GAUTINGER SPORT

GSC MAGAZIN

www.gautinger-sportclub.de

2017/18

WWW.ORTHOPAEDIE-WUERMTAL.DE
Germeringer Str. 5 · 82131 Gauting · Tel. 089 / 85 06 00-0

ÜBAG
Orthopädische Kompetenzzentren Würmtal
Gauting · Herrsching · Tutzing

dr. med. A. Graeb & dr. med. H.-J. Fischer
& Kollegen

Praxen für Orthopädie und Chirurgie
Chirotherapie – Akupunktur – Osteologie
D-Ärzte der Berufsgenossenschaften
MRT-Diagnostik

S-GiroFlex: das mitwachsende Jugendkonto. Genial für junge Leute.

Genau auf das Lebensalter zugeschnittene Vorteile. Und das Beste ist: Wir führen Ihr Konto bis zum vollendeten 27. Lebensjahr kostenlos (gilt für Minderjährige, Schüler, Studenten, Auszubildende und Bundesfreiwilligendienst). Jetzt im Internet oder bei Ihrem Berater informieren!

www.kskmse.de

Kreissparkasse

INHALT

03	EDITORIAL	
04	SCHWIMMCLUB	Film ab!
06	LEICHTATHLETIK	Leoparden, Raketen, Schnecken ...
08	2. GAUTINGER HOBBY-TRIATHLON	
09	BASKETBALL	Mit neuem Erscheinungsbild
10	TAI CHI	Bewegung im Fluss
12	FUSSBALL	Fußballboom & Sterne des Sports
14	TISCHTENNIS	Spannende Welt des Tischtennis
15	JUDO	Dank & Neuanfang
16	VOLLEYBALL	Sonne, Sand, Strandfeeling ...
18	BADMINTON	Technik, Kondition & Taktik
19	KINDERBALLSCHULE	Hoch den Ball!
20	SKIGEMEINSCHAFT FORSTENRIED	Neu und doch schon 50 Jahre Tradition
22	BERGSPORT	Berge, Fitness & Freizeitsport ...
23	TURNEN	Fest im Leben und ein Energiebündel
26	TENNISCLUB	Schnuppern & Spielen – beides willkommen
28	TAEKWONDO	Gautinger Nachwuchs gewinnt Cup
30	EISSTOCK / PÉTANQUE	Pétanque, Wandern, Eisstockschießen
31	SCHACH	Schach ist bei uns Mannschaftssport
32	BASEBALL	Willkommen bei den Gauting Indians ...
34	GSC-NEWS	Leitlinien & Verhaltenskodex
35	GSC-INTERN	Mannschaftsspiel im Hintergrund

IMPRESSUM

Herausgeber	Gautinger SportClub e.V.
Redaktion	Elisabeth Wetlitzky
Gestaltung + Satz	majazorn mediendesign, Stockdorf
Druck	Miraprint Offsetdruck Beiner KG, Gauting
Auflage	7.500 Exemplare
Titelfoto	Elisabeth Wetlitzky

EDITORIAL

Ich war sehr erstaunt, als ich kürzlich auf der Homepage der Gemeinde Gauting gelesen habe, dass es im Gemeindegebiet über 70 Vereine gibt. Dabei meinen doch viele, dass Vereine inzwischen eher altbacken sind, dass sie um Mitglieder kämpfen müssen und dass man dort nur ältere Mitbürger vorfindet.
Für den Gautinger SportClub, den mit Abstand größten der Gautinger Vereine, stimmt das nicht. Wir sind stolz darauf, dass die Mitgliederzahlen steigen, und dass 60% der Sporttreibenden Kinder und Jugendliche sind. Besonders freut uns, dass einige der ehemaligen Jugendlichen dem Verein erhalten bleiben und sich als junge Erwachsene in verantwortlichen Positionen – als Trainer, Jugendwart oder sogar Abteilungsleiter – engagieren.
Bemerkenswert ist hier die Vereinsgründung der Skischulgemeinschaft Forstenried-Gauting: Fünf Skilehrer im Studentenalter haben sich zusammengetan, um den Skischulbetrieb und die Nachwuchsförderung eigenständig zu managen. Keiner von ihnen weiß, ob er auf Dauer in Gauting bleiben wird, keiner plant, sich für Jahrzehnte zu verpflichten. Sie bringen sich jetzt eine Weile ein und vertrauen darauf, dass es jemanden geben wird, der den Staffelstab übernimmt, wenn sie nicht mehr zur Verfügung stehen.
Übrigens: Um unser Sportangebot nutzen zu können, müssen Sie noch nicht einmal Mitglied bei uns werden. An bestimmten Fitness-Stunden (u.a. Pilates oder Functional Training) können Sie mit einer Kurskarte teilnehmen, d.h. Sie bezahlen nur, wenn Sie da sind. Toll für alle, die viel unterwegs oder vielbeschäftigt sind.
Und ganz kostenlos ist derzeit die Benutzung unserer neuen Beachvolleyballanlage. Probieren Sie sie doch einfach mal aus oder lassen Sie sich von den kommenden Seiten inspirieren. Alle Abteilungen freuen sich, wenn Sie vorbeikommen, um zu schnuppern.

Herzlichst

Elisabeth Wetlitzky

Elisabeth Wetlitzky, Vorsitzende

Film ab!

Es kommt nicht häufig vor, dass sich ein Fernseh-Team ins Freibad verirrt, aber am 30. Mai war es soweit, und wir mitten dabei! Für die Serie „Vereinsportraits“ drehte SAT 1 (Bayern) beim GSC und filmte uns Schwimmer während des Trainings. Was nach einer ganz normalen Übungsstunde aussehen sollte, war in Wirklichkeit „Schwimmen nach Drehbuch“ und verlangte gerade von den Kleinen echte Disziplin. Zur Belohnung gab’s hinterher ein dickes Eis!

TRADITIONELLES SEESCHWIMMEN

Eines der Sommer-Highlights ist die Überquerung des Starnberger Sees in Co-Operation mit der Abteilung Bergsport. Ganz in der Früh (bevor die Schifffahrt ihren Dienst aufnimmt) geht es mit dem Speed-Boot der DLRG von Possenhofen nach Leoni. Jetzt noch ab in den roten Badeanzug und wir fühlen uns wie Pam Anderson in „Baywatch“!
Von Leoni schwimmen wir zurück zu unserem Badeplatz in Possenhofen, immer in Begleitung des Rettungsbootes. Die Genuss-Schwimmer benötigen hierfür knapp eine Stunde, und die Ambitionierten durchkraulen den See in 40 Minuten. Ein stärkendes Frühstück erwartet uns bei der Rückkehr!

INSIDER-TIPP

Jedes Mitglied des Schwimmclub Gauting erhält 50% Ermäßigung auf die Saisonkarte im Freibad!

SCHWIMMKURSE FÜR FLÜCHTLINGE

Das dritte Jahr in Folge bietet der SC Gauting ehrenamtlich Schwimmkurse für Flüchtlinge an. Diese Kurse werden überaus gut angenommen, unterstützt vom Helferkreis Asyl Gauting. Bei viel Spaß auf beiden Seiten stellt uns das wöchentliche Training trotzdem jedes Mal erneut vor spannende Herausforderungen. Menschen aller Nationalitäten in unterschiedlichster Bekleidung tummeln sich im kühlen Nass und werden langsam vertraut mit dem (gefährlichen) Element Wasser. Dabei gilt es, die strikte Trennung Männlein / Weiblein im Auge zu behalten. Trotz aller Anstrengung (gerade im sprachlichen Bereich) ist der Kurs ein Gewinn für Schwimmer wie Trainer. Wir geben unsere Schwimmkenntnisse weiter und erhalten dafür Einblicke in fremde Religionen, Sitten, Bräuche und Traditionen!

Antje Feser

Friedens-Apotheke
Apothekerin Manuela Schuster-Baumann e. K.
Hubert-Deschler-Str. 11, 82131 Gauting
(089)8503030, info@friedens-apotheke.net

PHOTO Studio
Hubert-Deschler-Str. 11
82131 Gauting
089/820 33 46
0151/240 60 781
info@fotostudioschuster.de
www.fotostudioschuster.de

Leoparden, Raketen, Schnecken ...

DER WÜRMICUP 2017

Am 22. Mai wurde bei gewohnt strahlendem Sonnenschein der WürmiCup in Gauting ausgetragen. Es fanden sich 110 Kinder im Alter von fünf bis elf ein, um sich in drei Altersklassen in jeweils drei Disziplinen zu messen – Laufen, Springen und Werfen. Die 35 Gautinger Athleten konnten sich wie immer mit Gästen aus Puchheim, Gilching und Hechendorf messen. Die zahlreich mitgereisten Eltern wurden entweder als Helfer eingespannt oder konnten den Spätnachmittag als Zuschauer genießen. Die Kinder traten nun in Gruppen mit einer Größe von sechs bis zwölf Kindern gegeneinander an, nachdem sie sich zunächst Teamnamen wie „Die schnellen Leoparden", „Blaue Raketen", „Die lahmen Schnecken", „Die Windhunde" oder „Gilchings Superteam" überlegt hatten.

Die zu absolvierenden Disziplinen waren: Heulerweitwurf, Weit-Hochsprung (hier mussten die Sportler über eine aufgelegte Latte in die Weitsprunggrube springen, wobei die aufgelegte Höhe der Latte entscheidend war) und 40m-Sprints aus verschiedenen Positionen. In der Wettkampfklasse U12 wurde der Weit-Hochsprung durch eine richtige Hochsprungkonkurrenz ersetzt, wobei die Scherensprungtechnik gefordert war. Zudem sprinteten die Größeren 50m aus dem Startblock.

Nach einer Wartezeit, die mit einem kleinen Sommerbiathlon (laufen und Ziele abwerfen) gefüllt wurde, standen die Platzierungen endlich fest. Bei der Siegerehrung bekamen die Athleten abschließend alle eine Urkunde und etwas Kleines zum Naschen. Nach einem aufreibenden Wettkampf war der Tag dann für alle beendet, und es ging für alle müden Sportler und Helfer nach Hause ins Bett.

Martin Naser

NEUE TRIKOTS

Wie einige der anderen Vereine schon seit längerem, können die Gautinger Athleten mittlerweile auch mit einheitlichen Trikots an den Start gehen. Jedes Kind hat nun ein dunkelblaues Funktionsshirt, gesponsert von dem Bollywood-TV-Sender ZeeOne. Wie man auf dem Bild nur erahnen kann, sind die Kinder darauf zu recht mächtig stolz.

