

der SportSpiegel

☀ Sommer ☀ 2020 ☀

Ausgabe 115



- ☀ Online-Trainings für alle
- ☀ Badminton Challenge
- ☀ Hapkido trotz(t) Corona
- ☀ KiSS und Klettern gestartet
- ☀ Tropics bleiben in der Liga



Sport mit veränderten Bedingungen!

T S 
Oberhaching
Deisenhofen
info@tsv-oberhaching.de



SICHERHEIT IM DIGITALEN ZEITALTER

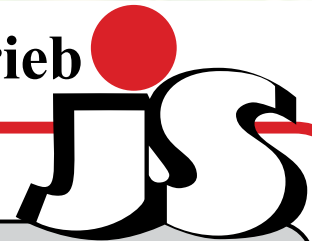
Der Allianz CyberSchutz für Unternehmen
Wir beraten Sie gerne!

Stefan Wegerer

Allianz Generalvertretung
Bahnhofstraße 33
82041 Deisenhofen
agentur.wegerer@allianz.de
www.allianz-wegerer.de
Tel. 0 89.6 13 19 63
Mobil 01 51.42 15 20 94



SALZBERGER GmbH Meisterbetrieb



Maler-, Lackier- und Tapezierarbeiten

Fassadenrenovierungen & Bodenverlegearbeiten
Schimmelbekämpfung

*Qualitätsarbeit von Ihrem Innungs-Fachbetrieb
Gerne berät Sie unser Malermeister
Stefan Salzberger*

**Seit über 60 Jahren können sich unsere
Kunden stets auf eine termingerechte und
gute Arbeit verlassen.**

82041 Deisenhofen
Wörnbrunner Straße 33 + 44

E-Mail: info@salzberger-gmbh.de
Internet: www.salzberger-gmbh.de

Telefon: (089) 6 13 14 94
Telefax: (089) 6 13 55 16

Liebe Mitglieder, liebe Sportfreunde!

Wie euch privat oder vielleicht eure Firma, so stellt die Corona-Pandemie auch den TSV Oberhaching vor neue Aufgaben und Herausforderungen.

Mit unserem vielfältigen Sport-, Bewegungs- und Kursangeboten bietet der TSV Oberhaching über 3000 Menschen eine sportliche Heimat, davon sind mehr als 1400 Kinder und Jugendliche.

Mit den erlassenen Verfügungen von der Bayerischen Staatsregierung sind Zusammenkünfte in Vereinen und sonstigen Sport- und Freizeiteinrichtungen grundsätzlich untersagt. Auch die Sporthallen sind noch gesperrt. Eine Erleichterung gab es in der Zwischenzeit für den Sport im Freien, sie ermöglicht uns jetzt wieder die Sportplätze zu nutzen.

Auf das sportliche und soziale Miteinander müssen wir leider noch verzichten. Wir sehen uns als eine Solidargemeinschaft, wir stehen füreinander ein und übernehmen soziale und gesellschaftliche Verantwortung. Gemeinsam werden wir diese Situation meistern und sobald das Gesundheitsamt, die Kommunen und die Politik Entwarnung geben, nehmen wir unser Sportangebot wieder auf.

Zur Verlangsamung der Verbreitung des Coronavirus kommt es auf jeden Einzelnen an. Euer Wohl liegt uns sehr am Herzen! Daher unterstützen wir die von der Regierung getroffenen Entscheidungen. Wir können euch jetzt schon sicher sagen, dass wir in der kommenden Saison ein umfangreiches Sportangebot anbieten werden, vorausgesetzt die Hallen stehen wieder zur Verfügung.



Die zurückliegenden Wochen und Monate waren nicht einfach. Neben der Sorge um die Gesundheit stellte die Krise uns alle vor enorme Herausforderungen – sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich. Das war für den TSV Oberhaching und seine Mitarbeiter nicht anders als für Sie. Bis jetzt haben wir diese schwierige Zeit jedoch – vor allem auf der Basis der von Ihnen weiterhin bezahlten Mitgliedsbeiträge – weitestgehend gut überstanden. Herzlichen Dank für die Treue zum Verein.

Sportvereine werden nach der Corona-Krise eine wichtige Rolle bei der Normalisierung des gesellschaftlichen Lebens spielen – wie auch bei der Erhaltung unserer Gesundheit. Darum mein Appell: Bleibt uns treu, bleibt gesund und denkt an diejenigen, denen es in dieser Zeit schlechter geht als euch selbst! Wir sind bald wieder für euch da.

www.tsv-oberhaching.de oder die TSV-App. Auf diesen Kommunikationsseiten findet ihr alles über und um unseren Sportverein. Nutzt die Homepage und die TSV-App des TSV Oberhaching und ihr seid immer aktuell informiert.

Mein besonderer Dank gilt all den Trainern, Übungs- und Kursleitern, die gleich nach der Sperrung der Sporthallen mit großem Engagement Online-Angebote über die TSV-Homepage und sozialen Medien aufgebaut und so das Sportangebot aufrechterhalten haben. Die Kreativität der verschiedensten Angebote war beeindruckend – wir haben viele positive Rückmeldungen erhalten.

Nun wünsche ich allen schöne Sommertage, schöne Ferien und einen erholsamen Urlaub, auch wenn uns der Virus noch einschränken wird.

Ihr Bernd Schubert, 1. Vorstand



Bitte unterstützen Sie die Firmen, die durch Anzeigen im Sportspiegel den TSV Oberhaching und dessen Jugendarbeit fördern.

Inhalt des Heftes

Vorwort	3
Online-Training	4
Badminton	6
TGM/TGW/KGW	8
Videodance	10
Kunst- und Gerätturnen	12
Mountainbike	14
Ju-Jutsu	16
Hapkido	18
KiSS und Klettern	20
Basketball	29
Tanzen	26
DSV-Skischule	28
Sporttheater	32
Vereinsbeiträge / Impressum	38

Adress-/Bankverbindungsänderungen, sowie neue oder geänderte E-Mail-Adressen und Telefonnummern bitte umgehend an die Geschäftsstelle melden.

TSV Oberhaching-Deisenhofen e.V.

Geschäftsstelle:

Bahnhofstraße 13
82041 Oberhaching

Öffnungszeiten:

Mo 10.00 - 12.00 Uhr
Di und Do 17.00 - 19.00 Uhr
Telefon 089 6136633
Fax 089 61300503



Anmerkung der Redaktion

An alle Übungsleiter und Mitwirkenden der Sportspiegelproduktion.

Wir möchten uns ganz herzlich bei Euch für die kreative Mitarbeit an unserem Sportspiegel bedanken. Sportlichen Inhalt zu liefern, ist in diesen Zeiten für alle nicht ganz so einfach, **also nochmal DANKE!**

Susanne und Erich

Online-Training



Online-Trainings für alle

Die Coronakrise fesselt uns ans Haus – die einen fühlen sich wie ein Panther, der vor seinen Gitterstäben ungeduldig auf- und abstreicht, die anderen können der Verführung des Sofas nicht widerstehen. Was wir alle brauchen, ist Sport! Regelmäßige Bewegung ist essentiell für die Zufriedenheit des Körpers und des Geistes besonders unter verstärkter psychischer Belastung. Daher haben wir zusammen mit den Trainern des TSV Oberhaching Sport allen zugänglich gemacht, unabhängig davon, ob sie einer TSV-Gruppe zugehören oder nicht. So konnten wir zu einer besseren Bewältigung der intensiven Phase der Krise beitragen.

Live-Streaming Workouts

Regelmäßiges Training zur gleichen Uhrzeit und im Wissen, dass du nicht der Einzige auf der Welt bist, der sich gerade freiwillig mit Sport quält, anstatt irgendetwas viel Gemütlicheres zu tun? Mit den Live-Streams des TSV Oberhaching in den drei Kategorien „Sport für Kinder“, „Anspruchsvolle Workouts“ und „Basis Fitnessstraining“ war trotz manch technischer Schwierigkeiten für jeden etwas dabei! Der TSV Oberhaching bedankt sich ganz herzlich für den selbstlosen Einsatz der Trainer und Trainer-Assistenten Christian Geßner, Gerhard Hausner, Moritz Hummel, Verena Kanoldt, Benjamin

Koppold, Omari Knox, Marcus Lehmann, Tobias Loder, Saskia Reich, Marina Römisch, Rosalie Schillings, Larissa Zeiler aus den Bereichen Artistik, Badminton, Basketball, EISS, HapKido und KiSS.

Stay-at-home Workout Videos

Für alle, die Sport lieber zeitlich etwas flexibler machen wollten und am liebsten mit einem seiner Lieblingstrainer des TSV Oberhaching, gab es unsere Stay-at-home Workout Videosammlung. Von Fitness über Kampfsport bis Basketball war eine bunte Mischung vertreten. Und wir bedanken uns ganz herzlich bei Kathrin Schuh, Waltraud Schuh, Christoph Jung, Katerina Tycova, Tobias Loder, Janosch Kögler und John Boyer.

Die Onlineangebote waren ein voller Erfolg, der ohne euch nicht möglich gewesen wäre! Im Übrigen: Die Stay-at-home Workout Videos stehen weiterhin auf der TSV-Webseite zur Verfügung!

Verena Kanoldt, Sportvorstand

LIVE 
STREAMING

Was mich antreibt – – –

Corona – das Bier, die Krone, das Automobil ... nein, in diesem Fall ein Virus, der uns alle überraschen und unser Leben in einen nie vorgestellten Stillstand bringen sollte. Doch zunächst sieht das alles noch ganz harmlos aus – „auch nicht schlimmer als eine Grippewelle“. Im Sporttheater stecken wir gerade mitten in den letzten Zügen eines großen professionellen Auftritts anlässlich eines 70. Geburtstags.

