

Jahresrückblick 2017 **77**

AKTUELLES
2018



Aus Spaß am Sport!

Liebe Sportlerinnen und Sportler, verehrte Freunde des TSV Grünwald,



Dr. Christine Paeschke
Vorsitzende

im letzten Jahr feierten wir das 90 jährige Jubiläum des TSV Grünwald mit einem großen Sommerfest im Freizeitpark und unserem 1. Grünwalder Burglauf. Der Himmel beschenkte uns mit reichlich Sonnenschein, so dass dieses Event ein großer Erfolg wurde. Es zog zahlreiche Besucher in den herrlichen Freizeitpark, wo unsere Abteilungen im ganzen Park und in der alten Turnhalle eine Darstellung ihrer Künste zeigten.

Der Burglauf wurde von über 202 Läufern, dabei 92 Kindern, begeistert angenommen. Der älteste Teilnehmer Herr Wilhelm Stürmer war 82 Jahre alt. Respekt!

Die Siegerehrung übernahm unser 2. Bürgermeister Stephan Weidenbach und alle freuten sich über ihre Medaillen. Gegen Abend klang das Fest mit Grillspezialitäten und kühlem Bier von der Familie Achatz und einer fetzigen Band aus.

Ich bedanke mich bei den Hauptorganisatoren: Willi Mühlbauer, Nikolai Dlugi und Herrn Jörn Verleger von der Freizeitpark GmbH, den Hausmeistern und dem Bauhof der Gemeinde ganz herzlich.

Einen großen Erfolg konnte die Fußballabteilung 2017 vermelden: Die 1 Herrenmannschaft ist in die Landesliga aufgestiegen. Herzlichen Glückwunsch und viel Erfolg. Bei dieser Gelegenheit ein großes Dankeschön an unseren Hauptsponsor, die Erdwärme Grünwald, Herrn Lederle und Herrn Rothörl.

Ja, ich werde mich in diesem Grußwort noch öfter bedanken, es ist nämlich mein letztes.

Ich werde nach 18 Jahren nicht mehr für den Vorsitz kandidieren.

Ich habe mit großer Freude dieses Ehrenamt ausgeführt, da ich selbst sehr aktiv und sportbegeistert bin und deshalb das Bedürfnis hatte, diese Begeisterung weiter zu geben.

Als Ärztin sah ich auch eine Verpflichtung, schon kleine Kinder an den Sport heranzuführen, da Bewegung sowohl die motorische, die geistige und die psychische Entwicklung fördert.

Der Teamgeist wird geschult und die Kinder lernen spielend Sozialverhalten. Ebenso wichtig ist es, das ganze Leben lang aktiv zu bleiben, um nicht „einzurosten“ und Alterskrankheiten und Demenz vorzubeugen. Dies alles konnte ich im TSV verwirklichen. Sicher gab es auch Zeiten mit Ärgernissen, hohem Zeit- und Arbeitsaufwand. Aber es erfüllt mich auch mit ein wenig Stolz, dass der TSV ein beliebter, von den Grünwaldern geschätzter Treffpunkt ist.

Deshalb möchte ich ein kleines Resümee ziehen. Ich wollte im Sinne meiner Vorgänger den Verein mit Angeboten für den Breitensport zu günstigen Preisen für alle Grünwalder weiterführen. Mein Motto war „Angebote von 1 bis 99 Jahren und Spaß am Sport“. Angefangen mit Pampers- Turnen, Zwergerl-Fußball, den Hockey- Minis, den Ballettratten, den Karate Bonsai bis zur Senioren Gymnastik.

Gesundheitssport von Aquarobic, Rückengymnastik, Koronarsport, Osteoporosegymnastik bis hin zu Yoga, Tai Chi, Qi Gong und Nordic Walking.

Dazwischen für alle Altersgruppen Fitness Training, fetzigen Jazz Dance, Kampfsport, Badminton, Soft-Ball, Basketball, Fechten, Fußball, Hockey, Schwimmen, Tischtennis, Triathlon und Volleyball.

Damit das alles so gut laufen kann, bedarf es natürlich auch eines stabilen finanziellen Fundamentes. Durch unsere Spartenbeiträge, Zuschüsse vom Landratsamt und der Gemeinde, sowie die Mitgliedsbeiträge (die wir nach 18 Jahren erstmals erhöhten) haben wir einen ausgeglichenen Haushalt mit Sparrücklagen.

Deshalb möchte ich mich bei allen Kollegen der Vorstandschaft bedanken, für die Ideen, die wir zusammen entwickelt haben und deren Umsetzung, auch mit teils schwierigen Lösungen. Aber auch für eine harmonische und kooperative Zusammenarbeit. Einen möchte ich besonders hervorheben, der mich als einziger Vorstandskollege, als treuer Freund und zuverlässiger Weggefährte über die gesamten 18 Jahre begleitet hat: Manfred Redl. Er hat als Technischer Leiter weit über das Ehrenamt hinaus großartige Arbeit im TSV geleistet.

Ich bedanke mich bei den ehemaligen Mitarbeitern der Geschäftsstelle, besonders bei Frau Irmgard Pemsel, die Jahrelang unser „Urgestein“ im Wissen war und bei den jetzigen Mitarbeitern, besonders bei unserem Geschäftsleiter Herrn Nikolai Dlugi, der die Geschäftsstelle, die Mitglieder und Trainer hervorragend betreut.

Ein herzliches Dankeschön auch an unser Hausmeisterehepaar Harry und Andrea Vorwerk, die immer, wenn es möglich war, unsere Wünsche erfüllten.

Nun geht mein Dank weiter an die Gemeinde Grünwald, den Gemeinderat, unseren 1. Bürgermeister Jan Neusiedl und die Verwaltung (Hausverwaltung, Bauamt und Kämmerei) Ohne die Unterstützung der Gemeinde könnten wir unsere Aufgabe „Förderung des Breitensportes“ nicht so großartig ausüben. Angefangen von finanziellen Mitteln über die miet-

freie Überlassung der Sportstätten, bis hin zu den Renovierungen. So wurden die Helmi-Mühlbauer-Halle, unsere Geschäftsstellenräume, die Schulturnhalle, der Ballettsaal, die Fußballplätze im Freizeitplatz, der Hockey Kunstrasen und das Hockeyhaus auf den neuesten Stand gebracht. Nicht zu vergessen bekam der TSV die Möglichkeit, die Sportstätten im Gymnasium mit zu nutzen. Ich bedanke mich bei Rektorin Frau Korda ganz herzlich für die gute Zusammenarbeit und Ihre Kooperationsbereitschaft.

Ich hoffe, dass wir als größter Grünwalder Verein besonders in der Jugendarbeit, im sozialen Bereich, aber auch in der Gesundheitsvorsorge und für ein gesellschaftliches Miteinander einen positiven Beitrag leisten.

Ein großes Dankeschön an Herrn Jörn Verleger, den Geschäftsführer der Freizeitpark GmbH. Er steht dem TSV wohlwollend gegenüber und ist ein fairer Partner, unterstützt uns, wo er kann, ohne die Interessen der GmbH zu vernachlässigen.

Ich vergesse nicht meinen Dank, meine Wertschätzung und Anerkennung an die Abteilungsleiter/innen, die ehrenamtlich tätig sind, und an alle Trainer/innen und Übungsleiter/innen auszusprechen. Sie sind es, die an der Basis mit großer Fachkenntnis und Herzblut Groß und Klein, Alt und Jung die Freude am Sport vermitteln.

Und zuletzt bedanke ich mich bei allen Mitgliedern, die mir bei 6 Vorstandswahlen ihr Vertrauen ausgesprochen haben und auch bei allen 4300 Mitgliedern, die den Verein mit Leben füllen.

Bleiben Sie uns treu.

Mit sportlichen Grüßen

Dr. Christine Paeschke
Vorsitzende



2. GRÜNWALDER BURGLAUF

Save the date
08.07.2018

ZEITPLAN:

10:00 Uhr 500 m Kinderlauf (bis 5 Jahre)

10:20 Uhr 1,5 km Kinderlauf (6 - 12 Jahre)

10:45 Uhr 10 km Hauptlauf + 3,33 km Lauf + 3x3,33 km Staffel +
Nordic Walking

12:30 Uhr: Siegerehrung mit Preisen für alle Kinder, sowie für die jeweils
drei Erstplatzierten der Altersklassen und der Gesamtwertung.

Wir freuen uns auf euch.

Online-Anmeldung ist auf der TSV Website ab Anfang Mai 2018 freigeschaltet.

Weitere Infos unter <https://tsv-gruenwald.de>

Herzlich Willkommen auf unserer neuen Website!

<https://tsv-gruenwald.de/>



Verein Sportangebot Mitglied werden Aktuelles Kontakt

Finde Deinen Sport

Sportart eingeben

In allen Sportarten suchen

Wochentag / Tageszeit wählen

Mo Di Mi Do Fr
 Vormittag Nachmittag Abend

los ▶



TSV Grünwald - aus Spaß am Sport



INDIVIDUALSPORT

„Wie langsam Du auch läufst, Du schlägst alle die zuhause bleiben.“
Motto unserer Ausdauersportler



Wir danken unseren Partnern:



alle
aktuellen
Sportangebote
und
Termine

direkte
Anmeldung
zu unserem
aktuellen
Newsletter

Jetzt
online

Inhalt

2. Grünwalder Burglauf.....Seite 4

Inhalt.....Seite 6-7

Einladung zur Mitgliederversammlung..... Seite 8

Vereinsvorstand..... Seite 9

Geschäftsbericht 2017.....Seite 10-11

Informationen.....Seite 12-13

TSV sagt Dankeschön.....Seite 14

Sommerfest /1. Grünwalder Burglauf.....Seite15

Abteilungsleiter & Ansprechpartner..... Seite16-17

In Gedenken.....Seite 93



Badminton.....Seite 18



Ballett.....Seite 20-21



Baseball /Softball..... Seite 22-23



Basketball.....Seite 24-25



Einrad-Akrobatik-Jonglage.....Seite 27



Fechten..... Seite 28-29



Fitness..... Seite 30-32



Fußball..... Seite 34-36



Fußball (Jugend)..... Seite 38-40



Gymnastik / Sensofitness.....Seite 42-43

	Hockey Seite 44-47
	JudoSeite 48
	Ju-JitsuSeite 50-51
	KarateSeite 52-53
	KoronarSeite 54-55
	Leichtathletik/KinderSeite 56
	Nordic WalkingSeite 58
	Qi GongSeite 60
	Rückengymnastik Seite 62-63
	SchwimmenSeite 64

	Tai Chi ChuanSeite 66-67
	Tanz /JazzdanceSeite 68-70
	Therapeutische GymnastikSeite 72
	TischtennisSeite 74-77
	TrampolinSeite 78
	TriathlonSeite 80-81
	TurnenSeite 82-87
	VolleyballSeite 88 -90
	YogaSeite 91-92

Einladung

zur ordentlichen Mitgliederversammlung (Hauptversammlung)
des Turn- und Sportvereins Grünwald e.V.

Am Mittwoch, den 16. Mai 2018, 19:30 Uhr
in der Vereinsgaststätte, Dr.-Max-Str. 20,
82031 Grünwald

Tagesordnung

Begrüßung - Grußworte - Totenehrung - Ehrungen

- 1.) Bericht des Vereinsvorstandes
- 2.) Kassenbericht und Bericht der Rechnungsprüfer
- 3.) Aussprache über die Berichte
- 4.) Entlastung des Vereinsvorstandes
- 5.) Neuwahlen
- 6.) Beschlussfassung der Mitgliedsbeiträge und außerordentlichen Umlagen
- 7.) Verschiedenes

Anträge, die nach § 8 der Vereinssatzung von den Mitgliedern, vom Vereinsvorstand, vom Hauptausschuss und von den Ausschüssen und Abteilungen gestellt werden können, müssen mindestens 8 Tage vor der Mitgliederversammlung schriftlich bei der Vereinsvorsitzenden, Dr. Christine Paeschke, Nibelungenstr. 4, 82031 Grünwald vorliegen.

Stimmberechtigt sind in der Mitgliederversammlung nach §6 der Vereinssatzung alle Mitglieder ab vollendetem 16. Lebensjahr.

Die Vorstandschaft würde sich freuen, wenn eine möglichst große Anzahl von Vereinsmitgliedern dieser Einladung folgen könnte.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Christine Paeschke
Vereinsvorsitzende

Vereinsvorstand

Ehrenvorsitzender

Dr. Ulrich Börm (089) 6415252
Gereutplatz 3,
82031 Grünwald

Vorsitzende

Dr. Christine Paeschke (089) 64132 26
Nibelungenstr. 4,
82031 Grünwald
dr.christine.paeschke@tsv-gruenwald.de

Stellvertreter

Bernhard Seidl (089) 64954650
Nibelungenstr. 18,
82031 Grünwald
bernhard.seidl@tsv-gruenwald.de

Stellvertreter

Willi Mühlbauer (089) 64911530
Am Wildwechsel 9a,
82031 Grünwald
willi.muehlbauer@tsv-gruenwald.de

Frauenwart

Stefanie Hepp (089) 64919665
Gereutplatz 2a,
82031 Grünwald
stefanie.hepp@tsv-gruenwald.de

Schatzmeister

Dr. Martin Eisele (089) 69989845
Geschwister-Scholl-Str. 1a,
82031 Grünwald
martin.eisele@tsv-gruenwald.de

Kommisarischer Technischer Leiter

Manfred Redl
Hubert-Hopf-Str. 4a,
82031 Grünwald
manfred.redl@tsv-gruenwald.de

Schriftführer

Walter Hornauer 0172 5972276
Dr.-Max-Str. 14,
82031 Grünwald

Jugendwart

Alexander von Borries 0160 98921957

Geschäftsbericht 2017

A EINNAHMEN	
Beiträge	609.670,76 €
Spenden	11.956,23 €
Sportveranstaltungen/Reisen	17.558,60 €
Zinseinkünfte	235,44 €
Zuschüsse	333.584,33 €
Ausbildungsvergütungen	3.625,00 €
Sponsoring	22.079,30 €
Anzeigen Jahresheft	2.408,60 €
EINNAHMEN gesamt	1.001.118,26 €

B AUSGABEN	
Abschreibung / Abgang BW	17.919,30 €
Fahrzeugaufwand	14.169,39 €
Personalkosten	503.497,59 €
Mieten	246.705,44 €
Mitgliederkosten / Jahresheft	21.538,00 €
Reisekosten	21.528,91 €
Reparaturen	13.049,01 €
Sportbetrieb	85.116,09 €
Steuern	5.574,94 €
Verbandskosten, Abgaben, Beiträge	44.962,30 €
Versicherungen, Berufsgenossenschaften	6.475,02 €
Verwaltungskosten	10.613,91 €
Bankgebühren	25,80 €
Verwaltung	350,00 €
AUSGABEN gesamt	991.525,70 €

C ÜBERSCHUSS 2017	9.592,56 €
--------------------------	-------------------

Geschäftsbericht 2017

FINANZMITTELAUFSTELLUNG ZUM 31.12.2017	
Forderungen	0,00 €
Bankkonten	287.427,99 €
Kassen	948,09 €
Sparbuch Jugend-Fußball	0,00 €
GESAMTGUTHABEN	288.376,08 €

KAPITALFLUSSAUFSTELLUNG ZUM 31.12.2017	
Guthaben per 01.01.	270.612,52 €
- Zugänge Anlagegüter	-9.748,30 €
+ Abschreibung	17.919,30 €
Überschuss	9.592,56 €
Guthaben per 31.12.2017	288.376,08 €

MITGLIEDER	
Mitglieder zum 01.01	4.337
Mitglieder zum 31.12	4.376
Zuwachs Mitglieder	39

Vereinsvorsitzende
Dr. Paeschke

Schatzmeister
Dr. Eisele

Informationen

GESCHÄFTSSTELLE

Helmi-Mühlbauer-Halle (Eingang Keltenstraße)
Dr. Max-Str. 20, 82031 Grünwald
Tel.: (089) 641 42 70, Fax: (089) 641 06 75
info@tsv-gruenwald.de
Montag bis Donnerstag von 16.00 bis 19.00 Uhr

ANSPRECHPARTNER

Nikolai Dlugi (Geschäftsstellenleiter)
Jessica Schade, Claudia Bader, Peter Gantner

HAUSMEISTER

- Turnhalle Volksschule, Helmi-Mühlbauer-Halle,
Sportplatz Keltenstraße
Harald Vorwerk, Tel.: 0172 836 76 71
- Gymnasium
Lissl, markus.lissl@tsv-gruenwald.de
Grötschel, groetschel@gymnasium-gruenwald.de
- Grünwalder Freizeitpark
Tel: 0176 16418910

FITNESSRAUM

Helmi-Mühlbauer-Halle (Eingang Keltenstraße)
Dr. Max-Str. 20
Weitere Informationen in der Geschäftsstelle

VEREINSGASTSTÄTTE

Helmi-Mühlbauer-Halle (Eingang Keltenstraße)
Wirte: Bärbel und Hugo Achatz
Tel: 089-64167740
Montag ist Ruhetag!