... Jung & Alt

SPORTABZEICHEN-ABNAHME IN GAUTING

Das Deutsche Sportabzeichen hat bundesweit Tradition. So auch in Gauting, wo sich seit vielen Jahren alljährlich eine hochmotivierte Gruppe am Sportplatz zusammenfindet, um gemeinsam das Deutsche Sportabzeichen abzulegen. Jeden Donnerstag zwischen den Pfingst- und den Sommerferien kommt am frühen Abend, ab 17.30 Uhr, eine nette Mischung aus Jung und Alt zusammen. Dabei darf der Spaß natürlich nicht fehlen, neben dem gesellschaftlichen Austausch steht vor allem das gemeinschaftliche Training im Vordergrund. Dadurch, dass das Deutsche Sportabzeichen so vielseitig ist – es enthält Aufgaben aus dem Turnen, der Leichtathletik, dem Schwimmen sowie dem Radfahren – fällt es dem ein oder anderen schwer, sich für lediglich vier Disziplinen zu entscheiden. Ausprobieren kann man natürlich mehrere. Um das Deutsche Sportabzeichen zu erhalten, muss man bestimmte Anforderungen in jeweils einer Disziplin aus den Bereichen Koordination, Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer erfüllen. Je nach Vorliebe darf jeder selber aus den Diziplinen, z.B. Hochsprung, Schleuderballwerfen, Geräteturnen oder Seilspringen im Bereich Koordination, wählen. Dass Sporttreiben lebenslang Freude bringen kann, sieht man u.a. daran, dass manch einer bereits das 50. Mal das Deutsche Sportabzeichen abgelegt hat. Nichtsdestotrotz freut sich die Gruppe auf Neuzugänge!

Vroni Ries

Malereibetrieb
Horst Maier
seit 1966 Innungsfachbetrieb
Maler-, Lackier- und Tapezierarbeiten
- Dekorative Wandgestaltung
- Wisch- und Marmortechniken
- Beschichtung von Metalldächern
- Fassadengestaltung
- Bio-Anstriche

Oberbrunner Weg 3
82131 Gauting
Telefon 089/8 50 58 64
Telefax 089/8 50 43 14
www.maler-malereibetrieb.de
mail: Info@maler-malereibetrieb

SEIT 1948
SIEBER
BRILLEN · KONTAKTLINSEN · UHREN · SCHMUCK
www.sieber24.de | 089/8505688
Bahnhofstraße 24 | 82131 Gauting

landhotel türmer
Landhotel garni Türmer
Buchendorf
Inh. Christine Türmer
Neurieder Straße 26
82131 Gauting/München
Fon: +49 (0)89-850 64 66
Fax: +49 (0)89-893 41 223
info@landhotel-tuermer.de

2. GAUTINGER *Hobby-Triathlon*

30 Jahre lang war der Gautinger Gemeindelauf ein feststehender Termin im Gautinger Veranstaltungskalender. Dann schien das Konzept überholt. Der Gemeindelauf wurde eingestellt.
Antje Feser, Leiterin der Abteilung Schwimmen, bedauerte das Fehlen einer Gesamt-GSC-Veranstaltung so sehr, dass sie nach einem neuen Format suchte. Sie gewann ihre Abteilungsleiter-Kollegen von Bergsport und Leichtathletik für die Idee eines Hobby-Triathlon, der sowohl von Einzelstartern als auch von 3-er-Staffeln absolviert werden kann. 2016 fand der Triathlon zum ersten Mal statt und war gleich so gelungen, dass er unbedingt wiederholt werden sollte. 89 Teilnehmer (41 Einzelkämpfer und 16 Staffeln) meldeten sich für den 24.06.17 an. Pünktlich um 16.00 Uhr ging's los: 4,4 km Laufen durch den Wald, Übergabe im Freibad oder selbst ins Becken springen, 300 Meter Schwimmen in beliebigem Stil, raus aus dem Becken, den Hügel hinaufrennen, wieder Übergabe oder selbst aufs Rad, 9,6 km Strampeln bis zur Zieleinfahrt im GSC-Stadion – geschafft!
Die gut gelaunten Zuschauer applaudierten lautstark und anerkennend allen Eintreffenden. Bei der Siegerehrung gab es Urkunden für alle und ein herzliches Dankeschön für alle Organisatoren. Schön war's.
Alle Bilder und Zeiten finden Sie im Internet auf unserer Homepage **www.gautinger-sc.de**

Elisabeth Wetlitzky

GAUTING BÄREN

★ DIE BASKETBALLABTEILUNG DES GSC GAUTING ★

Mit neuem Erscheinungsbild in eine erfolgreiche Zukunft

Im Zuge einer Neustrukturierung hat die Basketball-Abteilung gleich mehrere Körbe versenkt: Sie wurde nicht nur vergrößert, sondern erhielt mit den **„Gauting Bären"** auch ein neues, starkes Erscheinungsbild – beste Voraussetzungen also, um erfolgreich in die neue Saison zu starten.
Auch vom Spielfeldrand ist viel Positives zu vermelden: Henrik verstärkt das bestehende Trainerteam von David, Norbert und Marc, um die Mannschaften der U8, U10, U12/14 und auch die ambitionierten Mannschaften der Damen und Ü40-Herren professionell zu betreuen.
Ziel der Gauting Bären ist es, Basketball bei Kindern und Jugendlichen sowohl sportlich weiter zu etablieren, als auch den Lifestylefaktor dieser Sportart zu stärken und die Kinder für das Vereinsleben zu begeistern. Neben den sportlichen Aktivitäten gibt es auch weitere Angebote wie Teambuilding-Workshops und Trainingslager, mit denen sich die Kinder und Jugendlichen persönlich und sportlich weiterentwickeln können.
www.gauting-baeren.de
www.facebook.com/GautingBaeren

Bernd Burgmaier

▲ *Neuer Name – Neues Trikot*

▲ *Die Mannschaft der U8*

▲ *Die Mannschaft der U10*

▲ *Die Mannschaft der U12/U14*

stoll
Immer für Sie da.
Ganz einfach!
Öffnungszeiten:
Mo-Fr 9.00 - 12.30 Uhr
und 14.30 - 18.00 Uhr
Die IT-Experten
stoll
Stoll Computersysteme GmbH | Die IT-Experten
Starnberger Str. 17 | 82131 Gauting
T 089-550 608-0 | F 089-550 608-44
info@stollcomputer.de | www.stollcomputer.de

Praxis für
Physiotherapie
& Osteopathie
Sabine Stute
Physiotherapeutin
Osteopathin
Heilpraktikerin
Münchener Str. 4 · 82131 Gauting · Tel.: 089 - 89 31 12 95
www.osteopathie-stute.de

Bewegung im Fluss

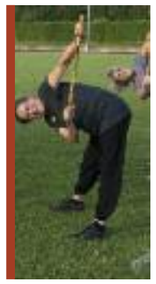
QIGONG ALS THERAPIE ODER EINFACH ZUM ENTSPANNEN

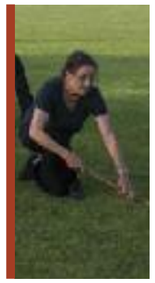
Die Qigong-Gruppe hat sich trotz anfänglicher Startschwierigkeiten fest in unserer Abteilung etabliert. Zunehmend wird diese Sportart von Ärzten als begleitende Therapie empfohlen. Die langsamen Bewegungen mit rhythmischem Wechsel des Gewichts von einem Bein auf das andere, dem Öffnen und Schließen der Gelenke, dem Anspannen und Entspannen steigern die Beweglichkeit und wirken dem Stress entgegen. Unsere erprobte Trainerin Ping Han bietet spezielles Qigong – je nach Teilnehmerbedarf – entweder **KNOCHEN-, HERZ-** und **KREISLAUF-** oder **LUNGEN-QIGONG** an.
Obwohl der „harte Kern" des QG-Kurses nun schon Jahre dabei ist, fällt es Neueinsteigern nicht besonders schwer, sich zu integrieren. Da der Kurs auf 15 Teilnehmer begrenzt ist, sollte man sich frühzeitig anmelden.

KURSBEGINN IM HERBST: 13.09.2017

TAI CHI: NEUES ANGEBOT

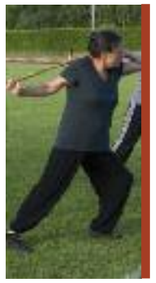
Bisher hatten wir „nur" **FAUST -, SCHWERT-** und **FÄCHERFORM** in unserem Programm, seit letztem Jahr trainieren wir nun die **STOCKFORM** nach Yang Sheng Zhang.
Der Kurzstock ist im Tai Chi eine Waffe und Gesundheitsgerät.
Die Stöcke stellen einen wichtigen Teil des Waffenrepertoires im Tai Chi Chuan dar. Als die Mutter aller Waffen ist der Stock die einfachste Waffe zur Verteidigung. Er ist deshalb nicht unbedingt leichter zu handhaben, denn im Gegensatz zu den Hieb- und Stichwaffen wie Schwert oder Säbel hat er zwei Enden und beide werden eingesetzt – zu Schlägen, Stößen, Hieben etc.
Der Tai Chi-Kurzstock gilt als die Waffe der wandernden Mönche, er wird auch „Wanderstab" genannt, da die daoistischen Priester ihn als Spazierstock nutzten, mit dem sie sich gegebenenfalls gegen wilde Tiere verteidigen konnten. Der Überlieferung nach entwickelte der daoistische Priester Wang Chongyang für den Wanderstab Anwendungen für den Kampf, die er dann in einer Tai Chi-Kurzstockform zusammenfasste.





Die Stöcke in ihren verschiedenen Längen sind als eigenständige Gattung für das Waffentraining äußerst interessant. Insbesondere das Training mit kürzeren Stöcken, dem geraden Stock (**GUN**) oder auch dem Spazierstock (**GUAI GUN**) gilt als ideale Vorbereitung für das Training mit Schwert (**JIAN**) oder Säbel (**DAO**). Traditionell wurden in den Tai Chi-Schulen Chinas drei Arten des Stockes benutzt: Der gerade Stock (**GUN**), der mit Metallkappen an den Enden versehene Stock (**SHUI HUO GUN**) – die metallenen Enden sollten die Schlaghärte erhöhen und ein Aufsplittern der Enden verhindern – und der Stock mit spitzer Metallkappe (**GUN QIANG**) um auch Rüstungen zu durchstoßen.
Wir führen die Stockform nach Yang Sheng Zhang mit dem geraden Stock (Gun) von 70-120 cm aus, der in Europa bekanntesten Stockart.
Nach Yang Sheng Zhang mit dem „Gun", Tai Chi Fitness-Stock bzw. Tai Chi Fitness-Stab umzugehen, ist eine seit 2010 in China praktizierte gemäßigte Abfolge des Stockkampfs in acht Bildern. Die Techniken sind wie die Waffenart einfach, es wird geschlagen, gestoßen, geblockt oder gefegt.
Basierend auf Aufzeichnungen von „Daoyin Tu", die bei Ausgrabungen eines königlichen Grabes in Mawang Dui bei Changsa, Provinz Hunan, zu Tage kamen und angelehnt an bekannte Übungen mit dem Tai Chi-Stab wurde diese Form unter Berücksichtigung der Tai Chi Chuan-Prinzipien von Experten entwickelt.
Mittels des Stockes wird der ganze Körper bei der Ausführung der spiralförmigen und runden Bewegungen vom Kopf bis zum Fuß stimuliert. Die Bewegungen werden locker aus der Taille ausgeführt. Beim Üben der Tai Chi-Kurzstockform werden alle Organe und der ganze Körper mit Qi und Blut versorgt. Der Beckengürtel und die Schultern werden trainiert und damit Rückenproblemen vorgebeugt. Die Beinmuskulatur wird gekräftigt und die Gelenke beweglich. Die Konzentrationsfähigkeit verbessert sich. Der Umgang mit dem Tai Chi-Kurzstock stärkt und massiert den Körper, die Schnelligkeit aus der Ruhe und die Beweglichkeit von Armen und Beinen werden trainiert. Für Praktizierende der langsamen Faustformen des Tai Chi Chuan oder auch des Qigongs ist die Stock-Form eine sinnvolle Ergänzung. Aber auch für Anfänger ist diese Form ein einfacher Einstieg in die „inneren Kampfkünste". Bei ausreichender Teilnehmerzahl bieten wir auf Anfrage auch Wochenendseminare an.