Erst nach und nach wird uns das Ausmaß klar – Unterhaching schließt die Schulen. Können bzw. sollten wir überhaupt noch weiter trainieren? Gerade Akrobatik, eine der kontaktintensivsten Sportarten? Bilder aus Bergamo in Italien von einem Konvoi von Militärfahrzeugen, der die Toten abtransportiert, weil die Stadt mit den Beerdigungen nicht mehr hinterherkommt. Mit einem Schlag ist die Bedeutung der Zahlen, die wir in den Nachrichten hören, sehr viel realer. Doch vor der Tür ist alles wie immer.

Dann schließt Oberhaching seine Schulen. Der Auftritt ist vom Veranstalter noch nicht abgesagt, doch die Hallen sind zu. Sollen wir das Training in unsere Gärten und Wohnzimmer verlagern? Wir Fitten und Jungen scheinen doch eh nicht betroffen – aber willst du wirklich dafür verantwortlich sein, dass die





--- Sportvorstand Verena Kanoldt und Corona

Mutter, der Opa, das immunkranke Geschwisterkind von dir oder einem deiner Teamkameraden oder auch eines Fremden stirbt, nur weil du nicht aufhören wolltest zu trainieren? Sind wir nicht verpflichtet einen Auftritt in einem Raum voller Angehöriger der Risikogruppe abzusagen? Oder ist doch jeder selbst für sich verantwortlich?

Der Shutdown – er nimmt uns die Entscheidung ab, befreit uns aus einer moralischen Zwickmühle. Nicht nur uns Sporttheatertrainer, sondern auch den Verein, die Veranstalter, Arbeitgeber in ganz Deutschland und jeden einzelnen von uns. Er verschafft Klarheit, weckt in uns allen endgültig das Bewusstsein: das Coronavirus ist ernst zu nehmen!

Nun sitzen wir also daheim, um die Kurve abzufachen, damit uns die Coronakrise möglichst glimpflich überrollt. Wir helfen, indem wir nichts tun. Treibt euch das auch in den Wahnsinn? Ich habe Energie, ich bin Biochemikerin, ich muss doch irgendwie helfen können?! Wie mir, geht es auch anderen. Wie gerne wäre man gerade Arzt oder etwas anderes Systemrelevantes. Also gut, wenn ich schon nicht direkt helfen kann, was dann?

Sport! Die tägliche Bewegung fehlt! Denn selbst der Weg vom Auto oder der Bahn zum Arbeitsplatz fehlt. Ich erlebe es am eigenen Leib: Sport ist wichtig für die Psyche. Die Glückshormone, die dabei freigesetzt werden. Als Ausgleich zum langen Sitzen. Nicht zuletzt die sozialen Kontakte in unseren Gruppen. Meine Freunde, ich, sogar meine Eltern – alle sind wild auf Sport!

Daraus entstehen die ersten Videokonferenzen für das Sporttheater, dann zusätzliches privates Training online, nur mit meiner Familie. Das funktioniert so gut, dass ich es im Namen des Vorstands allen TSV-Gruppen weiterempfehle. Das Feedback: Auch andere Gruppen haben bereits mit Onlineangeboten begonnen: Videokonferenzen, Challenges, Videos, Onlinetrainingspläne! Viele melden sich bei mir, lassen sich dabei helfen ihre eigenen Videokonferenzen einzurichten. Ich bin begeistert, besonders von allen älteren Trainerrinnen, die sich mit mir auf das technische Abenteuer einlassen! Alle berichten das Gleiche: die Teilnehmer sind dankbar und begeistert! Unsere Sommersemester-Kurse auch noch online anzubieten, ist nur noch eine logische Konsequenz.

An dieser Stelle will ich mich im Namen des Vorstands bedanken: Bei allen Trainern, die sich zusammen mit uns mutig und entschlossen in das Abenteuer digitales Training gestürzt haben. Zu nennen sind hier insbesondere HapKido, das Münchner Sporttheater Ensemble, TGM/TGW, Videodance, KiSS, Basketball, Badminton, Gerätturnen, Modern Fitness, EISs, Standard/Latein Tanz und natürlich unsere Onlinekurse.

Bei allen TSV-Mitgliedern, die geduldig und konstruktiv mit ihren Trainern das Abenteuer angenommen haben und sich durch technische Schwierigkeiten nicht haben einschüchtern lassen. Eure Begeisterung und Dankbarkeit spornen uns an, unser Bestes zu geben!

Die Coronakrise ist noch längst nicht vorbei. Auch der Sport wird davon weiterhin stark beeinflusst bleiben. Helft uns dabei gemeinsamen Sport zu ermöglichen, indem ihr euch an die Beschränkungen und Regelungen haltet. Wir freuen uns alle darauf, Sport irgendwann wieder live zusammen zu machen. Bis dahin – nutzt die Onlineangebote, bleibt gesund und schützt die anderen!

Verena Kanoldt, Sportvorstand





Badminton

Badminton-Abteilung fordert die anderen TSV-Abteilungen heraus

Was man nicht alles tut für ein Eis als Belohnung... In Aussicht gestellt wurde das unserer Donnerstags-Gruppe, wenn sie es innerhalb von zehn Tagen schafft, dass jeder von ihnen ein „Schläger-Video“ von sich hochlädt.

Die Regeln: Schläger fangen, seine persönlichen Schläger-Handling-Künste präsentieren, Schläger weiter werfen und den nächsten Namen rufen. Nach rund einer Woche waren alle Videos fertig und sie konnten zu einer großen Badminton-Challenge zusammengefügt werden. Schaut es euch auf unserer Homepage an!

Nun fordert die Abteilung Badminton alle anderen Abteilungen auf – ihr seid dran! Ob mit dem Basketball, Volleyball, Turn- oder Akrobatikübungen – seid kreativ und erstellt euer eigenes Challenge-Video. Der ersten Abteilung, die es schafft, spendieren wir einen Kasten Spezi! Viel Spaß!

Basti Keller



badminton-oberhaching.de





Badminton

Weekly Challenge – the winner is ... Toni!

Acht Wochen lang gab es am Mittwoch oder Donnerstag immer eine neue Challenge für unsere Badminton-Abteilung. Auf unserer Abteilungs-Homepage (badminton-oberhaching.de) haben wir Trainer (Christian, Sarah, Nik, Helena, Basti) immer abwechselnd eine Herausforderung präsentiert.

Mal ging es darum einen Federball möglichst kreativ in ein Ziel zu schießen, andere Male waren Ball- und Schläger-Handling gefragt oder man musste sogar bestimmte Turneinlagen zeigen, während man

den Ball hochspielte. Für jeden Teilnehmer, der ab Woche 2 ein Video geschickt hat, winken Preise, wenn es wieder normalen Trainingsbetrieb gibt. Bis zum Schluss durchgehalten hat nur einer – Toni! **Woche um Woche bestand er jede noch so knallharte Aufgabe. Was es da wohl für einen Riesen-Preis geben wird...** *Basti Keller*



Draußen ist alles anders

Badminton ist eine Hallensportart. Sobald man den Sport ins Freie bringen möchte, verwandelt er sich leider sehr schnell in Federball: Keine Linien, meistens keine Netze und vor allem Wind und Wetter haben es vor den Pfingstferien sehr schwer gemacht ein Trainingsangebot auf dem Sportplatz zu realisieren. Trotzdem haben wir es probiert und es sogar geschafft, die Netze zwischen den Fußballtoren aufzubauen. Kein Vergleich zu einer normalen Trainingseinheit, aber Spaß machte es trotzdem.

Bisher konnten wir es nur für manche Trainingsgruppen umsetzen. In wie weit wir vor allem auch für die Gruppen am Freitag ein Training anbieten können, überlegen wir uns gerade. **Vielleicht findet bis zur Veröffentlichung dieses Sportspiegels bereits wieder Training statt. Wir halten euch auf dem Laufenden!**

Basti Keller





Turnen-Tanzen-Singen
TGM-TGW-KGW





Corona kann uns nichts anhaben

Leider hat uns Corona dieses Jahr einen Strich durch die Rechnung gemacht – unsere gesamten Wettkämpfe wurden abgesagt – oh nein! Die Vorbereitungen liefen sehr gut, die Vorfreude war so groß...

So war es uns möglich, in Kontakt zu bleiben und weiter zusammen zu sporteln. Trotzdem hoffen wir nun, dass das Training in der Halle auch bald wieder möglich ist. Darauf freuen wir uns alle schon sehr

Petra Schlossnikel

Jedoch haben wir uns von der Pandemie nicht unterkriegen lassen! Anstelle des Trainings in der Halle haben wir das Training einfach ins Wohnzimmer/Kinderzimmer, auf ein „Online-Training“ umgestellt. Drei Mal pro Woche haben wir den Kindern ein abwechslungsreiches Ausdauer-, Kraft- und Konditionstraining sowie Techniktraining geboten.





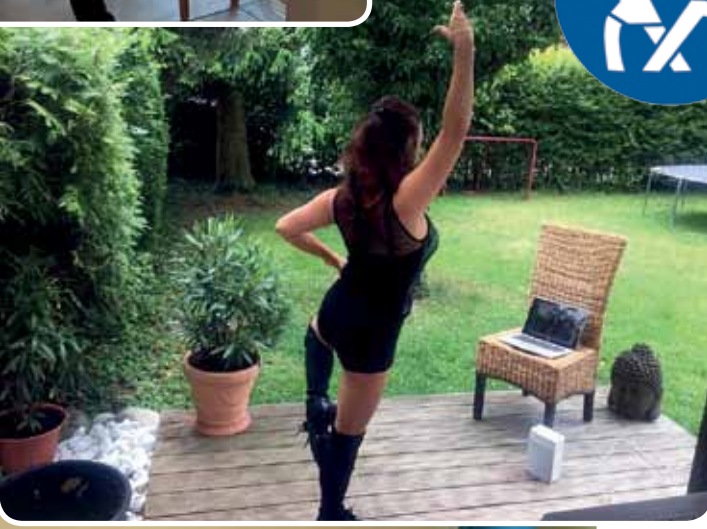
Videodance - Eine kleine Gartenchoreographie

Tanzen kann man überall

Not macht erfinderisch! Nachdem sich die Videodance-Mädls nicht mehr zum Tanzen treffen konnten, hat Julita Miller-Amann kurzerhand das Training auf ein Online-Training umgestellt. Mit Freude und Eifer hat sie den Mädchen die Möglichkeit gegeben, sich hierbei fit zu halten und neue Choreographien einzustudieren.

