



SPORT FREUNDE HARDECK

Vereinszeitschrift Nr. 165 · 3/24



INHALT

AUGUST 2024

- 04 EDITORIAL
- 06 HAUPTVEREIN
- 07 TURNEN & FITNESS
- 10 HALLENBELEGUNGSTABELLE
- 14 JUDO
- 16 JU-JUTSU
- 18 KISS



Mannschaftsbesprechung bei Judo-Jugendliga-Team

Großes Titelbild: Impressionen vom 75-jährigen Vereinsjubiläum am 6. Juli (Berichte folgen in der nächsten Ausgabe).

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 - 843 8452
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

Benjamin Martan
benjamin.martan@harteck.de

BEISITZER JUGENDLEITUNG

Serat Askin
serat.askin@harteck.de
Samuel Dietz
samuel.dietz@harteck.de
Stephanie Piereth
stephanie.piereth@harteck.de

JUGENDSPRECHERIN

derzeit nicht besetzt

JUGENDSPRECHER

Linus Wartner
linus.wartner@harteck.de

FUSSBALL

derzeit nicht besetzt
fussball@harteck.de

JUDO

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

TURNEN & FITNESS

Stephanie Piereth
Mobil 0178 - 8 88 05 09
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 10.10.2024 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.

UNSER TEAM



Josef Nadler
Ehrevorsitzender



Andreas Mutzel
Stellv. Finanzen



Friedrich Schottenheim
Verwaltungsleiter



Wolfgang Gah
Sportleiter



Linus Wartner
Jugendsprecher



Derzeit nicht besetzt
Fußball



Reinhard Schroll
Ju-Jitsu



Alwin Brenner
Judo



Sebastian Heidrich
KiSS



Florian Sachs
Jugendleitung



Benjamin Martan
Stellv. Jugendleitung



Serat Askin
Beisitzer Jugendleitung



Samuel Dietz
Beisitzer Jugendleitung



Stephanie Piereth
Beisitzer Jugendleitung



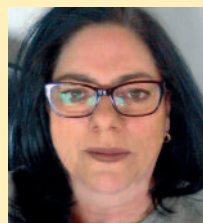
Michael Hesse
Taekwondo



Stephanie Piereth
Turnen & Fitness



Sebastian Rembe
Volleyball



Barbara Franz
Geschäftsstelle



René Weil
Vereinsfotograf

EDITORIAL



Liebe Sportfreundinnen,
liebe Sportfreunde,

wenn Sie diese Ausgabe unserer Vereinszeitung in den Händen halten, hat unsere große Jubiläumsfeier zum 75. Vereinsgeburtstag bereits stattgefunden. Über sechs Monate lang hat sich ein Festtagskomitee um die Planung und Organisation der Feierlichkeiten gekümmert. Deshalb möchte ich mich an dieser Stelle bei den vielen Helferinnen und Helfern für ihre tatkräftige Unterstützung bedanken. Herzlichen Dank an Christina „Chrissy“ Schimann, Stefanie „Steffi“ Piereth, Florian „Flo“ Sachs, Friedrich „Fritz“ (inkl. Petra) Schottenheim, Wolfgang (inkl. Gabi) Gah und Sebastian „Basti“ (inkl. Romy) Heidrich.



Selbstverständlich danke ich auch allen Beteiligten, die hier nicht namentlich aufgeführt sind. Egal, ob beim Auf- oder Abbau, bei den Salat- oder Kuchenspenden, beim Grillen oder beim Fotografieren – jeder einzelne Beitrag hat zum Gelingen dieses Festes beigetragen. Euer Engagement, Eure Hilfsbereitschaft und Euer fröhliches Miteinander haben für eine großartige Atmosphäre gesorgt und dafür, dass alle Gäste einen unvergesslichen Tag erleben konnten.

Ein besonderer Dank geht an dieser Stelle auch an Karola Kernerknecht mit ihrer Agentur Querformat, die uns nicht nur seit vielen Jahren bei der Erstellung dieser Vereinszeitung unterstützt, sondern auch in der Vorbereitung der Jubiläumsfeierlichkeiten immer an unserer Seite stand. 1000 Dank Karola, dass Du auch den ein oder anderen, kurzfristig bis eigentlich unmöglichen, Sonderwunsch möglich gemacht hast.

Viel Spaß beim Lesen und Stöbern in der neuen Ausgabe unserer Vereinszeitung und natürlich auch ein gutes und gesundes Training sowie weiterhin viel Erfolg – bei uns im SFH.

Michael Hesse
Vorsitzender

P.S. in eigener Angelegenheit:

Nachdem ich seit März 2015 das Amt des Vorsitzenden ausfülle, habe ich mich entschieden, dass dieses Jahr das letzte Jahr in dieser Rolle für mich sein wird. Ich werde meine ganze Energie und Kraft in die Ausgestaltung und Erhaltung der Zukunftssicherheit unseres Vereins legen, um 2025 den Staffelstab an meine Nachfolgerin oder meinen Nachfolger zu übergeben.

Wer Lust und Interesse an diesem Amt hat, darf mich jederzeit kontaktieren. Gerne erläutere ich die Aufgaben, Themen und Herangehensweisen im Umfeld eines Vereinsvorsitzenden bei den Sportfreunden Harteck.

Liebe Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser,

am 6. Juli 2024 feierten wir, zur Erinnerung an die Gründung unseres Vereins 1949, ein großes Jubiläumfest. Aus diesem Anlass wurde im Rahmen einer Sonderausgabe unserer Vereinszeitung eine ausführliche Festschrift erstellt, welche sehr gut gelungen ist. Die Chroniken des Hauptvereins und der Abteilungen stellen einen hervorragenden Abriss über 75 Jahre Vereinsarbeit zum Wohle und Nutzen der Bevölkerung des Münchner Nordens dar. Dabei wurde Geschichte geschrieben, die für die junge Generation mit Sicherheit ein Anreiz zur Fortsetzung dieser Arbeit sein kann.

