SPORT FREUNDE HARTECK

Trenkleweg 5 · 80937 München

Vereinszeitschrift Nr. 158 · 4/22

Hier

könnte Ihre Adresse stehen!

Werden Sie Mitglied bei den Sportfreunden Harteck.

B 1333 Sportfreunde Harteck e.V., Trenkleweg 5, 80937 München
PVST. Deutsche Post AG, „Entgelt bezahlt", VKZ

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:

Hier könnte Ihre Anzeige stehen!

1/4 Seite nur 75,–

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 %

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

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

NOVEMBER 2022

INHALT

04 EDITORIAL
05 HAUPTVEREIN
08 KISS
10 VOLLEYBALL
12 HALLENBELEGUNGSTABELLE
14 TURNEN
16 JU-JUTSU
18 JUDO
21 TAEKWONDO

Die Parcours-Gruppe wächst

Großes Titelbild: Volleyball-Trainingslager in Inzell
Kleines Titelbild: Taekwondo Bayern-Pokal in Ochsenhausen

IMPRESSUM 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
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 - 8438452
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 Barekzai
omar.barekzai@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
Roman-Herzog-Straße 10
81248 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 12.01.2023 **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,

ein weiteres Jahr mit CORONA neigt sich dem Ende und wenn man den Fachleuten Glauben schenken mag, wird dies nicht das Letzte gewesen sein. Wir werden alle lernen müssen, zu-künftig damit umzugehen. In unserem Verein haben wir, so glaube ich zumindest, dank des starken Engagements aller Aktiven einen sehr guten Weg gefunden, mit dieser Art Krise umzugehen. Sei es nun mittels Wartelisten, Gruppeneinteilungen, Teilnehmerlisten, Einhaltung der Abstandsregeln, Training online oder draußen – immer haben wir irgendwie einen Weg gefunden, natürlich unter Einhaltung der gültigen Regeln, unseren Sportbetrieb durchführen zu können.

Danke an dieser Stelle an alle Trainer und Trainerinnen, Funktionäre und Funktionärinnen und letztendlich natürlich auch an Euch liebe Mitglieder. Danke, dass ihr uns die Treue haltet.

Apropos „Treue": Nicht ganz so gut funktioniert das derzeit mit unserem Vereinsheim. Der aktuelle Pächter musste leider nach längerer Zeit das Handtuch werfen. Unter anderem führte auch die CORONA-Situation dazu, dass sich die Investitionen in unser Vereinsheim geschäftlich nicht auszahlten. Daher müssen wir nun im Vorstand entscheiden, wie wir mit dem Vereinsheim weiter machen können und wollen. Wir halten Euch an dieser Stelle auf dem Laufenden.

Aus aktuellem Anlass und auch auf die Gefahr mich zu wiederholen, sei mir trotzdem an dieser Stelle ein Hinweis auf unsere Homepage erlaubt: 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 bzw. bei der jeweiligen abteilungszuständigen Person 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 hohen zusätzlichen Aufwänden in der Geschäftsstelle. Daher bestehen wir inzwischen auf das Ausfüllen des Aufnahmeantrags via Computer. Wir bitten um Euer Verständnis (ich habe diesen Text zwar 1:1 beim letzten Mal auch schon veröffentlicht, aber diese Botschaft kann man nicht oft genug senden).

Über die Aktivitäten unserer Abteilungen könnt ihr Euch wie üblich in den nachfolgenden Artikeln detailliert informieren. Im Rahmen der bevorstehenden Weihnachtszeit wünsche ich besinnliche und angenehme Weihnachten sowie einen guten Rutsch ins neue Jahr. Ich hoffe, wir sehen uns bald gesund und munter wieder.

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,

ich habe mir vorgenommen, als ehemals langjähriger Vorsitzender und mittlerweile Ehrenvorsitzender der Sportfreunde Harteck, einige gravierende Ereignisse aus der langjährigen Geschichte unseres Vereins, insbesondere für Neumitglieder, in zwangloser Fortsetzung ins Gedächtnis zurückzurufen.

Beginnen möchte ich mit dem Thema: U-Bahn-Bau in München. Die Rede ist vom Bau der U-Bahnlinie U2 (zuerst U8) in den Jahren 1988 bis 1995. Unser Ärgernis war, dass die Linienführung in „offener Bauweise" quer durch zwei Fußballfelder der Bezirkssportanlage Harthof erfolgte, sodass damit, einschließlich der Anfahrten, Materiallagerungen, usw., ein ordnungsgemäßer Trainings- und Spielbetrieb für ca. 40 Fußballmannschaften auf der Bezirkssportanlage nicht mehr möglich war.

U-Bahn-Bau quer durchs Fußballfeld

Natürlich wollten wir den Bau der U-Bahn-Linie nicht verhindern, sondern freuten uns auf die Fertigstellung. Dieses Problem hat unsere Fußballabteilung sowie die anderen Vereine auf der Bezirkssportanlage aber in sehr starkem Maße betroffen. Eine Jugendarbeit war praktisch über Jahre hinweg kaum möglich. Der gemeinsame Wunsch der Vereine, zwei Ersatzflächen auf der sogenannten „Panzerwiese" zu schaffen, wurde abgelehnt. Die Regierung von Oberbayern legte damals ihr Veto ein, da es sich dort um ein „schutzwürdiges Magerrasen Biotop" handeln würde. Wenn man heute das Gelände entlang der Neuherbergstraße sieht, fragt man sich jedoch, wo hier das „Biotop" geblieben ist. Nach langem „Hick-Hack" aller Behörden und unseren diversen Einsprüchen wurde ein Fußballfeld genehmigt, das natürlich ein „Tropfen auf den heißen Stein" war. Geplant war für die U-Bahn-Linie ursprünglich eine Bauzeit von drei Jahren, zumindest wurde uns dies im Vorfeld versprochen. Doch dann kam es endgültig zum Eklat: Während das U-Bahnreferat eigentlich terminlich mit den Arbeiten fertig war, hatte man offensichtlich versäumt, das Baureferat darüber zu informieren, dass die weiteren Arbeiten (Fertigstellung der Oberfläche, Aufstellung der Lichtmasten,

