

Wir sind Trudering

DAS MAGAZIN DES TSV TRUDERING e.V.

# SPORTLICH [T]



NEUE ABTEILUNG  
SCHWIMMEN

ÜBUNGSLEITERINNEN UND ÜBUNGSLEITER:  
UNVERZICHTBAR-UNBEZAHLBAR-UNGLAUBLICH

KIDSLUB: EINE REISE DURCHS TIERREICH!

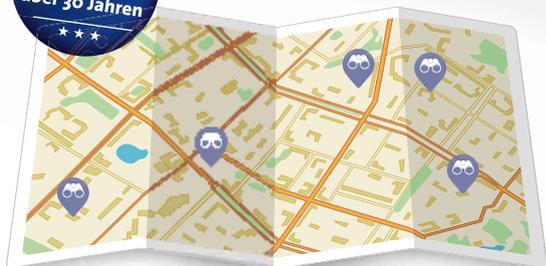
# „STOCKSCHÜTZEN PLANEN VERJÜNGUNG“



## WIR KAUFEN IHR HAUS ODER GRUNDSTÜCK.

Wir suchen laufend neue Grundstücke mit oder ohne Altbestand. Gerne machen wir Ihnen ein **verbindliches Angebot**.

\*\*\*  
Mehr als **600**  
erstellte Häuser in  
**über 30 Jahren**  
\*\*\*



Sprechen Sie persönlich  
mit **Sandra Blumberg**.

(089) 29 03 71 - 23  
blumberg@rs-wohnbau.de

## WIR VERKAUFEN TRAUM-WOHNUNGEN.

Unser **familiengeführtes Bauträgerunternehmen** ist spezialisiert auf die Erstellung hochwertiger Wohnungen in ausgesuchten Lagen.

Aktuelle Angebote finden Sie  
unter: **www.rs-wohnbau.de**



RS WOHNBAU GmbH  
Steinsdorfstr. 13, 80538 München

(089) 29 03 71 - 0  
info@rs-wohnbau.de

**RS**  
WOHNBAU GMBH  
EST. 1986

[www.zurBank.de/mitgliedschaft](http://www.zurBank.de/mitgliedschaft)

**26.000 Mitglieder  
statt Egonummer.**

**Morgen  
kann kommen.**

**Wir machen den Weg frei.**

**Gemeinsam etwas bewegen!**

Als Gemeinschaft mit über 26.000 Mitgliedern haben wir großen Einfluss auf unsere Heimat. Werden Sie Mitglied und wir engagieren uns zusammen für soziale Projekte in der Region.

VR Bank  
München Land eG 

## Übungsleiterinnen und Übungsleiter:

### „unverzichtbar-unbezahlbar-unglaublich“

#### Liebe TSV'ler, liebe Freunde, Gönner und Förderer unseres TSV Trudering,

diese Ausgabe unseres „Sportlich[t]s stellt die neben allen Mitgliedern allerwichtigsten Menschen in den Vordergrund. Und zwar wirklich verdientermaßen, obwohl die allermeisten liebend gerne im Hintergrund bleiben und einfach ihren unverzichtbaren, unbezahlbaren und unglaublich wichtigen Job gerne und bestens erledigen.

Dabei möchte ich gleich noch den Kreis der Übungsleiter um Trainer, Betreuer, Helfer, Unterstützer, Mamas, Papas, Omas und Opas usw. erweitern, die allesamt hier im TSV Trudering aktiv und vor allem ehrenamtlich Aufgaben in unterschiedlicher Intensivität übernehmen.

Liebe Leser, diese Leute, die sich die Zeit nehmen und sich hier einbringen, sind das Rückgrat eines jeden Breitensportvereins und somit auch unseres. Ohne sie würde unser Verein nicht funktionieren und nicht leben. Sie sind nicht nur Hüter unserer TSV-Kinder, Junioren, junge Erwachsene und Senioren, nein, sie sind Erzieher, Motivator, Organisator, Streitschlichter und, was wirklich am allerwichtigsten ist – Vorbilder.

Vorbilder in Zuverlässigkeit, Sportlichkeit, Wertschätzung, Freundschaft, Fairness, Disziplin usw. Dazu vermitteln und leben sie die Werte unseres TSV Trudering wie den achtsamen Umgang miteinander und die Wirkung des TSV in der Öffentlichkeit.

#### Eine kleine Episode

An dieser Stelle möchte ich euch einmal eine kleine Episode aus meinen persönlichen Erfahrungen mit Übungsleitern, Trainern, Funktionären usw. erzählen.

Wie bei vielen TSVlern hatte ich in frühester Jugend den ersten Kontakt mit meinem Trainer in der Fußballjugend. Damals konnte man im Verein erst ab der D-Jugend spielen, also war ich bereits 12 Jahre alt. Es gab immer öfter Stress daheim, die Themen waren Schule, Freizeitgestaltung, Konsumwünsche usw., was halt so ansteht kurz vor der Pubertät. Ein Teil meiner Freunde hatte plötzlich zweimal die Woche Training beim TSV und somit keine Zeit mehr auf der Wiese zu bolzen. Also ging ich mit und lernte meinen ersten Trainer kennen. Der Trainer forderte viele Dinge ein, die ich daheim nicht unbedingt zu tun gewillt war, ohne Widerstand hinzunehmen. Zum Beispiel der Punkt Disziplin. Wenn ich nicht ins Training kam, spielte ich auch nicht am Samstag, und wenn ich nicht diszipliniert trainierte, spielte ich auch nicht. Ich wollte aber unbedingt spielen, und so lernte ich von den Trainern die ersten wichtigen Faktoren für

eine „erfolgreiche“ Spielerkarriere.

Und die Geschichte setzt sich ohne Pause fort. Meine Trainer waren immer für die Mannschaft und auch für mich persönlich da. Sie freuten sich über Schulabschlüsse, Arbeitsstelle, Partnerschaften genau

so wie über sportliche Erfolge. Ausflüge, Auf- und Abstiege wurden miteinander erlebt, Siege gefeiert und Niederlagen bedauert.

Der Trainer war also auf einmal ein ganz wichtiger Förderer, Förderer und Berater für einen jungen aufstrebenden Sportler. Ich machte mir zu dem Zeitpunkt keine Gedanken, was er alles regeln muss, um zum Beispiel selber pünktlich zum Training zu erscheinen. Keiner stellte die Fragen wie: Wer hat den Trainings- bzw. Spielplan gemacht? Wer hat den Trikotkoffer bestückt und später zum Waschen gebracht? Wer hat Pausengetränke besorgt? Und wer zahlt die Brotzeit nach einem Spiel? Wer fährt uns denn überhaupt zum Spiel? Und so weiter?

Dies alles und noch viel mehr geschah natürlich im Hintergrund und wir merkten nichts davon. Wir merkten nur: unsere Fortschritte und Erfolge freuen unseren Trainer unbändig und er war stolz auf uns. Damals genau wie heute sind die Übungsleiter, Trainer, Betreuer usw. die mit wichtigsten Bezugspersonen im Verein.

#### Liebe Freunde,

wir sind beim TSV Trudering in der unschätzbar glücklichen Lage, dass wir wirklich enorm viele weibliche Übungsleiterinnen und männliche Übungsleiter haben, die sich nach wie vor in herausragender Form und Weise ehrenamtlich zur Verfügung stellen.

Vor allem unsere TSV Kinder, aber natürlich auch alle anderen Mitglieder des TSV insgesamt sind es wert, sich zu engagieren.

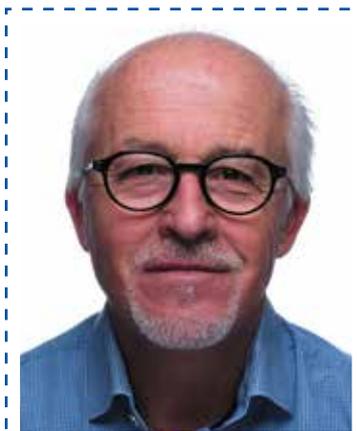
Vielen herzlichen Dank für euer unbezahlbares Engagement für den TSV Trudering. – **Passt aufeinander auf und bleibt gesund!**

Im Namen der gesamten Vorstandschaft

*Andi Marklstorfer, 1. Vorstand*

#### Liebe Leser:

Im Interesse der Lesbarkeit haben wir in unserer Vereinszeitung auf geschlechtsbezogene Formulierungen verzichtet. Selbstverständlich sind immer Frauen und Männer gemeint, auch wenn explizit nur eines der Geschlechter angesprochen wird.



## Trainer im Sportverein

**neben Begeisterung und Motivation auch ganz schön viel Wissen**

### Ausbildungsstrukturen eines Übungsleiters

Im normalen Regelbetrieb bewegen die Trainerinnen und Trainer des TSV Trudering in der Woche um die 1000 Kinder/ Jugendliche/ Erwachsene.

25 Kinder im Zaum halten, bei einer Schürfwunde erste Hilfe leisten und am Besten noch eine Wurftechnik fachdidaktisch den Kids beibringen?

Du denkst dir jetzt vielleicht: „Na klar. Kein Problem für meinen Trainer!“

Aber auch dein Trainer wurde nicht als fertiger Trainer geboren.

Wie alles im Leben macht Übung den Meister. Und so ist das auch mit dem „Unterrichten“ einer Sportstunde im Verein.

Neben der Liebe und der Leidenschaft zu deiner Sportart stellt dir dein Fachverband oder auch der Dachverband ein Ausbildungssystem zu Verfügung.

Denn vielleicht bist du zwar schon Profi in deiner Sportart und kennst viele spezifische Übungen, aber was ist eigentlich mit Stundenaufbau, Zeitmanagement, Pädagogik und Aufsichtspflicht? Und was machst du eigentlich, wenn ein Kind dir deine mühevoll erarbeitete Sportstunde mit seinem Quatschverhalten die Stunde sprengt?

**Aber keine Panik. Dafür gibt es eine Lösung:**

**Diese C-Lizenz nennen wir im Verein Übungsleiterschein**

Egal ob im Fachverband oder Allgemein. C-Lizenz ist C-Lizenz.

Beim TSV Trudering sind bereits 85 ausgebildete Übungsleiter aktiv.

► Übungsleiter C Lizenz

Mindestalter: 16 Jahre

Nachweis: Erste Hilfe Kurs (mind. 9 UE)

Zeitumfang: 120 UE

**Hier ein konkretes Beispiel:**

Du hast gerade deinen Realschulabschluss absolviert und hast nun etwas Zeit, bis deine Ausbildung beginnt. Du spielst seit Jahren Handball und möchtest nun den Nachwuchs trainieren.

**Du hast nun zwei Möglichkeiten für deinen Übungsleiterschein:**

► **Fachverband**

z.B. BHV – Bayerischer Handballverband

Inhalt:

Sportartspezifische Ausbildung

Du lernst alles zum Thema Handball

► **Dachverband**

BLSV – Bayerischer Landessport Verband

Inhalt:

Sportarten übergreifende Ausbildung:

Schwerpunkt Kinder/ Jugendliche oder Erwachsene

**Du hast bereits deine C-Lizenz und möchtest noch tiefer in deine Sportart eintauchen? Dann folgt die B-Lizenz:**



**FIX-IT-SERVICE**  
**GARTEN & TERRASSEN**

**IHR PROFI FÜR  
GARTEN-/LANDSCHAFTS- &  
TERRASSENBAU · GARTENSERVICE**

NEUANLAGE /  
GARTENBAU

SICHTSCHUTZ /  
ZÄUNE

TERRASSEN  
BAU

GARTEN  
SERVICE

**FIX-IT-SERVICE**  
JOSEPHSBURGSTRASSE 16  
81673 MÜNCHEN

**TEL: +49 89 288 555 85**  
**FAX: +49 89 288 555 86**  
**MOBIL: +49 151 204 709 90**

**INFO@FIX-IT-SERVICE.DE**  
**WWW.FIX-IT-SERVICE.DE**

Diese kann nur über den Fachverband erworben werden und baut aufeinander auf. Z.B. C-Lizenz Handball ist die Eintrittskarte für die B-Lizenz im Handball. Das Mischen von Lizenzen ist nicht möglich: z.B. C-Lizenz Handball reicht nicht aus, für eine Anmeldung einer B-Lizenz Leistungsturnen

### **Du möchtest dich fortbilden und einen Übungsleiterschein machen?**

Dann sprich deinen Abteilungsleiter oder deinen Trainer auf einen Übungsleiterschein an. So kannst auch du in der Zukunft eigene Sportstunden halten oder deine Sportstunden mit noch mehr Wissen füllen.

### **Motiviert?**

Super, dass ist die beste Voraussetzung. Das Vereinsangebot ist von Mensch für Mensch.

### **Du hast keine Erfahrung mit dem Unterrichten und hast vielleicht früher aktiv eine Sportart im Verein ausgeübt oder kennst dich mit einer Sportart gut aus?**

Prima! Dann komm zu uns ins TSV Trainer Team und gestalte deinen Stadtteil aktiv mit!