Barbara Pregnolato



BUCHHANDLUNG KIRCHHEIM MARC SCHÜRHOFF
Nutzen Sie auch unseren
Onlineshop: 24-Stunden
Bestell- und Versand-Service
www.kirchheim-buecher.de
Bahnhofstr. 30 · 82131 Gauting · Telefon 089/850 35 11

Kinder- und Jugendarztpraxis
Privatpraxis, Homöopathie
Dr. med. Anne Katrin Rothe
FÄ für Kinder- und Jugendmedizin
Paul-Hey-Str. 1 (Ecke Ammerseestraße)
82131 Gauting · Tel. 089/ 55 21 39 77
Sprechstunden nach Vereinbarung
mail@dr-rothe.de · www.dr-rothe.de

INTERSPORT®
HAINDL
Bahnhofstr. 22 · 82152 Planegg · Tel. 0 89/8 59 85 81
Römerstr. 13 · 82205 Gilching · Tel. 0 81 05/44 00
www.intersport-haindl.de

Fußballboom

Fußball boomt weiterhin in Gauting: In **16 Jugendteams (5 – 19 Jahren)**, **2 Herrenteams** und **2 Inklusionsmannschaften** wird beim GSC gekickt. Und das zum Teil mit beachtlichem Erfolg – die B-Jugend errang die Meisterschaft in der Kreisklasse, die C-Jugend dominierte ihre Gruppe und steigt in die C-Klasse auf, und auch andere Teams mischen in ihren Ligen vorne mit. Wermutstropfen der Saison war allerdings der vermeidbare Abstieg der 1. Herrenmannschaft aus der Kreisklasse.
Falls ihr Lust auf Fußball habt und nette, neue Teamkameraden sucht, dann seid ihr bei uns goldrichtig: Probetraining vereinbaren und neue Erfahrungen sammeln. Wir freuen uns auf euch.
Jens Rindermann, Abteilungsleiter Tel. 089 850 56 12
Jens.Rindermann@gmx.de

Sterne des Sports

2. PLATZ BEI „STERNE DES SPORTS 2016“

Einen tollen Erfolg konnte die Fußballjugendabteilung des Gautinger SC verbuchen. Für das Fußballhallen-Highlight **„Webasto-MiniCup“**, das 2017/18 bereits zum 17. Mal stattfindet, wurde der GSC als Preisträger des Wettbewerbs **„Sterne des Sports“** vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) und den Volksbanken Raiffeisenbanken ausgezeichnet.
Walter Moser, Landesverbandsvertreter des DOSB und GSC-Mitglied, sowie die Geschäftsführung der VR Bank Starnberg-Herrsching-Landsberg übergaben den Vereinsvertretern in einer stilvollen, kleinen Zeremonie Urkunde, Sterne-Pokal und einen Scheck über 1.000 € für den hervorragenden 2. Platz auf regionaler Ebene.
Seit 2002 können sich die 8 bis 9-Jährigen des Gautinger SC mit ihren Altersgenossen aus den „großen Clubs“ messen. Der MiniCup für U10-Junioren zählt mittlerweile zu den bekanntesten und bestbesetzten Junioren-Hallenfußballturnieren in Süddeutschland. Seit vielen Jahren halten begehrte Teams wie der FC Bayern München (viermaliger Rekordsieger), Red Bull Salzburg, FC Augsburg, 1. FC Nürnberg, Greuther Fürth und der TSV 1860 München (Sieger 2017) dem Turnier die Treue. Auch der VfB Stuttgart, Hertha BSC Berlin, TSG 1899 Hoffenheim, Eintracht Frankfurt und der Hamburger SV traten hier schon an. Viele Toptalente zeigen im jungen Alter schon ihre fußballerische Extraklasse. Am weitesten brachte es bisher der Jungnationalspieler Timo Werner, der 2006 in Gauting entscheidenden Anteil hatte, dass der VfB das Turnier gewann.
Seit 2016 wird das Turnier nun noch durch ein Einlage-Freundschaftsspiel des Inklusionsteams des Gautinger SC bereichert.
Den Preis verdiente sich der GSC vor allem für das jahrzehntelange ehrenamtliche Engagement seiner Verantwortlichen, Trainer und Eltern. In diesem Zusammenhang gilt ein besonderer Dank auch den Sponsoren, u.a. Webasto, der Kreissparkasse und vor allem auch Hans Belling, THERMOzyklus, Gauting-Paris, die seit Jahren das Turnier unterstützen.
Zur feierlichen Preisübergabe zählte auch eine Stadionbesichtigung. Die FC Bayern-Kabine fand den größten Anklang.

Jens Rindermann

▼ *v.l.n.r. Walter Moser (Vorsitzender des BLSV Kreisverband Starnberg)*
Thomas Vogl (Vorstand VR Bank Starnberg-Herrsching-Landsberg)
Thommi Behringer (Teammitglied Inklusionsteam), Dr. Wolfram von Rhein (MiniCup-Verantwortlicher)
Pauline Krumme (Teammitglied Inklusionsteam)
Johann Oberhofer (Marketingleiter VR Bank Starnberg-Herrsching-Landsberg)

ERFOLGREICHE TRAINERQUALIFIZIERUNG

Der GSC ist in der Torwartausbildung gut aufgestellt. Jürgen Wölm, unser Torwarttrainer (Schwerpunkt im Herren-Bereich) absolvierte in der Zeit vom 29.05. – 02.06.2017 in der Sportschule Schöneck bei Karlsruhe erfolgreich den DFB Torwarttrainer-Leistungskurs. Mit dem neu erworbenen Wissen wird Jürgen unsere Großfeldtorhüter noch fitter machen.

▲ *Unsere Jungs mit Marcelo*

◀ *Daniel Bierofka übereichte zusammen mit Wolfram von Rhein die Medaillen*

Praxisgemeinschaft für Kieferorthopädie
Stephanie Schmid alle Kassen und privat
Dr. Christian Weiger nur privat
Ledererstraße 11 | T 089 325 986 444 | info@kfo-gauting.de
82131 Gauting | F 089 325 986 455 | www.kfo-gauting.de

SCHUH-LINSE
GAUTING
P. S. Linse GmbH
Münchener Strasse 8 | 82131 Gauting
Internet: www.schuh-linse.com

LIEFERSERVICE - TCM - VERLEIH
godo apotheke
Florian Wiedemann e.K.
Pippinplatz 4a
82131 Gauting
Tel.: 089/8505652
Fax: 089/8500711
info@godo-apotheke.de
www.godo-apotheke.de

Spannende Welt des Tischtennis

Draußen 35°, in der Halle gefühlte 45°: Trotzdem sind Sportler in der Halle und schwitzen. Draußen minus 10° und Schneefall: Trotzdem fährt ein Auto mit Sportlern im Kriechtempo über die Landkreisstraßen. Was treibt diese Leute eigentlich? Warum tun sie sich das an?
Die Antwort ist eine der einfachsten, spannendsten und anspruchsvollsten Sportarten der Welt: Tischtennis.
Einfach, weil geeignet für Jung und Alt. Wenn man beobachtet, wie viele Jugendliche gerne Tischtennis spielen, ist das immer wieder faszinierend. Es wird keine komplizierte und vergleichsweise teure Ausrüstung benötigt. Durch die hohe Dichte an Vereinen im Landkreis, die fast alle auch eine Tischtennis-Abteilung aufweisen, sind die Wege zur Teilnahme an Wettkämpfen kurz. Beeindruckend bleibt auch immer wieder, wieviele Sportler bis ins hohe Alter hinein den Sport aktiv ausüben und auch am Wettkampfgeschehen teilnehmen.
Spannend, weil jede Wettbewerbssituation sich auf eine leicht überschaubare Fläche konzentriert. Schon früh schaffen es auch Kinder, die notwendige Präsenz an der Platte zu zeigen, sodass auch sie an Wettkämpfen und Meisterschaftsrunden teilnehmen können. Dafür stehen auch im SC Gauting engagierte Trainer bereit, die es den Jugendlichen ermöglichen, diese Erfahrung zu machen. Viele bleiben ihre ganze Jugend dabei und schaffen es so, in die 1. Jugendmannschaft vorzurücken und dort um die Kreismeisterschaft mitzuspielen.
Anspruchsvoll, da Tischtennis ein hohes Maß an Reaktionsschnelle, Konzentration und Ausdauer erfordert. Kaum ein Sport trainiert und vereint diese Fähigkeiten so sehr wie Tischtennis. Wer es schafft, Konzentration und Fitness über einen halben Tag bei den Kreismeisterschaften aufrecht zu halten, darf getrost stolz auf sich sein. Kinder und Jugendliche lernen hier schnell und spielerisch, bei der Sache zu bleiben und diesen Anspruch der Sportart zu verinnerlichen. Der Spaß kommt dann ganz von selbst und ein bisschen Ausgleich haben wir beim SC Gauting noch immer gefunden.
Der Zugang zur Sportart ist leicht möglich, auch außerhalb von einem regulären Trainingsbetrieb finden sich vielfältig Platten, wo Jugendliche in ihrer Freizeit aktiv werden können. Nach König Fußball, dem Volkssport Nr. 1, gibt es wohl nur wenige Sportarten mit so vielen Spielmöglichkeiten im öffentlichen Raum. In München gibt es immerhin an die 200 Standorte mit Platten, die dort meist auf Bürgerwunsch aufgestellt werden. Eine Aufforderung zum Spiel ist da oft überhaupt nicht notwendig. Und über pingpongmap.net, dem Google Maps für Tischtennisplatten im Internet, lassen sich diese Standorte auch leicht finden.
Die Tischtennis-Welt wird von Chinesen dominiert, so auch wieder bei den diesjährigen Weltmeisterschaften in Düsseldorf. Aber die Verankerung als Breitensport in Deutschland und das hohe Potenzial an Spielern sorgt dafür, dass sich immer wieder starke Herausforderer finden. Also auf und Schläger in die Hand! Ob die Platte in der Garage, auf der Terrasse oder auf dem Schulhof steht, einfach loslegen! Und wenn ihr Lust habt, einfach mal in der GSC-Halle vorbeischauen, da kommt ihr genauso einfach rein. Nur die Chinesen schlagen, wird dann etwas schwieriger...