Serat Askin
Stellv. Jugendleitung

Benjamin Martan
Beisitzer Jugendleitung

Stephanie Piereth
Beisitzer Jugendleitung

Nessrin Noman
Jugendsprecherin

Omar Barekzai
Jugendsprecher

Stephanie Piereth
Turnen

Sebastian Rembe
Volleyball

Barbara Franz
Geschäftsstelle

René Weil
Vereinsfotograf

EHRENVORSITZENDER

Errichtung eines Kunststoffrasenplatzes, etc.) weitergehen könnten. Auch innerhalb des Baureferates und des Gartenbauamtes kam es zu terminlichen Missverständnissen und der Winter sowie Regenzeiten zogen die Fertigstellung immer weiter hinaus.

Doch nun zum Schluss meiner sehr gekürzten Ausführungen: 1995, also nach fast sieben Jahren, konnten die Vereine ihre wichtige Arbeit zur Betreuung vieler Jugendlicher im Fußball wieder voll aufnehmen. Eine erfreuliche Nachricht nach jahrelangem Ärger.

Josef Nadler
Ehrenvorsitzender

WIND UND WETTER ausgesetzt liegen die Kunstrasen-Rollen am Rande des Spielfelds. Wegen Koordinationsproblemen konnten die Arbeiten im vergangenen Jahr nicht mehr vollendet werden. Foto: Zindel

255 Jahre geballte Manneskraft

255 Jahre geballte Manneskraft für die „Sportfreunde Harteck e. V. Dieter Keil, geb. 16.01.1937, 70 Jahre Vereinsmitglied, ehemals aktiver Spieler, jahrzehntelanger Kassier und „Mann für alle Fälle" in der Fußballabteilung.

Josef Nadler, geb. 31.01.1937, 69 Jahre Vereinsmitglied, ehemals aktiver Spieler in der Tischtennisabteilung, drei Jahre stellvertretender Vorsitzender Finanzen und 30 Jahre Vorsitzender der Sportfreunde Harteck, 20 Jahre Mitglied im „Grützmann-Beirat" sowie über 20 Jahre Mitglied des Sportbeirates der Landeshauptstadt München.

Manfred Eckert, geb. 06.10.1937, 70 Jahre Vereinsmitglied, ehemals aktiver Fußballer in allen Jahrgangsklassen bis hin zu den „Alten Herren" sowie unzählige Funktionen in der Fußballabteilung sowie im Hauptverein, 20 Jahre Mitglied im „Grützmann-Beirat" und unser „Mädchen für alles" – wo immer Not am Mann war.

Eine verschworene Gruppe, auf die sich der Verein „in guten und schlechten Zeiten" immer verlassen konnte.

Josef Nadler
Ehrenvorsitzender

Hier schreibt der VwL

Geburtstagsgratulation bei Mane ☺

Anfang Oktober hatte ich die Ehre unserem Ehrenmitglied Manfred Eckert, besser bekannt als Mane (meinem Vorgänger als Verwaltungsleiter im Hauptverein), im Namen des Vorstands zum besonderen Geburtstag zu gratulieren. Bei einem Bierchen führte uns der Plausch auch in die „guade oide Zeit" zurück ☺.

Doch auch in der Zukunft wird man wieder von der „guaden oiden Zeit" sprechen und dann bin ich gespannt, wer mein Nachfolger sein wird, wenn ich zum 85. Geburtstag einen Präsentkorb vom Hauptverein geschenkt bekomme ☺.

Gruß vom VwL-Fritz (noch im Amt) ☺

Erfolgreiches Projekt geLAUFen!

Zwei Jahre waren wir pandemiebedingt dabei an unserer Kondition zu arbeiten, beziehungsweise diese zu halten, um endlich wieder in Wolnzach bei „Lauf10!" des Bayerischen Rundfunks dabei zu sein. Wir haben es geschafft und wie zu ersehen, konnten wir auch unsere Kids dafür begeistern. Inzwischen sind wir wieder LAUFend am Trainieren, denn nach Wolnzach ist vor Wolnzach ☺.
Gruß
Euer Lauf10! – Fritz ☺

P.S.:
2012, also genau vor zehn Jahren hat unsere Kindersportschule (KiSS) mit der damaligen Mitarbeiterin im Freiwilligen Sozialen Jahr, Zita Notter, erstmalig „Lauf10!" bei uns im Verein begonnen – die Laufgruppe ist uns bis heute erhalten geblieben!

Wie sagt meine Frau Petra immer dazu (abgeleitet von den Stockenten): „Triffst Du dich wieder mit deinen Laufenten?" ☺.

Nach dem Lauf

Neues KiSS Schuljahr

Unsere Freiwilligen Anna, Fabian und Lukas beendeten ihren Freiwilligendienst zum Ende des Schuljahrs planmäßig. Vielen Dank für Eure tolle Arbeit. Bei Lukas planen wir eine dauerhafte Weiterbeschäftigung neben seinem Studium. Anna und Fabian wünschen wir in Zukunft in allen Bereichen alles Gute. Wir würden uns über ein Wiedersehen sehr freuen. Einen weiteren Abgang verzeichnen wir im KiSS-Team. André hat seine Tätigkeit bei uns beendet. Auch Dir alles Gute und DANKE für deine tolle Arbeit in der Hartecker KiSS. Diese Lücken mussten extern geschlossen werden. Unser Freiwilligenteam ist besetzt und wir begrüßen mit Natalie, Aisling, Laurin und Maurice vier junge sportbegeisterte Menschen bei uns. Herzlich willkommen. Alle vier stellen sich bei Euch separat vor. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit.

Am letzten Ferientag begann für die KiSS das neue Schuljahr. Kick-off! In dem Auftakt konnten wir uns kennenlernen sowie die Aufgaben und Besonderheiten besprechen. Mit einem gemütlichen Abendessen waren wir gerüstet für den Start.