Genauere Informationen erhältst du über Caro Dopfer unter: [ausundweiterbildung@tsvtrudering.de](mailto:ausundweiterbildung@tsvtrudering.de)

*Caro Dopfer*



**Caroline Dopfer**  
Sport- und Gymnastiklehrerin  
Yogalehrerin

- ▶ Feine Weine aus Italien, Deutschland, Frankreich und Österreich, viele aus biologischem Anbau
- ▶ Beste italienische (Bio-) Olivenöle
- ▶ Pasta, Sugo, Südtiroler Speck, Salami, etc. (feine Kost aus verschiedenen Regionen)
- ▶ Kreative Präsentkörbe / Firmenpräsentate
- ▶ Spirituosen aller Art (Obst, Whisky, Gin, Grappa, Rum, Cognac, Armagnac, Calvados, Liköre)

**Damaschkestraße 11 • Trudering • Telefon 42 18 27**  
Di-Fr 9.00 – 13.00 und 15.00 – 18.30 Uhr • Sa 9.00 – 14.00 Uhr



VINOTHEK  
MUNZERT  
Inh. Christian Sterl



**Elektro Schröck**  
Johann Schröck & Co. GmbH

## Johann Schröck & Co. GmbH

Fachbetrieb für Gebäudetechnik

### Unsere Arbeitsgebiete:

- Elektroinstallationsarbeiten
- Beleuchtungs- und Steueranlagen
- Antennen- und Sat-Anlagen
- Sprech-/Videoanlagen
- Netzwerktechnik
- KNX-Steuerungen
- E-Check-Prüfungen
- Energie-Optimierung (EGO)
- E-Mobilitäts-Fachbetrieb



Guffertstraße 17  
81825 München  
Telefon 089 / 43 41 23  
E-Mail: [info@elektro-schroeck.de](mailto:info@elektro-schroeck.de)  
Homepage: [www.elektro-schroeck.de](http://www.elektro-schroeck.de)

IT-Solutions  
**Winworx**

## Kompetenz aus Erfahrung

Winworx IT-Solutions  
Stahlgruberring 7a  
81829 München

Tel.: +49 (0)89 990136-40  
Fax: +49 (0)89 990136-49  
Email: [info@winworx.de](mailto:info@winworx.de)  
Internet: [www.winworx.de](http://www.winworx.de)

- › IT-Services
- › IT-Security
- › Network Solutions
- › Messaging Solutions
- › Backup/Recovery Solutions

### Komplett eigene Herstellung

Sortiment vom einfachen Bauernbrot über ausgefallene Brot- und Semmelvarianten

Gebäck, Kuchen und Torten

Sternzeichen und Schaugebäck

**Wir formen Ihre Wünsche aus Teig**



### Ihre Bäckerei Horn

Königsseestraße 13  
81825 München  
Telefon 089-439 25 10

Truderingerstraße 53  
81827 Berg am Laim  
Telefon 089-436 36 51

[www.paulashoernchen.de](http://www.paulashoernchen.de)

## Freiwilliges soziales Jahr — Bundesfreiwilligendienst

### Was ist ein FSJ, wie entstand es überhaupt, welche Tätigkeiten hat man als FSJ-ler zu absolvieren und welche Voraussetzungen muss man für ein solches erfüllen?

Kommen wir erst einmal zu der Definition des FSJ. Die Abkürzung bedeutet "Freiwilliges soziales Jahr". Man absolviert somit als FSJ-ler einen Freiwilligendienst im sozialen Bereich. Dies kann beispielsweise in medizinisch-pflegerischen Einrichtungen sein, in Krankenhäusern, in Verwaltungs- und Büroeinrichtungen, in Kirchengemeinden, in erzieherisch-pädagogischen Einrichtungen sowie in Schulen oder Sportvereinen. Für Letzteres habe ich mich entschieden, einen Freiwilligendienst beim TSV Trudering. Bevor ich Genaueres über meine Tätigkeiten als FSJ-ler erzähle, soll noch kurz geklärt werden, wie es zu Freiwilligendiensten kam.

### Wurzeln im Jahre 1954

Seine Wurzeln hat das freiwillige soziale Jahr in der Evangelischen und Katholischen Kirche. Im Jahre 1954 forderte der evangelische Pfarrer **Hermann Dietzfelbinger** die weibliche katholische Jugend auf, ein freiwilliges diakonisches Jahr zu absolvieren. Junge Frauen ab 18 Jahre sollten freiwillig für ein Taschengeld und gegen Verpflegung einen Dienst in der Kranken- und Altenpflege leisten. 1961 entstand schließlich bundesweit das katholische „Jahr für die Kirche“ und 1962 auch in Bayern der „Philadelphische Dienst“, von Seiten der evangelischen Kirche. Abiturientinnen sollten so vor ihrem Studium mit einer Freiwilligenarbeit die Möglichkeit zur persönlichen und beruflichen Orientierung erhalten.

Dies war ein unbekannter Ansatz, denn einen Sozialdienst gab es zunächst nur in Form des verpflichtenden Zivildienstes für Männer entsprechend dem heutigen Bundesfreiwilligendienst (BFD). Schlussendlich entstand ein Jahr später aus dem „Philadelphischen Dienst“ bundesweit gesetzlich festgeschrieben das „Freiwillige Soziale Jahr“.

### Voraussetzungen

Doch um ein FSJ zu absolvieren müssen gewisse Voraussetzungen erfüllt sein. Jeder, der seine Vollzeitschulpflicht erfüllt hat, darf ein solches beginnen. Je nach Bundesland ist die Vollzeitschulpflicht mit 16 Jahren oder auch schon mit 15 Jahren erfüllt. Die Art der Schulbildung spielt dabei keine Rolle. Jedoch gibt es eine Altersgrenze nach oben. Man darf während des FSJ das 27. Lebensjahr nicht vollendet haben. Es ist also nicht möglich, ein zwölfmonatiges FSJ mit 26 zu beginnen, wenn man in den nächsten Monaten 27 Jahre alt wird. Insgesamt kann ein FSJ / BFD max. 18 Monate gehen und muss mind. 6 Monate lang sein.

Und nun kommen wir zu mir. Ich heiße Ramona, bin 19 Jahre alt und mache einen BFD, also einen Bundesfreiwilligendienst, beim TSV Trudering. Ein BFD unterscheidet sich inhaltlich nicht wirklich viel von einem FSJ. Eine Besonderheit ist z.B. dass der Beginn eines BFD's frei wählbar ist, während ein FSJ immer zum 1. August beginnt. Ein BFD kann vertraglich für 6 bis 18 Monate abgeschlossen werden. Ein FSJ dauert immer ein Jahr.

Begonnen habe ich meinen Bundesfreiwilligendienst im Oktober 2020 und habe mich für insgesamt 9 Monate entschieden. Meine Gründe ein BFD zu absolvieren sind für mich einerseits die Möglichkeit um mich beruflich zu orientieren und andererseits mir eine Auszeit zwischen Schule und weiterer Ausbildung zu nehmen. Weitere Gründe für mich sehe ich in der Förderung meiner Selbständigkeit und meines Selbstbewusstseins. Außerdem überbrücke ich auf sinnvoller Art und Weise die Wartezeit auf Ausbildung oder Studium. Von vielen Universitäten und Hochschulen wird sogar bei der Aufnahme entsprechender Studiengänge das FSJ als Praktikum angerechnet. Auch wenn man sich entscheidet, sein FSJ im Ausland zu absolvieren, kann dies eine tolle Möglichkeit sein, interkulturelle Fähigkeiten zu entwickeln. Die Tätigkeiten als FSJ-ler bzw. BFD-ler unterscheiden sich von Einsatzstelle zu Einsatzstelle. Da ich beim TSV Trudering arbeite, ist natürlich klar, dass ich viele Tätigkeiten im sportlichen Bereich habe. Dazu zählt das Begleiten von Grundschulklassen zum Schwimmunterricht, oder die Unterstützung der Trainer beim Training in verschiedenen Sportarten, wie Leichtathletik und Basketball. Aber mir ist auch die Möglichkeit gegeben, eigene Trainingsstunden mit den Kindern abzuhalten. Natürlich gibt es auch Arbeit in der Verwaltung und Geschäftsstelle des Vereins.

**Insgesamt kann man sagen, dass ein FSJ/BFD eine optimale Möglichkeit ist, sich beruflich zu orientieren, besonders wenn man Spaß hat, mit Menschen zu arbeiten oder ihnen zu helfen.**

*Ramona*

### Interesse

dann melde Dich bei unserem Geschäftsführer Peter Kisters [gf@tsvtrudering.de](mailto:gf@tsvtrudering.de)



Ramona Winkler



Olha Melnykova,

## Übungsleiterin in Deutschland / in der Ukraine

Hallo, ich bin Olga. Seit September 2020 mache ich ein Freiwilliges Soziales Jahr über die bayerische Sportjugend als Arbeitgeber. Meine Einsatzstelle habe ich beim TSV Trudering gefunden. Als ich dieses Programm startete, war ich erst ein Jahr in Deutschland. Daher kann ich sagen, dass das Soziale Jahr auch für mich ein Integrationsjahr in Deutschland ist. Seit meinem ersten Vorstellungsgespräch bis zum heutigen Tag im Sportverein finde ich bei meinen

Kollegen immer Offenheit und Hilfsbereitschaft. Das Soziale Jahr ist für mich eine wunderbare Gelegenheit, denn seit meiner frühen Kindheit übe ich verschiedene Sportarten aus und habe meine Wochenenden ganz oft in der Halle verbracht. Meine Mutter arbeitet seit über 30 Jahren als Choreografin und Trainerin. Als Kind verbrachte ich den größten Teil meiner Freizeit damit, zu trainieren, und als ich älter wurde half ich beim Training. Ich hatte Glück, dass ich im Sportstudio meiner Mutter arbeiten konnte. Ansonsten hätte ich in meinem Land, in der Ukraine, nicht die Möglichkeit gehabt, als Übungsleiterin oder auch als Assistentin tätig zu werden.

### Universität in der Ukraine

Um als Trainerin in der Ukraine arbeiten zu können, hätte ich mindestens vier Jahre an der Universität studieren oder einen teuren Kurs in einem privaten Fitnessclub belegen müssen. Das wäre für mich als Studentin nicht alleine zu bezahlen, und das Konzept von einem FSJ existiert in der Ukraine leider nicht.

Deshalb habe ich mich sehr gefreut, als ich von der Möglichkeit eines sozialen Jahres im Sportverein erfahren habe. In den ersten drei Wochen meines FSJ's habe ich meine ÜL-Ausbildung absolviert. Zwei Wochen Praxis in Bad Tölz und eine Woche Theorie online. Danach folgten zwei Prüfungen – theoretisch und praktisch. Während dieser drei Wochen habe ich Grundkenntnisse in verschiedene Sportarten erworben und auch ein Grundverständnis der Sportanatomie, Sportpsychologie und Sportmanagement. Besonders gut hat mir der große Praxisbezug zu den einzelnen Übungen gefallen. Ich habe ganz viele Spiele und Sportarten selbst ausprobiert.

Unsere Prüfung bestand auch darin, eine Sportstunde zu einem bestimmten Thema zu planen und dann für die Gruppe eine echte Sportstunde durchzuführen. Nach meiner Ausbildung bin ich nun bereit, verschiedene Sportarten für verschiedene Altersgruppen zu trainieren. Unterstützung erhalte ich weiterhin von dem Trainer-Team, aber ich leite und plane bereits kleine Bereiche innerhalb einer Sportstunde.

Im Februar 2021 fand von der bayerischen Sportjugend, meinem Arbeitgeber, ein Seminar statt (online). An diesen, für eine FSJlerin wie mich, verpflichtenden Bildungstagen, haben wir neue Möglichkeiten für unsere Arbeit mit Kindern in einer Pandemie Situation besprochen. „Wie könnte eine Onlinestunde sinnvoll umgesetzt werden?“ Auch wenn es ein Online Training war. Im Praxisteil kam ich ziemlich ins Schwitzen.

Auch mein Jahresprojekt: „Übersetzung der Spielesammlung der BSJ vom Deutschen ins Russische“ verlangt viel Energie von mir. Ich hoffe damit ein nachhaltiges kulturelles Dankeschön beim TSV Trudering und der BSJ zu hinterlassen.

Trotz der momentanen schwierigen Situation auf der ganzen Welt ist mein soziales Jahr voller toller Erfahrungen und vieler interessanter Herausforderungen!

*Olga*



- Internationale Küche
- 5 Moderne Bowlingbahnen
- Ausrichten von Geburtstagen, Familienfeiern, Firmenfeiern, Hochzeiten bis 120 Personen
- Öffnungszeiten: Mo-So 10:00 – 1:00 Uhr
- Warme Küche: täglich 11:00 – 23:00 Uhr



Nach dem Testspiel gegen SVN München, 26.10.2020.  
 Vorne v.l.n.r.: Stefan Peric, Hamza Yildiz, Wilhelm Glaas, Moritz Markl. Hinten: Iğor Ilesalnieks, Dejan Trifunovic, Andreas Korte, Patrik Pejic, Anto Blazevic, Berkant Tekin, Coach Haris Muslic.

## Haris Muslic: „Ich bin ein echter Balkaner“

Zum Ende der Saison 2019/2020 verließ die Trainerin der Herren I Janin Eggert unseren Verein – wir brauchten nun einen neuen Coach. Ein Zufall half. Meine Frau lehrte Deutsch für Pflegeberufe. Ihr Schüler Haris Muslic hatte ihr im Erstgespräch erzählt, dass er früher Basketball-Coach in Bosnien war. Ein bosnischer Profi-Trainer für TSV Trudering? Das klang zu gut, um wahr zu sein! Damit die Anwerbung des neuen Coaches ja nicht schief geht, bat ich zu Beginn der Pandemie unseren serbischen Zenterspieler Dejan Trifunovic, seinen Landsmann zu kontaktieren und die Vorzüge unseres wunderbaren Vereins darzustellen. Dejan beschrieb ihm unsere Truppe ungefähr so: „Das Niveau: Freizeitsport. Aber die Jungs sind sehr gut und sehr diszipliniert. Sie widersprechen dem Coach nicht so wie die Jungs in Bosnia!“ Der Plan ging auf! Wir lernten uns kennen und bereits im August 2020 leitete Haris die ersten Trainings der Herrenmannschaft.

