

125 Jahre TSV München Ost

Komm zum TSV Ost Aktionstag am
25. Juni 2022 (mehr auf Seite 70)

Der Verein

Die Abteilungen des TSV München-
Ost e.V. stellen sich vor

Alles zum Jubiläum

125 Jahre bewegte Geschichte
eines Vereins, der uns allen am
Herzen liegt



Inhalt



04 **Grußwort**
von Uli Hesse,
Vorstand des TSV
München-Ost e.V.

09 **Grußwort**
von Münchens Oberbürgermeister
Dieter Reiter

11 **Grußwort**
von Jörg Ammon, Präsident des BLSV

12 **125 Jahre TSV**
Die Vereinschronik

17 **Auf einen Blick**
Der TSV München-Ost im Überblick

18 **Abteilung Basketball**

21 **Abteilung Boxen**

22 **Abteilung Bergsport**

25 **Fitness - unser Schwitzkastl**

26 **Abteilung Fußball**

28 **Ein Handball erzählt**

34 **Abteilung Judo**

36 **Abteilung Karate-Do**



12 **125 Jahre – die Vereinschronik
des TSV München-Ost e.V.**

38 **Abteilung
Kara-Ho Kempo**

40 **Abteilung
Kindersport**

42 **Abteilung
Kyudo**

44 **Abteilung
Leichtathletik**

48 **Abteilung
Tischtennis**

50 **Turnen - Tanz -
Gesundheit**

53 **Abteilung
Volleyball**



58 **Unsere Sportanlagen**



64 **Interview mit Rolf Eichinger**

56 **Abteilung Yoga**

58 **Bei uns macht Sport Spaß**
Unsere Sportanlagen und das Neu-
bauprojekt Dreifachhalle

63 **Kolumne**
Nie war Verein so wertvoll

64 **Interview**
Mit Ehrenmitglied Rolf Eichinger

66 **Jetzt Mitglied werden**

68 **Unser TSV München-Ost im Web**

69 **Jetzt Trainer werden**



28 **Ein Handball erzählt**



44 **Die Abteilung Leichtathletik**



Impressum

Herausgeber
TSV München-Ost e.V.
Sieboldstrasse 4
81669 München

Redaktion und inhaltlich verantwortlich
Thomas Bily
Gestaltung
René Karsten Kunkel

Druck
Auflage: 4.000 Exemplare,
Stand: April 2022

Grußwort von Uli Hesse, Vorstand

Liebe Ostlerinnen und Ostler, liebe am Verein Interessierte!

Unser Sportverein, der TSV Ost, feiert am 16. März 2022 sein einhundertundfünfundzwanzigstes Bestehen, ein Jubiläum der ganz besonderen Art.

Mit diesem Lebensalter ist der TSV Ost einer der ältesten Münchner Sportvereine und mit derzeit ca. 3500 Mitgliedschaften einer der größten Münchner Sportvereine. Unser TSV Ost hat dieses Alter erreicht ohne Anzeichen von Altersschwäche und Verfall, ganz im Gegenteil mit einer erneuten Weiterentwicklung nicht nur im Bereich der vereinseigenen Sportanlagen.

Es bietet sich an, hier einen Rückblick auf 125 Jahre Vereinsleben zu geben, aufzuzeigen, was die vergangenen 125 Jahre dem

Sportverein und seinen Mitgliedern gebracht haben und welche Anstrengung dies besonders den Verantwortlichen abgefordert hat. Viele Dinge und Namen sind aufzuführen, viele Seiten sind zu füllen. Dies ist in geraffter Form Anliegen dieser Festschrift.

Und dennoch wird jeder Versuch, die Leistungen unseres Sportvereins und die Leistung seiner Gestalter, beginnend mit einer Gründungsversammlung am 16. März 1897 mit 56 Mitgliedern in einer Gaststätte an der Pariser Straße 30 als „Arbeiter-Turn-Verein München-Ost“ bis zum heutigen Tag, immer nur ein unvollkommener Versuch bleiben, ohne den Anspruch damit allem und allen gerecht werden zu können. Eines kann jedoch mit Sicherheit gesagt werden: Nämlich, dass die inzwischen 125-jährige Geschichte des TSV Ost in der Vergangenheit, in der Gegenwart und für die Zukunft ein solides Fundament geschaffen hat, das fest und stabil ist und auf dem sich die Zukunft des TSV Ost stets weiter entwickeln und ausbauen lassen kann.

Nicht nur in den letzten 25 Jahren und nicht nur heute muss sich der TSV Ost immer wieder die Frage stellen, ob seine Zielsetzung als gemeinnütziger Sportverein zeitgemäß und zukunftsfähig ist: die besondere Betonung auf Kinder- und Jugendsport sowie auf Freizeit-, Breiten- und Gesundheitssport, aber natürlich auch leistungsorientierten Wettkampfsport. Dazu ist erneut festzustellen, dass:

- der TSV Ost sich, wie jeder andere Sportverein auch, ständig steigender Ansprüche seitens seiner Sporttreibenden und der Sportorganisationen / Sportfachverbände und damit auch ständig steigender Kosten ausgesetzt sieht.

- der TSV Ost somit stets seine Sportangebote und Sportstätten in Qualität und Quantität verbessern muss, ohne in Konkurrenz zu kommerziellen Sportanbietern treten zu wollen.

- der TSV Ost als gemeinnütziger Sportverein sich überwiegend aus seinen Mitgliedsbeiträgen und öffentlichen Fördermitteln finanzieren muss, wobei die öffentlichen Mittel angesichts der Haushaltslagen von Kommune, Land und Bund einerseits sowie des gleichberechtigten Anspruchs anderer Gruppen der Stadtgesellschaft nicht beliebig steigen können.

- es nicht im Sinne des TSV Ost sein darf, die Angebote z.B. der Kinder- und Jugendarbeit zugunsten einnahmeträchtiger Angebote für zahlungskräftiges Klientel einzuschränken oder gar eine ausschließlich wirtschaftlich ausgerichtete Orientierung der Vereinsarbeit zu bevorzugen, da dann nicht nur die Kinder- und Jugendarbeit, sondern auch die Gemeinnützigkeit gefährdet wäre.

- die Finanzierung des Sportbetriebs mit Fremdmitteln wünschenswert, jedoch problematisch ist. Die Wirtschaft gibt solche Mittel nur bei entsprechender Medienwirksamkeit frei.

Sportsponsoring beruht auf Gegenseitigkeit. Werbebudgets sind bei Firmen zunehmend schwieriger zu bekommen.

Der Sport insgesamt ist alles andere als reich. Die ungeheuren Zahlungen im Profisport erreichen die gemeinnützigen Sportverbände und Sportvereine nicht. Wir, der TSV Ost, leisten in unserem Verein im Freizeit-, Breiten- und Gesundheitssport sowie dem leistungsorientierten Wettkampfsport, meist unbeachtet von der Öffentlichkeit, beste Kinder-, Jugend- und Sozialarbeit! Diese Arbeit wird durchaus anerkannt und nach besten Möglichkeiten seitens der Landeshauptstadt München und dem Freistaat Bayern gefördert, kostet uns als Sportverein dennoch viel Geld. Bezahlter Hochleistungs- und Leistungssport ist sehr kostenintensiv, Mittel zur Bezahlung von Sportlern stehen einem Verein wie dem unseren nicht zur Verfügung, wenn wir unser seit 125 Jahren bestehendes solides Fundament nicht gefährden wollen. Die sich daraus ergebenden Folgen haben wir zu tragen, wie z.B. keine oder kaum Präsenz in oberen Leistungsklassen, Abwanderung von Spitzenathleten zu zahlungskräftigen Organisationen.

Die Zielsetzung des TSV Ost war schon immer und soll weiterhin bleiben, Sport für alle Menschen in unserer Stadt, besonders den Stadtteilen Au und Haidhausen, anzubieten getreu unserem Motto: Sport, Spiel und Spaß für alle! Dabei ist der leistungsorientierte Wettkampfsport aus unserem Angebot nicht wegzudenken, ebenso nicht der



01
Uli Hesse
Vorstand
TSV München Ost e.V.

organisierte Breiten- und Freizeitsport, wie auch das sich ständig erweiternde Angebot im präventiven und rehabilitativen Freizeitsport sowie der immer wichtiger werdende (informelle) Funsport.

Sport für alle bedeutet Sport für Jung und Alt, divers, weiblich oder männlich, mit und ohne Migrationshintergrund, unabhängig von der sozialen Herkunft! Sport für alle bedeutet aber auch die Gemeinschaft in unserem Sportverein. Eine gesellschaftliche und gesellige Gemeinschaft, zu der jede/r Zugang haben soll und an der alle teilhaben!

Um dies alles sicher stellen zu können, muss der TSV Ost weiterhin bemüht sein, sich immer weiter zu entwickeln und entsprechende Angebote machen zu können. Der ständige Ausbau unserer Vereinssportanlage an der Sieboldstr. 4 dokumentiert dieses, z.B. durch die Errichtung des ersten Kunstrasenspielfeldes im Jahr 1984, den Neubau unseres Vereinsheimes im Jahr 1990, der kleinen Sporthalle im Jahr 1993, Sanierung der bestehenden Sportanlagen sowie dem Neubau der Dreifachsporthalle im Jahr 2021. Gleiches gilt für die Bereitstellung qualifizierter ÜbungsleiterInnen in unseren derzeit 15 Abteilungen sowie ein funktionelles Vereinsmanagement. Die Struktur unseres TSV Ost gilt es hinsichtlich Akzeptanz und Effektivität ständig zu überprüfen und zu verbessern.

Seit Jahren ist die (Streit-)Frage hinsichtlich hauptamtlicher Zuarbeit und ehrenamtlicher Tätigkeit bei der Vereinsarbeit in den Vordergrund gerückt. Steigende Ansprüche

und Anforderungen unsere MitgliederInnen an Ausstattung und Auslastung der Vereinsanlagen, an ein verbessertes Management und verbesserte semiprofessionelle Angebote im sportlichen wie im administrativen Bereich erfordern zwingend zusätzliche hauptamtliche Zuarbeit.

Dennoch: der Sport muss weiterhin bei seiner Gestaltung viel Eigenleistung erbringen, sowohl im Freizeit-, Breiten- und Gesundheitssport, als auch im unbezahlten leistungsorientierten Wettkampfsport. Die Sporttreibenden als Nutzende, jedes einzelne Vereinsmitglied muss sich selbst hier einbringen, sei es in materieller und/oder ideeller Hinsicht.

Der TSV Ost muss sich, wie in den vergangenen 125 Jahren, als Solidargemeinschaft aller verstehen, als eine aktive Gemeinschaft von aktiven SportlerInnen und Sportlern, Gönnern und Organisierenden. Er darf keinesfalls zu einem reinen Dienstleistungsbetrieb mutieren, der mit vergleichbaren Mitgliedsbeiträgen nicht zu finanzieren ist.

Dann und nur dann wird es gelingen, den TSV Ost auch in Zukunft so zu gestalten, dass er stets seinem Motto gerecht wird:

SPORT, SPIEL UND SPASS FÜR ALLE

Einfachso-Cashback

Bei rund 500 München-Vorteil-Partnern und mehr als 40 Fashion-Shops

Einfach mit der Sparkassen-Card (Debitkarte) zahlen und Geld zurückerhalten.
muenchen-vorteil.de

Die Bank unserer Stadt



Stadtsparkasse
München

Löwenstarke Absicherung für Dein Fahrrad!

Umfassender Fahrrad und
E-Bike Schutz ohne Selbstbeteiligung

Ab
4,54 €
pro Monat

Jetzt informieren
und absichern



www.diebayerische.de/fahrrad

 die Bayerische



Der Versicherer
der Löwen.

Grußwort von Dieter Reiter, Oberbürgermeister der Landeshauptstadt München

Sportvereine sind wichtig für den Zusammenhalt unserer Stadtgesellschaft, München verdankt ihnen auch den exzellenten Ruf als Sportstadt. Die Wurzeln des TSV München-Ost reichen bis ins Jahr 1897 zurück: Da schlossen sich 56 Turn- und Sportfreunde zum „Arbeiter-Turn-Verein München-Ost“ zusammen und weil es in Haidhausen keine Turnhalle gab, sportelten sie anfangs in den Nebenzimmern von Wirtshäusern. Heute hat der TSV München-Ost zwei eigene Hallen und ist einer der größten Sportvereine der Stadt.

Als moderner Mehrspartenverein bietet der TSV München-Ost seinen rund 3.000 Mitgliedern im Breiten-, Leistungs- und Gesundheitssport ein starkes Angebot von Basketball über Judo bis Tischtennis, durch die Vereinsgeschichte ziehen sich eindrucksvolle sportliche Erfolge. Besonders

hervorzuheben ist die Kindersportschule des TSV München-Ost, sie begeistert sehr viele Münchner Kinder schon ganz früh für Bewegung. Zum 125-jährigen Jubiläum kann der Verein in seiner Bilanz auch ein tolles Bauwerk vorweisen: Der Neubau einer Dreifachturnhalle und die Sanierung der bestehenden Halle sind trotz Corona-Pandemie im angepeilten Zeit- und Kostenrahmen gelungen. Die Landeshauptstadt München leistet zur erfolgreichen Entwicklung dieses beliebten Münchner Traditionsvereins gern ihren Beitrag, etwa mit einem Zuschuss und einem Darlehen für die neue Halle und dem Erbbaurechtsvertrag für Teile des Vereinsgeländes.

Ich gratuliere dem TSV München-Ost sehr herzlich zum 125. Geburtstag und danke allen, die sich dort ehrenamtlich engagieren. Insbesondere dem langjährigen Vereinsvorsitzenden Hans-Ulrich Hesse, der Münchens Sportlandschaft auch als Vorsitzender des Sportbeirats geprägt hat. Ich wünsche allen Mitgliedern, Freund*innen und Unterstützer*innen des TSV München-Ost ein gelungenes 125-jähriges Jubiläum und weiterhin viel Spaß und Erfolg.



Dieter Reiter

01

Dieter Reiter
Oberbürgermeister
Landeshauptstadt
München

01



Jetzt vorsorgen fürs Alter

Investieren Sie in Immobilien von ERL

- Höchste Bauqualität an Top-Standorten, vom Marktführer für altersgerechtes Wohnen in Süddeutschland
- Sichere Rendite ohne Stress
- Bis zu 25 Jahres-Mietvertrag mit einem erfahrenen Betriebsträger
- Bevorzugtes Belegungsrecht an über 150 Standorten

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin in unserem Büro

Pariser Str. 6
81669 München

Ihre Ansprechpartner
Thomas Bily 0151 580 550 91
Jakob Berger 0163-712 72 17

ERL

Grußwort von Jörg Ammon, Präsident des Bayerischen Landes-Sportverband e.V.

Ein Verein schreibt Geschichte, mehr noch: Erfolgsgeschichte! 3800 Mitglieder und 15 Sparten stehen dahinter.

Persönlich und im Namen des Bayerischen Landes-Sportverbandes möchte ich dem TSV München-Ost e.V. recht herzlich zu seinem 125-jährigen Jubiläum gratulieren.

Der Verein hat sich zu einem breit aufgestellten Mehrspartenverein mit Breiten- und Gesundheitssport etabliert, wobei in einzelnen Abteilungen auch Leistungssport getrieben wird.

Schwerpunkt in der Vereinsarbeit ist neben der Förderung des Leistungssports auch die Nachwuchsarbeit. Gerade für unsere Kinder und Jugendlichen gibt es nichts Besseres, als ihnen die Freude am Sport zu vermitteln und sie in unsere Vereine einzubinden. Dies ist dem TSV München-Ost bisher sehr gut

gelingen, denn mit einem Kinder- und Jugendanteil von 54% kann man durchaus zufrieden sein.

Mit dem Bau der zusätzlichen Mehrzweckhalle sowie der Komplettsanierung des Hallenaltbestandes hat es der Verein geschafft, optimale Bedingungen zum Sporttreiben zu bieten und für neue sportliche Entwicklungen offen zu sein.

Die Vereinsmitglieder können mit berechtigtem Stolz auf 125 Jahre Vereinsgeschichte blicken und es ist mir ein Anliegen, mit meinem Grußwort den Verantwortlichen in der Vereinsführung und allen, die sich bisher für den Verein eingesetzt haben, meinen besonderen Dank und meine Anerkennung für ihr Engagement auszusprechen.

Ich wünsche allen Mitgliedern weiterhin sportliche Erfolge, Freude am gemeinsamen Sporttreiben und vor allem beste Gesundheit!



Jörg Ammon
Präsident
BLSV e.V.

125 Jahre



Chronik des TSV München Ost e.V.