„Tanzen belebt Körper, Geist & Seele – gerade in dieser Zeit ein toller Ausgleich!“

Petra Schlossnikel





Leopold Reiter

Spezialmüllabfuhr • Containerverleih
Lanzenhaarer Str. 50 • 82041 Oberhaching

Containerverleih 3-10 cbm • Mülltonnenverkauf 60l - 1,1 cbm
Sperrmüllabfuhr • Papiergroßraumtonnenleerung 240l - 1,1 cbm

Anruf genügt: Tel. 61328 23 oder 613 45 04, Fax 613 52 15
E-Mail: reiter-oberhaching@t-online.de



Autoservice Oberhaching GmbH

Ihr Kfz-Meisterbetrieb für alle Marken
Spezialisiert auf VW, AUDI, SEAT
und ŠKODA

Unsere Leistungen:

- Unfallinstandsetzung
- Reparaturen aller Fahrzeuge
- Moderne Diagnosetechnik
- Elektronische Fahrzeugvermessung
- Inspektion mit Mobilitätsgarantie
- Rad und Reifen
- Haupt- und Abgasuntersuchung
- Navigationssysteme
- Kfz-Elektrik
- ... und vieles mehr!



Inspektion

99,- €*
auf Wunsch mit Mobilitätsgarantie

auf Wunsch mit Mobilitätsgarantie

* zzgl. Material und anfallende Zusatzarbeiten

Komplette Dienstleistung um
den Reifenservice und die
Reifeneinlagerung



Unser Angebot:

Räderwechsel ab 24,99 €

Kolpingring 4 • 82041 Oberhaching • Telefon: 089 66682272
info@autoservice-oberhaching.de • www.autoservice-oberhaching.de

ALLES RUND UMS DACH....

Hachinger - Dach - Spenglerei GmbH

Bedachungen in Spenglertechnik

Holzstr. 26a | 82041 Oberhaching | Tel. 089/613 60 65 | Fax 089/613 29 11
www.Hachinger-Dach-Spenglerei.de | e-mail: Hachinger-Dach-Spenglerei@t-online.de
Inhaber: Th. Schwab und D. Holler



Kunst- und Gerätturnen

Training im Freien – Training als Stream – Challenge accepted 🥰

Im **Turngau München** wollten wir im März mit zwei Mannschaften im **Münchner Pokal** den LK 3 – Kür-Mannschaftswettkampf in Unterföhring bestreiten und mit insgesamt acht Mannschaften beim **Bayern Pokal** in den Ligen 1 bis 3 im April starten, wo jeweils die Pflichtübungen (P4 – P9) auf dem Programm standen. Für die 1. Liga haben wir uns mit drei Mannschaften qualifiziert: In der E- und A/B-Jugend sowie mit den TUI-Turnerinnen!

In der **Bayerischen Turnliga** (LK 3-Pokal) hatten sich die Turnerinnen des TSV Oberhaching letztes Jahr

sensationell erstmalig qualifiziert; hier wollten wir mit dieser Kürmannschaft im April und Juni bei den Kür-Wettkämpfen in Buttenwiesen und Unterföhring antreten, um dann im Herbst vielleicht ja sogar eine zweite Mannschaft in der Bayerischen Turnliga qualifizieren zu können.

Aber leider wurden bis zu den Sommerferien alle Turnwettkämpfe abgesagt und bis auf absehbare Zeit alle Trainingseinheiten in der Halle untersagt. Wir haben uns aber nicht unterkriegen lassen und die Zeit im Lockdown konstruktiv genutzt mit **Training**

im Freien, **Live-Stream Training** und unserer „**Challenge accepted** 🥰...“

Aber jetzt können wir ja auf ein baldiges persönliches Wiedersehen hoffen - zunächst in kleinen Gruppen im Freien, evtl. dann auch wieder an den Geräten in der Turnhalle und vielleicht gibt es ja doch noch den einen oder anderen Wettkampf in diesem Jahr oder ein Trainingslager, in dem wir nicht nur digital trainieren, sondern sicherlich auch Spaß haben!

Mit sportlichen Grüßen und bleibt's **Xund!**
Eure Ingrid Reichling





Challenge accepted



Mountainbike

Offline mit den TSV-Bergradlern unterwegs

Auch dieses Jahr sind wir mit unseren Mountainbikes wieder unterwegs – wenn auch etwas verspätet. Unsere Touren finden alle in den bayerischen Alpen statt und bewegen sich zwischen 800 – 1200 Höhenmetern. Meistens sind wir auf Forststraßen bzw. breiten Wanderwegen unterwegs, manchmal reizt es uns aber auch, den einen oder anderen Trail auszuprobieren. Dies wird jedoch in einer Rundmail vor jeder unserer Ausfahrten bekannt gegeben. Natürlich sind bei uns auch e-Biker willkommen. Sie müssen sich lediglich an unsere Geschwindigkeit anpassen.

Bei Interesse an unseren Ausfahrten nehmen wir Euch gerne in unseren Mail-Verteiler auf:

wolfgang.drespling@simerbauernweg.de



Sa 04.07.2020 Biken in den Ammergauer Bergen	41 km	1100 Hm	Sepp
Von Ettal nach Oberau, weiter Richtung Farchant zur Enning Alm und auf einem einfachen Trail zurück nach Ettal			
Sa 11.07.2020 Rund um die Hochries	37 km	1300 Hm	Wolfgang
Von Frasdorf auf netten Almwegen und kleinen Trails um die Hochries vorbei an der Hofalm nach Aschau und über kleine Buckeln zurück nach Aschau			
So 19.07.2020 Reintalanger Hütte	38 km	1200 Hm	Sepp
Wunderschöne MTB Tour entlang der Partnachklamm zur Reintalanger Hütte			
Sa 25.07.2020 Rund um die Kampenwand	45 km	1400 Hm	Wolfgang
Von Grassau vorbei an der Hochplatte und Deisenalm nach Aschau. Weiter Richtung Kampenwand zurück nach Grassau			
Sa 01.08.2020 Auf den Spuren der Ruhpoldinger Gebirgsschützen	40 km	1000 Hm	Wolfgang
Von Marquartstein vorbei am Wössener See durch den Hammergraben zur Röttemoos Alm. Zurück über Reit im Winkel. Badekleidung nicht vergessen!			
Fr-So 21.08. - 23.08.2020 Besuch der Sektion Baden Baden	40-50 km	1200 Hm ca. pro Tag	Wolfgang
Tag 1: Fahrt von Wackersberg über den Zwiesel zur Seekaralm			
Tag 2: Über die Rauhalmen Richtung Hirschberg zur Aueralm und zurück zur Hütte			
Tag 3: Rund um die Benewand zurück nach Wackersberg			
Fr-So 25.09. - 27.09.2020 Biken in der Pfalz	40-50 Km	1000 Hm-1200 Hm	Wolfgang
Tag 1: Auf flowigen Wegen zum Hambacher Schloss, der Wiege der deutschen Demokratie, und weiter zum Kalmit (672,6 m), dem höchsten Berg des Pfälzerwalds / Tag 2: Feine Wege in der Heimat von Udo Böltz. Vielleicht treffen wir ihn			
Tag 3: Im Grenzgebiet zwischen Deutschland und Frankreich			
Sa-So 9. und 10.10.2020 Seekar-Sommerkönig			Wolfgang
Gaudiennen von der Seekaralm zur Seekarspitze - zu Fuß oder mit dem Radl - alles ist erlaubt			



wolfgang.drespling@simerbauernweg.de

www.tsv-oberhaching.de | info@tsv-oberhaching.de

O. Ziegler

Inh.: Thomas Ziegler



- Spielwaren
- Schreibwaren
- Hermes-Paketshop
- Zeitungen & Zeitschriften und vieles mehr!

idee+spiel
... Immer eine Idee besser

**Handy- &
Geschenkkarten**



82041 Deisenhofen • Bahnhofstr. 2
Tel. 089 - 613 17 37 • info@oziegler.de
www.oziegler.de

MVV-Karten



Den Mountainbike-Tourenplan 2020 gibt es als PDF-Download auf der Homepage des TSV

DRUCKSACHEN



**DIGITAL
DRUCK**

DDZ

ZENTRUM

MÜNCHEN

www.ddzmuc.de

Tel 089 284736
Fax 089 280383
info@ddzmuc.de

PROSPEKTE - PLAKATE - BROSCHÜREN

Digitaldruckzentrum DDZ München - Reitinger & Gundfingler GmbH - Amalienstr 75 - 80799 München



Internationaler Spitzen- trainer Peter Weckauf in Oberhaching zu Gast

Wie verteidige ich mich gegen Messerangriffe? Wie kann ich einen aggressiven Angreifer mit einem Stock Schachmatt setzen? Was mache ich bei Panik in einer Großveranstaltung? Diese und viele andere Situationen spielten etwa 70 Ju-Jutsukas in Oberhaching unter der Leitung von Trainer Peter Weckauf durch. Trainer Hans Sperl, 6. Dan Ju-Jutsu, ist es zu verdanken, dass diese internationale Größe in Oberhaching Halt gemacht hat.

Der Niederösterreicher Peter Weckauf hat Sami-International entwickelt und lehrt erfolgreich in Justizvollzugsanstalten in ganz Europa. Auf dem Weg von Luxemburg zurück nach Wien hat Weckauf hochengagierte Ju-Jutsukas aus ganz Bayern in Oberhaching in seinen Bann gezogen. Mit seinem Partner Robert Exl, Schwarzgurt in Panantukan, Stickconcept und Knifeconcept, und Irmi Weckauf-Hanzal demonstrierte er Techniken, die er auch dem Sondereinsatzkommando der Polizei vermittelt. Die Techniken sind kurz, wirkungsvoll und sollen jederzeit nahezu automatisch funktionieren.

