

jugend

active & fun outdoor

badminton

fitness

fußball

group fitness

ju-jutsu

kindersportschule

leichtathletik

rehasport

tennis

taekwondo

tischtennis

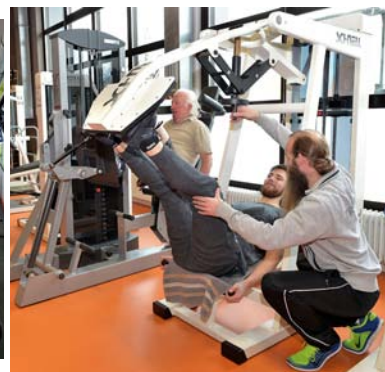
turnen

volleyball

SPORT- REPORT

1. Ausgabe 2018

April 2018
bis November 2018



OTF-Kids der Olchinger Tanzfreunde e.V.

Netzübernahmen

**Strom- und
Erdgasnetze
mehrheitlich in
Olchinger Hand**

Mit den Netzen die Welt von morgen entdecken!

Mit den Strom- und Erdgasnetzübernahmen durch die Stadtwerke Olching sind wir in Olching unabhängig und eigenständig – Sie als Olchinger bestimmen in Zukunft mit!

Stadtwerke Olching GmbH
Ilzweg 1 · 82140 Olching
Telefon: 08142- 448 468-0
www.stadtwerke-olching.de



Bericht des 1. Vorsitzenden



Liebe Mitglieder, liebe Sportfreunde,

seit Kurzem präsentiert sich unser Verein auf seiner Website völlig neu. Unzählige Ideen und Arbeitsstunden sind in den vergangenen Monaten in die Neugestaltung der Seiten geflossen. Nun freuen wir uns sehr, Ihnen unter www.svesting.de alle Inhalte in einem modernen, ansprechenden Layout zur Verfügung stellen zu können. Durch die klare Seitenstruktur und einfache Navigation finden Sie schnell alle gewünschten Informationen. Aufgrund des responsiven Designs werden die Inhalte auch auf Ihrem Smartphone oder Tablet richtig dargestellt und Sie können mit allen Endgeräten auf der Seite problemlos navigieren.

Aktuelle Termine und Push-Benachrichtigungen bekommen Sie jetzt auch über unsere neue SVE-App. Laden Sie sich diese am besten gleich auf Ihr Smartphone – so verpassen Sie keine wichtigen Nachrichten oder Meldungen des SV Esting. Den Link zur App finden Sie auf unserer Website.

Geballte Infos erhalten Sie außerdem laufend auf unserer Facebook-Seite. Sie möchten per E-Mail informiert werden? Dann abonnieren Sie, ebenfalls auf der SVE-Website, unseren einmal monatlich erscheinenden Newsletter.

Doch nicht nur digital haben wir uns weiterentwickelt – auch sportlich gibt es einige Neuerungen: In unserer Mitgliederbefragung wünschte sich Ende vergangenen Jahres eine große Zahl der Fitnessmitglieder unter anderem erweiterte Öffnungszeiten, insbesondere in den Morgenstunden. Darauf haben wir reagiert: Ab sofort öffnet unser Fitnessstudio, vorerst testweise, dienstags und freitags für das „Early-Bird-Training“ bereits um 7:00 Uhr. Weitere Informationen finden Sie auf Seite 17.

Bereits seit Jahresbeginn laufen unsere neuen Rehasport-Angebote: eine Lungensportgruppe für Asthma- und COPD-Erkrankungen sowie Wirbelsäulengymnastik speziell für Wirbelsäulenerkrankte. Gestartet ist auch das Training unserer neuen Taekwondo-Abteilung. Kinder, Jugendliche sowie Erwachsene sind in den Stunden herzlich willkommen. Mit dem Frühling beginnen wieder unsere bewährten Outdoor-Angebote wie Mountainbiken, Rennradeln, Wandern oder Tennis. Hinter der Estinger Turnhalle steht Ihnen selbstverständlich auch wieder unser Barfußweg – der Pfad für alle Sinne – zum Erfühlen und Entspannen bereit.

Was uns gerade Sorge bereitet: Die Turnhalle des Gymnasiums Olching wird noch bis in den Herbst hinein saniert. Es finden dort zwar keine unserer Sportstunden statt, aber wegen der Bauarbeiten wurden einige Veranstaltungen von der Gymnasium-Halle in die Halle der Amperschule im Schwaigfeld, in der wir aktiv sind, verlegt. Leider müssen deshalb etliche unserer Stunden – vor allem der Kindersportschule KiSS – zusammengelegt werden oder ausfallen. In andere Räumlichkeiten auszuweichen ist aufgrund der ohnehin schon geringen Hallenkapazität nicht möglich. Wir bedauern das außerordentlich und bitten um Ihr Verständnis.

In der Geschäftsstelle haben wir uns personell verändert: Lucy Waas erweitert seit Februar 2018 unser Geschäftsstellenteam. Insbesondere leitet sie den Bereich „Marketing und Öffentlichkeitsarbeit“, die Verwaltung unserer Kindersportschule KiSS sowie die Group-Fitness-Abteilung. Irene Wild, die bisher schon in unserer Buchhaltung mitgearbeitet hat, unterstützt das Team künftig auch bei der Mitgliederverwaltung und hat die Verwaltung und Abrechnung unseres neuen Rehasport-Angebots übernommen. Auf Seite 10 sowie auf unserer Website stellen sich Ihnen die beiden näher vor. Wir sind sehr froh, zwei hervorragend qualifizierte und sehr gut ins Team und zum SV Esting passende Mitarbeiterinnen gefunden zu haben.

Ich wünsche Ihnen, liebe Mitglieder, viel Spaß auf unseren digitalen Plattformen und selbstverständlich beim Sport im SV Esting!

Ihr

Tilman Brenner



Turnen

Abteilungsleitung:
Claudia Buday

Telefon 08142/179880
turnen@svesting.de



A/B-Jugend sichert den Ligaerhalt

Am 15.10.2017 stellten sich die A/B-Jugend-Turnerinnen des SV Esting der Konkurrenz beim diesjährigen Pflichtwettkampf. Mit diesmal durchschnittlichen Übungen konnten sich die Mädels den 7. Rang erturnen, die 1. Liga somit gehalten werden.
Einzelergebnisse: Johanna Küsters Rang 16, Selina Buday Rang 26, Teresa Wagner Rang 42, Amelia Jendritza Rang 43, Blanca Herzog Rang 48, Sarah Schiffer Rang 55, Lillith Jakubsche Rang 56.



v. oben n. unten:
Antonia, Marei, Laetia, Nora,
Caja, Valentina, Nelly

Die 2. Mannschaft der D-Jugend musste sich in der 3. Liga beweisen. Der angestrebte Aufstieg in die 2. Liga wurde leider um zwei Punkte knapp verpasst. Mit dem erturnten 4. Platz kann die Mannschaft trotzdem sehr zufrieden sein.



v.l.n.r.: Felicitas, Angeliki, Franziska, Julia,
Lena, Jessica
vorne: Trainerin Vroni

In der Einzelwertung stach Lena Wittmann mit ihrem 2. Platz hervor. Sie sicherte sich zudem die Tagesbestwertungen am Stufenbarren und Schwebbalken.

Einzelwertungen: Julia Fischer (Rang 18), Franziska Cramer (Rang 19), Jessica Eckhardt (Rang 21), Felicitas Feil (Rang 26) und Angeliki Sioulas (Rang 39).

C-Jugend

Am Sonntag, den 22.10.2017 startete die C-Jugend der Estinger Turnerinnen in der 2. Liga des Turngau Amper-Würm. Mit soliden Leistungen konnten sich die Mädels im riesigen Teilnehmerfeld von 12 Mannschaften einen ausgezeichneten 7. Platz erturnen. Die Mannschaft bestand aus Luise Klein (Einzelplatz: 16), Amelie Kircher (Platz 20), Zoe Wiederer (Platz 30), Karla Kraftczyk (Platz 39), Astrid Mätz (Platz 46) und Fiona Rösner (Platz 50).



vorne v.l.n.r.: Fiona, Luise, Karla
hinten v.l.n.r.: Astrid, Amelie, Zoe

Erfolg der E-Jugend in der 2. Liga



oben v.l.n.r.:
Julia, Emily
Mitte v.l.n.r.:
Anastasia,
Milena
unten v.l.n.r.:
Lea, Karla

Nach dem fulminanten Aufstieg beim letzten Rundenwettkampf der E-Jugend mussten sich die E-Jugend-Turnerinnen am 19.11.2017 zum ersten Mal in der 2. Liga behaupten. Das schafften die Mädels mit ihren super Leistungen an allen Geräten und belohnten sich mit dem 3. Mannschaftsplatz.

Einzelwertungen: Lea Götzinger 5. Platz, Julia Zitzelsperger 7. Platz, Emily Borchardt 15. Platz, Milena Hauck 20. Platz, Karla Gräfe 30. Platz und Anastasia Bayerl 57. Platz. Insgesamt bestand das Teilnehmerfeld aus 66 Turnerinnen.

Trainiert weiter so fleißig,

Eure Gabi

Vorschau:

Am 17.3.2018 finden von 10.00 Uhr bis ca. 13.00 Uhr die diesjährigen Vereinsmeisterschaften der Gerätturnerinnen des SV Esting e. V. statt. Interessierte Zuschauer sind herzlich willkommen.



Badminton

Abteilungsleitung:
Jürgen Stührenberg

Telefon 0171/5094979
badminton@svesting.de



Hallo Badminton Freunde,

wieder ist ein halbes Jahr vergangen und es hat sich einiges getan: Es möchten immer mehr Leute am Badmintonsport teilnehmen. Zum Teil waren die angebotenen Trainingszeiten so stark ausgelastet, dass immer öfter durchgewechselt werden musste.

Um nun Wartezeiten zu vermeiden, haben wir das Trainingsangebot nochmal erweitert. Zusätzlich zu den bisherigen Trainings- und Spielzeiten können wir jetzt sonntags schon ab 17.00 Uhr in Esting spielen. Ausnahme hiervon bleiben die Volleyball-Spieltage. Da können wir erst, wie bisher, ab 18.00 Uhr in die Halle. Außerdem bieten wir jetzt sonntags auch im Schwaigfeld von 18.00 - 20.00 Uhr die

Möglichkeit an, sich beim Badmintonspiel sportlich zu betätigen. Mittwochs im Schwaigfeld steht uns ab April nach 20.00 Uhr dann auch wieder die ganze Halle zur Verfügung. Samstags in Esting von 10.00 - 12.00 Uhr bieten wir gezielt ein Training für Kinder, Jugendliche und Anfänger an, donnerstags im Schwaigfeld von 20.00 - 22.00 Uhr ist Training für Fortgeschrittene vorgesehen.

Im November letzten Jahres hatten wir uns mit einem Plakat von unserem Spendenturnier zugunsten der Betreuung von demen Menschen im Laurentiushaus bei dem „Adventskalender-Wettbewerb“ der VR-Bank beworben. Unsere Aktion hat wohl einigen Leuten gut gefallen und man hat im Internet für uns gestimmt.

Wir haben dann den Preis von 1.000,00 € für die Badminton-Abteilung gewonnen.

Am Samstag, den 3.3.2018 haben wir nun zum 13. Mal wieder ein Spendenturnier für unser SOS Kinder-Patendorf in Indien gespielt. Trotz vieler kurzfristiger Absagen aufgrund der akuten Grippewelle konnten wir dann noch mit 44 Teilnehmern wieder ein gelungenes Turnier über die Bühne bringen. Im Herbst spielen wir dann wieder für das Laurentiushaus.

Unsere B-Klasse-Mannschaft steht aktuell auf dem 4. Platz, hat aber noch zwei Doppel-Spieltage auswärts: am 10.3.2018 gegen VFL Kaufering und TSV Gilching-Argelsried sowie am 24.3.2018 gegen TSV Türkenfeld und TSV Eintracht-Karlsfeld.

Die Hobbyliga-Mannschaft hat zur Zeit den 3. Platz inne, muss aber noch gegen Türkenfeld, Herrsching und Weßling spielen.

Ich wünsche allen Sportlern eine gute Zeit, viel Spaß beim Sport und hoffentlich ohne Verletzungen.

Jürgen

Anzeige

Flyer, Visitenkarten, Briefbögen, Mappen, Broschüren, Magazine, Aufsteller, Plakate, Blöcke u.v.m

Echte Menschen, ehrliche Beratung – individuell & persönlich.
InformaPrint – Ihr Druckservice in Fürstenfeldbruck.

InformaPrint
Messerschmittstr. 9
82256 Fürstenfeldbruck

T: 0 81 41 - 363 09 57
M: 0 151 - 57 12 24 38
info@informa-print.de



informaprint

Informationen aus der Geschäftsstelle

Liebe Mitglieder,

seit Anfang Februar haben wir zwei neue Mitarbeiterinnen in unserer Geschäftsstelle und heißen Frau Irene Wild und Frau Lucy Waas hiermit herzlich willkommen.

Irene Wild übernimmt die Buchhaltung von Christine Nemecek und sorgt dafür, dass sich der Sportverein Esting e. V. auf seine sportlichen Aktivitäten konzentrieren kann, während die Bereiche Geschäftsstelle, Mitgliedsbeiträge, Rechnungen und die Verwaltung der Abteilung Rehasport bei ihr gut aufgehoben sind.

In der Geschäftsstelle ist sie während der Öffnungszeiten am Dienstagvormittag von 9.00 - 12.00 Uhr sowie Mittwochnachmittag von 16.00 - 19.00 Uhr für Euch da.

Lucy Waas übernimmt die Leitung des Marketings, der KiSS und der Group Fitness-Abteilung und ist für die Außenwirkung des Sportverein Esting e. V. sowie für ein ansprechendes Kursangebot verantwortlich.



In der Geschäftsstelle unterstützt auch sie Christine Nemecek. Sie ist die Ansprechpartnerin für unsere Mitglieder, Abteilungs- und Übungsleiter/-innen, den Vorstand sowie für externe Dienstleister, bei allen Fragen zu Marketing-Aktivitäten, in der Öffentlichkeitsarbeit und zur Hallenbelegung.

In der Geschäftsstelle ist sie während der Öffnungszeiten am Donnerstagvormittag von 9.00 - 12.00 Uhr für Euch da.

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit und wünschen Euch einen sportlichen Start in die neuen Aufgaben!

Sportliche Grüße aus Eurer Geschäftsstelle.

Habt Ihr Anregungen für uns? Ihr könnt uns per E-Mail: info@svesting.de immer erreichen!

FSJ-ler

Hallo zusammen 😊

Die Hälfte unseres Freiwilligen Sozialen Jahres ist jetzt schon vorüber und die Zeit ist sehr schnell vergangen. In den Faschingsferien waren wir für fünf Tage auf unserem Zwischenseminar in Inzell. Dort haben wir nochmal einiges an Input bekommen, aber auch schon die erste Hälfte des FSJ reflektiert. Über die theoretischen Inhalte hinaus wurden einige abwechslungsreiche Programmpunkte organisiert (Kinesiotape-Kurs, Improtheater, Schneeschuhwanderung) und wir hatten eine super Zeit mit unserer FSJ-Gruppe.

Bei der Betreuung unserer zahlreichen Stunden sind wir mittlerweile sehr routiniert und haben ein großes Repertoire an Übungen und Spielen erarbeitet. So werden wir immer schneller bei der Vorbereitung von den zahlreichen Kinder- und Jugendsportstunden, die wir betreuen.

Im April steht unser FSJ-Projekt an, wobei die Vorbereitungen schon auf Hochtouren laufen. An der Grundschule Esting werden wir das „Lauf dich fit“-Projekt durchführen und die Kinder trainieren schon fleißig im Sportunterricht mit einer von uns entworfenen Übungssammlung. Wir sind schon sehr gespannt auf den Tag der Laufchallenges.