- 1897** Gründung des „Arbeiter-Turn-Vereins München-Ost“ am 16. März im Saal der Gaststätte an der Pariser Strasse 30 in Haidhausen
1. Vorsitzender Hans Rebler (bis 1901)
Beitrag 50 Pf./Monat
Mitgliederzahl 56
- 1899** Erste Ausgabe offizieller „Vereinsmitteilungen“
- 1901** Anmietung des Schleibinger Kellers in der Steinstraße als Turnsaal
1. Vorsitzender Anton Dumhart (bis 1903)
- 1904** Gründung einer Jugendabteilung
Eintragung in das amtliche Vereinsregister
1. Vorsitzender Franz Koberger (bis 1906)
- 1906** Einführung des Damenturnens
1. Vorsitzender Anton Dumhart (bis 1917)
Mitgliederzahl 200
- 1908** Erwerb der ersten vereinseigenen Sportanlage, dem „Waldspielplatz Gronsdorf“
Kosten 9.000 Mark
- 1910** Gründung der Fußball-Abteilung
Mitgliedsbeitrag 1,50 Mark/Monat
Mitgliederzahl 800
- 1912** Umbenennung in „Turnverein München-Ost e.V.“
- 1913** Zukauf weiterer Grundstücke
Sonderbeitrag 1 Mark/Monat
- 1914** Einstellung des Sportbetriebes
Mitgliederzahl 900

- 1917** 1. Vorsitzender Hans Fröschl (bis 1919)
Mitgliederzahl 1.000
- 1918** Wiederaufnahme des Sportbetriebes
Mitgliedsbeitrag 50 Pf. /Monat für Jugendliche, 1 Mark/Monat für Erwachsene
Mitgliederzahl 200
- 1919** 1. Vorsitzender Josef Bauer (bis 1927)
Mitgliederzahl 1.000
- 1921** Umbenennung in „Turn- und Sportverein München-Ost e.V.“
Mitgliedsbeitrag 1,50 Mark/Monat, Extrabeitrag von 2 bzw. 3 Mark
Mitgliederzahl 1.200
- 1922** 5-Jahres-Feier mit Festakt im „Münchener-Kindl-Keller“
Mitgliederzahl 1.500
- 1924** Gründung eines Bauausschusses
Verkauf Waldspielplatz Gronsdorf, Erlös 5.200 Mark
Mitgliederzahl 1.300
- 1925** Erwerb eines Grundstücks an der St.-Martin-Str., Kosten 30.000 Mark
- 1926** Grundsteinlegung und Bau einer Sporthalle mit Vereinsheim an der St.-Martin-Str. mit großem Festzug, Kosten 130.000 Mark

- 1927** Gründung einer Schwerathletik-/Jiu-Jitsu-Abteilung, später Judo und Boxen
Gründung eines Spielmannszuges der „Arbeiter-Turner“
1. Vorsitzender Josef Six (bis 1931)
Mitgliederzahl 1.400
- 1929** **Mitgliederzahl 1.500**
- 1931** 1. Vorsitzender Alois Eckert (bis 1932)
- 1932** Bei der Generalversammlung am 06.01. findet sich erstmals kein 1. Vorsitzender
Am 30.04. wird Josef Haslbeck 1. Vorsitzender (bis 1933)
- 1933** Auflösung des Vereins nach Machtergreifung Hitlers
Beschlagnahmung der Sportanlage an der St.-Martin-Str. durch das NS-Regime
Mitgliederzahl 1.100
- 1945** Sportgelände mit Sporthalle an der St.-Martin-Str. zerstört
Beschluss zum Wiederaufbau des TSV Ost
- 1946** Wiedergründungsversammlung in der Gaststätte „Sedan“, Gravelottestr. in Haidhausen
Genehmigung des Sportbetriebs durch amerikanische Besatzungsbehörde
1. Vorsitzender Josef Haslbeck (bis 1953)
Mitgliederzahl 1.100
- 1947** Gründung der Tischtennis-Abteilung
Gründung der Spiel- u. Sport-Abteilung/Handball
Mitgliederzahl 1.100

- 1948** Anmietung des Platzes „Nägeli-Wiese“ von der LH München (jetzt Sieboldstr. 4)
Bau eines Sportplatzes mit Laufbahn, Sprunggruben, Spielwiese und Umkleide-Baracke
Kosten: keine, ca. 3.000 Stunden Eigenleistung
- 1950** Eröffnung des Turn- und Sportplatzes mit Vereinsheim und Geschäftsstelle an der Sieboldstr., Kosten 80.000 DM
Mitgliederzahl 1.500
- 1951** Rückgabe des vereinseigenen Grundstücks an der St.-Martin-Str. an den TSV Ost
- 1953** 1. Vorsitzender Ludwig Müller (bis 1954)
- 1954** 1. Vorsitzender Josef Haslbeck (bis 1960)
- 1955** Beginn des Neubaus einer Sporthalle, Umbau des Vereinsheimes
Erbbaurechtsvertrag für Grundstück an der St.-Martin-Str., Erlös 210.000 DM
Mitgliedsbeitrag 0,75 bzw. 1,80 DM/Monat
- 1957** Fertigstellung / Einweihung der Sporthalle an der Sieboldstr. 4 mit Festabend, Kosten 470.000 DM
Mitgliederzahl 1.600

01
Raffballmannschaft, 1926





02

1. Damenmannschaft auf dem Ost-Platz, 1952

- 1959** Gründung der Ballspiel-Abteilung und der Leichtathletik-Abteilung
Mitgliedsbeitrag 1,- bzw. 2,- DM/Monat
Mitgliederzahl 1.700
- 1960** 1. Vorsitzender Max Friedl (bis 1971)
Gaststättenpächter Adi Halbritter (bis 1988)
- 1963** Zeichnung eines Erbpachtvertrages für restlichen Grundbesitz an der S.-Martin-/Germersheimerstr für den Bau von 4 Mietshäusern mit Fa. Gutbrod
- 1964** Erwerb des „Jugend- und Sportheims Fröschenenthal“ in Neubeuern, Kosten 180.000 DM
Mitgliederzahl 1.700
- 1965** 1. Kinderlager im Fröschenenthal
Entschuldung durch die LH München für Vereine mit Eigenbesitz
- 1966** Gründung der Basketball-Abteilung
- 1967** Festakt zum 75-jährigen Bestehens des TSV Ost
Mitgliederzahl 1.800
- 1969** Bau und Eröffnung der Handball-Kleinfeld-Anlage an der Sieboldstr.
Mitgliedsbeitrag 2,- bzw. 4,- DM/Monat
Mitgliederzahl 1.800
- 1971** Generalsanierung Sporthalle durch NOK / Trainingsstätte für amerikanische und ungarische Turnerinnen
1. Vorsitzender Michael Esterl (bis 1979)

- 1972** Festakt zum 75-jährigen Bestehen im Bürgerbräukeller
- 1973** Mitgliedsbeitrag 4,- bzw. 6 DM/Monat
- 1977** 80-Jahr-Feier des TSV Ost mit Festabend im Bürgerbräukeller
Mitgliederzahl 1.700
- 1979** Erneuerung Boden Sporthalle, Kosten 120.000 DM
Erneuerung Lüftung Gaststätte, Kosten 85.000 DM
1. Vorsitzender Hans-Dieter Dürkop (bis 1988)
Mitgliederzahl 1.800
- 1980** Renovierung Sanitärbereiche Sieboldstr., Kosten 180.000 DM
- 1981** Mitgliedsbeitrag 5,- bzw. 8,- DM/Monat
- 1982** Gründung der Volleyball-Abteilung
- 1984** Bau und Einweihung des Sportfreigeländes mit Kunstrasenspielfeld und Tartan-Bahnen
Kosten 2,8 Mio DM (getragen durch LH München)
Mitgliedsbeitrag 7,- bzw. 12,- DM/Monat
Mitgliederzahl 1.800
- 1985** Renovierung/Ausbau HM-Wohnung Fröschenenthal, Kosten 45.000 DM

- 1986** Ausbau eines neuen Athletikraumes an der Sieboldstr.
Satzungsänderung mit Einführung des Delegierten-Systems
- 1987** 90-Jahr-Feier TSV Ost im Rathaus
Aktionswoche vom 22. - 28. Juni
1. Münchner Quattrobball-Turnier an der Sieboldstr.
Mitgliederzahl 2.000
- 1988** Beschluss für den Neubau des Vereinsheims
Ernennung eines Bauausschusses
Gründung einer Rodel-Abteilung
1. Vorsitzender Uli Hesse (bis heute)
- 1989** Umbau Heizung Fröschenenthal, Kosten 120.000 DM
Mitgliedsbeitrag 9,- bzw. 14 DM/Monat
Mitgliederzahl 2.200
- 1990** Abriss des alten Vereinsheims
Fernwärmeanschluss Sieboldstr. , Kosten 140.000 DM
- 1991** Fertigstellung / Einweihung 1. Bauabschnitt Vereinsheim mit Umkleiden / Sanitärbereich, Kosten 2,5 Mio DM
Pächter Vereinsgaststätte Peter Müller (bis 1994)
Mitgliederzahl 2.100
- 1992** Ausbau Kegelbahnen, Kosten 80.000 DM
Auszeichnung „Stiftung zur Förderung des Münchner Sports“ für ausgezeichnete Jugendarbeit
Ernennung eines Ausschusses für Öffentlichkeitsarbeit
Mitgliedsbeitrag 13,- bzw. 20,- DM/Monat
Mitgliederzahl 2.200
- 1993** Ausbau Straße Fröschenenthal, Kosten 50.000 DM
Einführung einer Geschäftsordnung
Mitgliederzahl 2.200

- 1994** Fertigstellung und Einweihung 2. Bauabschnitt (kleine Halle, Therapieraum), Kosten 1,05 Mio DM
Pächter Vereinsgaststätte Günter Klupp (bis 1998)
- 1995** Gründung der Karate-Abteilung
- 1996** Erneuerung der Heizungsanlage an der Sieboldstr. , Kosten 200.000 DM
Mitgliedsbeitrag 15,- bzw. 22,- DM/Monat
Mitgliederzahl 2.000
- 1997** 100-Jahr-Feier TSV Ost mit Festakt in großer Sporthalle
Aktionswoche vom 05. - 13. Juli
Fußballfreundschaftsspiel TSV Ost – TSV 1860 München / Profimannschaft
Erneuerung des Sportbodens im Mehrzweckraum / Kellergeschoss
Mitgliederzahl 1.900
- 1998** Ausbau/Verlegung Geschäftsstelle in das 1. OG
Pächter Vereinsgaststätte Christian Härtl (bis 2003)
- 1999** Gründung/Einrichtung des Fitness-Studio „s` Schwitzkastl“, Kosten 200.000 DM
letzter Faschingsball in der Vereinsgaststätte
Mitgliederzahl 2.000
- 2001** Sanierung der Umkleiden und Sanitärbereiche im Altbau, Kosten 200.000 €
- 2003** Sanierung Sanitärbereiche Fröschenenthal, Kosten 80.000 €
Pächter Vereinsgaststätte Georgios Valsamidis (bis 2006)
- 2004** 40-Jahr-Feier Fröschenenthal am 18. September
Tag der offenen Tür
Ernährungsberatung beim TSV Ost
Sonderregelung Parkraummanagement in der Sieboldstr.
Mitgliederzahl 2.200

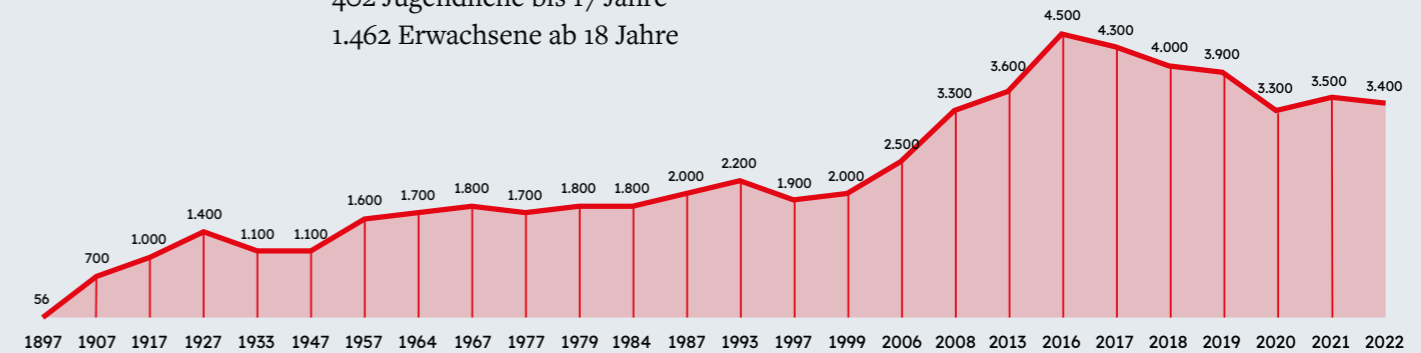
- 2005** Großsanierung große Sporthalle, Kosten 150.000 €
Gründung Kindertagssport und Junior-Projekt beim TSV Ost
Pächter Vereinsgaststätte Karo Jungblut/Hermann Hetzmanseder (bis 2010)
- 2006** Gründung der Kindersportschule
Mitgliederzahl 2.500
- 2008** Satzungsänderung / Einführung der Ehrenamtszuschale
Umbau Nebenzimmer Gaststätte, Kosten 30.000 €
Mitgliederzahl 3.300
- 2009** Erstellung einer Photovoltaik- und Solaranlage, Kosten 80.000 €
Pächter Vereinsgaststätte Dele Roch (bis 2015)
- 2012** Sanierung der Sportfreianlage (Kunstrasenspielfeld, Tartanbahnen), Kosten 1,5 Mio € (getragen durch LH München)
Umbau Geschäftsstelle und Athletikraum, Kosten 60.000 €
Umbau 1. Obergeschoss Fröschenthal
letztes Kinderlager im Fröschenthal
Goldener Ehrenring der Stadt München für 1. Vorsitzenden Uli Hesse
Mitgliederzahl 3.500
- 2013** Gründung der Kyudo-Abteilung
Mitgliederzahl 3.600
- 2014** Umbaumaßnahmen Gaststätte (Küche, Sanitär, Kegelbahn), Kosten 80.000 €
- 2015** Pächter Vereinsgaststätte Antonio Jannone (bis 2022)

- 2016** Installation einer Video-Überwachungsanlage
Neugestaltung Vereins-Home-Page
Beschluss ao. Delegiertenversammlung: Neubau einer Dreifachsporthalle
Berufung eines Bauausschusses
Mitgliederzahl 4.500
- 2017** letztes Quattro-Ball-Turnier an der Sieboldstr.
Planung/Ausschreibungen Neubaumaßnahme Dreifachhalle
Sperrung Fröschenthal durch Brandschutzbehörde
Mitgliedsbeitrag 20,- bzw.14 € /Monat, davon € 7,- zweckgebunden für Neubau
Mitgliederzahl 4.300
- 2018** Genehmigungsverfahren für Neubaumaßnahme Dreifachsporthalle, Kostenprognose 12 Mio €
Beschluss Del.-Versammlung: hauptamtliche Geschäftsführung
Auszeichnung „München Leuchtet in Gold“ für 1. Vorsitzenden Uli Hesse
Mitgliederzahl 4.000
- 2019** Beginn Baumaßnahme Dreifachsporthalle
Verkauf Fröschenthal, Erlös 2,3 Mio €
Mitgliederzahl 3.900
- 2020** Fortsetzung Baumaßnahme Dreifachsporthalle
Beginn Corona-Pandemie mit Totalsperrung der Sportanlagen
Mitgliederzahl 3.200
- 2021** Corona-Pandemie mit eingeschränktem Sportbetrieb
Fertigstellung Baumaßnahme Dreifachsporthalle, Kosten 12,2 Mio €
Mitgliederzahl 3.400

Fortsetzung folgt!

Der TSV München Ost e.V. auf einen Blick

- Gegründet** 16. März 1997
- Anschrift** TSV München-Ost e.V., Sieboldstr. 4, 81669 München
- Kontakt** Tel. 089-487341, E-Mail verein@tsv-muenchen-ost.de
- Vorstand** 1. Vorstand Uli Hesse, 2. Vorstand/Schatzmeister Florian Schanzleh, stellv. Vorstand Andi Nesse, stellv. Vorstand N.N.
- Vereinsrat** Barth Lars, Bischlager Balthi, Brickl Sepp, Bily Thomas, Bücheler Andi, Kaya Cayan, Gonzalez Manuel, Haaser-Schmid Sylvia, Hesse Andi, Hesse Uli, Kern Johannes, Kurpanik Michael, Krüger Rainer, Opitz Henning, Rattana-Ngam Murray, Reginek Oswald,, Reinhardt Lilo, Rummelt Günter, Sackerlotzky Jürgen, Schanzleh Florian, Unger Nicole, Zelger Otto
- Jugendleitung** N.N.
- Geschäftsleitung** Andreas Hesse, Edith Tschiers
- Haus-/Platzwart** Gchlössl Karl, Gkarmozi Konstantino
- Abteilungen** Basketball , Bergsport, Boxen, Fitness, Fußball, Handball, Judo, Karate Do, Karate-Ho Kempo, Kinder Sport Club, Kyudo, Leichtathletik, Sportabzeichen, Tischtennis, Turnen/ Gesundheit/Tanz, Volleyball
- Mitglieder** **3.413** (Stand März 2022), davon
1.549 Kinder bis 13 Jahre
402 Jugendliche bis 17 Jahre
1.462 Erwachsene ab 18 Jahre



- Vereinsmitgliedschaften** Bayerischer Landes-Sportverband e.V
Arbeitsgemeinschaft Münchner Großsportvereine
Gründungsmitglied „Freunde Haidhausens“ e.V.

1. Vorsitzende von 1897 bis 2022	
1897 – 1901	Hans Rebeler
1903 – 1906	Franz Koberger
1917 – 1919	Hans Fröschl
1927 – 1931	Josef Six
1932 – 1933	Josef Haslbeck
1953 – 1954	Ludwig Müller
1960 – 1971	Max Friedl
1979 – 1988	Hans-Dieter Dürkop
1901 – 1903	Anton Dumhart
1906 – 1917	Anton Dumhart
1919 – 1927	Josef Bauer
1931 – 1932	Alois Eckert
1945 – 1953	Josef Haslbeck
1954 – 1960	Josef Haslbeck
1971 – 1979	Michael Esterl
1988 – heute	Uli Hesse



01



02



04



03

Basketball

Die Basketball Truppe des TSV München Ost stellt eine der größten Basketball-Abteilungen auf Vereinssportebene in Bayern: Aktuell befinden sich 26 Mannschaften im Wettkampfbetrieb. Dazu kommen drei Freizeitmannschaften. Wir bedienen quasi alle Altersklassen, weiblich wie männlich, von der Kreisliga bis zur Regionalliga.

So breit unser Angebotsspektrum ist, so sehr spreizte sich auch unser Leistungsspektrum über die Jahre. Im Grunde haben wir alles erlebt, was der Basketball-Sport zu bieten hat: Von einer Saison ohne einen einzigen Sieg bis hin zum Triumph bei der Bayerischen Meisterschaft. Basketball beim TSV München Ost ist wie eine Wundertüte.



05

Du hast Lust auf Basketball?

Dann komm zu uns! Die Basketball-Abteilung des TSV München Ost hat Trainings- und Spielangebot vom Anfänger bis zum Auswahlspieler. Entdecke einen tollen Mannschaftssport und tauche ein in unser Vereinsleben. Wir pflegen gemeinsame Aktivitäten auch außerhalb der Halle und legen Wert auf gutes Miteinander. Unser Sport in der Mannschaft hilft Kindern und Jugendlichen in ihrer Persönlichkeitsentwicklung. Gerade die letzten zwei Jahre haben gezeigt wie wichtig die gemeinschaftlichen Erlebnisse für uns alle sind. Also, auf geht's! Es ist nie zu spät, die Liebe zum Basketball zu entdecken.