Sportbetrieb

Nach den Sommerferien ging es gut in das neue Schuljahr. Viele Kooperationen laufen unverändert weiter. An der Bauhaus-Grundschule und Paulcke-Grundschule konnten wir das Angebot erweitern. Taekwondo wird erstmals im Rahmen einer Ganztagskooperation durch unsere Taekwondo Abteilung angeboten. Danke Michael, dass du unser Angebot bereicherst.

Der Redaktionsschluss der Zeitschrift liegt im Oktober und die Erscheinung schon fast in der Vorweihnachtszeit. Deswegen wünscht Euch das gesamte KiSS Team eine besinnliche Zeit und einen schönen Jahresabschluss.

Abschließend möchten wir ein Dankeschön an unsere Geschäftsstelle mit Barbara und unserem Vorstand aussprechen.

Sportliche Grüße
Sebastian Heidrich

Neue Gruppen

Wir haben in der KiSS neue Gruppen.
Wer Interesse hat, darf sich gerne in der Kindersportschule melden.

Tanzen	Gruppe 3 bis 5 Jahre	Montag	16.15 – 17.00 Uhr	in der Wegenerhalle
Sport	Gruppe 3 bis 5 Jahre	Montag	16.30 – 17.30 Uhr	in der Wegenerhalle
	Gruppe 6 bis 9 Jahre	Montag	17.30 – 18.30 Uhr	in der Wegenerhalle

Neues Personal – Freiwilligendienst in der KiSS

Hallo liebe Sportfreundinnen
und Sportfreunde,
mein Name ist **Aisling Moloney,** ich bin 19 Jahre alt und habe dieses Jahr die Schule mit meinem Abitur erfolgreich abgeschlossen. Da ich mir noch unsicher über meine berufliche Zukunft bin, wollte ich dieses Jahr ein Freiwilliges Soziales Jahr im Sport machen, weil Sport schon immer ein großer Teil meines Lebens war.

Über die Jahre hinweg habe ich Schwimmen und Leichtathletik betrieben und bin im Winter oft Ski gefahren. Allerdings war meine wichtigste Sportart schon immer das Tanzen. Seit über zehn Jahren nehme ich an Wettkämpfen im „Irischen Tanzen" teil und war auch schon bei der Weltmeisterschaft dabei.

Ich hoffe, in diesem Jahr neue Erfahrungen zu sammeln und den Kindern Spaß am Sport zu vermitteln. Ich freue mich auf das kommende Jahr und die sportliche Zeit.

Liebe Grüße
Aisling

Servus liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,
mein Name ist **Natalie Hümmer** und ich helfe dieses Jahr als Freiwillige in der KISS. Ich bin 18 Jahre alt und habe dieses Jahr im Mai mein Abitur am Josef-Effner-Gymnasium in Dachau absolviert. Ich wohne derzeit in Günding und spiele dort Fußball in der Damenmannschaft des SV Günding.

Fußball begann ich mit fünf Jahren zu spielen und generell sind Ballsportarten meine große Leidenschaft. In meiner Freizeit bin ich bereits sehr aktiv und engagiert im Vereinsleben und habe ebenfalls schon Erfahrungen als Fußballtrainerin.

Mein Ziel ist es 2023 mit einem Sportstudium zu beginnen und deswegen ist ein Freiwilliges Soziales Jahr im Sport genau das richtige für mich. Die ersten Erfahrungen hier waren super und es ist sehr schön, ein Teil der wichtigen Jugendarbeit zu sein. Ich freue mich auf das bevorstehende ereignisreiche Jahr und hoffe, den Kindern die tollen Seiten des Sports näherzubringen.

Liebe Grüße
Natalie

Hallo liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,
mein Name ist **Laurin Haas**. Ich bin 19 Jahre alt und absolviere mein Freiwilliges Soziales Jahr bei Euch. Nachdem ich dieses Jahr mein Abitur abgeschlossen habe, möchte ich gerne praktische, sportbezogene Erfahrungen sammeln, da ich noch nicht weiß, wie meine berufliche Zukunft später einmal aussehen soll.

Ich habe viele Jahre Tennis im Verein gespielt, konnte mich dort für Sport begeistern und hoffe, dass ich diese Begeisterung hier an viele Kinder weitergeben kann. Ich freue mich auf die Zeit bei und mit Euch.

Viele Grüße
Laurin

Hallo liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,
mein Name ist **Maurice Matschey**. Ich bin 19 Jahre alt und absolviere mein Freiwilliges Soziales Jahr bei Euch. Nachdem ich dieses Jahr meinen Quali abgeschlossen habe, möchte ich gerne erste berufliche Erfahrungen sammeln, da ich noch nicht weiß, wie meine spätere Zukunft einmal aussehen soll.

Ich spiele seit meinem achten Lebensjahr Fußball beim SC Lerchenauer See München. Gleichzeitig betreue ich dort auch seit vier Jahren die U14. Diese Tätigkeit bereitet mir sehr viel Spaß. Ich freue mich auf die Zeit bei den Sportfreunden Harteck.

Viele Grüße
Maurice

Harteck Herren beim Teamwochenende in Inzell

Anfang Juli ging es für die Harteck Herren für ein Wochenende zum Trainingslager und Teambuilding ins Sportcamp nach Inzell. Die knapp 20 Mann inklusive Trainer starteten am Freitagabend mit der ersten von insgesamt fünf Trainingseinheiten in der Halle. Neben dem Fokus Abwehr- und Angriffstraining war das Ziel des Wochenendes das Zusammenwachsen der Einzelspieler zu einer Mannschaft. So wurde nicht nur Volleyball gespielt. Auch ein Tischtennisturnier, Beachvolleyball, Spikeball, eine Runde Pool Games und explizites Teambuilding standen also auf dem Programm. Abends zog es die gesamte Gruppe dann noch ins legendäre Sportcamp-Stüberl, um ebenfalls am Mannschaftsgefüge außerhalb des Feldes zu arbeiten.