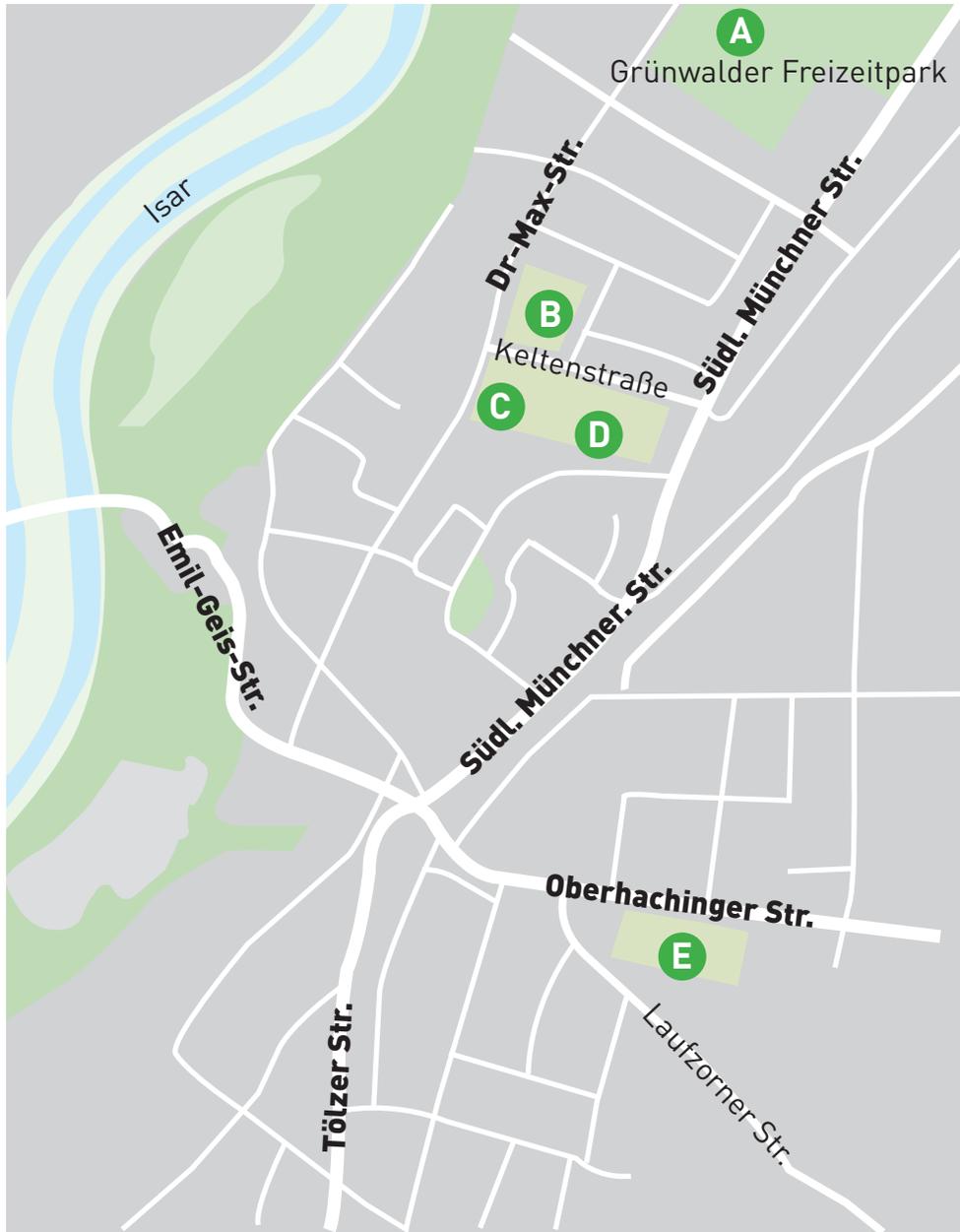
BANKVERBINDUNG

VR Bank München Land
Konto-Nr. 22 50 02, BLZ 70 16 64 86
IBAN DE17 7016 6486 000 2250 02
BIC GENODEF1OHC

Kreissparkasse München-Starnberg-Ebersberg
Konto-Nr. 22218655, BLZ 702 501 50
IBAN DE55 7025 0150 0022 2186 55
BIC BYLADEM1KMS

Diese Informationen finden Sie auch unter
<https://tsv-gruenwald.de/>

Informationen



ÜBUNGSSTÄTTEN IN GRÜNWALD

- A** **Grünwalder Freizeitpark**
Turn-, Spiel- und Schwimmhalle
sowie Sportplätze des
Grünwalder Freizeitparks
Südliche Münchner Str. 35c
Verwaltung: Tel: (089) 641 89 10
- B** **Helmi-Mühlbauer-Halle**
Dr.-Max-Str. 20
- C** **Turnhalle & Gymnastikraum
bei der Volksschule Grünwald**
Dr.-Max-Str. 18
(Eingang Keltenstraße)
- D** **Sportplatz an der Keltenstraße**
- E** **Gymnasium Grünwald**
Laufzorer Straße 1



Der TSV sagt Dankeschön....

... all unseren großzügigen Spendern! Auch im Jahr 2017 wurde unser Verein wieder mit vielen Sach- und Geldspenden unterstützt. Gerade in der aktuellen Zeit, in der viele Fördermittel gekürzt oder gar komplett gestrichen werden, sind Vereinsbetrieb und Sportler des TSV Grünwald auf Zuwendungen jeglicher Art angewiesen.

Die gesamte Fußballabteilung bedankt sich bei ihrem Sponsor

Erdwärme Grünwald GmbH

für die überaus großzügige Zuwendung und Unterstützung!

Zudem freuen sich unsere Abteilungen über Spenden für die Jugend von:

Alexander von Borries

Dorothee Nitzsche

Eibner und Regnath Süd GmbH

Kristijan Prosevc

Manfred Wiemann

Peter Prosevc

Robert Hoffmann

Royal Bavarian Liga UG

Tonio Fruehauf

An dieser Stelle sei auch ein herzlicher Dank an **alle Eltern** ausgesprochen, die mit kleinen Spenden ihre favorisierten Sportarten unterstützten.

Und nicht zuletzt danken wir der **Gemeinde Grünwald** für Ihre großzügige und langjährige finanzielle Unterstützung.



90 Jahre



SOMMERFEST

1. GRÜNWALDER BURGLAUF





Abteilungsleiter & Ansprechpartner

B Badminton

Redl, Manfred
manfred.redl@tsv-gruenwald.de

Ballett

Buchfelner-Romanelli, Sandra (089) 641 42 70
sandra.romanelli@tsv-gruenwald.de

Baseball / Softball

Estevez, German 0151 61541942
german.estevez@tsv-gruenwald.de

Basketball

Naraghi, Ario 0179 5985939
ario.naraghi@tsv-gruenwald.de

F Fechten

Brandt, Thorsten 0160 90567131
thorsten.brandt@tsv-gruenwald.de

Fitness

Hepp, Stefanie (089) 64919665
stefanie.hepp@tsv-gruenwald.de

Freizeitsport - Männer

Stahl, Alfred (089) 6417107
alfred.stahl@tsv-gruenwald.de

Fussball

Seidl, Paul (089) 6414165
paul.seidl@tsv-gruenwald.de

Fussball (Jugend)

Prosevc, Kristijan 0174 3459825
kristijan.prosevc@tsv-gruenwald.de

G Gymnastik

Pemsel, Irmgard (089) 6414706
irmgard.pemsel@tsv-gruenwald.de

H Hockey

Fitzner, Andreas (089) 6414270
andreas.fitzner@tsv-gruenwald.de

J Jazz-Dance

Blum, Isabella 0173 3704743
isabella.blum@tsv-gruenwald.de

Judo

Bühl, Anton (089) 74004944
anton.buehl@tsv-gruenwald.de

Ju-Jutsu

Monn, Alex 08170 997730
alex.monni@tsv-gruenwald.de

K Karate

Obermaier, Maximilian (089) 18922655
maxi.obermaier@tsv-gruenwald.de

Koronar

Kahle, Klaus (89) 64919550
klaus.kahle@tsv-gruenwald.de

L	Leichtathletik für Kinder Kleiser, Ruth ruth.kleiser@tsv-gruenwald.de	(089) 64911029	Trampolin Schratzenstaller, Sabine info@tsv-gruenwald.de	(089) 6414270	
N	Nordic Walking/Sensofitness Bartel, Rosemarie rosemarie.bartel@tsv-gruenwald.de	(089) 6411507	Triathlon Schierghofer, Christian christian.schierghofer@tsv-gruenwald.de	0179 4510003	
Q	Qi Gong Schratzenstaller, Sabine info@tsv-gruenwald.de	(089) 6414270	Turnen Wiemann, Manfred manfred.wiemann@tsv-gruenwald.de	(089) 913577	
R	Rückengymnastik Kessler, Katharina katharina.kessler@tsv-gruenwald.de	(089) 6412385	Turnen Eltern-Kind Schratzenstaller, Sabine info@tsv-gruenwald.de	(089) 6414270	
S	Schwimmen Harrer, Joachim info@tsv-gruenwald.de	(089) 6414270	V	Volleyball Braun, Uwe uwe.braun@tsv-gruenwald.de	(089) 6412487
T	Tai Chi Chuan Westermeier, Hans hans.westermeier@tsv-gruenwald.de	(089) 6411900	Y	Yoga Gregori, Andrea andrea.gregori@tsv-gruenwald.de	(089) 6414270
	Therapeutische Gymnastik Simmer, Helmut helmut.simmer@tsv-gruenwald.de	(089) 6411491			
	Tischtennis Wiemann, Manfred manfred.wiemann@tsv-gruenwald.de	(089) 913577			



Badminton

Ansprechpartner: Redl Manfred manfred.redl@tsv-gruenwald.de



Ein wenig Geschichte, ein wenig Werbung, ein wenig wir.

Badminton ist die schnellste Ballsportart gemessen an der Geschwindigkeit, die der Ball nach dem Abschlag erreichen kann. Im August 2013 stellte Tan Boon Heong einen neuen Weltrekord mit 493 km/h auf. Dieser Rekord ist von Guinness World Records zertifiziert. In keiner anderen Sportart erreichen Bälle eine derart hohe Geschwindigkeit.

Bereits lange vor der Entstehung des Namens Badminton gab es Rückschlagspiele, die dem heutigen Federball ähnelten. In Indien gefundene Höhlenzeichnungen belegen, dass dort bereits vor 2000 Jahren mit abgeflachten Hölzern kleine, mit Hühnerfedern gespickte Holzbälle geschlagen wurden. Auch bei den Inkas und den Azteken waren Rückschlagspiele mit gefiederten Bällen bekannt. In Europa zur Zeit des Barock entwickelte sich ein unter dem Namen Battledore and Shuttlecock oder Jeu de Volant bekanntes Federballspiel zu einer der beliebtesten Freizeitbeschäftigungen des höfischen Adels. Ziel bei dieser Variante des Federballspiels war es, dass zwei Spieler sich mit einfachen Schlägern einen Federball so oft wie möglich zuspielden, ohne dass dieser den Boden berührt.

Ein urkundlich erwähnter Rekord aus dem Jahre 1830 beläuft sich auf 2117 Schläge für einen Ballwechsel.

IHR PARTNER FÜR SPORT UND ERHOLUNG.



www.gruenwalder-freizeitpark.de

Wir freuen uns auf Sie!

Grünwalder Freizeitpark GmbH

Südliche Münchner Straße 35 c

82031 Grünwald

Telefon: 089 641891-0 · Fax: 089 641891-13





Ballett

Ansprechpartner: Buchfellner-Romanelli Sandra 089 6414270 sandra.romanelli@tsv-gruenwald.de



Die Ballettpädagogen Frau Corinna Schott und Sandra Buchfelner-Romanelli durften sich im vergangenen Jahr wieder an reger Teilnahme am Ballettunterricht erfreuen.

Das spielerische Erlernen der ersten Schritte, welches der kreative Kinder-tanz vermitteln will, ist die Grundlage der Ballettausbildung.

Durch Freude an Bewegung soll die Kunst des klassischen Tanzes vermittelt werden. Jede Altersgruppe lernt das Ausdauer, Übung und Disziplin die Basis einer erfolgreichen Aufführung sind.

Über viele Wochen wurden auch verschiedene Choreografien erlernt, die im vergangenen Jahr bei der 90-Jahr Feier des TSV Grünwald vorgetanzt wurden.

Altersgerecht durften die Schülerinnen mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden ihr Können unter Beweis stellen.

Ein weiteres Highlight waren die internen Ballettweihnachtsfeiern, an denen die Gruppen einen Adventstanz den Eltern vortanzen konnten.

Die größeren Eleven choreografierten hierfür sogar eigens ein Weihnachtsmärchen mit Unterstützung der Ballettlehrerinnen.

Die Unterrichtsstunden Kreativer Kindertanz, Ballett für Anfänger (Pre-Primary und Grade I), Ballett-Aufbaukurs (Grade II), sowie für Fortgeschrittene mit Spitzentanz (Senior Grade), durften sich auch über einen männlichen Schüler erfreuen.

Durch die regelmäßige und zahlreiche, pünktliche Teilnahme der Tänzer konnten gute Fortschritte erzielt werden.

Nach mehreren Monaten in einem provisorischen Tanzraum, freuten sich Klein und Groß, wieder zurück in den neu renovierten Tanzsaal zurück zu kehren.

Noch ein Hinweis: Save the date! Die Proben für den nächsten Ballettabend mit der Aufführung eines bezaubernden Märchens haben bereits begonnen. Einfach den 06. Oktober 2018 schon mal vormerken!

Kreativer Kindertanz (ab 4 Jahre)

Mit viel spielerischen Elementen beginnt eine tänzerische und musikalische Früherziehung in diesen Stunden.

Donnerstag 16.00 – 16.45 Uhr

Pre-Primary (ab 5 Jahre)

Weiterführung und Ausbau der tänzerischen und musikalischen Ausbildung.

Donnerstag 16.45 – 17.45 Uhr

Primary / Grade I (6 – 8 Jahre)

Zu den spielerischen Elementen der tänzerischen Ausbildung kommen die Anfänge des klassischen Tanzes und die Einstudierung leichter Choreographien hinzu.

Donnerstag 17.45 – 18.45 Uhr

Grade II (9 – 11 Jahre)

Nach Ballettvorerfahrungen werden jetzt Übungen an der Stange und das Erlernen von Tänzen unterrichtet.

Dienstag 16.30 – 17.30 Uhr

Grade II (11 – 13 Jahre)

Einführung des Spitzentanzes in den Unterricht.

Dienstag 17.30 – 18.30 Uhr

Senior Grade (ab 13 Jahren)

Für diesen Kurs benötigt man eine langjährige Vorerfahrung.

Erarbeitet werden die Verfeinerung der Technik, Choreografien und der Spitzentanz.

Dienstag 19.00 – 20.30 Uhr

Donnerstag 20.15 – 21.45 Uhr



Baseball/Softball

Ansprechpartner: German Estevez 0151 61541942 german.estevez@tsv-gruenwald.de www.jesters.de



2017 war ein weiteres Jahr des Wachstums für das Jesters Baseballteam. Unsere älteren Kinder traten in die Jugendliga ein, wo seit den 1990er Jahren kein Jesters-Team mehr teilgenommen hatte und dank des Beitretens mehrerer Fünftklässler des Gymnasiums konnten wir 2 Schüler-Teams in Tossball und LifePitch anmelden. Die jüngeren Tossball Kinder waren die Vorreiter und beendeten die Saison mit einem sehr beeindruckenden 11-4-1 Ergebnis.

Einer von vielen Höhepunkten des Jahres 2017 war der Fund eines „batting cage“ des ehemaligen Pro-Teams in der Grundschule und dessen Inbetriebnahme - damit hatten unsere jungen Spieler die Möglichkeit, an Samstagen gezielte Trainingseinheiten zu absolvieren, um auf Würfe von zwei pitching Maschinen reagieren zu können. Dazu hatten wir das Glück, die Unterstützung ehemaliger Jesters-Profis wie Frank Beer und Jochen Benner für den Übergang ins Jugend-Team zu haben.



Zwei unserer Jugendspieler erwarben Schiedsrichterlizenzen und drei unserer Eltern „Scorer“-Lizenzen, was uns nicht nur half, Spiele effizienter zu gestalten, sondern auch das kollektive Baseball-Wissen unserer Fangemeinde zu erhöhen. Bei radioMikro im Bayerischen Rundfunk wurden unsere Kinder interviewt und sprachen über das Team und unseren Sport. Wir konzentrierten uns verstärkt darauf, die Gemeinde in Grünwald einzubeziehen, indem wir Schulprogramme sowohl im Gymnasium als auch in der Grundschule (5. und 4. Klasse) veranstalteten, was dazu führte, dass wir mit über 200 Kindern Baseball spielen konnten.



Wir werden unsere Bemühungen, die Bekanntheit von Baseball in und um Grünwald auszuweiten, verstärken und dies schliesst folgende Aktivitäten ein: das Jesters Ball-Programm in 12 Grundschulen, das erste Schul-Baseball-Turniers des TSV Grünwald im Juli sowie ein englisches Baseballcamp im Freizeitpark im August. Eltern und ehemalige Profis können Teil unseres BBQ-Softballteams werden.

2018 können wieder Live-Updates unserer Spiele über den GameChanger mitverfolgt werden, damit Fans und Familien die Spiele verfolgen können. Scant die unten stehenden Codes , um ein Fan im Gamechanger zu werden und nehmt an der Aktion teil.



2018 werden die Jesters wieder 3 Baseballteams haben: Das Schüler Coachpitch Team, für Jungen und Mädchen von 5 bis 10 Jahren



Das Schüler LifePitch Team, für Jungen und Mädchen von 11 bis 13 Jahren



Das Jugend Landesliga Team, für Jungen und Mädchen von 13 bis 16 Jahren

Wir freuen uns sehr, Euch im Stadion zu sehen. PlayBall!!!





