jugendarbeit gut angekommen und akzeptiert sind und vielen Interessierten eine sportliche Perspektive – gerade in Pandemiezeiten – bieten konnten.



## Prüfung Jugendliche/Erwachsene

Bereits vor drei Jahren begannen einige unserer erwachsenen Mitglieder mit der Vorbereitung zu einer Prüfung für den nächsthöheren Gürtel. Als dann die Kenntnisse soweit vorhanden waren, dass die Prüfung schon in nächster Zeit möglich gewesen wäre, kam Corona. Damit waren zunächst alle Trainingsmöglichkeiten gestrichen und die Vorbereitung geriet aus dem Tritt. Nach ein paar Monaten war zwar ein eingeschränkter Trainingsbetrieb wieder möglich, aber an eine Prüfung nicht zu denken. 2021 gab es dann die Möglichkeit der Online-Prüfung. Wir machten von der vom Bayerischen Ju-Jitsu-Verband geschaffenen Alternative aber keinen Gebrauch, da wir in unserer Abteilung der Meinung sind, dass ein Partner zur Darstellung der geforderten Techniken unbedingt erforderlich ist. Alles andere wäre mehr Schauspiel als praxisnahe Darstellung der Techniken. Seit Frühjahr dieses Jahres sind Prüfungen unter normalen Bedingungen wieder erlaubt. So-

fort begannen wir mit den Vorbereitungen. Nachdem die teilweise verschollen geglaubten Fähigkeiten wieder reaktiviert wurden, setzten wir den Prüfungstermin auf 03.05.22 fest. Es stellten sich Erwachsene und Jugendliche den Herausforderungen, zehn zum Vollgurt und zwei zu Zwischengraduierungen. Prüfer war Reinhard. Während die einen auf der Matte schwitzten, konnten die anderen vom Mattenrand aus entspannt zusehen, bis sie selbst wieder ihr Können unter Beweis stellen durften. Obwohl es bei wenigen kleine Gedächtnislücken gab (Helmut half mit dezenten Hinweisen dann auf die Sprünge), konnten Reinhard und alle anderen Anwesenden den Teilnehmern nach 2,5 Stunden Prüfungszeit zum erfolgreichen Bestehen gratulieren. Einige überzeugten mit ihren Leistungen so, dass wir bereits über eine weitere Prüfung noch in diesem Jahr nachdenken.





## Qi Gong-Kurs mit Sebastiano Intili

Am 11. Mai 2022 startete der bereits in der letzten Ausgabe angekündigte Qi Gong-Kurs unter der Leitung von Sebastiano. Erfreulicherweise war das Interesse sehr groß, zwischen 15 und 20 interne und externe Teilnehmer nahmen an den insgesamt acht Kursabenden regelmäßig teil. Sebastiano legte das Augenmerk auf eine bewusste Atmung, begleitet von langsamen Bewegungen, um die Atemenergie aufzunehmen und kontrolliert wieder loszulassen. Ziel ist im Idealfall das Finden der eigenen Mitte und damit einhergehend Entschleunigung und innere Ruhe. Auch Dehnübungen, die durch tiefes Atmen unterstützt und erweitert werden können, standen auf dem Übungsprogramm, ebenso wie Sitzmeditationen. Anfangs fiel es manchen Teilnehmern schwer, die Übungen in Ruhe durchzuhalten und dabei „die Zeit zu vergessen“. Die Entdeckung der Langsamkeit und die Wahrnehmung des eigenen Atems muss erst erlernt und erfahren werden – das stellten wohl alle Teilnehmer im Verlauf des Kurses fest und wir hoffen, dass uns die Qi Gong-Übungen im Alltag immer wieder zugutekommen können und werden. Wir hoffen, dass – eventuell auch in Zusammenarbeit mit einem Mitglied unserer Kali Silat-Gruppe – der Kurs im Herbst weitergeführt werden kann. Detaillierte Infor-

mationen gibt es schnellstmöglich auf unserer Homepage und in der nächsten Ausgabe. Wir bedanken uns vorerst sehr herzlich bei Sebastiano für die engagierte Durchführung dieses Kurses und würden uns freuen, wenn es weitergeht!

## Ausflug am 8. Oktober 2022

Um auch einmal mit allen Generationen unterwegs zu sein, planen wir dieses Mal einen gemeinsamen Busausflug für die Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen unserer Abteilung. Eine Einladung an alle Mitglieder mit allen Informationen wird noch vor den Sommerferien versandt. Die Kosten für den Ausflug übernehmen wir, hoffen auf gutes Wetter und freuen uns schon sehr auf diese gemeinsame Unternehmung.