Als langjähriger Vorsitzender und aktueller Ehrenvorsitzender möchte ich meinen herzlichen Dank an alle Mitglieder des Vorstands und der Abteilungsleitungen, Übungsleiterinnen und Übungsleiter, Jugendbetreuerinnen und -betreuer sowie Gönner für ihre Arbeit und die damit verbundenen Leistungen aussprechen. Was hier über Jahrzehnte an ehrenamtlicher Arbeit geleistet wurde, ist aller Ehre wert und für den sozialen Frieden im Staat unbezahlbar. Ich hoffe und wünsche mir, dass der Verein auch in den nächsten Jahrzehnten immer wieder Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter findet, die das Aufgebaute weiter in die Zukunft tragen werden. Mein Dank gilt auch allen Behörden der Landeshauptstadt München, insbesondere dem Referat für Kultur und Sport, für die langjährige Unterstützung.

Zum Abschluss meines Berichts möchte ich an den Todesfall unseres langjährigen Mitglieds Waldemar Maier erinnern, der am 21. Januar dieses Jahres verstorben ist. Wir werden „unseren Hacke“ nie vergessen.

Josef Nadler
Ehrenvorsitzender



Nachruf Waldemar Maier

Am 21. Januar 2024 verstarb unser Mitglied Waldemar „Hacke“ Maier nach langer Leidenszeit an der Dialyse. Er trat 1957 in unsere Fußballabteilung ein und wurde sofort ein wichtiger Spieler in der A-Jugend (siehe Foto). Der Jugend entwachsen, wurde er nach kurzer Zeit Stammspieler in der ersten Mannschaft. Dabei hatte er einen erheblichen Anteil am sofortigen Aufstieg der Mannschaft in die A-Klasse. Obwohl er durch einen tragischen Unfall im Kindesalter ein Auge verlor und dadurch gesundheitlich stark eingeschränkt war, bestimmte er in hohem Maße das Geschehen der Fußballer im Münchner Norden.



Er meisterte sein Leben in hervorragender Weise und war bei seinen Mitspielern und Gegnern aufgrund seiner Fairness ein angesehener Sportkamerad auf dem Fußballfeld. Dies galt gleichermaßen für sein Privatleben. Nach dem altersbedingten Ausscheiden aus der ersten Mannschaft, spielte er weiterhin in Altherren-Mannschaften. Zum Ausklang seiner Fußball-Karriere wurde er mit der Spielergemeinschaft FC Schleißheim/SF Harteck „Bayerischer Meister“ der C-AH-Herren. Auch nach Beendigung seiner aktiven Laufbahn besuchte er bis zu seinem Lebensende, weiterhin regelmäßig bei jedem Wetter, seine Hartecker-Fußballer aller Altersstufen. Darüber hinaus war er immer aktiv mit dem Verein verbunden. Ob man Helfer für ein Fest oder auf der Ski-Hütte benötigte – er war einfach dabei. Fußball und „Harteck“ waren sein Leben. Lieber „Hacke“, wir werden Dich immer in unserer Erinnerung behalten.



Josef Nadler
Ehrenvorsitzender

Hier schreibt der VwL

Unser Vereinsheim erstrahlt in neuem Glanz

Die von der Landeshauptstadt München finanzierten Sanierungsarbeiten am Vereinsheim, inklusive neuem Dach, kompletter Stromerneuerung und Malerarbeiten, sind nun abgeschlossen. Da wir das Vereinsheim nun noch intensiver für unsere Veranstaltungen, Feiern und Versammlungen nutzen, war es uns ein Anliegen, die Räumlichkeiten gemütlicher und einladender zu gestalten.

Petra, die bereits aus meinen Berichten bekannt ist, hat ihr Talent als Schneiderin unter Beweis gestellt und wunderschöne Vorhänge und Stores für das Vereinsheim genäht. Zum Glück konnte ich auch noch mein eigenes Geschick beim Anbringen der Gardinenstangen unter Beweis stellen.

Alle, die das Ergebnis bereits gesehen haben, sind begeistert von unserer Arbeit. Für Diejenigen, die noch nicht im renovierten Vereinsheim waren, gibt es hier auf den Fotos einen ersten Eindruck.
Gruß vom Innendekorateur Fritz ☺



Schöne Sommerferien

Der Redaktionsschluss lag – wie immer – einen Monat vor Beginn der Schulferien, Ende Juni. Nach intensiver und kreativer Arbeit halten Sie nun die 165. Ausgabe unserer Vereinszeitung in Ihren Händen.

Die 75-Jahrfeier der Sportfreunde Harteck ist bereits Geschichte. In der nächsten Ausgabe werden wir ausführlich darüber berichten. Ein Blick zurück zeigt die vielfältigen Begegnungen und Aktivitäten im Sportgeschehen unseres Vereins. Mit Stolz können wir verkünden, dass unsere Turn- & Fitnessabteilung nun 808 Mitglieder zählt. Damit stellt diese die Hälfte

der Gesamtvereinsmitglieder und hat somit einen neuen Rekord erreicht, der seinesgleichen sucht. Die Abteilung lebt vom Engagement und der aktiven Teilnahme aller Mitglieder, sowohl im Training als auch im gemeinsamen Miteinander von Trainern und Abteilungsleitung.

Wir freuen uns jederzeit über neue Gesichter, sowohl im Training als auch im Trainerteam.

Nun wünschen wir Euch einen guten Start nach den Sommerferien und noch viele sonnige Tage!

Großtrampolin erstrahlt in neuem Glanz

Dank des tatkräftigen Einsatzes von Sophie, Sonja, Steffi und Alex erstrahlt das Großtrampolin wieder in vollem Glanz. Auch Trainingsutensilien unterliegen einem Verschleiß, weshalb der Verein diese für seine Mitglieder regelmäßig erneuert, um stets auf dem neuesten Stand zu sein.