Trainingszeiten & weitere Infos

Trainingsplan, Trainer und alles weitere, was sich über unsere Basketball-Abteilung zu wissen lohnt, findest du auf unserer Webseite unter

<https://muenchen-ost-basketball.de>

Bitte kontaktiere vor der Teilnahme am Training den jeweiligen Trainer.

Ansprechpartner

Abteilungsleiter Basketball
Murray Rattana-Ngam
E-Mail: abteilungsleiter@ost-bb.de



05



07



08



06



09



Boxen im Wandel

Vor Jahrzehnten gab es beim TSV München Ost eine Boxstaffel mit Wettkämpfen. In den Achtzigern rückte eine neue Generation von Trainern nach mit moderneren Trainingsmethoden. Der Boxring wurde nur noch selten aufgebaut. Der Raum im Untergeschoss wurde saniert, die Ausrüstung schrittweise erneuert. Im Laufe der Jahre erneuerten sich Trainerstab und Mitgliederstruktur immer weiter. Einige Langjährige verließen den Ring. Dafür kamen neue Box-Fans dazu und erstmals einige Frauen.

Boxen beim TSV bedeutet heute: Sportliche Fitness und Ausgleichssport mit stark boxenorientierten Übungseinheiten. Der Neubau beim TSV Ost schenkte uns tiptopp Trainingsbedingungen, wo wir unsere Boxausrüstung voll zum Einsatz bringen und uns in Kraft, Schnelligkeit, Reaktionsvermögen, Koordination und geistiger Flexibilität üben können.

Unser Boxer-Spirit ist der gleiche geblieben: Wir pflegen unseren gewohnten Weg ins

Untergeschoss, unseren Sportsgeist, den Zusammenhalt in Abteilung und Verein, das gemeinsame Schwitzen, hartes Training und den Austausch nach dem Training in der Vereinsgaststätte.

Herzlichen Glückwunsch zum 125sten! Wir freuen uns, dass wir ein Teil davon sind!

Unsere Box-Abteilung

Alter: zwischen 20 und 60 Jahren

Trainingsort: Wir trainieren zusammen im Krafraum und in der Halle

Trainingsprogramm: Aufwärmen, Gymnastik, Boxschule, Training am Gerät (Säcke, Birnen, ...).

Trainer: Es gibt keine speziellen Trainer oder Übungsleiter.

Boxerfahrung ist nicht notwendig, das kommt mit der Zeit: Lernen in der Gruppe und autodidaktisch. Wettkämpfe bieten wir nicht.

Trainingszeiten: montags und donnerstags von 20 bis ca. 22 Uhr.

Das bringst du mit: gute bis sehr gute Fitness, Sports- und Teamgeist

Wer darauf Lust hat, ist gerne zu einem Probetraining eingeladen.

Ansprechpartner

Oswald Reginek
Abteilungsleiter Boxen
Tel. Schwitzkastl: 089/29 69 05

*Menschen, die auf Berge wandern,
verknüpft ein unsichtbares Band.
Und es fühlt einer mit dem andern:
Im Herzen sind sie nah verwandt.*

Bergsport

Unser Angebot

Einfache bis (mittel)schwere Wanderungen mit Bus und Bahn– möglichst über das ganze Jahr verteilt, im Winter je nach Schneelage auch mit Schneeschuhen oder Langlaufskiern. Dabei kommt auch die Geselligkeit nicht zu kurz, gerne nehmen wir auch vorhandene Einkehrmöglichkeiten (unterwegs oder am Ende der Wanderstrecke) in Anspruch.

Lesen Sie einen Auszug aus unseren Wanderhighlights:

Über das Birkensteiner Fenster zum Breitenstein

Für Ortsunkundige ist die Abzweigung zum Birkensteiner Fenster kaum zu finden. Es ist ein Steig ohne Wegweiser, ohne Markierungen, sehr steil, überwiegend Waldboden mit Wurzelwerk. Erst unmittelbar im Bereich des Fensters wird es felsig. Plötzlich ist es da, das Birkensteiner Fenster, ein grandioses Naturdenkmal – eine echte Überraschung!

Das Fenster stand weit offen und ermöglichte einen herrlichen Blick hinunter nach Fischbachau, Aurach, das Leitzachtal und hinüber zu den Spitzingsee-Bergen. Wir mussten aufpassen, dass sich niemand zu weit aus dem Fenster lehnte...

Im Gipfelbereich macht der Breitenstein seinem Namen alle Ehre – ein einziger Steinhafen! Jedoch eröffnet sich ein Panorama mit Wildjochspitze, Wendelstein, und den Spitzingsee-Bergen – auch in die andere Richtung ins flache Land hinaus bis zum Chiemsee.

02

Besteigung der 7 Summits (Rundwanderweg in Bayrischzell)

In Anlehnung an die höchsten Gipfel der sieben Kontinente standen sieben Gipfel im Wendelsteingebiet auf dem Programm. Nach Anfahrt mit Zug und Bus nach Bayrischzell und zum unteren Sudelfeld mussten die meisten Höhenmeter beim Anstieg zum ersten Gipfel, dem Wildalpjoch, überwunden werden. Nach der wohlverdienten ersten Gipfelpause am Wildalpjoch folgte ein Abstecher zur etwas ausgesetzten Kaserwand, eigentlich der erste der sieben Gipfel.

Vom Wildalpjoch ging's einem Grat entlang, von dem immer wieder kurze Stiche zu kleineren, felsigen Gipfeln abzweigten, Richtung Wendelstein. Den ersten dieser Felsengipfel, das Seewandköpfl, passierten wir wegen seines unspektakulären, sandig-schorfigen Gipfelaufbaus nur wenige Höhenmeter unterhalb des Gipfelkreuzes. Über die Gipfel von Lacherspitz, Kesselwand und Soinwand (mit 1756 m der höchste Gipfel nach dem Wendelstein) erreichten wir nach ca. 5 ½ Stunden das Wendelsteinhaus und konnten unseren mittlerweile großen Durst endlich mit schmackhafteren Wasseralternativen löschen.

Den langen Abstieg nach Bayrischzell ersparten wir uns durch die Seilbahnabfahrt nach Osterhofen, wo wir im bahnhofsnahe Kneippbecken unsere heiß gelaufenen Waden kühlen konnten.

02

Blick zur Brecher-
spitz

03

Birkensteiner
Fenster

04

Abstieg von der
Soinwand

05

Abstieg von der
Kaserwand

06

Schneeschuhwanderung 2016 im Johannesthal (Karwendel)



07, 08

Schneeschuhwanderung 2019 vom Schliersee zum Tegernsee (Huberspitz, Gindelalmschneid, Neureuth)



...und im Winter mit Schneeschuhen

Ansprechpartner

für ideenreiche Wandervorschläge und Anmeldungen

E-Mail: sylvia.haaser-schmid@gmx.de

Tel.: 089 44 21 82 40 oder 0163 9772707

Was planen wir?

- ◆ Prinzipiell Wanderungen mit Bus und Bahn. Das ermöglicht unterschiedliche Ausgangs- und Endpunkte für Rundwanderungen, unterschiedliche Auf- und Abstiegswege.
- ◆ Selten besuchte Wanderwege - möglichst abseits von den ‚Massen-Wanderwegen‘ (zumindest am Wochenende)
- ◆ Auch zwei- bis mehrtägige Wanderungen mit Hüttenunterkunft
- ◆ Junge Leute für unsere Wandergruppe gewinnen

Fitness



Öffnungszeiten

Montag bis Freitag

8.00 Uhr bis 14.00 Uhr
16.00 Uhr bis 22.00 Uhr

Samstag und Sonntag

10.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Feiertag

8.00 Uhr bis 13.00 Uhr

Unser „Schwitzkastl“, so heißt das beliebte Fitness-Studio des TSV München Ost, hat durch den Neubau eine deutliche Aufwertung erfahren. Fitness-Fans schätzen die breite Auswahl an Geräten, die ruhige Atmosphäre und die persönliche Ansprache durch unsere Trainer.

Unsere Öffnungszeiten sind so gestaltet, dass wir fast 365 Tage im Jahr für unsere Sportler geöffnet haben.

„Da habe ich keine Zeit“ ist also keine Ausrede mehr. Auch preislich haben wir für alle Geldbeutel und Bedürfnisse einen passenden Tarif. Unsere Angebote sind flexibel ausgerichtet. Neben der Vollmitgliedschaft könnt ihr eine Halbtages- (bis 14 Uhr) oder eine Kurzmitgliedschaft (1 Monat) wählen. 11er Karten gibt es sogar für Nicht-Mitglieder. Die komplette Preis-Übersicht findet ihr auf unserer Webseite (siehe unten).

Ansprechpartner

Andreas Bücheler

Tel. Schwitzkastl: 089/48998446

E-Mail: andreas.buecheler@web.de

<https://www.tsv-muenchen-ost.de/fitness/>



Fußball

Man schreibt das Jahr 1910. 13 Jahre nach Gründung des TSV München Ost wird endlich auch Fußball gespielt. Ob die Gründungsmitglieder der ersten Fußballmannschaft beim TSV Ost damals ahnten, dass sie sich der weltweit bald größten Sportart Nr.1 verschrieben hatten?

Wir gehen mal nicht von so viel Weitblick aus. Fakt ist: Der Virus Fußball - ja es gibt auch noch positives über einen Virus zu berichten - machte auch vor dem TSV Ost nicht halt.

Wie Trainingsbedingungen, Ausrüstung und Spiele waren, kann man nur auf Basis von Legenden mutmaßen. Eines aber ist mit Sicherheit bis zur heutigen Zeit geblieben: Miteinander und Kameradschaft. Fußball war und ist ein intensiver Mannschaftssport. Mit allen Höhen und Tiefen, die ein Sportlerleben ausmachen.

Der Gewinn der Fußballweltmeisterschaft 1954 hat der Fußballabteilung einen weiteren enormen Schub gegeben. Auch der Jugendfußball nahm mit der Zeit immer mehr Fahrt auf. Erfreulicher Weise hat sich in diesem Bereich viel zum Positiven entwi-

ckelt - die Grätsche ist der Spielintelligenz gewichen. Wer bei uns trainiert, kann eine Ahnung davon erhalten, was Fußball spielen wirklich bedeutet.

Als erster Verein in München bekam der TSV München Ost im Jahre 1984 einen Kunstrasen verlegt.

Dadurch verbesserten sich die Trainings- und Spielbedingungen erheblich. Löcher im Rasen, verspringende Bälle und großflächiger Rasenlücken vor dem Tor gehörten der Vergangenheit an. Ab sofort waren Techniker im Vorteil und für Grätschen gab es bei trockenem Kunstrasen schmerzhaftere Verbrennungen als langwierig tropfende Quitungen.

Im Jahre 2007 wurde mit der Gründung der ersten Damenmannschaft ein neues Kapitel aufgeschlagen. Mittlerweile sind wir auch



stolz auf eine Mädchenjugendmannschaft. Während dieser Zeit der Gründung bis heute wurden mit Sicherheit viele Tränen der Freude und Enttäuschung am Platz vergossen. Und sie werden auch in Zukunft fließen. Entscheidungen werden weiter diskutiert, weil bei uns im Keller kein VAR ist - sondern eine Bar.

Freundschaften fürs Leben werden geschlossen und Erlebnisse geteilt, die Jahrzehnte lang das Stammtischgespräch überdauern. Es gäbe viele Namen, Erfolge, prägende Spieler und legendäre Trainer zu nennen. Wir können nicht alle aufführen, aber wir werden keinen vergessen. Jedem von Ihnen ist diese kleine Geschichte des Fußballs beim TSV München Ost gewidmet.

Wir freuen uns, dass Fußball beim TSV München Ost weiterhin eine attraktive und beliebte Abteilung ist. Von den Aller kleinsten, die ihre ersten Pässe und Jubel bei uns erleben. Bis hin zu den Senioren, die unermüdlich dem Leder nachjagen. Wenn auch zwei, drei Gänge langsamer als noch vor Jahren - aber mit ungebrochener Liebe und Leidenschaft zum Fußball.

01
Unser schönes
"Platzerl"

02
Perfekt bis zur
überdachten
Trainerbank



Ansprechpartner

Abteilungsleiter Fußball

Josef Brickl
Tel. 0172 / 8544332
j.brickl@hotmail.de

Jugendleiter Fußball

Thomas Huber
tsv-ost.fussballcampus@t-online.de

Mehr Infos

Webseite mit Trainingszeiten

<https://www.tsv-muenchen-ost.de/angebot/fussball/>

Ein Handball erzählt

Vor 95 Jahren, 1927, den (A)TSV München-Ost gab es gerade mal 30 Jahre, war ich noch ein kleiner, harter Ball. Mit mir wurde ein letztes Mal bei Ost Raffball, der Vorgänger des Handballs, gespielt.

Im selben Jahr wurde ich größer, bekam eine Luftblase und konnte hüpfen. Mit mir wurde nun bei Ost Handball gespielt. Sechs Jahre konnte ich noch fröhlich fliegen und springen, bis 1933 die Nazis den TSV München-Ost verboten und zusperren.

Ich lag in der Ecke, hörte die Bomben einschlagen und sehnte das Kriegsende herbei.

Ich musste bis 1947 warten, bis mich wieder ein Handballer in die Hand nahm.

Schorsch Merkel sammelte die heil aus Krieg und Gefangenschaft zurückgekehrten Spieler zusammen und fing neu an.

Da wir gegen uns selbst schlecht spielen konnten, musste eine Spielrunde mit anderen Vereinen her. Der Ost-Handballer Ludwig Lehmeier ergriff die Initiative und schon bald wurde der Bayerische Handballverband gegründet, den er lange leitete. Ich konnte fortan auch wieder in gegnerische Tore fliegen.

Es dauerte lange 4 Jahre, bis ich endlich auch in zarte Frauenhände kam. Otto Sellmaier gründete 1951 eine Damenmannschaft. Aber wo blieben die Buben? Ich wollte doch so richtig ausgelassen durch die Gegend hüpfen. 1957, endlich, gab es eine Jugendmannschaft. Rolf Eichinger hat sie zusammengestellt.

Von nun an wurde es für mich richtig lustig, denn ich landete immer öfter im Tor des



01

01
1927, Raffballmannschaft

02
1. Damenmannschaft auf dem Ost-Platz

03
1961, Münchner Meister der Schüler

Gegners, erst recht, als Max Prechter 1961 mit seiner Volksschul-Meister-Klasse zum TSV kam. Diese Jungs machten mir großen Spaß. Sie wurden unter Gerd Ehrlicher zu einer der stärksten Jugendmannschaften Deutschlands und stiegen als Erwachsene bis in die Regionalliga auf.

Ab 1967 wurde mir manchmal schwindlig, so schnell wurde ich geworfen und wieder gefangen. Die Handballrebellin Gerd und Rolf hören mit dem Großfeld-Handball auf und gründen eine Kleinfeldliga. Wir Ostler waren auch da wieder der Zeit voraus.

Mächtig stolz war ich, als Wolfgang Sommerfeld, der mich immer so verzinkt von Außen ins Lattenkreuz gehämmert hat, als erster Ostler in die Jugend-Nationalmannschaft berufen wurde. Später wurden mit



02



03

Karl Schwengsbier, Edi Irl, Blasius Erlinger, Werner (Charli) Mühldorfer, Martin Wild und Thomas Schwirkmann weitere Ostler Jugend- oder Junioren-Nationalspieler.

04

1962, Wolfgang Sommerfeld

Für Wolfi Sommerfeld ging es erfolgreich weiter. Der "Bomber aus der 5. Klasse", wie die Bild-Zeitung schrieb, wurde Nationalspieler bei den Männern und viel später leitete er als Sportdirektor die Geschicke des deutschen Handballs. Auch Blasi Erlinger wurde Nationalspieler.

05

1969, G. Neubauer und H. Moser

Der umtriebige und sehr engagierte Gerd Ehrlicher, und natürlich Evelyn, die spätere Frau von Gerhard, schafften es, dass 1969 mit Gerhard Neubauer der Bundesliga-Torschützenkönig zu Ost kommt. Als im selben Jahr noch Hans Moser, Welthandballer und 2-facher Weltmeister zum Verein stößt, geht mir vor lauter Freude und Stolz fast die Luft aus. Und dann werde ich auch immer öfter daran gehindert ins eigene Tor zu fallen, denn ein Jahr später kamen die Auswahl Torhüter Hans-Georg "Gusti" Ehrlinger (Württemberg) und Bernd Schwarzwälder (Baden) zu uns. Diese beiden prägen jahrzehntelang

06

1972, TSV München-Ost - Rumänien



04



05



06

als Spieler, Trainer, Abteilungs- und Jugendleiter das Handballgeschehen beim TSV München-Ost.

Und wer heute am Freitag bei den Minis vorbeischaute, kann sehen, mit welcher Freude die Kleinen mit ihrem "Handball-Opa" Bernd und mir durch die Halle toben.

Ich komme nicht zur Ruhe, es kommt 1972, die Olympiade in München. Die Ostler spielen als Trainingsgegner mit mir gegen die besten Handballer der Welt. Wer mich da alles in der Hand hatte - wow! - die starken Teams aus Dänemark und Rumänien, und gegen Ägypten fliege ich sogar öfter in deren Tor als in unseres. Auch gegen die Spieler aus Frankreich, Schweiz, Österreich, Italien und Japan schauen die Männer von der Sieboldstraße nicht schlecht aus.

Die Ost-Handballer sind inzwischen so bekannt, dass auch die deutsche Nationalmannschaft 1976 ein Vorbereitungsspiel zur Olympiade gegen uns bestreitet. 29 Mal lag ich im Tor der Ostler und leider nur 10 Mal im deutschen Kasten.

1978 werde ich sogar „politisch“. Über das erste Handballspiel einer ostdeutschen (Magdeburg) gegen eine westdeutsche Handballmannschaft berichten Fernsehen und Rundfunk (Radioreporter: Günter Jauch). Ich fühle mich nicht wohl, alles wird so streng überwacht.