Angriffe mit Stock, Messer oder mit Prätzen standen im Mittelpunkt der Abwehrtechniken. Besonderes Augenmerk richtete Weckauf auch auf schwächere Personen und demonstrierte Möglichkeiten, wie ein Ju-Jutsuka einen Schwächeren vor Angriffen schützen kann. „Ois easy! Viel Spaß!“ motivierte Weckauf auf Wienerisch die Ju-Jutsukas bei den vielfältigen Selbstverteidigungstechniken.

Text: Ulrike Klar
Fotos: Bernd Bachmair

柔術 TSV Oberhaching
Ju-Jutsu



„Ois easy! Viel Spaß!“





Corona sorgt für Training mit viel Abstand!

Die Ju-Jutsukas sehnten ihr erstes Training nach dem Ausbruch von Corona mit Feuereifer herbei. Ein Glück, dass nach dem Ende der Ausgangsbeschränkung auch der Sommer vor der Tür stand. So wagten sie Ende Mai auf dem großen Schulhof der Grundschule Oberhaching in reduzierter Besetzung das erste Training.

Ganz besonders achteten alle auf viel Abstand zueinander, so dass mindestens vier Meter zum Nächsten waren. Selbstverständlich wurden nur kontaktilose Techniken geübt.

Aber auch Fauststöße oder Verteidigung mit dem Stock gegen einen imaginären Gegner halfen, um in Übung zu bleiben. Außerdem ließ sich Trainer Hans Sperl spannende Konzentrations- und Koordinationsübungen mit Tau und Bodenleiter einfallen.

Viele Ju-Jutsukas stiegen in der Zwischenzeit auf Joggen, Radeln oder Gymnastik um. Oder sie freuten sich über das Online-Angebot des TSV. „Fit und gesund bleiben!“, das ist das Motto der Ju-Jutsukas.

Text: Ulrike Klar

Fotos: Bernd Bachmair

柔術 TSV Oberhaching
Ju-Jutsu

Trainingszeiten Ju-Jutsu

Kinder 6 - 12 Jahre
Andi Heckenstaller, Tel. 089 203573
Grundschule Oberhaching
Donnerstag von 17.30 bis 18.30 Uhr

Jugend 12 - 16 Jahre
Markus Huber, Tel. 0176 83069949
Grundschule Oberhaching
Donnerstag von 18.30 bis 20.00 Uhr

Erwachsene/Jugend ab 16 Jahre
Hans Sperl, Tel. 089 6136215
Grundschule Oberhaching
Dienstag von 20.00 bis 22.00 Uhr
Donnerstag von 20.00 bis 22.00 Uhr

Hapkido



KUM KANG HAPKIDO

HAPKIDO trotz(t) Corona!

der digitale Dojang

#WirBleibenZuhause



2:49 / 4:30





Hapkido trotz(t) Corona

Am Thema Corona kommt und kam die letzten Monate tatsächlich keiner vorbei. So hat sich für uns alle in einer nicht vorstellbaren Geschwindigkeit der Alltag verändert. Natürlich hat sich der verhängte Lockdown auch auf unsere Freizeitgestaltung ausgewirkt. So konnten wir letztmalig am 6. März 2020 die Halle der Grundschule benutzen, bevor der gesamte Sportbetrieb ausgesetzt wurde. Was sich zuerst noch als kurze Pause darstellte, entpuppte sich schnell als Unterbrechung mit unabsehbarem Ende.

Alternativen waren gefragt. Die Idee für einen digitalen Trainingsraum (Dojang) war schnell geboren. Bereits am 22. März, also lange vor den Osterferien, war die Abteilung Hapkido für die Mitglieder wieder „online“. Via Mail, WeTransfer und Instagram wurden kurze Videos mit Übungssequenzen und Aufgaben geteilt. Produktionsort dieser Videos war der heimische Hobbyraum unseres Trainers Christoph Jung, der sich die Übungen erdacht und oftmals zusammen mit Tochter Nina eingespielt hat. Inzwischen gibt es weit über 15 Folgen unseres „digitalen Dojangs“.

Mitte April sind wir dann mit dem „digitalen Dojang 2.0“ in die nächste Runde gestartet. Über die Videokonferenz-Plattform Zoom starteten wir wieder in ein gemeinsames Live-Training.

Mit bis zu 25 via Internet zugeschalteten Teilnehmern machen diese Sessions in ungewohnter Umgebung und unter völlig anderen Rahmenbedingungen trotzdem viel Spaß. Es ist gefühlt wieder gemeinsamer Sport. Davor und danach bietet sich auch die Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch.

Völlig unerwartet sind die positiven Effekte: Einerseits trainieren an den Bildschirmen Groß und Klein miteinander, andererseits trainieren wir plötzlich wöchentlich zusammen mit unseren hessischen Freunden und ehemaligen Mitgliedern im Ausland! Tatsächlich wäre auf eine derartige Lösung vorher wohl keiner gekommen!

Der Spruch, „Not macht erfinderisch“, hat sich mal wieder bewahrheitet!

Die Krise aus Sicht des Trainers: Noch vor Monaten hätte sich wohl niemand die Heftigkeit träumen lassen, mit der uns Covid-19 in allen Lebenslagen beeinflusst. Seit Jahrzehnten regelmäßige Termine wurden plötzlich fremdbestimmt einfach weggefeht. Corona wurde über Wochen das tagbestimmende Thema.

Mir war nach kurzer Zeit klar, dass man die „gewonnene“ Zeit und die aber damit gleichzeitig erfahrenen Bewegungseinschränkungen irgendwie kompensieren muss.

Insbesondere auch, um unseren Mitgliedern einen sportlichen und geistigen Ausgleich von dem alles beherrschenden Thema „Corona“ zu schaffen. Nach meiner Beobachtung war gerade für die Kinder und Jugendlichen die besorgte thematische Monotonie der Erwachsenen eine Belastung. Die Ideen des „digitalen Dojangs“ und dem Training via Zoom waren die logischen Konsequenzen.

Doch auch für den Trainer sind und waren das ganz besondere Herausforderungen. Denn all diese Trainingsmethoden müssen ohne das eigentlich ganz wesentliche Feedback der Teilnehmer auskommen. Wieviel Platz kann man für die Übungen verwenden? Sind die Übungen sicher? Sind die Übungen zu schwer oder zu leicht? Die Rückkopplung aus der Korrektur der Teilnehmer fehlt ganz einfach. Auch beim Training via Zoom. Man steht daheim vor seinem Notebook und „hampelt“ 60 Minuten vor der Kamera. Hinterher ist man heiser, weil man quasi permanent geredet hat, wie ein Alleinunterhalter...

Ich freue mich jedenfalls auf eine langsame und behutsame Rückkehr zu einem normalen Training. Wir werden mit Sicherheit unter freiem Himmel beginnen. Der Weg zurück zur uns allen vertrauten Normalität erscheint noch weit, aber wir sind auf dem Weg! *Christoph Jung*



KISS - Kindersportschule

Re-Start mit allen 174 KiSS-Kindern am Montag, 11. Mai

Klettern folgte am Mittwoch, 20. Mai

Zwei Monate lang, vom 10. März bis zum 10. Mai, ging gar nichts: Lockdown in Oberhaching, im Landkreis München, in Bayern, Deutschland, gefühlt in der ganzen Welt.

Dann Söders Bombe am Dienstag, 5. Mai:

„Kontaktfreier Individualsport mit Abstand (z.B. Tennis, Leichtathletik, Golf, Segeln, Reiten (auch in der Halle) oder Flugsport) wird ab 11. Mai wieder zugelassen.“

HURRA! Wenn das mal keine Einladung ist...

Wir in der KiSS Oberhaching: Klar, machen wir!!!

KiSS war doch schon immer ein kontaktfreier Individualsport. Na ja, fast. Stichwort: Wir dürfen alles und müssen nichts.

Dass das Ganze draußen stattfinden soll – gar kein Problem: Outdoor? Können wir! Machen wir schon immer, bislang zwar erst ab der KiSS 2, mit den Fünfjährigen aufwärts, oder wenn gerade wieder mal eine Halle gesperrt ist. Künftig dann eben auch mit der Mini-KiSS und der KiSS 1, also mit unseren ganz Kleinen.

Mittwoch, 6. Mai:

Binnen 24 Stunden hatten wir die Zusage der Gemeinde, die eigentlich noch gesperrten Sportplätze nutzen zu dürfen. SUPER! VIELEN DANK!!

Und genauso schnell stand auch das Grundgerüst für den Re-Start mit allen 174 KiSS-Kindern, von der Zweijährigen bis zum Zwölfjährigen. Denn es stand nirgends, dass die Freigabe nicht auch für die ganz Kleinen gilt. Für die, die nicht mal in den Kindergarten dürfen und das schon seit Wochen.

Dass wir erst mal „nur“ in Fünfergruppen agieren dürfen, hmmm, macht virologisch schon Sinn, auch draußen, soll aber für unseren Neustart kein Hindernis sein:

Dann müssen wir die KiSS halt „neu denken“: Statt 15 Gruppen à 10-15 Kinder, haben wir nun 40 (!) Gruppen mit nur noch vier Kindern, denn wir Trainer zählen bei der Fünfer-Regel dazu. Die Einteilung? Machen die Eltern selbst, dank Doodle. Und das praktisch fast über Nacht! WOW!!!