Haris ist 1982 in Zenica, Bosnien und Herzegowina geboren. Von 1992 bis 1994 – während des Bosnien-Krieges – verbrachte er mit 1000 anderen Kindern eineinhalb Jahre im Flüchtlingslager in Libyen, während seine Eltern in Bosnien blieben. Nach der Realschule absolvierte er in Sarajevo eine Pflegeausbildung und später eine Ausbildung zum Sportlehrer. In seinem bosnischen Diplom steht „Professor für Sport und Gesundheit“. Er arbeitete in Zenica fast 12 Jahre lang als Sportlehrer und zugleich in 3 verschiedenen Vereinen als Basketballtrainer von 8- bis 12-jährigen Kindern und auch Junioren.

Vor 3 Jahren verließ er seine Heimat wegen der schwierigen politischen und wirtschaftlichen Lage. Das erste Jahr in Deutschland war schwer – die intensive, durchreglementierte, ja hektische, stressige Arbeit in der Pflege mit sehr wenig Freiraum war unge-

## WEICHMANN

GMBH  
 GETRÄNKE-HEIMDIENST UND PARTY-SERVICE  
 seit 1932

- Direktimport von italienischen Weinen
- Weinproben nach Absprache
- Kühlanhänger - Schankwagenverleih
- Verleih von Zapfanlagen und Bierbank-Garnituren



PAULANER  
*Trink'! Danken! Feiern!*  
 seit 1810

Günter Weichmann  
 Kirchtruderinger Straße 6  
 81829 München  
 Tel. 089/420 28 25  
 Fax 089/42 01 95 02

GETRÄNKEMARKT





wöhnlich. Er sagt: „Doch jetzt habe ich in Deutschland Fuß gefasst, habe viele Freunde gefunden. Das ist ein persönlicher Fortschritt für mich. Deutschland ist ein perfektes Land für mich“. Haris liebt seine Heimat sehr und die Trennung von der Familie, seiner Frau, vom krebserkrankten Vater fällt ihm sehr schwer. Er sagt: „Ich bin ein echter Balkaner. Doch dort habe ich keine Zukunft, keinen Job“.

Ist der TSV Trudering auch der perfekte Verein für den balkanischen Profi? Haris meint: „Die Arbeitsbedingungen und Organisation hier sind sehr gut. Ich wünsche mir noch mehr Trainingskapazitäten, ich will noch mehr trainieren!“

Ich weiß, dass das jetzt dumm ist, aber ich muss das hier schreiben: SCH... PANDEMIE! Haris schaffte bis jetzt nur 3 Monate zwischen den Lockdowns, seine neue Mannschaft zu führen. Doch das Niveau, auf dem er trainierte, war was ganz Neues für uns. Die Intensität und die Professionalität waren bemerkenswert, die Fortschritte der Spieler im taktischen und technischen Bereich beeindruckend.

Gleich zu Beginn besuchte ich ein Training von Haris und musste erstmals „schlucken“: einen solchen harten Ton aus dem Mund eines Trainers kannte ich nur aus meiner Zeit in der Sowjetuni-



Die Anwerbung, Frühjahr 2020. Dejan Trifunovic, Igors Ilesalnieks, Haris Muslic

on! Ich erschrak – werden die hiesigen „Jungs aus guten Familien“ das akzeptieren? Oder werden sie gekränkt den Verein verlassen? Ich sprach Haris darauf an und warnte, die Leute mit übermäßiger Strenge nicht zu verschrecken. Haris schaute mich ernst an und sagte: „Igors, ich habe Krieg erlebt“. Da musste ich erstmals tief durchatmen und sagte nur: „Haris, die Jungs hier haben es

aber nicht“. Wir beide haben uns schnell sehr gut verstanden, und ich glaube, wir haben den Gedanken des Anderen auch richtig aufgefasst. Doch was ich unterschätzt hatte, war die Charakterstärke der Spieler selbst. Mit Haris' hartem Training kamen sie schnell klar und genossen die schnellen Fortschritte. Am letzten Wochenende vor dem zweiten Lockdown wurde die Mannschaft von SVN München in einem Testspiel haushoch überlegen geschlagen. Die neue Herren I war geboren! An Haris' temperamentvollen Umgang mit den Schiedsrichtern, Gegnern und deren Trainern müssen wir uns allerdings erst gewöhnen.

Meine Zeit als Abteilungsleiter geht in wenigen Wochen zu Ende und viele Dinge werde ich schmerzlich vermissen. Dass ich die Entwicklung von Haris' Team nicht mehr aus unmittelbarer Nähe erleben werde, gehört zu diesen Dingen. Sch... Pandemie! *Igors Ilesalnieks*

Die Basketballabteilung des TSV Trudering trauert um den gemeinsamen Freund und Teamkameraden Benjamin (Ben, „Benji“) Scharf. Nach einer schweren Krankheit ist er von seinen Eltern Dieter und Andrea, seiner großen Familie in Thüringen, seiner Frau Lena und von uns – seinen unzähligen Freunden – gegangen.

Der talentierte Mathematiker, Sohn eines Jenaer Basketballers und seit früher Kindheit passionierter Basketballfan trat dem TSV Trudering im September 2015 bei, nachdem er vorher in seiner Heimatstadt Jena für USV und später für TSV Jahr Freising gespielt hatte. Er spielte in der ersten und der zweiten Herrenmannschaft, trainierte die erste, war gleichzeitig als Schiedsrichter und als 2. Vorstand tätig. Uns wird er als passionierter Kämpfer, immer loyaler Kamerad und einer, der Mut hatte und Lösungen fand, in Erinnerung bleiben. Mit ihm als Kapitän und manchmal Trainer hatte unsere ers-

## Nachruf: Dr. Benjamin Scharf

### 29. 11. 1985 - 09. 01. 2021



te Herrenmannschaft zwischen 2017 und 2019 die schönsten Momente ihrer jungen Geschichte erlebt, die von zwei Aufstiegen gekrönt waren. Nicht mal seine Krankheit, die 2019 ausbrach, konnte ihn davon abhalten, jede Möglichkeit zu nutzen, mit uns Zeit zu verbringen und Basketball zu spielen. Umso schmerzhafter, dass die Pandemie Benjamin uns fast ein ganzes Jahr früher genommen hat! Mit ihm zusammen haben wir zwar alle gelernt, besser Basketball zu spielen. Doch viel wichtiger: alle zusammen sind wir reifere Menschen geworden. Wir meisterten zusammen

Krisen und feierten zusammen Siege, wir ärgerten uns zusammen und wir lachten zusammen.

**Du fehlst uns, lieber Benjamin.**

*Von Igors Ilesalnieks*

Siehe auch: [benjamin-scharf.de](http://benjamin-scharf.de)



# Luksch

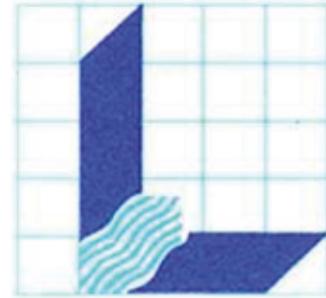
Bäder • Sanitäre Installation

Neu- und Umbau • Kundendienst für Küche, Bad,  
WC • TV-Untersuchung • Rohr- und Kanalreinigung  
Hochdruckspülungen • Reinigen von Sicker- und  
Hebeanlagen

**Franz Luksch jun.,** Installationsmeister

Postfach 82 04 42 • 81804 München • Tel. 089/42 49 80

Fax: 089/42 41 46 • [www.Luksch-Service.de](http://www.Luksch-Service.de)



## teamsport saadeldeen

**Offizieller Ausrüster  
des TSV Trudering**

Teamsport Saadeldeen  
Unterhachinger Straße 13 (Perlach)  
81737 München  
Tel. 089/666 825 65  
Fax 089/666 825 66  
[www.teamsport-saadeldeen.de](http://www.teamsport-saadeldeen.de)

Mitglieder des Vereins  
erhalten bei uns attraktive  
Rabatte!

**SITTENAUER**  
STEINMETZ • FLIESENLEGER

NATURSTEINE & FLIESEN ·  
RENOVIERUNG & REPARATUR ·  
KOMPLETTSANIERUNG ·  
TREPPEN & BÄDER ·  
FENSTERBÄNKE ·  
PODEST- UND BODENBELÄGE ·



## Die Lehrer in der Kampfkunst

### Der traditionelle japanische Sensei in einem modernen Verein?

Den Begriff „Sensei“ kennt der ein oder andere aus verschiedenen Medien wie Filmen, Büchern oder Anime. Dort ist er eine mystische Figur, die als Eremit auf einem Berg lebt und seine übernatürlichen Kampfkunst-Geheimnisse nur mit jenen teilt, die sich durch harte Prüfungen würdig erwiesen haben. Glücklicherweise kann man Sensei in der Realität auch hier im TSV finden, und wir können uns somit den Umweg auf den Berg sparen. Es kommt allerdings die Frage auf, was ein Sensei denn dann in einer modernen Trainingsgruppe ist.

Ein direktes Äquivalent für das Konzept eines Sensei existiert im Deutschen nicht. Die direkte Übersetzung ist „vorher geboren“, und deutet auf eine ältere und somit erfahrenere Person hin. Oft wird er einem „Meister“ gleichgesetzt - die Bedeutung ist aber näher an einem Lehrer als einem Meister. Der Begriff „Sensei“ unterscheidet sich von „Lehrer“ in der Hinsicht, dass jede Trainingsgruppe genau einen Sensei hat, der Leiter der Gruppe ist, auch wenn unterschiedliche Übungsleiter unterrichten. Ein erfahrenes Mitglied kann für

eine Trainingsstunde Lehrer sein, ist aber trotzdem nicht Sensei der Gruppe.

In Japan ist der Begriff umfassender und bezeichnet Lehrer verschiedener Disziplinen, bestimmte Menschen mit herausstechenden Fähigkeiten in einem Feld, und wird auch als Anrede verwendet. Bujinkan-Sensei werden in Japan also mit „Sensei“ angesprochen. Hier im Westen distanzieren sich manche Lehrer von dem Begriff, um die anfangs erwähnten mystischen Assoziationen zu vermeiden. In vielen Trainingsgruppen, auch in unseren, wird der Sensei der Gruppe nicht mit dem Titel angesprochen.

Das Konzept existiert aber weiterhin und bestimmte traditionelle Eigenschaften des Sensei bleiben bei den Lehrern in modernen westlichen Trainingsgruppen erhalten. So ist es die Aufgabe eines Bujinkan-Sensei, die Tradition der Schule zu bewahren. Deswegen hat er eine gewisse autoritäre Rolle innerhalb seiner Gruppe: Er ist beispielsweise die letzte Instanz bei Diskussionen über die korrekte Umsetzung von Techniken, sowie die einzige Person, die den Praktizierenden seiner Gruppe einen neuen Rang verleiht. Eine Heraus-

# Schmidt



Schmidt oHG  
Kfz-Meister-Fachbetrieb

Plenklweberweg 10  
81829 München

Telefon 0 89 / 42 92 75  
Telefax 0 89 / 42 04 04 - 44

Internet: [www.autofit-schmidt.de](http://www.autofit-schmidt.de)

 **SCHMIDT**  
Containerdienst

## SCHMIDT Containerdienst GmbH

[info@container-schmidt.de](mailto:info@container-schmidt.de)  
[www.container-schmidt.de](http://www.container-schmidt.de)

Telefon: 089 - 42 46 16  
Telefax: 089 - 42 04 04-44

Plenklweberweg 10  
81829 München





forderung hierbei ist es, eine Balance zwischen der traditionellen japanischen Rolle des Sensei und einem modernen Trainingsleiter zu finden.

### Unsere Sensei – für jeden Typ Mensch der richtige Ansatz dabei

In Japan wird einer Kampfkunst immer auch der Charakter des Sensei zugeordnet. Das heißt, dass die Art, wie der Lehrer die Kampfkunst unterrichtet, ausschlaggebend dafür ist, wie diese wahrgenommen wird. Im TSV haben wir in unserer Abteilung Bujinkan das große Glück, gleich drei verschiedene Trainingsgruppen mit drei verschiedenen Sensei für den Unterricht zur Verfügung zu haben. Zusätzlich gibt es gemeinsame Trainingseinheiten mit einem Sensei aus Puchheim, der aus unseren Kreisen entsprungen ist.

Die vier Lehrer lassen sich dabei in ihrer Art und Weise das Training zu leiten, den vier Elementen Feuer, Wasser, Wind und Erde zuordnen. Während man beim ersten das Feuer direkt spüren kann, das in ihm für das Bujinkan brennt, nimmt der nächste den Fluss des Tages einfach mit und baut in seinen Unterricht spontan Ideen ein, die ihm während des Trainings einfallen. Der Nächste wiederum kann von ruhig und sanft bis hin zu wild und tosend jeden Zustand annehmen, den der Wind hergibt und beim Vierten bekommt man die Formen in so felsenfester Art präsentiert, dass keine Fragen offenbleiben.

Für jeden, der sich das Bujinkan ansehen möchte, ist also ein Unterrichtsstil vorhanden, der für ihn die beste Lehrgrundlage bietet. Da wir vor Corona regelmäßig Treffen der verschiedenen Dojos organisiert haben und jetzt im Online Trainingsbetrieb regelmäßig die Lehrer wechseln, bekommt man von jedem Element etwas mit und lernt die Formen und Techniken aus immer neuen Blickwinkeln. So wurde auch hier oft ein Aha-Effekt bei den Schülern ausgelöst, den man mit nur einem Element womöglich nie wahrgenommen hätte.