Das Beste aus der Region für Haidhausen



Metzgerei

Markus Burzlaff
Franziskanerstraße 11
81669 München

Di - Fr 7:30 - 18:00 Uhr
Sa 7:30 - 12:30 Uhr



...nur einen 400m Sprint entfernt vom TSV München Ost

Über 50 Jahre nach meinem ersten Hüpfen beim TSV wird's wieder lustig, weil jetzt - wir schreiben das Jahr 1980 - auch junge Mädchen mit mir spielen. Helma Gohle macht es möglich.

In den 80er Jahren beginnt die Erfolgsgeschichte des Jugendtrainers Hartmut Schreiner, der mit seinen Buben und natürlich mit mir, von Meisterschaft zu Meisterschaft prellt. Es sind auch die erfolgreichsten Jahre der Männer. Von 1984-88 darf ich mit den Trainern Rainer Duell und Wolfgang Sommerfeld in der Regionalliga (3. Liga) weit reisen und werde von vielen Zuschauern gesehen.

In den 90er Jahren werde ich vor allem in den Sporttaschen der erfolgreichen Jugendtrainer Hartmut Schreiner, Robert Laslop und Michael Bergmann von Meisterschaft zu Meisterschaft transportiert.

Die mA- und mB-Jugend spielt jahrelang in der bayerischen Oberliga. Ich bin glücklich, dass ich ab 2004 auch mit den Mädchen spielen darf. Die ganz jungen Mädels kommen 2005 dazu. Das Engagement der Power-Frauen Helma Gohle, Vera Rattenhuber, Ingrid Hohenberger, Michaela Hösl,

07

1980, volle Halle an der Säbenerstraße



07

Michaela Hafner-Schindler, Annette Lachner - um nur einige zu nennen -, führt dazu, dass bei Ost jetzt auch die Handballerinnen für Furore sorgen.

Jetzt spielen Mädchen und Jungs, Frauen und Männer von 4 - 60 Jahren mit mir. Ist das nicht schön?

Es hat lange gedauert, bis ich wieder über den Bezirk Oberbayern hinaus kam, mal abgesehen von den großen Reisen der Jugendlichen zu Turnieren in Skandinavien, Island und Frankreich.

2010/11 spielen sowohl die Männer als auch mA- und mB-Jugend wieder in der Landesliga und 2012 schafft es die mA-Jungs mit den Trainern Carsten Fahr und Sascha

Königsberg sogar in die Bayernliga.

2015 wird die mC-Jgd. mit Trainer Jonathan Breit Bayerischer Vizemeister. Fünf Spieler aus dieser Mannschaft werden in die BHV-Auswahl berufen.

Aber auch die großen Buben sorgen für Überraschungen. Sie werden 2015 Bayerischer Jugendmeister im Beachhandball. Dieses Kunststück haben 8 Jahre vorher auch schon mal die Männer geschafft. Für mich war es ein ganz neues Erlebnis, im weichen Sand statt auf dem harten Parkett, zu landen.

Es folgen erfolgreiche Jahre mit Meisterschaften der wD-Jgd. und wC-Jgd. und dem 3. Platz der mC-Jugend in der Bayernliga.

2018 wird die mA-Jugend in der Bayernliga mit Trainer Robert "Wiggerl" Hofmann, Bayerischer Vizemeister und qualifiziert sich ohne Niederlage für die Jugendbundesliga. Huch - gegen welche Gegner die Jungs mich da ins Tor geworfen haben!

Nun war guter Rat - und die Bundesliga - teuer. Michael Kurpanik, unser Abteilungsleiter, arrangierte mit Andreas Walter von der "Handball Akademie Bayern", dass das Experiment Bundesliga mit derer finanzieller und ideeller Hilfe starten konnte und man sorgte für Verstärkung der Mannschaft mit guten Spielern aus der Region.



08

08
2004, wA-Jgd. in der Orleanshalle

09
2015, mC-Jgd. Bayer. Vizemeister



09

Ohne das große Engagement von Angelika und Christian Breit und Trainer R. Hofmann, wäre jedoch Vieles nicht gegangen.

Nach 25 Jahren erstmals wieder Bundesliga Handball in München, aber leider nicht unter dem Namen "TSV München-Ost".

Für mich war es ein großes Erlebnis nach 90 Jahren erstmals in der Bundesliga zu sein, aber jetzt hüpfte ich wieder in die Sporttasche von Michael Kurpanik, dem bescheidenen, nimmermüden Herz und Motor der Handballer.

Ich gehe mit ihm zum Training der 3. Herren-Mannschaft, bin dabei, wenn er eine Jugendmannschaft trainiert, schaue mit ihm fast alle Spiele in der Orleanshalle, höre mir alle Probleme der Handballer mit an und Sorge mich mit ihm, wenn das Training und der Spielbetrieb mal wieder wegen Corona ausgesetzt wird oder keine Jugendtrainer zu finden sind. "Kurpi", wie er im Verein genannt wird, trägt seit 17 Jahren eine schwere Tasche. Dass sie nicht zu schwer wird, dafür sorgen viele genannte und ungenannte Trainer/innen, Helfer und Handball-Freunde. Trotzdem braucht es noch mehrere Träger, sonst kann ich nicht weiterhin so fröhlich von Ostler zu Ostler durch die Halle fliegen.

Meine 95-jährige Geschichte hat Ehrenmitglied Rolf Eichinger aufgeschrieben. Er



10



11

begleitet die Handballer in Haidhausen aber erst seit 67 Jahren. Somit ist er im Gegensatz zu mir also noch ein "junger Hüpf". Er und Abteilungsleiter M. Kurpanik wünschen mir und allen Handballern viele weitere fröhliche und erfolgreiche Höhenflüge.

Euer OST-Handball

10
2018, mA-Jgd. Bundesligaqualifikation

11
2018, Jugendbundesligateam der HAB

12
2022, R. Eichinger und M. Kurpanik



12

Ansprechpartner
 Abteilungsleiter Handball
 Michael Kurpanik
 Tel. 0179 2872089
 Web: www.muenchen-ost-handball.de



Dass dieses Konzept aufgeht, sieht man auch an unserem Erwachsenenkurs, dem Mittwochstraining: Schwarzgurte trainieren mit Anfängerinnen, ehemalige Leistungssportler mit Freizeit-Judoka, die sich ein wenig fit halten wollen.

Auch jenseits der Matte gehen die Aktivitäten weiter. Kinderfreizeiten im legendären Fröschenthal gehörten genauso dazu wie das Messen in anderen Sportarten beim Ost-Quattroball. Zudem haben wir im Laufe der Jahre viele andere europäische Judo-Clubs besucht und diese bei uns empfangen – unter anderem aus Frankreich, Italien und Tschechien.

Für eine Sportart wie Judo – Indoor mit engem Kontakt – war die Corona-Zeit nicht einfach. Aber auch diese Phase wird vorübergehen. Gürtelprüfungen und Wettkämpfe finden wieder regelmäßig statt. Und zurzeit arbeitet der Abteilungsvorstand an einem Konzept für ein ID-Judo-Angebot, also Judo für Menschen mit einer geistigen Behinderung.

Mit einer reichen Geschichte im Rücken blickt das Ost-Judo in die Zukunft und freut sich auf viele weitere erfolgreiche Jahrzehnte.

Judo

Die Judoabteilung des TSV München Ost blickt auf eine lange Tradition zurück. In den mehr als fünfzig Jahren ihres Bestehens haben unzählige Kinder Würfe und Haltegriffe gelernt. Zahlreiche Erfolge im Einzelwettkampf sowie mit der Mannschaft wurden gefeiert und Freundschaften fürs Leben geschmiedet.

Das Judo im TSV Ost hat sich seit langem auf einen Ansatz konzentriert, der den Spaß am Sport sowie das Gemeinschaftsgefühl in den Vordergrund stellt und gleichzeitig verschiedenen Leistungsklassen Raum bietet.

Das Angebot für Kinder geht von Anfängerkursen bis zu Fortgeschrittenkursen für Jugendliche, die erfolgreich Wettkämpfe auf Landesebene besuchen.

Neben der Freude an der Bewegung und dem Verbessern der motorischen Fähigkeiten legen wir Wert auf die Judo-Prinzipien: Durch regelmäßige Gürtelprüfungen schreiten die Kinder in ihren technischen Judo-Fähigkeiten voran; zudem vermitteln wir die moralischen Werte, die hinter dem Judo-Sport stehen.



02

01

Outdoor-Judo für
Pandemiezeiten

02

So geht Judo

03

Judo-Training im
Team



03

 **Ansprechpartner**

Abteilungsleiter Judo

Cayan Kaya

Tel.: 0163 355 8624

E-Mail: cayan_de@yahoo.de

Web: www.judo-ost.de



Karate-Do

Selbstverteidigung

01

Seit über 20 Jahren nutzen wir die Möglichkeit, im TSV zu trainieren. Wie kam es dazu? Und: wo ist bloß die Zeit geblieben?

Der TSV hatte in meiner Familie schon einen guten Ruf, als mein Sohn jahrelang im Handball aktiv war. Unvergesslich ist immer noch der legendäre Handballtrainer, der die Kleinen mit viel Einfühlungsvermögen und Begeisterung anleitete. Er schaffte es, ein weinendes Kind zu trösten, während er gleichzeitig die Fragen von Eltern beantwortete und zwei Handbälle aufpumpte. Multitasking in Perfektion. Beeindruckend. Die Jahre gingen ins Land (so sagte man früher) und so um die Jahrtausendwende suchte ich selbst eine neue Heimat für mein geliebtes Karate. Ich hatte fast anderthalb Jahrzehnte bei einem sehr renommierten Lehrer trainiert, der sein Leben dem BUDO, dem Weg der Kampfkünste, gewidmet und deshalb viele Jahre in Japan gelebt hatte. Sein Erfahrungsschatz an Anekdoten und auch kritischen Einsichten war unbezahlbar. Die geradezu mönchische Strenge und

Härte des Trainings lehrten, Schläge einzustecken und mit Mut und Entschlossenheit auszuteilen. Aber irgendwann stellte sich die Frage: Wofür das Ganze? Im Kontext unseres Alltags geht es doch darum, Konflikte friedlich zu regeln und nicht Duelle auszutragen. Mein Interesse an Themen der Selbstverteidigung wuchs und ich suchte einen Ort, an dem wir unser Curriculum erweitern konnten.

Die überaus freundliche Aufnahme im TSV war da nicht unbedingt zu erwarten. Ein nüchterner Blick auf die Themen der Selbstverteidigung (SV) wirkt nämlich auf den ersten Blick eher als Spaßbremse. Bei uns gibt es keinen Wettkampf (um „Gürtel“ und Pokale), keine Romantisierung von Gewalt (der Samurai als „edler“ Krieger) und keine falschen Versprechen von Kompetenz und Überlegenheit. Wir schauen auf die weniger schmeichelhaften Seiten des homo sapiens. Klar, dass da der Humor nicht zu kurz kommt – den braucht man bei diesen Themen unbedingt!

Unsere Abteilung ist von Alter, Geschlecht, Beruf, Herkunft, bunt gemischt. Deshalb werden bei uns Individualismus und kritisches Denken groß geschrieben. Und sportlich sind wir ebenfalls gut unterwegs. Beim wöchentlichen Training kann jede / jeder seine Grenzen ausloten. Obwohl wir jede und jeden mit offenen Armen empfangen, bieten wir kein Kindertraining an. Die Thematik ist zu ernst – trotz unseres Humors.

Was wir üben, sprengt für manchen Traditionalisten den Rahmen. Wir lernen, uns auf den Stress einer möglicherweise auch körperlichen Auseinandersetzung einzustellen (Desensibilisierung). Da wird man schon auch mal ordentlich beschimpft – was ich sonst nur aus der S-Bahn kenne. Mit Hilfe von spezieller Schutzausrüstung können wir im Szenarietraining harte Techniken einsetzen, ohne dass der gespielte Angreifer (meist leider ich) verletzt wird (zumindest nicht oft und nicht schwer).

Wir verfügen über Trainingssäcke (heavy bags), Pratzen, sichere Trainingswaffen und sind auch sonst mit allem, was das Herz begehrt, vorbildlich ausgestattet. Die neue Trainingshalle, die gesamte Infrastruktur ... wir sind begeistert.

Für die fortwährende Unterstützung des TSV Ost, das heißt der Ehren- und Hauptamtlichen egal in welcher Funktion, bedanken wir uns mit einem besonders höflichen „arigato gozaimashita“ und einem bayrischen „Vergeltsgott“.

Und bei den Mitgliedern unserer Abteilung, vor allem unserem Abteilungsleiter, bedanken wir uns für die Treue und den Einsatz vor allem auch in den letzten beiden Jahren.

Zum 125-jährigen Jubiläum wünschen wir dem Verein und allen, die an ihm mitwirken, weiterhin viel Erfolg und Freude.

Richard Will



02



03



04

 **Ansprechpartner**

Abteilungsleiter Karate-Do
Günter Rummelt

Tel: 089 / 46137131

E-Mail: guenter.rummelt@mnet-online.de

Web: www.karate-do-selbstverteidigung.de



Kara-Ho

01

01
Trainingsausflug mit Erwachsenen und Kindern an die Isar.

02
Besuch unseres Großmeisters aus den USA.

Der Weg, den Kara-Ho vom Kung-Fu eines chinesischen Tempels zur Abteilung des TSV Ost zurückgelegt hat, ist lang und von einigen interessanten Zufällen geprägt. Entstanden in den 50er und 60er Jahren auf Hawaii, durch den Sohn eines ausgewanderten buddhistischen Mönchs, wurde die Abteilung Kara-Ho des TSV Ost als erste Kara-Ho Schule in Deutschland im September 1999 eröffnet.

Der Gründer, Stephan Fabel, kam als Schüler im Austausch in den USA mit Kara-Ho in Kontakt. Er dachte sich, dass die Mischung aus traditionellen asiatischen Kampfkünsten und moderner Selbstverteidigung hier gut ankommen würde. Und er hatte Recht. Die vielen anstrengenden Übungen, die Kondition, Kraft, Körperkontrolle und mentale Stärke fördern, fanden schnell Anklang und die Abteilung wuchs.

In den 22 Jahren seit damals hat sich einiges getan. Von hier aus hat

sich Kara-Ho in Deutschland an vier weitere Standorte verbreitet. Doch die Abteilung des TSV Ost ist weiterhin die größte und mit den meisten hochrangigen Schülern und Trainern.

Das Angebot der Abteilung hat sich seither auch deutlich verbessert. Über die Jahre haben wir genug Erfahrung gesammelt, um das Training richtig auf jede Person anzupassen. Von Kraft und Ausdauer über Tech-



02

03



 **Ansprechpartner**

Abteilungsleiter Kara-Ho Kempo:
Manuel Gonzales
Tel. 0179 2945871
E-Mail: ma.gonzalez@hotmail.de

Ansprechpartner Kinderklasse:
Stjepan Bakrac
Mobil: 0179 1060486
E-Mail: sbakrac@kara-ho.de

nik bis hin zum Freikampf bauen wir alles in unser Training ein. Neben verschiedenen Rängen und Schwierigkeiten im Training bieten wir auch Klassen unter der Woche sowie am Wochenende an, unter anderem eine separate Klasse für Fortgeschrittene, in der gezielt komplexe Techniken unterrichtet werden.

Von Anfang an haben wir viel Wert darauf gelegt, eine Gemeinschaft und Freundschaft unter den Mitgliedern zu formen.

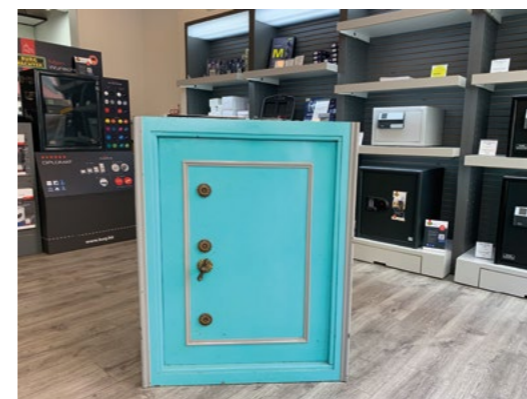
Neben dem normalen Training treffen wir uns über das ganze Jahr verteilt, teils auch mit den Mitgliedern aus anderen Schulen in Deutschland. Neben Trainingswochenenden, Seminaren, Hüttenausflügen, oder einfach mal Abends zum Essen treffen stehen die Mitglieder immer im Vordergrund.

Anzeige

Seit über 40 Jahren euer Experte für Sicherheitstechnik mitten in Haidhausen

Schlösser, Schlüssel, Einbruchschutz, Alarmanlagen, Tresore, Briefkasten, Schilder u.v.m.

Dolezel - Partner für Sicherheit beim TSV München Ost



Adolf Dolezel GmbH
Weißburger Straße 28
81667 München

Tel.: +49 89 444 88 19-0
Fax: +49 89 444 88 19-20
E-Mail: info@dolezel.de
www.dolezel.de



Kinder Sport

Den Kinder Sport Club des TSV München Ost gibt es bereits seit 15 Jahren und ist mittlerweile eine der wichtigsten Abteilung für die Nachwuchsarbeit!

Im September 2006 startete das Projekt „KiSS - KinderSportschule“ des BLSV auch beim TSV München Ost. Beginnend mit ca. 50 Kindern und einem Kindergarten als Kooperationspartner ist unsere Kindersportschule über die Jahre hinweg gewachsen und bewegt heute bis zu 800 Kinder in der Woche.

Kinder im Alter zwischen drei und zehn Jahren trainieren ein bis zwei Mal in der Woche bei uns. Sie erhalten einen sportartübergreifenden, altersgerechten Sportunterricht bei ausgebildeten Sportlehrern*innen.

Die Vielseitigkeit wird im TSV Ost sehr

groß geschrieben, daher organisieren wir auch außerhalb der regulären Sportstunden zusätzliche In- und Outdoor Bewegungsmöglichkeiten wie z.B. Mountainbiking und Trampolinspringen. Wir feiern Advent und vieles mehr.