Insgesamt ist die Mannschaft durch dieses Wochenende in jedem Fall enger zusammengerückt und konnte auch auf dem Volleyballfeld einiges dazu lernen. Wir sind bereit für die kommende Saison!

Für die Volleyballabteilung
Michael Wenzl

Zuwachs im Trainerteam – Herren- und Jugendmannschaften sind heiß auf die neue Saison

Die Herrenmannschaft sowie die Jugendmannschaften der Volleyballabteilung stehen aktuell mitten in der Saisonvorbereitung. Durch die vielen Spieler, die vom Jugend- in den Herrenbereich aufgestiegen sind, ist der Herrenkader sehr breit und wir können diese Saison aus dem Vollen schöpfen.

Auch das Trainerteam der Herrenmannschaft ist gewachsen und Volker bekommt einen hervorragend ausgebildeten Coach (B-Lizenz) an die Seite: Matthias Lehner ist bei den Sportfreunden Harteck als langjähriger Spieler, Jugendtrainer und Abteilungsleiter den allermeisten bekannt. Wir konnten ihn für den Herrenbereich als Co-Trainer und Abwehrspezialisten gewinnen. Matze, willkommen zurück und schön, dass du wieder da bist!

Für den Start in die neue Saison freuen sich alle Teams der Sportfreunde Harteck über zahlreiche Zuschauerinnen und Zuschauer und Fans. Bei Erscheinen dieser Ausgabe sind bereits die ersten Spieltage absolviert. Die kommenden Spieltage der Herrenmannschaft wie folgt:

Auch unsere männlichen Jugendmannschaften trainieren fleißig und bereiten sich auf die kommende Saison vor. Die Sportfreunde Harteck werden in der Saison 2022/2023 neben der Herren- und der Freizeitmannschaft mit insgesamt acht Jugendmannschaften antreten: U20-1, U20-2, U18-1, U18-2, U16, U15, U14-1, U14-2.

Alle aktuellen Informationen zu Spieltagen, Ergebnissen, Hygieneregeln, etc. können der Internetseite des Bayerischen Volleyballverbands unter www.volleyball.bayern entnommen werden.

Für die Volleyballabteilung
Michael Wenzl

SF Harteck Herren 1 (Bezirksliga West)

19. November 2022	12.00 Uhr:	Heimspieltag (Gymnasium München Nord, Knorrstraße 171) vs. ASV Dachau IV, MTV Ingolstadt II
3. Dezember 2022	12.00 Uhr:	Heimspieltag (Gymnasium München Nord, Knorrstraße 171) vs. TV Planegg Krailling, SV Lohhof II
10. Dezember 2022	13.00 Uhr:	Auswärts vs. TSG Maisach, ESV Ingolstadt

Mannschaftsfoto Herren 1 und U20

UNSER SPORTANGEBOT

SPORTABTEILUNG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
FUSSBALL					
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*	
JUDO					
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*			
ID-Judo	*18:15 bis 19:45*				
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*
JU-JUTSU					
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*		*20:30 bis 22:00*
Kali Silat	*20:00 bis 21:30*		*19:30 bis 21:30*		
Konditionsraum/Kraft			*19:30 bis 21:00*		
TAEKWONDO					
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*
VOLLEYBALL					
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*		
Freizeit-Basketball	*20:00 bis 22:00*			*20:00 bis 22:00*	

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

SPORTABTEILUNG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
TURNEN					
Eltern-Kind-Turnen (1 bis 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*	*18:00 bis 19:00*	
Geräteturnen, Akrobatik, Großtrampolin, Rope Skipping					
ab 6 Jahre					*17:00 bis 18:30*
ab 9 Jahre					*18:00 bis 19:30*
ab 12 Jahre					*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 & Fitness		*20:00 bis 21:00*			
Fitnesstraining	*18:30 bis 20:00*				
Wirbelsäulengymnastik				*19:00 bis 19:45*	
Kondition/Fit&Kick				*19:45 bis 21:00*	
Nordic Walking	*14:30 bis 16:00*				
Freizeitgruppe (Jeweils letzten Dienstag des Monats)		*Ab 18:00*			
KINDERSPORTSCHULE (KiSS)					
Angebote und Zeiten unserer Kindersportschule erfragen Sie bitte unter kiss@harteck.de					

Hallenbelegung Stand 20.10.2022

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

SPORT FREUNDE HARTECK

TURNEN

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

nun beginnt die kältere Jahreszeit. Viele Aktivitäten finden wieder in geschlossenen Räumen statt. Wir hoffen, dass dabei auch weiterhin die Sporthallen für die Vereine offen bleiben, die Pandemie im Griff ist und die angekündigten Energiemaßnahmen nicht zu Ausfällen führen. Es gilt wieder aufeinander Rücksicht zu nehmen und sich gegenseitig zu unterstützen, wo immer es angesagt ist. Als Verein kennen und pflegen wir die Werte der Gemeinschaft und finden für viele Dinge eine Lösung für unsere Mitglieder und die Allgemeinheit. Viel Spaß im In- und Outdoor Training.

Auf der Homepage findest
Du immer unser aktuelles Online-Angebot (https://www.harteck.de -> Turnen & Fitness).
Bei Fragen stehen wir Dir gerne jederzeit unter abteilungsleitung@harteck-turnen.de oder telefonisch unter 0178- 8 88 05 09 am Mittwoch von 9.00 – 10.00 Uhr (außerhalb der Ferien) zur Verfügung.