Renovierung des Großtrampolins

Training mit alltäglichen Dingen

Training mit Gülfli: Fit und gesund in die Woche starten

Jeden Donnerstag außerhalb der Schulferien können Vereinsmitglieder ab 19.00 Uhr an Gülfli Trainingsprogramm teilnehmen. In den ersten 45 Minuten steht die gezielte Stärkung der Wirbelsäule im Mittelpunkt. Anschließend folgt der Kurs „Kondition Fit & Kick“, der mit vielfältigen Hilfsmitteln, die auch im Alltag Anwendung finden, die allgemeine Fitness und Ausdauer verbessert. Detaillierte Informationen zu den Trainingsinhalten, Zeiten und Sporthallen findet ihr im Mittelteil der Vereinszeitung. Schnupperstunden sind jederzeit willkommen!



Langeweile im Sportunterricht? Schluss damit!

Aufwärmen muss nicht langweilig sein! Warum probieren wir in unseren Turnstunden nicht einfach etwas Neues aus und gestalten die Aufwärmphase mit lustigen und kreativen Übungen? In der Stunde der 9- bis 12-Jährigen am Freitag haben wir genau das getan. Gemeinsam mit den Kindern haben wir ein paar spaßige Aufwärmübungen ausprobiert und eigene Ideen umgesetzt.

Anstelle des Aufwärmprogramms absolvierten die Kinder verschiedene kleine Wettkämpfe. In Zweiertteams traten sie beim Schubkarrenrennen gegeneinander an. Geschicklichkeit und Teamwork waren beim Staffellauf mit Teppichfliesen gefragt: Ein Kind saß auf der Fliese, während der Partner es durch einen Slalomparcours schob. Kreativität bewiesen die Kinder beim „Rauopenrennen“: Zu zweit bewegten sie sich auf einer Teppichfliese durch die Turnhalle.

Nach einigen Dehnübungen wünschten sich die Kinder ein abwechslungsreiches Zirkeltraining zur Kräftigung. An fünf Stationen forderten Übungen wie Hangeln, Rollen über den Airtrack (eine Herausforderung, die Körperspannung erfordert), Situps und „Wandsitzen“ die jungen Sportler heraus.

In der darauffolgenden Woche haben wir mit den Kindern eine neue Kräftigungsübung ausprobiert: den Planken-Staffellauf. Alle Kinder stellten sich in einer Reihe auf, die Arme im Unterarmstütz auf dem Boden. Ein Kind startete, indem es über die „Planken“ der anderen Kinder hinwegsprang. Am Ende der Reihe angekommen, machte dieses selbst einen Unterarmstütz und übergab so den

Staffelstab an das nächste Kind. So ging es reihum, bis alle Kinder die Sporthalle durchquert hatten.

Diese Übung fördert nicht nur die Kraft im Rumpfbereich, sondern auch die Koordination, Ausdauer und den Teamgeist der Kinder. Das spielerische Element und der Wettkampfcharakter sorgten für viel Spaß und Motivation.

Auf dem Rückweg bauten wir ein menschliches Förderband (siehe Bild). Dabei haben sich die Kinder nebeneinander auf den Boden gelegt. Ein Kind lag auf den anderen Kindern. Durch gleichzeitiges Rollen der unteren Kinder wurde das obere Kind bis ans Ende der Halle transportiert.

Die Kinder hatten alle sehr viel Spaß. Wir werden solche Übungen daher auch in Zukunft in unser Aufwärmprogramm integrieren, um die Kinder mit Schwung und guter Laune auf die sportlichen Abenteuer einzustimmen.

Neue telefonische Sprechzeit

Ab sofort erreichen Sie uns jeden Mittwoch von 8.30 bis 9.30 Uhr telefonisch zu unserer neuen Sprechzeit. In den Ferien und an Feiertagen ist die Sprechzeit nicht besetzt. Sie können uns unter der Nummer +49 178 888 0509 erreichen.

Vorstellung unserer Trainer*innen

In den letzten zwei Jahren wurde unser Trainerteam durch einige neue Trainer*innen erweitert, welche uns jetzt tatkräftig in den Turnstunden unterstützen.



Name: Lola

Alter: 17

Beruf: Schülerin

Hobbys: Tanzen, Turnen, Basteln

Das würde ich gerne einmal machen:

In einem anderen Land leben

Ich bin Trainerin seit: September 2023

Ausbildung im Turnen:

Jugendleiter*in-Card (Juleica)

Das sage ich beim Turnen am häufigsten: Bitte kein Magnesium in der Halle verteilen!

Das will ich Euch noch mitteilen:

Bleibt so fröhlich und motiviert, wie ihr seid! Nach dem Turnen komme ich dank Euch immer erschöpft, aber glücklich nach Hause.



Name: Magdalena

Alter: 16

Beruf: Schülerin

Hobbys: Turnen, JAM, Klavier spielen, Tanzen, Basteln, Zeichnen, Singen

Das würde ich gerne einmal machen:

Nach Italien ziehen und Kinderanimatorin werden

Ich bin Trainerin seit:

Dezember 2022

Ausbildung im Turnen:

Trainerassistentenschein,

Jugendleiter*in-Card (Juleica)

Liebblingsgerät: Schwebebalken

Das sage ich beim Turnen am häufigsten: Soll ich Musik holen?

Das will ich Euch noch mitteilen:

You only live once.



Name: Nike

Alter: 14

Beruf: Schülerin

Hobbys: Fußball spielen, Klavier spielen, Turnen

Das würde ich gerne einmal machen:

Eine Fußball-Jahreskarte gewinnen

Ich bin Trainerin seit: Oktober 2022

Das will ich Euch noch mitteilen:

Bleibt in Bewegung!