Bis jetzt haben wir schon bei einigen größeren Veranstaltungen der Jugendabteilung mitgewirkt. Die Kindernikolausfeier, die Spiel-Sport-Spaß-Tage und der Snowday kamen immer super bei den Teilnehmern an und, obwohl wir am Ende immer ziemlich geschafft waren, hatten wir immer super viel Spaß! Das wahrscheinlich größte Highlight (Inzell-Sommerncamp im August) steht uns noch bevor und wir freuen uns schon auf die Woche im BLSV-Sportcamp, wobei dieser Aufenthalt auch schon das Ende unseres FSJ markiert. Aber bis dahin ist ja noch etwas Zeit ...

Wir können beide schon sagen, dass wir sehr froh sind, uns für das FSJ beim SV Esting entschieden zu haben, da man vom Team sehr gut aufgenommen wird und so macht die Arbeit super viel Spaß!

An dieser Stelle schon mal vielen Dank für dieses abwechslungsreiche und interessante Jahr. Wir können das FSJ beim SV Esting nur jedem weiterempfehlen. 😊

Viele Grüße von

Johanna und Mathilda





Rehasport

Ansprechpartnerin:
Irene Wild

Telefon 08142/48085
irene.wild@svesting.de



Jetzt neu im SV Esting - Rehasport

Liebe Rehakursteilnehmer,

seit Januar 2018 hat der Sportverein Esting e. V. sein Angebot durch die Übernahme vom Rehabilitationssport VSG Olching erweitert.

Seit Anfang Februar 2018 bin ich für die Rehasport-Abteilung zuständig und bin dienstags und donnerstags zu den Geschäftsstellenzeiten auch Eure Ansprechpartnerin in der Geschäftsstelle.

Ich freu' mich auf meine neue Aufgabe und wünsche Euch viel Erfolg und Spaß beim Rehabilitationssport.

Voraussetzung für die Teilnahme ist eine gültige ärztliche Verordnung.

Gerne können Vereinsmitglieder momentan kostenfrei teilnehmen.

Gerne könnt Ihr jederzeit zu unseren Öffnungszeiten der Geschäftsstelle mit Euren Verordnungen zu uns kommen:

**Montag, Dienstag, Donnerstag
und Freitag 9.00 - 12.00 Uhr
und Mittwoch 16.00 - 19.00 Uhr**

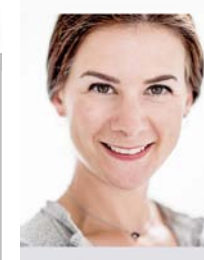
Bitte denkt daran, mit der Verordnung für den ambulanten Rehabilitationssport, Eurer Teilnehmerbestätigungsliste (sofern vorhanden) und dem eventuellen Schriftverkehr Eurer Krankenkasse vor Antritt der Übungsstunde direkt in die Geschäftsstelle zu kommen.



Group Fitness

Abteilungsleitung:
Lucy Waas

Telefon 08142/48085
groupfitness@svesting.de



Liebe Group Fitness-Mitglieder,

die Group Fitness-Abteilung des SV Esting besteht nun im vierten Jahr, und wir freuen uns, dass sie von Euch so gut angenommen wird. Auch hier gab es einen Wechsel in der Leitung und ich darf mich an dieser Stelle bei Euch begeisterten Group Fitness-Teilnehmern als neue Leiterin vorstellen.

Ich bin selbst als Übungsleiterin bereits seit vergangenem November beim SV Esting tätig und gebe die

Pilates-Stunde am Freitag von 10.15 - 11.15 Uhr.

Seit Mitte Februar 2018 bin ich als Leiterin Marketing, KiSS und Group Fitness im Sportverein Esting e. V. hauptamtlich tätig. Donnerstags zu den Geschäftsstellenzeiten bin ich auch Eure Ansprechpartnerin in der Geschäftsstelle und freu' mich auf meine neue Aufgabe bei Euch.

Das Kursangebot der Group Fitness-Abteilung ist ähnlich vielseitig, wie es

Rehabilitationssportangebot:

Lungensportgruppe für Asthma- und COPD-Erkrankungen:

Montag 19.00 - 20.00 Uhr

in der Sporthalle der Grundschule Olching an der Martinstraße 7

Übungsleiterin: Frau Nicole Riedel

Wirbelsäulengymnastik – Sport für Wirbelsäulenerkrankte:

Mittwoch 16.00 - 17.00 Uhr und
Mittwoch 17.00 - 18.00 Uhr

im Gymnastikraum der Grundschule Olching an der Martinstraße 7. Dieser ist neben dem Haupteingang rechts die Treppen nach unten zu finden.

Übungsleiterin: Frau Birgit Peschke

Wir planen, auch weitere Gruppen aus dem Bereich Orthopädie für Erkrankungen im Bewegungsapparat zu übernehmen oder eine Wassergymnastik anzubieten.

Aktuelle Informationen findet Ihr immer auf unserer neuen Webseite unter:

<http://www.svesting.de/rehasport/>

Eure Irene

in konventionellen Fitness-Studios der Fall ist und wir sind dankbar, dass wir Euch diese große Auswahl so anbieten können. Viele der Kursangebote sind darüber hinaus bereits mit der Mitgliedschaft im Hauptverein (für Erwachsene 10 Euro pro Monat) nutzbar. Durch die Mitgliedschaft in der Group Fitness-Abteilung könnt Ihr unser komplettes Kursangebot nutzen. Angebote wie Yoga, Tai-Chi-Chuan oder PUMP IT gehören dazu, neben vielen weiteren Trend-Sportarten und deren Weiterentwicklungen. Group Fitness-Angebote also, deren Übungsleiter über eine spezielle Qualifikation oder Ausbildung verfügen oder bei denen zusätzliches Equipment verwendet wird.

Der monatliche Mitgliedsbeitrag von 8 Euro ermöglicht es uns, für Euch auch in Zukunft weitere außergewöhnliche Group Fitness-Angebote ins Programm mit aufzunehmen.

Natürlich ist ein erstes „Reinschnuppern“ immer möglich. Es bedarf keiner Voranmeldung, aber eine kurze Info an den Übungsleiter vor Kursbeginn macht Sinn, damit auch der Übungsleiter weiß, wer Ihr seid und wie Euer Fitness-Level ist.

Einige unserer Group Fitness-Angebote sind auch kommendes Semester wieder im VHS-Programm zu finden. Als Mitglieder der Group Fitness-Abteilung braucht Ihr Euch selbstverständlich nicht dafür gesondert anzumelden, sondern könnt sie im Rahmen Eurer Mitgliedschaft problemlos nutzen.

Group Fitness bedeutet, gemeinsam in der Gruppe den Spaß an der Bewegung auszuleben, dabei fitter zu werden, mehr Vertrauen in den eigenen Körper zu gewinnen und sich mit Gleichgesinnten dabei auszupeinigen oder einfach nur zu entspannen – wonach Euch gerade der Sinn steht.

Unser Angebot gliedert sich dabei in folgende Kategorien:

Ganzkörperkräftigung und Figurstraffung:

Zum Beispiel in der „Bodystyling/Flexibar“-Stunde bei Anke Mrasek, freitags 9.00 - 10.00 Uhr oder „Stretching“ bei Tobias Marzin, donnerstags 17.30 - 19.30 Uhr.

Bau Deine Muskelkraft auf und definiere Deinen Körper.

Körper, Geist & Entspannung:

Zum Beispiel beim „Yoga“ mit Luise Lochmann, dienstags 15.30 - 16.45 Uhr oder

„Entspannt in den Abend“ mit Gabriele Schmid, mittwochs 20.00 - 21.30 Uhr.

Verbessere Dein Körperempfinden und schaffe Harmonie zwischen Körper und Geist.

Herz-Kreislauf-Training und Kondition:

Zum Beispiel in der „Power Fitness und Bodystyling“-Stunde bei Andrea Kramer, montags 8.30 - 10.00 Uhr oder „Fit am Berg“ bei Oliver Haertel, dienstags 20.00 - 21.30 Uhr.

Fördere die Durchblutung, erhöhe Deinen Energieverbrauch und werde überflüssige Pfunde los.

Prävention und Gesundheit:

Zum Beispiel bei „Funktionsgymnastik“ mit Jitka Schäfer, dienstags 7.45 - 8.45 Uhr oder

„Tai-Chi-Chuan“ bei Manh-Kha Ho, donnerstags 17.30 - 19.30 Uhr.

Steigere durch gezielte Übungen Deine Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Körperwahrnehmung und bewahre so Deine Gesundheit auf sanfter Weise.

Den aktuellen Stundenplan findet Ihr immer auf unserer neuen Webseite unter: <http://www.svesting.de/stundenuebersicht-group-fitness/>

Weiterhin ist für alle Alters- und Fitnessstufen etwas dabei und ich wünsch' Euch ein sportliches Vergnügen bei Eurem Lieblingskurs.

Eure

Lucy



KiSS

Abteilungsleitung:
Lucy Waas

Telefon 08142/48085
kiss@svesting.de



Liebe Kinder, liebe Eltern,

in der Kindersportschule KiSS hat sich seit dem letzten SVE-Report viel getan – von neuen Stundenangeboten, über Veranstaltungen, wie der beliebten Kinder-Nikolausfeier, bis hin zu einer neuen Abteilungsleiterin. Ich darf mich an dieser Stelle bei Euch KiSS-Kindern und Eltern als neue Leiterin der KinderSportSchule KiSS vorstellen.

Seit Mitte Februar 2018 bin ich als Leiterin Marketing, KiSS und Group Fitness im Sportverein Esting e. V. hauptamtlich tätig und donnerstags zu den Geschäftsstellenzeiten auch Eure Ansprechpartnerin in der Geschäftsstelle. Ich freu' mich auf meine neue Aufgabe und viele von Euch auch bald

persönlich kennenzulernen.

Die Kindersportschule zählt zum heutigen Stand 20 Gruppen mit insgesamt 220 KiSS-Kindern, die von sieben Lehrkräften und deren geschulten Helfern betreut und gefördert werden.

Das Ziel unserer KiSS-Lehrkräfte ist es dabei, den Kindern langfristig Spaß an der Bewegung, am gemeinsamen Spiel und am fairen Umgang miteinander zu vermitteln.

Die Unterrichtseinheiten finden ab der **1. KiSS-Stufe zwei Mal pro Woche** statt und orientieren sich an den jeweiligen Entwicklungsphasen der Kinder. Gestartet werden kann mit der „Mini-Mini-KiSS“ (im Kindergartenalter) und wir begleiten Euer Kind wei-

ter durch das Grundschulalter vom 6. bis zum 11./12. Lebensjahr.

Die KiSS-Kinder sollten, je nach individuellem Entwicklungsstand, jedes Schuljahr in die nächst höhere KiSS-Stufe wechseln, um optimal gefördert und gefordert zu werden und sie dauerhaft für Bewegung zu begeistern. Ein Wechsel der Gruppen ist immer zum Schuljahresanfang bzw. zum Halbjahr möglich.

Die Lerneinheiten bewegen sich je nach Altersgruppe im Rahmen der traditionellen Sportarten:

- Turnen/Akrobatik
- Leichtathletik
- Gymnastik/Tanz
- Ballspiel
- Rückschlagspiele

Als neuestes Angebot bieten wir den Kindern die KiSS Jazz- und Musical-Tanzgruppe bei Natalie Kleeberger an. Frau Kleeberger hat neben ihrer Tätigkeit als professionelle Muscaldarstellerin bereits verschiedene Projekte mit Kindern begleitet, vor allem als Lehrkraft für Kindertanz, zuletzt an der Kinder- und Jugendsportschule KJS in Köln.

Zum Schnuppern können die Kinder gerne immer montags von 15.00 - 16.00 Uhr (für 5- bis 6-Jährige) und von 16.00 - 17.00 Uhr (für 7- bis 9-Jährige) im Spiegelsaal in Esting vorbeikommen und mittanzen.

Die KiSS Dance-Club-Stunden bei

Janes Stockhammer finden zu **geänderten Zeiten** statt:

montags von 18.00 - 19.00 Uhr
ab 11 Jahren sowie
dienstags von 15.30 - 17.00 Uhr
bzw. 17.00 - 18.30 Uhr
ab 15 Jahren

im Spiegelraum im Schwaigfeld.

Den aktuellen Stundenplan findet Ihr immer auf unserer neuen Webseite unter: <http://www.svesting.de/kiss-stundenplan/>

Eure

Lucy



Tischtennis

Abteilungsleitung:
Peter Kiderle

Tel. 08142/48088
tischtennis@svesting.de



Hallo liebe Tischtennisfreunde,

die Saison 2017/2018 neigt sich dem Ende zu und der SV Esting kann einige Erfolge vermelden:

Die 1. Mannschaft mit Mannschaftsführer Daniel Walter muss sich nach dem Aufstieg in der 3. Bezirksliga Amper behaupten. Sie belegt momentan mit 8:18 Punkten den 7. Platz bei noch fünf verbleibenden Spielen. Mit dem Rückkehrer Lucas Perocco sollte der Klassenerhalt machbar sein.

Die 2. Mannschaft kämpft nach dem Aufstieg in die 1. Kreisliga gegen den Abstieg. Momentan steht die Mannschaft mit 8:22 Punkten auf dem 8. Platz. Hier ist Spannung bei den letzten drei Spielen garantiert, da Platz 7 - 10 in der Liga fast mit punktgleichen Mannschaften belegt ist. Durch den Zugang von Berthold Süß wird die Mannschaft zusätzlich verstärkt. Hier wird die endgültige Entscheidung wohl erst nach dem letzten Spieltag Ende März fallen.

Die 3. Mannschaft spielt in der 3. Kreisliga. Dort steht die Mannschaft, geführt vom neuen Mannschaftsführer Manuel Gundlach, zwei Spieltage vor Saisonende mit 10:22 Punkten auf dem 9. Platz, der den Abstieg bedeuten würde. Dies ist sicherlich vielen Ausfällen in der Rückrunde geschuldet. Nichtsdestotrotz werden die Jungs in den letzten Spielen der Runde ihr Bestes geben, um den Abstieg noch zu vermeiden.

Mannschaft 4 tritt ebenfalls in der 3. Kreisliga an und belegt mit 15:17 Punkten einen hervorragenden 5. Platz. Dieter Löser als Mannschaftsführer hat mit seiner Erfahrung eine gute Mannschaft geformt, so dass die Liga nach dem Aufstieg gehalten werden kann.

Für die größte Überraschung sorgt die 5. Mannschaft, die mit 29:3 Punkten die Tabelle der 4. Kreisliga anführt !!! Mit Aussicht auf die letzten vier Spiele ist die Meisterschaft durchaus zu holen. **Vorab an den Mannschaftsführer Wolfgang Altinger und seine Jungs herzlichen Glückwunsch zu der erstklassigen Leistung.**

Die neu gemeldete 6. Mannschaft belegt in der 4. Kreisliga mit 9:23 Punkten einen guten 8. Platz. Aufgrund der neuen Spieler, die teilweise vorher noch nie im Ligabetrieb gespielt haben, ist die Leistung sehr positiv zu betrachten.

Abschließend möchte ich wieder mal auf die Gruppe 60+ hinweisen, die sich immer am Dienstag von 13.15 - 15.15 Uhr trifft. Es dürfen gerne auch „jüngere“ Freizeitspieler hinzukommen, die an diesem Nachmittag Lust und Zeit haben. Hier steht nur der Spielspaß im Vordergrund, Spielstärke ist egal, Leihschläger sind vorhanden. Dort wären noch Plätze frei. Es fallen keine zusätzlichen Kosten an, Mitgliedschaft im Hauptverein reicht. Interessenten melden sich bitte bei Sebastian Junghans unter

0176-22062067 oder sebastianjung-hans84@gmail.com

Einfach vorbeikommen und reinschnuppern geht natürlich auch.