*Stephan und Stefanie*





## Zwiesgespräch zwischen Pengfei und Konrad:

### Wie ich zum leidenschaftlichen Fechter wurde

**Konrad** Hallo Pengfei, gut schaust aus, hast Du in den letzten Wochen trainiert?

**Pengfei** Na weißt du, leider lässt das Infektionsgeschehen derzeit keine reguläre fechterische Aktivität zu. Aber: mit diversen online Angeboten und viel eigenen sportlichen Bewegungen kann ich mich fit halten. Der Frühling ist angekommen, die Aussichten auf eine erfolgreiche Bewältigung der Situation ist in Sichtweite ...

**Konrad** Ach so, ich verstehe, du freust dich, wenn es bald wieder losgeht mit unserem Fechten. Ja darauf warten wir alle. Ich bin gespannt, wie es dann wird, wie sich unsere jungen Fechter verändert haben und ob unsere alten Mitglieder noch alle ihre speziellen Fechttaktiken beherrschen.

**Pengfei** Ja, ich freue mich auch auf die neue Zeit. Da muss ich mal überlegen, ob ich überhaupt noch alles kann, was ich in den letzten Jahren bei dir und im Verein gelernt habe. Theoretisch bin ich auf aktueller Höhe mit den Fechtregeln, ich habe nämlich in der freien Zeit zusammen mit Ida die Kampfrichterprüfung erfolgreich absolviert.

**Konrad** Herzlichen Glückwunsch, das ist ja perfekt, das Regelwerk können wir dann mal als ein Thema zum Wiedereinstieg in unser Fechtgeschehen einplanen. Ich wollte dich aber auch noch fragen, wie du überhaupt zum Fechten gekommen bist?

**Pengfei** Das ist eine gute Frage. Wie Du weißt, gibt es ja in meiner ursprünglichen Heimat China diverse Kampfsportarten. Als ich dann nach Deutschland kam, habe ich mich zunächst auf meine Arbeit und das Einleben konzentriert. Gerne gehe ich regelmäßig in den nahen Bergen im Frühling und Herbst wandern, aber ich wollte auch etwas kontinuierlich machen, das nicht wetterabhängig ist, mit Kampfsport zu tun hat und in einer Gemeinschaft stattfindet. Über einen Freund bekam ich dann vor ca. 5 Jahren die Idee, mir einmal das Fechten anzuschauen. Und wie du siehst, bin und bleibe ich leidenschaftlich dabei.

Ich würde gerne auch deinen Weg zum Fechten hören und was du so dabei erlebt hast.

**Konrad** Das könnte eine lange Geschichte werden ... Ich habe ja schon einige Fechtjahre hinter mir. Mit 12 Jahren fing ich an, mein Vater ging immer freitags abends zum Fechten in den Turnverein Jahn Remscheid. Er hat auch bereits in seinen Jugendzeiten mit diesem Sport begonnen, also ging ich mal mit, um es mir anzuschauen. Sehr schnell hat es mir Spaß gemacht, aber etwas länger dauerte es dann doch, bis ich endlich gegen die erfahrenen Fechter erste Treffer setzen konnte. Meine Ausbildung begann beim Fechtmeister Herrn Kirmann, einer ähnlichen Kapazität wie unser heutiger Arkadiy – ganz klassisch Florett und in seinem bevorzugten eleganten Fechtstil. Diesen Sport habe ich dann leidenschaftlich während Schule, Studium und Arbeit bis heute, jetzt bereits in der Altersklasse Veteran, beibehalten.



**autohaus  
FEICHT**  
GmbH  
...guter Service ist bei uns  
serienmäßig

#### Unsere Leistungen:

- Notdienst rund um die Uhr
- Verkauf von Neu- und Gebrauchtwagen
- Autovermietung
- Reparatur
- Unfallinstandsetzung mit Lackiererei
- Hol- und Bringservice
- und vieles mehr...



NUTZFAHRZEUGE



#### Autohaus Feicht GmbH

Münchner Straße 39 · 85540 Haar/München  
Telefon: (089) 45 30 37-0 · www.feicht.de



**Pengfei** Na, da wirst du viel erlebt haben, wo hast du überall gefochten und was hast du erreicht?

**Konrad** Durch diverse Ortswechsel ausbildungs- und berufsbedingt war ich Mitglied in mehreren Vereinen: nach TV Jahn Remscheid, Marineschule Mürwik, Darmstädter FC, Uni TH Darmstadt, DJK Rosenheim und TSV Ottobrunn nun in Trudering. Ich bin durch das Fechten auch viel unterwegs gewesen und habe immer gerne alle Möglichkeiten zum internationalen Fechten (in Ungarn, Italien, Österreich ...) genutzt. Der Austausch mit Fechtern aus anderen Vereinen oder Ländern fördert sehr stark die Erfahrungen und Fähigkeiten des eigenen Fechtens. 1986 habe ich zusätzlich die Trainerrichtung eingeschlagen und die C-Lizenz erworben, seitdem leite ich Trainingseinheiten und bilde Fechter aus.

**Pengfei** Das werde ich in meinem Fechtleben nicht mehr alles schaffen, aber ich fechte seit einiger Zeit regelmäßig samstags bei Jürgen im Werksviertel. Dort sind auch viele gute Fechter aus den hiesigen Vereinen, und ich merke selber die Verbesserungen bei meinem eigenen Fechten, jetzt gewinne ich auch Gefechte, die ich früher nicht gewinnen konnte.

Eine Frage habe ich noch zu deinen Erfolgen. Du hast meines Wissens auch Meistertitel errungen?

**Konrad** In den langen Jahren meiner Turnierteilnahmen konnte ich zahlreiche Turnierfolge und Podiumsplätze erreichen, in Rosenheim war ich Stadtmeister, dann zweimal mit dem Florett im Seniorenbereich Bayerischer Meister und zweimal mit dem Degen Bayerischer Meister. Spaß und Kampfeswille zum Siegen habe ich jetzt immer noch, aber genauso freue ich mich darüber, meine Erfahrungen im TSV Trudering weiterzugeben, junge Fechter an unseren Sport heranzuführen und dazu beizutragen, sie zu erfolgreichen Fechtern auszubilden.

Lieber Pengfei, auch du bist schon seit einiger Zeit erfolgreicher C-Trainer und wirst bestimmt das eine oder andere Turnier bzw. eine Meisterschaft gewinnen. Bis dahin engagieren wir uns weiter für unsere Truderinger Fechter-Gemeinschaft.

**Pengfei** Na klar machen wir das, ich freue mich zusammen mit dir und unseren Trainern und Assistenten Anita, Arkadiy, Ida, Jürgen, Marie, Valentin, Louis, Cosme und allen weiteren Helfern für unsere Fechter da zu sein.

**J.RANNER**  
BAD & DUSCHE  
Amateurservice & Sanitärfachgeschäft

**WATERCryst**<sup>®</sup>  
Wassertechnik

## KALKSCHUTZ MIT GUTEM GEWISSEN IST KALKSCHUTZ MIT **BIOCAT**.

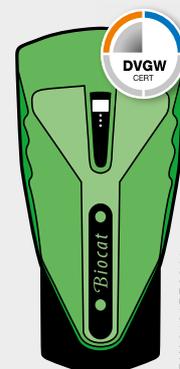
**WIRKSAM. CHEMIEFREI. PATENTIERT.**

BIOCAT Kalkschutzgeräte schützen die gesamte Trinkwasser-Installation wirksam vor Kalkablagerungen und sichern die Qualität und den guten Geschmack des vom Ihrem Wasserversorger bereitgestellten Trinkwassers – **ganz ohne die Hinzugabe von Salzen und Phosphaten.**

### BIOCAT KS 3000

Kleinstes KS-Gerät für Haushalte **BIS DREI PERSONEN.**

- + leichte Montage
- + geringe Betriebskosten pro Jahr
- + kein Salzauffüllen notwendig
- + eigene thermische Desinfektion
- + erfüllt Anforderungen der TrinkwV
- + Sicherheit bei Stromausfällen durch den automatischen Bypass-Modus
- + optische Gerätestatus-Anzeige und Speicherung von 100 Betriebszustandsänderungen
- + Austausch des Granulats nur alle fünf Jahre, unabhängig vom Wasserverbrauch
- + minimaler Wartungsaufwand



DW-9191/BR0341

**i** **Nicht geeignet** für technische Anlagen, bei denen eine Voll- oder Teilentsalzung notwendig ist oder vom Hersteller vorgeschrieben wird. Bestehende Kalkablagerungen werden durch das zugrundeliegende Verfahren der Biomineralisierung (Kalkkristallbildung) jedoch nicht abgebaut.

**BEZUG NUR ÜBER  
DAS SHK-FACH-  
HANDWERK**

Wasserburger Landstraße 247  
81827 München  
Fon 089 43909732  
info@jranner.de  
[www.jranner.de](http://www.jranner.de)



## Die Fitness & Gymnastikabteilung ist mit allen Wassern gewaschen.

**Warum? Weil eine Krise auch immer eine Chance ist. Und das hat sich die Fitness & Gymnastikabteilung gedacht und erweitert ihr Team um die bezaubernde Viktorija**

Mit 5 Jahren lernte ich Standardtänze kennen. Diese Erfahrung hatte den großen prägenden Effekt auf mein ganzes Leben, immer in Bewegung zu bleiben und auf den eigenen Körper zu hören. Die im späteren Leben häufig sitzende Tätigkeit und die damit verbundenen körperlichen Beschwerden haben mich zu Pilates gebracht. Seitdem kann ich mir mein Leben nicht mehr ohne vorstellen. Es hat einige Zeit gedauert, bis ich wirklich begriffen hatte, was es bedeutete, seine „Körpermitte zu aktivieren“. Dies war für mich ein richtiger

„Aha“-Moment. Zudem war es ein gutes Beispiel für den Spruch „Der Weg ist das Ziel“, da ich mich nach jeder Stunde immer ein bisschen kraftvoller und zugleich entspannter fühlte. Das hat mich dazu bewegt, das Thema zu vertiefen und mich darin ausbilden zu lassen. Im Laufe dieser Ausbildung hat besonders der Beckenboden meine Aufmerksamkeit geweckt und so widmete ich mich auch diesem Thema.

Es bereitet mir sehr viel Freude, wenn ich etwas zur Bewegung und zum Wohlbefinden von anderen beitragen kann. Ein Weg beginnt mit kleinen Schritten, und ich freue mich, euch auf diesem Weg und euren „Aha“-Momenten zu begleiten.

*Viktorija Terentjeva*



### **Aktueller Online Kurs:**

Coretraining mit Schwerpunkt Beckenboden mit Viktorija

**Freitag 18:30 - 19:30 Uhr**

Du möchtest bei unserem Online Angebot teilnehmen?

Dann melde dich unter: [fitness@tsvtrudering.de](mailto:fitness@tsvtrudering.de)



Official Partner



# Solalinden- APOTHEKE

## IHRE APOTHEKE IM ZENTRUM VON TRUDERING



# Unser Fitness- und Gymnastik-Angebot!



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
18.30 – 19.30 Uhr <b>FatBurner</b> Andrea	18.30 – 19.30 Uhr <b>BodyStyling</b> Erika	18.30 – 19.30 Uhr <b>Pilates, Faszien &amp; Co.</b> Martina	18.30 – 19.30 Uhr <b>BodyFit</b> Verena	18.30 – 19.30 Uhr <b>Coretraining mit Schwerpunkt Beckenboden</b> Viktorija
19.30 – 20.30 Uhr <b>Yoga</b> Caro	19.30 – 20.30 Uhr <b>Pilates</b> Martina		19.30 – 20.30 Uhr <b>Gesunder Rücken</b> Katharina	

Anmeldung über: [fitness@tsvtrudering.de](mailto:fitness@tsvtrudering.de)

Wir freuen uns auf Dich!

**ONLINE LIVE!**



Kraft und Koordination

Herz, Kreislauf und Ausdauer

Body and Mind

Stand: Mai 2021

# Fit durch Bio mit basic

Das mit Abstand größte Bio-Sortiment in Trudering!



**basic**

*Bio-Genuss für alle*



Ihr Bio-Supermarkt

Hafelhofweg 5  
(Ecke Schmuckerweg)

Mo.–Sa. 7.00–20.00 Uhr

Über 12.000 Bio-Produkte warten auf Sie!



# NEUES UND ALTBEWÄHRTES Bewegung in der Fußballabteilung



Zu Beginn möchten wir ein Truderinger Urgestein verabschieden, und gleichzeitig neu begrüßen!

## Stefan Dengler hört nach zwölf Jahren als Abteilungsleiter auf.

Lieber Stefan, vielen Dank für deine hervorragende Arbeit und die vielen Stunden, die du aufgebracht hast. Du hast viel bewegt. Gleichzeitig begrüßen wir dich neu, als Fan und Berater unserer Fußballabteilung.