Name: Käthe

Alter: 13

Beruf: Schülerin

Hobbys: Sport, Schlagzeug spielen, Turnen

Das würde ich gerne einmal machen:

Später einmal bei der Bundeswehr arbeiten

Ich bin Trainerin seit: Januar 2024

Das will ich Euch noch mitteilen:

Mir macht es Spaß, Trainerin zu sein.

Ich finde es sehr cool mit Kindern zu Turnen, welche selbst auch Lust daran haben.



Name: Florian

Alter: 17

Beruf: Land- und Baumaschinenmechaniker

Hobbys: Parkour, Klettern

Das würde ich gerne einmal machen:

Eine Weltreise

Ich bin Trainer seit: Oktober 2023

Ausbildung im Turnen: Parkour



Name: Lukas

Alter: 18

Beruf: Schüler

Hobbys: JAM, Gitarre, Bergsteigen, Motorrad fahren

Das würde ich gerne einmal machen:

Eine Weltreise mit dem Motorrad

Ich bin Trainer seit: 2022

Ausbildung im Turnen:

Jugendleiter*in-Card (Juleica)

Liebblingsgerät: Trampolin

Das sage ich beim Turnen am häufigsten:

Runter vom Airtrack

Lustiges Zitat aus den Turnstunden:

Bist du das Kind von Eileen und Sophie?

Das will ich Euch noch mitteilen:

No Risk, nō story!



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 ■	
Wettkampfttraining (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 ■			
Wettkampfttraining (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 ■			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 ■
JU-JUTSU					
Kinder (8 bis 12 Jahre)			18:00 bis 19:30 ●		
Jugendliche (ab 13 Jahre)		18:30 bis 20:00 ■			
Training für alle (ab 8 Jahre)	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 ■			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 17:50 ■	17:00 bis 17:50 ■	18:00 bis 18:50 ■	
Anfänger + Fortgeschrittene alle Altersklassen (ab 6 Jahre)		18:00 bis 18:50 ■	18:00 bis 18:50 ■	17:00 bis 17:50 ■	
Beginner + Anfänger + Fortgeschrittene Jugendliche + Erwachsene (ab 15 Jahre)			19:00 bis 20:30 ■		
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 weiblich U 14 + U 16			17:30 bis 19:30 ■		15:30 bis 17:30 ■
Jgd männlich U 13 + U 14			17:30 bis 19:30 ■		
Jgd männlich U 16	17:30 bis 19:30 ■		17:30 bis 19:30 ■		
Jgd männlich U 18	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) ■ 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 (Sporthalle)
- ▲ Wegenerstraße 8 (davor) ■ Wegenerstraße 10 (Sportplatz) ■ Trenkleweg 5 (Parkplatz)
- Schleißheimer Straße 470 (Restaurant zum Harthof)

UNSER SPORTANGEBOT

SPORTABTEILUNG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
TURNEN & FITNESS					
Eltern-Kind-Turnen (1 bis 5 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 ■	17:00 bis 18:00 ●
Geräteturnen ab 6 Jahre	18:00 bis 19:00 ●	18:00 bis 19:30 ■	17:00 bis 18:00 ●	18:00 bis 19:00 ■	17:00 bis 18:30 ●
Geräteturnen ab 9 Jahre					18:00 bis 19:30 ●
Freies Training Geräteturnen (ab 12 Jahre)					19:00 bis 20:30 ●
Freies Training Geräteturnen (ab 18 Jahre)			18:00 bis 19:30 ●		
Parcour (ab 10 Jahre) Sommer				17:30 bis 19:00 ●	
Parcour (ab 10 Jahre) Winter				17:30 bis 19:00 ■	
Modern Line Dance	19:00 bis 20:00 ●				
Pilates	20:00 bis 21:00 ●				
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 ■			
Fitnessstraining	18:30 bis 20:00 ■				
Wirbelsäulengymnastik				19:00 bis 19:45 ■	
Kondition/Fit&Kick				19:45 bis 21:00 ■	
Nordic Walking	13:30 bis 15:00 ■				
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 11.7.2024, Änderungen vorbehalten

- 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 (Sporthalle)
- ▲ Wegenerstraße 8 (davor) ■ Wegenerstraße 10 (Sportplatz) □ Trenkleweg 5 (Parkplatz)
- Schleißheimer Straße 470 (Restaurant zum Harthof)

Unser komplettes Sportangebot stets aktuell unter [harteck.de/sportangebot](https://www.harteck.de/sportangebot)



JUDO

Liebe Judoka,

Liebe Judoka, liebe Mitglieder, liebe Freunde des Judosports, in diesem Jahr haben bereits zahlreiche Großereignisse stattgefunden, wenn ihr diese Zeitung in den Händen haltet. Leider erlaubt der Redaktionsschluss erst im nächsten Heft eine umfassende Darstellung der Ligaergebnisse. Umso größer wird die Vorfreude darauf sein.



Unsere Judoka haben in diesem Jahr wieder zahlreiche Wettkämpfe bestritten und konnten dabei erneut Deutsche Meistertitel erringen. Im November werden unsere ID-Judoka im hohen Norden ihren Meistertitel verteidigen. Die Weihnachtsfeier zum 60-jährigen Bestehen der Judoabteilung verspricht zudem ein weiteres großartiges Event zu werden.

Viel Spaß auf und neben der Matte wünscht Euch Eure Abteilungsleitung.

„Alles nur kein Judo“: Eine unvergessliche Pfingstfreizeit



Unter dem Motto „Alles nur kein Judo“ machten sich über 20 Kinder und Jugendliche mit ihren Betreuern auf den Weg nach Königsdorf. In der Jugendsiedlung Hochland erwarteten sie zwei gemütliche Blockhütten, die für die nächsten fünf Tage ihr Zuhause sein sollten.