Basketball

Ansprechpartner: Naraghi Ario
Jugendwart: Michael Trifellner

info@tsv-gruenwald.de



Die Saison 2016/2017 war für die Basketballabteilung wieder sehr ereignisreich und wir blicken sehr stolz unsere Erfolge zurück.

Herren 2

Nach zwei Aufstiegen in Folge, haben die Herren 2, auch dieses Jahr, nur ein Ziel vor Augen: den dritten Aufstieg in Folge! In den letzten zwei Jahren, hat die Herren 2 ausschließlich mit 17-19 jährigen Jungs die Aufstiege geschafft. An dieser Stelle nochmal großes Kompliment und Respekt an die Jungs und ihren Trainer Michael Trifellner. Ihre Dynamik und auch ihr Speed haben viele Mannschaften Kopfschmerzen bereitet. Dieses Jahr ist zu der Dynamik und Speed auch noch Erfahrung, durch ein paar „ältere“ Spieler, hinzugekommen. Diese Kombination lässt die Gegner förmlich verzweifeln. In 8 Spielen gelangen, unter der Leitung von Michael Trifellner, den Jungs 8 Siege. Nur ein Spiel haben sie knapp gewonnen, alle anderen Spiele haben die Grünwalder Basketballer deutlich für sich entscheiden können. Sollte diese Leistung beibehalten werden, steht einem erneuten Aufstieg nichts im Wege. Also Jungs, bleibt weiter fokussiert und gebt immer euer Bestes. Haltet zusammen und seid auf und neben dem Platz ein Team, dann kann euch nichts stoppen. Die Abteilung, aber ganz besonders euer Trainer, ist unglaublich stolz auf euch. Weiter so Jungs.



Damen

Die, im letzten Jahr neu formierte Damenmannschaft, unter der Leitung von Ernest Butler und Michael Trifellner, sind voller Elan und Ehrgeiz, auf die anstehenden Spiele. Leider gibt es in Ihrer Liga nur 5 Mannschaften. Dadurch sind die Spiele sehr überschaubar. Bisher konnten sie ihr Können nur einmal unter Beweis stellen. Dieses Spiel wurde deutlich, mit über 20 Punkten, gewonnen. Nach diesem Sieg haben die Damen

„Blut geleckt“ und sie brennen nur so auf die kommenden Spiele. Die Abteilung wünscht euch auf diesem Wege viel Erfolg für die anstehenden Spiele. Eure Trainer sind sehr stolz, wie ihr euch entwickelt habt und zusammengewachsen seid. Bleibt so wie ihr seid und gebt immer euer Bestes.





Ein
strahlendes Lächeln
für Ihr Wohlbefinden

Lassen Sie sich inspirieren in der Zahnarztpraxis Dr. Elena Worthington MSc. für Ästhetik und Implantologie.

Hier können Ihre Zähne die Bissfestigkeit, Funktionalität und Sicherheit durch Implantate und modernsten Zahnersatz aus Keramik wiedererlangen.

Wir gehen auf Ihre individuellen Wünsche ganz besonders ein, um den Zähnen die Stärke und eigene natürliche Schönheit wiederzugeben. Aufhellungen sind durch unser Bleaching – bequem zu Hause oder komfortabel und schmerzfrei in der Praxis möglich.

Auch Veneers und hauchdünne Keramikschalen wie Smiliniers geben Ihren Zähnen Brillanz und formvollendete Stabilität. Sie schützen die Zahnschmelze und zaubern Ihnen ein fröhliches Lächeln auf Ihr Gesicht.

Wir beraten Sie gern.
Ihre Zahnarztpraxis Dr. Elena Worthington MSc.



DR. ELENA WORTHINGTON
Master of Science in Oral Implantology
ZAHNÄRZTIN

www.zahnarzt-gruenwald.de

Tölzer Straße 8 | 82031 Grünwald
Tel. 089-6413254



Einrad – Akrobatik - Jonglage

Ansprechpartner: Wiemann Manfred manfred.wiemann@tsv-gruenwald.de



Einradfahren - eher unbekannt als Sportart, dennoch nicht weniger faszinierend.

Beim Einradfreestyle ist vor allem Balance, Ausdauer und Kreativität gefragt. Das Ziel dieser Sportart ist es, neue Tricks auf dem Einrad (z.B. mit einem Bein fahren, auf dem Reifen laufen etc.) zu erlernen und diese, in auf Musik abgestimmten Choreographien unterzubringen und vorzuführen.

Das Highlight dieses Jahres war die erstmalige Aufführung einer Choreographie anlässlich der Weihnachtsfeier.

Wer Interesse am Einradfahren hat, kann gerne am Donnerstag von 18.00-19.30 Uhr in der Helmi Mühlbauer Halle zu einer Schnupperstunde vorbeischaun.

Wir freuen uns immer über Zuwachs.





Fechten

Ansprechpartner: Brandt Thorsten 0160-90567131 thorsten.brandt@tsv-gruenwald.de



Auch 2017 war wieder ein spannendes Jahr bei den Grünwalder Fechtern. Viel Spaß hatten alle beim Faschingsfechten, das ein kleines Highlight im Februar war. Das intensive Training zahlt sich für alle aus:

Es gab viele Turnierstarts mit jeder Menge Ranglistenpunkten. Vier unserer jungen Fechter qualifizierten sich sogar zur Deutschen Meisterschaft, an der schließlich Florian und Christian, sowie Kilian teilnahmen.

Christian steht mittlerweile unter den Top 30 der Deutschen A-Jugend Rangliste – ein sehr schöner Erfolg.

Obwohl der Schwerpunkt der Abteilung eindeutig bei der Jugend liegt, gibt es auch ältere Semester, die noch sehr aktiv am Fechtleben teilnehmen. Bei der Senioren-EM im Mai belegte einer unserer Fechter Platz 13!

Bei dem wunderbar sonnigen TSV-Sommerfest hatte die Fechtabteilung mit dem Fechtmobil wieder eine tolle Attraktion, und es bildeten sich regelmäßig Schlangen um mit gezielten Stichen möglichst viele Punkte in kurzer Zeit richtig zu treffen. Manch einer traute sich dann auch zum Einzeltraining in die Turnhalle, wo auch Schau-gefechte stattfanden. Auf jeden Fall hat die Fechtabteilung nach dem Sommerfest viel Nachwuchs bekommen. Nachwuchsarbeit ist auch 2017 eine sehr wichtige Säule der Abteilung gewesen. Vier Teilnehmer haben die Turnierreifepfung erfolgreich abgelegt und dürfen nun auch bei Turnieren starten. 2017 stand auch sehr im Zeichen der Ausbildung: Kilian, Christian und Julian haben alle Ihre Kampfrichterlizenzen „D“ erhalten, einer ist sogar Aspirant für die Lizenz „C“. Auch die C-Trainer-Prüfung hat Julian im Dezember erfolgreich bestanden. So ist Julian aus der Jugendarbeit mit den Kleineren nicht mehr wegzudenken, er ist bei Ihnen auch als



Trainer bei Turnieren sehr beliebt und ist erfolgreich in die Fußstapfen seines großen Bruders Florian getreten. Das Fechten in Grünwald bleibt immer abwechslungsreich und tatsächlich haben wir auch nicht selten Gäste aus anderen Vereinen, die mal reinschnuppern und neues lernen wollen. Auch der Spaß kommt bei uns nicht zu kurz und insbesondere auf dem Saisonabschluss auf der Hütte und der Saisonvorbereitungswoche im September hatten Groß und Klein jede Menge Gelegenheit Fechter aus ganz Bayern kennenzulernen.

FORTGESCHRITTENE

Dienstag 18.30 – 20.30 Uhr

Ort: Grünwalder Freizeitpark Spielhalle

ANFÄNGER, JÜNGERE FECHTER

Mittwoch 18.30 – 20.30 Uhr

**FORTGESCHRITTENE, NACHWUCHSFECHTER
(MIT TURNIERREIFEPRÜFUNG)**

Mittwoch 18.00 – 20.30 Uhr

Ort: Turnhalle Grundschule

INDIVIDUALTRAINING, AUFBAUTRAINING LEKTIONEN - NACH ABSPRACHE

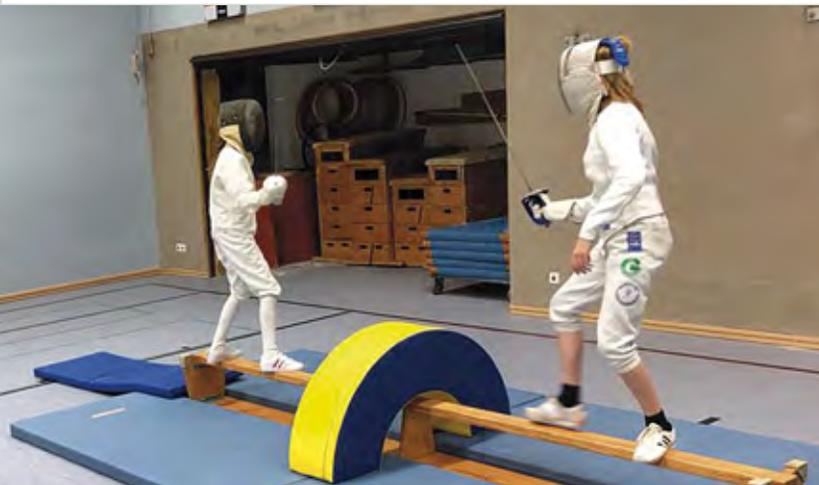
Donnerstag 17.30 – 19.00 Uhr

Ort: Grünwalder Freizeitpark Spielhalle

ANFÄNGER, EINSTEIGER (MINI-WAFFE)

Freitag 15.30 – 17.30 Uhr

Ort: Grünwalder Freizeitpark Spielhalle





Fitness

Ansprechpartner: Hepp Stefanie stefanie.hepp@tsv-gruenwald.de



1983 wurde die Abteilung Aerobic des TSV Grünwald gegründet. Jane Fonda´s Aerobic-Welle hatte nun auch den TSV Grünwald erreicht. Seit Jahrzehnten bietet der TSV klassische Aerobic mit seinen fünf Grundbausteinen Warm up, Ausdauerteil, Cool Down, Muskelaufbautraining und Stretching an. Das stets beliebte Gruppentraining in der Halle mit rhythmischen Bewegungen zu mitreißender Musik werden wir auch in Zukunft unseren Mitgliedern anbieten. In all den Jahren hat sich das Fitnessprogramm Aerobic gehalten, aber auch weiterentwickelt. Fitnessgeräte kamen hinzu, inhaltliche Schwerpunkte wurden entnommen oder ausgebaut, spezielle Musikrichtungen erhielten Priorität. Neue Namensgebungen kannten keine Grenzen und wir werden zukünftig mit Sicherheit kreative Neuschöpfungen kennenlernen.

Vor kurzem ist der TSV Grünwald zur Freude aller mit einer neuen Website online gegangen. Die Abteilung Aerobic hat sich nur namentlich verändert. Aus der Abteilung „Aerobic“ wird nun die Abteilung „Fitness“. Ansprechpartner der verschiedenen Fitness- und Gymnastikrichtungen werden dieselben bleiben.

2017 wurden einige neue Kurse eingeführt, die sich großer Beliebtheit erfreuen. In allen Kursen gibt es aber noch freie Plätze für jedermann. Für unsere männlichen Mitglieder eignen sich besonders unsere Kurse Functional Training, Power-Workout und Aqua-Aerobic. Sie dürfen gerne in alle Kurse hineinschnuppern und unverbindlich ausprobieren, um Ihr persönliches Wohlfühlprogramm herauszufinden. Viel Spaß dabei!

Unsere Fitness-Angebote:

Aqua-Aerobic

Die Stunden finden ganzjährig, mit Ausnahme der Weihnachtsferien, ganzjährig im Schwimmbad des Grünwalder Freizeitparks statt. Im Sommer, abhängig vom Wetter, auch im Außenbecken. Sonderbeitrag 15 Euro pro Monat.

Montag 8.00 – 9.00 Uhr und 19.15 – 20.15 Uhr

Mittwoch 8.00 – 8.45 Uhr und 8.45 – 9.30 Uhr

Freitag 9.00 – 10.00 Uhr



Workout mit Flexi-Bar

Montag 11.00 – 12.00 Uhr
In der Gymnastikhalle der Grundschule

Pilates

Montag 17.30 – 18.30 Uhr
im Aerobic Raum im Freizeitpark

Aerobic

Montag 18.00 – 19.00 Uhr
in der Helmi-Mühlbauer Dreifachhalle



Power-Workout

Montag 20.30 – 21.30 Uhr
in der Helmi-Mühlbauer Dreifachhalle

Functional Training (Neu)

Dienstag 19.00 – 20.00 Uhr
in der Helmi-Mühlbauer Dreifachhalle



Zumba und Fatburner

Mittwoch 18.00 – 19.00 Uhr Zumba

**Mittwoch 19.00 – 19.30 Uhr Fatburner
in der Helmi-Mühlbauer Dreifachhalle**

Zumba

**Donnerstag 19.15 - 20.15 Uhr
im Ballettsaal**

Step Basic und Bodystyling

**Freitag 18.00 – 19.30 Uhr
in der Helmi-Mühlbauer Dreifachhalle**







Fußball

Ansprechpartner: Seidl Paul (089) 6414165 paul.seidl@tsv-gruenwald.de



Dass Fußball offenbar weiterhin Deutschlands liebstes (Sportler-)Kind ist, zeigte sich im abgelaufenen Jahr auf ein Neues beim TSV Grünwald.

Trotz der bekanntlich geringer werdenden Geburtenraten stieg die Anzahl der Aktiven, ausgehend von einem ohnehin bereits erreichten hohen Niveau weiterhin an.

Mittlerweile werden in der Abteilung zumindest der Mitgliederliste nicht weniger als ca. 700 Aktive (davon 550 Jugendliche) geführt.

Maßgeblich für den anhaltenden Run erweist sich neben den vorzüglichen Trainingsbedingungen auch die in unserem Verein breit gefächerte Konzeption, den Fußball, sowohl im Leistungs- als auch im Breitenbereich, von ganz jung (Zwergen-Kindergarten) bis ganz Alt (Senioren C), sowie mittlerweile auch im Bereich der Mädchen anzubieten.

So unterhält die Fußballabteilung aktuell 4 Mannschaften im Herrenbetrieb, 21 Jugend-, 2 Mädchenmannschaften und den Zwergen-Kindergarten mit ca. 80 Kindern, deren Trainings- und Spielbetrieb von insgesamt ca. 50 Funktionären, Übungsleitern, Betreuern, etc. organisiert und geleitet wird.

1. Mannschaft

Nach einer mäßig erfolgreichen Bezirksligasaison 2015/16, in der das Abstiegsgepenst mit 44 Punkten gerade noch so vertrieben werden konnte, hat sich die Fußballabteilung von Trainer Andi Eger getrennt und für die Saison 2016/17 das Gespann Andi Koch und Serdar Candar verpflichtet. Die Saisonvorbereitung begann dann auch am 20.6.2016 mit einigen Neuzugängen, wie Florian Böhm, Markus Dieckmann, Moritz Hochholzner und Tobias Schöglmann, alle vom SV Planegg, Korbinian Gillich vom SC Unterföhring, dazu die Rückkehrer Florian Lerch vom SV Bad Tölz sowie den beiden Amerika-Studenten Luka Coporda und Ivan Bakovic. Leider hat der langjährige Stammspieler Patrick Baum seine Karriere beendet und Robert Rudnik hat den Verein Richtung Neuried verlassen. Die Vorbereitungsspiele bewiesen schon die Handschrift der neuen Trainer und wurden ohne auf die Ergebnisse einzugehen, von der Taktik, dem persönlichen Einsatz der Spieler usw. positiv bestritten. Am Samstag, den 23.7.16 war die Saisonpremiere beim Aufsteiger Oberalting und das Spiel ging zu aller Überraschung mit 0:2 verloren. Danach wurden von 9 Spielen 6 gewonnen und 3 endeten Remis. Spiel Nr. 10 gegen SV Herakles wurde mit 0:2 verloren, aber bis zur Winterpause gaben die Grün-Weißen nur noch 4 Punkte bei 2 Unentschieden ab. In der Tabelle stand man mit 41 Punkten, also 8 Zählern vor dem Tabellenzweiten an der Spitze. Im ersten Spiel am 12.3.2017 konnte beim SV Aubing gleich wieder ein 2:0 Sieg eingefahren werden, was scheinbar innerhalb der Mannschaft zu gewissen überheblichen Neigungen führte,



denn die weiteren Spiele wurden zu sorglos bestritten, was 4 Spiele ohne Sieg bewiesen. Die restlichen 6 Spiele konnten dann wieder erfolgreich mit 3 Siegen und 3 Remis gestaltet werden. Besonders das letzte Unentschieden gegen Anadolu Bayern war ausschlaggebend für den lang ersehnten Aufstieg in die Landesliga Süd-Ost. Der Wiederaufstieg nach zehnjähriger Abstinenz in der Bezirksliga Süd wurde natürlich auch gebührend gefeiert. Es ist nur zu hoffen, daß die Landesliga nach der ersten Saison auch gehalten wer-

den kann. Personell mußte natürlich etwas unternommen werden, da sich Albert Rudnik – der Torschütze vom Dienst – nach Feldmoching verabschiedete und Ramsis Kheder zumindest ein Jahr Pause einlegen wollte.