Die famose Sommerolympiade

Sie ist das jährliche Highlight bei den Kindern. Bis zu 150 teilnehmende Sportlerinnen und Sportler kommen an diesem Tag, um Ihr erlerntes Können in verschiedenen Disziplinen zu zeigen.

Es wird um die Wette gerannt, Bälle und Heuler fliegen über den Sportplatz. An der Weitsprunggrube sehen wir die Kinder in die Weite fliegen und die Geschwisterkinder im Sand spielen! Auch das fahrerische Können wird auf der Go-Kart-Renn-Strecke unter Beweis gestellt. Auf unseren Bewegungslandschaften zeigen die Kinder ihre Fertigkeiten beim Klettern, Hangeln und Balancieren, um die Hindernisse zu überwinden. Die Seilweitsprung Station ist ein großer Spaß für die großen und kleinen Kinder, die an einem Seil versuchen von einer Erhöhung so weit wie möglich zu schwingen.

Beim Zielwerfen ist das Fingerspitzengefühl und Konzentration gefordert. Doch am Ende können sich die Kinder auf der Hüpfburg noch austoben.

Bei der Siegerehrung bekommt jeder Teilnehmer eine Urkunde und Medaille, woran sich strahlende Kinder gerne dran erinnern.

Sport- und Spieletag in der neuen Turnhalle



Ansprechpartner

Abteilungsleiter Kindersport
Balthasar Bischlager
Tel.: 089 48998447
E-Mail: sportschule@tsv-ost.de



Turnstunde in der Kleinsporthalle



Akrobatik und Action



Kyudo

„Was habt ihr da für lange Stangen bei euch?“ fragt auch heute noch der eine oder andere „Ostler“, wenn wir nach unserem Training am Sonntag in die Vereinsgaststätte kommen. Die langen Stangen sind unser Sportgerät – Japanische Langbögen.



01

01
Training Luisenhalle

Unser Sport ist Kyudo – Japanisches Bogenschießen. „Kyudo“ heißt wörtlich übersetzt „Bogen-Weg“. Damit reiht er sich ein in die anderen japanischen Budo-Sportarten, wie Judo, Aikido oder Karate-Do.

02
Freundschaftstreffen 2013

Wer mehr über Kyudo erfahren möchte findet viele Informationen auf unserer Abteilungs-Webseite:

03
Bundeslehrgang 2015

www.kyudo-muenchen-ost.de
Im Herbst 2012 klopften wir – eine kleine Gruppe von 10 Schützen*innen – beim TSV München-Ost an, um als neue Abteilung im Verein aufgenommen zu werden. Schon im ersten Jahr wuchs die Anzahl unserer Mitglieder sprunghaft, wobei Frauen und Männer gleichermaßen vertreten waren und sind.

Neben unserem regelmäßigen Training im Salesianum und in der Schulsporthalle in der Luisenstraße gab es bereits 2013 ein echtes Highlight: wir richteten ein über-



02



03

regionales Freundschaftstreffen mit den Lehrern John C. Bush und Jeff Humm aus England aus.

Auch 2015 konnten wir wieder Kyudoka aus Nah und Fern in unserer Halle begrüßen – diesmal zu einem Bundeslehrgang unter der Leitung unserer Trainerin Lilo Reinhardt gemeinsam mit Shigeyasu Kameo.

Lernen und Üben im Training und bei Wochenend-Seminaren bringt uns schrittweise auf unserem Bogen-Weg voran.

Wettkämpfe sind eine zusätzliche, besondere Herausforderung. Die Zielscheibe ist zwar „nur“ 28 Meter entfernt, aber wir schießen ohne jegliche Ziel-Einrichtung! Jedes Jahr nehmen Mannschaften von uns an der Kyu-

do-Bundesliga teil, die der Deutsche Kyudo Bund ausrichtet. Auch bei Bayerischen und Deutschen Meisterschaften treten wir an.

Im Jubiläumsjahr 2022 werden wir erstmals die Bayerische Meisterschaft in der Halle des TSV München-Ost ausrichten. Es wird ein spannender Event, wenn Mannschaften und Einzelschützen*innen aus ganz Bayern in unserer alten/neuen Halle zum „Kräftemessen“ zusammenkommen – wir freuen uns schon darauf!



04

Aber kurz noch ein Blick zurück auf das abgelaufene Jahr. Das brachte für einen unserer Kyudoka den bislang größten Erfolg: Ulrich Grußendorf wurde Einzel-Meister bei der 16. Europameisterschaft am 01./02. Juli 2021 in Bourges/Frankreich – eine tolle Leistung, zu der wir alle gratulieren!

Das Interesse an unserer Sportart in der Öffentlichkeit ist nach wie vor groß. Deshalb bieten wir im Rahmen unseres Trainings-Termins am Mittwoch regelmäßig Besucherabende an, um Interessenten unverbindlich einen Eindruck von Kyudo zu vermitteln. In eintägigen Einführungskursen, die von unseren Übungsleiterinnen und Übungsleitern abgehalten werden, schaffen wir die Voraussetzungen zum Eintritt in die Kyudo-Abteilung. Auch dabei konnten wir 2021 Erfolge erzielen, denn gegen Ende des Jahres

freuen wir uns über einen Mitgliederzuwachs von rund 17 % – trotz der widrigen äußeren Rahmenbedingungen.

An einem der ersten Sonntage im Januar findet jeweils unser Neujahrsschießen in der Sporthalle des Salesianums statt. Beim Neujahrsschießen ist manches ein bisschen anders als üblich:

- Schießen wir normalerweise auf runde, schwarz-weiße Zielscheiben, so treiben wir es beim Neujahrsschießen ganz schön bunt. Da gibt es Motiv-Scheiben, Zielscheiben in Gold und Silber, Jahresscheiben, Scheiben mit grimmig dreinschauenden Dämonen und nicht zuletzt - Luftballons.

- Während es bei unserem regulären Training grundsätzlich sehr ruhig zugeht und wir konzentriert die Stille im Raum genießen, lassen wir es zur Begrüßung eines neuen Jahres regelmäßig richtig krachen – laut knallende Luftballons inbegriffen.

2022 haben wir nun alle Grund zum Feiern:

Wir als Kyudo-Abteilung freuen uns über 10 Jahre Mitgliedschaft im TSV München-Ost und

Gemeinsam wollen wir vor allem das 125-jährige Vereinsjubiläum des TSV München-Ost begehen!

Schön, dass wir ein Teil dieser großen Gemeinschaft geworden sind! Wir wünschen dem gesamten Verein eine erfolgreiche Zukunft!

Die Kyudo-Abteilung

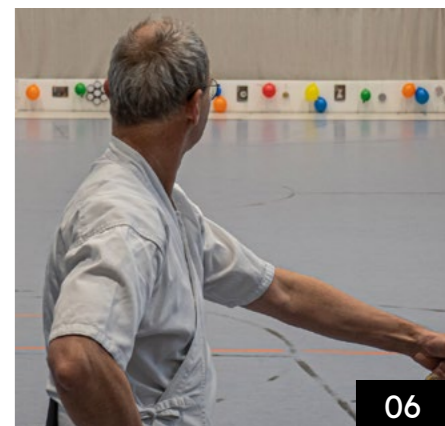


05

04
Europameister
Ulrich Grußendorf

05
Wettkampf

06
Neujahrsschießen



06

Ansprechpartner

Abteilungsleitung Kyudo:
Lilo Reinhardt
E-Mail: lilo.reinhardt@t-online.de

Stellv. Abteilungsleitung Kyudo:
Christel Stöppler-Walrand
E-Mail: chris.stoewal@web.de
Web: www.kyudo-muenchen-ost.de

Leichtathletik

Mit dem Auftrag für diese Festschrift einen Artikel über die Leichtathletik im TSV München-Ost zu verfassen nahm ich zuerst die Jubiläumsschriften von 1977, 1987 und 1997 zur Hand und entschloss mich zu einer „Fortsetzungsgeschichte“, die die letzten 25 Jahre Revue passieren lässt.

Der TSV München Ost ist heute ein attraktiver Leichtathletik Standort und kann selbst Athlet*innen, die im oberen Leistungsbereich angekommen sind, eine gute Perspektive und hervorragende Trainingsbedingungen bieten.

Sportliche Erfolge basieren meist auf einer Kombination aus Trainingsfleiß und Ehrgeiz im engen Zusammenspiel mit qualifizierten Trainer*innen. Durch eine kompetente Ausbildung unseres LA-Nachwuchses gelang es dem Trainerteam immer wieder, Athletinnen und Athleten zu regionalen und nationalen Meistertiteln und sogar internationalen Einsätzen zu führen. Aktuell gehören 17 Ost-Leichtathlet*innen einem Bundes- oder Landeskader an.

Reihenweise Top-Platzierungen bei bayerischen, deutschen und internationalen Meisterschaften sind Beleg für die erfolgreiche Arbeit und die große Begeisterung für Leichtathletik beim TSV München Ost. Ende der 90er Jahre war Bianca Großer das Aushängeschild der TSV Ost-LA: als Höhepunkt ihrer Karriere gewann sie die Bronzemedaille im Kugelstoßen bei der Junioren-EM 1999. Ihr Nachfolger, ebenfalls Schützling von Gerhard Neubauer, war Tobias Obermaier, der 2001 überraschte mit dem Deutschen Meistertitel im Kugelstoßen U18, wo er den späteren Diskus-Weltmeister Robert Harting besiegte. 2002 schaffte es Tobias sogar nach Kingston (JAM) zur Junioren-WM. Mit Sarah Schrödl (Hammer), Gerd Pleschgatternig (400 Hü), den Geschwistern Pütz (Kugel) und den Athleten der Trainingsgruppe von Matthias Geiger, allen voran Markus Bundschus (Drei) und Karsten Kahlert (Weit) sowie der Langstreckengarde von Dieter Kloos etablierten sich weitere Ostler zu Beginn des Jahrtausends in der bayrischen Spitze. Protagonist der Läuferzene war Dauerbrenner Paul Bristow, dessen Spektrum von seiner Spezialdisziplin 800 m bis hin zum Halbmarathon reichte.



01

Christoph Bischlager, Gehörlosen-Weltmeister im Zehnkampf 2008

02

Deutsche Jugendmeister über 4x100 m 2017 (U18) und 2019 (U20) LG Stadtwerke München mit Yannick Wolf, Fabian Olbert und Florian Knerlein vom TSV Ost



02

Auch erste Erfolge des 2008 gegründeten Wurfteams, das bis heute große Erfolge einfährt, konnten geerntet werden.

2012 war das Erfolgsjahr von Michael Wilms (jetzt Bundesstützpunktleiter LA in München und Lauftrainer bei Ost), der die 3000 m Hindernis in 8:45,73 min zur Deutschen Vizemeisterschaft durchlief. In der männlichen Jugend waren in den kommenden Jahren Laurin Walter (Deutscher Meister U18 400 m, Teilnehmer U20-EM 2013), Daniel Troßmann (Weitsprung, Südd. Meister U18 2013) und Valentin Döbler (Kugel) die Protagonisten. Den nächsten DM-Titel in der Marathonmannschaft konnten 2013 Maximilian Meingast, Jan Müller und Patrick Hilpert bejubeln. Clemens Bleistein (DM 2. 3000 m Halle) etablierte sich als unangefochtene Nr. 1 auf den Laufstrecken von 1500 m- 10 km. 2014 begann die Erfolgsgeschichte der Deutschen U16-Meisterschaften mit dem Sieg von Amelie Döbler mit Kugel und Diskus sowie Selina Dantzer im Block-WK Wurf.

Weitere DM-Medaillen verdienten sich V. und A. Döbler, Martin Knauer, C. Bleistein, L.M. Petkov, L.-M. Jacoby, Paul Schäfer und die Staffeln 4x100 m der Mädchen U16 (Bayr. Rekord) und 4x200 m (Halle) der männlichen und weiblichen U20. 2016 ging der „Hürden-Stern“ von Paulina Huber auf, als Deutsche U18-Meisterin über 100 m Hürden; weitere DM-Titel gingen an A. Döbler (Diskus), die 4x400-m-Staffel der

Männer mit L. Walter sowie Andreas Brünert über 10000 m in der M35. DM-Medaillen sammelten C. Bleistein, S. Dantzer, das Halbmarathon-Damenteam und die Staffeln über 4x100 m mU18 sowie 4x400 m wU20.

Überstrahlt wurde die Saison 2017 durch Selina Dantzer: die DM-Doppelmeisterin (Kugel, Diskus U18) wurde für die U18-WM in Nairobi nominiert und triumphierte dort als U18-Weltmeisterin im Kugelstoßen. Ebenfalls mit einem internationalen Einsatz bei der U23-EM wurden V. Döbler (3. DM Kugel) und P. Huber (2. DM 100 m Hü) belohnt. Auch 2018 begann gleich mit einem internationalen Ereignis: unser Top-Läufer des Jahrzehnts C. Bleistein lief bei der Hallen-EM auf einen hervorragenden 8. Platz über 3000 m.

Im ersten Corona-Jahr 2020 waren wie in allen anderen Sportarten Trainings- und Wettkampfmöglichkeiten deutlich reduziert. Zum Glück durften die Kadersportler weiter trainieren und konnten sich bei den anstehenden Meisterschaften beweisen. Zu Deutschen Meisterehren gelangten F. Olbert (60 m U20, Halle), J. Akue (Kugel U20, Halle) und C. Bischlager (M35, Diskus). Auf dem Podest landeten die 4x200-m-Staffel der Männer (mit Y. Wolf, F. Olbert, J. Matauschek), D. Idzan (Kugel U18) und A. Schaller (Diskus U20). Auch die gerade abgelaufene Saison 2021 gab Anlass zur Freude: S. Dantzer und J. Akue erreichten beide das Finale im Kugelstoßen der U23- bzw. U20-EM. Sprinter Y. Wolf trug als Startläufer der deutschen U23-Staffel maßgeblich zu einem neuen Junioren-Europarekord über 4x100 m bei, mit dem sich das Team den Titel holte. Beim gleichen Ereignis der U20 kam Kurvenläufer F. Knerlein leider nicht zu seinem erhofften furiosen Kurvensprint, da der Staffelstab beim ersten Wechsel seiner Kollegen leider verloren ging. Erfreuliches gab es noch von den Senioren zu berichten: Rückkehrer Ralph Kowitz wurde DM-3. Über 100 und 200 m in der M35, C. Bischlager sicherte sich den Titel in der gleichen Klasse mit der Kugel, und Neuzugang Gernot Wildschütte sammelte gleich einen

kompletten Medaillensatz (800, 1500 m und 5000 m, letzteres als Deutscher Meister). Zum Saisonabschluss kam aus Valencia eine Meldung als Paukenschlag: beim dortigen Marathon verbesserte Lauftrainer Clemens Bleistein den 33 Jahre alten Vereinsrekord im Marathon auf 2:19:27 h!

Erfreuliches gibt es auch von den Senioren zu berichten: Rückkehrer Ralph Kowitz wurde Dritter bei der Deutschen Meisterschaft über 100 und 200 m. C. Bischlager sicherte sich den Titel in der gleichen Klasse mit der Kugel, und Neuzugang Gernot Wildschütte sammelte gleich einen kompletten Medaillensatz über 800, 1500 m und 5000 m - letzteres als Deutscher Meister. Zum Saisonabschluss kam aus Valencia eine Meldung als Paukenschlag: Beim dortigen Marathon verbesserte Lauftrainer Clemens Bleistein den 33 Jahre alten Vereinsrekord im Marathon auf 2:19:27 h!

Als Höhepunkte im Trainingsjahr gelten unsere Trainingslager, die meist Andreas Bücheler organisiert. Größter Dank gebührt unserer Trainerschaft. Langjährige Trainer wie Richard Kick (Sprung), Dieter Kloos (Lauf Langstrecke) und Gerhard Neubauer (Wurf, aktueller BLV-Präsident) sind seit fast 40 Jahren mit ganzem Herzen im Einsatz. Auch das Engagement unseres Kampfrichterwirts Michael Funke und die umsichtige Arbeit der Abteilungskassiere will gewürdigt werden.

Die Leichtathletik Abteilung ist ein hervorragendes Beispiel dafür, wie die Grundhaltung des TSV München Ost „Sport, Spiel und Spaß für alle“ in dauerhaft hervorragende Leistungen münden kann.

03

U18-Weltmeisterin im Kugelstoßen Selina Dantzer nach ihrem großen Triumph in Nairobi 2017



03

04

Paul Walschburger, Deutscher U23-Meister im Dreisprung 2019



04

05

TL Lauf Inzell: Trainingslager (hier die Nachwuchs-Laufgruppe) machen fit und bringen Spaß!



05

06

Yannick Wolf und Fabian Olbert, unsere aktuellen Sprint-Aushängeschilder, dahinter Staffelpartner Maximilian Lohwasser



06

Ansprechpartner

Abteilungsleiter Leichtathletik:
Otto Zelger
Tel: 0170 4185510
E-Mail: o.zelger@mnet-online.de

Tisch- tennis **ist nicht** Ping- Pong

sondern sogar die schnellste Ballsportart der Welt. Dies leitet sich aus der Rückschlagzeit zwischen den zwei Ballkontakten ab.

Tischtennis ist Ende des 19. Jahrhundert in England entstanden. Damit hat Tischtennis den gleichen Ursprung wie Fußball. Analog zum Fußball konnten sich die Engländer aber auch hier nicht mit dauerhaften Erfolgen hervor tun. Die absolute Vormachtstellung hat China. Dort ist Tischtennis die Volkssportart Nummer 1. Es gibt nahezu 100 Millionen aktive Spieler und unzählige Freizeitspieler.

Im Gegensatz zu China ist Tischtennis in Deutschland eher eine Randsportart und in den Medien nahezu nicht vertreten, und das obwohl Deutschland in Europa zu den Spitzennationen zählt. Als Einzelspieler dürfte wohl Timo Boll vielen ein Begriff sein. Bei den Europameisterschaften sind die Deutschen in den letzten Jahren Seriensieger in den Mannschaften, auch bei den Olympischen Spielen erzielen die deutschen Spieler tolle Erfolge. Durch die dann vorhandene Medienpräsenz werden viele Zuschauer überrascht, welche Dynamik, Präzision, Fitness, mentale Stärke, etc. von den Spielern verlangt wird. Mit diversen Regeländerungen wurde versucht, Tischtennis medienwirksamer zu gestalten. Die Zählweise wurde verändert, der Ball wurde vergrößert, dennoch ist der große Durchbruch ausgeblieben.