Eure Abteilungsleitung

Parkour-Gruppe wächst

Es macht viel Spaß, den Kindern und Jugendlichen zuzusehen, wie Sie sich an selbst angelegten Hindernissen testen können. „Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer stellen ihre Hindernisse und Aufgaben selbst auf!", so der Übungsleiter Sabiá. Nach einem Sicherheitscheck dürfen sich die Sportlerinnen und Sportler dann an den ihnen gestellten Aufgaben messen und verbessern. Die Grundlagen sind den Sportlerinnen und Sportlern längst vermittelt. Die Gruppe umfasst ca. 20 Aktive und wächst weiter. Dabei gibt Sabiá zusammen mit Paul immer wieder Hilfestellungen und steckt auch selbst Aufgaben, die es zu meistern gilt. Dabei steht der Spaß im Vordergrund. „Wir freuen uns auf jeden, der sich bei uns im Training Herausforderungen stellen möchte!", so das Trainerteam.

NEU

Nordic Walking, der Bewegungs- und Ausdauersport für jedermann

Nordic Walking mit Wolfgang Tichy
Der Sport zählt zu den sanften Ausdauersportarten. Das Gehen mit Stöcken kurbelt sowohl das Immunsystem als auch das Herz-Kreislaufsystem an und senkt unter anderem erhöhten Blutdruck. Nordic Walking ist die ideale Bewegungsform für Menschen mit Übergewicht, Personen mit leichten Gelenksproblemen und Sporteinsteiger. Das Training beansprucht nicht nur die Bein- und Po-Muskeln, sondern auch die Oberkörper- und Schultermuskulatur. Ein hoher Muskeleinsatz geht mit einem höheren Kalorienverbrauch einher, deshalb ist Nordic Walking auch gut für Menschen, die neben der Bewegung an der frischen Luft ebenfalls abnehmen wollen.

Fast 90 Prozent all unserer Muskeln werden beim Nordic Walking trainiert. Es stärkt das Herz- und Kreislaufsystem und fördert die optimale Sauerstoffversorgung des Körpers. Die Belastung kann individuell gesteuert werden, daher ist Nordic Walking für alle Alters- und Leistungsklassen geeignet.

Nordic Walking zählt zu der Ausdauersportart, die

a) fitnessorientiertes Gehen als Grundlage hat,
b) durch das Mitführen der Nordic-Walking-Stöcke gleichzeitig Unter- und Oberkörper trainiert,
c) für viele verschiedene Alters- und Personengruppen geeignet ist,
d) unterschiedlich intensiv durchgeführt werden kann,
e) zur ganzheitlichen Gesundheit des Sportlers/ der Sportlerin beiträgt,
f) im Freien zu jeder Jahreszeit ausgeübt werden kann.

Nordic Walking ist deshalb so beliebt, weil es nur geringe Einstiegshürden und keine hohen Investitionen erfordert. Nordic Walking für ein gesundes und langes Leben – und in der Hartecker-Gruppe zu einem festen Termin trainiert es sich leichter.

Das Training beginnt mit einer leichten Aufwärmgymnastik. Nach einer entsprechenden Walkingstrecke klingt die Trainingseinheit am Ende in der Natur mit ein paar Dehnübungen aus.

Treffpunkt ist jeden Montag, außer in den Schulferien und an Feiertagen, pünktlich um 14.30 Uhr am Vereinsheim im Trenkleweg 5. Fahrräder können am Vereinsheim abgestellt werden. Eine PKW-Parkmöglichkeit besteht auf dem Parkplatz an der Neuherbergstraße 74 (neben den Tennisplätzen). Anschließend dem Fußweg ca. 100 Meter bis zum Vereinsheim folgen.
Wir walken dann durch unser Stadtviertel, hauptsächlich durch die Grünanlagen. Andere Walking-Strecken sind möglich. Das Training endet um 16.00 Uhr.

Bitte mitbringen: Nordic Walking-Stöcke, dem Wetter angepasste Kleidung und Sportschuhe mit Profil (Outdoor geeignet). Nordic Walking findet bei jedem Wetter statt!
Auskunft und Anmeldung bitte unter nordic walking@harteck-turnen.de oder Tel. 0179 797 73 454.

Euer Nordic Walking-Trainer
Wolfgang Tichy

Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen – Grundkurs

Fast schon einer guten alten und sinnvollen Tradition folgend, bieten wir auch in diesem Herbst/Winter 2022 wieder einen Grundkurs Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen an.
Auf die Prävention und das Verhalten in kritischen Situationen durch die Schulung von Körpersprache, Ausstrahlung und nicht zuletzt dem leichten Erlernen wirkungsvoller Verteidigungstechniken legen wir unser Haupt-Augenmerk. Durch Rollenspiele wird die Erkennung bedrohlicher Situationen und die Vermeidung von tätlichen Angriffen besser ermöglicht und zum Beispiel ein Festhalten oder eine Umklammerung können effektiv abgewehrt werden.

Raus aus der Opferrolle – das ist die Devise!
Die Ausbildung basiert auf dem anerkannten Konzept des Ju-Jutsu Verbands Bayern und wird von lizenzierten Ju-Jutsu-Trainern durchgeführt. Im Training werden dem Trainingspartner keinerlei Verletzungen oder Treffer zugefügt. Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet. Auch der Spaß bei Gymnastik und Bewegung wird nicht zu kurz kommen.

Der Kurs startet am **9. November 2022, 19.30 – 21.00 Uhr, in der Turnhalle der Eduard-Spranger-Grundschule** (Eduard-Spranger-Straße 15). Die Kursleiter stellen das Konzept vor und beantworten gerne Ihre Fragen.

An den folgenden drei Mittwoch-Abenden (16. November 2022 bis 30. November 2022, 19.30 bis 21.00 Uhr) findet am selben Ort die Fortsetzung des Grundkurses statt. Zur Teilnahme werden ein Sportanzug und Sportschuhe benötigt. Die Kursgebühr für vier Abende beträgt insgesamt 40,00 Euro.