Noch am selben Abend gehen die ersten Mails an die Eltern raus: „Nein, hier kommen keine neuen KiSS-Videos! Es kommt besser: Wir starten am kommenden Montag, 11. Mai 2020, zurück ins KiSS-Training! Und zwar mit ALLEN Gruppen - juhu!“

Montag, 11. Mai 2020: Hurra, es geht wieder los!!! Wir Trainer sind glücklich, die Kinder und Eltern fast noch mehr! Vor allem, weil auch die Kleinen wieder dürfen. Und tatsächlich stehen um 13.45 Uhr ALLE mit Maske da! Ich bin einmal mehr von „meinen“ KiSS-Eltern beeindruckt! Nur so geht's! Wir müssen den Virus-Ball flach halten, dauerhaft! Denn wir wollen ja weiter KiSS machen!

Donnerstag, 7. Mai, 11.29 Uhr per SMS: „Tobi, wir dürfen am Montag starten! Hurra! Ich plane schon mal los! Grüße, Susanne

=> Der Stundenplan stand da schon längst. Das war sozusagen die verkappte Rückfrage, ob der neue Stundenplan auch für meinen Kollegen so passt. Und er passt! Natürlich! Tobi hat die KiSS mit seinen KiSS-Videos über die ganzen Wochen am Leben gehalten. Jetzt wieder live, in echt – ich glaube, auch er kann es kaum erwarten.

Aber der Neustart hätte nicht geklappt ohne unsere Junior-Trainer Nik Blocher, Daniel Probst und Juri Sievers, die jeweils auch Gruppen übernehmen. SEHR COOL!!!

Mittwoch, 20. Mai 2020: Heute starten wir dann auch noch unsere Mittwochs-Klettertrainings. Mit unseren drei Trainern und zwölf Kindern brauchen wir in unserer Lieblings-Kletterhalle, im High-East, angesichts der auch dort stark limitierten Plätze nicht aufschlagen, also teilen wir uns auf: Eine Gruppe radelt zum Abseilen ins Gleißental, eine andere fährt – schon um 15 Uhr – ins High-East, die dritte um 16.45 Uhr ins KletterZ nach Weyarn. Erstes Fazit: Funktioniert SUPER!!!

Unsere anderen Kletter- und Bouldertrainings steigen nach den Pfingstferien wieder ein.

Susanne Menhorn



Stimmen und Stimmungen, sowie Fotos und andere Eindrücke wurden von Susanne Menhorn gesammelt.



„VIELEN DANK FÜR DIE TOLLEN VIDEOS. DIE KIDS HATTEN SEHR VIEL SPASS DABEI ALLES NACHZUMACHEN. KISS IST TOTAL COOL!“



„TOLL, DASS KISS WIEDER LOS GEHT!“

„JULIAN HAT SICH TOTAL GEFREUT, IN SO EINER TOLLEN UMGEBUNG, AN ECHTEN FELSEN UNTER LIVE-BEDINGUNGEN ABZUSEILEN. SUPER COOL!“

„DA HABT IHR EUCH JA SELBST ÜBERTROFFEN. ALLE ACHTUNG UND DANKE!“



„TOLL, DASS ES ENDLICH WIEDER LOS-GEHT“

KISS - Kindersportschule und Klettern



„DIE KINDER WAREN TOTAL BEGEIS-
TERT, DASS ES WIEDER LOS GEHT!“

„SCHÖN, DASS ES SO
SCHNELL WIEDER LOSGEGAN-
GEN IST UND IHR ES SOGAR
NOCH VOR DEM KINDERGAR-
TEN GESCHAFFT HABT. DAS
IST EIN ERSTER LICHTBLICK!
KINDER BRAUCHEN KINDER!“

„DAS IST SUPER-KREATIV UND
EINFALLSREICH, WIE IHR DAS
BEIM KLETTERN GELÖST HABT.
AUCH MIT DEM ABSEILEN!“

„SUPER, WIE SCHNELL UND UNKOM-
PLIZIERT IHR DAS HINGEKRIECHT
HABT! DRAUSSEN IST VIEL BESSER
ALS IN DER STINKIGEN TURNHALLE.“

„ENDLICH
WIEDER
SPORT
MIT MEINEN
FREUNDEN!“

„ANTONIA HAT SICH TOTAL GEFREUT, WIE-
DER MEHR ABWECHSELUNG ZU HABEN
UND UNTER LEUTE ZU KOMMEN.“

„EUER NEUSTART IST SUPER, WEIL DIE
KINDER WIEDER BESCHÄFTIGT SIND.“

Stimmen und Stimmungen, sowie Fotos und andere Eindrücke wurden von Susanne Menhorn gesammelt.



Basketball

TSV
Tropics
OBERHACHING

Wir bleiben in der LIGA!





Basketball - TSV Tropics

TSV Oberhaching bleibt Bundesligist und verstärkt seine Jugendarbeit

Sportlich hatte die Truppe um Trainerduo Mario Matic / Milos Kandzic nach einer starken Rückrunde, in der man sechs Siege verbuchen konnte, den Klassenerhalt fest vor den Augen. Durch den vorzeitigen Saisonabbruch der BARMER 2.Basketball Bundesliga erübrigten sich die letzten Zweifel. Somit vertreten die Gelbhemden die Gemeinde Oberhaching auch in der kommenden Saison bundesweit.

Die Folgen der Corona-Krise haben alle Vereine getroffen, allerdings unterschiedlich stark. Die Folge waren mehrere Rückzüge von Klubs, die sich ihre teuren Profikader nicht mehr leisten können. Neben den Easycredit BBL Farmteams von Oldenburg, Bamberg (Baunach) und Würzburg zog auch der letztjährige Ligakrösus Scanplus Elchingen freiwillig in die Regionalliga zurück.



Anders als der TSV Oberhaching, der als einziges Team in der Liga auf Profis bzw. Halbprofis verzichtet, standen einige Klubs plötzlich ohne spielfähige Mannschaft da und zogen die Reißlinie. Abgesehen von EWE Oldenburg handelte es sich hierbei fast durchweg um Mannschaften aus dem Süden der Republik. Da auch der potentielle Aufsteiger HAPA Ansbach die Auflagen nicht stemmen konnte, fallen für die Truppe um Kapitän Moritz Wohlers einige kurze Auswärtsfahrten weg. Die endgültige Ligaaufteilung wird Mitte Juni mit der Vergabe der Lizenzen erfolgen.

Stand jetzt ist es durchaus möglich, dass künftig Teams wie RheinEnergie Köln (Aufsteiger und ehemaliger Deutscher Meister), Dresden Titans oder Düsseldorf in den Süden rutschen. Als mögliche Nachrücker für den freien Platz sind neben der BBG Herford vor allem finanzstarke Klubs wie Hannover und Koblenz im Gespräch.

Die sportliche Leitung der Tropics verfolgt zusammen mit dem TSV-Vorstand das ambitionierte Ziel die Jugendarbeit weiter voranzutreiben. Die positive Entwicklung der vergangenen Saison soll fortgeführt und gezielt verbessert werden. Mit dem Zugpferd einer Bundesliga-Mannschaft hat man viele neue Kinder für den Sport begeistert.

Neben dem immens wichtigen Breitensport in der Abteilung soll auch im Nachwuchsbereich leistungsorientierter gearbeitet werden, mit dem Ziel mittelfristig eigene Spieler in den Bundesliga-Kader zu bringen. Hierbei ist man im Gespräch mit zwei hochqualifizierten Jugendtrainern, die sich sehr gut ins Konzept einbringen würden. Ob man die Stellen finanziert bekommt oder die ambitionierten Pläne vorerst doch ruhen müssen, hängt davon ab, ob man die nötigen Sponsorengelder für das Vorhaben gewinnen kann.

Über die weitere Entwicklung halten wir die Mitglieder des TSV bzw. der Gemeinde auf unseren verschiedenen Social-Media-Kanälen und hier im Sportspiegel auf dem Laufenden. *Mario Matic*

Partner bei der Jugendarbeit



Basketball - Young Tropics



Tropics-Reserve steigt in die Bezirksoberliga auf

Die **Herren II** unter der Leitung von Predrag Gavran haben eine fantastische Rückrunde gespielt. Die Mannschaft verlor nur ein einziges Mal, bei der DJK München II. Alle anderen Spiele wurden souverän gewonnen. Zu Hause auf dem Kyberg blieb man ungeschlagen, es war eine Festung, die keiner brechen konnte. Bis zum Corona bedingten Abbruch der Bezirksliga-Saison Mitte März hat sich Gavrans Team die Tabellenführung mit der DJK-Reserve geteilt. Nun steigen beide Mannschaften in die Bezirksoberliga auf, entschied der Bayerische Basketball-Verband im April.

Der Aufstieg, der zweite in Folge, ist ein sensationeller Erfolg für die Jungs um Kapitän Felix Pankow. Die Meisterschaft konnte zwar wegen der aktuellen Krise noch nicht gefeiert werden, wird aber sicher nachgeholt. Aufgeschoben ist ja nicht aufgehoben.

Und dann geht es auch schon mit viel Vorfreude Richtung Vorbereitung auf die sehr starke Bezirksoberliga in der nächsten Saison.



Die **Herren III** von Trainer Sebastian Beckenbauer haben bis zum Abbruch Mitte März eine sehr ordentliche Rückrunde in der Kreisliga gespielt. In der Hinrunde hat zwar fast die komplette starting five gefehlt, ab Januar jedoch konnten Leistungsträger wie der talentierte Dominik Kosak oder Kapitän Eddy Lang endlich spielen. Und dann kamen auch die erwarteten Siege. Die Mannschaft war kurz davor sich mit starken Heimsiegen aus den Abstiegsrängen hoch zu kämpfen, als die Saison auch in der Kreisliga vorzeitig beendet werden musste. Aber das Team glaubt an sich und freut sich schon auf die nächste Saison.

Zur Zeit darf man zwar nur in Kleingruppen draußen trainieren, man ist somit auf schönes Wetter angewiesen, hofft aber, dass es bald wieder in den Hallen weiter gehen kann.

Tarkan Ader

Es geht wieder los!!

Nach dem Abbruch der Saison und der Aussetzung des Trainingsbetriebes gibt es nun endlich wieder gute Nachrichten für unsere Young Tropics. Das Training geht wieder los! Zwar draußen und mit einem strengen Hygienekonzept, aber auch mit großen Chancen.