Nichtsdestotrotz wird von vielen Tischtennis als Hobby zu Hause im Garten, Keller oder Garage gespielt. Auch wenn sich diese Spielweise in Schnelligkeit und Technik deutlich von Wettkampfspielen unterscheidet, bietet sie für einige den Anreiz, sich einem Verein anzuschließen.

Die Tischtennisabteilung des TSV München Ost bietet hier für alle etwas. Es können sowohl Hobbyspieler als auch Wettkampfspieler den weißen Ball über unsere mittlerweile blauen Tische schlagen. Das Schöne an dem Sport ist, dass es eine Individualsportart ist, die auch in Form von Mannschaftswettkämpfen gespielt wird und fast in jedem Alter gespielt werden kann.

Unsere Abteilung hat eine lange Tradition. Die aktuell vorliegenden Aufzeichnungen gehen bis 1947 zurück und es ist umso erfreulicher, dass Mitglieder von damals immer noch Mitglieder von heute sind. Unser Rekordspieler Hans Englmair hat 1.362 Mannschaftsspiele für den TSV München Ost absolviert. Dafür hat er 2.340 Einzelspiele bestritten und 1.248 davon gewonnen. Bis vor wenigen Jahren hat uns Hansi auch immer noch auf den internationalen Einzelturnieren vertreten. So nahm er auch 2008 bei den Senioren-Weltmeisterschaften in Rio de Janeiro teil und wurde dort Weltmeister im Doppel in der Altersklasse Ü80.

Es ist uns über die Jahre immer wieder gelungen, Jugendspieler aus den eigenen Reihen in den Herrenspielbetrieb zu integrieren. Durch die Nachwuchsarbeit kann die Abteilung kontinuierlich und stabil fortgeführt werden, es rücken immer wieder jüngere Generationen nach.

Derzeit ist unsere Abteilung im Wettkampfbetrieb mit vier Herren- und zwei Jugendmannschaften vertreten. Durch die verbesserten Bedingungen in der neuen Halle können zur neuen Saison mehr Mannschaften bei den Herren gemeldet werden und evtl. gelingt es auch, nach langen Jahren wieder eine Damenmannschaft zu melden. Es besteht jetzt die Chance, auch den oben beschriebenen kontinuierlichen Aufbau noch weiter zu intensivieren.

Wer also Lust oder Spaß hat mal Tischtennis zu spielen, kann gerne bei uns vorbeischauchen. Die Bedingungen in der Halle sind super.

Unser 1. Herrenmannschaft spielt in der Bezirksliga und die anderen Mannschaften spielen jeweils eine Liga darunter in den Bezirksklassen A bis C. Die Jugendmannschaften spielen Bezirksklasse A und B. Es ist also für jeden was dabei. Wir freuen uns auf Euch.

Neben unseren sportlichen Aktivitäten wird in der Abteilung auch das Gesellschaftliche gepflegt. Speziell die Ausflüge ins Fröschenenthal waren bei den Mitgliedern und ihren Familien beliebt. Wichtig sind aber auch die diversen internen Turniere, um Spieler aller Spielklassen zusammenzubringen und die Gemeinschaft zu fördern. Neben Jugend- und Vereinsmeisterschaft ist hier der traditionelle Werner-Weipert-Pokal zu nennen, der als Teamwettbewerb gespielt wird, wobei die Teams gelost werden. Auch die Fröschenenthal-Meisterschaften sind legendär, weil alle Anwesenden verpflichtet wurden, mit absolut identischem Schlägermaterial in Form von einfachen Holzschlägern mit Noppenbelag teilzunehmen. Nicht selten gab es da auch mal Sieger, die sonst in den

Turnierlisten der Vereinsmeisterschaften nicht unbedingt zu finden sind. Unsere Turniere werden normalerweise jährlich veranstaltet und ihre Ergebnisse sind auch der Beweis, dass Tischtennis ein zeitloser und altersunabhängiger Sport ist, der die Möglichkeit bietet, die Mischung zwischen Jung und Alt zu leben. So konnte z.B. der amtierende Vereinsmeister 2021, Andreas Danböck, seinen ersten Titel bereits 1993 feiern.

Es ist mir daher um die nächsten 125 Jahre Tischtennis beim TSV München Ost nicht bange und ich hoffe auf eine erfolgreiche und vor allem gesunde Zukunft für alle Mitglieder.

Jürgen Sackerlotzky



01



02

Ansprechpartner

Abteilungsleiter Tischtennis:
Jürgen Sackerlotzky
Tel: 08121/253555
E-Mail: sackerlotz@gmail.com

Ansprechpartner Jugend: Boris Gorelik

Turnen - Tanz- Gesundheit

Ballett Mittelstufe – Sportraum 1

DIENSTAGS, 19:30-21:00 UHR

Wer sich an einem Dienstagabend im Vereinsgebäude bewegt, wird aus dem Kellergeschoss sanfte Klaviertöne vernehmen. Dort, in der geräumigen Halle absolvieren eine Handvoll Tanzbegeisterte an der Stange ihre Übungen zur Musik. Tiefe Kniebeugen („grand plié“) und in die Luft schnellende Beine („grand battement“) bringen das Ensemble schon nach kurzer Zeit ins Schwitzen. Hier wird klassisches Ballett gelehrt, denn dank Sportvereinen wie dem TSV München-Ost ist die anspruchsvolle Technik nicht länger ein Monopol der Ballettschulen, sondern auch der Breite zugänglich.

Ballett verbindet Anmut, Konzentration und Körperbeherrschung. Trainerin Miriam Spiel, ausgebildete Tanzpädagogin, lehrt die Hobbytänzer und -tänzerinnen, vom Alltag abzuschalten und Dehnfähigkeit, Kraft und Koordination zu trainieren. „Ich liebe es, Ballett zu unterrichten, besonders auch im Sportverein“, so Miriam.

„Hier treffen sich Menschen zwischen 16 und 60 Jahren mit den unterschiedlichsten Lebenshintergründen. Sie erfahren ihre Körper, drücken sich künstlerisch aus und tanzen gemeinsam. Ein einzigartiges Erlebnis!“

Und so sieht man die Tänzerinnen und Tänzer im Kellergeschoss in aufrechter Haltung regelrecht über sich hinauswachsen, sich in Pirouetten in die Luft schrauben oder voller Energie durch den Raum springen. Dann sind die Freude an der Bewegung und der Stolz über gelungene Bewegungskombinationen mit den Händen - und auch mit den Füßen - greifbar. Wer über 16 Jahre alt ist und mindestens vier Jahre Erfahrung mitbringt, ist jederzeit zu einer Probstunde willkommen.



01

01

v.l. Lydia, Antje, Peter, Miriam (Trainerin), Kirstin, Sarah, Simone

02, 03

Die Ballett Mittelstufe des TSV München Ost e.V.



02



03

Jazztanz für Fortgeschrittene – Sportraum 3

Seit mehr als 25 Jahren besteht der Jazztanz bereits im TSV, seit 2004 gestaltet das Training Tanzpädagogin Miriam Spiel. Jazztanz bedeutet Tanz, der Spaß macht und gleichzeitig fit hält.

Am Anfang jeder Stunde steht ein abwechslungsreich gestaltetes Warm-up, das nicht nur den Körper erwärmt, sondern auch grundlegende Jazztanz-Techniken vermittelt. Es folgen anspruchsvolle und mitreißende Schrittkombinationen durch den Raum, die die Koordination und den körperlichen Ausdruck fördern. Der letzte Teil ist der Erarbeitung einer Choreografie zu einem aktuellen Lied aus den Charts gewidmet, fließende Bewegungen wechseln sich ab mit akzentuierten Moves.



04

JUGENDLICHE DONNERSTAG, 17:30-19:30 UHR

**ERWACHSENE
DONNERSTAG, 19:45-21:15 UHR**

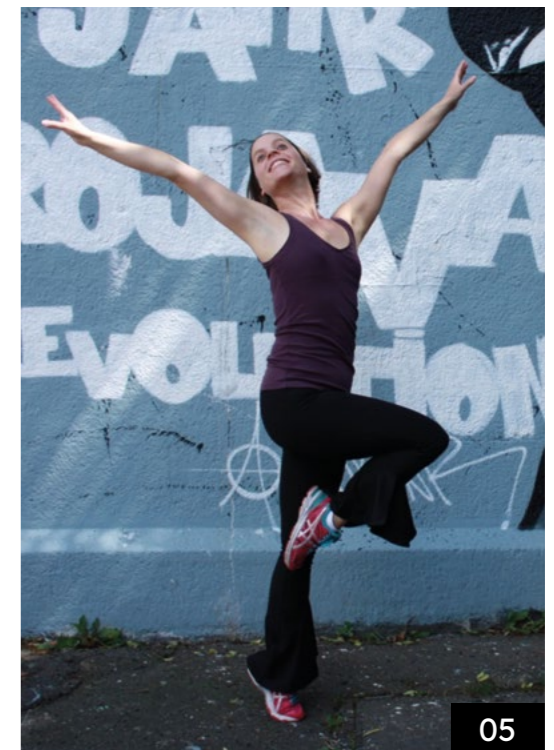
Die Jugendlichen erarbeiten fortlaufend eigene spannende Tanzprojekte, die regelmäßig zur Aufführung gebracht werden. So war die Gruppe bereits auf dem JuKi-Festival zu sehen, und während des ersten Corona-Jahres ist ein cooles Tanzvideo entstanden.

04

Trainerin Miriam Spiel

05

Die Jugendlichen Jazztänzer beim Videodreh



05

06
Hannah Röckl



Neustart für Kleinkind- und Kinderturnen

MITTWOCH, 16:15-17:15 UHR

Freudensprünge machten die jüngsten Nachwuchsturner, die nach halbjähriger Pause nicht länger führungslos sind und ihren geliebten Kurs am Mittwochnachmittag wieder besuchen: Hannah Röckl leitet seit Januar das Kleinkind-Turnen (1,5-3 Jahre mit Eltern) und das Kinderturnen (3-6 Jahre).

Die Studentin der Sozialpädagogik bringt aus ihrer Heimat der Oberpfalz einschlägige Erfahrung nach München mit: Auch dort war sie bereits Übungsleiterin für das Kinderturnen. Neben dem Studium macht sie an der Sportschule Oberhaching ihren Übungsleiterschein.

Der Personalwechsel war notwendig, da die vorherige Übungsleiterin ihren Lebensmittelpunkt aus München weg verlegte. Pandemie, Lockdown und Hygienevorschriften bremsen den Neustart weiter aus. Nach dem Jahreswechsel ging es dann aber endlich wieder in die Halle und ans Equipment. Die beste Nachricht: Die Kurse – bekanntermaßen Visitenkarten des TSV München Ost – werden so begeistert angenommen wie eh und je.

„Die frühe Förderung der Kleinen wirkt sich nicht nur positiv auf Koordination, Ausdauer und Sozialverhalten aus“, erklärt Hannah Röckl. „Kinderturnen weckt lebenslange Begeisterung für den Sport – und nicht zuletzt die Bindung zum Verein.“

WEITERE NEUE ANGEBOTE UNSERER ABTEILUNG:

Zumba & Geräteturnen

Ansprechpartner

Mehr über das breite Angebot zu Turnen, Tanz und Gesundheit und zu den Ansprechpartnern findet ihr unter www.tsv-muenchen-ost.de/angebot/turnen-gesundheit-tanz

Volleyball

Die Volleyballabteilung des TSV München Ost besteht schon seit vielen Jahrzehnten. Hier ein kleiner Überblick der Zusammensetzung der 1. Damenmannschaft in den letzten knapp 40 Jahren.

Historie Damen 1



1984
Trainer Klaus Sanden, Christina Mayer, Gitti Herbst, Andrea Ernst, Moni Raum, Brigitte Oehler, Gisi Faltermeier, Marianne Lehner und Katja Schmitt (v.l.)



1999
H.v.l.: Gisi, Marc, Nina, Andrea, Petra
V.v.l.: Helga, Isabel, Karin, Astrid



2017/18
Oben: Niki, Anne, Nati, Jenny, Mareike, Christine, Ramona;
unten: Alex, Klara, Silke, Vroni, Helga, Johanna



1998/99
H.v.l.: Tanja, Helga, Petra, Nina, Marc, Alexi, Gisi (mit unserem Mini-Maskottchen Franziska, hier 3 1/2 Monate jung), Almuth;
V.v.l.: Astrid, Elke, Anja, Isabel und Karin.



2008
Oben: Sonja, Helga, Niki, Hannah;
unten: Silke, Irina, Andi, Jenny, Elke



2020/21
Oben: Mareike, Nati, Niki; Mitte: Kathi, Carina, Pauline;
unten: Nika, Sophia, Julia, Loisa, Geli, Silke

Auch bei der Spieltagsvorbereitung hat sich in fast 20 Jahren nicht viel geändert...städtische Hallen benötigen zumeist noch etwas Handarbeit, bevor man starten kann!

Und auch der Spruch zur Feier eines erfolgreichen Blocks besteht noch bis heute: „Tibet das Dach der Welt“!

"TIBET, DAS DACH DER WELT"



1999



2018

Aktuelle Teams Saison 2021/22



Erfolge

In den letzten Jahren konnten sowohl Damen 1 und Damen 2 beachtliche Erfolge feiern und treten seit 2019/20 in der Landesliga sowie seit 2020/21 in der Bezirksklasse an.



Oben: Silke, Niki, Kathi, Mareike, Pavla, unten: Sabrina, Loisa, Nati, Carina



v.l.n.r.: Anka, Uta, Isabell, Alex, Anika, Krissi, Karin, Lilli, Anni, Kati

Vor allem in den letzten fünf Jahren ist die Abteilung beständig gewachsen. Inzwischen haben wir drei Damenteam, zwei Jugendmannschaften und ein Seniorinnenteam im Spielbetrieb. Zusätzlich hat sich auch unser gemischtes Freizeit-Team enorm vergrößert, sodass wir nun ein sehr breites Angebot haben. Und wer weiß, vielleicht kommen ja schon bald weitere Teams hinzu. Ganz besonders würden wir uns über männliche Unterstützung freuen!

Ein herzlicher Dank geht an dieser Stelle an alle Spielerinnen und Spieler, Trainerinnen und Trainer und nicht zuletzt all diejenigen, die in den letzten Jahrzehnten ehrenamtlich für die Volleyballabteilung engagiert haben – ohne euer Engagement wäre eine Abteilungsarbeit, so wie sie aktuell läuft nicht denkbar! Wir freuen uns auf die nächsten 125 Jahre!



Ansprechpartner

Abteilungsleiterin Volleyball:
Nicole Unger
Tel: 0162/5404064
e.mail n.v.unger@googlemail.com

Jugendleitung:
Julia Pelger
Tel: 01577/1585550

Web: <http://volleyball-munchen-tsv-munchen-ost.webnode.com>

6

Teams im Spielbetrieb

21,5h

Training pro Woche

> 100

aktive Mitglieder

7

aktive Trainerinnen und Übungsleiterinnen

40

gültige Schiedsrichter-Lizenzen

#nieohneinteam

TSV MÜNCHEN OST



Yoga

01

Anfang 2014 habe ich den Bereich Yoga und mittlerweile auch den Bereich Wirbelsäulentraining übernommen und auf eine sportmedizinische Basis gestellt. So wird in den Stunden auf jeden individuell und ganzheitlich nach Tagesverfassung eingegangen und den Teilnehmenden steht meine sportmedizinische Expertise zur Verfügung. Seit letztem Jahr sind die Konzepte auch von den Krankenkassen anerkannt als zertifizierte Präventionskurse nach § 20 SGB. Hier wird Yoga auch als eine Entspannungsmethode zur Stressreduktion eingesetzt.

Unbeeindruckt von der Pandemie und Lockdownphasen konnte Yoga per Internet ideal unterrichtet werden und eine Kontinuität des Kursangebotes für die Mitglieder gewährleistet werden. Ein Teilnehmerschwund konnte nicht beobachtet werden. Gerade auch Teenyoga war mas-

siv nachgefragt und nicht durch die schulischen Stundenpläne beeinträchtigt. Leider fiel die Teilnahme an der langen Nacht des Yooga aus, bei der wir ja auch schon mit veranstaltet haben.

Im TSV-Ost wird GenussYoga angeboten, mein sportmedizinischer SpezialYoga, der auf den westlichen Körperbau zugeschnitten und besonders gelenk-, sehn-, und bandscheibenschonend konzipiert ist.



02

Er ist die Weiterentwicklung von Elementen verschiedener Yogastile (wie Hatha, Kundalini, power yoga und andere) durch sportmedizinischen Übungsmodifikationen auf der Basis neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse. Dieser Spezialyoga hilft ideal Alltagsbeanspruchungen abzubauen, seitengleiche Körperharmonie wiederherzustellen und sich ohne Konsummittel selbst zu steuern. Mit Sofortwirkungs-Übungen jederzeit herauf- und herunterfahren, Prüfungsstress und Lampenfieber abbauen, mehr Kraft und Ausdauer freizusetzen, von Außeneinflüssen unabhängiger zu werden, etc. - insgesamt ein besseres Selbstwertgefühl zu entwickeln und konzentrierter und gelassener im Alltag zu sein. Abgerundet wird jede Stunde durch Meditation und Yoga nidra. Yoga ist die einzige Bewegungsform, bei der man danach frischer und energiereicher ist als vorher.

Es macht sehr viel Freude zu sehen, wie die Teilnehmenden Fortschritte machen und zu treuen Yoginis und Yogis geworden sind – ohne große Fluktuation.

Letztes Jahr haben wir das Vereinsangebot um Achtsamkeitsyoga und fortgeschrittenes autogenes Training erweitert. Dieses Jahr planen wir das Angebot um AcroYoga und Akrobatik zu erweitern.