Nach einer kurzen Eingewöhnungsphase der Neuankömmlinge erläuterte Betreuer Yusuf die Regeln für den gemeinsamen Aufenthalt. Dabei lag der Schwerpunkt auf Themen wie Zusammenhalt, Rücksichtnahme, gegenseitige Unterstützung und weiteren wichtigen Details.

Während des abwechslungsreichen Aufenthalts standen verschiedene Spiele, Wanderungen, Kistenklettern und spannende Challenges auf dem Programm. Der Kreativität freien Lauf lassen konnten die Teilnehmer beim Gestalten von T-Shirts, die an-

schließend von einer Jury bestehend aus Jasmin, Markus, Gülfı und Pit bewertet wurden. Die besten Werke wurden mit Punkten für die Challenge belohnt.

Ein weiteres Highlight war das diesjährige Mörderspiel, bei dem die Teilnehmer die Täterin oder den Täter und dessen Opfer ermitteln mussten. Unter der Leitung von Arda, der 20 Rätsel an die Gruppe ausgab, gelang es nach drei spannenden Stunden, sowohl die Mörderin als auch den Mord und seine Hintergründe aufzudecken. „Es war echt super!“, schwärmte eine Spielerin nach dem Ende des Spiels.

Am Freitag, den 31. Mai, hieß es dann Abschied nehmen. Die Hütten wurden tadellos sauber übergeben und der neue Termin für das Zeltlager 2025 festgelegt. Mit vielen neuen Ideen und geschlossenen Freundschaften im Gepäck konnten die Kinder die Pfingstferien ausklingen lassen.



Ein herzliches Dankeschön geht an die Betreuer Markus, Yusuf, Cayan, Arda und Gülfı für ihre Grill- und Kochkünste sowie die Zeit und Kreativität, die sie in dieses unvergessliche Erlebnis eingebracht haben. Wer wissen möchte, wer der „Tote“ im Mörderspiel war, kann ihn selbst oder die Kinder, die ihn gefunden haben, fragen.



Jugend mischt in der Liga mit

Erfreulich ist, dass unsere Jugendmannschaft an den beiden ersten Kampftagen mit 22 Kämpfern in Bestbesetzung antreten konnte. Am ersten Kampftag konnte zuhause ein Unentschieden erzielt werden. Trainer Thomas Lorenz sah zwar klare Siegchancen für seine Hornets, doch konnte das Potenzial nicht ganz ausgeschöpft werden.

Auswärts gegen die Kampfgemeinschaft Stadtwerke/MJC zeigte sich das Team hingegen deutlich verbessert. Hochmotiviert starteten die Hornets und konnten auch in der U11 wichtige Punkte sichern. Eine Disqualifikation eines Gegners aufgrund des Tragens

einer Armbanduhr brachte einen weiteren wertvollen Punkt, sodass die Hornets zwei wichtige Punkte mit nach Hause nehmen konnten.

Am 10. Juli 2024 fand dann die Begegnung gegen Großhadern/Aubing statt. Leider lag der Redaktionsschluss vor dem Kampf, sodass der Bericht über diese Begegnung in der nächsten Ausgabe erscheint.

Ein besonderes Highlight: Die Finalveranstaltung der Jugendliga 2024 findet, wie schon in der Kreis- und Bayernliga, bei den Hornets statt. Wir hoffen, bis dahin noch wichtige Punkte zu sammeln und mit Euch gemeinsam eine der oberen Platzierungen zu feiern.

fit 2 drive

...mehr als nur ein Lebensgefühl

Ausbildung in den Klassen:

B, BE, B-Automatik,
A, A2, A1, M

Zusatzangebote:

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

...mit mehr Sicherheit durch unsere gute Ausbildung!

FAHRSCHULE AM HARTHOF

GmbH

Weyprechtstr. 76
80937 München
Tel: 089- 31 600 600
Mobil: 0173 - 8 62 09 31
Fax: 089- 31 600 602

Unterricht:

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

Bürozeiten:

Mo. - Fr. 12.00 - 19.30 Uhr
Sa. 12.00 - 14.00 Uhr

www.fit-2-drive.de • info@fit-2-drive.de

JUDO

Deutsche Kata-Meister gekürt

Am 24. Juni 2024 fanden in Erlangen erneut die Deutschen Kata-Meisterschaften statt. Der TV Erlangen präsentierte sich als gewohnt professioneller Gastgeber und bot Teilnehmern und Zuschauern ein unvergessliches Erlebnis in einer angenehmen Atmosphäre.

Joachim Herrmann, Bayerischer Staatsminister des Inneren, für Sport und Integration, übernahm die Schirmherrschaft der Veranstaltung und zeigte großes Interesse am Judo-Sport. Nach den offiziellen Grußworten durch Herrn Staatsminister Herrmann, der Vizepräsidentin des Deutschen Judo-Bundes, Jenny Frey, dem Vizepräsidenten des Bayerischen Judo-Verbandes, Wolfgang Fanderl, und dem Vorstand des TV Erlangen, Jörg Bergner, nahm sich der Minister trotz seines vollen Terminkalenders Zeit, um unter fachkundiger Anleitung von erfahrenen Judoka wie Magnus Jezussek und Wolfgang Fanderl einige Kata zu beobachten und sich Details erklären zu lassen.

Die Wettbewerbe in den verschiedenen Kata-Disziplinen und Altersklassen versprachen Spannung pur. Mit dabei waren auch einige frischgebackene Europameister, die ihr Können unter Beweis stellten. Neben den „klassischen“ Wettbewerben wurden auch die Deutschen Meister in der Jugend und im ID-Judo ermittelt.