Da das Training nur in Kleingruppen stattfinden darf, kann man sich jetzt „noch besser um die individuelle Entwicklung der Spieler kümmern“, sagt unser Jugendkoordinator Sebastian Beckenbauer. „Die Kinder sind hochmotiviert nach der langen Pause. Das müssen wir jetzt nutzen.“ **Also lasst uns das Beste hoffen und bleibt alle gesund.**

Eure Young Tropics



Tanzen



Erste Finalteilnahme in der neuen Leistungsklasse

Am 22./23. Februar lud der Tanzclub Rot-Gold Meissen zum 14. Sächsischen Seniorenwochenende ein. Unser Paar Susanne und Wolf-Dieter Unger machte sich am Samstag in aller Frühe auf den Weg nach Radebeul bei Dresden. Sie starteten an beiden Tagen auf den Turnieren ihrer Startklasse SEN III S Standard. Schon am ersten Tag fühlten sie sich in der Lößnitzsporthalle bei ausgezeichnete Stimmung und griffigem Boden sehr wohl und erreichten die Zwischenrunde, was am Ende mit dem 9. Platz von 14 Paaren belohnt wurde. Am Sonntag konnten sich Wolf-Dieter und Susanne noch einmal steigern, tanzten in das Finale und beendeten es mit einem 5. Platz. Über dieses Ergebnis freuten sich die beiden sehr, da es ihre erste Finalteilnahme war, seit sie in die höchste Leistungsklasse aufgestiegen waren. **Wir gratulieren zu diesem wunderschönen Ergebnis!**



Tanzen Goes Online



„Wenn der Sportverein zu ist, dann mach mer' halt online Sport.“

Ein berühmter Satz in corona-triefenden Zeiten. Geht leicht von den Lippen. Dabei ist das „wir“ nur allegorisch, gemeint sind die Trainer, also ich, und schon erhöht sich meine Pulsfrequenz. Nicht jede Sportart eignet sich zur Metamorphose in Bits und Bytes. Pilates eher gut. Wasserball eher schlecht. Tanzen ist so dazwischen. Es sollte nicht wie Rhythmische Sportgymnastik aussehen, damit noch ein Rest Soziales bleibt. Ist ja schließlich Gesellschaftstanz. Andererseits müßte es auf vier Quadratmeter begrenzt werden können, damit die Ellbogen nicht in die Glasvitrine geraten.

Zusammen mit meiner Pulsfrequenz steigt auch die Hoffnung, daß es beim Online-Tanzen mehr aufs Tanzen als auf Online ankommt. Ich bin Tanzlehrer, kein Techniker. Ein Notebook habe ich. Und draußen wimmelt es von WLAN und Satelliten. Das muß doch in Einklang zu bringen sein. Doch schon nach drei Minuten wirft mir die Hardware den Fehdehandschuh hin. Die im Notebook eingebaute Webcam kennt nur zwei Einstellungen: Gürtel abwärts Füße und Gürtel aufwärts Köpfe. Auch die Software stellt sich quer und mir unlösbare Fragen, etwa ob ich die Schulversion oder die

Firmenversion installieren möchte. Und dann natürlich die allgemeine Netiquette: Wie legere darf ich vor die Kamera treten, ich bin ja immerhin daheim? Muß ich mir was anziehen?

Das Kameraproblem löse ich mit einer neuen Weitwinkel-Webcam, die soviel kostet wie zwei Monate Online-Unterricht. Nichts also, was meine Pulsfrequenz in irgendeiner Weise beruhigen könnte. Im Gegenteil: Nun ist zuviel Zimmerwand, darunter manche häßliche, sichtbar. Um das zu kaschieren, bemale ich ein Bettlaken mit den Rücken von berühmten Klassikerausgaben, dem blitzenden Gold von gewonnenen Pokalen und Danksagungen renommierter Kunden und spanne es im Hintergrund auf. Das schindet sicher mächtig Eindruck.

Schließlich ist alles startklar für das erste Meeting. Wir sind alle mehr als willens, in virtuelles Neuland einzutreten.

Elf Zuschaltungen stark, paarweise, glotzen wir uns gegenseitig in die Wohnzimmer. Wir freuen uns über das Wiedersehen, beglückwünschen uns zu etwaigen neuen Bäuchlein oder stellen fest, wer unbedingt zum Friseur gehen sollte. Mein Bettlaken rutscht herunter und entblößt eine häßliche Zimmerwand. Alle schweigen pietätvoll.

Wir beginnen mit den Lateintänzen, Körperbewegung in der Rumba, sehr detailliert und sehr stationär. Ich habe den Eindruck, nach Wochen der Enthaltsamkeit ist der Spaß und der Genuß, seine Hüften zu schwingen, fast greifbar auf dem Bildschirm. Dann widmen wir uns den Standardtänzen. Posen sind, weil platzsparend, für Pandemien besonders geeignet.

Natürlich läuft noch nicht alles rund. Manchmal stockt die Sprache oder friert das Bild ein. Manchmal gibt es auch einen winzigen Zeitversatz in der Musik, aufgrund der reziproken Triangulation im Satellitensignal, und jeder hat plötzlich seinen eigenen Takt. Oder es springt jemand unfreiwillig aus dem Bild. Mitten in meiner Erklärung der Pose schlendert unsere Katze ins Bild und fordert sofortige Nahrungsaufnahme.

Aber dennoch: Wir bewegen uns, können uns sehen, unternehmen etwas gemeinsam. Am Schluß der Stunde plappern alle durcheinander, wünschen sich gegenseitig Frohsinn und alles Gute. Freuen sich auf die nächste Stunde. Und ich bin froh, daß wieder ein Stückchen Normalität eingekehrt ist.

Hans Ehgartner



Chris geht mit seinen Latein-Tänzern ins Netz

Meine Tanzschule Chris4Dance ist wie viele andere in der Coronakrise von heute auf morgen geschlossen worden und wir wussten lange nicht, wann es wieder los gehen kann. Umso dankbarer war ich, dass der Vorstand des TSV Oberhaching die Trainerzahlungen kulanterweise weiter durchführen ließ und so ein kleines bisschen Geld reinkam.

Als Eckehard Plättner aus der Tanzgruppe mich fragte, ob ich Online-Unterricht anbieten möchte, habe ich natürlich sofort ja gesagt.

Aus Qualitätsgründen bin ich zwar gegen Livestream, weil auf den kleinen Bildern nicht zu erkennen ist, wie die Teilnehmer tanzen und ich nicht die Möglichkeit habe, die Fehler zu korrigieren. Aber ich habe ab Mai Videoclips als Lehrstunden angeboten. Dazu benötigte ich nur noch ein Stativ, schon konnte es losgehen. Die Teilnehmer hatten jeweils eine Woche Zeit das Video runterzuladen, konnten so jederzeit üben und die Schritte nachtanzen.

Größtes Problem bei den Online-Angeboten ist der Platzmangel bei den Kursteilnehmern zu Hause. Nur sehr wenige haben Platz Latein zu tanzen, Standardtänze erfordern allerdings noch erheblich mehr: 100 Quadratmeter hat leider niemand in seiner Wohnung.

Aber wir versuchen das Beste daraus zu machen, um diese schwierigen Zeiten zu überstehen, und hoffen natürlich bald wieder richtig tanzen zu dürfen, als Übergang eventuell auch im Freien.

Christian Citriniti



Tanzen in Zeiten der Isolation

Der TSV, die Technik und unsere Trainer haben trotz widriger Umstände nach einiger Zeit Kontakte via Zoom oder Videos ermöglicht.

Die TänzerInnen haben sich sehr gefreut, sich mal wieder zu sehen. Eifriges Winken, Umherschauen in den Zimmern oder Gärten – ja, es wurde auch draußen getanzt. Kurze Einweisungen, dann ging es auch schon los, nachdem die eigenen Mikrofone ausgeschaltet waren und nur die TrainerInnen das Wort hatten. Die Tanzlehrer erklärten, machten vor, und wir durften dann unter mehr oder weniger strengen Augen nachtanzen. Anschließend gab es für die einzelnen Paare Rückmeldung. Tänzer gaben mit Daumen hoch ein Zeichen des Verstehens.

Fazit:

Es erfordert viel Konzentration, für Trainer und Tänzer. Der wenige Platz ist eine zusätzliche Herausforderung, aber es ist schön, mal wieder Kontakt zu unseren Gruppen zu haben. Auch Videos wurden vom Trainer hochgeladen, damit wir unabhängig von festen Terminen üben können.

Regine



Fortbildung im Sommerskilager



Neulich in der Wüste...



Skilehrer wartet auf Schnee...



Auf die Haltung kommt es an!



Sommer-Skifreizeit...



Wasserski-Challenge



Auch im Sommer nicht das Skigefühl verlieren...



tsv_skischule_oberhaching



<https://www.facebook.com/tsvoberhachingskischule>

Uke ice in the sunshine - Skischule Oberhaching

Nach der Saison ist vor der Saison

Liebe Freunde des aktiven Skigenusses, auch uns Skilehrer hat das Virus – wie die meisten von euch – ins Home-Office gebracht und wir versuchen jetzt das Beste aus der Situation zu machen. Getreu dem Motto „Nach der Saison ist vor der Saison“ sitzt das Team der Skischule schon ganz fleißig an der Planung für die Wintersaison 20/21. Da im Wintersport wie in vielen anderen Branchen die Zukunft ungewiss aussieht, wissen wir auch nicht, was die kommende Saison bringen wird.

Wir planen jedoch mit allen Eventualitäten und stellen uns auf alle möglichen Szenarien ein. Wenn jedoch die Entscheidung darüber gefallen ist, wie der Wintersport in der kommenden Saison ablaufen wird, erhaltet Ihr wie gewohnt alle Infos auf der Webpage der Skischule und auf unseren Social-Media-Kanälen.