Auch Benjamin Murga ist zu seinem Stammverein zurückgekehrt. Der sportliche Leiter Michi Vötter hat den Fundus seiner Spielerkontakte geöffnet, um einige Verstärkungen wie Thomas Niggel, Matija Zupanec, Patrick Nothhaft (bereits in

der Winterpause), Maxi Stapf, Moritz Weisbrod, Pierre König, Franz Folda usw. für Grünwald zu gewinnen. Der sportliche Start in der neuen Liga ist relativ gut gelungen mit einem Sieg im 2. Spiel in Rosenheim.

Weiteres dann im Jahresrückblick 2018.

Die Fußballabteilung bedankt sich für die gute Zusammenarbeit und Unterstützung durch den Hauptverein und bei der Gemeinde Grünwald. Herzlichen Dank auch an den Trikotsponsor „Erdwärme Grünwald“.

Nach schwierigen Jahren befindet sich die Mannschaft im Neuaufbau. Für die beginnende Spielserie 2016/2017 entstand aus dem Spielerkreis die Idee, sich selbst zu coachen und sie bestellten 3 Aktive als Trainer. Leider hat die Mannschaft immer wieder mit Ausfällen zu kämpfen, so dass es aktuell nicht nach einem Aufstieg in die Kreisklasse aussieht. Aber Lehrgeld zahlt man gerne, wenn daraus die richtigen Schlüsse gezogen werden und somit der sportliche Erfolg zurückkehrt.



Unser aktuellen Trainingszeiten finden Sie unter:

<http://www.tsv-gruenwald.de/fussball/trainingszeiten.html>



Uns verbindet Energie und Dynamik.

**Erdwärme Grünwald und TSV Grünwald
sind EIN Team. Auf weiterhin starke
Erfolge – auf und neben dem Platz!**

Erdwärme Grünwald GmbH,
Tölzer Straße 19, 82031 Grünwald
Telefon 089 / 620 30 85-0
info@erdwaerme-gruenwald.de



Fußball Jugend

Ansprechpartner: Prosevc Kristijan 0174 3459825 kristijan.prosevc@tsv-gruenwald.de



Mit insgesamt 24 Jugendmannschaften im Spielbetrieb und über 500 aktiven Spielerinnen und Spielern gehört der TSV Grünwald zu den größten Vereinen im Zugspitzkreis. Mehr als 40 engagierte Jugendtrainer kümmern sich sowohl um die Teams des Breitensports als auch um die Leistungsmannschaften. Genau das macht den Charme der Jugendabteilung aus, einerseits können alle Grünwalder Kinder und Jugendlichen, unabhängig von ihrem Talent, dem runden Leder nachjagen, andererseits werden Talente gefördert. Dem ein oder anderen gelingt über den TSV Grünwald der Sprung in die umliegenden Leistungszentren.

Aufgrund des guten Rufs und der idealen Rahmenbedingungen wechseln aber auch zunehmend Talente aus anderen Vereinen in die Leistungsmannschaften des TSV.



Dass man im Leistungsbereich große Fortschritte macht, zeigt die überaus erfolgreiche Saison 2016/17 mit drei Meistertiteln im Großfeldbereich. Die A-Jugend konnte die Kreisliga halten, die B-Jugend wurde Meister und stieg in die Kreisklasse auf, die C-Jugend konnte die Kreisklasse halten und die D-Jugend stieg als souveräner Meister in die Kreisliga auf. Zudem holte sich die U12 in der erstmalig gespielten Jahrgangsliga den Meistertitel. Somit konnte man beim Wechsel vom Kreis München in den Kreis Zugspitze mit allen Mannschaften mindestens in der Kreisklasse an den Start gehen. In der neuen Umgebung verlief die Hinrunde bei den Großfeldteams sehr ordentlich. Die A-Jugend hat nach anfänglichen Schwierigkeiten den Anschluss ans Mittelfeld gefunden. Die B-Jugend behauptet sich im oberen Tabellendrittel. Bei der C-Jugend hat man den jüngeren Jahrgang ins Rennen geschickt, der souverän die Tabelle anführt und bisher alle Spiele gewonnen hat.



Die D-Jugend hatte zwar zahlreiche Verletzungen zu beklagen, behauptet sich aber auch im oberen Drittel der Tabelle. Nicht ganz so positiv ist der Kreiswechsel für die Kleinfeldmannschaften. Gerade die sehr starken Jahrgänge 2007 und 2008 sind in ihren Ligen unterfordert. Hier fehlen die starken Gegner der Stadtvereine. Darüber hinaus könnte der leichte Rückgang der Neuanmeldungen im Kleinfeldbereich an den längeren Fahrten zu den Auswärtsspielen liegen. Besonders

erfolgreich war der Jahrgang 2007, der sich erstmalig in der Vereinsgeschichte, für das Finale der Oberbayerischen Hallenmeisterschaften qualifiziert hat. Dort bezwang man den Nachbarn aus Deisenhofen, aber auch so prominente Mannschaften wie den FC Ingolstadt oder Wacker Burghausen. Am Ende sicherten sich die Grünwalder, angeführt von Trainer Martin Minks, den dritten Platz. Zudem konnten im Winter mehrere Hallenturniere von den Grünwalder Teams gewonnen werden.



Aber auch neben dem Ligabetrieb gab es im abgelaufenen Jahr zahlreiche Veranstaltungen. Ein besonderes Highlight war das Sommerturnier mit 94 teilnehmenden Mannschaften, darunter unter anderen der FC Augsburg, der 1. FC Nürnberg, die SpVgg Greuther Fürth, 1860 München, SpVgg Unterhaching. Die Jahrgänge 2004, 2005 und 2011 konnten trotz starker Konkurrenz ihre Turniere gewinnen. Im Sommer war die Jugendabteilung des griechischen Erstligisten FC PAS GIANNINA zu Gast im Freizeitpark. Die Jahrgänge 2001 bis 2006 vom TSV Grünwald absolvierten Freundschaftsspiele gegen die griechischen Teams. Zudem spielte die B-Jugend und C-Jugend gegen eine Mannschaft des Salzburger Fußball Verbands und gegen die ungarische Auswahlmannschaft von Budakeszi Labdarungo Akademia. Im Winter gab es viele Einladungen zu teilweise äußerst

stark und prominent besetzten Hallenturnieren. Aber auch bei den Heimturnieren in der Willi-Mühlbauer-Halle gastierten namhafte Vereine, wie der 1. FC Nürnberg, 1860 München oder Wacker Innsbruck. Die Jahrgänge 2005, 2008 und 2009 konnten ihre Heimturniere gewinnen. Dass der TSV Grünwald im Jugendfußball eine geschätzte Größe ist, liegt am Engagement der gesamten Jugendabteilung. Hauptverantwortlich für die positive Entwicklung ist Jugendleiter Kristijan Prosevc und der sportliche Leiter Martin Gröbmair. Um die Passangelegenheiten kümmert sich mit großer Zuverlässigkeit Mike Zschäbitz. Ein wichtiger Mann ist Thomas Volz, der als Spielekoordinator mittlerweile unentbehrlich geworden ist. Ein großer Dank geht an die Trainer, die bei Wind und Wetter einen hervorragenden Job machen.



Besonders hervorzuheben ist die erfolgreiche Arbeit im Mädchenbereich. Hauptverantwortlich dafür sind die Trainer Andreas Dalmeier, Manuel und Robert Hoffmann. Sehr professionell werden die Zwerge vom Chef der Fußballschule, Kai Oswald, trainiert. Somit gibt es auch in der Zukunft keine Nachwuchsprobleme.





Erdwärme
Grünwald

Einladung zur Foto-Vernissage

„Die TSV Energie-Botschafter“

am Mittwoch, 6. Juni 2018,
um 19 Uhr, im Rathaus Grünwald
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.
Die Fußballer der ersten Mannschaft
werden auch da sein.

Erdwärme Grünwald GmbH, Tölzer Straße 19, 82031 Grünwald
Telefon 089 / 620 30 85-0, info@erdwaerme-gruenwald.de



Gymnastik

Ansprechpartner: Pemsel Irmgard (089) 6414706 irmgard.pemsel@tsv-gruenwald.de



„Der Weg zur Hölle ist mit guten Vorsätzen gepflastert“, lautet ein bekanntes Sprichwort. Hat eigentlich nichts mit Gymnastik zu tun – aber - es könnte sein, dass sich jemand zu Jahresbeginn vorgenommen hat, mehr für Gesundheit und Fitness zu tun, das heißt, mit Gymnastik zu beginnen. Dann wäre die Frage, hat man es auch verwirklicht, oder wieder einmal verschoben?

Nicht verschoben haben es die Mitglieder unserer Gymnastik Abteilung, die wöchentlich unsere Stunden besuchen – warum?

Weil Gymnastik ein Bewegungsangebot ist, das aktiviert und entspannt, Stress abbaut, die Lebensenergie belebt, Körperbewusstsein fördert, sowie Herz-Kreislauf und Muskulatur trainiert.

Bewegung (auch mit Musik) macht das Gehirn leistungsfähiger, was in jedem Lebensabschnitt Vorteile bringt. Studenten lernen leichter, Berufstätige können besser mit Stress und Herausforderungen umgehen, Senioren bleiben länger körperlich und geistig fit.

Wer sich sportlich betätigt, kann mental abschalten, Stress abbauen und gleichzeitig seine Fitness sowie sein Immunsystem stärken.

Ein Motto lautet: Gymnastik soll nicht nur gesund sein, sondern auch Spaß machen. Regelmäßiges gemeinsames Training strukturiert die Woche und fördert Sozialkontakte, wie es als „Treffpunkt Turnhalle“ beschrieben werden kann. Gymnastik bedeutet, den Körper wahrnehmen und mit allen Sinnen spüren. Ohne funktionierende Körperwahrnehmung sind automatisierte Bewegungsabläufe, wie Gehen oder Radfahren nicht möglich.

Gymnastik kann nicht nur das Risiko von Krankheit vermindern, sondern auch Geist und Gehirn beeinflussen. Gymnastik ist Training für Herz und Kreislauf, fördert Koor-

dination und Beweglichkeit, macht Spaß, ist vielseitig und verletzungsarm.

Frauen und Männer jüngeren, mittleren, aber auch älteren Jahrgangs nehmen das Angebot unserer Gymnastikabteilung wahr.

Wie hat Udo Jürgens gesungen? „Mit 66 Jahren da fängt das Leben an“. So einfach ist es zwar nicht, aber regelmäßiges körperliches Training kompensiert und verlangsamt altersbedingte Leistungseinbußen.

Dazu unsere Angebote:

GYM-FIT

Montag 19.00 – 20.00 Uhr

Ort: Dreifachhalle

alle Altersgruppen – mittlere Anforderung an Ausdauer und Beweglichkeit

ALLERLEI VON KOPF BIS FUSS

Dienstag 9.30 – 10.30 Uhr

Ort: Spielhalle/Freizeitpark

alle Altersgruppen – mit Atemgymnastik, Qigong und Yoga-Elementen

BODY-FIT

Mittwoch 9.30 – 10.30 Uhr

Ort: Spielhalle Freizeitpark

alle Altersgruppen - höhere Anforderung an Kondition und Beweglichkeit

FIT BIS INS HOHE ALTER

Mittwoch 19.00 – 20.00 Uhr

Ort: Spielhalle Freizeitpark

alle Altersgruppen



SANFTE BEWEGUNGSSCHULE

Donnerstag 9.00 – 10.00 Uhr,

Ort: Helmi-Mühlbauer-Halle

60 plus fit in den Tag

FITNESS-GYM

Freitag 9:00 – 10:00 Uhr

Ort: Dreifachhalle

alle Altersgruppen – hohe Anforderung an Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit

SENSOFITNESS

Mittwoch 9:30 – 10:30 Uhr

Ort: Gymnastikraum Freizeitpark

60 plus - sanfte Gymnastik für Körper, Geist und Seele



Hockey

Ansprechpartner: Fitzner Andreas (089) 6414270 andreas.fitzner@tsv-gruenwald.de



Jugend

Nach Abschluss der Hallensaison im Februar 2017, mit einem zufriedenstellenden 2. Platz in der Verbandsliga Süd, starteten die Hockey Herren des TSV Grünwald im März 2017 mit der Vorbereitung für die anstehende Rückrunde auf dem Feld. Nach Abschluss der Hinrunde noch in 2016 fand sich das Team von Trainer Ferdinand Göttlinger in Bayerns höchster Spielklasse nur auf einem ungenügenden vorletzten Platz wieder. Da ein Abstieg drohte musste nun eine Siegesserie gestartet werden. Die Vorbereitungen liefen vielversprechend und gleich zu Beginn der Rückrunde startete die Mannschaft mit einem wichtigen Sieg gegen den Tabellenletzten Marktbreitscheid aus dem Raum Würzburg erfolgreich in die Rückrunde. Danach wurden überraschende Auswärtssiege eingefahren und am Ende der Saison lag die 1. Herren auf einem

sicheren 4. Platz. Diese Euphorie hat sich auch auf die Feldsaison 2017/2018 übertragen. Erstmals überwintert die Mannschaft um Kapitän Andreas Fitzner mit 4 Siegen aus 5 Spielen an der Spitze der Oberliga Bayern. Ein historisches Ergebnis. Noch nie war es der erfahrenen Truppe gelungen sich an der Spitze festzusetzen. Das von der Mannschaft angestrebte Ziel, den Aufstieg in die Regionalliga, wird seither mit großem Engagement verfolgt.

Insgesamt zeigte die Hockey Mannschaft sehr gute Leistungen und hat die Chance sich 2018 als Bayerischen Meister zu küren. Aber jetzt kann man schon sagen, dass es ein gutes Jahr für den Hockeysport des TSV Grünwald war

Gewinner des Turniers war der Hockeysport. Für die Austragung des 3. Isar-Cups im Oktober 2018 gibt es schon zahlreiche Voranmeldungen, wir freuen uns schon wieder auf zwei Wochenenden mit unterhaltsamen und spannenden Spielen der C- und B-Mädchen und -Knaben.

Auch unsere übrigen Kleinfeldmannschaften von Minis bis C spielten wieder eine erfolgreiche Feld- und Hallensaison, konnten zahlreiche Siege erringen und sich in der Oberliga etablieren.

Die weibliche Jugend A kämpfte in der Feldsaison in jedem Spiel hart um ihre Punkte. Mit einer sehr jungen Truppe wollte man in einer starken Oberliga so viel Erfahrungen und

Erfolge wie möglich mitnehmen. Zwar musste man in ein paar wenigen Spielen viel Lehrgeld zahlen, doch gab es auch gegen große Namen einige Erfolge zu verzeichnen. Die Hallensaison stand für die jungen Damen unter der Schlagzeile „genießen“. Denn für Einige waren es die letzten Spiele im Jugendhockey, während der Großteil der Mannschaft noch aus Spielerinnen der jüngeren Altersklasse bestand.

Auch wenn es wie in der Feldsaison Niederlagen gab, kämpften die Mädels um jeden Punkt und schlossen die Saison mit einem guten 5. Platz ab. Insbesondere die Leistungssteigerung im Laufe der Saison lässt sehr positiv nach vorne schauen!



Damen

Nach einer ersten gemeinsamen Saison 2016/2017, in der sich die neugegründete Damenmannschaft am Ende auf Platz 3 wiederfand, stehen die Zeichen für die neue Spielzeit auf Aufstieg. Nach der Vorrunde verläuft auch alles nach Plan und wir können als Tabellenführer in die Rückrunde ab April 2018 starten. Die Damen sind jedenfalls zuversichtlich. Denkbar knapp sind sie aber in der Hallensaison an ihrem Ziel „Aufstieg“ gescheitert. Es fehlte bei Punktgleichheit lediglich 1 Tor zu Platz 1 gegen den Konkurrenten vom ESV. Das war sehr bitter, gibt aber neuen Ansporn für die kommende Hallensaison.

Herren

2017 mit der Vorbereitung für die anstehende Rückrunde auf dem Feld. Nach Abschluss der Hinrunde noch in 2016 fand sich das Team von Trainer Ferdinand Göttlinger in Bayerns höchster Spielklasse nur auf einem ungenügenden vorletzten Platz wieder. Da ein Abstieg drohte musste nun eine Siegesserie gestartet werden. Die Vorbereitungen liefen vielversprechend und gleich zu Beginn der Rückrunde startete die Mannschaft mit einem wichtigen Sieg gegen den Tabellenletzten Marktbreitscheid aus dem Raum Würzburg erfolgreich in die Rückrunde. Danach wurden überraschende Auswärtssiege eingefahren und am Ende der Saison lag die

1. Herren auf einem sicheren 4. Platz. Diese Euphorie hat sich auch auf die Feldsaison 2017/2018 übertragen. Erstmals überwintert die Mannschaft um Kapitän Andreas Fitzner mit 4 Siegen aus 5 Spielen an der Spitze der Oberliga Bayern. Ein historisches Ergebnis. Noch nie war es der erfahrenen Truppe gelungen sich an der Spitze festzusetzen. Das von der Mannschaft angestrebte Ziel, den Aufstieg in die Regionalliga, wird seither mit großem Engagement verfolgt.





Insgesamt zeigte die Hockey Mannschaft sehr gute Leistungen und hat die Chance sich 2018 als Bayerischen Meister zu küren. Aber jetzt kann man schon sagen, dass es ein gutes Jahr für den Hockeysport des TSV Grünwald war.



Judo

Ansprechpartner: Bühl Anton (089) 74004944 anton.buehl@tsv-gruenwald.de



Judo – der sanfte Weg – kommt aus Japan und ist heute ein moderner Wettkampfsport. Zu den Techniken gehören Würfe, Haltegriffe, Armhebel und später Würgegriffe. Dank der richtigen Falltechnik, die jeder Judoka als Erstes erlernt, wird Judo zu einer sicheren Sportart für jeden Teilnehmer. Fairness, respektvoller Umgang und verletzungsfreies Kämpfen sind wichtige Elemente des Judo.