Gregor Gehauf

Fotos © Fotostudio Schuster

Judo: Dank & Neuanfang

FÜHRUNGSWECHSEL NACH 43 JAHREN ABTEILUNGSLEITUNG!

Die Judoabteilung wurde am 10. Mai 1968 gegründet. Bereits damals war Adolf Storch (Storchi) tatkräftig an der Gründung beteiligt. Nur 5 Jahre später übernahm er die Abteilungsleitung. In den letzten Jahren kam immer wieder die Frage auf, wer die Abteilungsleitung übernehmen soll. Als 2016 Neuwahlen anstanden, ließ sich Storchi nicht zur Wahl aufstellen. Auch Schriftführerin Karin Languth und Jugendleiter Stefan Harter standen nicht mehr zur Wahl.
Neue Leute mussten her. Das ist gar nicht so einfach, wenn die erwachsenen Mitglieder der Judoabteilung sich an einer Hand abzählen lassen. Ulrich Vollmer (Uli) war recht bald damit einverstanden, im Vorstand mitzuwirken. Somit brauchte es nur noch einen Abteilungsleiter. Rupert Kleinknecht (Ruppi) war bereit, diesen Posten zu übernehmen. Leider konnte kein Jugendleiter nominiert werden.
Am 15. März 2016 war es dann soweit, der neue Vorstand wurde gewählt : Rupert Kleinknecht als neuer Abteilungsleiter und Ulrich Vollmer als Schriftführer / Stellvertreter. An dieser Stelle nochmal ein herzliches Dankeschön an den bisherigen Vorstand. Besonders an Storchi für seine 43 Jahre Abteilungsleitung! Er steht der Judoabteilung immer noch als Übungsleiter und als Prüfer zur Verfügung.

Rupert Kleinknecht

DER NEUE VORSTAND KURZ VORGESTELLT

RUPERT KLEINKNECHT		ULRICH VOLLMER	
Alter:	32	**Alter:**	47
Mitglied seit:	1995	**Mitglied seit:**	4 Jahren (2013)
Judo seit:	1995	**Judo seit:**	1976
Graduierung:	1. Kyu	(mit fast 30-jähriger Pause)	
Jugendleiter:	2006 – 2012	**Graduierung:**	4. Kyu
Hilfstrainer:	seit 2000		
Lizenz-Trainer:	seit 2013		

Flower-Power bei
Blumen Auer
Starnberger Str. 18 • 82131 Gauting
Telefon 089 / 850 73 45
www.auer-blumen.de

Tutal's Früchte
Münchener Str. 5 82131 Gauting
Tel. 089/89 30 96 69 · Fax 089/89 74 39 05
Mo. bis Fr. 8.00 bis 18.00 Uhr · Sa. 7.30 bis 13.00 Uhr

Sonne, Sand & Strandfeeling jetzt auch beim GSC

Lange haben wir warten müssen, aber heuer ist der Traum wahr geworden: Wir besitzen seit Juli 2017 eine vereinseigene **Beachvolleyball-Anlage** mit 2 Plätzen im Stadion an der Leutstettener Straße. Schon von weitem leuchtet einladend der weiße, offiziell zertifizierte Beachsand, der eigens vom „Monte Kaolino" nahe Amberg herangekarrt wurde. Ein Quarzsand, der nicht heiß wird und nicht staubt – ein Traum für jeden Volleyballer.
Nach einer kurzen intensiven Bauzeit während der Pfingstferien konnten die Volleyballer ihre Netzanlagen noch im Juni aufbauen und beim Einhängen der Ballfangnetze mithelfen. Am 14.07.2017 wurde die Anlage dann, im Rahmen des Sommerfestes der Volleyballabteilung, durch unsere Vorsitzende Lila Wetlitzky feierlich eingeweiht. Der Wettergott hatte leider für dieses Wochenende eine Sommerpause angeordnet, aber zum hochkarätigen Demonstrationsmatch um Herrschings Erstliga-Trainer Max Hauser schien wieder die Sonne. Diese Profis sprachen dem GSC nach dem Match ein großes Lob aus für die hohe Qualität der Anlage. Das abschließende Grillfest an der Fußballhütte bot einen schönen Abschluss des Tages.
Unser erstes Beachturnier fand dann am Samstag, 15.07., statt, wo wir unsere Anlage der Öffentlichkeit vorstellen wollten. Wetterbedingt waren nur 5 Teams am Start. Diese hatten sehr viel Spaß und kürten nach 4 Stunden ihren verdienten Sieger.

Fenni Mattes

Weitere Infos über die Volleyballabteilung finden Sie auf:
www.gautinger-sportclub.de/sportarten/volleyball.html

EINE BEACHVOLLEYBALL-ANLAGE FÜR DEN GSC

Viele Jahre mussten die Gelder des GSC zusammen mit den Zuschüssen der Gemeinde Gauting für Sanierungsarbeiten am Gebäude ausgegeben werden. Der Investitionsstau nach der Insolvenz des TSV war enorm. Groß war also die Freude, als uns die Gemeinde zusagte, dass sie in 2017 zwei Drittel der Kosten für eine Beachvolleyball-Anlage übernehmen würde. Endlich konnte der langgehegte Wunsch der Abteilung Volleyball angegangen werden, im Sommer statt in der Halle draußen im Sand zu spielen.
Nach vier Wochen Bauzeit und etlichen Stunden Einsatz von Ehrenamtlichen sind die beiden Plätze nun in einer Testphase für alle kostenlos zur Benutzung freigegeben. Besonders komfortabel ist es, dass man sich als registrierter Nutzer auf unserer Homepage Spielzeiten vorab reservieren kann. Sollten wir feststellen, dass sich alle an einen sachgemäßen Umgang mit der videoüberwachten Anlage halten, kann vielleicht auch weiterhin auf ein Entgelt verzichtet werden.
Viel Spaß beim Spielen!

Elisabeth Wetlitzky

BEACH BUCHEN – SO GEHT'S:

Bitte auf **http://www.gautinger-sportclub.de/beachplaetze.html** gehen und sich im Online-Buchungssystem als Kunde registrieren lassen. Sobald Ihr Zugang durch den GSC aktiviert ist, können Sie maximal 2 Tage im Voraus einen freien Platz buchen.
Die Vorlage der Buchungsbestätigung berechtigt zur bevorzugten Platznutzung.

BTR [REVISION]
BTR Beratung Treuhand Revision GmbH
Wirtschaftsprüfungsgesellschaft

Prüfen · Steuern · Beraten

- Jahresabschlusserstellung
- Jahresabschlussprüfung
- Steuererklärungen
- Finanzbuchhaltung
- Lohn- und Gehaltsabrechnung
- Unternehmenswertgutachten
- mittelständische Unternehmen aller Größen und Branchen
- Privatpersonen
- gemeinnützige Vereine und Stiftungen
- Krankenhäuser und Fonds

Dipl.-Kfm. Ralph-Peter Scholz
Wirtschaftsprüfer/Steuerberater
Hangstr. 31, 82131 Gauting

BTR Beratung Treuhand Revision GmbH
Wirtschaftsprüfungsgesellschaft
Bräuhausstr. 4, 80331 München

Tel: 089/520 38 89-0, Mobil: 0172/201 85 82, Email: r.scholz@btrmuc.de, Homepage: www.btrmuc.de

Hausgemachte Qualität aus Handwerk und Tradition
Dafür steht der Name Boneberger.
Täglich frisch beliefern wir unsere Filialen aus der hauseigenen Schlachtung.
Unsere Tiere stammen ausnahmslos aus regionaler Aufzucht.

METZGEREI
boneberger
So schmeckt hausgemacht

Fachmetzgerei Gauting: Münchener Straße 5 - Tel.: 089-8935 5184

Technik, Kondition & Taktik

UNSERE TRAININGSZEITEN IN DIESEM JAHR

NOVEMBER – APRIL / GSC TURNHALLE

FR	18:00 – 20:00	Training Jugendliche
FR	20:00 – 22:00	Freies Spiel Erwachsene
SO	16:00 – 18:00	Freies Spiel für alle (nach Absprache)

MAI – OKTOBER / GSC TURNHALLE

FR	18:00 – 20:00	Training Jugendliche
FR	20:00 – 22:00	Freies Spiel Erwachsene

Badminton ist die wettkampfmäßig betriebene Version vom allseits bekannten Federball-Spiel. Es ist ein anspruchsvoller und vielseitiger Sport, der, neben einer ausgefeilten Schlagtechnik, vor allem Kondition, komplexe Reaktionsfähigkeit und taktisches Geschick erfordert. Der gesamte Körper und Geist werden herausgefordert.
Zudem macht Badminton enorm viel Spaß, reduziert Stresssymptome und belohnt den regelmäßig Übenden mit rascher Progression der Fertigkeiten. Zudem ist Badminton eine der wenigen Sportarten, wo Frauen und Männer zusammen trainieren und im Mixed-Doppel sich sogar im Wettkampf direkt begegnen. Es ist also der ideale Familiensport.
Badminton wird weltweit von über 14 Millionen Spielern in mehr als 160 Nationen wettkampfmäßig betrieben. Auch wenn nicht so sehr im Fokus der deutschen Sportmedien, sind auf internationaler Ebene deutsche Badmintonspieler(innen) sehr erfolgreich. Weltweit dominant sind allerdings weiterhin die ostasiatischen Badminton-Akrobaten.

Unsere aktuelle Abteilungsstärke: 44 Personen, davon 29 Jugendliche und 15 Erwachsene.
Von Aufwärmübungen, über Badminton spezifisches Konditionstraining, bis zum individuellen Schlagtraining für Einzel-, Doppel- oder Mixed-Spiele bietet unser Trainerteam ein abwechslungsreiches Programm für das Jugendtraining. Das gemeinsame Spiel steht allerdings im Vordergrund. Über mehr aktive Erwachsene würden wir uns sehr freuen, damit wir auch weiterhin wettkampfmäßig an der BBV Hobbyliga teilnehmen können.