Ich wünsche allen Beteiligten viel Spaß und eine gute kameradschaftliche Zusammenarbeit.

Bis bald an der Platte,

Euer

Peter

Liebe Tischtennisfreunde,

die Tischtennis-Jugend befindet sich im Endspurt des Punktspielbetriebs und inmitten der Turnierserien. Im Folgenden möchte ich Euch einen kurzen Einblick, beginnend beim Punktspielbetrieb, geben:

Die Jungen 1 liefern sich als Aufsteiger in der zweithöchsten Spielklasse Bayerns, der Oberbayernliga West, einen harten Kampf um den Klassenerhalt. Mit den jüngsten Siegen gegen direkte Abstiegs Konkurrenten ist der Klassenerhalt als Sechster fast gesichert. Ein Riesenerfolg für das Team um die Mannschaftsführer Paul Penker und Mario Michalsky.

Eine Liga tiefer, der 2. Bezirksliga Amper/Donau, rangieren die Jungen 2 auf einem überraschend souveränen 4. Tabellenplatz, der deutlich über den Erwartungen liegt.

Dagegen hinken wir in der 1. Kreisliga unseren eigenen Erwartungen etwas hinterher. Die Jungen 3 stehen auf dem unsicheren 2. Tabellenplatz, deutlich hinter dem Spitzenreiter aus Fürstfeldbruck und hart umkämpft von drei weiteren Teams, unter anderem der 4. Mannschaft. Der 2. Tabellenplatz würde zur Teilnahme am Auf-

stiegsturnier zur 2. Bezirksliga Amper/Donau berechtigten.

Die Jungen 5, ebenfalls in der 1. Kreisliga aktiv, sind auf Platz 6 positioniert. In der 2. Kreisliga deutet sich ein spannendes Saisonfinale an. Nahezu punktgleich nach aktuellem Tabellenstand spielen die Jungen 6 und die 2. Mannschaft des 1. SC Gröbenzell im direkten Vergleich die Meisterschaft aus, während die Jungen 7 nach Leistungssteigerung in der Rückrunde auf Platz 5 liegen.

In der 3. Kreisliga steht die 8. Mannschaft, trotz personeller Wechsel zur Rückrunde, kurz vor der Meisterschaft. Richtungsweisend hierfür war der äußerst knappe 8:6-Sieg im Spitzenplatz gegen den Tabellenzweiten aus Gröbenzell 3. Die 9. Mannschaft, mit zahlreichen jungen Talenten gespickt, rangiert in der gleichen Liga auf Platz 5.

Bei den Mädchen sind die beiden Teams auf den Plätzen 2 und 5 positioniert. Leider wurden die Mädchen 1 ihrer leichten Favoritenrolle in der 1. Kreisliga Garmisch/Weilheim nicht gerecht und mussten sich dem TTC Birkland geschlagen geben.

Neben dem Punktspielbetrieb sind wir auf zahlreichen Turnieren vertreten. Hierzu ein Überblick der Turnier-Highlights der vergangenen Monate:

Noch ganz frisch ist ein weiteres Kapitel in der Erfolgsgeschichte der mini-Meisterschaften, einer Turnierserie für Kinder bis 12 Jahre. Nach einem neuen Teilnehmerrekord von 35 Kindern beim Ortsentscheid griffen wir mit einem Großaufgebot von 25 Kindern auf Kreisebene ins Geschehen ein.

Doch nicht nur quantitativ sondern auch qualitativ wussten die Minis mit 3 x 1. Plätzen, 3 x 2. Plätzen, 4 x 3. Plätzen und 3 x 4. Plätzen zu überzeugen.

Damit stellten wir einmal mehr den erfolgreichsten Verein auf Kreisebene. Turniersieger wurden Florian Bieseimer (AK 1 Jungen), Johanna Fischer (AK 2 Mädchen) und Klara Hof (AK 3 Mädchen). Insgesamt sicherten sich 13 Kinder die Qualifikation für die Oberbayerische Meisterschaft der Minis, dem Bezirksentscheid und nähren damit die Hoffnung auf eine erneute Teilnahme an der Bayerischen Meisterschaft.

Bei dem jährlich stattfindenden Ranglistenturnier sorgte Nicole Steinbrecher (Mädchen) für Aufsehen. Sie sicherte sich beim 1. Bezirksbereichsranglistenturnier ungeschlagen den Turniersieg und qualifizierte sich, wie Paul Penker (Jungen), als Vierte für das oberbayerische Ranglistenturnier.

Die Kreismeisterschaften vor traditionell heimischer Kulisse waren zum wiederholten Mal Garant für Estinger Erfolge, allen voran die Estinger Mädels. Neue Kreismeister/-in dürfen sich nennen: Paul Penker (Jungen), Mario Michalsky (Schüler A), Nicole Steinbrecher (Mädchen), Yasmina Dogu (Schülerinnen A) und Veronica Sebiashuk (Schülerinnen B).

Ein Erfolg für sich ist das Estinger Familienturnier. Bei diesem Turnier treten Kinder und Erwachsene als 2er-Teams an und kämpfen in verschiedenen Kategorien um die Titel. Doch weniger die Titel, als der Spaß und die Begeisterung für die Sportart Tischtennis, stehen hierbei bei den Beteiligten im

Vordergrund. Die Resonanz bei der 5. Auflage des Turniers mit 36 Familienduos war derart groß, dass wir das Turnier kurzerhand in die Mehrzweckhalle auslagern mussten, die für einen passenden Rahmen der Veranstaltung sorgte.

Auch auf personeller Seite gibt es Neuigkeiten: Um die Qualität unserer Trainingseinheiten weiterhin gewährleisten zu können, erweiterten wir das Trainerteam im Kinderbereich um Paul Penker und Sascha Kraft. Der weiterhin stetige Zulauf im Nachwuchsbereich und die Begeisterung für die Sportart unter den Kindern und Jugendlichen machten diesen Schritt unabdingbar. Erfolgsrezept hierfür sind das kontinuierliche Training, gemeinsame Aktionen abseits und während des Trainings, einer riesen Portion Spaß sowie ein Trainerteam, dass die Begeisterung für die Sportart Tischtennis lebt.

Du interessierst Dich für unseren Sport und möchtest uns und die Abteilung näher kennenlernen? Dann bist Du herzlich zum Kindertraining donnerstags von 16.00 Uhr - 17.30 Uhr und samstags von 9.00 Uhr - 10.30 Uhr eingeladen.

Wir freuen uns auf Dich 😊

Euer
Seppi



Familienturnier



Kreisentscheid der mini-Meisterschaften



Mädchen 2



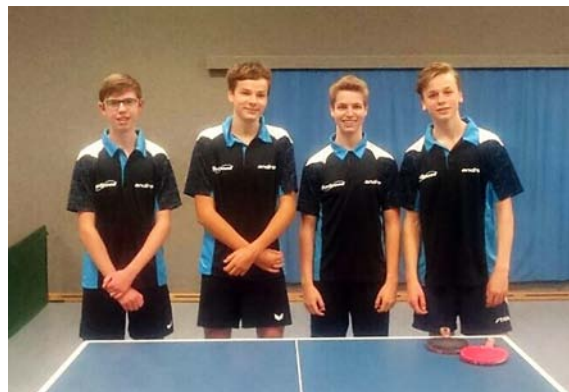
Mädchen 1



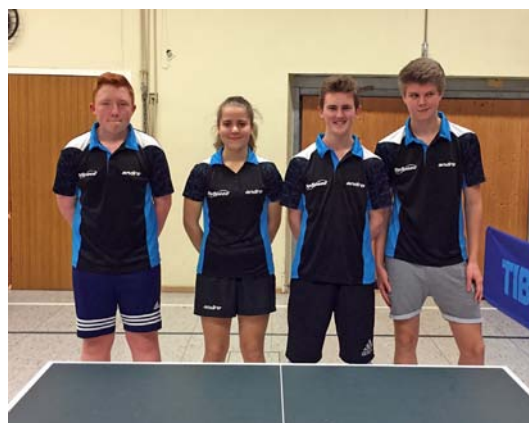
Jungen 7



Jungen 1



Jungen 2



Jungen 3



Jungen 4



Jungen 5



Jungen 6



Jungen 9



Jungen 8



Fitness

Abteilungsleitung:

Harry Kalb

Telefon 08142/48098
fitness@svesting.de



Liebe Mitglieder der Abteilung Fitness,

die Mitgliederumfrage im Dezember 2017 hat gezeigt, dass der Wunsch nach erweiterten Öffnungszeiten besteht. Für die Übungsleiter unserer Fitness-Abteilung stellt das eine Herausforderung dar. **Aber wir haben uns bemüht und so hat die Fitness-Abteilung Dienstag und Freitag jetzt bereits ab 7.00 Uhr geöffnet. Dies gilt zunächst für eine Testphase bis 30.6.2018.**

zunächst für eine Testphase bis 30.6.2018.

Um eine solche Erweiterung stemmen zu können, versuchen wir, unser Übungsleiter-Team zu erweitern. Mit Martina Rank, Daniel Weber, Timo Krenn und Patrick Wagner konnten vier SV Esting Ur-Gesteine für die Fitness-Abteilung gewonnen werden. Olli Haertel ist außerdem noch in der KISS und bei „Hart am Limit“ anzutreffen. **Wir wünschen den neuen Kollegen einen guten Einstieg.**

In diesem Zusammenhang würden wir uns sehr freuen, wenn sich noch weitere Fitnessbegeisterte finden, die sich vorstellen können, als Übungsleiter in unserer Abteilung für den SV Esting tätig zu sein. Hierbei sind Vorerfahrungen im Fitnesstraining hilfreich, aber nicht zwingend notwendig, da die Möglichkeit zur Aus- und Fortbildung besteht. Also, spricht uns an - gerne auch per E-Mail (info@svesting.de).

Nun wünschen wir Euch ein schönes Frühjahr. Wir dürfen bereits verraten, dass wir im Sommer ein Facelift in der Fitness-Abteilung vorhaben. Lasst's Euch überraschen.

Sportliche Grüße,

Harry & Tobi



- Du trainierst bereits im Bereich Fitness?
- Du hast Lust und Zeit, Dich im Verein zu engagieren?
- Du hast bereits einen Übungsleiter-Schein oder Interesse an einer Ausbildung zum Fachübungsleiter?

Dann melde Dich bei uns!

SV Esting e.V. • Abteilung Fitness
Schloßstraße 21 • 82140 Olching
08142 - 48098 • tobias.marzin@svesting.de

www.svesting.de

//////////////////////////////////// Anzeige

Rainer Saalfeld Meisterbetrieb

Gas • Wasser • Heizung

Umbauten, Reparaturen
Badrenovierung komplett
Rohrreinigung
Kundendienst, Notdienst

Hauptstraße 84 Rgb., 82140 Olching
Telefon (08142) 2367
Fax ☎ (08142) 41573
www.rainer-saalfeld.de
saalfeld@rainer-saalfeld.de





Rennrad

Hallo Rennrad-Freunde,



wir fahren auch dieses Jahr wieder montags ab 18 Uhr unsere Runden mit dem Rennrad.

Wir sind seit Jahren eine kleine Gruppe, die noch nette Mitfahrer/-innen sucht.

Es sind alle herzlich dazu eingeladen, die gerne Rennrad fahren.

Wir sind zwar etwas ambitioniert, aber rasen nicht durch die Gegend.

Bei Fragen dazu, bitte einfach melden: Claudia-sve@web.de

Eure Claudia



SVE Bike Saison 2018

In der Woche nach den Osterferien, Montag, den 9. April, starten wir wieder in die MTB-Saison. Jeden Montag und Donnerstag, jeweils ab 18 Uhr, starten wir unsere „Feierabendrunden“ rund um Olching, Fürstfeldbruck bis nach Schöngeising/Grafrath. Dabei ist es egal, ob Ihr ein gefedertes oder unfedertes Mountainbike fahrt, Helm ist allerdings Pflicht ;-)

Wir werden auch Fahrten zu verschiedenen Bikeparks unternehmen. Hier sollen besonders die unter Euch angesprochen werden, die ihre Fahrtechnik entscheidend voranbringen wollen. Dabei sein kann aber jeder, unabhängig vom derzeitigen Können.

Auf dem Programm sollen dieses Jahr auch Fahrten ins Altmühltal, Vinschgau oder andere Bikerreviere stehen – je nachdem, worauf Ihr Lust habt und wie wir einen gemeinsamen Termin finden.

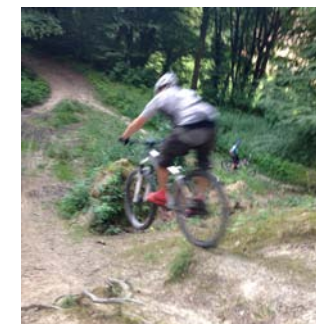
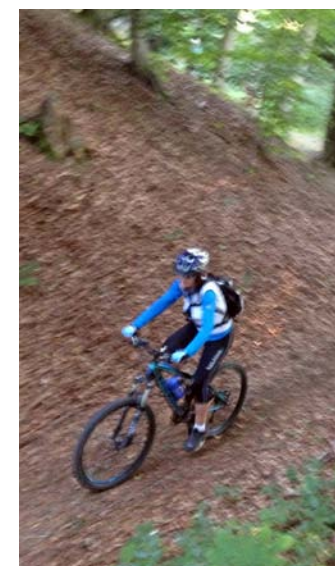
Außerdem werde ich zu Beginn der Saison ein Fahrtechniktraining an einem Samstag mit Euch durchführen. Der genaue Termin dazu wird in der Gruppe abgestimmt.

Auf geht's, jeden Montag und Donnerstag ab 18.00 Uhr Treffen der Biker in Esting an der Dreifachhalle. Lasst Euch einfach in die WhatsApp-Gruppe aufnehmen (0177/2152778) oder schreibt an den Verteiler (SVestingbiker@gmail.com).

Für Fragen könnt Ihr Euch unter 0177/2152778 direkt an mich wenden.