Anmeldung erbeten (jujutsu@hart eck.de oder 0176-66 63 60 32) – oder einfach vorbeikommen!
Kursleiter: Dr. Helmut Kreppel, 2. Dan, Trainer Ju-Jutsu, Trainer Gewaltprävention, und Reinhard Schroll, 4. Dan, Trainer Ju-Jutsu

Bis bald – wir freuen uns,
Helmut, Reinhard und Team

Prüfungen im Herbst/Winter 2022/2023

Aufgrund erfolgreich bestandener Prüfungen im Frühjahr 2022 und der Leistungs- und Prüfungsbereitschaft einiger Aktiver planen wir einen Prüfungstermin für Jugendliche und Erwachsene am Jahresende 2022 und einen weiteren im Frühling 2023 für die Kinder. Pünktlich zu Schulbeginn startete das uns wichtige Kinder-Training. Nachdem wir mit Wolfgang im Sitzkreis die Ferienaktivitäten und Urlaubserlebnisse der Kinder ausführlich besprochen haben, starteten wir mit viel Bewegung, Spielen und Wiederholen der Grundtechniken ins zweite Halbjahr. Viele der Kinder äußerten den Wunsch, sich der nächsten Gürtelprüfung – je nach Leistungsstand – zu stellen und versicherten, es nicht an Trainingsfleiß und Kontinuität mangeln zu lassen. Berichte und Bilder in den nächsten Ausgaben.

Abschluss und Weiterführung unseres Qi-Gong-Kurses mit Sebastiano Intili

Am Mittwoch, 27. Juli 2022, fand der letzte Abend des von unserer Abteilung erstmals angebotenen Qi-Gong-Kurses mit Sebastiano statt. Als kleinen Dank für seine vielfältigen Anregungen zum Erkennen sowie Erfühlen des eigenen Körpers und Geistes überreichte Reinhard an Sebastiano eine Tasse mit dem Logo unserer Abteilung.

Der im ersten Halbjahr 2022 angebotene Qi-Gong-Kurs mit Sebastiano fand so großen Anklang, dass wir uns zu einer Fortsetzung entschlossen haben. An insgesamt vier weiteren Kursabenden führte uns Sebastiano in die Kunst einer bewussten Atmung, inneren Ruhe und die Entdeckung der eigenen Wahrnehmung ein.

Der Kurs läuft seit 5. Oktober 2022, von jeweils 19.30 Uhr bis 21.00 Uhr in der Turnhalle der Schule Eduard-Spranger-Str. 15. Unsere Erfahrungen und Bilder veröffentlichen wir in der nächsten Ausgabe.

Landeslehrgang Technik fit und sicher für Senioren und Seniorinnen

Einer der diesjährigen Landeslehrgänge des Ju-Jutsu Verbands Bayern wird am 12.11.2022 durch unsere Abteilung ausgerichtet. Der Lehrgang kann in den Räumlichkeiten des Sportgymnasiums München Nord in der Knorrstraße 171 durchgeführt werden. Durch entsprechende Vorbereitungen sorgen wir rings um die Organisation der Registrierung, Mattenaufbau, Verpflegungsmöglichkeiten und ähnliches für einen sportlichen Ablauf.

Ein ausführlicher Artikel mit Bildern folgt in der nächsten Ausgabe.

JJVB
Ju-Jutsu-Verband Bayern e.V.

JUDO

Liebe Judoka, liebe Judo-Freunde, liebe Hartecker,

schon wieder sind die Sommerferien vorbei. Schon wieder für die meisten eine mehrwöchige Pause. Dieses Mal aber ohne Corona-Einschränkungen und wir hoffen, dass alle Athleten und Funktionäre diese Zeit genießen konnten. Brechen wir gemeinsam auf, alte und neue Ziele zu erreichen, ausgefallene Veranstaltungen und Ereignisse wiederzubeleben, Weihnachtsfeiern und besondere Trainingsmöglichkeiten wahrzunehmen und natürlich auch den sportlichen Wettkampf, seien es die Jugendlichen oder die Erwachsenen mit ihren Teams oder im Einzelwettbewerb. Vielen Dank an alle, die daran beteiligt sind, die Sportler, die Funktionäre aus Hauptverein und Abteilung und auch an alle „drum herum": den Eltern, Sponsoren und Freunden. Achtet jedoch auf Eure Gesundheit – noch ist Covid vollumfänglich unter uns...

1. Kampftag der Jugendliga 2022

Lange hat es gedauert, doch endlich war es wieder so weit. Andreas Hofreiter, Vorsitzender des Bayerischen Judo-Verbandes Bezirk München, konnte eine neue Saison für die Jugendliga organisieren und viele Teams haben sich wieder angemeldet. Leider zog der BC Ismaning sein Team aus dem Wettbewerb zurück, aber dennoch wird es viele spektakuläre Begegnungen geben.

Der erste Kampftag bedeutete für alle Teams viel Organisation, da viele Wettkampfneulinge am Start waren. Darüber hinaus

sind neben der Jugend auch viele Eltern Neulinge am Mattenrand bei einem Wettkampf. Umso schöner war es, dass beim Heimkampf gegen Großhadern/Aubing das Dojo der Hornets voll war. Jede Menge gespannte und auch teilweise sehr nervöse Eltern, Jungs und Mädels, die erstmals in den Vereinsfarben gelb und schwarz für die Hornets auf die Tatami (Judomatte) gingen sowie die Trainer Thomas Lorenz und Yusuf Güngörmüs, die die Aufgabe hatten jetzt ein funktionierendes Team zu bilden. Mehr als vollbesetzt nach Starterliste ging es zur Mannschaftsaufstellung. Thomas und Yusuf berieten sich. Trainingsleistung, Erfahrung, Wille – das waren die Kriterien für die Auswahl der Fighter. Während die Hornets in der U15 lediglich die Gewichtsklasse – 43 kg nicht besetzen konnten, musste das Gastteam sechs Ausfälle kompensieren. So starteten die Hartecker in der U10 mit einem 3:2 in die Saison. Danach durften die U12-Kämpfer sich messen. Auch hier wurden die Punkte wieder geteilt. 3 Siege der Hornets gegen zwei Siege der Hadern II-Mannschaft. Nun ging es in die Königsklasse U15, wo Theodore Schilling, frischgebackener Drittplatzierter bei der Süddeutschen Meisterschaft, den ersten von vier Siegen einfuhr und somit die Hartecker an diesem Tag mit einem 10:5 zum Siegerteam machte.