Hier ein kleiner Überblick über die angewandte Trainingsmethodik:

Aufwärmen	**Stretching, Laufspiele, Vorwärts-Rückwärtslauf, Tempowechsel**
Technik	**Drop, Clear, Drive, Smash auf Vor- und Rückhand, Schlagstafetten, Lauftechnik, Badminton-Circuit,**
Kondition	**Schnellkraft, Sprungkraft, Konzentration, Reaktion**
Taktik	**Einzel- und Doppeltaktik Grundlagen**

Kommt einfach auf ein kostenloses Schnuppertraining vorbei.

Ralph Blumenhagen

Hoch den Ball

WAS IST DIE BALLSCHULE?

Oft ist die Kinderwelt keine Bewegungswelt mehr. Die Ballschule ersetzt die frühere Straßenspielkultur. Die Kinder spielen und üben entwicklungsgemäß, vielseitig und spaßbetont mit verschiedenen Bällen, Schlägern und sonstigen Sportgeräten und erwerben so ganz nebenbei das ABC des Spielens. Das erleichtert ihnen später das Erlernen spezifischer Sportspiele. Schon im Kindergartenalter können die Kleinsten bei uns erste Erfahrung im spielerischen Umgang mit Bällen machen.

WAS WILL DIE BALLSCHULE?

Wir sind Partner der Ballschule Heidelberg, die ein innovatives, wissenschaftlich überprüftes Kindersportangebot für alle ist. Der zunehmende Bewegungsmangel der Kinder hat zahlreiche Konsequenzen. Die motorischen Fähigkeiten unserer Kinder haben in den letzten Jahrzehnten stark nachgelassen, mehr als 15% sind übergewichtig und Experten befürchten viele weitere Beeinträchtigungen und Risiken für das spätere Erwachsenenalter.

WER KANN BALLSCHÜLER WERDEN?

Die Ballschule Gauting bietet Kurse für Kinder von vier bis ca. neun Jahren an. Sie richtet sich an Mädchen und Jungen mit Motivation und Lust an Bewegungsspielen. Weiterhin wird darüber nachgedacht in Zukunft Kurse für die Kleinsten ab drei Jahren anzubieten und ein Angebot für spezielle Talente zu erstellen.

WER LEITET DIE BALLSCHULSTUNDE?

In unserer Ballschule unterrichten geschulte Übungsleiter nach einem wissenschaftlich fundierten Lehrplan. Alle Kursleiter werden an der Uni Heidelberg speziell ausgebildet und regelmäßig fortgebildet und sind im Unterricht immer zu zweit.

WANN FINDEN DIE KURSE STATT?

Für 4–5-Jährige:	**Montag: 15:00–16:00 + 16:00–17:00 Uhr** **Dienstag: 15:00–16:00 + 16:00–17:00 Uhr** im Gymnastiksaal des GSC Gruppengröße: 8–10 max. Ballschulung und kleine Spiele stehen im Vordergrund
Für 5–6-Jährige:	**Mittwoch 15:30–16:30 Uhr**
Für 6–7-Jährige:	**Mittwoch 16:30–17:30 Uhr**
Für 7–9-Jährige:	**Mittwoch 17:30–18:30 Uhr** Jeweils in der Sporthalle der Grundschule Gauting, Gruppengröße: 16–18 max. Ballschulung und vermehrt Ballspiele

Je nach Können und Entwicklungsstand des Kindes erfolgt die Einteilung in die jeweilige Gruppe. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, bitten wir um Anmeldung entweder bei der Geschäftsstelle des GSC oder direkt bei Anke Wenk.
Tel. 089/89 30 54 85
Kinder, die keinen Platz mehr bekommen, werden auf die Warteliste gesetzt und sobald etwas frei wird, zu einem Probetraining eingeladen.

Anke Wenk

Skigemeinschaft Forstenried-Gauting e.V. ...
... neu und doch schon 50 Jahre Tradition

Wir sind jetzt wohl die Neuen im GSC. So richtig neu fühlt es sich allerdings gar nicht an. Aber mal von vorne. Vor über 50 Jahren begann der TSV Forstenried mit den ersten Skikursen. Dies ging über viele Jahre, bis dann vor ca. 20 Jahren einer der Skilehrer nach Gauting zog und über die Jahre immer mehr Teilnehmer/innen aus Gauting rekrutierte. Vor neun Jahren war es dann so weit, und man änderte den Namen von Skischule Forstenried in Skigemeinschaft Forstenried-Gauting. Die Gautinger/innen stellten mittlerweile immerhin knapp die Hälfte der Teilnehmer/innen und auch immer mehr Skilehrer/innen.
Den größten Schritt wagten wir allerdings 2016, als wir innerhalb des doch relativ kurzen Sommers die komplette Skischule in einen eigenen Verein umsiedelten. Inklusive aller Verbandsanmeldungen, Übungsleiter/innen und Teilnehmer/innen. So sind wir jetzt eigentlich frei, aber komplett wollten wir uns von unseren alten Verbindungen nicht lösen und sind deshalb als kleiner Verein unter dem großen Dach des GSC untergekommen, worüber wir sehr froh sind. **Daniel Leicher**

STECKBRIEF

Name	Skigemeinschaft Forstenried-Gauting e.V.
Übungsleiter /innen	38 (davon 36 mit Übungsleiterschein)
Mitglieder	188
Sportarten	Ski alpin, Snowboard, Telemark
Zielgruppen	Kinder (ab Schulalter), Jugendliche, Erwachsene, Senioren
Lizenz	DSV Skischule
Website	www.skigemeinschaft.org
E-Mail	fragen@skigemeinschaft.org

UNSER NACHWUCHSTEAM

Es ist der 2. Januar, 6 Uhr morgens auf dem Parkplatz des TSV Forstenried. Knapp 15 Jugendliche und ihre Trainer/innen stehen vor zwei Vereinsbussen und versuchen fieberhaft, ihr gesamtes Gepäck zu verladen. Wie jedes Jahr geht es für das Skilehrernachwuchsteam der Skigemeinschaft für drei Tage ins Stubaital und auf den Gletscher ins Trainingslager.

Rund 20 Jugendliche sind derzeit in unserem Nachwuchsteam und werden über mehrere Jahre in Technik und Methodik so weit geschult, dass sie am Ende selbst Skilehrer/innen werden können. Mittlerweile befindet sich der Nachwuchs schon in der vierten bzw. fünften Generation und wir können nahezu jedes Jahr neue Skilehrer/innen aus unserer Truppe ausbilden und auf Lehrgänge schicken.

Wenn ihr auch Teil des Teams werden wollt, schaut auf unserer Website vorbei oder schreibt uns unter **fragen@skigemeinschaft.org**.

Wein&Geist
Sie wissen, welcher Sport Ihnen Spaß macht.
Wir wissen, welcher Wein Ihren Geschmack trifft.
Starnberger Straße 15
82131 Gauting
Tel.: 089 850 03 33
Weine • Spirituosen • Champagner • Sekt • Geschenkkörbe • Präsentversand
WIR HABEN DEN GUTEN GESCHMACK!

Jessica Leicher
Expertin für Haltung & Bewegung

Dr. med. Tobias Eisele
Facharzt für Innere Medizin
hausärztliche Versorgung
Julius-Haerlin-Str. 4 · 82131 Gauting
Tel. 089 / 850 23 80 · Fax: 089 / 850 99 94
info@praxiseisele.de www.praxiseisele.de

Berge, Fitness, & Freizeitsport

BERGSPORT – BEI UNS GIBT'S FREIZEITSPORT IN DER NATUR ODER IN DER HALLE GANZ OHNE WETTKAMPF

Das sind unsere Schwerpunkte:

- **Fitnesstraining:** Im Winter und Sommer – das bringt gute Kondition, Koordination und Beweglichkeit.
- **Lauftraining:** Für eure Ausdauer
- **Skitouren:** Unsere erfahrenen Guides begleiten euch in der Gruppe sicher auf die schönsten Tourengipfel.
- **Langlauf:** Ein Wochenende in den Bergen hält fit.
- **Radtouren (Tages- und Mehrtagestouren:** Radfahren genießen nach dem Motto „Nat(o)ur und Kult(o)ur".
- **Mountainbiketouren:** Auf dem Bike in der Gruppe die Berge und die Umgebung „erfahren" (Tages- und Abendtouren).
- **Bergwandern:** Die Berge unter guter Führung und einer netten Gruppe erobern.
- **Familienwanderungen:** Im Team macht es den Kids gleich doppelt so viel Spaß.
- **Vorträge:** Interessante Themen rund um unsere Sportarten

... und natürlich kommt der Spaß bei unseren Aktivitäten nie zu kurz – die Zeit mit Gleichgesinnten und Freunden danach bei einem Getränk genießen, so macht das Leben Freude ...

Neugierig? Gleich kommen und mitmachen – wir alle freuen uns auf dich.
http://www.gautinger-sportclub.de/sportarten/bergsport

Robert Leicher

DIENSTAG + FREITAG 8:30 UHR GYMNASTIKSAAL IM GSC

Fest im Leben und ein Energie-bündel

PILATES-TRAINING / FASZIENTRAINING IM GSC

Die Pilates-Methode ist ein einzigartiges System aus Dehn- und Kräftigungsübungen, die dazu beitragen, Muskeln zu stärken und zu formen, besonders die tiefen Muskeln nahe der Wirbelsäule. Es verbessert die Körperhaltung, die Beweglichkeit und die physiologische Ausrichtung der Gelenke.
Zudem unterstützt die spezielle Pilates-Atmung (tiefe Brustkorb-Atmung) die ganze Übung. Die Körperwahrnehmung wird geschult, ein positives Körperbild kann sich entwickeln und die Ausstrahlung verbessern.
In einer Pilatesstunde geht es darum, bewusst aus der starken Mitte (Powerhouse) heraus den Körper kontrolliert zu bewegen und die Übungen auf deinem Leistungsniveau auszuführen. Schritt für Schritt, denn der Weg ist unser Ziel – so Pilates.
Ich verbinde in meinen Pilatesstunden einzelne Bewegungselemente zu einem Flow, um auch die Faszien mit einzubinden. Jeder Flow wird nochmal wiederholt, damit du und dein Körper die Bewegung / Übung besser verinnerlichen kannst. Zum Abschluss der Stunde gibt's ein Verwöhnprogramm mit der Faszienrolle insbesondere für die Hals-Nacken-Muskulatur.
Wie sagen meine Teilnehmer häufig: **„Während der Stunde frage ich mich manchmal, warum ich meinen Körper mit Pilates so fordere. Weil ich mich nach der Stunde so viel besser fühle. Aufrechter, kraftvoller, entspannter."**

Stehe mit einer trainierten Körpermitte fest im Leben! Dann bringt dich so schnell nichts mehr aus der Mitte! Erleichtere dadurch deinen Alltag und werde ein „Energiebündel".