Judo fordert den gesamten Körper – Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination. Die Judoka werden dabei mit Spaß und Spiel an den Sport und seine Techniken herangeführt. Das schult auch soziale Fähigkeiten – der faire und respektvolle Umgang mit dem Partner und auch mit der gesamten Trainingsgruppe ist für jeden guten Judoka eine Selbstverständlichkeit.

Judokas beginnen mit dem weißen Gürtel. Der nächsthöhere Grad ist „weiß-gelb“ und von da an geht es weiter bis zum höchsten Schülergrad „braun“ und den schwarzen Gürteln – den Meistergraden. In unseren Trainings erlernen und üben die Kinder neue Techniken, die ein Mal im Jahr bei einer Gürtelprüfung präsentiert werden, um die nächsthöhere Gürtelfarbe zu erwerben

Unsere erfahrenen Judo Trainer freuen sich auf dich. Komm einfach zu einem Schnuppertraining vorbei.



Leben ist Veränderung

Die professionelle Vermittlung Ihrer Immobilie unabhängig von Größe und Preis ist unsere Leidenschaft.

Wir beraten Sie gerne und erstellen Ihnen eine unverbindliche Einwertung.

Persönliche Betreuung ist unsere Philosophie, daher stehen wir Ihnen beim Kauf, Verkauf sowie An- und Vermietung einer Immobilie jederzeit zur Verfügung und freuen uns auf Ihren Anruf.



Schloßstraße 19 · 82031 Grünwald · Tel. +49 (0) 89 6420 9495
Handy +49 172 866 00 97 · jebens@jebens-immobilien.de
www.jebens-immobilien.de

Diplom-Kaufmann Univ.
Ferdinand Bauer
Steuerberater

Breitensteinstraße 12
82031 Grünwald

Telefon: (89) 6417808
Telefax: (89) 64181190

Ferdinand.Bauer@Steuerberater-Gruenwald.de

www.steuerberater-gruenwald.de



Ju-Jutsu

Ansprechpartner: Monn Alex 0172 8642499 alex.monn@tsv-gruenwald.de



Was ist Ju-Jutsu?

Ju-Jutsu ist eine der vielseitigsten Sportarten und beinhaltet harmonische Körperentwicklung.

Zu Beginn wärmen wir uns spielerisch auf. Ein mehr oder weniger ausgeprägter Kraftzirkel bereitet uns auf das Training vor.

Es folgt die auch für Alltagssituationen extrem wichtige Fallschule!

Im Hauptteil gehen wir flexibel auf die Teilnehmer ein: Ob knallharte „Straßen-Selbstverteidigung“, verspielte Hebeltechniken, Würfe, Waffenabwehr, Boden- bzw. Stockkampf, Prüfungsvorbereitung, Sportabzeichen, etc... bei uns findet jeder was!

Aktivitäten außerhalb der Matte:

Aber nicht nur der sportliche Aspekt zählt bei uns:

Nach dem Training trifft sich der harte Kern zum gemütlichen After-Training. Hier wird natürlich nur fachgesimpelt! ;-)

Wir freuen uns auf ein Probetraining mit Euch!
Einfach vorbeikommen, „probiert's es, dann gespürt's es!“

ABTEILUNGSPROGRAMM:

**Jeden Dienstag von 18.00 – 20.00 Uhr
Ju-Jutsu für alle ab 14 Jahren
(Anfänger und Fortgeschrittene)**

Ort: In der Gymnastikhalle Dr.-Max-Straße

Wir sind eine kleine aber feine Truppe; derzeit sind ca. 10 -15 Teilnehmer regelmäßig auf der Matte. Die Altersstruktur ist sehr bunt; von 14 bis 50 Jahren



ENDLICH DAHOAM. ATTRAKTIVE FAMILIENHÄUSER

BAUBEGINN ERFOLGT: Drei Reihenhäuser // bereits ein Haus verkauft // solide Ziegelbauweise // 4 bis 5 Zimmer // Eichenparkett und Fußbodenheizung // moderne Bäder // Balkone, Wintergärten und eigene Süd-Gärten // große Hobbyräume // Luftwärmepumpe (Aufrüstung Photovoltaik und Batteriespeicher möglich) // Einzelgarage und Stellplatz // provisionsfrei für den Käufer. **Sie wollen in Hohenschäftlarn leben – rufen Sie uns an: ☎ 08171 4299-90**

EIN PROJEKT DER

PAULUS
IMMOBILIENGRUPPE

BAUHERR

Präzisa
Bauträger und
Generalübernehmer GmbH

EXKLUSIV-VERTRIEB


SCHNEIDER & PRELL
Immobilienrehand AG

Bahnhofstraße 26, Wolfratshausen
info@schneider-prell.de
www.schneider-prell.de





Karate

Ansprechpartner: Obermaier Maximilian (089) 18922655 maxi.obermaier@tsv.gruenwald.de
www.karate-gruenwald.de



„Denke nicht ans Gewinnen, doch denke darüber nach, wie du nicht verlierst.“ Gichin Funakoshi (1868 – 1957),
Verbreiter des modernen Karate Do

Die Karateabteilung umfasst mittlerweile über 130 Mitglieder, die sich wöchentlich zum Training treffen. Dabei ist Karate für uns kein Wettkampfsport, sondern Kampfkunst und Selbstverteidigung.

Anfang Februar ging nach 13 Einheiten unser Einsteigerkurs zu Ende. Insgesamt 20 Teilnehmer haben sich zu Weitermachen entschieden.

Darüber hinaus fanden im Februar, Juni und Oktober Kyuprüfungen statt, 76 Karateka haben eine neue Graduierung erhalten. Besonders erwähnenswert ist die erfolgreiche Prüfung von Anne Cory zum 2. Dan im Juni beim Pfingstlager in Hermsdorf/Thüringen.

Auch unsere Karatelehrer bildeten sich weiter. Im Juni haben Peter Henkel (3. Dan) und Stephan Kuntscher (1. Dan) erfolgreich ihre C-Trainerausbildung im BKB/BLSV abgeschlossen. Im Oktober erteilte der BKB Christian Killer (1. Dan) und Stephan Kuntscher (1. Dan) die C-Prüferlizenz für Prüfungen bis 4. Kyu auf Landesebene.

Ein Highlight war der Auftritt beim Sommerfest zum 90-jährigen Jubiläum des TSV Grünwald. Hier konnten wir vor tollem Publikum unser Können zeigen.

Auch dieses Jahr ging es Ende Juli zum Zeltlager nach Oettingen. Neben Karatetraining standen auch eine Fackelwanderung, Lagerfeuer und der Besuch im Freibad auf dem Programm.

Ende Juli traten die Kindern zum Karate Sportabzeichen „Kleiner Samurai“ an, hier geht es um karatespezifische Fitness. Im Anschluss daran wurde der Grill angeheizt und bis spät in die Nacht zusammen gefeiert.

TRAINING

Bei uns stehen Kampfkunst, Breitensport und Gesunderhaltung im Vordergrund. Unser Training fördert die mentale Konzentration und erhöht die Ausdauer. Der Muskel- und Bewegungsapparat wird gestärkt, die Beweglichkeit verbessert, Haltungsschäden verringert. Grundlage ist das Training der überlieferten Techniken und Formen, von denen wir uns durch Partnertraining und komplexe Bewegungsabläufe individuell weiterentwickeln.

Wir trainieren ganzjährig in der Schulturnhalle.

KINDER- UND JUGENDTRAINING

Die Kinder werden in Bonsai und Kids unterteilt, am Dienstag trainieren beide gemeinsam. Spaß, Koordination, Motorik und Kooperation mit dem Partner stehen im Vordergrund. Das Training entfällt an schulfreien Tagen.

Dienstag 17:30-19:00 Uhr
Bonsai und Kids, 7-14 Jahre

Donnerstag 17:00-18:00 Uhr
Bonsai, 7-10 Jahre

Donnerstag 18:00-19:00 Uhr
Kids, 10-14 Jahre



JUGENDLICHE UND ERWACHSENE

Die Schwerpunkte sind Koordination, Konzentration und Beweglichkeit. Später kommen zunehmend komplexe Formen des Partnertrainings und der Selbstverteidigung hinzu. Häufig wird das Training in Gruppen mit unterschiedlichem Niveau unterteilt.

Dienstag, Donnerstag 19:00-20:30
Jugendliche ab 14 Jahre und Erwachsene

ZUSATZANGEBOTE, SPEZIALTRAINING UND FREIES TRAINING

Im Spezialtraining werden wechselnde Themen vertieft, die Wirkung der Vitalpunkte betrachten wir im Kyusho Jitsu.

Dienstag und Donnerstag 20:30-21:30 Uhr
Spezialtraining, im Wechsel mit Kyusho Jitsu

Donnerstag 20:30-21:30 Uhr
freies Training, parallel zu Bo Jitsu

Freitag 19:00-21:10 Uhr
freies Training in der Judohalle

KURSE

Im Schnuppertraining kann man eine typische Karateinheit miterleben. Die 13 Einheiten des Einsteigerkurses führen in die Grundlagen des Karate ein um die Teilnahme am Unterstufentraining zu ermöglichen. Der Selbstverteidigungskurs zeigt effektive Möglichkeiten, sich bei Gefahr im Alltag zu wehren.

Alle Infos und Termine auch auf unserer Webseite.



Koronar

Ansprechpartner: Kahle Klaus (089) 64919550 klaus.kahle@tsv-gruenwald.de



In der schon seit vielen Jahren bestehenden Koronarsport Abteilung des TSV Grünwald kommen Damen und Herren aus dem Münchener Süden zusammen, um sich nach überstandener Herz- Kreislaufkrankheit der verschiedensten Ausprägung, im Anschluss an eine Reha weiterhin fit zu halten.

Zielsetzung der Herzsportgruppe ist es, durch wohl dosierte, dem individuellen Leistungsprofil angepasste Bewegungstherapie die Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit zu steigern bzw. zu erhalten.

Das Training ist besonders gut in einer Gruppe umsetzbar. So können wir auch unsere Erfahrungen mit der überstandenen Erkrankung austauschen und uns gegenseitig motivieren.

Voraussetzung für das Trainingsprogramm ist die vorausgehende Untersuchung durch einen Kardiologen.

Vor und während der Übungsstunden wird eine Blutdruck / Puls Kontrolle gemacht. Die immer anwesende, mit einem wohlsortierten Medikamentenkoffer ausgestattete, Ärztin Selma hat von allen Teilnehmern die detaillierten medizinischen Befunde und kann auch bei Problemen jederzeit eingreifen

Unsere Sportlehrerinnen Renate und Ruth nehmen regelmäßig an speziellen Weiterbildungsseminaren teil und überraschen uns jede Woche mit neuen, teils sehr lustigen Übungen. Wir lachen gern und viel zusammen. So sind alle, von jung (ca.50 Jahre) bis älter (der älteste ist 84) immer mit vollem Elan und viel Spaß bei der Sache.

Training am Defibrillator und Kurse zur Erkennung sowie erster Hilfe bei Infarkt und Schlaganfall haben die Sportstunden sinnvoll ergänzt.

Der persönliche Austausch findet bei uns auch bei einem regelmäßigen Bierchen nach dem Sport oder bei Wanderungen im Voralpenland statt. Gemeinsame Feste wie das traditionelle Fischessen, die gemütliche Weihnachtsfeier oder andere Aktivitäten stärken ebenfalls das Gruppengefühl.

Wir treffen uns (außer in den Schulferienzeiten) jeden Mittwoch um 17.30 Uhr in der großen Sporthalle neben dem Schwimmbad.

Wenn man sich nicht sicher ist, ob die Übungen geeignet sind, kann man auch gern eine „Schnupperstunde“ bei uns machen...die meisten haben sich danach angemeldet... Auch wenn wir wohl die „Oldies“ im Verein sind...bei uns ist immer etwas los.



© Claus Schünk

Gemeindebibliothek Grünwald

Südliche Münchner Str. 7, 82031 Grünwald

Tel.: (089) 641 24 70, Fax: (089) 641 08 17

E-Mail: info@bibliothek-gruenwald.de

www.bibliothek-gruenwald.de

ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag:	10:00 – 13:00
	14:00 – 18:30
Dienstag:	10:00 – 13:00
	14:00 – 18:30
Mittwoch:	10:00 – 13:00
Donnerstag:	10:00 – 13:00
	14:00 – 18:30
Freitag:	10:00 – 13:00
	14:00 – 18:30





Leichtathletik für Kinder

Ansprechpartner: Kleiser Ruth (089) 64911029 ruth.kleiser@tsv-gruenwald.de



Unsere Gruppe von 15 – 20 Leichtathleten trainiert im Sommer jeden Dienstag und Donnerstag von 18:00 bis 19:30 Uhr auf dem Sportplatz des Gymnasiums Grünwald verschiedene leichtathletische Disziplinen. Im Winter trainieren wir in der Helmi Mühlbauer Halle die Grundlagen der Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. An erster Stelle stehen bei uns der Spaß und die Gemeinschaft, wir sind ein richtig lustiger „Haufen“.

Kommt einfach vorbei und macht mit!



SPORTABZEICHEN 2017

Gemeinsam können Menschen mit und ohne Behinderung Sport treiben und verschiedene Sportarten ausprobieren. Und das alles kostenlos. Das Deutsche Sportabzeichen wird für vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen. Die Anforderungen sind so ausgelegt, dass sie eine überdurchschnittliche Fitness dokumentieren.

In den Monaten Juni, Juli, September fanden 14-tägig (es waren 8 Termine) die Sportabzeichentermine statt. Vom walken, laufen, springen, werfen, Radfahren bis Turnen und Schwimmen wurde die Vielseitigkeit geübt und eingefordert.

Alle Teilnehmer kamen nicht unvorbereitet. Und es zeigt sich immer wieder, daß frühere Sportler und Leistungssportler auch im höheren Alter etwas behalten haben von ihrer damaligen Form und Fitness und zufrieden sind mit dem Erreichten. Die 13 Teilnehmer, darunter auch eine Familie, konnten dann bei einer vorweihnachtlichen Feier ihre Urkunden und Abzeichen entgegennehmen. Und jeder verabschiedete sich, „bis zum nächsten Mal“.

Das Training auf dem Sportplatz des Gymnasiums findet am Donnerstag ab 18.30 Uhr statt. Die Schwimmstrecken werden im Schwimmbad des Freizeitparks abgenommen. Der Termin wird beim Training mitgeteilt.

Die Termine in diesem Jahr sind :

Do. 07. 06. und 21. 06.

Do. 05. 07. und 19. 07.

Do. 13. 09. und 27. 09.

auf dem **Sportplatz des Gymnasiums** um **18.30 Uhr**.





Nordic Walking

Ansprechpartner: Bartel Rosemarie (089) 6411507 rosemarie.bartel@tsv-gruenwald.de



Abb. 1: Nordic Walking im Grünwalder Forst / Wadendehnung



Abb. 2: Jahresausflug zum Tegernsee

Nordic Walking findet als attraktives Sport- und Freizeitangebot großes Interesse.

Es ist ein sanfter Gesundheitssport, ca. 90% der gesamten Muskulatur wird trainiert, das Herz-Kreislauf-System wird gestärkt, der Bewegungsapparat entlastet.

Es kommt zur Ausschüttung sogenannter Glückshormone bei Bewegung in freier Natur, bei frischer Luft. Nach Beendung des Trainings stellt sich ein gutes Gefühl ein, man freut sich auf die nächste Stunde und bekommt ein steigendes Selbstvertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit.

Jeder kann diese ideale Ausdauersportart das ganze Jahr über betreiben.

Ein Rundumglückspaket!

Es finden zwei Kurse einmal wöchentlich statt.

Termine: Dienstag - Schnelles Tempo
Freitag - Gemäßigtes Tempo

Zeit: 9.00 Uhr - 10.15 Uhr

Treffpunkt: Dienstag: kleiner Parkplatz nach dem Wertstoffhof / Tölzer Straße
Freitag: Parkplatz Wertstoffhof / Tölzer Straße

Kursgebühr: 10er Karte für EUR 30,- bei der Kursleiterin erhältlich.



Miteinander ist einfach

Franz Holzinger und Ingolf Junietz (FT Starnberg 09 e.V.), Martin Morczinietz (EHC Klostersee e.V.), Peter Waßmann (Vorstand), Amalia Dasch (SV Lohhof e.V.), Julian Schmeißl (Schützengesellschaft „Frohsinn“ 1884 Höhenkirchen e.V.), Nina Walderbach (Wintersportverein Glonn e.V.) und Felix Remuta (TSV Unterhaching 1910 e.V.) © Fotograf Stefan Heigl



www.kskmse.de

Wir fördern Sport.

Die Kreissparkasse ist seit jeher fest mit ihrer Region und deren Menschen verbunden. Mit Spenden, Sponsoring und unseren Stiftungen unterstützen wir zahlreiche Vereine und Institutionen in den Landkreisen München, Starnberg und Ebersberg.

 Kreissparkasse

Abenteuerurlaub für Ihre kleinen grauen Zellen

Von A wie Aquarell bis W wie Weinkunde bieten wir vieles.

Schauen Sie doch mal bei uns vorbei, wir informieren Sie gerne über unser Angebot.