Wir sind sehr stolz auf die Leistung der vielen jungen Kämpferinnen und Kämpfer, welche erstmals mit einem richtigen Gegner in den kämpferischen Vergleich gehen mussten. Der nächste Kampftag steht leider noch nicht fest, da aufgrund des Rückzuges des Ismaninger Teams der Kampfplan neugestaltet werden muss.

Silber bei der World Judo Championships der Veterans in Polen

Die deutsche Delegation bei der WM der Veteranen war mit 52 Judoka vertreten. Insgesamt konnten 891 Teilnehmer aus 59 Nationen ihren Lieblingssport im Wettkampf austragen. So auch unser Wolfgang Hinterleitner, der seinen ersten Kampf mit Ippon gegen Artur Cyman aus Polen gewann. Die zweite Begegnung gegen den Ukrainer Yurii Pinskyi konnte Wolfi mit Waza ari in Krakau für sich entscheiden. Nun ging es um den Einzug ins Finale. Hier konnte Wolfi im Golden Score (Verlängerung bei Gleichstand nach Ablauf der regulären Kampfzeit) mit Waza ari den starken Franzosen Thioulouse Jean Marc bezwingen. Finale!! Seinem letzten Gegner aus Aserbaidschan, Farhad Rajabli, musste Wolfi den Vortritt lassen. Silber für den Europameister von 2018 und damit seine höchste Medaille nach dreimal WM-Bronze. In der Tauron Arena, ging es um Judo und die Begegnung mit Gleichgesinnten, geprägt durch Freundschaft und Respekt der Leistung jedes Einzelnen. Die Hornets gratulieren Wolfi zu seiner außergewöhnlichen Leistung.

„SORE-MADE"-
Abseits der Matte

DJB Trainer des Jahres – Christian Zeilermeier

Nun wurde der dritte Trainer aus den Reihen der Sportfreunde Harteck zum Trainer des Jahres vom Deutschen Judo-Bund gekürt. Leider konnte der Judoka der Ehrung nicht selbst beiwohnen.
Während der Veranstaltung, Deutsche Einzelmeisterschaft in Stuttgart, war er coronabedingt in Quarantäne.
Die Abteilungsleitung gratuliert Christian zu seinem sozialen Engagement.
Beschrieben wurde dieses bereits in der Vereinszeitung 156 (02/2022) auf Seite fünf.

DJB Medientage 2022

„Leider habe ich an dem Wochenende keine Zeit!", so der Jugendleiter und Pressewart der Judoabteilung Thomas Lorenz. Um die Informationen trotzdem aus erster Quelle zu erfahren, machte sich sein Vertreter Pit auf den Weg nach Köln, in die Medienhauptstadt Deutschlands. Hier wurde in erster Linie über die Mitgliederwerbung im Kinder- und Jugendbereich gesprochen und welche Geschichten hinter Pressearbeiten stehen können. Solche Fragestellungen interessieren die Leser: „Wie bist Du zu zum Judo gekommen?" oder „Was gefällt Dir in der Judogemeinschaft besonders?", usw.

„Wie kann die Pressearbeit für die jungen Mitglieder besser altersgerecht aufbereitet werden?", so das Hauptanliegen von Pit in der Anfangsdiskussionsrunde. Eines stellte sich schnell heraus: Ideen sind vorhanden. Junge Menschen für ein Ehrenamt zu motivieren und zu halten, das über den reinen Eventcharakter hinaus geht, ist eine Aufgabe, der man sich als Verein stellen muss. So sind Social-Media Plattformen wie TikTok oder Instagram wichtige Medien, um Judo präsenter und die Sportart damit in dieser Altersgruppe attraktiver und bekannter zu machen.

Motiviert sagt Fredi Jeschke, als Teilnehmer vom Bremer Judo-Verband zum jungen hauptamtlichen Öffentlichkeitsverantwortlichen des Deutschen Judo-Bundes, Lino Hermanns: „Jo Bro, lass uns das machen!". Eine Aussage, die ich von einem 76-jährigen nicht erwartet hätte.

Wer Interesse hat mehr über das Thema „Vereinsmedienarbeit für die Jugend und von der Jugend" zu erfahren oder selbst Ideen hat, die er oder sie einbringen möchte, meldet sich bitte bei unserem Jugendleiter Thomas unter presse@harteck-judo.de

Pit Franz

Medientreff in Köln

JUDO

Harteck Hornets I und II

Sowohl die Bayernliga als auch die Kreisligamannschaft musste deutlich Federn lassen und konnte an die Erfolge der Vergangenheit nicht anknüpfen. Beide kämpften anfänglich mit unbesetzten Gewichtsklassen und einer geringen Personaldecke. „Die Pandemiezeit hat ihre Spuren hinterlassen!", so der Sportleiter Yusuf zu der Gesamtsituation. Uns war es wichtig, verletzungsfrei durch die Saison zu kommen. Der hintere Platz in der höchsten Bayerischen Liga und der Mittelplatz in der Kreisliga waren dabei zweitrangig. „Wir werden den sportlichen Start dann nach 2023 verlegen!", so augenzwinkernd die Aussage von Pit.