Christiane Mauersberg

Uff, ist das schön anstrengend!

Das Geräteturnen ist für die Kinder eine doppelte körperliche Herausforderung: Da ist die nötige Kraft für alle statischen Übungen wie z.B. den Handstand; gleichzeitig braucht man Beweglichkeit für die Schwungübungen, die in allen Arten von Rollen enthalten sind.
Wichtig ist dabei für uns Trainer, die Balance zu halten zwischen dem spielerischen Erlernen dieser notwendigen Fertigkeiten einerseits, aber auch der erforderlichen Disziplin und Konzentration andererseits, um nicht auf der Stelle zu treten.
Das Geräteturnen ist jeweils drei Stunden hintereinander am Freitagnachmittag. In der ersten Gruppe versuchen wir Grundlagen zu bilden und die koordinativen Fähigkeiten zu schulen. Wer die Grundbewegungen wie Rolle vorwärts, Rolle rückwärts, Radschlag und Handstand sicher beherrscht, kann in der nächstfolgenden Stunde sein Können weiter ausbauen und vertiefen.
In der dritten Gruppe wird das Gelernte perfektioniert und wir üben teilweise sehr schwierige Figuren wie Rad auf dem Schwebebalken oder Flic Flac.
Wir versuchen, alle Geräte abwechselnd in unser Training einzubauen; auch das große Trampolin darf nicht fehlen und ist für Groß und Klein immer ein ganz besonderer Spaß!

Tina Häuser

▲ *Mutter-Vater-Kind-Turnen*

▼ *Geräte-Turnen für Kinder*

◀ *Nordic Walking-Gruppe*

▲ *Grillfest* ▼ *Kinderfasching*

GYMNASTIK-GRUPPE MIT INDIACA-SPIEL

Gymnastikgruppen gibt es viele beim GSC, doch die am Donnerstagabend unterscheidet sich von allen anderen durch ihr beliebtes Indiaca-Spiel. Wenn wir nach einer Stunde Gymnastik gerade auf die richtige Betriebstemperatur gekommen sind, bauen wir rasch zwei Stempen und das Netz auf, bilden zwei Mannschaften und versuchen, den kleinen Lederball mit den bunten Truthahnfedern in der eigenen Hälfte möglichst nicht auf den Boden fallen zu lassen, auf der anderen Seite dafür umso schneller! Manchmal sind wir nur zu sechst, da kommen wir dann ganz schön ins Schwitzen; ein andermal sind wir zehn oder zwölf Spieler/innen – und stehen uns zuweilen selbst im Weg. Egal wieviele wir sind, lustig ist es immer! Wer will noch bei uns mitmachen?

GUT SCHWITZ!

Jeden Mittwoch treffen wir uns um 19:00 in der großen GSC-Halle zum Bodyfit-Functional.
Zunächst gibt es ein kurzes Warm-Up, welches ein Koordinationsspiel, einen funktionellen Zirkel oder auch mal eine kleine Tanzschrittfolge beinhalten kann. Alle Warm-Ups sollen Spaß machen und sind nicht mit dem Anspruch der Perfektion verbunden.
Im Hauptteil gibt es dann ein funktionelles Training, das nicht ausschließlich den Anspruch der Leistungssteigerung hat, sondern auch der Ganzheitlichkeit. Jede Übung verbessert zugleich die Stabilität und Beweglichkeit des Rumpfes, unseres Kraftzentrums. Die Übungsauswahl beinhaltet im Wechsel vor allem Kraft, Balance, Stabilität und Flexibilität, wobei verschiedene Kleingeräte wie Pezziball, Theraband, Kurzhanteln, Redondoball, Stepper oder auch Balancekissen zum Einsatz kommen.
Da die vielen Gleichgewichtsübungen und oft ungewohnten Hilfsmittel für jeden eine individuelle Herausforderung sind, die uns das eine oder andere Mal auch zum Lachen bringt, kommt der Spaß ganz sicher nicht zu kurz!

Tina Häuser

Konditorei VOR ORT Snackeria
Bahnhofstr. 21 82131 Gauting

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 6:30 – 18:00 Uhr info@vorort-neuried.de
Samstag 6:30 – 17:00 Uhr www.vorort-neuried.de
Sonn- u. Feiertage 7:30 – 17:00 Uhr

Lucera Trauerbegleitung am Arbeitsplatz | Coaching
Perspektiven schaffen.
Bei Trauer, Trauma, Krisen, beruflich und privat, gute Wege finden.
Dr. Franziska Offermann - 82131 Gauting
www.lucera.de

Schnuppern & Spielen – beides willkommen

Der **TCG** freut sich über neue Gesichter und lädt alle, die gerne mal einen Tennisschläger in die Hand nehmen wollen, auf unsere Anlage ein!
Einerseits bieten wir zum Schnuppern die Teilnahme am Freizeitspielertraining montags 19-21 Uhr und freitags 8-10 Uhr an. Dort könnt ihr unter der Anleitung von einem der Trainer der Tennisschule Wenk ohne Anmeldung spontan das Spielen ausprobieren oder wiederentdecken (Schläger können auch geliehen werden). Andererseits könnt ihr als Gäste auf unserer Anlage einen der acht Sandplätze anmieten. Aber natürlich freuen wir uns über jedes Neumitglied, das dann von kostenlosen Freizeittrainingsangeboten, Sommerfest, Weißwurstfrühstück und weiteren geselligen Angeboten profitieren kann.
Und auch im Jugendbereich haben wir einige Angebote: Es gibt Ferienkurse (auch zum Schnuppern super geeignet!), Freizeitspielertraining, Tennistage, jährliche Besuch der BMW Open beim Kids Day, Turniere und vieles mehr.
Aber auch im Mannschaftsbereich sind wir breit aufgestellt und können in vielen verschiedenen Altersgruppen und Ligen stark auftreten. Dabei sind die Damen 30 in der Regionalliga, die Herren I und Damen 40 I in der Landesliga, die Herren 30 I in der Bayernliga oder die Damen I in der Bezirksliga zu nennen. Zudem bieten wir immer wieder LK-Turniere an.
Unser Stüberl mit der großen, sonnigen Terrasse hat dieses Jahr einen neuen Wirt bekommen: Mimmo backt typische italienische Pizza, kocht klassische Nudelgerichte und wartet mit frischen Salaten auf, zusätzlich haben wir Claudia zur Aperol-Spritz-Königin gekürt!
Wir freuen uns, euch bald beim TCG begrüßen zu dürfen!
Alles rund um den TCG findet ihr auf der Homepage: **tcgauting.de**.

Clara Wesle

◀ *Aufwärmen der Damen*

▲ *Herren 30 I*

◀ *Damen 40 I*

▼ *Platzaufbau im Frühjahr*

▼ *Saisonvorbereitung bei jedem Wetter*

▲ *Saisoneröffnung*

◀ *LK-Turnier*

Sonnenterrasse ▶

Tae Kwon Do

태권도

HIGHLIGHT 2016

GAUTINGER TAEKWONDO-NACHWUCHS GEWINNT ERSTMALS POOMSAE CUP

18 Vereine mit 160 Sportlern waren in Wackersdorf an den Start gegangen, um in drei verschiedenen Leistungsklassen zu kämpfen, wobei die besten acht Sportler der Vorrunde in die Finalrunden gelangen. Auf dem Nachwuchsturnier dürfen weder der bayerische Kader noch die Finalisten der Bayerischen Meisterschaft antreten. Es begann mit den Teamläufen. In der Klasse weiblich (6-11 J.) der niedrigsten Leistungsklasse (LK 1) hatte Gauting gleich drei Teams gemeldet. Ida Hall, Mona Bartl und Alina Pregnolato und ihre Vereinskolleginnen Sophia Jaber, Mia Kellner und Emily Seebacher konnten auch dieses Jahr die beiden ersten Plätze belegen. Jule Nowak, Wilma Huss und Helene Klaußner landeten auf Rang 6. Auch in der LK 2 (weibl. bis 14 J.) gab es Gold für Gautings Nele Nowak, Silja Kiriczi und Ida Kaindl. Im Paarlauf der LK 1 (6-11 J.): Gold für Alina Pregnolato und Maximilian Rupprecht, Silber für Paula Hallmann mit Philipp Roßmann. Silja Kiriczi und Tom Schneider verpassten in der LK 2 (12-14 J.) nur knapp den 2. Platz. Nele Nowak und Dominik Wallner (LK 3, 14-17 J.) errangen Gold für ihren hervorragenden Lauf. Im Einzel (auch für Senioren ab 18 Jahren) waren für Gauting nur Sportler der höchsten Leistungsklasse 3 (18-30 J.) gemeldet: Andreas Beer, Alexandra Pregnolato und Sebastian Ultsch. Sebastian musste sich Kenneth Jannasch vom TSV Neubiberg sehr knapp geschlagen geben und errang Silber. Andreas Beer landete leider nur auf Rang 6 und Alexandra Pregnolato auf Rang 4. Nach unentschieden im ersten Lauf für Dominik Wallner gegen Mustafa Cerikci vom TV 1881 Altdorf, gab es im zweiten nur Silber für Dominik – weit vor Moritz Hark vom KSC Isartal.

In Ida Kaindls Leistungsklasse ging es eng her, Erste wurde Luisa Kleber vom TSV Waldtrudering, Ida Zweite vor Lilly Knoblauch vom SG Krumbach. Tom Schneider, in der gleichen Leistungs- und Altersklasse, wurde knapp hinter Utku Üngör vom PSV Eichstätt Dritter. In der stark besetzten Gruppe LK 1 weiblich (10-11 J.) konnten sich Ida, Emily, Sophia und Mia bis ins Finale vorkämpfen. Mia wurde mit Gold belohnt, ihre Vereinskolleginnen belegten Rang 4-5. In der Klasse männlich holten Philipp Silber und Maximilian Bronze. Lagen Mona und Alina (LK 1, 8-9 J.) im Semifinale noch auf Platz 1 und 2, rutschte Mona im Finale auf den 2. und Alina auf den 4., immer noch ein hervorragendes Ergebnis. Lars Kiriczi (LK 1, 8-9 J.) holte mit einer überragenden Leistung in einer gut besetzten Klasse die Goldmedaille. In der jüngsten Startklasse (LK 1, -7 J.) stieg Jule Nowak neben ihrer Vereinskollegin Wilma Huss auf das Trepperl, Jule errang Silber und Wilma Bronze. Auch David Pregnolato, jüngster Gautinger Starter, steuerte mit seiner Silbermedaille zum Vereinspokal bei. Erstmals in der Historie der Gautinger Taekwondo-Abteilung konnte der Nachwuchs mit 6 x Gold, 8 x Silber und 4 x Bronze den 1. Platz in der Mannschaftswertung ergattern. Die Trainer Alexandra, Sebastian und Assistenztrainer Andi waren mehr als begeistert von dieser außerordentlich guten Leistung ihrer Schützlinge.