Der Bayerische Judo-Verband war mit insgesamt 14 Paaren in allen Disziplinen vertreten und gehörte damit zu den stärksten Landesverbänden. Besonders erfreulich war der Erfolg von Henry Unterseher und Max Sonner von den Sportfreunden Harteck. Sie sicherten sich im Bereich ID den Deutschen Meistertitel in der Nage no Kata und setzten sich dabei gegen fünf weitere Kontrahenten durch.

Die nächsten Bayerischen Meisterschaften finden turnusgemäß im November in Altenfurt statt. 2025 werden dann die Europameisterschaften ausgetragen. Die deutsche Kata-Szene darf sich also auf weitere spannende Wettkämpfe freuen.



Unsere Judoka triumphieren bei Veteranen-Meisterschaften

Unsere Judoka haben erneut ihr Können bei den Ü30-Wettkämpfen unter Beweis gestellt und unsere Fahne sowohl bei der Deutschen Meisterschaft in der ringarena am Nürburgring (Rheinland) als auch bei der Europameisterschaft in Sarajevo (Bosnien und Herzegowina) hochgehalten.

Zita Notter darf sich nun mit dem Titel der Deutschen Meisterin schmücken. Unser Coach der zweiten Mannschaft in der Kreisliga, Wolfgang Hinterleitner,

erkämpfte sich den Vizemeistertitel. Mit von der Partie war auch unser Bezirksligakämpfer Iskender Kaplan.

In Sarajevo holte sich Zita den Europameistertitel, während Wolfi den Vizemeistertitel errang. Zita legte in der Damen-Mannschaftswertung noch einen Vizemeistertitel drauf.

Wir gratulieren unseren Judokas zu diesen herausragenden Platzierungen und ihrem großartigen Einsatz!



Die zweite Mannschaft der Harteck Hornets kämpft sich in der Tabelle nach oben

Zum Redaktionsschluss steht die zweite Mannschaft der Harteck Hornets auf einem verdienten 5. Platz von zehn Mannschaften in der Tabelle. Zuletzt konnte diese sich mit einem Sieg gegen den Traditionsverein TSV München Ost (7:2) und einem Unentschieden gegen die SV Stadtwerke (5:5) weiter nach oben kämpfen.

Noch steht ein Wettkampf gegen den letztjährigen Kreisligameister TSV Unterhaching aus. Ob die Judowölfe ihren Titel

verteidigen können, entscheidet sich beim Endkampf in den „heiligen Hallen“ der Hornets in der Eliteschule des Sports. An diesem Tag sind zum 60-jährigen Jubiläum der Judoabteilung alle zehn Mannschaften eingeladen.

Coach Wolfgang Hinterleitner hat nach dem Wettkampf noch die Aufgabe, alle Kämpfer des Großkampftages in den gegenüberliegenden Biergarten zu leiten.

Bayernliga 2024: Erste Mannschaft der Hornets holt Punkte und steht vor großen Herausforderungen

Die erste Mannschaft der Hornets zeigte in der letzten Runde der Bayernliga starke Leistungen und holte wichtige Punkte. Sie feierten einen Sieg gegen den 1. FC Rötzt (12:8) und holten sich ein hart umkämpftes Unentschieden gegen die SG Eltmann (10:10). Gegen den SF Friedberg wäre zwar mehr als ein 8:12 drin gewesen, aber als fairer Gastgeber nahm das Team das Ergebnis sportlich hin. Allerdings mussten sie eine enttäuschende und deutliche Niederlage (3:17) gegen die Kampfgemeinschaft Aibling/Grafring hinnehmen.



Zwei weitere anspruchsvolle Begegnungen stehen den Hornets bevor, wenn sie gegen TSV Abensberg II (1. Platz) und TV Erlangen (4. Platz) antreten. Nach derzeitigem Stand wird erwartet, dass die Mannschaft im unteren Tabellenmittelfeld bleiben wird. Die Hauptkonkurrenten um den Titel sind erneut die zweite Mannschaft des Rekordmeisters Abensberg, dicht gefolgt von den Judofreunden aus Aibling/Grafring.

JU-JUTSU

Kali Silat Evolution (KSE) – Sommerkurs philippinische Kampfkunst ein voller Erfolg



Wenn in modernen Actionfilmen die Helden auf engstem Raum kämpfen, sich mit kurzen Stöcken einen rasanten Schlagabtausch liefern oder blitzschnell einen Messerangreifer entwaffnen, sind meist philippinische Kampfkünste im Einsatz. Damit Interessenten diesen faszinierenden Sport einmal unverbindlich kennenlernen können, hat die Ju-Jutsu-Abteilung in der Sparte Kali Silat Evolution im Juni 2024 einen Sommer-Kurs angeboten. Vier Wochen lang konnte man erste Erfahrungen im Umgang mit einem oder zwei kurzen Rattan-Stöcken machen, waffenlose Verteidigungstechniken lernen und sogar das philippinische Boxen auf Prätzen üben.



„Uns war wichtig, dass die neuen Anfänger in möglichst alle Bereiche des Kali hineinschnuppern können“, erklärt Stefan Wörnle, einer der beiden Trainer des Kurses, 1. Dan KSE und 4. Dan Ju-Jutsu. Cheftrainer Hans Rucker, 7. Dan KSE und 3. Dan Ju-Jutsu, ergänzt: „Deshalb war sogar eine Einheit Messerabwehr mit im Programm“.



Am Kurs haben acht Interessenten begeistert teilgenommen. Jede Trainingseinheit wurde identisch am Montag und am Mittwoch angeboten. Wer nur an einem Wochentag Zeit fürs Training hatte, bekam

trotzdem alles mit. Wer fleißiger war, konnte sogar achtmal mittrainieren. Kali Silat Evolution ist ideal für Frauen und Männer aller Altersgruppen und kann ab 14 Jahren trainiert werden. Es ist auch für Sportler mit gesundheitlichen Einschränkungen geeignet, weil es auf hohe Würfe verzichtet, rückenschonend und körperlich nicht sehr anstrengend ist.