Wichtige Termine der Hartecker Hornets

Jan Poppinga Gedächtnistraining:	24.11.2022, 17.15 – 19.15 Uhr	Eliteschule des Sports
Jugend Weihnachtsturnier/-feier:	03.12.2022	Eliteschule des Sports
Erwachsenen Weihnachtsturnier:	08.12.2022, 19.30 Uhr	Eliteschule des Sports
Erwachsenen Weihnachtsfeier:	10.12.2022	Ort wird bekannt gegeben
Gürtelprüfung 2022:	14/15.12.2022	Eliteschule des Sports

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

Bayernpokal am 16. Juli 2022 in Ochsenhausen

Nachdem in der Abteilung inzwischen wieder ein normaler Trainingsbetrieb herrscht, ließen es sich doch tatsächlich zwei Mitglieder unserer Taekwondo-Abteilung nicht nehmen, sich mit Gleichgesinnten am Samstag, den 16. Juli 2022 in Ochsenhausen zu treffen und zu messen. Dort wurde nämlich dieses Jahr der zweite Bayernpokal ausgetragen. Für unseren Verein nahmen zum einen Martina Kraus-Ploch in der Kategorie Damen Leistungsklasse 1 bis 53 kg und zum anderen ihre Tochter Sarah in der Kategorie Jugend C weiblich bis 35 kg teil. Betreut wurden die beiden von unserem Meister und erfahrenen Wettkämpfer Saidou Sylla (3. Dan Taekwondo). Für Meister Sylla war es eine neue Erfahrung, einmal auf der anderen Seite eines Kampfes im wahrsten Sinne des Wortes zu „sitzen" (auf dem Betreuerstuhl) und das Kampfgeschehen aus einer beobachtenden Distanz zu verfolgen, um dann den Kämpferinnen die richtigen Tipps zu geben.

Unsere Kämpferinnen konnten am Ende zwei sehenswerte Platzierungen erreichen: Im Finale unterlag Martina ihrer Gegnerin aus dem Verein Taekwondo Kirchseeon nur knapp und erhielt als Lohn für ihre Mühe den zweiten Platz – Silber. Sarah, die sich sehr intensiv vorbereitet hatte, trat mit vielen anderen in ihrer Kategorie an und konnte letztendlich den dritten Platz erkämpfen.

Meister Sylla war sehr zufrieden mit den Leistungen seiner Schützlinge, die auf den Geschmack gekommen sind und es kaum erwarten können, sich so bald wie möglich wieder auf einem Turnier tummeln zu dürfen. Wir sind sehr stolz auf die beiden und auf unseren Coach Meister Sylla und denken, dass beim nächsten Mal nicht nur mehr herausspringt, sondern vielleicht auch wieder mehr Mitglieder Lust bekommen und bei einem Turnier antreten wollen. Bitte meldet Euch zeitnah bei Euren Trainern, wenn ihr auch mal kämpfen wollt.

Kup Prüfung am 21. Juli 2022 in Harteck

Eine Woche später trafen sich fünf hartnäckige Mitglieder der Abteilung, um sich unter den strengen Augen unseres Trainers und Prüfers Michael Hesse (7. Dan Taekwondo) einer Gürtelprüfung zu unterziehen. Diese fünf hatten sich nach einer internen Vorprüfung eine Woche zuvor, dem gesamten Trainerteam gestellt und die Zustimmung erhalten, bei der Gürtelprüfung teilnehmen zu dürfen. Wir freuen uns, dass alle Teilnehmer die Prüfung bestanden haben und gratulieren zum...

9. Kup (weiß-gelber Gürtel)	für Lukas Johannes Kramarczyk
8. Kup (gelber Gürtel)	für Malik Sahinler
5. Kup (grün-blauer Gürtel)	für Jana Petkovic
4. Kup (blauer Gürtel)	für Lemah Barekzai und Sanja Petkovic

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 einem 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.

Vorführung am 18. September 2022 im Rahmen des Bürgerfests

Kurz nach Ende der Sommerferien hatten wir, beziehungsweise ausgesuchte Mitglieder unserer Abteilung, die Gelegenheit, ihr Taekwondo-Können im Rahmen des Bürgerfests am 18. September 2022 unter Beweis zu stellen. Unsere Taekwondo-Trainer Nesrin, Jasmin und Noman Hicham stellten dafür in sehr kurzer Zeit ein schlagkräftiges Demonstrationsteam aus den Talenten unserer Abteilung zusammen und übten und studierten nach jeder noch verbleibenden Trainingsstunde ihre speziellen Vorführungstechniken. Am Samstag Nachmittag durften sie dann unter dem begeisterten Applaus der Zuschauer Taekwondo Hand- und Fußtechniken zeigen und auch das Zerschlagen von Brettern kam dabei nicht zu kurz. Unter der fachkundigen Moderation von Michael Hesse gelang alles, was man zuvor einstudiert hatte und unsere Großmeisterin Serat Askin (7. Dan) hielt alles für die Nachwelt auf ihrem Smartphone fest.

Vielen Dank an alle Mitwirkenden. Ihr habt sowohl für unseren Taekwondo-Sport als auch für unseren Verein eine sehr gute Werbung gemacht und dabei die Zuschauer unterhalten. Wer in Zukunft Interesse hat, auch mal bei so einer Veranstaltung mitzumachen, meldet sich bitte bei den Trainern.

Zukünftige Termine der Taekwondo-Abteilung

12. November 2022	U-Chong Herbstlehrgang (Unterföhring)
24. November 2022	Kup Prüfung III 2022

Aktuelle Informationen werden wir Euch, wie gewohnt, in unserer WhatsApp-Gruppe mitteilen. Bitte werft auch regelmäßig einen Blick auf unsere Homepage, da wir auch dort 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

AUF DIESER HÜPFBURG IST FÜR MISSBRAUCH KEIN PLATZ!

Sportdeutschland setzt sich aktiv für den Kinderschutz ein und verurteilt jede Art von sexuellem Missbrauch.

WIR SIND SPORTDEUTSCHLAND

DOSB

dsj DEUTSCHE SPORTJUGEND im DOSB

safesport.dosb.de

WIR ACHTEN DIE GÜRTELLINIE! HANSOKUMAKE BEI MISSBRAUCH – IPPON FÜR COURAGE!

Sportdeutschland setzt sich aktiv für den Kinderschutz ein und verurteilt jede Art von sexuellem Missbrauch.

© Deutscher Judo-Bund e. V.

WIR SIND SPORTDEUTSCHLAND

DOSB

DJB DEUTSCHER JUDO-BUND e.V.

dsj DEUTSCHE SPORTJUGEND im DOSB

safesport.dosb.de