Ich freue mich auf Euch und eine geile Bikesaison 2018,

Martin



~~~~~ Anzeige ~~~~~



## EUER PARTNER FÜR:

- Sport-/Schutzbrillen auch mit Sehstärke
- Sonnenbrillen
- Kontaktlinsen



WICHTIG!!

Alle SV-Mitglieder erhalten exklusiv 20% Rabatt!  
Einfach Anzeige ausschneiden und mitbringen.

f Optikhaus Olching  
www.optikhaus-olching.de



OPTIKHAUS GmbH

Hauptstr. 3, Olching  
Tel. 081 42/ 4 54 13



## Nordic Walking

**Interesse am Nordic Walking?**  
Auf geht's in die Sommersaison ...

**SPASS AN DER BEWEGUNG IM FREIEN**  
wird bei uns groß geschrieben und der Austausch untereinander kommt nicht zu kurz.

Nach einem kurzen Aufwärmen durchkreuzen wir auf wechselnden Routen die Amperauen. Unser sanftes und effektives Ganzkörpertraining ergänzen wir durch Kräftigungsübungen an Bänken und Baumstümpfen.

Auch das Theraband kommt beim Dehnen hin und wieder zum Einsatz.

Am 11.4.2018 starten wir wieder in die Sommersaison. Die Nordic Walking-Stöcke werden herausgeholt und wir treffen uns jeden

**Mittwoch, 18.15 - 19.15 Uhr,**  
vor der Mehrzweckhalle in Esting.

Anfänger und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen. Es wäre hilfreich, wenn Ihr Euch vor der ersten Teilnahme kurz bei mir telefonisch meldet.

**Martina Rank**  
Tel. 08142/49574

**Weitere Nordic Walking Gruppen:**

**Mittwoch, 9.15 – 10.15 Uhr**  
Petra Huber

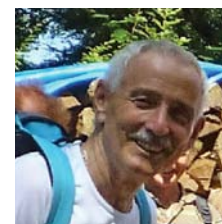
**Mittwoch, 19.15 – 20.15 Uhr**  
Angelika Baumgartner

**Donnerstag, 8.45 – 9.45 Uhr**  
Martina Rank

**Freitag, 8.30 – 10.00 Uhr**  
Rosemarie Marziw



## Wandergruppe Ü60



Betreuer: Hans Rapp  
Telefon 08142/3537  
Mobil 0172/8218297  
E-Mail: hans.rapp@t-online.de

**Servus liebe Ü60-Wander- und Bergsportfreunde des SV Esting,**

auch im letzten Quartal 2017 waren wir von der Ü60-Wandergruppe noch sehr aktiv. Die Bergwanderer waren mit Elfi Sollinger und mit vollem Einsatz u. a. auf der Brecherspitze, die Tour zum Heuberg musste leider wetterbedingt abgesagt werden. Auch die Wanderer und Genusswanderer haben mit Landshut, Sixtnitgern und Breitbrunn sowie mit einer, von Anna Schuster und Lore Landskron organisierten Weihnachtsfeier, Stehvermögen bewiesen.

**Herzlichen Dank Euch beiden sowie allen Ü60-Bergfexen für Euren Einsatz und Euer Engagement. Danke auch allen Autofahrern fürs chauffieren, ohne Euch geht nix.**

Es gibt, wie im richtigen Leben, so auch bei uns, in der Ü60-Wandergruppe Dinge und Abläufe, die nicht so laufen, wie man es gerne hätte. Unsere Neuorientierung im Bereich Berg-/Wandergruppenführung funktioniert zum Teil aus beruflichen und privaten Gründen nicht so, wie es geplant war. Ich werde mich aber um eine Lösung bemühen.

Sicher ist, dass ich die Genusswanderungen 2018 wie gewohnt durchführen werde. Die Berg-Wanderungen werden von mir aber immer rechtzeitig an unserer Infotafel bekanntgegeben.

So, liebe Berg, und Wanderfreunde, ich hoffe, dass wir auch weiterhin schöne Berg- und Wandertouren haben werden und freue mich schon auf eine zahlreiche Teilnahme.

Servus und vielleicht sehen wir uns bei einer unserer Wanderungen wieder.

Bis dahin, Berg Heil,

Euer

*Hans Rapp*



21.11.2017 GW Sixtnitgern



27.11.2017 Ü60-Weihnachtsfeier



24.10.2017 GW Landshut



27.12.2017 GW Breitbrunn



27.12.2017 GW Breitbrunn





10.10.2017 Brecherspitze



24.10.2017 GW Landshut



24.10.2017 GW Landshut



27.12.2017 GW Breitbrunn



21.11.2017 GW Sixtnitgern



21.11.2017 GW Sixtnitgern



27.12.2017 GW Breitbrunn



**Volleyball**

**Abteilungsleitung:**

**Florian Saller**

Mobil 01525/7825420  
volleyball@sesting.de



### Aus Neu und Alt wird ein Team!

Die Saison neigt sich dem Ende zu und die ESting Elephants Mädels konnten diese mit einem zufriedenen 4. Platz abschließen. Die vier Neuzugänge konnten sich in das Team integrieren und haben sich mit super Leistungen in der neuen Liga nun zurechtgefunden.

Wenn man die Saison optisch darstellen müsste, wäre es wohl eine Gebirgskette: Die höchsten Berge wurden erklommen und die tiefsten Schluchten erkundet. Egal gegen welchen Tabellenplatz gespielt wurde, jedes Spiel konnte gewonnen werden oder verloren gehen. Der Tabellenführer wurde von uns als einzige Mannschaft der Liga zweimal bezwungen. Trotzdem war bis zum Ende der Saison nicht klar, in welchem Bereich der Tabelle man sich wieder finden wird.

Nach dieser durchwachsenen Saison freuen sich die Spielerinnen nun auf die verdiente Pause vom Hallenvolleyball. Doch auch im Sommer können die Elephants Mädels nicht die Finger vom Ball lassen und Ihr könnt sie auf den verschiedensten Beachvolleyballplätzen oder Freizeitturnieren antreffen.

Bis nächste Saison,

**Eure Damen 1**



### Damen 2

Ein später Einstieg in das gemeinsame Training, der unerwartete Abgang einer Spielerin – der Start in die Saison verlief etwas holprig und nicht so richtig erfolgreich. Im Laufe der Saison wurde es aber besser und besser, die neu ins Team gekommenen Jugendspielerinnen fügten sich von Training zu Training immer besser in die Mannschaft ein. Jetzt fühlen sie sich dank der Hilfe der erfahrenen Spielerinnen pudelwohl, da sie auch viel von ihnen lernen konnten.

Mit der steigenden Anzahl der Spiele verbesserten sich auch die Ergebnisse, zwischenzeitlich gab es trotz des schlechten Starts Hoffnungen auf den zweiten Tabellenplatz. Einen zusätzlichen Motivationsschub gab die Siegerprämie von (unglaublichen) sieben Kästen Bier, die der Germeringer Trainer für das Gewinnen von zwei Spielen gegen seine schärfsten Verfolger auslobte.

Die Siegesserie von acht Spielen wurde nur einmal unterbrochen von einem knapp verlorenen Spiel. Eine weitere gute Nachricht ist, dass zwei Spielerinnen aus der Babypause zurückgekommen sind und sich ab nun wieder gemeinsam mit uns durch das Training kämpfen werden. Jetzt freuen wir uns auf das letzte Spiel dieser Saison, um uns dann nach kurzer Pause mit Spaß auf die kommende Saison vorbereiten zu können.

### Damen 3

**Tschüss Kreisliga – hallo Bezirksklasse 😊**

**Die Saison 2017/2018 war ein voller Erfolg.**

Gemeinsam mit unserem neuen Trainer Peter Kronfeld und personell verstärkt



durch einige Jugendspielerinnen hat es endlich mit dem direkten Aufstieg in die Bezirksklasse geklappt und die Zitterpartie bei der **Relegation bleibt uns Gott sei Dank erspart.**

Das war allerdings nicht von Anfang an klar. Gleich in unserem ersten Spiel gegen Haspelmoor mussten wir eine frustrierende Niederlage hinnehmen.

Den Saisonauftakt hatten wir uns definitiv anders vorgestellt... Glücklicherweise erhalten wir uns von diesem Dämpfer relativ schnell und arbeiteten hart an unserer größten Schwäche – der Kommunikation auf dem Feld. Das machte sich in den folgenden Spielen klar bemerkbar und wir konnten in 11 Spielen 31 von 33 möglichen Punkten auf unser Elephantskonto verbuchen. Nur der SV Haspelmoor lag zu diesem Zeitpunkt aufgrund eines besseren Satzverhältnisses knapp vor uns.

Hochmotiviert und mit einigen zusätzlichen Trainingseinheiten starteten wir in die Rückrunde. Am 20.1.2018 wartete dann der Spitzenspieltag der Saison auf uns. Zuhause mussten wir erst gegen den Tabellenführer aus Haspelmoor ran, danach standen uns mit dem SV Haimhausen die derzeitigen Drittplatzierten gegenüber.

Dank der vielen Elephants-Fans tobte die Halle und es wurde um jeden Ball gekämpft. Am Ende konnten wir uns über zwei überraschend souveräne Siege und weitere, wichtige sechs Punkte freuen. Von da an haben wir die Tabellenführung nicht mehr abgegeben.

Mit 17 Siegen und nur einem verlorenen Spiel blicken wir extrem zufrieden auf die Saison zurück. **Das Saisonziel „Aufstieg“ haben wir mit Bravour gemeistert.** Jetzt heißt es, fleißig weiter



zu trainieren und an unserer Technik zu feilen, damit unser Debüt in der Bezirksklasse genauso erfolgreich wird.

Wir freuen uns auf jeden Fall jetzt schon riesig auf die neue Herausforderung 😊

### Eure Damen 3

### Herren 1 beenden Saison im Mittelfeld

Nach einer abwechslungsreichen Saison finden sich die Estinger Herren 1 im Mittelfeld der Tabelle wieder. Die Leistungsdichte war extrem hoch in der diesjährigen Liga. Bis Mitte der Rückrunde spielten die Estinger noch um den Aufstieg mit, durch zwei Niederlagen in Folge musste das Team aufpassen, nicht doch noch auf den Rang der Abstiegsrelegation zu rutschen. Dies konnte durch den erfolgreichen Endspurt allerdings verhindert werden. Letztendlich fehlte die Konstanz, um ganz oben mitspielen zu können. Positiv hervorzuheben ist,

dass alle Mannschaften, die an der Tabellenspitze standen, von den Estingern geschlagen wurden. Auch erwähnenswert ist, dass Nachwuchsspieler Leon Tomaschko sein Debüt in der Bayernliga geben konnte. Zu guter Letzt steht noch das Lokalderby gegen das Team aus Fürstenfeld-

bruck an. Dies ist dann der Abschluss einer langen Saison.

Die Elephants fiebern schon dem Saisonauftakt entgegen und freuen sich auf zahlreiche Fans, die in den letzten Jahren mit einer bomben Stimmung kräftig zur Unterstützung beitrugen.



Für die Elephants spielen diese Saison:  
von links oben: Korbi Bauer, Jörg Fries, Patrick Schmid, Fabian Rauber, Robert Müller, Takayoshi Terajima, Felix Müller-Spanka, Christof Schiffer, Michael Schröpel  
Fehlende: Martin Engler, David Drexler, Leon Tomaschko  
Trainer: Florian Saller

## Naturheilpraxis Michaela Kania

### Heilpraktikerin



### Osteopathie, Spagyrik und Jin Shin Jyutsu

Ab sofort erweitere ich für Sie meine Behandlungszeiten:

Montag bis Freitag von 07.00 bis 19.00 Uhr

Samstag von 08.00 bis 13.00 Uhr

Adlerweg 15, 82140 Olching (Amperhof)

Telefon 08142 44 04 846

[www.lassen-sie-sich-beruehren.de](http://www.lassen-sie-sich-beruehren.de)

Anzeige

**Redaktionsschluss**  
für die nächste Ausgabe  
ist am **Dienstag, den 9. Oktober 2018.**

**Beiträge an:**  
[report@svesting.de](mailto:report@svesting.de)

**Tipps unter:**  
[www.svesting.de/Verwaltung/SVE-Report](http://www.svesting.de/Verwaltung/SVE-Report)



## Ju-Jutsu

**Abteilungsleitung:**  
**Peter Scondo**

Tel. 0171/8101860  
[jujutsu@svesting.de](mailto:jujutsu@svesting.de)



### Neue Abteilungsleitung Ju Jutsu



v.l.n.r. stehend: Michaela Volnhals, Peter Scondo, Christian Berlin, Kim Grüneberg, Anne Bemann  
v.l.n.r. knieend: Björn Dietrich, Richard Brunn (Revisoren)

Am 24.11.2017 fand eine turnusgemäße Neuwahl der Abteilungsleitung Ju-Jutsu statt. Die beiden bisherigen Abteilungsleiter Kaspar Obermaier und sein Stellvertreter Peter Müller stellten sich nach über 10-jährigem Einsatz für die Abteilung nicht mehr zur Wahl.

**Wir bedanken uns bei Kaspar und Peter für ihr Engagement in der Ju-Jutsu-Abteilung.**

In die neue Abteilungsleitung wurden gewählt:  
Peter Scondo (Abteilungsleiter)  
Kim Grüneberg (stv. Abteilungsleiterin)  
Anne Bemann (Kassierin)  
Christian Berlin (Jugendleiter)  
Michaela Volnhals (Schriftführerin)

**Der neuen Abteilungsleitung alles Gute für die kommenden Aufgaben.**

### Dan-Prüfung

Am 11./12. November 2017 fand in Germering die Dan-Prüfung für Teilnehmer des Bayernseminars statt – diesmal auch mit Estinger Beteiligung.

Das Erreichen des 1. Dan-Grades ist für jeden Ju-Jutsuka ein Höhepunkt seiner sportlichen Laufbahn.

Nach genau zehn Jahren intensiven und anstrengenden Trainings konnten die Trainer Robert Schaffer (5. Dan) und Dieter Meyer (8. Dan) **Anne Bemann zu ihrer neuen Graduierung zum 1. Dan gratulieren.**

Die Abteilungsleitung ist sehr stolz darauf, nun eine weitere Sportskameadin mit einem Meistergrad in ihrer Runde zu haben.

**Wir wünschen Anne Bemann weiterhin viel Spaß** und hoffen darauf, dass durch ihr großes Engagement und ihren Eifer an Ju-Jutsu weitere neue Mitglieder genau diesem Fieber verfallen.



Anne Bemann und Robert Schaffer

Seit Dezember 2017 haben wir einen neuen Kursleiter, Björn Dietrich, der künftig „NICHT MIT MIR!“-Kurse anbietet.

„NICHT MIT MIR!“, so heißt das Konzept des Deutschen Ju-Jutsu-Verbandes zur Gewaltprävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Kinder im Grundschulalter.

Die Kinder lernen in Kursen mit mehreren Unterrichtseinheiten, bedrohliche Situationen einzuschätzen und zu vermeiden. Ebenso lernen sie, den eigenen Standpunkt selbstsicher mit Worten zu behaupten, unterstützt durch eine ausdrucksvolle Körpersprache. Sich in Sicherheit bringen und kompetent Hilfe einfordern, wird ebenfalls im spielerischen Rahmen eines Kurses geübt.

Für den Ernstfall wird eine aus dem Ju-Jutsu entnommene Technik einstudiert, damit sich die Kinder in Notwehr körperlich verteidigen können. Es wird jedoch klar vermittelt, dass es keine 100 %ige Sicherheit gibt und auch keine Zaubertechnik, mit der jeder Angreifer abgewehrt werden kann.

„Selbstverteidigung beginnt im Kopf und nicht bei den Techniken“, erklärt Björn Dietrich, der im vergangenen Dezember nach einer mehrstündigen Prüfung seine Kursleiterlizenz überreicht bekommen hat. „Daher legen wir sehr viel Wert auf die Präventionsarbeit.“

Die Themen werden altersgerecht vermittelt. Dazu gehören z. B. Rollenspiele und die Arbeit mit Bilderbüchern und Comics. Der systematische Aufbau effektiver Techniken und die häufige Wiederholung und Vertiefung stärken die Kinder und verbessern ihr Selbstbewusstsein.

Einem Kurs geht immer ein Elternabend voraus, an dem sich Interessierte zunächst über die Inhalte informieren können. Da ein Kurs aus vielen Modulen individuell zusammengestellt werden kann, ist eine angepasste Schulung von Kindergartenkindern bis hin zu Jugendlichen möglich.

Jedes Kind kann teilnehmen, denn wir verlangen keinerlei Vorkenntnisse oder sportliche Voraussetzungen. Daher kann ein Kurs auch in den Sportunterricht der Schule integriert werden.

„Sprechen Sie mit uns über Ihre Wünsche“, sagen Kursleiter Björn Dietrich und Herrmann Glas, Geschäftsführer des SV Esting. Kontaktaufnahme direkt zum Kursleiter über nicht-mit-mir-ffb@web.de oder über die Geschäftsstelle des SV Esting.



## Erfolgreiche Kyu-Prüfung

Am 17.12.2017 absolvierten 17 Sportler aus der Abteilung Ju-Jutsu erfolgreich ihre Gürtelprüfung. Geprüft wurde vom 5. Kyu (Gelbgurt) bis hin zum 1. Kyu (Braungurt). Aufgrund der hohen Teilnehmerzahl wurden zwei Prüfungsgruppen gebildet.

Die Teilnehmer zeigten ihr Können in verschiedensten Bereichen wie Bewegungslehre, Falltechniken, Bodenkampf oder Abwehrtechniken. Ebenfalls wurden Atemis, Hebel und Würfe verlangt.

Unter den kritischen Augen der Prüfer Susanne Laumer, Robert Schaffer, Joseph Riedmaier sowie Rolf Kissel wurde außerdem sichergestellt, ob die Kampfsportler in der Lage sind, ihre Gegner zu sichern und sich bei Bedarf aus prekären Lagen selbst zu



befreien. Um die Prüfung zu bestehen, waren neben dem technischen Know-how aber auch Kondition und faires Partnerverhalten gefragt.

**Dieser sportliche Erfolg ist auch als das Ergebnis der hervorragenden Arbeit, welche die Trainer leisten, anzusehen. Besten Dank dafür!**

## Erfolgreiche Kampfsportler auf Südbayerischer Meisterschaft in Dingolfing

Am 17.2.2018 eröffnete die Ju-Jutsu-Abteilung des SV Esting erfolgreich die Wettkampfsaison. Auf der Südbayerischen Meisterschaft wurden die ersten Medaillen erkämpft.

Bei der Disziplin Duo treten zwei feste Paare gegeneinander an. Dabei zeigen sie 12 einstudierte Selbstverteidigungskombinationen, die von den Kampfrichtern mit Punkten von eins bis zehn bewertet werden.

Den **5. Platz** sicherten sich im Duo Senioren Eva Huber und Elisabeth

Michel. Die Kampfsportlerinnen präsentierten ihr Können zum ersten Mal nach nur sechs Wochen gemeinsamem Training.

Den **3. Platz** erzielten die Brüder Merlin und Moritz Nicolai, welche nur knapp gegen die Sieger des SV Niederroth verloren.

Im Duo U15 zeigten Florian Öttl und Luka Küsters eine starke Leistung: In drei knappen und spannenden Kämpfen steigerten sie zunehmend ihre Leistung und erreichten **Platz 1**. Über diesen sportlichen Erfolg freuten sich besonders die begleitenden Trainer Christian Berlin sowie Jona Zürlein.



Hinterre Reihe von links nach rechts: Merlin, Eva, Elisabeth  
Vordere Reihe von links nach rechts: Moritz, Luka, Flo

## Landeslehrgang beim SV Esting

Am 24.2.2018 fand beim SV Esting ein Landeslehrgang der Abteilung Ju-Jutsu statt. Erfreulicherweise konnten für dessen Leitung zwei Mitglieder des Lehrteams Bayern gewonnen werden: Andi Kaufmann (4. Dan, Rosenheim) und Alex Köhler (3. Dan, Nürnberg). In einer lockeren Atmosphäre zeigten die beiden ihr Können und führten unterhaltsam durch das vierstündige Training. Zahlreiche Teilnehmer aus nah und fern trainierten begeistert zusammen.

Im ersten Teil des Lehrgangs wurde an einem extrem wichtigen Thema des Ju-Jutsu gearbeitet: Falltechniken. Die Leiter zerlegten die Bewegungen dabei in einzelne Schritte, welche nach und nach ausprobiert und erweitert wurden.

Auch wenn dieses Thema im ersten Moment nach etwas klingen mag, das nur für Anfänger relevant ist, so zeigte sich doch, dass sich auch bei erfahrenen Sportlern so manche unsaubere Bewegung über die Jahre eingeschlichen hat und sie konnten sich Anregungen für ihre eigene Trai-

ningskonzeption mitnehmen. Besonders beeindruckend war die Technik des freien Falls, welche die Kursteilnehmer unter fachmännischer Anleitung kleinschrittig erarbeiteten.

Nach einer kurzen Pause bei Kaffee und Kuchen wurde die Weiterführung von Atemitechniken behandelt. Dabei versucht man, Schläge oder Tritte so abzuwehren, dass die Energie des Angreifers genützt und beispielsweise in einen Wurf weitergeführt wird. Das hat den Vorteil, dass man ihn mit wenig Eigenenergie unter Kontrolle bringen kann.