Apropos Planung, habt Ihr auch schon die Ausrüstung gecheckt und nach dem letzten Skivergnügen bestens nachbereitet? Unser Tipp, nachdem die meisten vermutlich schon das ganze Haus renoviert und den Garten einmal komplett neu gestaltet haben in der Zeit der Ausgangsbeschränkungen, jetzt das Material sichten, sodass Ihr jederzeit für die nächsten Skitage gerüstet seid.

Genießt nun die ersten schönen Sommertage. Auch die Skilehrer sind in der Sommerpause, können aber den geliebten Winter und die lässigsten Skitage auf den Brettern (siehe Bilder) einfach nicht vergessen. Lasst Euch von der unsicheren Situation nicht unterkriegen! Und wenn doch mal die Motivation fehlt: einfach mal an die letzten schön gezogenen Kurven im Schnee denken, da zaubert es Euch automatisch ein Lächeln ins Gesicht.

Ach ja, habt Ihr schon unseren Facebook bzw. Instagram Account durchstöbert? Noch nicht? Na dann wird es Zeit uns zu abonnieren und Ihr erhaltet die neusten Infos und die lässigsten Skibilder immer direkt. *Florian Stöckert*

DSV SKI SCHULE
TSV OBERHACHING



Parallel-Skibomben



Immer offen für alles...



Sommerabfahrt



Tel 089 63 89 30 20
 Bajuwarenring 10
 82041 Oberhaching
 www.tierklinik-oberhaching.de

Fachtierärzte für
 Chirurgie, Innere Medizin,
 Kleintiere, Neurologie, Radiologie,
 Reproduktionsmedizin,
 Zahnheilkunde der Kleintiere
 Zusatzbez. Augenheilkunde KT

25 Jahre
Tierklinik
 Oberhaching



Unser Tierärzteteam.
 Seit 25 Jahren aus Leidenschaft für Tiere.
Menschlich. Professionell. Wertschätzend.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.
 Termine Mo-Sa nach Vereinbarung.
 Ganzjährig 24-Stunden-Notdienst

Manfred **HOHENESTER**

Fuhr- und Transportunternehmen

Sauerlacher Str. 46

82041 Deisenhofen

Tel. 089-613 35 77

Fax 089-613 43 59

Mobil 0171-625 35 77

Preiswerte

Gartenabfall- u. Schuttentsorgung

Aufladen und Abfahren von Schutt,
 Unrat, Gartenabfällen jeder Art und sämtl.

Transporte. Lieferung von Kies, Sand,
 Humus und Gartenerde.

Pflasterarbeiten und Container-Verleih.

Hecken, Bäume und Wurzelstöcke –
 Entfernung und Entsorgung!



Selbstlader-, Radlader- und Minibaggerverleih, Dreiachser und Abroll-Container mit großem Ladekran.

VIESMANN



Heizkosten
 senken

Umwelt
 schonen

- Beratung
- Planung
- Kundendienst
- Reg. Energien
- Gasbrenner
- Ölbrenner
- Geothermie
- Bäder

Laurenz + Schwaiger GmbH
 Heizungs-, Sanitär- und Solaranlagen

Stellenangebot:

Anlagenmechaniker/in – Sanitär-, Heizungs- u. Klimatechnik
 und **1.500 Euro Wechselprämie kassieren**

St.-Stephan-Weg 25
 82041 Oberhaching
 Telefon 089/613 19 21
 Telefax 089/62 83 04 73
 laurenz-schwaiger@t-online.de
 www.laurenz-schwaiger.de



Hautum

Beratende Ingenieure
Landschaftsarchitekten



Verkehrsanlagen

Hautum Infrastruktur GmbH

Kreillerstr. 21
81673 München
Tel.: 089 / 517298-0
info@hautum-infrastruktur.de
www.hautum-infrastruktur.de



Ingenieurplanung



Freiraumplanung



Münchner Str. 31
82041 Oberhaching
Tel. 0 89 - 6 13 26 58
Fax 0 89 - 66 6 65 150

Öffnungszeiten
Montag - Samstag 7.00 - 20.00 Uhr
Sonn- und Feiertags 9.00 - 20.00 Uhr

FREIE TANKSTELLE
GEORG SCHUSTER



In unserem großen **Shop** finden Sie folgendes Angebot:

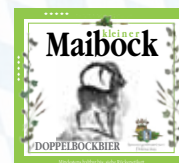
- Getränke:
 - nicht alkoholische Getränke
 - Bier, Wein, Sekt, Spirituosen
- Wagenpflegemittel und Zubehör
- Für Firmen: Spezielle Tankkarten
- Zeitungen und Zeitschriften
- Süßwaren
- Tabakwaren

Erfrischend gut -
auch im "Sommer
dahoam", schmeckt
noch besser im
Weißbierglas mit
unserem Logo...

Deisenhof'ner Weißbier



Brauereigenossenschaft
Oberhaching



Unser Bier
gibt es bei:
Getränke Service
Tremmel GmbH

Sporttheater

Neue Show wird auf 2021 verschoben

Da es zurzeit nahezu unmöglich ist, unsere Sekunden mit Partnerakrobatik zu füllen, haben wir uns gemeinsam mit dem KUBIZ entschlossen, die Aufführungen des abendfüllenden Theaterstücks, erzählt durch artistische Einzelshows, um ein Jahr zu verschieben.

Die Hoffnung ist groß, dass wir bis dahin wieder mit über 30 Leuten in einer Pyramide stecken dürfen. Auf euch als Zuschauer freut sich schon heute das gesamte Sporttheater Ensemble!



„Unser Professor für 'Perspektivenwechsel' nutzt die Zeit, um seine Bücher genau zu studieren!“

Die Sporttheater Show „Der Spagat des Lebens - nutze die Sekunde“ hat NEUE Vorführtermine: 15./16./17. Oktober 2021

SHOWVERSCHIEBUNG
„Der Spagat des Lebens
- nutze die Sekunde“



Trainings Münchner Sporttheater Ensemble

Artistenwerkstatt (ab 8 Jahre, Mo 18.00-19.30 Uhr, Trainerin: Rosalie Schillings, 0176 55118286)

Akrunions (ab 8 Jahre, Mo 18.00-19.30 Uhr, Trainerin: Gina Hammacher, 0176 82218177)
Akromania (ab 12 Jahre, Fr 18.15-19.45 Uhr, Trainerin: Larissa Zeiler, 0162 6053737)

BodyRock Mo 20.00 Uhr, Trainer Pidi Birleimer, 0157 8849 6512
Sporttheater (ab 14 Jahre, Fr 19.45-22.00 Uhr, Trainerin: Verena Kanoldt, 0160 96808353)



Diehl Bauen & Wohnen GmbH

Wir bauen für Sie,
individuell und schlüsselfertig:
EFH, DH, MFH

Tel: 089-21584694-0
Flurstrasse 11 a - 82041 Oberhaching

info@diehl-bauen-wohnen.de

Wir sind stets auf der
Suche nach Grundstücken





Grundlagentraining mit Handtuchbergen im Netz

Shutdown, alle müssen zuhause bleiben – kein Training? Keine Sporttheaterfamilie? Das geht nicht! Wenn schon nicht live, dann eben virtuell! Schnell war klar, dass wir unser gemeinsames wöchentliches Training nicht vermissen wollten, gerade jetzt, wenn alle besonders starken Bewegungsdrang verspüren und sich nach sozialer Interaktion sehnen. Aus der anfänglichen Notlösung hat sich ein regelmäßiges Training im Sporttheater etabliert – und nicht nur da: Artistenwerkstatt, Akrouniors, Akromania und Bodyrockers, alle machen mit und freuen sich an regelmäßigem virtuellem Training!

Corona hat uns gewissermaßen ein Geschenk gemacht: Endlich genug Zeit, um uns stärker auf Kraftaufbau und Dehnung zu fokussieren und unser Handstandtraining zu intensivieren – Details die bei einmal die Woche Training, in dem wir Nummern einstudieren und neue

Elemente in Akrobatik, Luftartistik und kreativen neuen Geräten erlernen wollen, leider immer ein wenig zu kurz kommen. Bei kreativem Einsatz von FlaschenträgerIn, Saffflaschen, Handtuchbergen, Stühlen, Wänden und auch mal der Geschwister oder Eltern, ist das Training richtig effektiv und macht Spaß. Wer kann, baut sich ein persönliches Trainingszimmer aus. Gemeinsam üben wir unsere neu erlernten Elemente zuhause oder in der Natur. Und wer hätte gedacht, dass wir uns einmal alle zu fleißigen Jonglierern entwickeln würden – drei Paar Socken und viel Geduld machen es möglich!

Auch wenn wir es kaum erwarten können, wieder richtig Akrobatik zusammen machen zu können, so machen wir doch das Beste aus der Situation. Und wer weiß, vielleicht behalten wir die Videokonferenzen als zweites zusätzliches Training sogar bei.

Viel Spaß bei den Impressionen aus unseren Trainings und den wöchentlichen Foto- und Video-Challenges! Das gesamte Münchner Sporttheater Ensemble wünscht gute Gesundheit und positive Energie!









Besuchen Sie uns im umgestalteten Getränkemarkt mit noch größerem Sortiment!

Getränke Service
Tremmel GmbH

Further-Bahnhof-Str. 11
82041 Oberhaching
Telefon: 6136678

Lieferservice
Montag - Freitag
www.bierklaus.de

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 8-18.30 Uhr
Sa. 8-13 Uhr

Wir bieten Qualität zu fairen Preisen!



RENA TEXTILPFLEGE

Annahmestelle für REINIGUNG mit Änderungsschneiderei im Hause

Öffnungszeiten
Montag - Freitag
08:30 - 12:30 Uhr
14:30 - 18:00 Uhr
Samstag
08:00 - 12:00 Uhr

Seit 23 Jahren für Sie in Deisenhofen da!

**Ludwig-Thoma-Str.2
82041 Deisenhofen**
Inh. Ramona Kießling
Tel. (089) 67 97 69 76

Zehn mal Laufen!