# JUDO

## Wichtiger als Erfolge ist der Zusammenhalt

Nun starten wir in das „Judo-Normal“ und schon gibt es hier und da Ausfälle, sowohl in den Trainingseinheiten als auch in den Mannschaftswettbewerben. Dort wo vor drei Jahren eine geschlossene Mannschaft stand, sind Lücken zu verzeichnen. Sicher gibt es immer wieder Entschuldigungen für dies und das, aber aus Sicht der Coaches und Trainer, gilt eine komplette Mannschaft

nur bei hoher Beteiligung der Einzelnen als wehrhaft. Die Möglichkeiten der Kommunikation waren nie so hoch wie jetzt. Eine gute Gelegenheit, dies auch auszunutzen. Die Hartecker Abteilungsleitung wünscht sich für das zweite Halbjahr mehr Kämpferherz jedes Einzelnen, denn nur in geschlossenen Teams können wir erfolgreich sein.

## Nationale Special Olympics in Berlin 2022

Zwölf Judoka von den Sportfreunden Harteck München und dem Augustinum München haben sich mit ihren Betreuern auf den Weg zur Special Olympics (SOD) gemacht, um sich der nationalen Konkurrenz zu stellen. Am ersten Wettkampftag konnten bereits Henry Unterseher und sein Unified Partner Sonner Max in der Nage-no-kata in Level 1, Silber erreichen.

Beim zweiten Wettkampftag gelangen den Athleten bei sonnigem Wetter unter Pre-World-Games Bedingungen weitere Platzierungen. Auf zwei Mattenflächen wurden die Begegnungen der etwa 110 beteiligten Judoka ausgekämpft. Den ersten Platz in der Kategorie L3M14c, WK 3 bis 66 kg erreichten Lukas Schönfeld sowie in der L2M05b, WK 2 bis 60 kg, Henry Unterseher. Dabei konnte Unterseher seinen ersten Kampf bereits nach zwei Sekunden mit einem sehenswerten Ippon abschließen.

Silber erreichte in der L3M13c, WK 3 bis 60 kg Josua Deckert. Diesen Erfolg erreichte er im Golden Score exakt eine Sekunde vor dem Schlussgong mit einem Ippon. Ebenso Silber erreichte in der L2M11b, WK 2 bis 90 kg Tobias Reineck. Dabei siegte dieser im ersten Kampf gegen seinen Vereinskameraden Maximilian Massepp nach dem Golden Score in der vierten Minute durch einen Kampfrichterentscheid. Maximilian wurde am Ende des Tages Fünfter in der ausgeglichenen Gewichtsklasse.

Am dritten Wettkampftag gingen sieben Athleten an den Start. Diese wurden wiederum von Alwin Brenner, Max Sonner und Benjamin Martan coacht. Gold erreichte Martina Riedl in der F06c, WK 3 bis 70 kg. Ihr gelang ein souveräner Kampftag mit tollem Einsatz und Techniken. Ebenso erreichte Samuel Dietz, M04a

+100kg den ersten Platz. Dietz machte für den Wettkampftag über 10 kg Gewicht, um in seiner angestammten Gewichtsklasse bis 100 kg zu starten. Da in der WK 1 keine weiteren Athleten bis 100 kg starteten, wurde er hochgestuft und konnte seine Gegner mit weit mehr als 25 kg Mehrgewicht bezwingen. Insbesondere der letzte Kampf wird vielen Zuschauern und Kampfrichtern noch länger in Erinnerung bleiben. Mit Silber konnten Benedikt Träger in der M02a, bis 73 kg sowie Michael Bleicher, M17c, WK 2 bis 66 kg den Wettkampftag abschließen.

Eine besondere Konstellation betraf die Vereinskameradinnen Alessia Schmidt, Lara Holzmueller und Carolin Anzinger. Sie durften gegeneinander in der Kategorie F03b, WK 2 bis 57 kg antreten. In einer Fünfferrunde verwies Alessia, Carolin auf den zweiten und Lara auf den vierten Platz und somit eine weitere Goldmedaille für die ID-Judoka der Harteck Hornets und dem Augustinum München.

Als Offizieller von SOD führte Florian Sachs die Organisation und die Siegerehrung durch. Das Bayerische Team um den Chefcoach Alwin Brenner konnte mit fünf Goldmedaillen und sechs Silbermedaillen im Gepäck die Heimreise in die Landeshauptstadt München antreten.



## Road to Backnang - U15 Qualifikation

Das Highlight der Judosaison ab der U15 ist die Qualifikations-Turnierreihe. Die Athleten kämpfen sich hier von ihren Bezirksmeisterschaften bis zum höchsten nationalen Turnier, der Süddeutschen Meisterschaft, durch und haben damit die Option, sich für den Bayernkader zu empfehlen.