Sowohl Anfänger als auch Danträger konnten aus dem Lehrgang eine Menge mitnehmen. Zusätzlich kam durch abwechslungsreiche Aufwärmspielen und die abschlie-

ßenden Entspannungsübungen der Spaßfaktor nicht zu kurz. Kurzum, es war ein lehrreicher, sportlich aktiver und kurzweiliger Nachmittag!



## Leichtathletik

**Abteilungsleitung:**  
**Tilman Brenner**

Mobil 0160/1558447  
leichtathletik@svesting.de



## Leistungs- und Vorleistungsgruppe

Traditionell beendeten wir unser Wettkampfsjahr 2017 wieder mit dem Teufelsberg-Crosslauf. Wie in den vergangenen Jahren stellte der SV Esting bei diesem anspruchsvollen Lauf in der Aubinger Lohe das größte Starterfeld bei den Kindern und Jugendlichen.

**Souverän gewann Samuel Weber** in 7:25 Minuten den Lauf der männlichen Jugend U14 über 2.000 Meter. Im Rennen der weiblichen Jugend U18 über 4.700 Meter sicherte sich **Corinna Butz** in 20:13 Minuten den **3.** und **Melanie Philipp** in 23:23 Minuten den **5. Platz**. Über dieselbe Distanz wurde **Richard Mätz** (männliche Jugend U18) in 20:11 Minuten **Vierter**.

Die Wintermonate nutzten wir, um Trainingslücken zu schließen. Dabei konzentrierten wir uns vor allem auf das Training konditioneller und koordinativer Grundlagen sowie die Verbesserung der Kraftausdauer.

Das Werner-von-Linde-Sportfest in der gleichnamigen Halle diente im März 2018 als erster Formcheck im neuen Jahr. Bereits zu dieser frühen Zeit im Wettkampfsjahr überzeugten unsere Athleten mit sehr guten Leistungen und u. a. sieben Top-Ten-Platzierungen.

**Besonders freuten wir uns über die beiden Goldmedaillen:** Über 800 Meter der M14 lief **Samuel Weber** in starken 2:30,93 Minuten auf den **1. Platz**. **Samuel Daxwanger** war sowohl im Vor- also auch im Endlauf der schnellste Sprinter der M15 und sicherte sich in 7,61 Sekunden über 60 Meter verdient **Gold**.

Im Hochsprung der männlichen Jugend U18 sprang **Philipp Egger** mit 1,69 Meter auf den **Silberrang**. Überaus knapp finishte **Natalie Niese** im 60-Meter-Finale der W14 mit 8,37 Sekunden auf dem **4. Platz**. Unsere Stafel-Mädels **Magdalena Greil, Natalie Niese, Bianca Kosub und Marlene Weber** erkämpften sich über 4 x 100

Meter den **6. Rang** (57,04 Sekunden). Als **Sechste** beendete **Marlene Weber** auch mit übersprungenen 1,47 Metern den Hochsprung der W15. **Natalie Niese** wurde mit 1,41 Metern **Achte** im Hochsprung der W14.

Momentan warten wir Leichtathleten auf den Frühling, um endlich wieder draußen trainieren zu können. Als Vorbereitung auf die Wettkämpfe im Sommer fahren wir in den Osterferien wieder für eine Woche ins Trainingslager. Denn:

**You don't always get what you wish for, you get what you work for!**

In diesem Sinne wünsche ich allen Leichtathleten einen guten Start in eine erfolgreiche Freiluftsaison 2018!

Euer

## Kinderleichtathletik und Nachwuchsgruppe

Mit viel Spaß und sportlichen Ereignissen beenden auch wir eine ereignisreiche Herbst- und Winterzeit. Ende 2017 liefen die Kinder traditionell beim Teufelsberg-Crosslauf mit und erzielten super Ergebnisse. Die neue Wettkampfsaison wird durch den diesjährigen Olchinger Frühjahrslauf eingeleitet.



Trotz Wind und Schnee liefen die Kinder jeden Dienstag/Donnerstag fleißig draußen ihre Runden, bevor dann in der Halle viele allgemeine Grundlagen trainiert wurden.

Nach den Osterferien verlassen wir die Turnhalle wieder und begeben uns auf die Freisportanlage, wo wir auf die Grundlagen des Wintertrainings aufbauen und nun spezifisch das Laufen, Werfen und Springen für die Wettkampfsaison verbessern können. Natürlich dürfen auch die zahlreichen Wasserschlachten in der Sonne nicht fehlen. 😊

Wir freuen uns auf eine tolle Saison und hoffen, wir werden auch weiterhin so viel Spaß miteinander haben. 😊

Eure  
Svenja und Mathilda



Teufelsberg-Crosslauf, Nachwuchsgruppe



Samuel W. (797)



Caro



Tizian (777)



Melanie



Corinna (296)



Teufelsberg-Crosslauf



Kinder-Leichtathletik



Teufelsberg-Crosslauf



Richard



Tim (776)



Alex



Magdalena (590)



Staffel, Bianca und Natalie



Natalie



Marlene



Philipp



Samuel W., 1. Platz



Samuel D.



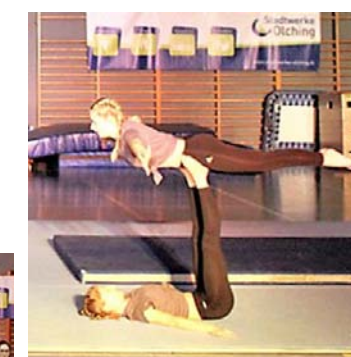


Die **Kindernikolausfeier** fand am 9. Dezember 2017 in der Mehrzweckhalle in Eisting statt. Kinder, Eltern sowie Besucher erlebten eine gelungene Feier und waren begeistert von den vielen aufgebauten Stationen, auf denen die Kinder sich ausprobieren und ihr Selbstvertrauen stärken konnten.

Auch die Showeinlagen, wie z. B. von den Abteilungen KISS, Ju-Jutsu und Turnen, die ihr Können und ihre Leidenschaft für ihren jeweiligen Sport zeigten, ernteten Begeisterung und Beifall.

Es wurde erneut ein gelungenes Fest, auch dank der vielen freiwilligen Helfer, Betreuer und Ehrenamtlichen, die die Besucher mit Kuchen, Butterbrezen und Getränken versorgten.

## Eure Lucy





## Hallo liebe Zirkusfreunde.

**Bereits seit einem halben Jahr gibt es jetzt die neue Showgruppe im Bereich Zirkus des SV Esting.**

Im Gegensatz zu der Stunde am Mittwochnachmittag, in der wir oft Spiele spielen und viele Zirkusgeräte ausprobieren, fokussieren wir uns am Donnerstag auf Jonglieren, Akrobatik, Rope Skipping (Seilspringen) und Club Swinging (Keulenschwingen). Statt eines Aufwärmspiels, wie wir mittwochs die Stunde beginnen, starten wir oft mit Cardio- und Kraftübungen. Aber natürlich kommt auch der Spaß nicht zu kurz.

**Insgesamt können wir als Trainer stolz berichten,** dass die Teilnehmer bereits unglaublich große Fortschritte gemacht haben. Für einen zusätzlichen Motivationsschub sorgte die Teilnahme am „Jonglier-Einrad-Akrobatik-Tag“ in Schwabmünchen.

Nach einem gemeinsamen Aufwärmen mit den fast 300 Teilnehmern konnten sich die Kinder selbst entscheiden, welche der angebotenen Zirkusdisziplinen sie machen wollten. Während einige Jonglieren und Einrad fahren übten, zog es andere eher zu den Luftakrobaten am Vertikaltuch und Aerial Hoop (einen an der Decke aufgehängten Reifen), welche in einer der sechs Turnhallen aufgehängt waren.

**Ein besonderes Highlight** auch für uns Übungsleiter war die Möglichkeit, das Rhönrad ausprobieren zu können. Am Nachmittag gab es noch Zirkusspiele, bei denen jeder selbst entscheiden konnte, ob er lieber von außen anfeuern wollte oder versucht, eine Gummibärchentüte zu gewinnen. Eine Tüte ging dabei an Lina vom SV Esting, die es schaffte, bei dem Spiel „Wer am langsams-



ten Einrad fahren kann“, als Letzte durchs Ziel zu kommen. Im Anschluss daran gab es noch eine Show.

**Am Abend kamen alle glücklich wieder am SV Esting an und fanden, dass der Tag ein voller Erfolg war.**

Liebe Grüße,

**Euer Zirkusteam**

## Snowday 2018

**Am 24.2.2018 trafen sich gegen 6 Uhr in der Früh ca. 90 Skibegeisterte hinter der Turnhalle in Esting, um einen sensationellen Tag in den Bergen zu verbringen.**

Bei eisigen Minusgraden nahm sich jeder ein kleines Lunchpaket, das vom Jugendteam hergerichtet wurde, mit in den Bus. Während der dreistündigen Busfahrt Richtung Alpbach schmiedeten einige schon Pistenpläne für den ganzen Tag. Andere wiederum nutzten die Fahrt noch für einen kleinen Schönheitsschlaf.

Trotz fast endlosem Stau erreichten die Busse gegen 10 Uhr endlich das Ziel. Dann hatten alle nur noch eins im Kopf: Ab auf die Piste und das super Wetter genießen, denn oben angekommen begrüßte uns die herrliche Sonne.

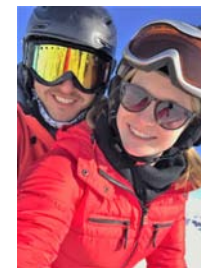
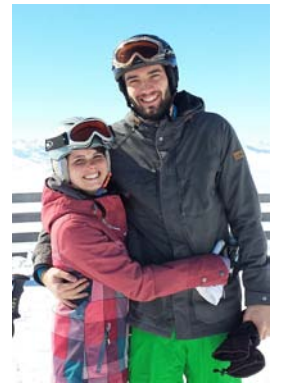
Bei „Mega-Powder“ wurden die ersten Spuren in den Schnee gezogen und die Pisten unsicher gemacht. Ab und zu traf man an den Liften und auf den Hängen bekannte Gesichter aus dem Bus. Einige heizten auf ihren Brettern durch die Fun-Area, andere genossen die Sonnenstrahlen auf der Hütte.

Gegen 16 Uhr kehrten alle nach und nach wieder an die Busse zurück, wo das Jugendteam des SV Esting traditionell bereits mit leckeren Hot-Dogs, Glühwein, Punsch und einer wärmenden Lagerfeuer wartete. Nach der Verköstigung machten sich die Busse gegen halb Sechs wieder auf den Heimweg.

Planmäßig gegen 20 Uhr wieder an der Halle angekommen endete ein **Traum-Schneetag.**

**Wir freuen uns schon jetzt bis ins nächste Jahr, wenn es wieder heißt: SNOWDAY 2019!**

**Euer Jugendteam**







FÜR JEDEN  
VON 7 BIS 11  
JAHREN

04. - 11.  
AUGUST  
2018

ANMELDUNG  
NUR ONLINE UNTER:

[www.svesting.de/jugend](http://www.svesting.de/jugend)



FÜR JEDEN  
VON 12 BIS 16  
JAHREN

11. BIS 18.  
AUGUST  
2018

ANMELDUNG  
NUR ONLINE UNTER:

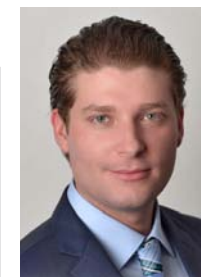
[www.svesting.de/jugend](http://www.svesting.de/jugend)



## Tennis

**Abteilungsleitung:**  
**Niko Brockmann**

Mobil 0176/34346935  
tennis@svesting.de



### Allgemeines

Wir freuen uns immer über neue Mitglieder jeglicher Altersklasse und jeglichen Spielniveaus, weshalb wir gerne wieder jedem die Möglichkeit geben, an einem der Drop In-Termine teilzunehmen. Hier treffen sich Mitglieder und solche, die es werden wollen, zu einer entspannten Runde am Tennisplatz. Ein idealer Termin, um etwas hereinzuschnuppern und die herzliche Kultur des SV Esting kennenzulernen. Die Termine für die Drop In-Runden findet Ihr auf der Homepage/App sowie in der nachfolgenden Terminübersicht.

Ein weiteres Angebot für neue Mitglieder wird auch in dieser Saison die kostenlose Teilnahme an 10 Trainerstunden sein, hier können besonders „Newcomer“ des Sportes erste Einblicke und Erfahrungen sammeln und werden fachmännisch an diese tolle Ballsportart herangeführt. Aber auch hier gehen wir natürlich auf die Bedürfnisse unserer „neuen“ Mitglieder ein und bieten die Trainings passend zum aktuellen Spielniveau an.

### Auf was können wir uns dieses Jahr freuen? – Ausblick 2018

Voller Vorfreude blicken wir schon auf die kommende Tennissaison 2018, in der es neben vielen tollen Events, dem klassischen Mannschaftsbetrieb auch wieder nicht an Spaß, Sportlichkeit und jeder Menge spannender Matches fehlen wird.

Für diese Saison sind wir wieder in allen großen Altersklassen mit einer Mannschaft vertreten, die Jugend sowie die Herren und Herren 50 stehen schon in den Startlöchern, um in den kommenden Punktspielen richtig anzugreifen.

Die allseits beliebten Veranstaltungen rund um den Wettspielbetrieb sind dieses Jahr auch wieder umfangreich vertreten. Neben den klas-

sischen Vereins- und Jugendmeisterschaften freut es uns, diese Saison wieder die nachfolgenden Events anbieten zu können:

- **BMW Open:** Hier bieten wir wieder für alle die Organisation der Tickets sowie Hin- und Rückfahrt, aber auch die Betreuung vor Ort an.
- **Feriencamp mit der Stadt Olching:** Wie jedes Jahr sind wir wieder mit einem Feriencamp im Ferienprogramm der Stadt Olching vertreten, an dem wir an einem kompletten Wochenende keine Mühen scheuen, um Euch ein umfangreiches Tenniserlebnis mit Verpflegung und Übernachtung zu beschern.
- **Mixed-Doppel-Turnier:** Ein Turnier der Vielfalt, hier kann jeder gegen bzw. mit jedem spielen. Schnappt

Euch einfach Euren Lieblings-Doppelpartner und meldet Euch an. Auch hier wird von den Estinger Grillmeistern wieder für eine tolle kulinarische Begleitung gesorgt.

Die Saison lassen wir dann gemütlich mit einem absoluten Highlight, dem Mexican Heat Grill, ausklingen. Eine Veranstaltung für die ganze Familie, in der es nicht nur um spannende Matches auf dem Tennisplatz sondern auch um heiße Steaks und coole Drinks geht. Wie die letzten Jahre lassen wir uns hier natürlich wieder etwas ganz besonderes für den Ablauf einfallen, damit auf jedem Platz eine, auf seine Art spannende, aber vor allem lustige Partie gespielt werden kann. Es ist also für jeden etwas dabei und auch jeder ist willkommen, an diesem Spektakel teilzunehmen.

Weitere News und Details zu den einzelnen Veranstaltungen folgen im Laufe der Saison und können wie gewohnt auf der Homepage/App sowie an der Tennisanlage eingesehen werden.

Damit Ihr Euch schon mal den einen oder anderen Termin blocken könnt, findet Ihr nachfolgend eine Terminübersicht für die Saison 2018,

**Niko**



### Eventkalender – Saison 2018

| Tag     | Datum  | Uhrzeit    | Event                                       |
|---------|--------|------------|---------------------------------------------|
| Samstag | 07.04. | 9 Uhr      | 1. Arbeitsdienst                            |
| Samstag | 14.04. | 9 Uhr      | 2. Arbeitsdienst                            |
| Samstag | 28.04. | 9 Uhr      | Saisoneroöffnung (inkl. Weißwurstfrühstück) |
| Sonntag | 29.04. | 10 Uhr     | BMW Open                                    |
| Samstag | 19.05. | 9 Uhr      | Frühschoppen Royal                          |
| Samstag | 26.05. | 9 Uhr      | Mixed-Doppel-Turnier                        |
| Samstag | 14.07. | 10 Uhr     | Jugendvereinsmeisterschaften                |
| Samstag | 21.07. | 9 Uhr      | Vereinsmeisterschaften                      |
| Samstag | 28.07. | ab 9 Uhr   | Feriencamp mit der Stadt Olching            |
| Sonntag | 29.07. | bis 16 Uhr |                                             |
| Samstag | 15.09. | 14 Uhr     | Mexican Heat Grill                          |
| Samstag | 27.10. | 9 Uhr      | 3. Arbeitsdienst                            |

Drop In: jeden Donnerstag ab 17 Uhr für Mitglieder und solche, die es werden wollen.





## FitnessMix

Ein anspruchsvoller Mix aus Aerobic-Schrittkombinationen oder Lauf-Aufwärmtraining bringt Deinen Kreislauf kräftig in Schwung. Die Kombination aus Kräftigung, Gymnastik und BBP-Training fordert und formt Deine Muskulatur. Mal mit Kleingeräten, mal mit Deinem eigenen Körpergewicht, trainierst Du Deine Kraft und Ausdauer. Hier ist für Jeden das Richtige dabei!

Wer macht's: **Ingrid Fischer**

Was kostet's: Für Mitglieder des SV Eiting bis zum Jahresende ohne weitere Gebühren,  
ab 01. Januar 2019 in der Group Fitness-Mitgliedschaft enthalten.

**Dienstags, 19:00 - 20:00 Uhr**  
in der Mehrzweckhalle in Eiting



## als Übungsleiter/in!

- Du trainierst bereits im Fitness, Group Fitness oder in einer anderen Abteilung und möchtest Deine Begeisterung weitergeben?
- Deine Kinder sind im SV Eiting aktiv?
- Du hast Lust, Dich als Übungsleiter im SV Eiting zu engagieren?
- Vielleicht hast Du sogar schon einen Übungsleiterschein?

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

Melde Dich gleich bei einem unserer Übungsleiter oder direkt in der Geschäftsstelle! Wir bieten Dir einen abwechslungsreichen, flexiblen Nebenjob beim SV Eiting und bilden Dich auch gerne aus, wenn Du Dich engagieren willst.





Aufnahmeantrag

SEPA-Basis-Lastschriftmandat, Stand März 2018

Der Unterzeichnete erklärt für sich, bzw. sein minderjähriges Kind, den Eintritt in den oben genannten Verein unter gleichzeitiger Anerkennung der Satzung, welche zu den jeweiligen Öffnungszeiten der Geschäftsstelle eingesehen werden kann. Ihre Daten werden unter den bestehenden Datenschutzrichtlinien zum Zwecke des Vereins verwendet und aus versicherungstechnischen Gründen an den Bayerischen Landes-Sportverband e.V. – BLSV weitergeleitet. **BITTE IN DRUCKBUCHSTABEN AUSFÜLLEN!**

Anrede: ..... Name: ..... Vorname: .....

Straße, Hausnummer: ..... Geb.-Datum.: .....

PLZ, Wohnort: ..... Tel.-Nr.: .....

E-Mail: .....@..... Mobil: .....

- Erwachsener

◦ Ermäßigter Erwachsener (siehe [www.svesting.de/beitraege](http://www.svesting.de/beitraege))
- Jugendlicher (15 - 18 J.)

◦ Kind (bis 14 J.)

◦ Familie

◦ Ehepaar/Partnerschaft

Abteilungen/ Kurse: .....

01 Badminton 10 Fitness 09 Fußball 92 Group Fitness 48 Ju-Jutsu 81 KiSS 17 Leichtathletik 20 Radsport 37 Rehasport  
43 Taekwondo 31 Tanzen 32 Tennis 33 Tischtennis 34 Turnen (Gymnastik, Kinderturnen) 36 Volleyball

- KiSS Dance Club (◦ Mo. ◦ Di.)

◦ KiSS Jazz- u. Musicaltanz

◦ Mini Mini KiSS (Mi.)

◦ Mini KiSS (◦Mo. ◦ Di. ◦Mi. ◦Do.1 ◦Do.2)
- KiSS Stufe 1 (◦ Mo./ Do. ◦ Mo./ Fr.1 ◦ Mo./ Fr.2 ◦ Di./ Do.)

◦ KiSS Stufe 2 (◦ Mo./ Fr.1 ◦ Mo./ Fr.2)

◦ KiSS Stufe 3 (Mo./ Fr.)

- Ich bin damit einverstanden, dass von mir/meinem Kind gemachte Bilder im Rahmen der Aktivitäten des SV Esting zum Zwecke der Vereinspräsentation genutzt werden dürfen.  
Ein schriftlicher Widerspruch ist jederzeit möglich und an die Geschäftsstelle zu richten.

◦ Ich erkenne die Vereinssatzung sowie die Gebühren des SV Esting e.V. an (siehe [www.svesting.de](http://www.svesting.de)).

.....

Datum Unterschrift des Mitglieds bei Minderjährigen Unterschrift eines  
gesetzlichen Vertreters

Mit der Unterschriftsleistung erkläre ich mich als gesetzlicher Vertreter bereit, für Forderungen des SV Esting e. V. aus dem Mitgliedschaftsverhältnis einzutreten.

Erteilung einer Einzugsermächtigung und eines SEPA-Basis-Lastschriftmandats für wiederkehrende Lastschriften

Zahlungsempfänger: Sportverein Esting e. V., Schlossstr. 21, 82140 Olching  
Gläubiger-ID-Nr.: DE 37ZZZ00000487310

Kontoinhaber: ◦ Name und Anschrift wie oben angegeben oder

Name: ..... Vorname: ..... PLZ, Ort: .....

Straße: ..... Konto-Nr.: ..... Bankleitzahl: .....

IBAN: ..... Name der Bank: .....

Ich ermächtige den Sportverein Esting e. V. widerruflich, die von mir zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit durch SEPA-Basis-Lastschrift von meinem Konto einzuziehen.

Bei minderjährigen Mitgliedern: Dieses Lastschriftmandat gilt für den Vertreter und die Mitgliedschaft von .....  
(Name/Vorname)

Die Beiträge werden zweimal im Jahr abgebucht, jeweils am ersten Werktag im Februar und im Juli.

Bei Neueintritt wird der Beitrag anteilmäßig für das restliche Halbjahr eingezogen.

Ab der zweiten Mahnung wird pro Mahnung eine Gebühr von € 7,50 erhoben.

.....

Ort, Datum Unterschrift des Kontoinhabers

Bankverbindungen des Sportverein Esting e. V.:

Sparkasse FFB · Kto.-Nr. 15 92 005 · BLZ 700 530 70 · IBAN: DE86 7005 3070 0001 5920 05 · BIC: BYLADEM1FFB  
VR-Bank FFB eG · Kto.-Nr. 27 40 508 · BLZ 701 633 70 · IBAN: DE44 7016 3370 0002 7405 08 · BIC: GENODEF1FFB  
Sparda-Bank München eG · Kto.-Nr. 102 953 900 · BLZ 700 905 00 · IBAN: DE81 7009 0500 0102 9539 00 · BIC: GENODEF1SO4

Mitgliedsbeiträge

Jahresbeiträge, Stand März 2018

| Hauptvereinsbeitrag      |          | Aufnahmegebühr |
|--------------------------|----------|----------------|
| Erwachsene               | € 120,00 | € 20,00        |
| Ermäßigte Erwachsene*    | € 90,00  | € 15,00        |
| Jugendliche (15 - 18 J.) | € 87,00  | € 14,50        |
| Kinder (bis 14 J.)       | € 84,00  | € 14,00        |
| Ehepaare/Partnerschaft   | € 210,00 | € 35,00        |
| Familien                 | € 228,00 | € 38,00        |

Abteilungsbeiträge

Diese Beiträge werden zusätzlich zum Hauptvereinsbeitrag erhoben.

| Fitness (Gewichtheben)                                  | Abt.-Beitrag | Aufnahmegebühr |
|---------------------------------------------------------|--------------|----------------|
| Erwachsene                                              | € 228,00     | € 45,00        |
| Jugendliche (15 - 18 J.) und er-<br>mäßigte Erwachsene* | € 180,00     | € 30,00        |
| Ehepaare/Partnerschaft                                  | € 402,00     | € 75,00        |
| Familien                                                | € 564,00     | € 102,00       |

Zusätzliche Hinweise mit \* gekennzeichnet

Auszug aus der Beitrags- und Gebührenordnung:

5. Beitragsermäßigung

- a) Kinder sind alle Vereinsmitglieder bis zum vollendeten 14. Lebensjahr.

b) Jugendliche sind alle Vereinsmitglieder vom 15. bis zum vollendeten 18. Lebensjahr.

c) Ermäßigte sind alle erwachsenen Vereinsmitglieder bis zum vollendeten 27. Lebensjahr, die:  
- eine Vollzeitschule besuchen (keine Abendschule, Lehrgänge etc.) und kein festes Einkommen beziehen,  
- ein Vollzeitstudium absolvieren oder  
- in einem Ausbildungsverhältnis stehen oder  
- ein freiwilliges soziales Jahr (FSJ), ein freiwilliges ökologisches Jahr (FÖJ) oder  
- einen Bundesfreiwilligendienst (BFD) machen.

Um diese Beitragsermäßigung in Anspruch nehmen zu können, müssen die entsprechenden Bescheinigungen selbstständig und rechtzeitig bis spätestens 31. Mai und 31. Dezember eines jeden Jahres in der Geschäftsstelle des Vereins vorgelegt werden. Nachträglich vorgelegte Bescheinigungen werden nicht rückwirkend berücksichtigt.

- d) In den Familienbeiträgen sind neben dem Ehepartner bzw. Lebenspartner alle zur Familie gehörenden und im Haushalt lebenden Kinder, Jugendlichen und Ermäßigten eingeschlossen.

Kündigung der Mitgliedschaft:

Eine Kündigung der Mitgliedschaft ist nur schriftlich möglich, und zwar bis spätestens sechs Wochen vor Ablauf eines Kalenderhalbjahres.

Kurse in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Olching:

Einige Kursstunden bieten wir in Zusammenarbeit mit der VHS Olching an. Die Anmeldung zu diesen Kursen erfolgt ausschließlich über die VHS Olching. Mitglieder des SV Esting können bei einigen Angeboten ohne eine vorherige Anmeldung jederzeit und ohne Einschränkung teilnehmen - bitte die Ausschreibung im Volkshochschulprogramm beachten!  
Bitte informieren Sie sich im Zweifelsfall vor einer Anmeldung in der Geschäftsstelle.



Weitere Abteilungsbeiträge:

| Ju-Jutsu                                           | Abt.-Beitrag |
|----------------------------------------------------|--------------|
| Erwachsene                                         | € 116,40     |
| Jugendliche (15 - 18 J.) und ermäßigte Erwachsene* | € 74,40      |
| Kinder (bis 14 J.)                                 | € 36,60      |

| Group Fitness                                             | Abt.-Beitrag |
|-----------------------------------------------------------|--------------|
| Erwachsene                                                | € 96,00      |
| Kinder/Jugendliche (15 - 18 J.) und ermäßigte Erwachsene* | € 60,00      |
| Ehepaare/Partnerschaft                                    | € 168,00     |
| Familien                                                  | € 216,00     |

| Tennis                                                     | Abt.-Beitrag |
|------------------------------------------------------------|--------------|
| 1. Erwachsener                                             | € 100,00     |
| 2. Erwachsener                                             | € 55,00      |
| Jugendliche (15 - 18 J.) und ermäßigte Erwachsene*         | € 50,00      |
| Kinder (bis 14 J.)                                         | € 40,00      |
| Alleinerziehende mit 1 Kind                                | € 125,00     |
| Alleinerziehende mit 2 und mehr Kindern                    | € 150,00     |
| Familien mit 1 Kind                                        | € 180,00     |
| Familien mit 2 und mehr Kindern                            | € 205,00     |
| Passive Mitglieder (Erwachsene)                            | € 25,00      |
| Passive Mitglieder (Jugendliche und ermäßigte Erwachsene*) | € 15,00      |

| KinderSportSchule KiSS     | Abt.-Beitrag |
|----------------------------|--------------|
| Mini Mini KiSS             | € 228,00     |
| Mini KiSS                  | € 228,00     |
| Stufe 1                    | € 300,00     |
| Stufe 2                    | € 300,00     |
| Stufe 3                    | € 300,00     |
| KiSS Dance Club 60 Minuten | € 90,00      |
| KiSS Dance Club 90 Minuten | € 120,00     |
| KiSS Jazz- und Musicaltanz | € 90,00      |

| Taekwondo                | Abt.-Beitrag |
|--------------------------|--------------|
| Erwachsene               | € 216,00     |
| Ermäßigte Erwachsene*    | € 174,00     |
| Jugendliche (15 - 18 J.) | € 159,00     |
| Kinder                   | € 156,00     |
| Familien                 | € 420,00     |





## IMPRESSUM

SV ESting e. V.

## 1. Vorsitzender:

Tilman Brenner  
Schlossstr. 21, 82140 Olching  
Telefon 08142/48085  
E-Mail: erstervorstand@svesting.de

## Geschäftsführer:

Hermann Glas  
Schlossstr. 21, 82140 Olching  
Telefon 08142/4180176  
E-Mail: hermann.glas@svesting.de

## Geschäftsstelle:

Schlossstr. 21, 82140 Olching  
Telefon 08142/48085  
Fax 08142/48097  
E-Mail: info@svesting.de  
http://www.svesting.de

Christine Nemecek  
Telefon 08142/4482722  
E-Mail: christine.nemecek@svesting.de

Lucy Waas  
Telefon 08142/48085  
E-Mail: lucy.waas@svesting.de

Irene Wild  
Telefon 08142/48085  
E-Mail: irene.wild@svesting.de

## Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag  
und Freitag: 9.00 - 12.00 Uhr  
Mittwoch: 16.00 - 19.00 Uhr

## Gestaltung/Redaktion des Sport-Reports:

Gerhard und Renate Gerbl  
E-Mail: report@svesting.de

## Druck:

InformaPrint  
Messerschmittstr. 9, 82256 Fürstenfeldbruck  
Telefon 08141/3630957  
Mobil 0151/57122438  
info@informa-print.de

## V.i.S.d.P.: 1. Vorsitzender

Der Sport-Report erscheint zweimal jährlich. Nur mit Namen gekennzeichnete Artikel können berücksichtigt werden. Sie geben jedoch nicht unbedingt die Meinung des SV ESting e. V. wieder. Für unaufgefordert abgegebene Manuskripte übernimmt die Redaktion keine Haftung. Nachdruck aller Beiträge mit Quellenangabe gestattet.



## Bankkonten:

Sparkasse Neu-Esting  
Kto.Nr. 15 92 005, BLZ 700 530 70  
IBAN: DE86 7005 3070 0001 5920 05  
BIC: BYLADEM1FFB,  
Volksbank Raiffeisenbank Neu-Esting  
Kto.Nr. 27 40 508, BLZ 701 633 70  
IBAN: DE44 7016 3370 0002 7405 08  
BIC: GENODEF1FFB  
Sparda-Bank München eG  
Kto.Nr. 102 953 900, BLZ 700 905 00  
IBAN: DE81 7009 0500 0102 9539 00  
BIC: GENODEF1S04

## Monatliche Mitgliedsbeiträge ab 1.7.2016:

|                                      |         |
|--------------------------------------|---------|
| Erwachsene                           | € 10,00 |
| ermäßigte Erwachsene (19 - 27 Jahre) | € 7,50  |
| Jugendliche (15 - 18 Jahre)          | € 7,25  |
| Kinder (bis 14 Jahre)                | € 7,00  |
| Ehepaare/Partnerschaft               | € 17,50 |
| Familien                             | € 19,00 |

Die Aufnahmegebühr beträgt zwei Monatsbeiträge. Eine Kündigung der Mitgliedschaft ist nur schriftlich möglich, und zwar bis spätestens sechs Wochen vor Ablauf eines Kalenderhalbjahres.

## Abteilungen:

**Active & Fun Outdoor:** Hans Petsch  
activefun@svesting.de

**Badminton:** Jürgen Stührenberg, 0171/5094979  
badminton@svesting.de

**Fitness:** Harry Kalb, 08142/48098  
fitness@svesting.de

**Fußball:** Susanne Schröder, 01573/8500009  
fussball@svesting.de

**Group Fitness:** Lucy Waas, 08142/48085  
groupfitness@svesting.de

**Ju-Jutsu:** Peter Scondo, 0171/8101860  
jujutsu@svesting.de

**Jugend:** Christian Schrauth, 0176/22718836  
jugend@svesting.de

**KiSS:** Lucy Waas, 08142/48085  
kiss@svesting.de

**Leichtathletik:** Tilman Brenner, 0160/1558447  
leichtathletik@svesting.de

**Rehasport:** Irene Wild, 08142/48085  
irene.wild@svesting.de

**Taekwondo:** Peter Hlina, 0176/21154508  
taekwondo@svesting.de

**Tennis:** Niko Brockmann, 0176/34346935  
tennis@svesting.de

**Tischtennis:** Peter Kiderle, 08142/48088  
tischtennis@svesting.de

**Turnen:** Claudia Buday, 08142/179880  
turnen@svesting.de

**Volleyball:** Florian Saller, 01525/7825420  
volleyball@svesting.de

## Active &amp; Fun Outdoor

|                |                                                        |                          |                                                                  |                       |
|----------------|--------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Mountainbiking | Frühjahr und Herbst<br>Sommer                          | Mo. + Do.<br>Mo. + Do.   | 17.30<br>18.00                                                   | an der Mehrzweckhalle |
| Nordic Walking | ganzjährig<br>ganzjährig<br>Ende März bis Ende Oktober | Do.<br>Mi.<br>Mi.<br>Fr. | 08.45 - 09.45<br>09.15 - 10.15<br>18.15 - 19.15<br>08.30 - 10.00 |                       |

## Badminton

|                                                                                                                                                                   |                      |     |               |                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----|---------------|------------------------|
| Wegen evtl. Veranstaltungen bitte immer unter<br><a href="http://www.svesting.de/Breitensport/Badminton">www.svesting.de/Breitensport/Badminton</a><br>nachsehen. | (mit Jugendtraining) | Mi. | 19.00 - 22.00 | Sporthalle Schwaigfeld |
|                                                                                                                                                                   |                      | Do. | 20.00 - 22.00 |                        |
|                                                                                                                                                                   |                      | Fr. | 19.00 - 22.00 | Mehrzweckhalle         |
|                                                                                                                                                                   |                      | Sa. | 10.00 - 12.00 |                        |
|                                                                                                                                                                   |                      | So. | 18.00 - 20.00 |                        |

## Fußball

| Sommertraining (April - Okt.) | Jahrgänge:        |                                           |               |              |
|-------------------------------|-------------------|-------------------------------------------|---------------|--------------|
| Bambini 1                     | 2010 - 2012       | Di. 17.00 - 18.30 Uhr / Fr. 16.30 - 18.00 |               | Fußballplatz |
| Bambini 2                     | 2012 - 2013       | Mo. + Mi.                                 | 17.00 - 18.30 |              |
| F1                            | 2009              | Mo. + Mi.                                 | 16.30 - 18.00 |              |
| F2                            | 2010              | Mo. + Mi.                                 | 17.00 - 18.30 |              |
| F3                            | 2009              | Di. 17.00 - 18.30 Uhr / Fr. 16.30 - 18.00 |               |              |
| E1                            | 2007, 2008        | Mo. + Mi.                                 | 17.00 - 18.30 |              |
| E2                            | 2007, 2008        | Di. + Do.                                 | 17.00 - 18.30 |              |
| Torwarttraining               |                   | Di. + Mi.                                 | 16.30 - 18.30 |              |
| Senioren und AH-Spieler       | April - September | Mo.                                       | 20.15 - 21.45 |              |

Die Trainingszeiten der D-Jugend (2005, 2006/JFG Amperspitz) findet Ihr unter: [www.svesting.de/fussball](http://www.svesting.de/fussball).

## Wintertraining (Nov. - März)

|                         |                |     |               |                  |
|-------------------------|----------------|-----|---------------|------------------|
| Bambini 1 + 2           | 2010 - 2013    | Mo. | 17.00 - 18.25 | Alte Halle       |
| F3                      | 2009           | Fr. | 15.30 - 16.55 |                  |
| F2                      | 2010           | Fr. | 15.00 - 16.25 | Mehrzweckhalle   |
| F1                      | 2009           | Fr. | 15.00 - 16.25 |                  |
| E2 + E1                 | 2007, 2008     | Fr. | 16.30 - 17.55 |                  |
| Torwarttraining         |                | Fr. | 14.00 - 17.55 |                  |
| Senioren und AH-Spieler | Oktober - März | Do. | 20.00 - 22.00 | TH Gymn. Olching |

Die Trainingszeiten der D-Jugend (2005, 2006/JFG Amperspitz) findet Ihr unter: [www.svesting.de/fussball](http://www.svesting.de/fussball).

## Geräturnen

|                                                 |                              |     |               |                            |
|-------------------------------------------------|------------------------------|-----|---------------|----------------------------|
| Turnen mit Spiel und Spaß für Mädchen und Jungs | 1. + 2. Klasse               | Do. | 15.30 - 17.00 | Mehrzweckhalle             |
|                                                 | 3. + 4. Klasse               | Do. | 17.00 - 18.30 |                            |
| Geräturnen für Mädchen                          | ab 5 J. bis ca. 4. Klasse    | Di. | 17.30 - 19.00 |                            |
| Leistungsturnen weiblich Basic                  | ab 6 Jahren                  | Mo. | 18.00 - 19.15 |                            |
|                                                 |                              | Do. | 17.00 - 18.30 |                            |
| Leistungsturnen weiblich Advanced               | Sondereinheit nach Absprache | Mo. | 19.15 - 20.45 |                            |
|                                                 |                              | Do. | 18.30 - 20.00 |                            |
|                                                 |                              | Fr. | 18.00 - 20.00 |                            |
| Geräturnen für Jungs                            | ab 6 Jahren                  | Fr. | 17.30 - 19.30 |                            |
|                                                 |                              | Do. | 17.00 - 18.30 |                            |
| Geräturnen für Jugendliche und Erwachsene       |                              | Mo. | 20.30 - 22.00 | Nov. - März<br>März - Okt. |

## Gymnastik – Group Fitness – Gesundheitssport

|                               |                                      |     |               |                         |
|-------------------------------|--------------------------------------|-----|---------------|-------------------------|
| Aktiv und gesund älter werden | Senioren-gymnastik 50+               | Mo. | 08.00 - 09.30 | Alte Halle              |
|                               |                                      | Mo. | 15.30 - 16.30 | Spiegelraum Schwaigfeld |
| Grenzenlos                    | Mobilisationstraining und mehr 50+   | Di. | 19.30 - 20.30 |                         |
| BBP & more                    | Bauch, Beine, Po                     | Mo. | 18.30 - 19.30 | Alte Halle              |
| Aerobic Tanz-Fitness          |                                      | Mo. | 19.30 - 20.30 |                         |
| Ganzkörperkräftigung          | fit und gut gelaunt in den Tag       | Do. | 10.15 - 11.15 | Gymnastikraum           |
| Fit forever                   |                                      | Mi. | 19.15 - 20.15 | an der Mehrzweckhalle   |
| Fitnessgymnastik              | fetzig mit Musik                     | Di. | 08.30 - 09.30 | Mehrzweckhalle          |
| Funktionsgymnastik            | die schonende Alternative            | Di. | 07.45 - 08.45 | Gymnastikraum           |
| Aerobic Workout               |                                      | Di. | 19.00 - 19.45 | Mehrzweckhalle          |
| PowerMix                      | Power für alle ab 18 Jahren          | Di. | 20.00 - 21.30 |                         |
| Rundum fit und kräftig        | Stabilisationstraining/Kraftausdauer | Mi. | 10.15 - 11.15 | Gymnastikraum           |
| Stretching                    | schonende Gymnastik                  | Di. | 17.15 - 18.00 |                         |