Wir haben Gott sei Dank einen sehr erfahrenen und kompetenten Nachfolger für Stefan gefunden. **Herrmann Eggerl** hat dieses Amt nun mit neuen Ideen und viel Erfahrung neu besetzt. Herrmann kann man durchaus als Choriphäe im Münchner Amateur-

fussball bezeichnen. Über 20 Jahre leitete er die Geschicke beim MSV München und konnte dort tolle Erfolge verbuchen. Lieber Herrmann, herzlich willkommen in der Truderinger Fußballfamilie. Ab Sommer können wir zum ersten Mal nach einigen Jahren wieder eine eigene A-Jugend stellen. Es ist für uns wichtig, dass Jahr für Jahr gut ausgebildete Eigengewächse aus der Jugendabteilung in den Herrenbereich kommen. In den zurückliegenden Osterferien konnten wir trotz Corona ein Feriencamp für Kinder und Jugendliche anbieten. Zudem freuen wir uns, dass es beim TSV Trudering wieder eine AH gibt. Viel Spaß beim Lesen.  
*Michi Koller*

NEUER PARTNER



## Gebäudeenergieberatung



- ✓ Kosten senken
- ✓ Klima schonen
- ✓ Werte steigern

Als zertifizierter Gebäudeenergieberater stehe ich Privatkunden, der Wohnungswirtschaft und Kommunen bei der energetischen Weiterentwicklung von Bestandsgebäuden und Neubauten zur Seite. Hier sehe ich mich als Bindeglied zwischen Handwerk und Kunden.

### Meine Dienstleistungen

- ✓ Vor Ort Beratung
- ✓ Sanierungsfahrplan
- ✓ Energieausweise
- ✓ Antragservice für öffentliche Förderungen
- ✓ Baubegleitung



Wärmedämm-Verbundsysteme  
Gerüstbau · Hebebühnenverleih

## Packen Sie Ihr Haus warm ein!

- Wärmedämm-Verbundsysteme
- Gerüstbau und -Verleih

## ENERGIEKOSTEN SENKEN

durch Vollwärmeschutz bei Neubau und Altbau-Modernisierung

*Rufen Sie uns an,  
wir beraten Sie gerne.*

**Fromberger & Hopf GmbH**  
Gewerbestraße 5 1/2  
84562 Mettenheim-Hart

Telefon 0 86 31 / 55 49 oder 0171 / 38 16 116  
Fax 0 86 31 / 77 19 · [www.fromberger-hopf.de](http://www.fromberger-hopf.de)



## TSV Trudering 1. Herrenmannschaft

### Hallo an alle, erstmal ein Gut-Kick in die Runde.

Wir möchten die aktuelle Pandemiesituation nutzen, um aus dem Truderinger Herrenbereich einiges an interessanten Neuigkeiten zu berichten. Hinter den Kulissen wurde nämlich während der (leider) viel zu langen Fußballpause fleißig an der Kaderplanung gearbeitet und einige vielversprechende Neuverpflichtungen unter Dach und Fach gebracht. So freuen wir uns, sobald ein geregeltes Mannschaftstraining wieder möglich ist, neben neuen Feldspielern auch neue Torhüter in unseren Reihen begrüßen zu können. Zudem werden uns ab der kommenden Spielzeit auch Karin und Rudi Lengauer als fester Bestandteil des Teams vom Seitenrand aus unterstützen. Ein großes Dankeschön an dieser Stelle an unseren Sportvorstand

Michi Koller, den neuen Abteilungsleiter Hermann Eggerl und natürlich an das Truderinger Urgestein Vincenzo Sardelli. Die Vorfreude die neuen Mannschaftskollegen auch auf dem Platz kennen zu lernen, ist selbstverständlich groß.

Doch auch unsere Spieler waren fleißig in der Pause, und so können sich unser Coach Basti Wastl und Starstürmer Michi Hachtel über ihren Nachwuchs freuen. Die Truderinger Familie begrüßt die Neuzugänge recht herzlich und gratuliert an dieser Stelle den frisch gebackenen Eltern (und dem Turniersieger).

Darüber hinaus möchten wir noch unsere aktuelle Laufaktion vorstellen. Die Truderinger Jungs der ersten Mannschaft haben aufgrund der Fußballpause die Initiative ergriffen und ein Spenden-



### Hermann Eggerl Brandschutz

- ▶ **Wartung Handfeuerlöcher nach DIN 14406** ◀
- ▶ **Fachkraft für Rauchwarnmelder nach DIN 14676** ◀

Von-Aychsteter-Straße 14  
82054 Sauerlach  
hermann-eggerl@t-online.de

Telefon 08104/889265  
Fax 08104/889270  
Mobil 0172/3654433



projekt gestartet, um sich für einen mögliche Restart vorzubereiten und gleichzeitig etwas Gutes zu tun. Dabei werden auch unsere Trainer, Betreuer und Verantwortlichen an den Start gehen. In der „Stiftung Wadentest“ haben unsere Jungs eigenständig Sponsoren akquiriert und laufen gemeinsam in 4 Wochen vom 12.04.2021 bis 09.05.2021 so viele Kilometer wie möglich. Dabei werden sowohl Festbeträge, Spenden pro gelaufenen Kilometer der gesamten Mannschaft und jedes Einzelnen gesammelt. Der gesamte Erlös wird an die Kinderklinik der München Klinik Harlaching gespendet. Ein aktueller Zwischenstand ergibt bereits eine erlaufene Summe von 2200 € (Stand: 23.04.2021). Wer dies gerne auch unterstützen möchte, der meldet sich entweder bei Max Lengauer (maxi@lengauer.de), bei Michael Hachtel oder auch auf unserer Facebook/Instagram Seite. Für weitere Informationen könnt ihr auch gerne auf unserer Homepage vorbeischauchen. Dabei ist jede noch so kleine Spende herzlich willkommen.

Nun zurück zum Fußballerischen – die Ziele sind nun klar formuliert,

man möchte zunächst die Neuzugänge gut in die Gemeinschaft integrieren, um als eingeschworene Truppe in der kommenden Spielzeit wieder voll anzugreifen. Ob wir nun in einer fortgeführten Rückrunde noch um den Aufstieg mitspielen können oder ob sich unser Team in einer vollkommen neuen Saison unter Beweis stellen muss, bleibt abzuwarten...

Aber hauptsächlich juckt es wohl jeden in den Füßen, endlich wieder zusammen auf dem Platz stehen zu können, sei es auch nur für gemeinsame Trainingseinheiten oder fürs Kartenspielen nach einer anstrengenden Trainingseinheit. Denn die Mannschaft vermisst sowohl das Miteinander auf dem Platz, den Wettkampf mit anderen Mannschaften und vermutlich auch die Mitspieler untereinander.

Es bleibt also nur zu hoffen, dass die aktuelle Situation sich bald entspannt, alle gesund bleiben und wir unsere Fans wieder in der Feldbergarena zu hochklassigem Kreisklassenfußball begrüßen können. Wir freuen uns auf jeden Fall darauf.

*Flo und Max Lengauer*



## 1: 0 für Ihre Absicherung

**Auch wir sind im Spiel.  
Ihr Spezialist für Sicherheit und Vorsorge.**

Treffen Sie zielsicher Ihre persönliche Vorsorgeentscheidung.

Sprechen Sie mich an, ich berate Sie gern!

**Geschäftsstelle Ernst Stegmeier GmbH**  
Gerhard Traub  
Wendelsteinstr. 10, 85591 Vaterstetten  
Tel. 08106 929750  
info.stegmeier@continentale.de



# Werner

- Straßenreinigung
- Winterdienst
- Garten- und Landschaftsbau
- Kompostierung
- Entsorgungsfachbetrieb

☎ 089 / 45 10 88 - 10 · [www.werner-muc.de](http://www.werner-muc.de)





## Altbewährtes und Neues:

Seit 2019 trainiert wieder eine AH-Mannschaft an der Feldbergstraße. Das Ziel: irgendwann in den Spielbetrieb einzusteigen. Doch bis dahin ist noch ein weiter Weg.

Angestoßen wurde die Idee schon weit vor dem Jahr 2019. Alex Inderst und Flo Weisenbach hatten erste Gespräche mit dem Verein geführt, die aber erst wirklich Früchte trugen, als Tobi Schötz und Fabi Weisenbach den sanften Forderungen nach einem Trainingsplatz Nachdruck verliehen. Vier Spieler, die bereits von Kindesbeinen an für den TSV aufliefen, gründen fast 30 Jahre nach ihrem Vereinseintritt eine Alt-Herren-Mannschaft – ein schönes Bild, das viel aussagt über den Zusammenhalt im Verein.

Zunächst nahm man den Trainingsbetrieb im 2 Wochen-Turnus auf, stellte jedoch schnell fest, dass auch jede Woche ein „Gaudikick“ zustandekommen könnte. Auch das ein oder andere Freundschaftsspiel konnte die Truppe schon bestreiten. Im Vordergrund stehen aber die Freude am Kicken, das gesellige Miteinander und die Identifikation mit dem Verein.

Denn wer in den vergangenen Jahrzehnten Spiele der 1. und 2. Herren-Mannschaft an der Feldbergstraße verfolgt hat, wird in der Truderinger AH sicher das eine oder andere Gesicht wiedererken-

nen. Die meisten Spieler haben viele Jahre im Jugend- und Herrenbereich des TSV Trudering verbracht, daher ist man durchaus etwas stolz, die große Tradition der AH nun endlich wieder aufleben zu lassen und fortführen zu können.

Im Laufe der letzten beiden Jahre sind zudem weitere Fußballbegeisterte zur Mannschaft gestoßen – seien es Trainer oder Spielerväter, „Berühmt-Berüchtigte“, die reaktiviert wurden oder auch „Zuagroaste“, die natürlich jederzeit gerne willkommen sind.

Aufgrund der Corona-Pandemie ist der Trainingsbetrieb leider aktuell komplett auf Eis, aber die Mannschaft ist guter Dinge, den nächsten „Gaudikick“ schon bald wieder abhalten zu können. Die Meldung zum Spielbetrieb steht zwar noch in den Sternen, eine fundierte Zukunftsplanung ist in diesen Zeiten leider ein Ding der Unmöglichkeit. Aber wenn sich die Truppe bald wieder treffen kann, um gemeinsam einmal die Woche die Fußballschuhe zu schnüren (und danach ein kaltes Getränk einzunehmen), dann ist schon viel erreicht. Wer Lust hat, mal vorbeizuschauen: Immer montags geht's an der Feldbergstraße rund – hoffentlich schon bald wieder!

**Bis dahin: Bleibts g'sund und munter Eure Truderinger AH**

*Alex Inderst*

## Feriencamp für Kinder in den Osterferien

### ENDLICH WIEDER FUßBALL!

So ging es wohl allen Kindern, die sich wieder auf dem Fußballplatz eingefunden hatten. Vom 29.03.2021-01.04.2021 veranstaltete die Fußballabteilung des TSV Trudering ein Oster-Trainingslager für die Jugend des Vereins. Unter der Leitung von Martin Janilsith und Simon Heck verbrachten täglich rund 45 Kinder im Alter von fünf bis elf Jahren einen abwechslungsreichen Vormittag. Hilfe gab es von der B-Jugend. Max Linde und Lukas Neumair übernahmen die Kinder aus dem Fußball-Kindergarten. Zudem stießen noch Marc Odenbreit und Florian Lengauer von der 1. Mannschaft hinzu. Mit diesem Team konnte ein reibungsloses Training gewährleistet werden. Natürlich wurde in dieser Zeit auch ein gutes Hygiene-Konzept entwickelt. Alle Kinder wurden im Vorhinein registriert und von unserem technischen Leiter Vincenzo Sardelli jeden Tag angemeldet. So wurde eine entsprechende Nachverfolgung sichergestellt. Die einzelnen Tage liefen wie folgt ab: Montag: Hier lag der Fokus auf einem ersten Kennenlernen. Da die Kinder aus vielen unterschiedlichen Jugendmannschaften zusammengewürfelt wurden, waren viele Gesichter noch fremd. Durch verschiedene kleine Spiele mit dem Ball entwickelten sich aber schnell neue Freundschaften.

Dienstag: Am nächsten Tag wurde verstärkt auf das Dribbling mit dem Ball eingegangen. Die zum Teil schwierigeren Parcours waren für den einen oder anderen eine Herausforderung. Jedoch wächst man ja sprichwörtlich mit seinen Aufgaben, und so waren alle Kinder mit großer Konzentration dabei.

Mittwoch: Nun ging es endlich zum Torschuss. Für viele Kinder war das ein Highlight. Endlich einmal auf ein großes Tor schießen! Hierbei wurden Stationen aufgebaut, in denen Zielgenauigkeit, Geschicklichkeit und Abschluss trainiert wurden.

Donnerstag: Am letzten Tag ging es schließlich um den Spaß am Spiel. Dazu wurden die Kinder in kleine Gruppen eingeteilt und durch verschiedene Minispiele geschickt. Diese waren unter anderem Fußball-Tennis, Fußball-Kegeln oder auch TIC TAC TOE. Vielen merkte man die Anstrengung der letzten Tage an, der Spaß ging dadurch aber nicht verloren.

Zusammenfassend war die Woche ein voller Erfolg! Wir hoffen sehr, dass es bald wieder mit dem regulären Training weitergeht und die Kinder sich auf dem grünen Rasen austoben können!

*Martin Janilsith*



In den letzten Jahren wurde ja schon öfters über „Die Dritte“ berichtet.

Heute möchte ich mich mal den Trainern aus „Der Dritten“ widmen:

**Andi Schilcher:** war nicht nur Jahrelang als Co-Trainer der Herren 1 tätig, er trainierte auch zusammen mit Anderl Brachem umara 1996-2000 die männliche B- und A-Jugend.