Trainer Thomas Lorenz und Co-Trainerin Franziska Massur begleiteten die Judoka über diese Turnierstrecke, welche bei der Münchner Meisterschaft beginnt, dann zur Südbayerischen, Bayerischen und letztlich zur Süddeutschen Meisterschaft führt. Neben dem erfahrenen Kämpfer Linus Wartner und dem ebenfalls kampferprobten Theo Schilling waren auch Wettkampfneulinge am Start, die kurz zuvor den gelben Gürtel erwarben, um an Turnieren teilnehmen zu können.

Leider ist die Riege der Mädels sehr ausgedünnt, sodass lediglich Nafisa Pettendi in der Gewichtsklasse bis 48 kg an den Start ging. Auf der Bezirksmeisterschaft (Münchner Meisterschaft), welche beim Budo Club Ismaning ausgetragen wurde, konnte sich Nafi von Kampf zu Kampf steigern und erkämpfte sich unter den neugierigen Augen von Mama und Papa eine tolle Bronzemedaille. Auf der Südbayerischen, welche kurzfristig in Ingolstadt auf die Beine gestellt wurde, war die Auswahl an Gegnern schon etwas erlesener, sodass Nafi kämpferisch zwar überzeugen konnte, aber die Erfahrung der anderen überwog. So erkämpfte sie sich den fünften Platz. Damit war sie für die Bayerische in Augsburg qualifiziert, konnte verletzungsbedingt jedoch nicht antreten. Glückwunsch dennoch zum Erreichten.

Bei den Buben konnten ebenfalls Medaillen durch beherztes Kämpfen eingeholt werden. Ivan Jotov bis 43 kg und Said Torak bis 46 kg durften beide mit Bronze die Bezirksmeisterschaft beenden. Auf der Südbayerischen trat dann leider nur Said an, welcher sich bei einem harten Startfeld trotz hammerstarker Leistung nicht weiterempfehlen konnte. Seine Art zu kämpfen macht jedoch Hoffnung auf nächstes Jahr. Auch für Louis Winkler bis 50 kg war es das erste Turnier und hochmotiviert ging er an den Start. Wie bei den drei anderen Neulingen ging es zunächst darum, Wettkampferfahrung zu sammeln und das haben sie alle. Louis konnte leider keine Medaille erkämpfen, war aber nur wenige Millimeter davon entfernt, denn er warf in jedem Kampf alles in die Waagschale und erkämpfte sich tapfer seinen fünften Platz. In Ingolstadt reichte es dann leider nicht mehr zur Qualifikation für das nächste Turnier. Doch auch hier ist Hoffnung auf mehr vorhanden.

Linus Wartner lieferte sich auf Bezirksebene mit Ex-Hornet Joshua Heiserer ein Duell um die Goldmedaille. Das war ein harter Brocken und leider musste sich Linus hier mit Silber zufriedengeben. War aber nicht schlimm, da Linus gewohnt ist, sich mit harten Gegnern zu messen und dennoch nie aufzugeben. So nutzte er seine Chance auf der Südbayerischen in Ingolstadt und erkämpfte sich in einem

breiten Starterfeld Rang fünf. Anschließend ging es dann auf die Bayerische Meisterschaft in Augsburg. Dort übernahm Franzi das Coaching komplett, da Thomas selbst einen Einsatz in der Bayernliga hatte. Angefeuert, gab Linus alles und erkämpfte auf der Bayerischen Meisterschaft den siebten Platz. Leider war damit keine Teilnahme an der Süddeutschen Meisterschaft möglich, auch wenn das von seinen Leistungen her verdient gewesen wäre.

Highlight und hervorzuheben war die Teilnahme von Theo Schilling in der Gewichtsklasse bis 34 kg. Gewichtstechnisch war Theo über die komplette Turnierserie am Limit und so lag der Trainingsschwerpunkt auf dem Gewicht, was sich letztlich auch gelohnt hat. Denn Theo konnte all seine Kämpfe technisch bestimmen und war bis auf wenige Momente sehr aufmerksam, sodass er sich die Titel Münchner und Südbayerischer Meister sichern konnte. Mit zwei Goldmedaillen im Gepäck ging es dann von Ismaning und Ingolstadt