„Wir freuen uns, dass das Konzept so gut angenommen wurde und wir ein paar neue Mitglieder gewinnen konnten“, erklärt Hans Rucker. Bei den Sportfreunden Harteck gibt es mittlerweile acht „Black Shirts“, also Instruktor vom ersten bis zum siebten Meistergrad. Da wurde es höchste Zeit, wieder einmal für mehr Breite an der Basis zu sorgen.

Stefan Wörnle freute sich über den erfolgreichen Sommerkurs und meinte: „Viele Sportlerinnen und Sportler, die früher andere Kampfsportarten gemacht haben und wieder einsteigen wollen, finden im KSE eine neue, faszinierende sportliche Heimat. Neue Interessenten können jederzeit im Training jeden Montag von 20.00 bis 21.30 Uhr oder Mittwoch von 19.30 bis 21.00 Uhr vorbeischaun“.



Qi-Gong

Vom 10.04. bis 15.05.2024 fand zum wiederholten Mal der beliebte Sonderkurs Qi-Gong unter der Leitung von Sebastiano Intili statt. Da es viele Wiederholer gab, die uns die Treue hielten, hat Sebastiano eine gewisse Weiterführung des Kurses in die Wege geleitet. Körper, Geist und Seele wurden durch entsprechende Übungen gepflegt und kultiviert. Die Arbeit mit der elementaren Lebensenergie, über die jeder Mensch verfügt, stand wie immer im Mittelpunkt. Als selbstaktiver Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) orientiert sich Qi-Gong an den Prinzipien des Yin und Yang. Schon vor mehreren tausend Jahren leitete man durch die Beobachtung der Natur Yin und Yang als Pole und Gegensatzpaar ab, die im gegenseitigen Wechselspiel stehen. Zwischen diesen Polen fließt das Qi, die Lebensenergie. Praktisch betrachtet sind diese Polaritäten zum Beispiel Bewegung und Ruhe, Anspannung und Entspannung, Steigen und Sinken, Öffnen und Schließen. Der Fluss zwischen diesen Polaritäten soll durch entsprechende Übungen reguliert, harmonisiert und von Blockaden befreit werden. Atmung, Koordination und Vorstellung werden miteinander verbunden und unterstützen damit Krankheitsprävention, Selbstheilungskräfte, Selbstwahrnehmung und Konzentrationsfähigkeit. Durch langsame Bewegungen, die Körper und Geist harmonisieren, bleibt die Beweglichkeit der Wirbelsäule und der Gelenke erhalten. Muskulatur, Sehnen und Faszien werden geschmeidiger.



Das Schriftzeichen Qi im Chinesischen zeigt das Bild für Dunst, Nebel und Luft über dem Bild für Reis oder Getreide und erzeugt eine Vorstellung von Kraft, Fruchtbarkeit und gestaltenden Kräften im Leben. Laotse, der legendäre chinesische Philosoph und Gründer des Taoismus, der im 6. Jahrhundert v. Chr. gelebt haben soll, sagt: „Die tiefe Ruhe ist die Bewegung in sich selbst“.



Informationen über eine eventuelle Wiederauflage und Weiterführung des Kurses findet ihr auf unserer Homepage.

Sportwoche in der Eduard-Spranger-Grundschule

Am 1. Juni 2024 waren wir von der Schulleitung der Eduard-Spranger-Grundschule zur Teilnahme an der Sportwoche dieser Schule eingeladen – mit dem Ziel, unsere Sportart vorzustellen und dafür zu begeistern. Kinder aus jeweils zwei 3. und 4. Klassen fanden sich ein und waren gespannt darauf, was wir mit ihnen vorhatten. Als Stützpunkt unseres Kindertrainings am Mittwoch, 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr, waren auch viele uns bereits bekannte Kinder dabei, die regelmäßig am Training teilnehmen und teilweise auch schon erste Prüfungen abgelegt haben. Ihre Klassenkameraden/innen konnten sie damit durch tatkräftige Hilfe und Tipps unterstützen. Zwei engagierte Mädchen erschienen sogar im Gi, dem Kampfanzug der Jutsukas, und führten mit viel Spaß einige Techniken vor. Wir haben den Kindern realitätsnah gezeigt, wie man sich einfach und ohne großen Kraftaufwand aus einem unerwünschten Handgelenk-fassen befreit und Angriffe gegen den Hals effektiv abwehren kann. Viel Spaß hatten wir mit Schlagtechniken mit der Hand gegen Pratzen und Schlagpolster. Schlag- und Führhand wurden erklärt, und auch eine Kombination von Schlägen mit rechts und links. Viele haben realisiert, dass die Koordination



gar nicht so simpel ist, wie es anfangs aussieht, und es Konzentration und Fokussierung erfordert, das Ziel zu treffen. Dabei sind einige Schweißtropfen gefallen. Drei Mädchen, die bereits zwei Tage später im Kindertraining mitgemacht haben, sind seither jedes Mal erschienen und konnten in unsere Vorführungen beim Vereinsjubiläum integriert werden.

Wir haben uns über das Interesse und die Unterstützung durch die anwesenden Lehrerinnen sehr gefreut. Unsere Flyer fanden rege Abnahme. Wir sind jederzeit bereit, solche Aktionen auch weiterhin zu unterstützen. Jedes Kind ab acht Jahren ist eingeladen, am Mittwoch um 18.00 Uhr bei uns zu schnuppern und sich auszuprobieren. Wir freuen uns auf Euch!

KiSS- Kindersportschule

Der Sommer in der Kindersportschule

Der Sommer in der Kindersportschule verlief planmäßig. Neben dem regulären Trainingsbetrieb widmeten wir uns den Vorbereitungen für unsere 75-Jahrfeier der Sportfreunde Harteck. Über dieses Fest werden wir Euch selbstverständlich noch ausführlich berichten.