Während der Nachwuchs sich in Wackersdorf tummelte, trat die Gautingerin Yu Kyung-Soon in Berlin auf der Deutschen Meisterschaft für Bayern an, um ihren Titel zu verteidigen. Auch sie erlangte Gold.

Barbara Pregnolato

RÜCKBLICK 2016/2017

14.02.2016	7. Neubiberg Cup	Neubiberg
12.03.2016	Südbayerische Meisterschaft Poomsae	Gauting
19.03.2016	1. Bayernpokal	Bobingen
09.04.2016	Talentsichtungslehrgang Poomsae	Gauting
30.04.2016	Oberbayernpokal	Kirchseeon
16.07.2016	Bayerische Meisterschaft Poomsae	Ansbach
15.10.2016	Dan-Prüfung	Gauting
22.10.2016	20. Krontal-Münchinger Cup	Krontal-Münchingen
19.11.2016	11. BTU Technik Cup	Wackersdorf
25.02.2017	8. Neubiberg Cup	Neubiberg
18.03.2017	Südbayerische Meisterschaft Poomsae	Gauting
29.04.2017	Dan Prüfung	Trunkelsberg
20.05.2017	Oberbayerische Meisterschaft Vollkontakt	Kirchseeon
30.05.2017	Dreharbeiten mit SAT1	Gauting
08.07.2017	Bayerische Meisterschaft Poomsae	Ansbach
22.07.2017	Dan Prüfung	Krumbach

Diverse Kupprüfungen, Trainerweiterbildungslehrgänge, Feste und Spaßveranstaltungen.

▲ *Taeguk Il Chang*

ERGEBNISSE 2016/2017

Südbayerische Meisterschaft	1x Gold	5x Silber	2x Bronze
1. Bayernpokal		1x Silber	
Oberbayernpokal	1x Gold	3x Silber	1x Bronze
Bayerische Meisterschaft	1x Gold	2x Silber	
20. Krontal-Münchinger Cup	2x Gold		2x Bronze
11. BTU Technik Cup	6x Gold	9x Silber	4x Bronze
8. Neubiberg Cup 2017	7x Gold	7x Silber	7x Bronze
Südbayerische Meisterschaft	1x Gold	3x Silber	1x Bronze
Oberbayerische Meisterschaft	2x Gold	4x Silber	3x Bronze

NEUE DISZIPLIN: FREESTYLE

Die Kategorie Freestyle ist eine sehr moderne und auf Show ausgerichtete Disziplin, die auf hohem Niveau ausgeführt wird. Hierbei stellt der Wettkämpfer eine Choreografie aus Poomsae- und Wettkampftechniken zusammen und stimmt sie auf eine selbst gewählte Musik ab. Die Form wird dann von den Kampfrichtern nach offiziellen Richtlinien bewertet, wobei sowohl auf Ausführung, Technik, Akrobatik als auch die Harmonie der Choreografie geachtet wird.

Da die akrobatischen Elemente (z.B. einhändiges Rad, Salto) einen wichtigen und schwierigen Teil der Form darstellen, gibt es derzeit noch nicht sehr viele, die sich an diese Disziplin wagen. In Gauting hat Martin Brettschneider sich getraut im Freestyle anzutreten und hat bereits einige Erfolge verbuchen können (2-facher Südbayerischer Vizemeister 2016 + 2017).

Im Freestyle kann man, wie auch beim traditionellen Formenlauf, sowohl im Einzel- und Paar-, als auch im Teamlauf antreten.

Alexandra Pregnolato

▼ *Martin Brettschneider beim Freestyle*

TAEKWONDO VERBINDET

In der Abteilung Taekwondo trainieren mittlerweile ca. 18 Nationen im Alter von 4-74 Jahren:

Tierheilpraxis Katrin Mooser
Tierphysiotherapie – Tierosteopathie
Grubmühlerfeldstraße 25 · 82131 Gauting
0172 / 8428129 · Katrin.mooser@petrelax.de
www.petrelax.de
Termine nach Vereinbarung

• Sporteinlagen
• Bandagen
• Individuell gefertigte Einlagen
• CAD-gefertigte Einlagen
• Kompressionsstrümpfe
• Elektronische Fußdruckmessung
Orthopädie
Schuh- und Einlagentechnik Meisterbetrieb
Werner Günther
Hubert-Deschler-Straße 8
82131 Gauting
Telefon (089) 86 30 66 11
Di-Fr 9.00-12.30 Uhr und 14.30-18.00 Uhr · Sa 9.00-13.00 Uhr

Backhaus Cramer
Cramer's Speise Eis
total bio- ist doch logisch!
Starnberger Str 18 · Unterbrunner Str 17 · 82131 Gauting

AUSSERGEWÖHNLICHES für Gauting
Wolle, Gewand und Tand
Mehr als 150 verschiedene Wollqualitäten!!!
Öffnungszeiten:
Mi., Fr. 10 - 13 Uhr
Do., Fr. 15 - 18 Uhr,
Samstag 11 - 14 Uhr
bonifaktur
Grubmühlerfeldstr. 25 · 82131 Gauting · Tel.: 089 / 89 35 78 58

Pétanque und Wandern, Eisstockschießen

Wiederum können wir keine guten Voraussetzungen fürs **Eisstockschießen** berichten. Auch in den Berichtswintern 2015/2016 und 2016/2017 mussten wir Eisstockschießen praktisch abschreiben. Es war zu warm, oder anders: nicht lange genug gab's die notwendigen kalten Temperaturen. 2017 könnte sich aber Entscheidendes ändern: nicht, dass wir das Klima ändern könnten, aber wir hoffen sehr stark, dass der GSC-Vorstand unseren Überlegungen, eine Kunststoffbahn – im südlichen Anschluss an unseren Pétanqueplatz – anzulegen, zustimmt. Die Entscheidung des Vorstands erwarten wir im Lauf des Sommers. Natürlich werden wir vieles selber machen müssen.
Um so mehr widmeten wir uns fleißig den beiden anderen Tätigkeitsfeldern unserer Abteilung. Zweimal wöchentlich spielten wir – in unterschiedlicher Besetzung – **Pétanque**, jedes Mal hingebungsvoll und fröhlich-laut. Diese Sportart empfinden wir nach wie vor als ansprechend, auch schwierig.
Und ebenso ließen wir nicht locker, einmal im Monat eine **Wanderung** zu machen, natürlich verbunden mit einer zünftigen Einkehr. Auch hier galt und gilt, dass unsere Wanderungen anspruchsvoll waren und gleichzeitig das Herz erfreuten: Bewegung in schönen Landschaften und in frischer Luft – herrlich!
Gekrönt wurden diese Aktivitäten wieder durch unsere „großen" Wochenfahrten. Im Oktober 2015 waren wir in Brandenberg/Tirol mitten in den Bergen. Und im Oktober 2016 fuhren wir ins Niederbayrische, nach Bad Griesbach: zum Wandern in der Umgebung, zum Orgelkonzert-Hören im Passauer Dom und zum Besuch der Landesausstellung in Aldersbach (die dem Thema Bier gewidmet war).
Wir hatten insgesamt viel Freude und hoffen, dass wir das auch für 2017 sagen können.

Eduard Reif

◀ *Die Gautinger U12-Jugendmannschaft im Wettkampf*

▶ *Junges Schachtalent – Konzentration ist das wichtigste im Schach!*

Schach ist bei uns Mannschaftssport

Schach fördere kreatives Denken, die Planungsfähigkeit, den Weitblick und natürlich trainiere es das Gedächtnis und die Fähigkeit Probleme zu lösen. So das Ergebnis diverser Studien, die von Schachspielern und Eltern schachspielender Kinder gerne gelesen und zitiert werden.
Aber was treibt schachinteressierte Menschen in unseren Verein, was hält die Schachspieler unserer Denksportabteilung zusammen? Es gibt bei uns wahrscheinlich ungefähr so viele unterschiedliche Menschen, wie man Charaktereigenschaften auflisten könnte. Aber eines haben wir auf jeden Fall gemeinsam: Wir sind Mannschaftsspieler!
Einige unserer Mitglieder nehmen zwar regelmäßig und auch erfolgreich an Einzelturnieren teil – so zum Beispiel unser Gautinger Spitzenspieler Sebastian Finsterwalder, der im vergangenen Jahr die Oberbayerische Einzelmeisterschaft gewann und bei den internationalen Turnieren in Barcelona, Reykjavík und Gibraltar mehrere Großmeister besiegen konnte – aber was alle unsere Mitglieder auszeichnet ist, dass sie sich aktiv in den Spielbetrieb unserer Schachmannschaften einbringen.
Spielstärke, Alter oder Erfahrung spielen dabei nicht die entscheidende Rolle. Auch ein Altersunterschied von 70 Jahren zwischen zwei Gegnern sagt nichts darüber aus, wer am Ende einer Schachpartie gewinnt und einen wertvollen Punkt für seine Mannschaft einfährt. Was zählt, ist der Sportgedanke, und dass man dabei ist.
Und wie man es im Sport kennt, gibt es auch bei uns ein stetiges Auf und Ab. In der letzten Ausgabe des GSC-Magazins vor zwei Jahren hatten wir über die sportlich bisher erfolgreichste Saison unserer Schachabteilung berichtet: Die erste Mannschaft war in die Bezirksliga aufgestiegen. Es folgte direkt der Wiederabstieg in die Kreisliga. Und jetzt ist Gauting erneut Kreismeister. Aufstieg – Abstieg – Aufstieg. Man verliert zusammen und man gewinnt zusammen. Hoffentlich gelingt es uns in der kommenden Saison, diesen Kreislauf zu durchbrechen ...