aus ebenfalls nach Augsburg. Dort warteten noch härtere Gegner. Doch davon ließ sich Theo nicht beirren. Nur in einem Kampf gegen seinen Rivalen Huerta Molas, den er vorher zweimal eindeutig schlagen konnte, verlor er auf die letzten zehn Sekunden leichtsinnig und verpasste die Chance auf eine dritte Goldmedaille, welche definitiv möglich gewesen wäre. Dennoch holte er sich Edelmetall in Form von Bronze unter der Anleitung von Franziska und qualifizierte sich für das höchste nationale Turnier in dieser Altersklasse. Mit Vorfreude aber auch etwas Druck im Gepäck ging es nach Backnang und das hat sich gelohnt. Theo verlor nur einen Kampf gegen den späteren Süddeutschen Meister und landete somit auf allen Turnieren der Serie auf dem Podium mit einer Ausbeute von zwei Gold- und drei Bronzemedailles. Damit interessiert sich nun auch der Bayerische Landestrainer für unseren Kämpfer Theo, auf den wir unglaublich stolz sind. Weiter so an alle Kämpfer. Ihr seid gut gerüstet und wir freuen uns auf viele weitere Turniere mit Euch.

# JUDO

**"SORE-MADE" -  
Abseits der Matte**



## Pfingstlager 2022

Es war wieder soweit! Nach langer Pause konnte endlich wieder eine Ferienfreizeit in Königsdorf durchgeführt werden. Bei den Vorbereitungen hatte der Sportleiter Yusuf Güngörmüş viel zu

tun, schließlich galt es 25 Kindermägen für fünf Tage zu füllen. Deshalb war es eine große Hilfe, dass Cayan Kaya sich kurzfristig bereit erklärt hatte, die Jugendmaßnahme mit dem Einkauf und seiner Mithilfe zu unterstützen. Am Montag, den 13. Juni trafen die Kinder und Betreuer in Königsdorf ein und hatten bis Freitag in zwei angemieteten Blockhütten und mit 30 Hektar mitten im

# 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
- Aufbauseminare 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)

Landschaftsschutzgebiet an der Isar, reichlich Platz, sich auszutoben. Von Spielen, einer mehrteiligen Challenge, Kistenklettern, Nachtwanderung und Fahnenklau von anderen Gruppen auf dem Gelände, bis zu gemeinsamen Grillabenden und Lagerfeuer können die Teilnehmer nun zuhause erzählen. Mit dabei waren Lukas, Theodor, Vitus, Gülf, Linus, Sofia, Pit, Daniel, Deniz, Jayden, Nermin, Florian, Lukas, Felix, Yannis, Julian, Nico, Maria, Louis, Filip, Jonas, Tim, Torah, Niclas, Elias, Djordje, Renate, Markus Bradfisch und Markus Henning.



## Gürtelprüfungen

Mit Stolz können wir berichten, dass wir seit dem Judostart im Januar 2022 einige Gürtelprüfungen abhalten konnten und viele Anfänger nun einen oder sogar zwei Kyu-Grade nach der Corona-Pause aufgeholt haben. Die Judoka ab dem gelben Gurt sind nun berechtigt an Wettkämpfen teilzunehmen. Wir gratulieren allen Teilnehmern zum nächsthöheren Schülergrad und wünschen weiterhin erfolgreiche Prüfungen.



# 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

## Kup Prüfung am 28.04.2022

Nicht nur unsere Großmeisterin hat sich dieses Jahr den strengen Blicken der Taekwondo Prüfer gestellt; auch eine kleine Schar von Abteilungsmitgliedern wollte dieses Jahr die nächste Gürtelstufe erreichen. Nach einer internen Vorprüfung, die von dem gesamten Trainerteam durchgeführt wird, fanden sich letztendlich sechs Prüflinge am 28. April in der unteren Wegenerhalle ein, um sich einer Taekwondo Kup Prüfung zu unterziehen. Wir freuen uns, dass alle Teilnehmer die Prüfung bestanden haben und gratulieren zum...

- |                             |                                 |
|-----------------------------|---------------------------------|
| 9. Kup (weiß-gelber Gürtel) | für Theodora und Tomas Manginas |
| 8. Kup (gelber Gürtel)      | für Madina und Yusuf Farahi     |
| 5. Kup (grün-blauer Gürtel) | für Rinessa Azemi               |
| 4. Kup (blauer Gürtel)      | für Khang Gia                   |

Aus aktuellem Anlass nachfolgend gerne auch noch einmal unsere Regeln für die Teilnahme an Gürtelprüfungen und dem richtigen Umgang mit den Trainingskarten. Die Trainingskarten dienen der Selbstkontrolle des Taekwondo Übenden und sind notwendige Voraussetzung für die Teilnahme an einer Taekwondo Gürtelprüfung:

- Die Vorprüfung und die Kontrolle der Anwesenheiten mittels der Trainingskarten sorgt für ein hohes Qualitätsniveau bei den Prüfungen.
- Auf den Trainingskarten wird ausschließlich die aktive Teilnahme bestätigt. Bei Krankheit gibt es keinen Eintrag.
- Wenn die Trainingskarte vergessen wurde, wird die aktive Teilnahme nicht in einer der folgenden Trainingseinheiten nachgetragen.
- Wenn die Trainingskarte nicht mehr auffindbar ist, fängt der Übende wieder bei Null an.
- Wer nicht pünktlich zum Training erscheint, erhält auch keine Unterschrift (der Unterricht beginnt mit dem Kommando "Chareyot" des Trainers).
- Jedes Mitglied nimmt immer seine eigene Trainingskarte und holt sich seine Unterschrift.

Sollten ausreichend Trainingseinheiten für die nächste Gürtelstufe erreicht sein, gibt es nicht automatisch eine Berechtigung zur nächsten Gürtelprüfung. Es berechtigt lediglich zur Teilnahme an einer Vorprüfung. Über die finale Teilnahme an einer Gürtelprüfung entscheidet immer und ausschließlich das Trainerkollegium.

## Zukünftige Termine der Taekwondo-Abteilung

### 12.11.2022 U-Chong Herbstlehrgang (Unterföhring)

Die aktuellsten Informationen werden wir Euch wie gewohnt in unserer WhatsApp Gruppe mitteilen. Bitte werft auch regelmäßig einen Blick auf unsere Homepage, da wir auch dort regelmäßig die wichtigsten Termine veröffentlichen. Folgt uns auch gerne auf unserer offiziellen Instagram-Seite unter @tkd\_sfharteck.

Ich wünsche Euch allen weiterhin gute Gesundheit, viele erfolgreiche und spaßige Trainingsstunden und freue mich, Euch wieder in der Halle begrüßen zu dürfen. Vielen Dank fürs Lesen.

Eure Asma

## 7. Dan für Großmeisterin Serat Askin

Nachdem unser Großmeister Michael Hesse erfolgreich seine Prüfung zum 7. Dan im Dezember abgelegt hatte – wir haben in der Vereinszeitungsausgabe 2022-01 bereits darüber berichtet – nahm unsere Großmeisterin Serat Askin ihr persönliches 7. Dan Projekt in Angriff.

Aufgrund des aktuellen Regelwerks mit dem koreanischen Taekwondo Verband mussten dafür fünf Videos aufgezeichnet werden. Vier Videos müssen dabei die letzten vier relevanten Taekwondo Formen zeigen und das fünfte Video einen Freikampf nach den aktuellen Regeln der World Taekwondo Föderation. Unter den strengen Blicken von Großmeister Michael Hesse wurden dann viele Videos – inklusive selbstkritischer Haltung von Großmeisterin Serat Askin – aufgezeichnet und letztendlich die „Best-of-5“ inklusive einer geforderten schriftlichen Ausarbeitung über ein Taekwondo Thema nach Korea gesendet.

Nun begann die lange Wartezeit. Im Gegensatz zu einer Präsenzprüfung, in der ja immer nur der eine Augenblick der entsprechenden Darbietung bewertet wird, kann man naturgemäß bei einem Video vor- und zurückspulen, es langsamer laufen lassen oder gar Standbilder erzeugen. Entsprechend groß war auch die Anspannung – wie werden die koreanischen Prüfer die Videos bewerten? Nach ca. sechs Wochen Wartezeit kam endlich die E-Mail aus Korea: Alle Kriterien zum 7. Dan sind erfüllt – bestanden! Entsprechend groß war auch die Freude bei unserer Großmeisterin und bei uns Mitgliedern, die alle mitgefiebert haben.

Herzlichen Glückwunsch zum 7. Dan liebe Großmeisterin Serat Askin. Wir freuen uns alle mit Dir und sind sehr stolz auf Dich. Wir schätzen Dich sehr, nicht nur als vorbildliche Trainerin, nicht nur als Coach und nicht nur als gerechte Prüferin, sondern vor allem Dein Wesen und Deine Menschlichkeit. Wir freuen uns auf das nächste Training und die gemeinsame Zeit.



ENDLICH WIEDER IM VEREIN:

# AUF DIE MATTE STATT AUF DIE MATRATZE.

[WWW.COME-BACK.FIT](http://WWW.COME-BACK.FIT)



# SPORTLERINNEN AUF AUGENHÖHE.

Ramona und Lea zeigen, was Inklusion ist:  
eine Selbstverständlichkeit.

.....  
.....  
.....



WIR SIND  
SPORTDEUTSCHLAND



© DOSB