Anmeldung

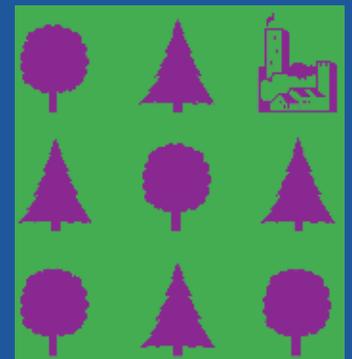
persönlich, telefonisch
schriftlich oder online möglich

Münchner Volkshochschule Programm Grünwald

Bürgerhaus Römerschanz
Dr.-Max-Str. 1
82031 Grünwald

Auskunft/Beratung

Telefon (089) 6 41 11 82
E-Mail: gruenwald@mvhs.de
Online: www.mvhs.de



 Münchner
Volkshochschule



Qi Gong

Ansprechpartner: Schratzenstaller Sabine (089) 6414270 info@tsv-gruenwald.de



Qi Gong - Meditation in Bewegung

Nach der TCM unterliegt alles den 5 Wandlungsphasen, welche sich in jedem Bereich unseres Lebens widerspiegeln. Auch im QiGong gibt es hierzu Übungen in Harmonie, bekannt als die 5 Elemente Wasser, Holz, Feuer, Erde und Metall. Sie beeinflussen auch unsere Organe. Somit lässt sich mit bestimmten Übungen auch gezielt die Energie eines Organes ausgleichen, die Aufmerksamkeit nach innen richten, den eigenen Körper wieder bewusst wahrnehmen, Stress durch Entschleunigung loslassen, Selbstheilungskräfte aktivieren und so die eigene Gesundheit ein Stück selber in die Hand nehmen.

Dies alles üben wir gemeinsam im TSV Grünwald jeden Montag Vormittag, bei schönem Wetter zieht es uns raus in den Freizeitpark.

Gerne könnt ihr zu einer Probestunde vorbeikommen.

Termin:

Montag 9:45-10:45
Ballettsaal / Grundschule





DÄRR ■ HARDER

RECHTSANWÄLTE

Ihre Anwälte im Münchner Süden

www.advocando.de

Candidplatz 13 · 81543 München

T 089-614 69 60

F 089-614 69 666

mail@advocando.de





Rückengymnastik

Ansprechpartner: Kessler Katharina (089) 6412385 katharina.kessler@tsv-gruenwald.de



Rückenschmerzen sind eine Volkskrankheit und gehören zu den häufigsten körperlichen Beschwerden. Bewegungsmangel, Fehlbelastungen oder einseitige Belastung und eine schwache Muskulatur führen zu Verspannungen und Rückenbeschwerden.

Mit gezielten regelmäßigen Übungen zur Kräftigung der Rücken-, Rumpf- und Bauchmuskulatur können Sie für mehr Beweglichkeit und eine bessere Haltung sorgen und somit Verspannungsschmerzen verringern oder verhindern. Angeleitet durch eine unserer fünf Physiotherapeutinnen lernen Sie diverse Übungen, die Sie auch gut zu Hause anwenden können.

- Allgemeine Kräftigungsübungen mit verschiedenen Geräten (Flexibar, Pezziball, Hanteln, etc.)
- Beweglichkeitstraining
- Mobilisierung der Wirbelsäule
- Koordinations- und Balanceübungen
- Entspannungsübungen
- Dehnungsübungen

sind die wesentlichen Bestandteile unserer Übungsstunden. Kommen Sie gerne einmal zum Schnuppern und Beraten in eine unserer Stunden.

Montag: 09.00 - 10.00 Uhr
10.00 - 11.00 Uhr
19.00 - 20.00 Uhr
Ort: Gymnastikraum Grundschule

Mittwoch: 09.00 - 10.00 Uhr
10.00 - 11.00 Uhr
Ort: Gymnastikraum Grundschule

Mittwoch: 18.00 - 19.00 Uhr
Ort: Konditionsraum Freizeitpark

Kosten: Zum regulären Hauptvereinsbeitrag werden 8,-€ bzw. 11,-€ (Doppelstunde) Spartenbeitrag erhoben.



Grünwald

Senioren TAGESRESIDENZ

- Eigener Fahrdienst
- Musik und Bewegung
- Gemeinschaftliche Mahlzeiten
- Erbringung sämtlicher Pflegeleistungen



Ambulanter PFLEGEDIENST

- Grundpflege
- Hauswirtschaftliche Hilfe
- Behandlungspflege
- Professionelle Pflegeberatung

24 h
Rufbereitschaft
0171 4879080

Tölzer Str. 1a | 82031 Grünwald | Tel.: 089 6495554-0 | www.senioren-tagesresidenz.de



Schwimmen

Ansprechpartner: Harrer Joachim (089) 6414270 info@tsv-gruenwald.de



Die Schwimmabteilung freut sich über weiter steigende Mitgliederzahlen. Aktuell sind es rund 210 Schwimmerinnen und Schwimmer.

Seit zwei Jahren bewährt sich der Schnupperkurs für die Anfängerkinder, so kann die große Zahl bei den jüngsten Jahrgängen gestemmt werden und schnell wird klar, ob ein Kind bei diesem Sport bleiben möchte und Spaß daran hat. Die Anmeldung erfolgt nach wie vor über die Geschäftsstelle, da hier zentral die Warteliste und die nachfolgenden Einladungen zum Schnupperkurs von Nikolai Dlugi (Geschäftsstellenleiter) koordiniert werden. Erwachsene und Jugendliche können ohne Schnupperkurs direkt mit dem Training starten!

Unsere langjährigen und erfahrenen TrainerInnen leisten einen tollen, motivierten und ambitionierten Beitrag. Allein das hohe Interesse an unserer Abteilung ist schon ein Beleg dafür, dass die Stunden im Becken gut ankommen und wohl auch eifrig im Freundeskreis „geworben“ wird. Es gab zudem auch einige Neuanschaffungen (Hilfsmittel/ Trainingsaccessoires, wie Paddels, Fins u.ä.), hier sind wir immer bemüht Flossen in allen Größen, Bretter und alles was ein Training abwechslungsreicher werden lässt vorrätig zu haben.

Unser Sport eignet sich für alle Altersklassen wunderbar, um sich fit zu halten und sich richtig auszupeinern.

Schwimmen ist gesund!

E I N L A D U N G

Kamingespräche Heizung & Wasser

K O S T E N L O S



Treffen Sie den Firmeninhaber Georg Waldhauser in kleiner gemütlicher Runde. Wir freuen uns auf Sie!

Welche Heizung passt zu mir?

Verschaffen Sie sich Hintergrundwissen für eine gute Entscheidung, welche Heizung für die nächsten 20 Jahre bei Ihnen Sinn macht. Inklusive Kostenüberblick und staatlicher Fördergelder.

Wie werde ich Kalk und Rost los?

Kalkhaltiges und rostiges Wasser hat Auswirkungen auf die Technik und auch auf uns Menschen. Erfahren Sie die für Sie passende Lösung.

Anmeldung

unter waldhauser.com/kamingespraechе

Wasser. Wärme. Wohlbefinden. Für Sie. Von Waldhauser.

Waldhauser

Heizung & Wasser



Tai Chi Chuan

Ansprechpartner: Westermeier Hans (089) 6411900 info@taichi-gruenwald.de
www.taichi-gruenwald.de



Im Sommer nutzen wir natürlich die schönen Freitagabende, um unser Training draußen zu genießen.



Neben unseren seit vielen Jahren praktizierten Tai Chi-Übungen, der Kurzform des integralen Yang-Stils nach Andreas W Friedrich sowie den ersten beiden Teilen der „klassischen“ Yang-Stil Langform, haben wir in 2017 eine neue Übungsreihe eingeführt: die „Acht Brokate“ (chin. „Ba Duan Jin“).

Hans Westermeier hat Ba Duan Jin, einer der bekanntesten und ältesten Qi Gong-Formen Chinas, am Tai Chi Institut München erlernt und lädt alle Unterrichtsteilnehmer regelmäßig ein, an seinen Erfahrungen zu partizipieren.

Die Acht Brokate eignen sich gleichsam für Einsteiger und Fortgeschrittene – ihre „Alltagstauglichkeit“ gibt jedem die Möglichkeit, seine Kenntnisse entweder zu erweitern oder einen ersten Eindruck von der kräftigenden und gleichzeitig ausgleichenden Wirkung des Qi Gong zu bekommen. Wie der Name schon sagt, besteht die Übungsreihe aus acht einzelnen Übungen, die man auch jede für sich erlernen und ausführen kann.

Zusammengenommen stellen sie eine äußerst wertvolle Methode dar, sich in einen inneren Ruhezustand zu versetzen und gleichzeitig aufmerksamer zu werden. Das „wertvolle“ steckt bereits im Namen „Brokate“. In China galt der gemusterte Seidenstoff als kostbar, die Herstellung war aufwendig. Durch die Namensgebung wollte man auf das Besondere dieser Qi Gong-Übungen hinweisen.

Im Gegensatz zu den Tai Chi-Formen besteht jede Übung aus einem kurzen, überschaubaren Bewegungsablauf, den unsere Teilnehmer nach nur wenigen Stunden verinnerlicht haben. Wir laden alle Interessierten ein, Ba Duan Jin bei einem Probetraining kennenzulernen.

Wer Gefallen an unserem Qi Gong- und Tai Chi-Unterricht findet, ist in unserer Gruppe jeden Freitag von 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr im Ballettsaal der Grundschule (Dachgeschoss) herzlich willkommen.

Mehr Infos unter: taichi-gruenwald.de



**Jetzt registrieren
und einen 5 Euro
Amazon-Gutschein
kassieren!**

GANZ MEINE BANK. SMART.

Von Handy zu Handy Geld senden,
Kosten unter Freunden aufteilen,
Rechnungen bezahlen oder Geld für den
nächsten gemeinsamen Urlaub sammeln:
**Jetzt kostenlos die BAY Lendstar-App
laden und Willkommensgutschein
sichern. www.zurBank.de/BayLendstar**



Tanz (Jazzdance)

Ansprechpartner: Blum Isabella (0173) 3704743 isabella.blum@tsv-gruenwald.de



Jazz Dance auf hohem Niveau wird im TSV Grünwald seit 16 Jahren unter der Leitung von Isabella Blum (Dipl. Bühnentänzerin, Tanzpädagogin und Choreographin) angeboten. Isabella ist in München als Dozentin der Ausbildungsklassen für Jazz an der renommierten Iwanson International tätig und arbeitet als Choreographin für Theater und Film. Zahlreiche Engagements in modernen Companys und Musicals prägen die künstlerische Handschrift von Isabella ebenso wie regelmäßige Aufenthalte in den USA. Trainingsfortbildungen in Los Angeles und New York City inspirieren ihren Unterricht.

Die Jazzsparte bietet Jazztanz-Unterricht für alle Alterstufen an!

Für alle, die Musik lieben und gerne tanzen, ist es der ideale Ausgleich zum Schul- und Arbeitsalltag. Hinter dem Spaß am Tanzen steht die klare pädagogische Linie, die Kinder und Jugendlichen ebenso wie die Erwachsenen in ihrer Bewegungsqualität zu fördern.

Der Stundenaufbau besteht aus einem intensiven technischen Warm up, gefolgt von Technik Diagonalen und einer energiegeladenen Choreographie. Das Ziel ist mehr Körperspannung, Muskelaufbau, Flexibilität sowie verbesserte Tanztechnik und erhöhtes Selbstbewusstsein.





Das Highlight 2017 war definitiv die grandiose Vorstellung „AND DANCE!“#3 im Bürgersaal Römerschanz! Die jahrelange künstlerische Erfahrung von Isabella sorgt bei den Shows für hochunterhaltsame und professionelle Abende mit Live Musik , abwechslungsreichem Programm und Choreographie Einlagen Ihrer eigenen Company ChAosCreW.



JAZZDANCE STUNDENPLAN

MONTAG

17.30-18.30 Uhr
Teeny Jazz
Level 1
11-14 Jahre

18.30-19.30 Uhr
Jazz Funk Jugendliche
Level 3
14-20 Jahre

19.30-21.00 Uhr
Jazz Advanced
Erwachsene

MITTWOCH

16.00-17.00 Uhr
Jazz Kids
9-12 Jahre

17.00-18.00 Uhr
Teeny Jazz
Level 2
12-16 Jahre

18.00-19.00 Uhr
Contemporary Jazz
Level 3
13-17 JAHRE

19.00-20.15 Uhr
Jazz Intermediate
Erwachsene

Alle Stunden finden im Ballettsaal der Grundschule Grünwald statt.

Dozentin Montags : Isabella Blum
Dozentin Mittwochs: Sara Grüber

SONDERBEITRÄGE (Stand 1/2018)

Tanz 1Std. 16€ / Tanz 1,5Std. 21€ / Tanz 1+1Std. 27€ /
Tanz 1+1,5Std. 33,50€ / Tanz 1,5+1,5Std. 33,50€ / Tanz
1+1+1Std. 36€ / Tanz 1,5+1,5+1,5Std. 36€





Die beste Adresse für beste Adressen!

Engel & Völkers München GmbH
Lizenzpartner der Engel & Völkers Residential GmbH
Südliche Münchner Straße 6a · 82031 Grünwald · Tel. +49-(0)89-649 88 60
MuenchnerSueden@engelvoelkers.com · www.engelvoelkers.com/muenchen

Der Immobilienmakler mit dem internationalen Netzwerk.



ENGEL & VÖLKERS



Therapeutische Gymnastik

Ansprechpartner: Mayer Marianne (089) 6893391
Simmer Helmut (089) 6411491 helmut.simmer@tsv-gruenwald.de



Ziel dieser therapeutischen Gymnastik, so erklärt uns die Gymnastiklehrerin Marianne Mayer, sei eine verbesserte Beweglichkeit und größere Sicherheit im Alltag, ganz besonders dann, wenn man selbst spürt, dass die tägliche Bewegung zunehmend Beschwerden verursacht und Kraft und Ausdauer nachlassen. Dann sei es höchste Zeit, die Muskulatur zu trainieren, Gleichgewichtsübungen zu forcieren und Osteoporoseprozesse zu bremsen. Ohne entsprechende Bewegungsschulung würde eine sonst häufige dauerhafte Schonhaltung den Alterungsvorgang noch beschleunigen.

Donnerstag: 9.30 - 10.30 Uhr
Ort: Gymnastikhalle Grundschule





Gasthof zum Wildpark, das Haus mit gepflegter Gastlichkeit, eigener Metzgerei, Bayerns erstem Wohlfühl-Biergarten mit Fußbodenheizung und gut ausgestattetem Kinderspielplatz für die Kleinen.

82064 Straßlach · Tölzer Straße 2 · Tel.: (8170) 99620

gasthof-zu-wildpark@roiderer.de

Metzgerei Tel.: (8170) 9962-16 · Fax (8170) 9962-20

www.roiderer.de

Bereits mehrfach ausgezeichnet als eines der besten Wirtshäuser in Bayern



Peter Kampli GmbH

Schreibwaren · Bürobedarf · EDV-Zubehör

Petra Schuster

Schloßstraße 14B

82031 Grünwald

Tel.: 089/641 24 90

Fax: 089/641 46 71





Tischtennis

Ansprechpartner: Wiemann Manfred (089) 913577 manfred.wiemann@tsv-gruenwald.de



In dieser Saison 2017/18 hat die erste Herrenmannschaft den Abstieg der letzten Saison korrigiert und ist mit 7 Punkten Vorsprung Meister geworden und zurück in die 1. Kreisliga aufgestiegen. Entscheidend waren auch die Doppel.

So ist das Doppel Schimmel/Schimmel (Vater Ulli und Sohn Olaf) mit 13 Spielen ungeschlagen, Hank/Honerman mit 9:0 ebenfalls.

Immer mal wieder mit Spielerausfällen konfrontiert erkämpfte sich die 2. Herrenmannschaft in einem starken Mittelfeld einen siebten Platz. Die 3. Herrenmannschaft war aufgestiegen, startete euphorisch in die Saison und musste feststellen, dass die technischen Fertigkeiten noch ausgebaut werden müssen. Sie stiegen wieder ab.

Bei den Schülern (10 bis 12 Jahre) der Bambinimannschaft spürte

man die Nervosität der ersten Spiele. Sie mussten sich nur den starken Bayernspielern geschlagen geben, haben den 3. Platz erreicht, und sind auf dem Weg, die Jugend in der kommenden Saison zu verstärken. Vincent Mennerich verlor nur 3 Spiele, Roman Schulte 4 Spiele. Beide im Doppel blieben ungeschlagen. Lukas Schüssler und Emil Konrad spielten ausgeglichen, Nicolas Dahl ergänzte die Schüler.

In der Jugend fehlt etwas die Kontinuität und es müssen immer neue Spieler aufgrund von Ausfällen in die Mannschaften eingebaut werden. So konnten die Spieler der 1. Jugend noch einen 6. Platz erkämpfen (bester Spieler war Adrian Lucke vor Lorenz Häusler).

In der 3. Jugend spürten die ehemaligen Bambinis einen rauheren Wind. Aber die meisten traten regelmäßig an und schlugen sich gut. Mit ihrem Trainingsfleiß und ihrer Technik lassen sie auf eine bessere Saison hoffen. Lionel Kehl (14:5), Maxi Ertl (8:4), Jonas Thumb (8:7) hatten ein positives Spielverhältnis, die anderen müssen wieder mehr trainieren.

Bei der Vereinsmeisterschaft der 12 bis 14-jährigen setzte sich Adrian Lucke gegen Maxi Ertl nur durch das bessere Satzverhältnis durch.