**Bernt Mayer:** trainierte umara 1978-1981 die männliche A-Jugend angeblich Europa-League

**Leonhard „Hardi“ Höss:** trainierte im Zeitraum 1994-2002 die Herren 2 und verschiedene männliche Jugendmannschaften. Immer wenn er gefragt wurde – von Hofi genötigt – stand er freundlicherweise sofort bereit

**Martin Arntzen:** trainierte einige Monate Damen 2 und danach etwa 2 Jahre eine männliche C-Jgd. u.a. mit Korbi Lex (heute 2. Liga) und Flo Nortz (Bayernliga)

**Richard Reisenauer:** trainierte zwischen 1985 und 1995 männliche D-Jugenden und war zudem in diesem Zeitraum Schüler- bzw. Jugendleiter

**Peter Seemann:** trainierte umara 1980 zuerst eine weibliche C- und danach eine weibliche B-Jugend

**Jörg Wolff:** trainierte früher eine weibliche B- und danach eine weibliche A-Jugend

**Michael Beigl:** trainierte die männliche C- bis A-Jgd. umara 1990-1995

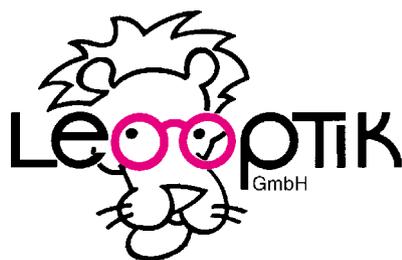
**Stefan Hofele:** trainierte im Zeitraum 1976 bis 2006 weibliche A-Jugend; Damen 1 und 2, Herren 1, 2, 4.

Zudem war/ist er Jugendleiter, sportlicher bzw. techn. Leiter seit 1973

**Uwe Seemann:** war jahrelang Torwarttrainer bei versch. Mannschaften, aktuell noch bei Herren 1, zudem 4 Jahre Abteilungsleiter

**Toni Schilcher:** Trainer Herren 1 in der Regionalliga 1998-2000

## Brillen und Kontaktlinsen



Peter Kaminski

Putzbrunner Straße 3 · 81737 München

Telefon (0 89) 6 35 15 48 · [www.leo-optik.de](http://www.leo-optik.de)



**Neumaier & Granzer GmbH**

**Geschäftsführer: Franz Neumaier**

**Karl-Schmid-Str. 18 · 81829 München**

**Telefon (089) 42 93 83 · Telefax (089) 42 52 15**

**email: [neugraelektro@aol.com](mailto:neugraelektro@aol.com)**



Viele Trainer kamen aus der Dritten. Hier mit ihrem Lehrmeister Karl Martini (zweiter von rechts). Er hat den Herren 1 das „Handballspielen“ beigebracht und die Ära der Aufstiege bis zur Regionalliga eingeläutet.

Apropos Toni Schilcher: nachfolgend ein Interview mit demjenigen Spieler, der durch seine überragenden Leistungen seit seinem Eintritt in den Verein, die HB-Abteilung bis zur Regionalliga geführt hat:

**Interview am 12.04.21 mit Toni Schilcher:**

**Wie lange bist Du bereits beim TSV Trudering?**

Seit 1981.

**Was waren Deine größten Erfolge?**

6 Jahre Regionalliga und das Pokal Final Four mit der Dritten.

**In welchen Jahren hast Du die Herren 1 trainiert und in welcher Klasse?**

1998-2000, 2 Jahre in der Regionalliga nach Axel Pohl und vor Wiggerl Hofmann.

**Stimmst es, dass Du immer unter den Top 3 Torschützen gewesen bist?**

Ich war viermal unter den Top 3, ich glaube von 1994-1998 (Regionalliga).

**Wie viele Meistertitel hast Du in den letzten Jahren mit „Der Dritten errungen?“**

10

Das Interview führte der technische Leiter *Stefan Hofele (Hofi)* unter Einhaltung sämtlicher Vorschriften zu Covid 19 – per WhatsApp

NEUER PARTNER

# KLEINE HELDEN



*Sich auspowern, rumrennen, Spaß haben – unsere Kinder brauchen das für ihr körperliches und seelisches Wohlbefinden.*

Sportvereine wie der TSV Trudering leisten hier einen wertvollen Beitrag, um Kindern die Freude an der Bewegung und Teamgeist zu vermitteln.

AXA macht jetzt allen Eltern von Kindern bis zum 10. Lebensjahr ein besonderes Angebot, welches Sport und optimalen Versicherungsschutz verbindet:

**Beim Abschluss einer Unfallversicherung\* für Ihr Kind schenken wir Ihnen den ersten Jahresbeitrag.**

\* bei einer Vertragslaufzeit von 3 Jahren

**Versicherungsbüro Michaelsen e. K.**  
Geschäftsstelle der AXA Versicherung AG  
Erdinger Straße 11, 85609 Aschheim, Tel.: (089) 690 46 90  
[www.axa-betreuer.de/agentur\\_michaelsen](http://www.axa-betreuer.de/agentur_michaelsen)





# Unser Tanzteam stellt sich vor

## Steckbrief

### Verena

Leitet die beiden Flummi-Gruppen, 4-5 Jahre

**1. Diese drei Dinge würde ich auf eine einsame Insel mitnehmen:**

Ein Fotoalbum mit Bildern von Familien und Freunden; etwas, womit man Musik abspielen kann; Leinwand zum Malen

**2. Das ist mein Lebensmotto:**

In jeder Situation gibt es etwas Gutes zu sehen.

**3. Zu diesem Lied tanze ich am liebsten:**

Afraid no more - Bukahara

**4. Darauf freue ich mich in meinen Stunden besonders:**

In die glücklichen Gesichter zu schauen, wenn wir etwas spielen

**5. Ein Funfact über mich:**

Alle in meinem Umfeld bezeichnen mich immer als süß

**6. Diesen Satz hörst du in jeder Stunde von mir:**

Wir machen noch eine Übung, bevor wir etwas spielen.

24



Seit September 2020 bietet der KidsClub auch **Tanzgruppen für Kids und Teens von 4 – 17 Jahren** an. Seitdem haben schon viele von Euch mit unseren Trainerinnen den Boden beben lassen. Auch Online haben einige das Tanzbein daheim geschwungen.

### Hast du auch Lust bekommen?

Dann sichere dir jetzt deinen unverbindlichen Schnupperplatz, sobald wir wieder mit den Indoorkursen starten dürfen und schreibe eine Mail an [kidsclub.planung@tsvtrudering.de](mailto:kidsclub.planung@tsvtrudering.de)

**Unser Tanzteam freut sich auf Dich!**

## Steckbrief

### Marika

Leitet die beiden Flummi-Gruppen, 4-5 Jahre



**1. Diese drei Dinge würde ich auf eine einsame Insel mitnehmen:**

Ganz viele Fotos von Freunden um Familie, einen iPod für Musik, ein Funkgerät

**2. Das ist mein Lebensmotto:**

Lebe dein Leben mit allem und allen, das/die du liebst

**3. Zu diesem Lied tanze ich am liebsten:**

Kiss me – Lola Jane

**4. Darauf freue ich mich in meinen Stunden besonders:**

Auf viele fröhliche Gesichter und viel Spaß beim Tanzen

**5. Ein Funfact über mich:**

Ich spüre immer ein Kitzeln auf der Haut, wenn ich neue Sommersprossen bekomme.

**6. Diesen Satz hörst du in jeder Stunde von mir:**

Ich freue mich auf nächste Woche!

## Steckbrief

### Lola

Leitet die Lollipops, 6-7 Jahre

**1. Diese drei Dinge würde ich auf eine einsame Insel mitnehmen:**

Meine Familie, ein Buch, ein Segelboot

**2. Das ist mein Lebensmotto:**

It's not about how you survive the storm, it's about how you dance in the rain.

**3. Zu diesem Lied tanze ich am liebsten:**

Es gibt so viele.. z.B. Old Time Rock & Roll - Seger oder Shape of You - Ed Sheeran.

**4. Darauf freue ich mich in meinen Stunden besonders:**

Den Kindern die Freude am Tanzen überzubringen

**5. Ein Funfact über mich:**

Ich habe nur 4 Jahre meines Lebens an Land verbracht.

**6. Diesen Satz hörst du in jeder Stunde von mir:**

Keinen bestimmten Satz, aber immer etwas Positives :-)





**Steckbrief**



**Monika**

Leitet Dance the Floor, 8-10 Jahre und Hit the Floor, 11-14 Jahre

**1. Diese drei Dinge würde ich auf eine einsame Insel mitnehmen:**

Ein Buch von O. Tokarczuk, eine Schwimmbrille, ein Fahrrad

**2. Das ist mein Lebensmotto:**

Mein Leben ist ein Bild, an dem ich male.

**3. Zu diesem Lied tanze ich am liebsten:**

New York - Alicia Keys

**4. Darauf freue ich mich in meinen Stunden besonders:**

Auf eure Entwicklung, einen besseren Stand, gerader Rücken und dass wir viele schöne Momente beim Choreographieren erleben und erlernen werden.

**5. Ein Funfact über mich:**

Ich kann keinen Spagat

**6. Diesen Satz hörst du in jeder Stunde von mir:**

Füße pointen!

**Steckbrief**

**Lea**

Leitet die Hiphop-Teens, 14-17 Jahre

**1. Diese drei Dinge würde ich auf eine einsame Insel mitnehmen:**

Ein Taschenmesser, ein Kissen, ein Radio (in der Hoffnung, dass es Netz gibt)

**2. Das ist mein Lebensmotto:**

Fall seven times, stand up eight

**3. Zu diesem Lied tanze ich am liebsten:**

Das ändert sich jeden Tag.

**4. Darauf freue ich mich in meinen Stunden besonders:**

Mit den Teens gemeinsam zu tanzen

**5. Ein Funfact über mich:**

Ich liebe es, Tanzschritte mit Actionfilmen zu vergleichen

**6. Diesen Satz hörst du in jeder Stunde von mir:**

Habt ihr Fragen? Jaaaaa?



Alter	Gruppe	Wochentag	Zeit
4 – 5 Jahre	Die hüpfenden Flummis I	Donnerstag	16.30 – 17.15 Uhr
4 – 5 Jahre	Die hüpfenden Flummis II	Donnerstag	17.30 – 18.15 Uhr
6 – 7 Jahre	Die Lollipops	Montag	16.30 – 17.15 Uhr
8 – 10 Jahre	Dance the Floor	Donnerstag	16.30 – 17.15 Uhr
11 – 14 Jahre	Hit the Floor	Donnerstag	17.30 – 18.30 Uhr
14 – 17 Jahre	Hip Hop	Donnerstag	18.45 – 19.45 Uhr



FÜR IHR KREATIVES KIND

PRIVATE PESTALOZZI REALSCHULE  
www.pp-rs.de · 089 45 22 06 80

staatlich anerkannt

- ✓ Pädagogische Ganztagesbetreuung
- ✓ Zweig Kunst (IIIb) oder Französisch (IIIa)
- ✓ Zusatzausbildung in Grafikdesign
- ✓ Individuelle Betreuung in geringen Klassenstärken



IHRE REALSCHULE IN TRUDERING (NÄHE TRUDERINGER BHF.)

✓ KUNST

✓ DESIGN

✓ MUSIK

✓ THEATER



# Eine Reise durchs Tierreich!

Wir sind Trudering

## Du brauchst:

- mind. 1 Mitspieler
- Würfel
- Spielfiguren

Der jüngste Spieler beginnt. Würfel und rücke mit deiner Spielfigur vor. Erfülle die Aufgabe auf dem jeweiligen Feld. Wenn du sie nicht schaffst, darfst du es einfach nochmal versuchen.

**Wer schafft am schnellsten seine Reise durch das Tierreich?**



**Maus**  
 Laufe mit kleinen Tippelschritten um den Tisch herum!



**Eisbär**  
 Mache einen Purzelbaum! Dein Kinn bleibt dabei fest auf der Brust!

**Kurze Pause**  
 Setze eine Runde aus, um dich von dem ersten Marsch erholen zu können!

**Schlange**  
 Lege dich auf den Bauch und schlängle dich auf die andere Seite des Zimmers!



**Nilpferd**  
 Die anderen Spieler müssen eine Brücke für dich bauen, unter der du hindurch schwimmen kannst!

**Pinguin**  
 Watschle zwei Runden, wie ein Pinguin, um den Tisch!



**Krebs**  
 Krabbe eine Runde, wie ein Krebs um den Tisch!



**Giraffe**  
 Mache dich ganz groß und gehe auf Zehenspitzen um den Tisch herum!



**Affe**  
Mache 10 Hampelmänner!



**Flamingo**  
Stehe 10 Sek. auf einem Bein!



**Känguru**  
Springe 3x so hoch du kannst!

**Vogelbeobachtung**  
Setze eine Runde aus, um in Ruhe die Vögel zu beobachten!



**Elefant**  
Verschränke deine Arme zu einem Rüssel und trample mit lauten Schritten einmal um den Tisch herum!



**Frosch**  
Hüpf 2 Runden, wie ein Frosch, um den Tisch!!

**Leopard**  
Sprinte einmal bis zur Zimmertür und zurück!



**Dressurpferd**  
Balanciere den Spielwürfel auf dem Handrücken und gehe anmutig um den Tisch herum!



**Bär**  
Umkreise auf allen Vieren den Tisch! Die Knie kommen vom Boden weg!



**Löwe**  
Der Löwe brüllt so kräftig, dass es dich 2 Felder zurück weht!

**Ziel**

Laura Gabler



**bade  
... erfrischend anders.  
spass**



**CRANPOOL®**  
BADE- UND SAUNASPASS

**Grabner GmbH**  
D-81825 München  
Truderinger Straße 282

Tel.: 089/45 10 89-3  
info@cranpool.de

[www.cranpool.com](http://www.cranpool.com)



# Die Übungsleiter/innen — Geheimnisvolle Wesen

## Steckbrief

### Isabella Risse

Alter 17 Jahre, Übungsleiterin seit 2016

Trainingsgruppe: U14/16

#### Warum hast Du Dich entschieden, Übungsleiter/in zu werden?

Ich bin als 13-jährige eine halbe Stunde zu früh ins Training gekommen. Da hat Jens mich gefragt, ob ich solange die Kleinen trainieren möchte. Es hat Spaß gemacht und zu der Zeit wurden helfende Hände gesucht. Also bin ich ins Trainerteam eingestiegen.