Testen Sie Nordic Walking, der Gutschein ist in unserer Geschäftsstelle erhältlich.




Holen Sie sich unsere Zehnerkarte für 30 Euro, dann können Sie als Nichtmitglied 10mal mitlaufen.



Gemeindewerke Oberhaching

Wir setzen auf unsere Wärmeversorgung mit Geothermie.

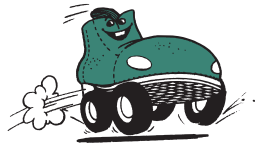
Jetzt beraten und anschließen lassen!

Oberhachinger Wärme
Ortsnahe Energiequelle
Komfortabel, sicher und umweltfreundlich

Infos unter 089 62299499-0
www.gemeindewerke-oberhaching.de



Mit freundlicher Unterstützung
KFZ-Meisterbetrieb
Thomas Schuh GmbH
 Tegernseer Landstr. 80
 82024 Taufkirchen
 Tel.: 089 / 612 88 90
 www.kfz-schuh.de



Mehrmarkenwerkstatt



Inspektion



Rad und Reifen

... und vieles mehr !

AUTO CHECK



open hair design
Lang
 Friseure

Bahnhofstraße 29
82041 Deisenhofen

Telefon 089 - 66 66 57 88



GOJCZYK HEIZUNGSBAU GMBH

- Heizungsarbeiten aller Art
- Öl – Gas – Geothermie
- Planung und Beratung
- Solar
- Sanitär Anlagen
- Wartung

Pfarrer-Socher-Straße 30
 82041 Oberhaching

Tel. 089/613 18 66
 gojczyk-heizungsbau@t-online.de



Wir sind nicht überall auf der Welt,
 aber dort wo Sie uns brauchen...



- Heizöl
- Bioheizöl
- Holzpellets
- Super-Diesel
- Schmierstoffe
- Betriebstankstelle

ILMBERGER
BRENNSTOFFE

Julius Ilmberger Mineralölvertrieb OHG, Hahilingasträße 5, 82041 Oberhaching,
 Tel. 089-613 16 58, www.ilmberger-brennstoffe.de



Obst **Gemüse** **Feinkost**
 Ludwig Neumayer

Mo - Fr: 9.00 - 18.00 Uhr Sa: 8.00 - 13.00 Uhr

ständig
Top-Angebote

Preiswert & gut

Bahnhofstr. 28 82041 Deisenhofen Tel. 089 62832737



Einzelbeiträge

Erwachsener	16 Euro
Kind/Jugendlicher (bis 18)	12 Euro

Ermäßigungen (nur gegen Nachweis)

Studenten (bis 25 Jahre)	12 Euro
Schüler, Azubis, Rentner	12 Euro
Arbeitslose bzw. Hartz IV-Empfänger	auf Anfrage

Schwerbehinderte (ab 50%)

Erwachsene	7 Euro
Kind	4 Euro

Familienermäßigung

min. 2 Erw. + 1 Kind bzw. 1 Erw. + 2 Kinder	
2. Erwachsener:	12 Euro
2. Kind:	6 Euro
3. Kind und mehr:	frei

Spartenbeitrag

Tanzen	8 Euro
Video-Dance	1 Stunde 15 Euro 2 Stunden 20 Euro

Aufnahmegebühren

Eine Person	20 Euro
Zwei Personen und weitere	40 Euro

Kindersportschule (KiSS)

	TSV-Mitglied	Nicht-Mitglied
1. Kind	16 Euro	29 Euro
jedes weitere Kind	13 Euro	25 Euro
zzgl. 20 Euro Aufnahmegebühr (inkl. KiSS-T-Shirt)		

Psychomotorik

TSV Mitglieder:	32 Euro pro Monat
Nicht-Mitglieder:	56 Euro pro Monat
Behinderte ab 50%	20 Euro pro Monat

1. Vorsitzender: Bernd Schubert
Stellv. Vorsitzende: Peter Doll, Berno Breitruck
Vorstand Finanzen: Ewald Isenmann
Vorstand Sport: Verena Kanoldt
Vorstand Jugend: Gina Hammacher

Geschäftsstelle: 82041 Oberhaching, Bahnhofstraße 13
Tel. 089 6136633, Fax 089 61300503
Öffnungszeiten: Mo. 10 bis 12 Uhr,
Di. und Do. 17 bis 19 Uhr

Bankverbindungen:
Allgemein: Kreissparkasse Deisenhofen
IBAN: DE72 7025 0150 0030 1655 59
BIC: BYLADEM1KMS

Jugend-Konto: VR-München-Land
IBAN: DE86 7016 6486 0100 7467 03
BIC: GENODEF1OHC

Gläubiger-ID: DE56TSV00000388610

Internet: www.tsv-oberhaching.de
E-Mail: info@tsv-oberhaching.de

Datenschutz: Siehe neue Satzung vom 16.03.2018
(§ 17 Datenschutz) auf der Homepage
des TSV (www.tsv-oberhaching.de).

Hallennutzung: Die Nutzung der Sporthallen in Oberhaching
richtet sich nach der aktuellen Ferienordnung
in Bayern, d.h. am ersten und letzten Schultag
findet der Sport statt. In den Schulferien findet
grundsätzlich kein Sport statt.

Haftung: Für Garderobe und Wertgegenstände in den
Umkleiden und Hallen übernimmt der
TSV Oberhaching keine Haftung!

Textbeiträge: Die mit den Namen des Verfassers
gekennzeichneten Textbeiträge stel-
len nicht unbedingt die Meinung des
Herausgebers bzw. die der Redak-
tion dar.

Schadensfälle: Jeder Unfall, jede Sachbeschädi-
gung muss innerhalb von acht
Tagen in der Geschäftsstelle des
Vereins oder einem Mitglied des
Vorstandes und der eigenen Versi-
cherung gemeldet werden.

Anschrift- und
Kontoänderungen: Bitte teilen Sie Anschrift- und Kon-
toänderungen umgehend der Ge-
schäftsstelle mit. Dies gilt auch für
Familienangehörige. Anfallende
Bankgebühren von bis zu 8 Euro je
Mitglied für erloschene oder ungül-
tige Kontonummern gehen zu Las-
ten der betroffenen Mitglieder.

Kündigung: Kündigung der Mitgliedschaft lt.
Satzung des TSV Oberhaching –
§ 3. Die Mitgliedschaft endet durch
Austritt, (...) der dem Vorstand
gegenüber schriftlich zu erklärende
Austritt ist mit einer Frist von sechs
Wochen zum Ende jeden Kalender-
halbjahres möglich. (...)

Beitragsermäßigung: Für Studenten, Schüler, Azubis,
Rentner und Arbeitslose bzw. Hartz
IV-Empfänger gegen Nachweis. Die
jeweils gültigen Bescheinigungen
müssen vor Ende des 2. bzw.
4. Quartals vorliegen, um dann ab
dem darauf folgenden Halbjahr eine
Ermäßigung zu erhalten.

IMPRESSUM

Redaktion: Bernd Schubert; Tel. 0171 9505727
E-Mail: b.e.schubert@t-online.de
Susanne Menhorn; Tel. 089 76775155
sportspiegel@tsv-oberhaching.de
Gestaltung: metkey communications GmbH
Druck: Primus Print
Auflage: 7.400 Exemplare

Anzeigen: TSV Oberhaching-Deisenhofen e. V.
Christl Exner, Tel. 089 61305699,
mobil 0179 4581836
E-Mail: christl.exner@googlemail.com
Verteilung: Kostenlos an alle Haushalte
© Fotos: TSV Oberhaching-Deisenhofen e. V.
fotolia.com, stock.adobe.com

Redaktionsschluss Sportspiegel Nr. 116:
Montag, 12. Oktober 2020



www.kskmse.de

Wir fördern Sport.

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



IHRE SPRECHZEITEN

Montag bis Donnerstag	10:00 – 22:00 Uhr
Freitag	10:00 – 20:00 Uhr
Samstag & Sonntag	10:00 – 18:00 Uhr



DR. FRANK HÄFNER
ZAHNARZT

*Ihr ganz persönlicher
Zahnarzt*

+ persönliche Behandlung

Ich führe sämtliche Behandlungen persönlich durch. Auch das Röntgen, das Nehmen von Abdrücken und die Professionelle Zahnreinigung.

+ persönliche Beratung von A-Z

Ich informiere Sie umfassend über verschiedene Möglichkeiten der Behandlung sowie der Gesunderhaltung Ihrer Zähne.

+ persönlich für Sie erreichbar

Ich bin für Sie persönlich telefonisch zu erreichen – auch außerhalb der Sprechzeiten.



Privatzahnärztliche Praxis
Dr. med. dent. Frank Häfner

Tisinstraße 17
82041 Deisenhofen

Telefon: 089 628 33 633
Fax: 089 628 33 644

info@zahnarzt-deisenhofen.de
www.zahnarzt-deisenhofen.de

Wir kochen mit Oberhachinger Strom.

Jetzt
wechseln!

Oberhachinger Strom
Aus reiner Wasserkraft
Bürgerfreundlich und umweltschonend
Gut für den Klimaschutz

Infos unter 089 62299499-0
www.gemeindegewerke-oberhaching.de



PRAXIS SCHÖNER LÄCHELN

VORBEUGEN, HEILEN, ERHALTEN UND PFLEGEN

Unsere Spezialgebiete: Endodontie (Behandlung der Wurzelkanäle) - Zahnersatz - Zahnästhetik



Zahnärzte
Nikos Apostolopoulos & Sybille Vitolo

Bahnhofstr. 9
82041 Deisenhofen
T 089 6135217
F 089 61305500

Sprechzeiten
Montag bis Donnerstag:
8:00 bis 19:00 Uhr
Freitag: 8:00 bis 15:30 Uhr

mail@praxis-sl.de

www.praxis-schoener-laecheln.de

Samstags und außerhalb unserer Sprechzeiten nach Vereinbarung.