Zu der Vereinsmeisterschaft der Herren waren wieder frühere Weggefährten, Freunde und ehemalige Leistungsträger erschienen.

An 6 TT-Platten ermittelten 24 Teilnehmer, aufgeteilt in 4 Gruppen, den Sieger. Im Endspiel trafen zwei Generationen aufeinander und es siegte unser ehemalige Spitzenspieler Jens Fischer gegen den ehemaligen Jugendspieler Viem di Huynh knapp.

In der spielfreien Zeit um die Jahreswende nahmen unsere Sportler wieder an verschiedenen Turnieren in Milbertshofen, Freising, Hausham und Hurlach teil. Beim traditionellen Dachauer Winterturnier errang Kai Stock den 3. Platz, und Rupprecht Biedermann in der D-Klasse den 1. Platz. Mit großem Aufwand haben sich unsere neuen Trainer Jürgen Reitberger und Michael Steger bei den Feierlichkeiten zum 90-jährigen Jubiläum eingebracht. Herzlichen Dank.

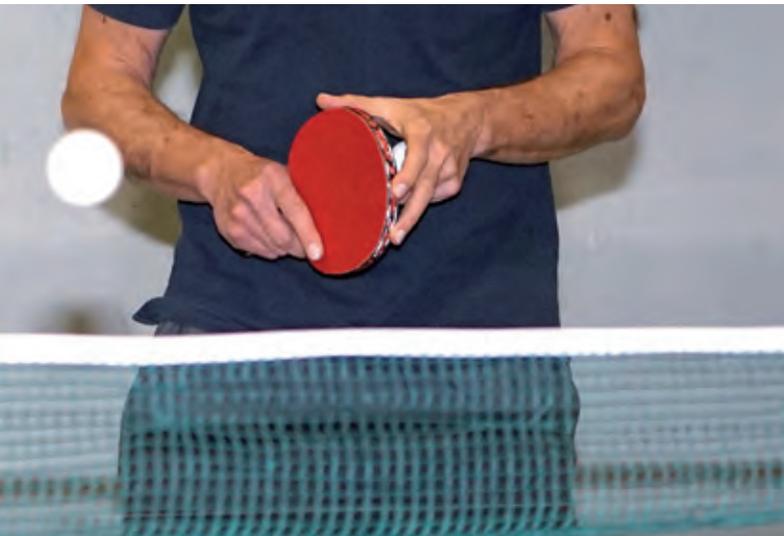
Ebenso gilt mein Dank den Eltern der Schüler, bes. der Frau Schüssler, für Aufsichten, Terminierungen, Fahrten und Betreuung der Kinder.





Tischtennis: ambitionierte Freizeitspieler

Ansprechpartner: Wiemann Manfred (089) 913577 manfred.wiemann@tsv-gruenwald.de



Spaß an der Freud – das ist das Motto der ambitionierten Freizeitgruppe in Grünwald. Uns geht es um den Spaß an der grünen Platte, um die Freude an guten Schlägen (auch vom Gegner) und die Freundschaft rund um den kleinen Ball („das Weiße“).

Das Team besteht zum großen Teil aus langjährigen Mitspielern und Mitspielerinnen, zum Teil sogar aus ehemaligen Ligaspielern, die die Freude am Spiel auch im Alter fit hält. Wir sind im Schnitt 10 Leute und spielen jeden Donnerstag an drei Tischen in der kleinen Gymnastikhalle an der Dr.-Max-Straße, die damit voll belegt wird. Zusätzlich trainieren die stärker Ambitionierten noch montags. Wer will, kann sich also voll austoben.

Aus unserer Mitte kommen zwei C-Lizenz-Trainer, die uns bei beiden Terminen neben dem Erweitern der Schlagtechnik auch auf Wunsch in der Taktik schulen, damit wir insbesondere beim Doppel unsere Chancen wahren können. Wir freuen uns auf Freundschaftsspiele gegen andere Vereine! Auch in diesem Jahr waren wir wieder ein verlängertes Wochenende beim BLSV in Inzell zum Intensivtraining. Wir konnten dafür wieder eine ehemalige Bundesliga-Spielerin gewinnen, die jedem von uns individuelle Verbesserungsmöglichkeiten aufzeigt. Jedenfalls sind alle Teilnehmer jedes Mal aufs Neue begeistert und sicher, diesmal die entscheidende Spielverbesserung mitbekommen zu haben, Kenntnisse und Fertigkeiten nun noch besser zu beherrschen und wir versuchen, mit viel Spaß alte Sünden auszulöschen. Legendar sind unsere Abende in Inzell mit pantomimischen Höchstleistungen: es gibt keinen Begriff, der nicht dargestellt und erraten werden kann.

Wir stärken den Zusammenhalt übers Jahr durch ein freundschaftliches Miteinander und feiern jeden Geburtstag eines Spielers mit Gesang, Hochleben, Kuchen und Getränk. Außerdem lachen wir viel am jährlichen Sommerfest und singen lautstark auf unserer Weihnachtsfeier.

Wir vermissen leider unseren Grand Senior Walter. Im Frühjahr stand er mit 89 Jahren noch an der Platte, im Sommer dieses Jahres hat er sich endgültig von uns verabschiedet. Wir werden ihn in guter Erinnerung behalten.

Wer sich vorstellen kann, Teil unserer Gemeinschaft zu werden, darf auch unter 50 oder gerne weiblich sein. Jeder, der bereits Erfahrung im Spielbetrieb hat und – wichtig! – auch beim Tischtennis gerne lachen möchte, ist uns willkommen!

Einfach vorbeischnuppern.....




Isar-Druck Grünwald ^{GM}_{BH}
Offset- und Digitaldruckerei

Wir sind eine kleine Offset- und Digitaldruckerei im Herzen von Grünwald. In unseren Räumen wird auch der Isar-Anzeiger hergestellt. Wir drucken alles für den Privat- und Geschäftsbereich.

Von der einfachen Visitenkarte bis zum anspruchsvollen Vier-Farb-Prospekt bieten wir Ihnen unter anderem einen umfangreichen Service von der Beratung bis zur Druckfertigung.

Rathausstraße 10 · 82031 Grünwald · Tel. 089/641 51 76 · Fax 089/641 11 06 · info@isar-druck.com · www.isar-druck.de



Trampolin

Ansprechpartner: Schratzenstaller Sabine (089) 6414270 info@tsv-gruenwald.de



Unsere Trampolinabteilung hat im Jahr 2017 wieder reichlich an Zuwachs gewonnen.

Einige Jungs, „Selfmade“-Springer, die schon Können mitgebracht haben, müssen nun technisch umlernen, um auf unseren Wettkampfgeräten wieder sicher zu landen. Auch vom Turnerbund München wechselte eine gute Springerin genau so zu uns wie ein paar Mädels aus dem Leistungsturnen, die durch ihr jahrelanges Training die idealen Voraussetzungen zum Trampolinturnen mitbringen wie z.B. Körperspannung und eine gute Koordination. Die Gruppe wieder zu vergrößern war nur möglich, da glücklicherweise Daniela Kleiser als neue Trainerin mit an Bord ist. Die zwanzigjährige ist angehende Sportlehrerin und selbst im TSV Grünwald als aktive Trampolinspringerin groß geworden.

Als erfolgreiche Triathletin gestaltet sie unser Aufwärmprogramm dementsprechend knackig und kann unsere Kids gut motivieren. Auf Grund der großen Nachfrage besteht leider wieder eine Warteliste, eine Probestunde für Interessierte ist zu den angegebenen Zeiten aber möglich.

Dienstag: 17.00 – 19.00 Uhr

Donnerstag: 17.00 – 19.00 Uhr

Ort: Helmi-Mühlbauer-Halle

65 Jahre Ihr Garant für besseres Schlafen

ganz in Ihrer Nähe

Betten BEER

Seit 15 Jahren

Direkt am Marktplatz 11
82031 Grünwald
Tel. 089 / 6 41 18 08,
Fax: 64 95 78 06
m.baumgartner@betten-beer.de
P vor dem Haus

Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 9.00 – 13.00 Uhr
Mo. bis Fr. 14.00 – 18.00 Uhr
Sa. 9.30 – 13.00 Uhr
Gerne beraten wir Sie auch zu Hause



- Zudecken
- Kissen
- Nackenstützkissen
- Wohndecken
- Bettwäsche
- Betttücher
- Frottiertücher
- Nachtwäsche
- Bademäntel
- kompetente Beratung

In unserem Stammhaus in Geretsried finden Sie zusätzlich noch

- Motorbetten
- Lattenroste
- Bettgestelle
- Messstation
- Matratzen
- Bettsysteme
- Liftbetten
- Betten- und
Daunenwäscherei
- Komplettwaschanlage
- eigener Parkplatz am Haus
- kostenloser Lieferservice
- Entsorgung
- kompetente Beratung



ca. 300 m² Perfekter Schlaf



ca. 700 m² Verkaufsfläche



Triathlon

Ansprechpartner: Schierghofer Christian 0179 4510003 christian.schierghofer@tsv-gruenwald.de



„freiwasser2“: Training am Starnberger See



Koppeltraining (Rad/Lauf) im Freizeitpark

Die Faszination Triathlon wird bestimmt durch das abwechslungsreiche Training von Schwimmen, Radfahren und Laufen. Das Messen mit anderen Ausdauersportlern im Wettkampf, bei dem alle 3 Sportarten hintereinander und ohne Pause zu absolvieren sind, ist Adrenalin pur! Es motiviert, zusammen mit Profi Triathleten an der Startlinie zu stehen.

Der Spaß an diesem Sport, der Teamgedanke innerhalb der Abteilung und das Dabeisein bei verschiedenen Events (Hauptfokus Triathlon, Marathon, Bergläufe, See Schwimmen, Langlauf-Events etc.) zählen für uns sehr viel.

Unsere gemeinsamen regelmäßigen Trainingszeiten sind:
Schwimmtraining in der Schwimmhalle im Freizeitpark

Dienstag 20:00 - 21:00

Donnerstag 19:00 - 20:00

Schwimmtrainings-Leitung: Sebastian Lang

Lauftraining auf der Laufbahn vom Sportplatz Gymnasium Grünwald

Freitag 18:00 - 19:00

Radtraining oder längere Laufeinheiten geschehen am Wochenende auf Zuruf.

Das Jahr 2017 war eine erfolgreiche Saison mit vielen schönen Events.

Beim ersten Triathlon der Saison in Bad Tölz konnten direkt 2 Siege in der Altersklasse (Alex K. und Veronika) und 2 zweite Plätze (ebenfalls AK) durch Carsten und Steffi B. erzielt werden.

Beim Vereinsevent am Tegernsee Triathlon hatten wir eine tolle Stimmung und 10 Starter zu verbuchen (3 x 2. Platz AK). Im Ziel haben wir genau analysiert, wie das Rennen für jeden lief. Spannend, was jeder von uns an einem Triathlon-Tag alles erleben kann.

Auf der olympischen Distanz (1,5km Schwimmen / 40km Rad / 10km Lauf) beim Wörthsee Triathlon, Schongau Triathlon, Sassenberg Triathlon und Regensburg Triathlon erreichten wir insgesamt 4 Stockerlplätze in der jeweiligen Altersklasse.

Auf der Mitteldistanz (1,9km schwimmen / 90km Rad / 21km Lauf) waren wir bei der Championship in Samorin (Gabi, Michi), sowie bei der Challenge Walchsee (Andreas) und beim Ironman 70.3 in St. Pölten (Christian) vertreten.

Eine Langdistanz (3,8km schwimmen / 180km Rad / 42km Lauf) haben erfolgreich gefinished: Ironman Frankfurt (Andreas), Challenge Roth (Gabi, Michi), Ironman Hamburg (Gabi, Michi) und die Challenge for Two Regensburg (Jan & Christian).



„Tegernseelauf 2017“: Rund um den Tegernsee (v. li.: Toni, Martin, Schotti)

Bei reinen Laufevents waren wir mit 12 Teilnehmern u.a. beim Grünwalder Burglauf vertreten. Der überlegene Sieg ging an Matthias gefolgt von Christian. Bei den Damen konnte Theresa den 2. Platz erlaufen.

Den Frankfurt Marathon beendete Carsten in neuer persönlicher Bestzeit von 2:50h.

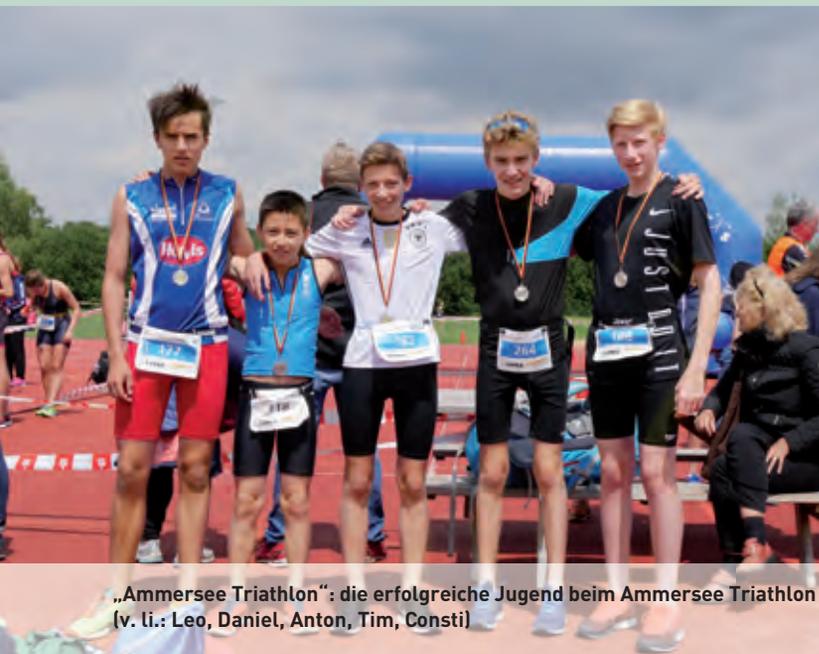
Marcel hatte sein Highlight beim Vollmondschwimmen über 2km am Simssee.

Dass wir auch starke Radfahrer in unseren Reihen haben bewiesen Torsten und David, die beim Alpen Challenge (190km / 4400Hm) bzw. beim Ötztaler Radmarathon (238km / 5500Hm) unglaubliche Leistungen erbrachten.

Bei den Trail- und Bergläufen (Zugspitz Berglauf, Hochkönigman, Söll Kaisermarathon), die auch lauftechnisch sehr anspruchsvoll sind, zählt für uns mehr das gigantische Naturerlebnis als die Jagd nach Zeiten.

Tolle Platzierungen sind zwar das i-Tüpfelchen für das harte Training, aber auch das Finishen, egal auf welcher Strecke, ist schon ein persönlicher Erfolg und dieses Adrenalin ist es, was uns immer wieder motiviert.

Wir freuen uns schon auf diverse Highlights im Jahr 2018, das beliebte Freiwasser Training und hoffentlich viele weitere gemeinsame Events.



„Ammersee Triathlon“: die erfolgreiche Jugend beim Ammersee Triathlon (v. li.: Leo, Daniel, Anton, Tim, Consti)



Turnen (Eltern-Kind)

Ansprechpartner: Schratzenstaller Sabine
Kohlentz Evi

(089) 6414270 info@tsv-gruenwald.de



Eltern Kind Turnen

Wie jedes Jahr turnten auch 2017 unsere Kleinsten im TSV mit ihren Eltern oder Großeltern durch die verschiedenen aufgebauten Landschaften in der Helmi Mühlbauer Halle. An vier Tagen in der Woche können unsere Nachwuchssportler/innen klettern, toben, rutschen, schaukeln, kugeln, balancieren und springen. Mit Musik, Bällen, Reifen oder Seilen wird die Muskulatur gestärkt und die Geschicklichkeit und Koordination spielerisch verbessert. Auch dieses Jahr gab es so manch dicke Träne, wenn zum Ende der Stunde alles wieder abgebaut werden musste. Zum Glück bleibt dann noch das Zug fahren auf dem Mattenwagen, unser Abschlusstanz und natürlich das Belohnungsbärchen möglichst in der gewünschten Farbe :)

Achtung: Unsere Mittwochsstunde findet nun am Dienstag Nachmittag statt!

Ansonsten freuen sich Evi und Sabine auf Euch zu den gewohnten Zeiten.

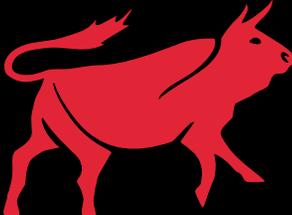
Mo. 15.30 – 16.30 Uhr

Di. 16.00 – 17.00 Uhr

Do. 10.00 – 11.00 Uhr

Do. 16.00 – 17.00 Uhr

DFH = Dreifachhalle (Helmi-Mühlbauer-Halle)



BAUCH

seit 2001



Handwerk. Leidenschaft. Qualität.



Metzgerei. Lunch. Café. Catering.

Grünwald / Schlosstr. 14c / 089 96 99 11 55

Unterhaching / St. Alto Straße 1 / 089 66 59 89 90

www.metzgerei-bauch.de / facebook.com/MetzgereiMarcusBauch



Turnen

Ansprechpartner: Manfred Wiemann (089) 913577 manfred.wiemann@tsv-gruenwald.de



Das Heranführen junger Menschen an Bewegung, Spiel und Sport ist ein ideales Übungsfeld für Erziehung und Bildung. Denn neben den Eltern und der Schule steht auch der Verein in der Verantwortung. Denn der Sportverein gehört mit seinem Sport- und Bewegungsangebot zum gesellschaftlichen Leben der Gemeinde fest dazu.