#### Was macht Dir Spaß/was nervt Dich beim Training?

##### Wie kommt man mit Dir am besten zurecht?

Am meisten Spaß macht das Training mit motivierten Kindern, denen man richtig anmerkt, dass sie Lust auf Leichtathletik haben. Es ist wirklich schön zu sehen, wie sie sich über die Jahre weiterentwickeln. Solange man mir bei meinen Ansagen zuhört, ist alles super. Ansonsten raubt es ordentlich Zeit und kann auch mal anstrengend werden.

#### Ernährungsgewohnheiten?

Für einen guten Start in den Tag esse ich am liebsten ein Avocado-Brot mit frischem Orangensaft dazu. Sonst darf es gerne abwechslungsreich sein.

#### Was viele nicht wissen:

Hätte ich nicht mit Leichtathletik angefangen, dann mit dem brasilianischen Kampftanz Capoeira.

## Steckbrief

### Patricia Zanner,

Alter 18 Jahre, Übungsleiterin seit Juni 2020

Trainingsgruppe: U14/U16

#### Warum hast Du Dich entschieden, Übungsleiter/in zu werden?

Es macht mir sehr viel Freude, den Kleinen etwas von meiner großen Leidenschaft, dem Sport weiterzugeben und ihnen beizubringen. Außerdem finde ich es schön zu sehen, wie die Kinder Fortschritte machen und immer besser werden!

#### Was nervt Dich beim Training?

Wenn man ständig redet, nicht aufpasst und nicht gescheit mitmacht.

#### Wie kommt man mit Dir am besten zurecht?

Gut und aufmerksam mitmachen im Training und Spaß haben.

#### Was bringt Dich auf die Palme?

Unpünktlichkeit und Unordnung.

#### Lieblingsessen?

Kaiserschmarrn.

#### Was viele nicht wissen:

Neben dem Sport tanze ich Flamenco und spiele Klarinette in einer Big Band.



## Ostern 2021:

Zahl der Verwandtenbesuche: 0

Noch nicht geschaut Netflix Serien: 0

Lust auf einen weiteren Spaziergang durch den Truderinger Wald: 0

Tage bis zum Abgabeschluss fürs Sportlicht: 7

### Steckbrief

## Sarah Jäger

Alter 25 Jahre

von 2012-2020 Trainerin in Poing (LG Sempt),

seit Ende 2020 Trainerin beim TSV Trudering

Trainingsgruppe: Leistungsgruppe U14



### Warum hast Du Dich entschieden, Übungsleiterin zu werden?

Vom Rand aus sind die Tempoläufe so viel weniger anstrengend :-). Außerdem mache ich selbst sehr gerne Sport und habe großen Spaß daran, mit Kindern zu arbeiten.

### Was macht Dir Spaß / was nervt Dich beim Training?

Am meisten Spaß macht es mir, wenn die Kids Erfolge haben. Damit meine ich gar nicht unbedingt, einen Wettkampf zu gewinnen. Wenn sie über sich selbst hinauswachsen und eine Übung, die ihnen bisher schwerfiel, auf einmal toll hinbekommen oder ihre Bestzeit verbessern und sich über sich selbst freuen, das sind die besten Momente. Am meisten stört mich die Aussage „Ich kann das nicht“ noch vor einer (neuen) Übung. Probier' es erstmal aus! Wenn es beim ersten Mal nicht klappt, üben wir es. Auf die Palme hat mich im Training noch nie jemand gebracht - was jetzt auch keine Aufforderung sein soll! :-). Und wenn doch mal was schief läuft, gibt es nichts, was sich mit einer Tafel Schokolade nicht wieder hinbiegen lässt.

### Dein Lieblingessen?

Lasagne, aber ich mag fast alles sehr gerne und je voller der Teller, desto besser. Und zu Schokolade kann ich sowieso nie nein sagen.

### Was viele nicht wissen:

Ich kann mit meiner Zunge meine Nasenspitze berühren. Wenn Ihr das während des Lesens ausprobiert, schickt mir doch gerne ein Foto!

Also auf geht's! Diesmal soll sich alles um die Eckpfeiler des Vereins drehen: **Unsere Übungsleiter/innen**. Was wissen wir denn schon über sie?

- ▶ Dass sie ihre knappe Freizeit neben Beruf, Studium oder Abi-Vorbereitungen in unsere Kinder investieren?
- ▶ Dass sie bei Regen und Schnee zuverlässig zum Training erscheinen und somit zwangsläufig mit allen Wassern gewaschen sind?
- ▶ Dass sie nicht mal eine unbeleuchtete Bezirksanlage an düsteren Winterabenden abschreckt?

Höchste Zeit, mehr über diese unbekanntesten Wesen herauszufinden! Was motiviert sie? Was bringt sie auf die Palme? Und weil es in den letzten Sportlicht-Ausgaben vor allem um unsere männlichen Trainer ging, heißt es diesmal: „**Ladies first**“.

# LEIDENSCHAFT FÜR IMMOBILIEN

Ihre Immobilie verdient einen professionellen Auftritt und eine Vermarktung, die den höchsten Ansprüchen genügt! Sachliche Expertise und Diskretion sind für mich deshalb ebenso grundlegend wie persönlicher Service, Transparenz und Verlässlichkeit. Ganz gleich, ob Sie Ihre Traumimmobilie suchen, ein Grundstück gewinnbringend verkaufen möchten oder Ihr Kapital sicher anlegen wollen – gemeinsam finden wir die richtige Lösung!



Georgia Payr

Selbstständige Immobilienmaklerin  
RE/MAX-Lizenznehmerin



THE  
**RE/MAX**  
COLLECTION

Telefon: **089 45678 46-20**

georgia.payr@remax.de

Wasserburger Landstr. 229 · 81827 München

www.remax-living.de

**Steckbrief****Sabine Knešević,**

**Alter Ü30, seit 2019 beim TSV Trudering, Trainingsgruppe: U12**

**Warum hast Du Dich entschieden, Übungsleiterin zu werden?**

Der Grund, warum ich Übungsleiterin bin und das sehr gerne mache: Ich habe in meiner Jugend lange Zeit Leichtathletik gemacht und immer sehr viel Spaß dabei gehabt. Es haben sich dadurch Freundschaften entwickelt, der Kampfgeist wurde geweckt, besonders spannend waren immer die Wettkämpfe, unsere regelmäßigen Zusammenkünfte im Verein. Sommerfeste, Treffen mit den Familien in der Vereinsgasstätte, einfach das Vereinsleben (die Gemeinschaft) an sich, die Freude am Sport, der Bewegung, was viele Kinder dann ihr Leben lang beibehalten. Dies möchte ich gerne an die Kinder weitergeben und durch mein Engagement auch ermöglichen!

**Was macht Dir Spaß / was nervt Dich beim Training?**

Das Training auf der Bezirkssportanlage in Trudering gefällt mir besonders, da die Anlage schön gelegen ist. Sobald man den Platz betritt und im Idealfall die Sonne scheint (evtl. sind auch schon ein paar Kinder da), fühle ich mich sofort wohl und freue mich auf das Training. Zum Glück sind auch die meisten Kinder sehr motiviert.

Auf die Palme bringt mich tatsächlich nur, wenn einzelne Kinder nicht motiviert sind und die Gruppendynamik stören. Das macht das Training dann vereinzelt schwierig, wenn sich andere Kinder davon anstecken lassen.

**Wer rennt so spät durch Nacht und Wind? Es ist der Trainer mit Deinem Kind!**

Vor allem Carsten hat sich einen Namen durch Training bei jedem Wetter und jeder Temperatur gemacht. Zugige Unterführungen und vereiste Treppen ziehen ihn magisch an. Eine eingeschworene Truppe folgt ihm dabei bedingungslos und mit einer Begeisterung, die sich Außenstehenden nur schwer erschließt.

**Steckbrief****Carsten Wollensah,**

**Übungsleiter seit 20 Jahren,  
Trainerschein seit 2015, Abteilungsleiter Leichtathletik, Trainingsgruppe: Ü16**

**Warum hast Du Dich entschieden Trainer zu werden?**

Weil ich das weitergeben will, was ich gelernt habe, und weil schöne Technik bei Leichtathletik etwas unheimlich Ästhetisches ist.

**Was macht Dir Spaß beim Training?**

Bewegung, Neugierde, Mann/Frau zeigt Interesse

**Was nervt Dich?**

Labern und Gleichgültigkeit. Training kann Spaß machen, auch Anstrengendes, und noch mehr Spaß macht es, wenn man auch was dabei lernt. Ein Training, ohne was gelernt zu haben ist ein verschwendetes Training. Ein Training ohne EUCH ist ein langweiliges Training. Ich wette gerne, denn ohne Anreiz macht der Wettkampf weniger Spaß.

Fotos: Sarah Jäger, Stephan Handtmann, Isabella Risse,  
Gepa Klaus / Text: Gepa Klaus

**Feste feiern im Lindengarten**

Egal ob große Firmenfeier, runder Geburtstag oder ein Familienfest - bei uns kann das ganze Jahr gefeiert werden!

Wir bieten Ihnen mit unseren Räumlichkeiten: Hauptgasträum (110 Pax), Sportzimmer (21 Pax) und Krugzimmer (17 Pax) den perfekten Rahmen für Ihre Veranstaltung.

Solalindenstr. 50 · 81825 München · Tel.: 089-430 91 78 · Fax: 089-439 36 22  
www.lindengarten.eu · info@lindengarten.eu · Lindengarten Trudering



## Training in Zeiten von Corona



**Als im Winter die Tage kürzer und die Corona-Zahlen höher wurden, da betraten unsere Übungsleiter Neuland: Virtuelles Training war gefragt, um die Fitness der Leichtathleten in den diversen Altersgruppen aufrecht zu erhalten.**

**Das Angebot kam gut an: Alle Mitglieder blieben dem TSV Trudering treu.**

Bei Rolf und Jakob (U10) erschienen regelmäßig rd. 10 Teilnehmer/innen. Rolf erzählt: „Das Online-Training hat erstaunlich gut geklappt, und wir wurden immer kreativer, was man alles machen kann. Weitwurf im Wohnzimmer mit Sockenknödeln geht zum Beispiel richtig gut. Was uns fehlt, sind die Wettkämpfe, aber die kommen wieder“.

Eine besondere Herausforderung war das Online-Training für Sarah, U14: „Die Inhalte waren dabei hauptsächlich Kräftigung und Dehnen. Für mich war das sehr schwer, weil ich zu diesem Zeitpunkt noch niemanden persönlich kannte und gar nicht wusste, wie das Training so ankommt.“

Auch bei Sabine und Stefan fanden sich stets 8-12 Kinder der U12 ein. Sabine hat es so erlebt:

„Das Training in der Corona-Zeit ist natürlich eine Herausforderung. Man trainiert nicht mehr auf dem Platz, sondern muss sich nun zu Hause im Wohnzimmer vor dem Laptop und einer Kamera ein Training überlegen. Das erfordert natürlich ein Umdenken und ist plötzlich viel anonym! Das Feedback fehlt, und auch der persönliche Kontakt mit den Kindern (deren Kameras sind aus, man sieht die Gesichter nicht mehr, sie sind auf stumm geschaltet...). Da bleibt nur die Hoffnung auf baldige Rückkehr zur „Normalität“. Aber – auch dies war eine neue Erfahrung, und man ist zu dem Ergebnis gekommen, dass es auch dafür eine Lösung gibt und das Training nicht ausgesetzt werden muss.“

Spätestens im März sprach aber Stefan wohl allen aus der Seele mit seiner Äußerung: „Corona nervt mich langsam. Das wöchentliche Online-Training hat mir Spaß gemacht, ist aber für mich kein Ersatz für das Training mit den Kindern direkt am Platz oder in der Halle!“ Und so waren alle hoch erfreut, als in den Osterferien endlich wieder draußen trainiert werden durfte. Insgesamt kamen 49 Kinder aus den Altersgruppen U12 und U14 zu den 3 Trainingseinheiten, bei denen der Eierlauf natürlich nicht fehlen durfte.

*Fotos: Sabine Knesevic, Gepa Klaus / Text: Gepa Klaus*



- Elektrotechnik
- Haustechnik
- Badrenovierungen
- Entkalkungen
- Wärmepumpen



## Schwimmabteilung beim TSV Trudering



**Kommissarische Abteilungsleitung:**  
**Carina Sander & Markus Piendl**

„Wir sind Trudering!“ und jetzt auch **„Wir schwimmen mit dem TSV Trudering!“** Denn du, ja genau du, hast jetzt die exklusive Möglichkeit, dir einen Platz in unserer neu gegründeten Schwimmabteilung zu sichern. Dein Vorteil: Wir garantieren dir einen Platz in unseren Schwimmkursen, sobald die Wasserflächen wieder frei gegeben sind.