Geburtstagsgrüße und Dank an unsere Kooperationspartner

Im Juni feierten zwei unserer Kooperationspartner runde Geburtstage: Herzlichen Glückwunsch an Stadtteilarbeit e.V. zum 40. und an die Burmester Grundschule zum 50. Geburtstag. Wir bedanken uns für die gute Zusammenarbeit in den vergangenen Jahren und freuen uns darauf, diese auch im neuen Schuljahr fortzusetzen.

Abschied von unseren FSJlern

Im Juli beendeten Elona, Amani, Severin und Sebastian ihr Freiwilliges Soziales Jahr bei uns. Wir möchten uns herzlich für Euren Einsatz und Euer Engagement bedanken und wünschen Euch für Euren weiteren Lebensweg alles Gute, viel Erfolg im Beruflichen und Privaten.

Erscheinungstermin der Zeitung und Informationen zum Sportprogramm

Die neue Ausgabe unserer Vereinszeitung erscheint in den Sommerferien. Gegen Ende der Ferien informieren wir die Eltern über den Start der neuen Sportprogramme. An der Bauhaus-Grundschule ist das Nachmittagsprogramm eng mit dem Stundenplan der Schule verzahnt, daher erhalten die Familien die Informationen dort erst zu Schuljahresbeginn. Wir werden Euch selbstverständlich über die bekannten Kanäle auf dem Laufenden halten.

Neue Schwimmkurse und Sporttag

Unsere Schwimmkurse waren im vergangenen Jahr immer ausgebucht. Im September gibt es wieder eine neue Kursreihe. Seid schnell und meldet euch rechtzeitig an!

SAVE THE DATE: Sporttag am 20. November 2024

Vormerken! Am 20.11.2024 (Buß- und Bettag) findet ein Sporttag mit einem abwechslungsreichen Sportprogramm für Mädchen und Jungen statt. Der Ferientag stellt Eltern oft vor Betreuungsaufgaben. Bei uns kein Problem! Der Sporttag bietet eine Lösung.

Schöne Sommerferien!

Die Hartecker KiSS wünscht allen einen schönen Sommerurlaub. Erholt Euch gut!

Sportliche Grüße
Sebastian Heidrich

Schwimmkurse

Ab vier Jahren können kleine Wasserratten in unseren professionell gestalteten Schwimmkursen das Schwimmen erlernen oder ihre Schwimmfähigkeiten verbessern. Ob Anfänger, Aufbauschwimmer oder Fortgeschrittene, in kleinen Gruppen mit maximal acht Kindern findet jeder das passende Angebot.

Die Kurse finden in der Schwimmhalle der Thelott-Grundschule in der Thelottstraße 20 statt. Nachmittags an Dienstagen, Mittwochen und Donnerstagen bieten wir zehn Termine à 45 Minuten an.

Infos gibt es beim KiSS-Leiter Sebastian Heidrich
kiss@harteck.de oder 0176 / 49 61 88

Interview mit Valentin (neun Jahre) aus der Kooperati- onsschule am Bauhausplatz

- 1** Was gefällt Dir an den KiSS-Stunden am besten?
Mir gefallen die verschiedenen Angebote.
- 2** Wie findest Du die Sportlehrkräfte?
Alle Lehrkräfte sind sehr nett.
- 3** Machst Du in deiner Freizeit viel Sport und wenn ja, was?
Ja, ich spiele gerne Hockey.
- 4** Wie oft hast Du in der Schule Sport?
Montag, Dienstag und Donnerstag – jeweils zwei Stunden.
- 5** Was machst Du am liebsten in den KiSS-Stunden?
Hockey und Fußball spiele ich am liebsten.
- 6** Was gefällt Dir nicht so gut an den KiSS-Stunden?
Mir gefällt nicht, wenn wir Parcours machen.
- 7** In welchen KiSS-Stunden bist Du?
Dienstag und Donnerstag.
- 8** Welche Spiele spielst Du am liebsten?
Am liebsten „Balla-Balla“ und Merkball.
- 9** Hast Du eine Lieblingssportart?
Ja, Hockey.

Das Interview
führte Sebastian.



Interview mit Ella und Lena (beide zehn Jahre) aus dem KiSS-Zumba

- 1** Was gefällt Euch am Zumba am besten?
Beide: Das wir mitentscheiden können,
welches Lied wir tanzen.
- 2** Wie findet ihr die Zumba-Lehrerin?
Beide: Wir finden Franziska nett, weil sie uns auch fragt,
ob es uns Spaß macht und welche Lieder wir wollen.
- 3** Macht ihr in Eurer Freizeit viel Sport und wenn ja, was?
Ella: Zumba, Reiten und Bouldern.
Lena: Zumba und Turnen.
- 4** Was macht ihr am liebsten beim KiSS-Zumba?
Beide: Tanzen und Spielen.
- 5** Was gefällt Euch nicht so gut am KiSS-Zumba?
Lena: Wenn andere Kids nicht mitmachen. Ella: Genau.
- 6** In welchen KiSS-Stunden seid ihr?
Ella: Wir sind beide im Zumba.
- 7** Welche Spiele spielt ihr am liebsten?
Lena: Fangspiele Ella: Ich mag auch
„Fahren mit dem Rollbrett“.
- 8** Habt ihr eine Lieblingssportart?
Ella: Reiten. Lena: Turnen.

Das Interview
führte Franziska.



Hier könnte Ihre Adresse stehen!

Werden Sie Mitglied bei den
Sportfreunden Harteck.

SPORTLERINNEN AUF AUGENHÖHE.

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

sportdeutschland.de
facebook/sportdeutschland
#sportdeutschland

WIR SIND
SPORTDEUTSCHLAND



© DOSB