Weiter Infos unter www.genussyoga.de und www.sportsarzt.de

Dr. med. Achim Tibor Kunold



03



04

Ansprechpartner

Abteilungsleitung Yoga
Dr. med. Achim Tibor Kunold
Tel. 01525 385 9750
E-Mail genussyoga@gmx.de
Web: www.genussyoga.de



05

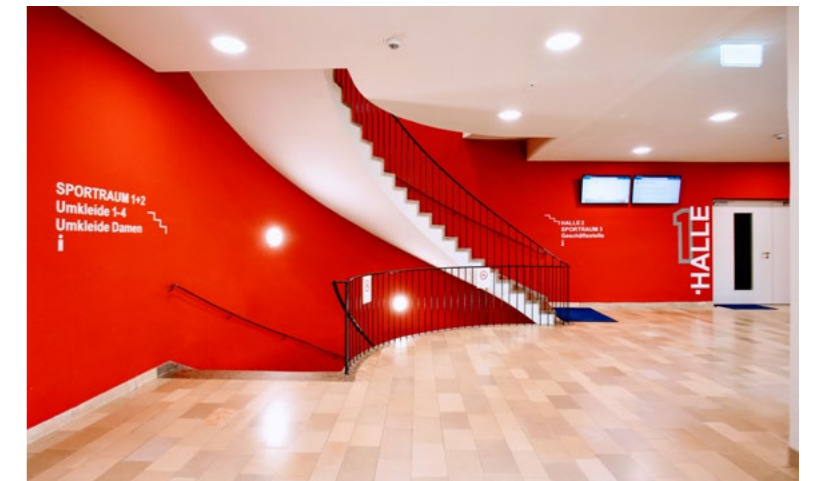
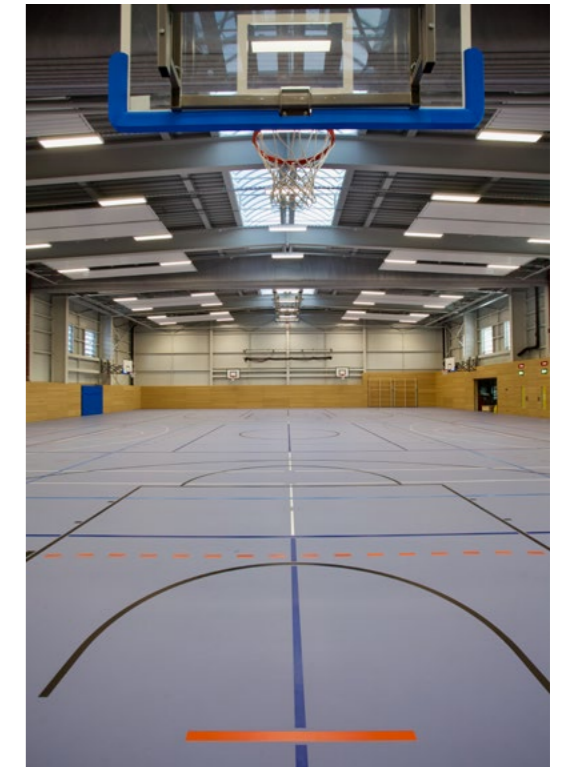
Bei uns macht Sport Spaß

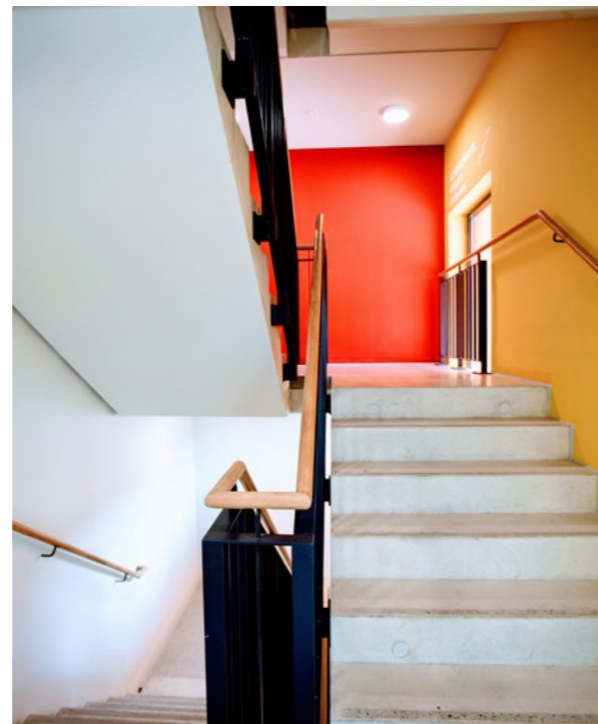


Nach Abschluss der Bauarbeiten kann der TSV München Ost zum 125. Geburtstag eine hervorragende Infrastruktur mit modernen Sportanlagen vorweisen – und das mitten in der Millionenstadt München. Von kleinen Gymnastikhallen bis hin zur unteilbaren Dreifachhalle und attraktiven Außenanlagen können wir allen Sportarten und Sportlern unseres Vereins hervorragende Trainings- und Wettkampfbedingungen anbieten. Unser Verein ist also tipptopp in Form und freut sich, weitere Menschen aus der näheren und weiteren Umgebung als neue Mitglieder zu gewinnen. Hier ein paar Eindrücke von unseren Anlagen. Am besten kommt ihr selbst vorbei:

TSV München-Ost e.V.

Sieboldstrasse 4
81669 München
Telefon (089) 48 73 41
verein@tsv-muenchen-ost.de





Neubauprojekt Dreifachhalle

Nachdem die Vorplanungen für den Erweiterungsbau beim TSV Ost mit Neubau einer zusätzlichen Dreifachhalle mit sportlicher Dachnutzung auf dem bestehenden und zu ertüchtigenden Sporthallenkomplex zunächst aus Kostengründen (16,5 Mio Euro) nicht realisierbar waren, wurde eine neue Planung erstellt – u.a. mit unterschiedlichsten Einsparvarianten, mit Volumenminderung durch Streichung der Sportnutzung auf der Dachfläche und der damit verbundenen und möglichen Änderung der gesamten Baukonstruktion, weg von einem kompakten Bau aus Stahlbeton hin zu einer Systemhalle als Stahlkonstruktion, weitgehendem sanierten Erhalt des Altbestandes in Keller und Erdgeschoss sowie kostenminimierenden Komponenten in Ausstattung und Ausführung.

Eine neue Planung mit DIN-gerechten Kostenberechnung wurde erstellt, die dem Grundgedanken eines Neubaus einer zusätzlichen Dreifachhalle mit allen erforderlichen Nebenräumen sowie eines neuen Fitnessbereiches entspricht und damit den künftigen Anforderungen an unseren Verein (deutliche Steigerung der Mitgliedschaften als Folge der Bevölkerungsentwicklung im unmittelbaren Umfeld) gerecht werden wird – mit Zustimmung der Delegiertenversammlung und des Vereinsrates bei Gesamtbaukosten von brutto ca. 12 Millionen Euro.

Detaillierte Planungen wurden erstellt und Anträge auf Bezuschussung durch die öffentliche Hand (Landeshauptstadt München und Freistaat Bayern) sowie der nötigen Genehmigungen eingereicht. In teilweise zähem Ringen mit zuständigen Behörden (Stadtrat, Kämmerei, Kommunalreferat,

BLSV, Baureferat, Lokalbaukommission, Naturschutzbehörde usw.) ist es gelungen, eine Planung zur Genehmigung vorzulegen, die den Ansprüchen des TSV Ost und den Vorgaben der Behörden entsprechen – und es liegen seit dem 27.12.2018 sämtliche Genehmigungen vor – Baugenehmigungen, Darlehensverträge, Bürgschaften, Baufreigaben und Förderzusagen unserer Fördergeber LH München und Freistaat Bayern.

Im Februar 2019 hat der Bau begonnen. Nach Fertigstellung des Rohbaus fand am 17. Januar 2020 unter zahlreicher Beteiligung von kommunaler Politik, Behörden, Vereinsrat und Baufirmen das Richtfest statt.

Seit Baubeginn ab Mitte Februar 2019 war der gesamte ursprünglich bestehende Hallentrakt einschließlich des gesamten Kellergeschosses und der Verwaltungsräumen im ersten Stock nicht nutzbar. Funktionell erhalten blieb während der gesamten Bauzeit das Gaststättengebäude mit den Umkleide- und Sanitärbereichen im darunter liegenden Kellergeschoss. Das Schwitzkastl war für die Dauer des Um- und Erweiterungsbaus in die obere kleine Halle verlegt. Die Ver-



waltung befand sich im 1. Obergeschoss zwischen Therapieraum und Schwitzkasten. Zugang zum Vereinsgelände erfolgte während der Bauzeit ausschließlich über den bestehenden Eingang in der Sieboldstraße neben dem Kassenhäuschen. Auf der Freianlage beschränkte sich die Nutzung auf das große Spielfeld, drei Viertel der Laufbahn sowie den nördlichen Sektor, da im südlichen Sektor die Baustelle eingerichtet wurde.

Sämtliche durch den Bau betroffene Sportangebote fanden bis zum 16.03.2020 zu 100 % vielfach an anderer Stelle statt, die LH München hat dankenswerterweise genügend Ausweichflächen für den TSV Ost für die gesamte Dauer der Baumaßnahme bereit gestellt. Ein entsprechender Ersatzhallenplan, abgestimmt mit den Abteilungsleitungen, wurde von unseren Mitgliedern überwiegend akzeptiert, auch wenn sich einige Härten ergaben, die jedoch in Anbetracht des Umfangs der Um- und Erweiterungsbaumaßnahmen einfach unvermeidbar waren.

Und dann kam die 1. und die 2. Welle der Coronapandemie! Sämtliche Sportanlagen wurden durch behördliche Weisungen zeitweilig gesperrt, beim TSV Ost ruhte mehrfach der gesamte Sportbetrieb - und wir wussten nicht, wie lange dieser Zustand anhalten wird. Ab Juni konnte der Sportbetrieb, stark eingeschränkt, wieder aufgenommen werden - immer unter strikter Beachtung aller behördlicher Auflagen und strenger Hygienevorgaben.

Es folgte die 3. und 4. Welle mit der erneuten Sperrung aller Sportanlagen für den Vereinssport (Individualsport gibt es im Vereinssport ja kaum). Und wir wussten wieder nicht, wie lange dieser Zustand anhalten wird. Und eine weitere Welle ist leider nicht auszuschließen.

Glücklicherweise wurde die Baumaßnahme nicht behindert oder gar eingestellt. Die Folgen einer zeitweiligen Baueinstellung hätten sowohl im Zeitablauf als auch hinsichtlich der Finanzierung unvorhersehbare Folgen ausgelöst.

Das Bauwerk selbst ist seit Mitte Februar 2021 fertiggestellt. Die Sportfreiflächen sind seit Ende Mai wieder hergestellt. Seit dieser Zeit ist die gesamte Anlage betriebsbereit, bestehend aus der Freisportanlage, dem unverändert funktionsfähigen Gaststättengebäude mit Gaststätte, Kegelbahn, Umkleiden, kleiner Sporthalle und Therapieraum sowie dem Erweiterungsbau mit grundlegend saniertem Kellergeschoss (Umkleiden, Sanitärbereiche, Athletikraum, zwei Multifunktionsräume), der grundlegend sanierten alten Sporthalle im Erdgeschoss, Geschäftsstelle, Umkleiden, Sanitärbereiche und Fitness-Studio im ersten Obergeschoss sowie der neuen Dreifachsporthalle mit Nebenräumen im zweiten Obergeschoss - sofern nicht weitere pandemiebedingte Einschränkungen verfügt werden müssen.

Und die Gesamtkosten der Baumaßnahme liegen, bei möglicherweise leichten Abweichungen durch noch nicht abgeschlossene Streitverfahren, mit 12,2 Mio EURO nur knapp über der vor 4 Jahren erstellten Kostenberechnung. Das ist in der heutigen Zeit eher ungewöhnlich. Etwa die Hälfte dieser Kosten werden durch städtische und staatliche Zuschüsse gedeckt, der Rest muss durch Eigenleistung des TSV Ost (Eigenschaft, Darlehen) erbracht werden.

Die Baumaßnahme hat von uns viel Mut, viel Entschlusskraft, viel Verantwortung und sehr viel ehrenamtliche Arbeit gefordert. Die Tilgung der zu bedienenden Darlehen erfolgt die nächsten 20 Jahre durch einen zusätzlichen Kapitaldienst von jährlich ca. 250.000 Euro.

Das Ergebnis, und dies wird uns von allen Seiten bestätigt, ist hervorragend! Niemand hätte vorher geglaubt, dass der TSV Ost mitten in Haidhausen eine zusätzliche Dreifachsporthalle würde erstellen können. Darauf sollen und können wir stolz sein.

München, Januar 2022

Uli Hesse, 1. Vorsitzender



Stellenangebote

Unsere offenen Stellen und Angebote findet ihr unter [TSV-München-Ost.de/jobs](https://www.tsv-muenchen-ost.de/jobs)

Mittwochabend. Fußballtraining. Mitten in der Stadt. Direkt vor der Haustür. Herrlich! Wenn ich ankomme, liegen Trikots und Bälle meist schon bereit. Das Flutlicht ist an. Es kann losgehen. Unsere 90 Minuten Seniorenfußball sind zwar weder fußballerisch noch fitnesstechnisch eine Offenbarung. Aber allein die Flachserei und das Bier danach machen das Mittwochstraining im Grunde unverzichtbar.

Ja, unter Corona haben Regelmäßigkeit und Gemeinschaft stark gelitten. Nun ist das Ende der Pandemie eingeläutet. Das Vereinsleben kommt wieder auf Touren. Erfreulicher Weise konnte der TSV München Ost die Zeit der pandemischen Sportbremse nutzen für den Neubau. Heute stehen uns grandiose Anlagen zur Verfügung für ein breites Angebot von Sportarten. Wir sind bereit zum Neustart!

Aber halt! Der ganze Verein, jede Sportabteilung, jeder Wettkampf, jedes Training, jede Veranstaltung müssen organisiert, geführt und verwaltet werden. Ein Verein für Breitensport, wie der TSV München Ost, ist kein All-You-Can-Sport-Buffer, wo man an der Kasse 20 € pro Monat bezahlt und dann nach Gusto seine Lieblingssportarten konsumiert. Unser Verein ist wie eine WG-Kü-

che, wo alle ihren kleinen Anteil zahlen und dann viele Hände mit anpacken - vom Einkauf bis zum Aufräumen. Natürlich gibt es Mitglieder, die öfter fleißiger sind. Und ein paar andere, die bei der Einladung zur Mithilfe immer Ohrensausen haben. Das ist wie überall im Leben.

Wichtig ist, dass wir wieder mehr von denen finden, die eine kleinere oder größere Aufgabe im Verein übernehmen wollen. Menschen, die Zeit, Energie und Leidenschaft einbringen in die Vereinsgemeinschaft. In einer Stadt wie München schlummern sicher viele Talente für Abteilungsleiter, Trainer oder „Funktionäre“. Leute, die das früher schon mal gemacht haben, die im Beruf Verantwortung trugen oder diese jetzt im Verein ausüben wollen. Als Lohn winken Anerkennung und Wertschätzung - also genau das, was wir uns in Beruf und Alltag am meisten wünschen... und nur selten erhalten. Hier beim TSV München Ost bekommt ihr das als Sahne obendrauf, tagtäglich. Also auf geht's! Helft mit, unseren Verein in Top-Form zu halten. Einen kleinen Teil dazu kann jeder beitragen. Ihr tut euch damit selbst viel Gutes - für Körper, Geist und Seele.

Thomas Bily

PR und Öffentlichkeitsarbeit
TSV München Ost

Kolumne

Interview

Er war Spieler, Trainer, Vorstand und ist 1. Ehrenmitglied des TSV München Ost. **Rolf Eichinger** hat vor kurzem seinen 85. Geburtstag gefeiert und sitzt fit und fidel mit mir am Esszimmertisch seines Hauses in Taufkirchen. Von ihm will ich heute erfahren, wie er den Wandel im Vereinsleben erlebte und wie er die Zukunft von Vereinssport im Allgemeinen und des TSV München Ost im Speziellen sieht.

Rolf, wie waren denn deine Anfänge bei Ost?

Ich bin gebürtiger Giesinger und habe während meiner Ausbildungszeit mit dem Handball angefangen – in Landshut. Nach meiner Rückkehr nach München wollte ich unbedingt damit weitermachen. Der TSV Ost war einer der wenigen Vereine, die 1955 Handball anboten. Noch dazu quasi vor meiner Haustüre.

Wie sah der Sportalltag aus in jenen Jahren?

Ost war damals schon ein stattlicher Verein mit, wenn ich mich recht erinnere, rund 1.800 Mitgliedern. Uns standen eine Umkleide-Baracke und eine Art Vereinsheim zur Verfügung. Es gab etliche Sparten und, anders als heute, waren viele in diversen Abteilungen aktiv. So war es ganz normal, dass wir Handball auch Basketball spielten oder Kugelstoßer mit ihren kräftigen Armen auch bei uns Handballern glänzen konnten.

Mein Sport war Handball. Wir spielten anfangs Feldhandball. Als der internationale Trend zu Hallenhandball unaufhaltsam war, wurden wir vom TSV Ost zu Handballrebellern in Deutschland. „Wir spielen jetzt Hallenhandball“ war unsere Ankündigung und so befeuerten wir, allen voran mein damaliger Freund Gert Ehrlicher und ich, von der Sieboldstraße aus die Revolution im deutschen Handballsport.

Welche Bedeutung hatte Vereinssport damals?

In den Aufbaujahren nach dem Krieg war der Verein für viele eine Mischung aus Heimat und Zufluchtsort. Das gemeinschaftliche, gesellschaftliche Leben war intensiv und, meines Erachtens, mindestens genauso wichtig wie die sportliche Betätigung selbst. Viele Leute gaben viel Zeit und Herzblut in den Verein: als Übungsleiter oder einfach als Helfer bei einer der vielen Veranstaltungen. Genau darin liegt heute die größte Herausforderung für einen Verein wie den TSV Ost: Menschen zu motivieren, die Zukunft des Vereins aktiv mitzugestalten.

Wie siehst du die Zukunft des TSV Ost?