|                               | intensive, ausgleichende Gymnastik   | Di. | 18.00 - 18.45 |                         |
|                               |                                      | Mi. | 08.00 - 09.00 |                         |
| Entspannt und fit             |                                      | Mi. | 09.00 - 10.00 |                         |
| Stretching                    |                                      | Do. | 17.30 - 18.30 |                         |
|                               |                                      | Do. | 18.30 - 19.30 |                         |
| Pilates                       |                                      | Do. | 08.00 - 09.00 |                         |
|                               |                                      | Fr. | 10.15 - 11.15 |                         |
| Topfit mit Köpfchen           |                                      | Di. | 08.45 - 09.30 |                         |
| Moving smarter                |                                      | Di. | 09.30 - 10.15 |                         |



| Sportverein Esting e.V.                                                                           |                                | Sportangebot |                                                                                                                 | 2                       |                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|
| Fortsetzung Gymnastik - Group Fitness - Gesundheitssport                                          |                                |              | Etwaige Änderungen siehe unter <a href="http://www.svesting.de/Belegungsplan">www.svesting.de/Belegungsplan</a> |                         |                |
| Wirbelsäulenschonende Gymnastik                                                                   |                                | Di.          | 18.45 - 19.45                                                                                                   | Gymnastikraum           |                |
| Gangschule                                                                                        |                                | Mo.          | 10.00 - 11.00                                                                                                   |                         |                |
| Sturzprophylaxe                                                                                   |                                | Fr.          | 11.15 - 12.15                                                                                                   |                         |                |
| Sportangebote der Abteilung Gymnastik – Group Fitness – Gesundheitssport (mit Abteilungsbeitrag): |                                |              |                                                                                                                 |                         |                |
| PUMP IT                                                                                           | Langhanteltraining             | Mo.          | 20.00 - 21.00                                                                                                   | Spiegelraum Schwaigfeld |                |
|                                                                                                   |                                | Mi.          | 19.00 - 20.00                                                                                                   |                         |                |
| Bauch & Stretch                                                                                   |                                | Mo.          | 21.00 - 21.30                                                                                                   |                         |                |
| Balance Swing                                                                                     |                                | Mi.          | 18.00 - 19.00                                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Mo.          | 19.00 - 20.00                                                                                                   |                         |                |
| Aerobic-Tanz-Fitness                                                                              |                                | Do.          | 19.30 - 21.00                                                                                                   | Spiegelsaal             |                |
| Reaktiv®-Faszien-Training                                                                         |                                | Di.          | 18.30 - 19.30                                                                                                   |                         |                |
| Progressive Muskelentspannung und autogenes Training                                              |                                | Mi.          | 20.00 - 21.30                                                                                                   |                         |                |
| Yoga                                                                                              |                                | Mo.          | 17.30 - 19.00                                                                                                   |                         |                |
| Sanftes Yoga                                                                                      |                                | Di.          | 15.30 - 16.45                                                                                                   |                         |                |
| Intensives Yoga                                                                                   |                                | Do.          | 21.00 - 22.00                                                                                                   | Gymnastikraum           |                |
| Tai-Chi-Chuan                                                                                     | Anfänger                       | Do.          | 17.30 - 18.30                                                                                                   | Spiegelraum Schwaigfeld |                |
|                                                                                                   | Geübte                         | Do.          | 18.30 - 19.30                                                                                                   |                         |                |
| Stretch & Relax                                                                                   |                                | Di.          | 19.45 - 20.45                                                                                                   | Gymnastikraum           |                |
| Power-Fitness                                                                                     |                                | Mo.          | 08.30 - 09.00                                                                                                   |                         |                |
| Bodystyling/Flexibar                                                                              |                                | Mo.          | 09.00 - 10.00                                                                                                   |                         |                |
| Ju-Jutsu                                                                                          |                                |              |                                                                                                                 |                         |                |
| Kindertraining                                                                                    | 5 - 7 Jahre                    | Mo. + Fr.    | 16.00 - 17.00                                                                                                   | Gymnastikraum           |                |
|                                                                                                   | 8 - 12 Jahre                   | Mo.          | 17.00 - 18.30                                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Mi.          | 16.30 - 18.00                                                                                                   |                         |                |
| Jugendtraining                                                                                    | ab 13 Jahren                   | Mo. + Fr.    | 18.30 - 20.00                                                                                                   |                         |                |
| Wettkampftraining                                                                                 | Duo/Fighting                   | Mi.          | 18.00 - 19.45                                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Fr.          | 17.00 - 18.30                                                                                                   |                         |                |
| Erwachsenentraining                                                                               |                                | Mo.          | 20.00 - 21.30                                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Mi.          | 19.45 - 21.30                                                                                                   |                         |                |
| Jugend und Erwachsene                                                                             | Zusatz- und Ergänzungstraining | Fr.          | 21.00 - 22.30                                                                                                   |                         |                |
| Kinder- und Jugendsport                                                                           |                                |              |                                                                                                                 |                         |                |
| Mutter/Vater und Kindturnen                                                                       |                                | Mo.          | 15.30 - 16.45                                                                                                   |                         | Mehrzweckhalle |
|                                                                                                   |                                | Di.          | 09.30 - 10.30                                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Di.          | 10.30 - 11.30                                                                                                   | Sporthalle Schwaigfeld  |                |
|                                                                                                   |                                | Mi.          | 16.30 - 17.30                                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Do.          | 16.45 - 17.45                                                                                                   |                         |                |
| Kinderturnen                                                                                      | 3 - 5 Jahre                    | Di.          | 14.30 - 15.30                                                                                                   | Mehrzweckhalle          |                |
|                                                                                                   |                                | Di.          | 15.30 - 16.30                                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Di.          | 16.30 - 17.30                                                                                                   | Alte Halle              |                |
|                                                                                                   |                                | Di.          | 15.25 - 16.25                                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   | 5 ½ - 6 ½ Jahre                | Di.          | 16.25 - 17.25                                                                                                   |                         |                |
| Auf ins Abenteuer                                                                                 | 1. - 3. Klasse                 | Mi.          | 16.00 - 17.30                                                                                                   | Mehrzweckhalle          |                |
|                                                                                                   |                                | Mi.          | 17.30 - 18.00                                                                                                   |                         |                |
| Estinger Dance Kids (E-D-K)                                                                       | 3 - 5/6 Jahre                  | Fr.          | 16.30 - 17.30                                                                                                   | Spiegelsaal             |                |
|                                                                                                   | 5/6 - 9 Jahre                  | Do.          | 16.00 - 17.00                                                                                                   | Spiegelraum Schwaigfeld |                |
|                                                                                                   | 9 - 12 Jahre                   | Fr.          | 17.30 - 18.30                                                                                                   | Spiegelsaal             |                |
| Zirkusgruppe                                                                                      | Anfänger                       | Mi.          | 16.30 - 18.00                                                                                                   | Alte Halle              |                |
|                                                                                                   | Fortgeschrittene               | Mi.          | 18.00 - 19.15                                                                                                   |                         |                |
| Zirkus Showgruppe                                                                                 |                                | Do.          | 18.30 - 20.00                                                                                                   |                         |                |
| SportMix                                                                                          | für Jugendliche                | Mi.          | 18.15 - 19.45                                                                                                   | Mehrzweckhalle          |                |
|                                                                                                   | ab 12 Jahren                   | So.          | 10.00 - 12.00                                                                                                   |                         |                |
| Kindersportschule KiSS                                                                            |                                |              |                                                                                                                 |                         |                |
| Mini Mini KiSS                                                                                    | 3 - 4 Jahre                    | Mi.          | 16.00 - 16.45 / 17.00 - 17.45                                                                                   | Sporthalle Schwaigfeld  |                |
| Mini KiSS                                                                                         | 4 - 5 Jahre                    | Mo.          | 15.00 - 15.45 / Di.                                                                                             |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Do.          | 16.00 - 16.45                                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Do.          | 16.00 - 16.45                                                                                                   |                         |                |
| KiSS Stufe 1                                                                                      | 6 - 7 Jahre                    | Di./Do.      | 16.00 - 17.00 / 16.00 - 17.00                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Mo./Do.      | 15.45 - 16.45 / 16.45 - 17.45                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Mo./Fr.      | 15.00 - 16.00 / 15.00 - 16.00                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Mo./Fr.      | 16.00 - 17.00 / 16.00 - 17.00                                                                                   |                         |                |