Während es bei den 4- 7-jährigen Kindern mit der Einordnung in eine Gemeinschaft beginnt, kommt bei den älteren Kindern auch der Leistungsbereich dazu. Unsere Stunden waren immer gut besucht und dank der Übungsleiter und einiger Eltern, denen unser Dank gilt, mussten keine Stunden ausfallen. Immer wieder lassen wir auch unsere älteren Kinder in die Verantwortung für die kleineren hineinwachsen und sorgen so seit Jahrzehnten für Multiplikatoren.

Höhepunkt des Turnjahres war natürlich das Vereinsjubiläum mit der Air-Track-Show. Hier konnte man Schwierigkeiten wie Flicks und Saltis in einer Folge sehen, die nicht für jeden wahrnehmbar waren. Auch die Anzahl der Kinder war beachtlich.

Ein weiterer Höhepunkt war das Deutsche Turnfest in Berlin für Julia Reichling und Manfred Wiemann mit ihren guten Platzierungen.

Weitere Stationen waren das Gaukinderturnfest in Haar, wo Alicia Vieth als Beste abschnitt. Alle unsere Wettkämpferinnen konnten sich einmal als Kampfrichterinnen bewähren und haben den 20 Kindern die einzelnen Übungen des Kinderturnabzeichens vorgestellt und sie dann auch bewertet. Toll.



50 Jahre nach Gründung des BLSV-Sportferiendorfes Inzell fand dort eine Jubiläumsveranstaltung statt, zu der auch unser Verein eingeladen war. Denn der TSV Grünwald ist dort einer der Vereine der ersten Stunde. Am turnerischen Teil nahmen 6 unserer Mädels teil. Selbst nach so vielen Jahren fand man wieder die Kontakte zu den Weggefährten der früheren Jahre. 50 Jahre und kein bisschen müde ist Inzell.

Das Turnjahr 2017 begann für die gut vorbereitete, neu zusammengesetzte Mannschaft des TSV Grünwald, bestehend aus Johanna Burger, Julia Reichling, Sophie Storch, Lucy Leicher, Annika Baumgartl, Alessandra Stefkina und Isabella Bertsch, nach verschiedenen Einzelwettkämpfen in der Turngau Liga 2017 – mit Erfolg und viel Spaß:
Turngau Liga - Gauentscheid Bayern-Pokal 2017 – Mannschaft



Nachdem die C-Jugend-Mannschaft des TSV Grünwald letztes Jahr im Finale des Bayern-Pokal 2016 erfolgreich das „Trepperl“ mit Platz 3 erklimmen konnte, trainierten dieses Jahr alle wieder hoch motiviert. Da die Turnerinnen des Jahrgangs 2003 nun aber in der A/B-Jugend starten mussten, galt es zunächst sich im Liga-System der Turngau Liga „Gauentscheid Bayern-Pokal 2017“ in der Vorrunde am 20./21. Mai 2017 zu qualifizieren. Mit einer hervorragenden Leistung klappte tatsächlich auch gleich der Aufstieg in die 2. Liga und sie landeten mit 241,85 Punkten knapp hinter dem Sieger (mit 242,75 Punkten) auf einem erfolgreichen 2. Platz. Im Finale am 13. Oktober 2017 konnte sich die Mannschaft zwar nochmal auf 247,10 Punkte steigern, verpasste dort aber leider das Trepperl um 1,5 Punkte und landete damit auf einem guten 5. Platz. In Anbetracht der Tatsache, dass Ihr erstmalig bei „den ganz Großen“ gestartet seid, ein ganz toller Erfolg!!!

Internationales Deutsches Turnfest in Berlin

Ein ganz besonderes Highlight in diesem Jahr war natürlich die Teilnahme beim Internationalen Deutschen Turnfest in Berlin vom 3. bis 7. Juni 2017! Die Eindrücke bei der Eröffnungsfeier am Brandenburger Tor und auf der Turnfestmeile waren sehr beeindruckend und stimmten uns gut ein auf die Wettkämpfe in der Messehalle. Julia Reichling und Lucy Leicher schlugen sich sehr erfolgreich beim DTB-Wahlwettkampf im Fachbereich Gerätturnen WK 14/15 und belegten mit 40,75 Punkten Rang 292 (Julia) sowie mit 36,65 Punkten Rang 652 (Lucy) im Feld der über 1.000 Turnerinnen im Alter von 14 und 15 Jahren aus ganz Deutschland. Wir verfolgten darüber hinaus viele spannende Wettkämpfe und Deutsche Meisterschaften im Turnen, Trampolin, Rhönrad, TGM/TGW, Sportakrobatik und vieles mehr, tobten uns in der AirTrack-Halle aus und genossen die Turnfestgala in der Mercedes-Benz-Arena, eine Stadtrundfahrt mit dem Doppeldecker-Bus inkl. City-Spreefahrt mit dem Schiff, die Stadiongala im Olympiastadion mit Eberhard Ginger, Angela Merkel und Fabian Hambüchen! Es war einfach rundum ein tolles Erlebnis!!!

Trainingslager im BLSV Sportcamp Inzell

Den Beginn der Sommerferien verbrachten die Turnerinnen auch dieses Jahr wieder im Trainingslager im BLSV Sportcamp Inzell. Laut Euren Aussagen war dies „das schönste Inzell-Trainingslager ever“ !!! Viel Spaß, diverse Trainingserfolge (z.B. die ersten Kippen) und eine schöne Ferienwoche haben wir auch in diesen Sommerferien wieder im erlebt. Tägliche Trainingseinheiten wurden wieder versüßt im Schwimmbad, beim Beach Volleyball, Tennis und Tischtennis, Rhönradfahren, Highball und AirTramp sowie abends in der Disco und beim Klettern – daher wolltet Ihr unbedingt wieder für 2018 in der ersten Ferienwoche reservieren. Wir freuen uns also auch wieder auf das nächste gemeinsame Trainingslager in Inzell ...

Weihnachtsfeier des TSV Grünwald

Unsere jährliche Weihnachtsfeier fand schließlich am 7. Dezember 2017 in der Grünwalder Turnhalle statt und damit haben wir das Turnjahr 2017 gemeinsam in schöner Runde beschlossen und werden sehen, was die gemeinsame Zukunft bringt ...

LLZ = BTV-Landesleistungszentrum, Högelwörther Str. 221, 81379 München.



Ausblick auf das Jahr 2018

(im Geräteturnen weiblich):

- Münchner Pokal 2018 – LK3 (Kür - Mannschaft) am 22.04.2018 in Unterföhring
- Bayern Pokal 2018 – Turngau Liga (P-Mannschafts wettkampf) – Vorrunde am 23./24.06.2018 und Finale am 05. - 07.10.2018 in Unterföhring
- Oberbayerische Meisterschaften (LK 3 – Einzel) am 07./08.07.2018
- 2. Ki-EG Cup am 15.07.2018 – Einzelwettbewerb in Egmating
- Gaukinderturnfest 2018 (3 aus 5 Geräten) – Einzel am 21./22.07.2018 in Laim
- Trainingslager im BLSV Sportcamp Inzell (28. Juli – 4. August 2018)
- Weihnachtsfeier TSV Grünwald (Anfang Dezember 2018)



Trainingszeiten

Di. 15.30 – 17.15 Uhr
Förderturnen 6 – 10 Jahre (DFH)

Di. 17.15 – 19.30 Uhr
Leistungsturnen (DFH)

Di. 15.00 – 17.30 Uhr
Leistungsturnen 6 – 9 Jahre (LLZ)

Di. 17.00 – 19.30 Uhr
Leistungsturnen 9 – 14 Jahre (LLZ)

Do. 16.00 – 18.00 Uhr
Leistungsturnen/–19.30 Uhr Förderturnen (DFH)

Do. 17.00 – 19.30 Uhr
Leistungsturnen Mädchen 6 – 14 Jahre (LLZ)

DFH = Dreifachhalle (Helmi-Mühlbauer-Halle),
Dr.-Max-Str. 20, 82031 Grü.

LLZ = BTV-Landesleistungszentrum,
Högelwörther Str. 221, 81379 München





Volleyball

Ansprechpartner: Braun Uwe (089) 6412487 uwe.braun@tsv-gruenwald.de



Die Volleyballabteilung des TSV Grünwald besteht seit den frühen 70er Jahren und hat seit dieser Zeit eine wechselvolle Geschichte erlebt. In der Volleyball Hochzeit in den 80er Jahren, waren 5 Wettkampfmannschaften, sowie weibliche und männliche Jugend am Start. Ab Mitte der 90er Jahre ebte die Volleyballeuphorie langsam ab und obwohl Volleyball ein so interessantes und dynamisches Spiel ist, bestehen heute in Grünwald leider nur noch 3 Trainingsgruppen.

Das letzte hintere Hallendrittel ist derzeit verwaist, denn trotz diverser Bemühungen konnte die Jugendgruppe um ihren Leiter Andreas Banzerus leider nicht gehalten werden. Im Moment gibt es somit keine Jugendmannschaft und auch keine Anfängergruppe.



Die Freizeit Mixed Mannschaft 1 (TSV Grünwald 1) spielt im Ligabetrieb in der KOL (Kreisoberliga) und damit in der höchsten Mixedliga. Hierauf sind die Spielerinnen und Spieler schon etwas Stolz, denn das Niveau dieser Liga ist hoch einzustufen. Viele ehemalige hochklassige Volleyballerinnen und Volleyballer tummeln sich hier und die Beliebtheit der Freizeit-Mixed-Liga wird immer größer. Kein Wunder, denn die jeweiligen Punktspiele finden zum jeweiligen Training der Mannschaften statt. Dies bedeutet, dass man das Wochenende frei hat. In dieser Saison droht jedoch der Abstieg aus der höchsten Spielklasse, denn es steigen in diesem Jahr 3 Mannschaften ab und die bisherigen Leistungen waren sehr durchwachsen. Zudem wurden einige Spiele in denen die Grünwalder gut agierten, gegen starke Gegner unglücklich verloren. Aber die Truppe um Trainerin Kristina Schmidt, Mannschaftsführer Uwe Braun und Ligaorganisator Sascha Euteneier, will bis zum letzten Spieltag gegen den drohenden Abstieg kämpfen.

Diese belegen in der Helmi-Mühlbauer-Halle folgende Trainingszeiten:

Gruppe 1 Damen (Leiterin Susanne Haas),
Montag von 9:00 bis 11:00.

Gruppe 2 Freizeit Mixed 1 (Leiter Uwe Braun),
Donnerstag von 19:30 bis 22:30, vorderes
Hallendrittel.

Gruppe 3 Freizeit Mixed 2 (Leiterin Andrea Präuner),
Donnerstag von 19:30 bis 22:30, mittleres Hallendrittel.

Damen

Es begann vor 35 Jahren auf der grünen Wiese am Perlacher Forst, als wir ein paar sportliche Frauen, die befreundet waren und deren Kinder teilweise in den gleichen Kindergarten gingen, ein Netz aufspannten und bei schönem Wetter Volleyball spielten. Eines Tages erfuhren wir, dass in Grünwald eine Dreifachhalle entstehen sollte. Wir hatten Glück und ein Platz in der Halle wurde uns für Montag morgens 9 Uhr reserviert. Und so spielen wir mit äußerster Regelmäßigkeit im Turnverein Grünwald, dem wir an dieser Stelle dafür danken für viele Jahre „Montagsglück“.

In den ersten Jahren machten wir unter dem Namen „Pink Panthers“ einen Ausflug in den Turnierbetrieb. Jedoch war dieser nur von überschaubarem Erfolg gekrönt. Es blieb: „Hauptsache dabei zu sein“ und wir landeten bald auf der Verlierer Bank. Aber das hielt uns vom Weitermachen nicht ab.

Inzwischen spielen mehrere Omas, einige neue Hüften, eine neue Schulter und die obligatorische Gelenkarthrose jeden Montag fünf bis sechs Spiele. Wir sind nach wie vor interessiert an neuen Mitspielerinnen, denn wir möchten auch die nächsten Jahre Volleyball im TSV Grünwald spielen.

P.S.: Wir freuen uns übrigens jeden Montag auf eine von Ali geputzte Halle.



Als „echtes“ Freizeitteam steht bei uns der Spaß und die Gemeinschaft im Vordergrund, Zusammensitzen nach dem Training hat mindestens so eine Bedeutung für uns, wie das Training selbst.

Der Kern spielte seit vielen Jahren jeden Donnerstag Beachvolleyball bei Roberto Beach.

2016 fiel die bisher genutzte Beachvolleyballhalle einer Brandkatastrophe zum Opfer.

Durch Vermittlung unserer Mitspielerin Andrea Präuner fanden wir beim TSV Grünwald eine neue Heimat. Die Abteilung Volleyball hat uns mit offenen Armen und großer Herzlichkeit aufgenommen.

2017 war geprägt durch Training und Umstellung auf das ungewohnte Hallenvolleyball, die hier üblichen Systeme und Regeln stellten anfangs Herausforderungen für die anarchischen Beachvolleyballer dar.



Am 12.10.2017 war es soweit, die neu im Ligabetrieb angemeldete Mannschaft des TSV Grünwald II nahm ihren Spielbetrieb auf. Auch wenn die ersten drei Spieltage nur bedingt von Erfolg gekrönt waren, liess sich das Team nicht entmutigen oder den Spass am Spiel nehmen.

Mittlerweile sind wir im Ligabetrieb etabliert und nehmen einen gesicherten Platz im oberen Mittelfeld mit Kontakt zur Spitze ein.

Wir möchten uns an dieser Stelle für die Unterstützung bedanken und freuen uns auf 2018.



Yoga

Ansprechpartner: Gregori Andrea

0174 21 55 000

andrea.gregori@tsv-gruenwald.de



Regelmäßige Yogaübungen fördern die Flexibilität und die Kondition. Außerdem werden die Muskeln, insbesondere im Rücken, Bauch, Armen und Beinen, trainiert. Auch Koordination und Gleichgewicht spielen beim Yoga eine entscheidende Rolle, was sich wiederum positiv auf das Nervensystem auswirkt.

In unserem hektischen Alltag stellt Yoga eine gute Methode dar, um abzuschalten, den Stress hinter sich zu lassen und sich auf sich selbst zu konzentrieren.

Man erhält mehr Energie und kann das Leben mit mehr Achtsamkeit genießen. Allein das ist eigentlich schon Grund genug regelmäßig Yogaübungen zu absolvieren. Aber natürlich kommt Yoga auch der körperlichen Fitness und der Gesundheit zugute.



Unsere Yogastunde besteht in der Regel aus Atemübungen, dynamischen Übungen, statisch gehaltenen Yogastellungen gefolgt von Tiefentspannung und Meditation. Das ganze wird durch klangvolle Yoga Beats musikalisch begleitet.

Egal ob Anfänger, Umsteiger oder Aussteiger, bei uns ist jeder willkommen.

Die Yogastunde wird von Andrea Gregori im Vinyasa-Stil durchgeführt. Sie absolvierte die zertifizierte Yogaausbildung in Nasik (Indien). Durch Reisen nach Indien und die Teilnahme an verschiedenen Workshops renommierter Yogalehrer vertieft sie regelmäßig ihre Yogapraxis. Sie sieht ihre Aufgabe darin die Schüler darin zu bestärken, den Alltag etwas los zu lassen. Yoga darf Spaß machen. Dann kommt der Sinn von alleine.



Mittwoch 20.15 – 21.30 Uhr
Freitag 09:00-10:15 Uhr

Ballettsaal / Grundschule

Kontakt:
Andrea Gregori
Handy: 0174-21 55 000
E-Mail: a.gregori2210@gmail.com.



hartlmaier
fliesen aus aller welt

**500 QUADRATMETER
AUSSTELLUNGSFLÄCHE**

Individuelle Fachberatung Mo - Fr 8:00 - 18:00 Uhr, Sa 10:00 - 16:00 Uhr

FLIESEN - FEINSTEINZEUG - MOSAIKEN

LENA-CHRIST-STR. 2 - 82031 GRÜNWALD - TEL. 089 / 641 79 71 - INFO@FLIESEN-HARTLMAIER.DE - WWW.FLIESEN-HARTLMAIER.DE



**In Gedenken an all unsere verstorbenen
Mitglieder.**

Treffer...

print

web

cooperate
design

magazin
design

www.designbuerobitterlich.com

text

konzept



Bildnachweis:

hello_beautiful@photocase Basektball
FurmanAnna@istock Tai Chi
shironosov@istock Übungen mit Bällen
fizkes@istock Übungen mit Bällen
Veles-Studioi@istock yoga
jacoblund@istock gymnastik
FatCamera@istock gymnastik

Fotografin: (Portrait Frau Dr. Paeschke/
Sportfest/Grünwalder Burglauf)
Maike Freese-Spott
www.my-fotoshooting.de

Impressum

Zeitschrift des Turn- und Sportvereins Grünwald e.V.,
Ausgabe **77 | 2018**

Redaktion: Dr. Christine Paeschke, Nikolai Dlugi

Grafikdesign: Designbüro Bitterlich
info@designbuerobitterlich.com | Tel.: (089) 72496751

Druck: Isar-Druck Grünwald GmbH,
Rathausstr. 10, 82031 Grünwald,
Ansprechpartnerin: Frau Lauer
Tel.: (089) 641 51 76

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

www.tsv-gruenwald.de

TSV Grünwald.e.V.
Geschäftsstelle
Dr.-Max-Str. 20 (Eingang Ecke Keltenstr.)
82031 Grünwald
Telefon: 089/6414270
info@tsv-gruenwald.de