Die modernen Sportanlagen und das attraktive Einzugsgebiet stellen eine hervorragende Grundlage für eine gute Zukunft. Da wurden die Weichen entschlossen gestellt. In Sachen Führung, Organisation und Übungsleitung scheint mir eine weitere Professionalisierung unausweichlich. Rein auf ehrenamtliches Engagement zu bauen, hielt ich für illusorisch. So haben wir vor kurzem einen hauptamtlichen Geschäftsführer eingestellt. Wir haben sehr gute Argumente, Menschen für den TSV Ost zu gewinnen - egal ob als Sportler, Trainer oder in sonstiger ehrenamtlicher Position. Da wir nicht alles mit Geld bezahlen können, halte ich Wertschätzung und Anerkennung für mindestens ebenbürtige Währungen.

Aber Geld wird nötig sein...

Ganz ohne Frage und berechtigter Weise! Den Wert und die Leistungen von Vereinssport halte ich für deutlich unterbewertet. Bei einer fairen und realistischen Bewertung all dessen, was ein Verein dem Einzelnen und der Gemeinschaft gibt, würden entsprechend angepasste Mitgliederbeiträge und Zuschüsse von Stadt und Land einen Verein locker finanzieren. Es gibt für Kinder und junge Menschen kaum eine bessere Schule für Teamgeist, Rücksichtnahme und Toleranz als Mannschaftssport im Verein. Und ich bin sicher, dass es noch viele weitere seniorige Münchner gibt wie mich, die Freude und Erfüllung finden durch Engagement und Mitarbeit im Verein. Die kontaktarme Corona-Zeit hat uns spüren lassen, was wir am meisten brauchen: eine starke Gemeinschaft und eine gute Zeit mit Freunden. Das alles findet man beim TSV Ost.

Das Interview mit Thomas Bily lässt es erahnen: Rolf Eichinger ist ein Tausend-sassa. Er war Handballrebell, erfolgreicher Spieler und Trainer von der E-Jugend bis zu den Männern. Als Vorstand trieb er den Aufbau des Kindersportclubs oder die Einführung eines Fitness Studios voran. Mit 85 bleibt er sportlich aktiv und betreibt nebenbei einen kleinen Weinhandel. Rolf Eichinger ist ein Glücksfall für den TSV Ost. Alles Gute und auf weitere sportliche Jahre!



02

01

Rolf Eichingers Mitgliedskarte

02

1979 Besuch in Magdeburg als erste deutsche Mannschaft

03

Rolf bei seinem letztem Spiel

04

Rolf Eichinger



01



03



04



Den Mitgliedsantrag findet ihr gleich auf der rechten Seite oder im Netz unter tsv-muenchen-ost.de/mitgliedsantrag



Das wöchentliche Sportprogramm findet Ihr unter tsv-muenchen-ost.de/sportwoche

Die letzten 2 Jahre der Einschränkungen ließen uns spüren, wie wichtig Sport und Gemeinschaft für unser Wohlbefinden sind. Spaziergänge oder Jogging auf Distanz können das gemeinschaftliche Erlebnis mit Freunden und einer Mannschaft nicht annähernd ersetzen. Sport im Verein ist mehr als organisierte Trainingsgruppen für Körpererächtigung. Im Verein geht es um Miteinander, Einsatz, Leidenschaft, Mitfeiern, Feiern, Toleranz und Respekt. Sport im Verein lehrt uns früh, Rücksicht zu nehmen, Mut zuzusprechen oder Anerkennung zu geben. Sport im Verein kann für das eigene Leben eine wichtige Säule sein, die einem Halt und Orientierung gibt, an der man sich aufrichten kann und die einem Energie und Antrieb verleiht.

Der TSV München Ost verschreibt sich dem Breitensport. Bei uns sind alle willkommen, die mit anderen Sport treiben und ihren Teil zum Erfolg, Teamgeist und Verständnis untereinander bringen wollen. Wir stehen für Vielfalt, Fairness und Welt-offenheit. Wir lieben unsere Stadt und die Menschen unserer Viertel. Wir schätzen alle, die jahre- und jahrzehntelang die Treue halten und unseren Verein immer unterstützt haben. Wir pflegen Tradition und sind bedacht auf Fortschritt.

Mit dem Abschluss des Neubaus hat der TSV München Ost den Grundstein gelegt für eine erfreuliche Zukunft. Wir sind ein starker, gesunder Verein mit blitzsauberen, top-modernen Sportanlagen und engagierten Abteilungsleitern und begeisterten Trainern und Sportlern – und sind getragen von rund 3,500 Mitgliedern. Tendenz: Steigend!

Komm dazu und werde ein Teil des TSV München Ost. Sport im Verein war nie so wertvoll wie heute.

Diese Sportarten bieten wir an

Basketball	Fussball	Karate-Ho Kempo	Tischtennis
Bergsport	Handball	Kinder-Sport	Turnen-Gesundheit-
Boxen	Judo	Kyudo	Tanz
Fitness	Karate Do	Leichtathletik	Volleyball
			Sportabzeichen

Antrag auf Mitgliedschaft im TSV München-Ost e.V.

Sieboldstr. 4 · 81669 München · Tel. (0 89) 48 73 41 · Fax (0 89) 6 88 68 21 · e-mail: TSV Muenchen-Ost@t-online.de · www.tsv-ost.de



Eintritt zum	<input type="text"/>	Mitglieds-Nr.	<input type="text"/>
--------------	----------------------	---------------	----------------------

Abteilung

- | | | | |
|---|---|--|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Basketball | <input type="checkbox"/> Bergsport | <input type="checkbox"/> Boxen | <input type="checkbox"/> Capoeira |
| <input type="checkbox"/> Fußball | <input type="checkbox"/> Handball | <input type="checkbox"/> Judo | <input type="checkbox"/> Karate |
| <input type="checkbox"/> Kyudo | <input type="checkbox"/> Leichtathletik | <input type="checkbox"/> Tischtennis | <input type="checkbox"/> Turnen |
| <input type="checkbox"/> Volleyball | <input type="checkbox"/> Yoga | <input type="checkbox"/> Fitness bis 14.00 Uhr | |
| <input type="checkbox"/> Fitness Vollmitglied | | <input type="checkbox"/> ab Stufe II | |
| <input type="checkbox"/> Kindersportschule KISS | <input type="checkbox"/> Mini | | |

Bitte den Antrag gut leserlich – in Druckbuchstaben – ausfüllen! Bei Kindern den Namen des Kindes angeben.

Name: Telefon:

Vorname: männl. weibl. Mobil-Telefon:

PLZ/Ort: e-Mail-Adresse:

Straße/Hausnummer: Beruf:

Geburtsdatum: Schüler/Student Bescheinigung erforderlich ab 18 Jahre Staatsangehörigkeit:

Partnervertrag (Bitte hier den Namen und das Geburtsdatum des Ehepartners angeben):

Familienmitgliedschaft (Bitte alle Familienmitglieder mit Namen, Geburtsdatum u. Abteilung auflühren):

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zum TSV München-Ost. Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Vereinssatzung an. Ich nehme zur Kenntnis, dass der Austritt nur schriftlich zum 30. Juni und 31. Dezember mit einer Frist von 4 Wochen erfolgen kann. Der Austritt aus der Kindersportschule KISS kann nur zum 28. Februar und 31. August erfolgen. Der Erziehungsberechtigte verpflichtet sich mit seiner Unterschrift selbstschuldnerisch zur Bezahlung der Mitgliedsbeiträge für den Minderjährigen und erlaubt dem Minderjährigen, ab vollendetem 16. Lebensjahr das aktive Wahlrecht im Verein auszuüben.

Zahlungsweise: halbjährlich zum 2. Januar und 1. Juli¹⁾ jährlich zum 2. Januar¹⁾.

SEPA Lastschriftmandat

Ich ermächtige den TSV München-Ost, die von mir zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom TSV München-Ost auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Gläubiger Identifikations-Nr.
DE26ZZZ0000008134

Zahler/Kontoinhaber (Name und Anschrift, wenn von oben abweichend):

Zahler-Nr. / Mandatsreferenz

IBAN des Zahlungspflichtigen (max. 22 Stellen)

BIC:

Ort, Datum: Unterschrift des Mitglieds:

Bei Jugendlichen unter 18 Jahren Unterschrift eines Erziehungsberechtigten: Unterschrift des Konto-Inhabers (falls abweichend):

Monatliche Beiträge²⁾ sowie Aufnahmegebühren

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Erwachsene 20 EURO | <input type="checkbox"/> Zusatzbeitrag Fitnessabteilung »s'Schwitzkastl« Vollmitglied 10 EURO |
| <input type="checkbox"/> Ermäßigter Beitrag für Ehepartner eines Mitglieds; Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre; Schüler, Studenten bis 27 Jahre ³⁾ ; Wehrpflichtige ³⁾ ; Zivildienstleistende ³⁾ ; Behinderte ³⁾ ; Münchenpass-Inhaber ³⁾ 14 EURO | <input type="checkbox"/> Zusatzbeitrag Fitnessabteilung »s'Schwitzkastl« bis 14.00 Uhr 6 EURO |
| <input type="checkbox"/> Seniorinnen, Senioren (ab 65 Jahre od. gegen Renten-Nachweis) 14 EURO | <input type="checkbox"/> Zusatzbeitrag »MiniKISS« 10 EURO |
| <input type="checkbox"/> Kleinkinder bis 4 Jahre 7 EURO | <input type="checkbox"/> Zusatzbeitrag »KISS« Stufe II, III, IV 20 EURO |
| <input type="checkbox"/> Familienmitgliedschaft (Eltern mit 1 und mehr Kindern bis 18 Jahre) 35 EURO | <input type="checkbox"/> Zusatzbeitrag Ballet & Jazzdance 6 EURO |
| | <input type="checkbox"/> Zusatzbeitrag Basketball 2,50 EURO |
| | <input type="checkbox"/> Zusatzbeitrag Kara-Ho (wird von der Abteilung eingezogen) |
| | <input type="checkbox"/> einmalige Aufnahmegebühr bis 18 Jahre 5 EURO |
| | <input type="checkbox"/> einmalige Aufnahmegebühr über 18 Jahre 13 EURO |

¹⁾ Bei Eintritt während des Jahres erfolgt eine monatsgenaue Abrechnung und ein Bankeinzug im Monat des Eintritts.
²⁾ Für Spezialkurse werden von einigen Abteilungen zusätzl. zu den Monatsbeiträgen Kursgebühren erhoben. Bitte erfragen Sie diese in der Geschäftsstelle.
³⁾ Es ist zweimal jährlich eine gültige Bescheinigung bis spätestens 15. November und 15. Mai vorzulegen!



Unser TSV München Ost im Web

Nichts ist so schnelllebig wie das Internet. Daher war es an der Zeit, unsere Webseite tsv-muenchen-ost.de zu modernisieren und hinsichtlich Technik und User-Gewohnheiten auf den neuesten Stand zu bringen. Einen kleinen Ausblick auf den zukünftigen Webauftritt gibt euch der Screenshot oben.

Sobald die Webseite online geschaltet ist, werden wir parallel dazu Social Media Kanäle für den TSV München Ost aufbauen.

Unberührt und unabhängig davon bleiben Web-Aktivitäten einzelner Abteilungen. Wir werden auf diese an passenden Stellen verlinken und freuen uns, wenn diese Aktivitäten zur Reichweite unseres Vereins im Netz beitragen. Die einzelnen Sportarten betreiben aktuell folgende eigene Webseiten:

Basketball
Bergsport
Fussball
Handball
Judo
Karate Do
Kyudo
Volleyball

<https://muenchen-ost-basketball.de>

<https://bergsportler.wordpress.com>

<https://www.tsv-muenchen-ost-fussball.de>

<https://www.muenchen-ost-handball.de>

<http://www.judo-ost.de>

<https://www.karate-do-selbstverteidigung.de>

<http://www.kyudo-muenchen-ost.de>

<https://volleyball-muenchen-tsv-muenchen-ost.webnode.com>

Jetzt Trainer werden



Jeder gemeinnützige Sportverein lebt unabdingbar von der ehrenamtlichen Mitarbeit seiner Mitglieder, ohne die er nicht bestehen könnte. Jeder Sportverein lebt aber auch von der Qualität seiner sportlichen Angebote, die in Quantität und Qualität den Ansprüchen der Mitglieder entsprechen müssen. Jedes sportliche Angebot steht und fällt mit der Qualität der jeweiligen Trainer und Übungsleiter.

Grundlage für Qualität ist ein sportfachlich und sportpädagogisch gute Kenntnis hinsichtlich Planung und Durchführung dieser Sportangebote. Diese wird grundlegend mit dem Erwerb einer Trainer- bzw. Übungsleiterlizenz sichergestellt.

Welche Arten von Trainer / Übungsleiterlizenzen gibt es?

Zu unterscheiden sind hierbei sportartübergreifende und sportartspezifische Lizenzen.

Sportartübergreifend ist der <Übungsleiter C Breitensport>, der mit unterschiedlicher Zielgruppe entweder für Kinder und Jugendliche oder für Erwachsene und Ältere erworben werden kann, ebenso der darauf aufbauende <Übungsleiter Breitensport B>, der sich in seiner Zielsetzung unterscheidet nach Sport im Elementarbereich, Sport für Ältere sowie Präventions-/Rehabilitationssport. Diese werden durch den DOSB über den Bayerischen Landes-Sportverband angeboten.

Sportartspezifisch sind die <Trainerlizenzen C, B und A>, auch Fachübungsleiter genannt, sowie der Diplomtrainer. Diese werden durch den DOSB über die einzelnen Sportfachverbände angeboten.

Im alltäglichen Vereinsleben eines gemeinnützigen Sportvereins überwiegen die Übungsleiterscheine/Trainerlizenzen C, die eine solide Grundlage für ein gutes Sportangebot im Verein schaffen.

Welche Voraussetzungen sind notwendig?

Die/der BewerberIn müssen Mitglied im Sportverein sein, über ausreichende Sporterfahrung verfügen, grundsätzlich mindestens 16 Jahre alt sein, über eine gültige Ausbildung in erster Hilfe verfügen und eine gezeichnete Selbstverpflichtungserklärung für ÜbungsleiterInnen vorlegen. Darüberhinaus benötigen wir Einsicht in ein erweitertes Führungszeugnis.

Welche Rahmenbedingungen liegen vor?

Die erworbene Lizenz ist personenbezogen, sie unterliegt nicht dem Zugriff des Vereins. Sie hat nach Erwerb eine Gültigkeitsdauer von 4 Jahren und muss dann mit Nachweis einer entsprechenden Fortbildung verlängert werden. Der Erwerb einer C-Lizenz umfasst 120 Unterrichtseinheiten zu jeweils 45 Minuten und findet in der Regel in Form einer Ausbildungswoche (Montag - Freitag) sowie zwei Ausbildungswochenenden (Samstag - Sonntag) statt, endet mit einer praktischen und theoretischen Prüfung und kostet in der Regel zwischen 600 und 800 Euro.

Von diesen Ausbildungskosten übernimmt z.B. der TSV Ost die Hälfte, sofern sich der Übungsleiter schriftlich verpflichtet, seine Lizenz und seine Tätigkeit mindestens für drei Jahre ausschließlich dem TSV Ost zur Verfügung zu stellen.

Die Tätigkeit als Übungsleiter ist grundsätzlich eine nebenberufliche, für die der Staat eine steuerfreie Pauschale von 3.000 Euro pro Jahr gewährt. Sie wird beim TSV Ost derzeit mit einer Aufwandsentschädigung von ca. 13 Euro pro Stunde vergütet.

Der Vorstand des Hauptvereins schließt mit allen Übungsleitern einen entsprechenden Vertrag ab.

25.06.2022



Aktionstag 125 Jahre Sport beim TSV Ost!

SEHEN - STAUNEN - ERLEBEN

Sei dabei und entdecke unseren Verein!

Am Samstag, den 25. Juni 2022, laden wir dich und deine Freunde herzlich ein zu unserem TSV Ost Aktionstag mit Spiel, Sport, Spaß zum Mitmachen oder einfach nur zum Zuschauen, Flanieren und Genießen.

Zwischen 10 und 14 Uhr präsentieren sich unsere diversen Abteilungen und Sportarten. Wir geben dir Einblicke in unser Sportprogramm für Groß und Klein und stehen für deine Fragen und Anliegen bereit. Und natürlich sorgen wir für gute Unterhaltung und schönes Rahmenprogramm.

Lass dich inspirieren! Komm vorbei und mach dir ein Bild von unserem Verein und den vielen verschiedenen Sportarten, von den Menschen im Verein und von unseren modernen Sportanlagen.



Wo?

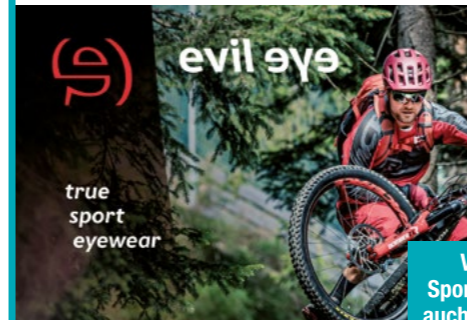
TSV München Ost
Sieboldstrasse 4
81669 München
Neubau und Freigelände

Wann?

25. Juni 2022
10 - 14 Uhr

Wir gratulieren:
125 Jahre
TSV München-Ost

OPTIK GEISLER



gloryfy
be unbreakable

Viele Sportbrillen auch in Ihrer Sehstärke erhältlich.



VAUDE

SCHULSPORT



SPORTBRILLEN



CONTACTLINSEN-SYSTEME



BEI UNS ERHALTEN SIE DIE BESTEN EINSTÄRKEN-, OFFICE-, GLEITSICHT- UND SPORTBRILLENGLÄSER, DANK B.I.G. VISION® VON RODENSTOCK.



RODENSTOCK

Wir sind Ihr Partner für bestes Sehen

Optik Geisler | Am Weißenburger Platz

Weißburger Str. 9 | 81667 München | Tel. (089) 45 87 41-0 | www.optik-geisler.de

HELLE FREUNDE!

125 Jahre TSV München Ost.



www.giesinger-shop.de