| KiSS Stufe 2                                                                                      | 8 - 10 Jahre                   | Mo./Fr.      | 16.00 - 17.00 / 16.00 - 17.00                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   |                                | Mo./Fr.      | 17.00 - 18.00 / 17.00 - 18.00                                                                                   |                         |                |
| KiSS Stufe 3                                                                                      | 10 - 12 Jahre                  | Mo./Fr.      | 17.00 - 18.00 / 17.00 - 18.00                                                                                   | Spiegelraum Schwaigfeld |                |
| KiSS Dance Club                                                                                   | 11 - 13 Jahre                  | Mo.          | 18.00 - 19.00                                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   | 13 Jahre und älter             | Di.          | 15.30 - 17.00 / 17.00 - 18.30                                                                                   |                         |                |
| KiSS Jazz- und Musicaltanz                                                                        | 5 - 6 Jahre                    | Mo.          | 15.00 - 16.00                                                                                                   |                         |                |
|                                                                                                   | 7 - 9 Jahre                    | Mo.          | 16.00 - 17.00                                                                                                   |                         |                |

April 2018

| Sportverein Esting e.V.                          |                           |                       | Sportangebot                                                                                                                  |                        | 3             |  |
|--------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------|--|
| <b>Fitness-Studio</b>                            |                           |                       | <b><u>Etwaige Änderungen siehe unter <a href="http://www.svesting.de/Belegungsplan">www.svesting.de/Belegungsplan</a></u></b> |                        |               |  |
| Sommerzeit                                       |                           | Mo. - Do.             | 08.00 - 22.00                                                                                                                 | Fitnessraum            |               |  |
|                                                  |                           | Fr.                   | 08.00 - 21.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           | Sa., So. und Feiertag | 10.00 - 13.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           |                       | 16.00 - 20.00                                                                                                                 |                        |               |  |
| Winterzeit                                       |                           | Mo. - Do.             | 08.00 - 22.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           | Fr.                   | 08.00 - 21.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           | Sa., So. und Feiertag | 10.00 - 20.00                                                                                                                 |                        |               |  |
| <b>Leichtathletik</b>                            |                           |                       |                                                                                                                               |                        |               |  |
| <b><u>Sommertraining (April bis Oktober)</u></b> |                           |                       |                                                                                                                               |                        |               |  |
| Kinder                                           | ab 7 Jahren               | Di.                   | 17.30 - 19.00                                                                                                                 | Freisportanlage        |               |  |
| Nachwuchsgruppe                                  | ab 8 Jahren               | Di. + Do.             | 17.00 - 19.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  | ab 10 Jahren              | Sa.                   | 10.00 - 12.00                                                                                                                 |                        |               |  |
| Vorleistungsgruppe                               | ab 12 Jahren              | Mo.                   | 18.00 - 20.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           | Do.                   | 18.00 - 20.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           | Sa.                   | 10.00 - 12.00                                                                                                                 |                        |               |  |
| Leistungsgruppe                                  | ab 16 Jahren              | Mo. + Do.             | 18.00 - 20.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           | Sa.                   | 10.00 - 12.00                                                                                                                 |                        |               |  |
| Freizeitleichtathletik (Erwachsene und Jugend)   |                           | Di.                   | 19.00 - 20.30                                                                                                                 |                        |               |  |
| <b><u>Wintertraining (November bis März)</u></b> |                           |                       |                                                                                                                               |                        |               |  |
| Kinder                                           | ab 7 Jahren               | Di.                   | 17.30 - 19.00                                                                                                                 | Mehrzweckhalle         |               |  |
| Nachwuchsgruppe                                  | ab 8 Jahren               | Di.                   | 17.00 - 19.00                                                                                                                 | Sporthalle Schwaigfeld |               |  |
|                                                  |                           | Do.                   | 17.00 - 19.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  | ab 10 Jahren              | Sa.                   | 10.00 - 12.00                                                                                                                 | Mehrzweckhalle         |               |  |
| Vorleistungsgruppe                               | ab 12 Jahren              | Mo.                   | 18.00 - 20.00                                                                                                                 | Sporthalle Schwaigfeld |               |  |
|                                                  |                           | Do.                   | 18.00 - 20.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           | Sa.                   | 10.00 - 12.00                                                                                                                 | Mehrzweckhalle         |               |  |
| Leistungsgruppe                                  | ab 16 Jahren              | Mo.                   | 18.00 - 20.00                                                                                                                 | Sporthalle Schwaigfeld |               |  |
|                                                  |                           | Do.                   | 18.00 - 20.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           | Sa.                   | 10.00 - 12.00                                                                                                                 | Mehrzweckhalle         |               |  |
| Freizeitleichtathletik (Erwachsene und Jugend)   |                           | Di.                   | 19.00 - 20.00                                                                                                                 |                        |               |  |
| <b>Tischtennis</b>                               |                           |                       |                                                                                                                               |                        |               |  |
| Schüler/Jugend                                   | Mannschaftsspieler/-innen | Di. + Fr.             | 17.30 - 19.30                                                                                                                 | Alte Halle             |               |  |
| Kinder                                           | ab 1. Klasse bis 12 Jahre | Do.                   | 16.00 - 17.30                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           | Gruppe 1              | Do.                                                                                                                           |                        | 17.30 - 19.00 |  |
|                                                  |                           | Gruppe 2              | Sa.                                                                                                                           |                        | 09.00 - 10.30 |  |
|                                                  |                           | Gruppe 1 und 2        | Sa.                                                                                                                           |                        | 10.30 - 12.00 |  |
| Jugend                                           | Leistungsgruppe           |                       |                                                                                                                               |                        |               |  |
| Damen und Herren                                 |                           | Di. + Fr.             | 19.30 - 22.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           | Mi.                   | 19.30 - 22.00                                                                                                                 |                        |               |  |
| Senioren                                         |                           | Di.                   | 13.15 - 15.15                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           |                       |                                                                                                                               |                        |               |  |
| <b>Volleyball</b>                                |                           |                       |                                                                                                                               |                        |               |  |
| Damen 1                                          |                           | Mo.,Mi.,Do.           | 20.00 - 22.00                                                                                                                 | Mehrzweckhalle         |               |  |
| Damen 2                                          |                           | Mo.                   | 20.00 - 22.00                                                                                                                 | Sporthalle Schwaigfeld |               |  |
|                                                  |                           | Mi.                   | 20.00 - 22.00                                                                                                                 | Mehrzweckhalle         |               |  |
| Damen 3                                          |                           | Mo. + Fr.             | 20.00 - 22.00                                                                                                                 | Sporthalle Schwaigfeld |               |  |
| Jugend U14 weiblich                              |                           | Mi.                   | 18.00 - 20.00                                                                                                                 | Mehrzweckhalle         |               |  |
| Jugend U20/U18/U16 weiblich                      |                           | Mo. + Fr.             | 18.00 - 20.00                                                                                                                 | Sporthalle Schwaigfeld |               |  |
|                                                  |                           | Mi.                   | 18.00 - 20.00                                                                                                                 | Mehrzweckhalle         |               |  |
|                                                  |                           | So.                   | 14.00 - 17.00                                                                                                                 | Mehrzweckhalle (n. V.) |               |  |
| Herren 1                                         |                           | Di.                   | 20.00 - 22.00                                                                                                                 | Mehrzweckhalle         |               |  |
|                                                  |                           | Do.                   | 20.00 - 22.00                                                                                                                 | Sporthalle Schwaigfeld |               |  |
| Herren 2                                         |                           | Mo.                   | 20.00 - 22.00                                                                                                                 | Realschule Maisach     |               |  |
|                                                  |                           | Do.                   | 20.00 - 22.00                                                                                                                 | Sporthalle Schwaigfeld |               |  |
| Schnupperstunde/Anfänger gemischt                |                           | Mi.                   | 16.00 - 18.00                                                                                                                 | Mehrzweckhalle         |               |  |
| Schnuppertraining/Anfänger gemischt              | ab 7 Jahren               | Fr.                   | 18.00 - 20.00                                                                                                                 | Sporthalle Schwaigfeld |               |  |
| Mixed 1                                          |                           | Mi.                   | 20.00 - 22.00                                                                                                                 | Mehrzweckhalle         |               |  |
| Mixed 2                                          |                           | Mo.                   | 20.00 - 22.00                                                                                                                 |                        |               |  |
|                                                  |                           | Do.                   | 20.00 - 22.00                                                                                                                 | Alte Halle             |               |  |

Wo finde ich was:

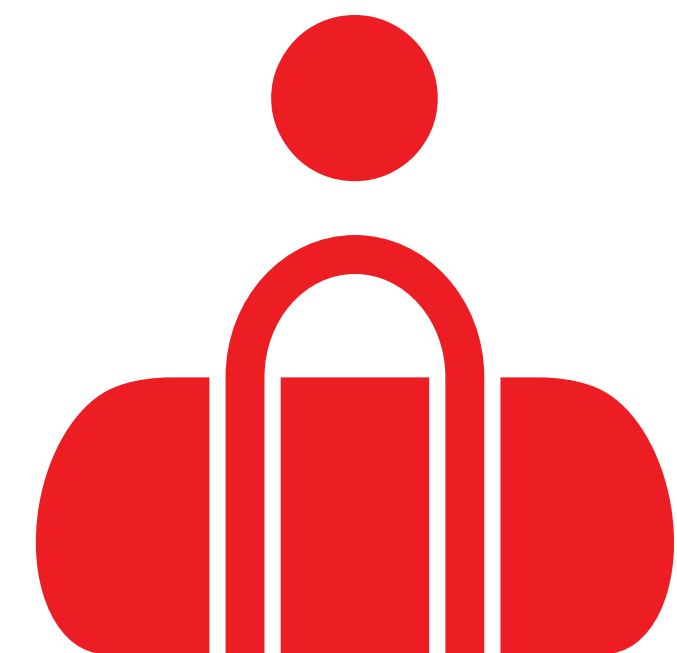
**Mehrzweckhalle Esting:** Schlossstraße 21, 82140 Olching, **Alte Halle:** Eingang Mehrzweckhalle Esting, **Spiegelsaal:** Eingang Mehrzweckhalle Esting, **Gymnastikraum:** Eingang Mehrzweckhalle Esting, **Fitness-Studio:** Eingang Mehrzweckhalle Esting, **Freisportanlage und Fußballplatz:** Pestalozzistraße (am S-Bahnhof Esting), **Halle Gymnasium Olching:** Georgenstraße 2, 82140 Olching, **Sporthalle Mittelschule Olching (Schwaigfeld):** Georgenstraße 9a, 82140 Olching, **Spiegelraum:** Eingang Sport-halle Mittelschule Olching (Schwaigfeld); **Realschule Maisach:** Orlando-di-Lasso-Realschule, Lusstraße 36, 82216 Maisach.

April 2018





# Dabeisein ist einfach.



Wenn man einen Finanzpartner an seiner Seite hat, auf den in jeder Lebenslage Verlass ist.

Wir wünschen allen Sportlerinnen und Sportlern viel Freude beim Sport!

Wenn's um Geld geht



Sparkasse  
Fürstenfeldbruck