### Lust dabei zu sein?

Dann melde Dich unter [schwimmen.planung@tsvtrudering.de](mailto:schwimmen.planung@tsvtrudering.de) und wir informieren Dich exklusiv und frühzeitig sobald unsere Kurse gebucht werden können.



# Stockschützen suchen Verjüngung





### Hast du dich schon einmal gefragt, was der Nikolaus eigentlich im Sommer macht?

Er genießt seinen Urlaub und hat eine neue Sportart für sich entdeckt: Das Stockschießen!

Er übt schon einmal mit Schlittenhund und Co., denn bald bekommt er ernsthafte Konkurrenz.

Nämlich von DIR! Wir suchen junge Sportler im Alter von 8-12 Jahren, die das Stockschießen ausprobieren möchten.

### Lust dabei zu sein?

Hier gehts zur Anmeldung:



oder

[ausundweiterbildung@tsvtrudering.de](mailto:ausundweiterbildung@tsvtrudering.de)

Ralf Oberste-Sirrenberg   
Immobilienvermittlung GmbH

- Vermittlung und Verwertung von Wohn- und Gewerbe-Immobilien
- Wir suchen laufend Wohnungen und Häuser für vorgemerkte Interessenten



Eisvogelweg 34 • 81827 München  
Telefon (089) 430 28 22



## Turner — Trainer — Team

### Das macht die Trainer der Abteilung Turnen aus

**„Trainer beim Turnen bin ich seit 10 Jahren, Turner schon seit 20!“**

Die Erfahrung, selbst Turner zu sein, ist wahnsinnig wertvoll für die Arbeit mit den Kids. Man kann sich gut in die Herausforderungen hineinversetzen, vor denen die jungen Sportler stehen. Oft genug hatte man selbst Bammel vor einem neuen Element, oder eine Übung wollte und wollte einfach nicht klappen. Dann nicht aufgeben, sondern sich durchzubeißen und auch mal kreativ zu werden, sind Eigenschaften, die auch als Trainer sehr hilfreich sind. Apropos kreativ, die Pandemie lockt uns alle aus der Reserve, aber unsere Trainer sind mit allen Wassern gewaschen und haben die Not zur Tugend gemacht. Beim wöchentlichen Online-Kinderturnen werden Klopapierrolle, Spielkarten, Luftballon, Kuscheltier, Zeitung und Co. die neuen „Turngeräte“. Und mit viel Fantasie reisen sie bei zahlreichen Spielen mit den Kids in andere Länder, in den Zoo oder zum Ski-springen. So ist der Lagerkoller zumindest für kurze Zeit vergessen und ganz nebenbei lernt man spannende neue Bewegungen kennen.

**„Spaß an der Bewegung zu vermitteln ist uns Trainern viel wichtiger als Leistung.“**

Die Leistung ist bei uns nicht entscheidend. Es geht vielmehr darum, die Lust an der Bewegung zu fördern. Mit genügend Motivation kommen die kleinen persönlichen Erfolge dann ganz von selbst. Wenn es in Wettkampfsituationen dann aber doch mal um die Leistung geht, sind unsere Trainer auch dafür bestens vorbereitet. Eine Vielzahl der Trainer hat zusätzlich zu der Trainerlizenz auch eine Kampfrichterlizenz. Sie wissen also genau, worauf die Wertungsrichter beim Wettkampf schauen. Dieses Wissen ist im Training Gold Wert und hat den Turnerinnen und Turnern auch im Wettkampf schon den ein oder anderen Platz auf dem Podium beschert. Viel wichtiger als die Wettkampfleistung ist dem kompletten Trainerteam aber, die Liebe zum Sport zu vermitteln und den Spaß an der Bewegung. Beim Turnen des TSV Trudering werden persönliche Siege im Training gefeiert, wenn man ein neues Teilschafft, oder auch einfach Spaß zusammen hat und fröhlich und ausgepowert aus der Sporteinheit geht.



**„Wir kennen uns alle schon super lang und sind dadurch ein eingespieltes Team.“**

Das Trainerteam der Abteilung Turnen setzt sich aus stolzen 15 Übungsleitern und 16 Assistenten zusammen. Besonders schön dabei ist, dass ganz viele Trainer aus dem Nachwuchs der eigenen Reihen hervorgegangen sind. Viele der jetzigen Trainer sind also schon seit dem Kinderturnen aktiv im Verein dabei. Und nahezu genauso viele stehen auch (normalerweise) immer noch wöchentlich in der Halle und powern sich an den Geräten aus. Das Trainersein ist beim Turnen Teamwork. Da sich alle

schon so lange kennen, vertraut man sich blind und steht als eingespieltes Team in der Halle oder heutzutage auf der Wiese...

An dieser Stelle auch ein herzliches Dankeschön an alle Übungsleiter und Assistenten, die auch im Lockdown motiviert weiter sporteln und unsere Kids fit halten!

*Elly Krautbauer*



## Made by typwes

Wir bieten von der Konzeption bis zur Realisation, kreative, individuelle und qualitativ hochwertige Kommunikations-Lösungen im Print- und Online-Bereich.



**typwes** Werbeagentur GmbH

Leonhard-Strell-Straße 11  
85540 Haar/Gronsdorf

Tel.: +49 (0) 89-189 32 98-1  
E-Mail: office@typwes.com

*typwes -  
einfach gute Werbung.*



## Jugendleitung gesucht — Franzi gefunden

Wir schrieben das Jahr 2019. Wieder kam Bewegung in unsere Damenmannschaften und führte zu einer neuen Zusammenstellung der Teams. Chrissy, eine unserer frisch gebackenen Trainerinnen, übernahm das gemeinsame Training der Damen II und der 14- bis 18-jährigen Jugend. Aber unsere 10 bis 12-jährigen mussten wir wegen Trainermangels fast aufgeben.

### **Da kam Franzi (Franziska Justl) und hat uns gerettet!**

Sie spielt seit ihrem 12. Lebensjahr Volleyball. Mit dem Jugendtraining bei Chrissy hatte 2014 die Zeit beim TSV Trudering begonnen. In der Saison 2018/19 wurde sie in den Kader unserer Damen II aufgenommen. 2020 spielte Franzi dann in der Damen I mit.

Das Jugendtraining war für sie der Start in ihr neues Hobby. Sollten nun andere Mädels nicht mehr davon profitieren? Ein kleiner Anstoß von Berna (unsere Abteilungsleiterin) genügte, und der Entschluss war gefasst. Mit Unterstützung des TSV Trudering absolvierte sie einen Übungsleiterlehrgang und trainiert seit 2019 unsere 10 bis 12-jährigen.

Ihre Ausbildung zur Erzieherin und die Tätigkeit als Jugendübungsleiterin ergänzen sich für Franzi hervorragend. Die Erfahrungen mit Kindern in Sachen Ballgefühl und geeignete Übungen kann sie in ihrem Beruf nutzen. Durch ihre pädagogische Ausbildung fällt es ihr leichter auf die Kinder zuzugehen und auf ihre Bedürfnisse zu reagieren.

Die Corona-Pandemie hat uns mächtig ausgebremst, aber eines möchte Franzi ihren Kindern auf den Weg geben: „Bleibt am Ball und nehmt ab und zu auch mal einen in die Hand und pritscht oder baggert gegen die Wand. Ich freue mich schon sehr auf das gemeinsame Training mit euch, bleibt gesund und bis ganz bald!“

Für das erste Training hat sie folgenden Plan: „Die Mädels haben sich wirklich lange nicht gesehen. Es wird ein einziges Quatschen und Kichern werden. Dafür werde ich genügend Raum geben. Trotzdem wird das Training auf keinen Fall zu kurz kommen, da wir einiges nachzuholen haben, bestimmt ist das eine oder andere in Vergessenheit geraten. Wir werden viele Ballspiele machen und einfach gemeinsam Spaß haben.“

*Heidi Ullrich*



### Schreibt uns

Stellt Euch vor, ihr dürft in die Halle. Sie ist komplett leer. Keiner da. Volleyballfeld ist aufgebaut. Ihr dürft machen, was ihr wollt. Was würdet ihr tun?

Schreibt an uns unter [volleyball.web@tsvtrudering.de](mailto:volleyball.web@tsvtrudering.de). Franzl und Chrissy werden das aufnehmen. **Freut Euch auf das erste Training!** Falls Ihr noch nicht bei uns mitspielt, probiert es einfach aus. Wenn es wieder losgeht, findet Ihr auf unserer Seite die **Trainingszeiten unter folgendem Link.**



## BRAMS VERANSTALTUNGEN

-  Firmencatering
-  Schul- und KiTa-Catering
-  Partyservice
-  Messeservice
-  Geschirrverleih
-  Personal
-  Veranstaltungen

Elisabeth Brams

Hans-Pinsel-Straße 9b · 85540 Haar · Fon 089 3834 0550  
elisabeth.brams@brams-veranstaltungen.de

[www.brams-veranstaltungen.de](http://www.brams-veranstaltungen.de)

## ERGO

Versichern heißt verstehen.



### Wir sind für Sie vor Ort.

Ihr Ansprechpartner für private und gewerbliche Versicherungen.

Subdirektion der  
ERGO Beratung und Vertrieb AG

**Jörg Rammo**

Neumarkter Straße 86, 81673 München  
Tel 089 45 45 77 60  
[joerg.rammo@ergo.de](mailto:joerg.rammo@ergo.de)

## Vereinsinformationen / Kontakt

### Abteilungsleitung



**Basketball:** Igors Iesalnieks  
E-Mail: basketball@tsvtrudering.de



**Bujinkan:** Max Scheungrab  
E-Mail: bujinkan@tsvtrudering.de



**Fechten:** Pengfei Wu  
E-Mail: fechten@tsvtrudering.de



**Fußball:** Hermann Eggerl  
E-Mail: fussball@tsvtrudering.de



**Fitness-Gymnastik:** Martina Schäfer  
E-Mail: fitness@tsvtrudering.de



**Handball:** Lukas Simbürger  
E-Mail: handball@tsvtrudering.de



**KidsClub:** Laura Gabler  
E-Mail: kidsclub@tsvtrudering.de



**Leichtathletik:** Carsten Wollensah  
E-Mail: leichtathletik@tsvtrudering.de



**Schwimmen:** Markus Piendl (kommisarisch)  
E-Mail: schwimmen@tsvtrudering.de



**Stockschützen:** Berthold Heider  
E-Mail: stockschuetzen@tsvtrudering.de



**Turnen:** Daniel Spörer  
E-Mail: turnen@tsvtrudering.de



**Volleyball:** Berna Karadeniz  
E-Mail: volleyball@tsvtrudering.de

### Geschäftszimmer



**Geschäftsführer:** Peter Kisters  
E-Mail: gf@tsvtrudering.de



**Geschäftsstellenleitung:** Birgit Wurzacher  
E-Mail: info@tsvtrudering.de



**Mitgliederverwaltung:** Moni Wollensah  
E-Mail: mitgliederverwaltung@tsvtrudering.de



**Vertragswesen:** Sabine Kopp  
E-Mail: vertragswesen@tsvtrudering.de



**Marketing:** Manu Schwarz  
E-Mail: marketing@tsvtrudering.de



### Wichtige Termine

#### Für alle Abteilungen / Allgemein

Die für Mitte dieses Jahres geplante Mitgliederversammlung wird auf einen späteren pandemiebedingt zulässigen und im Sinne des Gesundheitsschutzes verantwortbaren Zeitpunkt verschoben

#### Fussball

31. Mai / 1. und 2. Juni – Fussballferiencamp

#### KidsClub

Tagesfreizeiten in den Pfingstferien



Der TSV Trudering bedankt sich beim Friends und dem gesamten Team für die tolle Zusammenarbeit.

### Impressum

#### Herausgeber:

TSV Trudering e.V. · Feldbergstraße 65 · 81825 München  
Telefon 089 / 688 13 17 · Fax 089 / 28 85 60 80  
info@tsvtrudering.de · www.tsvtrudering.de  
IBAN: DE13 7016 6486 0002 9303 07

#### Redaktion & Herstellung:

typwes Werbeagentur GmbH · Leonhard-Strell-Straße 11  
85540 Haar · www.typwes.com

**Ausgabe 01/2021**

# Metzgerei Obermaier

Feinkost - Party- und Plattenservice



*Ihre Truderinger Metzgerei mit  
feinsten Fleisch- und Wurstwaren  
aus eigener Herstellung*

Metzgerei Obermaier  
Inhaber Peter Gillich  
Truderinger Straße 306  
81825 München  
Telefon 089 / 421706



## IRV INTERROH

Rohstoffverwertungs GmbH

# Holzverwertung

Annahme - Containerstellung - Abholung - Verwertung

- Hölzer aller Art nach Klassen
- Baum- und Strauchschnitt, Wurzelstöcke
- Hackschnitzel, Biomassen
- Wertstoffe auf Anfrage

Entsorgungsfachbetrieb  
gemäß § 52 KrW-/AbfG



Umweltgutachter

Einsammeln, Befördern, Lagern und  
Behandeln zur Verwertung von Abfällen

Tel.: 089 / 45 15 80-0

[www.irv-interroh.de](http://www.irv-interroh.de)

IRV Interroh Rohstoffverwertungs GmbH  
Otto-Perutz-Straße 9 · 81829 München



Konsequent ohne Alkohol, überzeugend  
im Geschmack: Paulaner Weißbier 0,0%.



**NEU**

- ✓ 0,0% Alkohol
- ✓ 100% natürlich
- ✓ Isotonisch

[www.paulaner00.de](http://www.paulaner00.de)



**GUT, BESSER, PAULANER.**