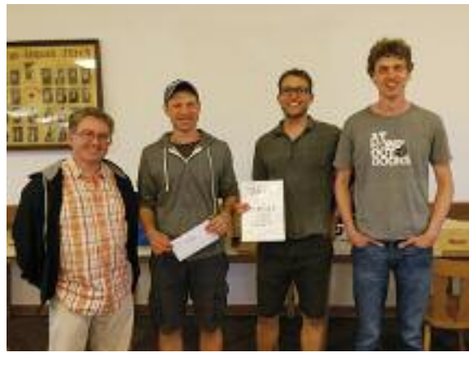
Alexander Fischer-Brandies

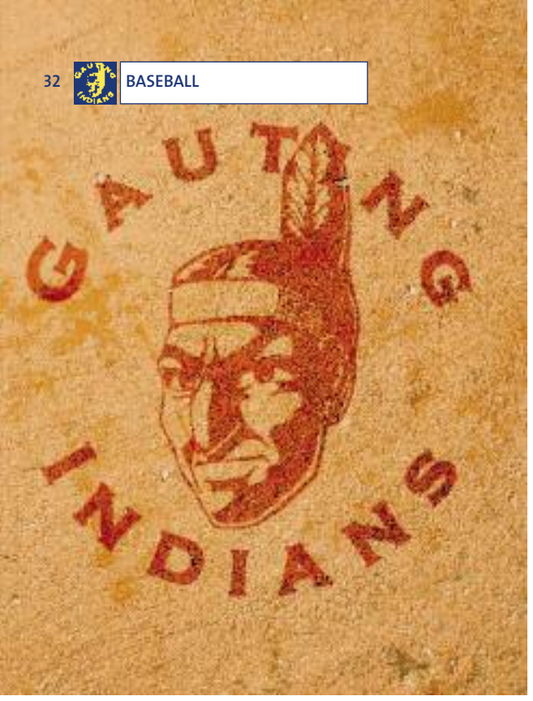
UNSERE TRAININGSZEITEN

DO	16-17:00	Schul-Schach (evang. Hort Grundschule)
SA	12-13:00	Kinder-Schachtraining für Einsteiger (GSC)
SA	13-15:00	Jugend-Schachtraining für Fortgeschrittene (GSC)
DO	AB 20:00	Vereinsabend für Erwachsene (GSC)

▼ *Das Schachturnier für Kinder in Garching*
Die Gautinger Schachjugend war natürlich mit dabei!

▼▼ *Unsere 4er-Mannschaft nach dem Gewinn des Oberlandpokals (v.l.):*
Georgios Andreadakis, Oliver Nikutowski, Alexander Fischer-Brandies, Sebastian Finsterwalder





Willkommen bei den Gauting Indians – dem Baseballclub im Würmtal!

Laufen, Werfen, Fangen, Schlagen und Denken/Taktik – kaum ein anderer Sport erfordert solch ein breites Spektrum an Fähigkeiten. Ein Sport, in dem du Teil einer Mannschaft bist, aber auch ganz alleine Leistungen bringen kannst.

Baseball wurde vor mehr als 150 Jahren in den USA erfunden und ist dort so beliebt wie Fußball in Deutschland. Fast jeder Amerikaner hat den faustgroßen Ball mal geworfen, mal mit dem dicken Lederhandschuh gefangen oder mit dem Schläger weit weg gedroschen. Von fünf, sechs Jahren an trainieren Kids in ihren Uniformen und mit der typischen Schirmmütze auf dem Kopf.

Wie funktioniert Baseball? – Alles dreht sich um den „Diamanten". So heißt das Quadrat mit den vier Bases, das die Spieler entlanglaufen müssen, um einen Run zu machen. Erst kräftig den Ball schlagen, dann flink rennen – so greift man an im Baseball. Wer als Verteidiger den Ball aus der Luft fängt, der erzwingt ein Out und der gegnerische Läufer ist draußen. Deshalb üben Väter mit ihren Kindern Werfen und Fangen, „play catch".

Zweimal neun – es spielen zwei Mannschaften mit je neun Spielern. Anders als zum Beispiel beim Fußball ist die Mannschaft, die den Ball hat, in der Verteidigung. Das heißt, das Team ohne Ball greift an. Der Pitcher (Werfer der verteidigenden Mannschaft) wirft den Ball dem Catcher (Fänger) zu. Das ist sein Mannschaftskamerad, der den Ball fangen soll. Zwischen den beiden steht der gegnerische Batter (Schläger). Er will den Ball ins Feld schlagen und so punkten.

Los geht's! – Erst schlagen, dann rennen – das ist die Parole für den Angreifer. Der Batter muss den Ball mit dem Baseballschläger ins Spielfeld schlagen – und zwar so, dass der Ball zu Boden fällt, ehe einer der gegnerischen Feldspieler ihn aus der Luft fangen kann. Dann wird der Schläger zum Läufer: Er muss schnell die knapp 30 Meter zur ersten Base hinter sich bringen und dort ankommen, ehe die Verteidiger den Ball zu dem Mitspieler werfen, der an der ersten Base wartet. Das ist der sogenannte First Baseman. Fängt der den Ball und berührt die Base, ehe der Läufer da ist, ist der Runner out.

Wie Elfmeter – Baseball ist wie ein ständiges Elfmeterschießen: Werfer und Schläger liefern sich ein Duell wie Schütze und Torwart. Der Pitcher (Werfer) steht auf einem kleinen Sandhügel, holt aus – und wirft den Ball so schnell oder trickreich zum Batter, dass der überrascht wird oder daneben schlägt. Also versucht der Batter, wie ein Torwart, zu erahnen, wohin der Werfer zielt.

Punkten – Das geht so: Der Batter schlägt den Ball und rennt los. Dann muss der Ball im Spielfeld aufkommen und der Schläger mindestens die erste Base erreichen. Dann kommt der nächste Schläger dran. Wenn der trifft, darf sein Mitspieler von der ersten Base zur zweiten oder dritten laufen. Oder ganz zurück zur Home Plate. Wenn der Angreifer da wieder ankommt, hat er einen Punkt geholt. Einfacher geht es per Home Run: Schlägt der Batter den Ball über die hintere Spielfeldgrenze hinaus, darf er gleich „nach Hause" und punkten. Die Mannschaft gewinnt, die am meisten Runs (Läufe, Punkte) erzielt.

Baseball ist Familiensport, und Eltern wie Kinder kommen gelassen zu uns in den wunderschön gelegenen Würmtal-Ballpark an der Leutstettener Straße. Man schaut zwar gespannt zu, aber da jeder mal eine Pause braucht, gehört auch etwas zu essen dazu: Erdnüsse, ein Hotdog oder ein Hamburger sind einfach Teil des Spiels.

Interessiert? Dann schau einfach bei uns vorbei! Baseball wird in Gauting von den Kleinsten (T-Baller ab 5 Jahren) über die Schüler und Jugend bis hin zu unserem Herren-Team in der Bayernliga gespielt. Wie läuft das? Ganz einfach: Du kommst einfach zu einem Trainingstermin vorbei und probierst Baseball mal aus. Wenn du ein paar Mal mittrainiert hast, wirst du sehen, ob dir Baseball Spaß macht, in dem Fall kannst du dich bei uns anmelden und an Spielen teilnehmen.

Noch Fragen? Schreib einfach eine E-Mail an **info@gauting-indians.de** oder informiere dich auf unserer Website unter **www.gauting-indians.de**, wo sich auch Informationen zu den einzelnen Mannschaften, zu Trainingszeiten und zu unseren Sommer-Camps finden.

Wir freuen uns auf dich! Play Ball!

Oliver Münz

▲ *Pitcher Aaron Bushur (Herren-Team) auf dem Wurfhügel*

◀▼ *Siegreiches Schüler Livepitch-Team nach dem 1. Finalspiel um die Bayerische Meisterschaft 2016*

◀▲ *Trainingslager (Schüler/Jugend) in Deggendorf April 2017*

▲ *Deutsche Indoor-Meisterschaften in Gauting*

◀ *Schüler-Mannschaft im heimischen Würmtal-Baseball-Park*

Reparatur · Wartung
Unfall-Instandsetzung
Klimaanlagenservice
TÜV · AU
Lackschonende
Beulenreparatur

ZENTGRAF
DER SPORTWAGEN SPEZIALIST

Porsche-Reparaturen

BERND ZENTGRAF · Ledererstraße 11 · 82131 Gauting
Telefon: 089-87579776 · Fax: 089-87579778
Mobil: 0172-9623484 · service@zentgraf-gauting.de

MILLER GmbH
ERDBAU • ABBRUCH • KIES • HUMUS • BAUMASCHINEN
Miller Erdbau und Abbruch GmbH
Max-Klinger-Straße 42 A • 82131 Gauting
Telefon (089) 89 55 77 87 • Fax (089) 89 55 77 97
E-Mail: erdbau.miller@t-online.de

Auto Kostinek
Auto- und Sportwagentechnik
www.auto-martin.de
Urlaubscheck € 9,90
TÜV + AU € 99,– (bei OBD Fahrzeugen)
Hebasto ServiceCenter
Stützpunkt
Konrad-Zuse-Bogen 12 · 82152 Krailling · Gewerbegebiet KIM/Krailling
Telefon 089/8 90 00 80 · Fax 089 / 8 90 00 80

Unerklärliche Beschwerden?
Chronische Schmerzen, Fehlhaltungen und andere funktionelle Beschwerden

Sensomotorische Körpertherapie
nach Dr. Pohl®
Matthias Wiesmann
Termine nach vorheriger Vereinbarung
praxis@smkt-wiesmann.de – 0174 / 88 73 067
www.smkt-wiesmann.de

Leitlinien & Verhaltenskodex
in unserer Kinder- und Jugendarbeit

1. BEZIEHUNGSGESTALTUNG

Unsere Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen ist von Respekt, Wertschätzung, gegenseitiger Anerkennung und Vertrauen geprägt.
Dies gilt auch für den Umgang untereinander und innerhalb unseres Teams.

2. ACHTUNG DER PERSÖNLICHEN WÜRDE

Wir achten die individuelle Persönlichkeit der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen, unabhängig von deren sozialer, ethnischer und kultureller Herkunft, Weltanschauung, Religion, politischer Überzeugung, sexueller Orientierung, Alter und Geschlecht.
Diskriminierungen jeglicher Art und antidemokratisches Gedankengut haben bei uns keinen Platz.

3. SOZIALVERHALTEN UND SPORTLICHE FAIRNESS

Wir achten darauf, dass zwischenmenschliche und sportliche Regeln eingehalten werden.
Wir möchten einen respektvollen und fairen Umgang miteinander vermitteln.
Die sportliche Fairness und der Spaß am Sport stehen im Vordergrund.

4. RESPEKT UND KÖRPERLICHE UNVERSEHRTHEIT

Wir möchten die uns anvertrauten Kinder und Jugendlichen vor körperlicher, seelischer und sexueller Gewalt schützen, indem wir darauf achten, dass keine Form der Gewalt ausgeübt wird.
Individuelle Grenzen der Kinder und Jugendlichen werden von uns respektiert.
Dies bezieht sich sowohl auf die Intimsphäre, wie auch auf die persönlichen Grenzen der Scham und auf einen verantwortungsbewussten Umgang mit Nähe und Distanz.

5. VERTRAUENSSTELLUNG

Wir alle haben eine besondere Vertrauens- und Autoritätsstellung gegenüber den Kindern und Jugendlichen. Diese Position darf nicht missbraucht oder ausgenutzt werden.

6. AUFMERKSAMKEIT

Grenzüberschreitungen wie abwertendes, sexistisches, diskriminierendes und gewalttätiges verbales und nonverbales Verhalten der Kinder und Jugendlichen untereinander, durch andere Übungsleiter/Innen oder Mitarbeiter des GSC werden nicht toleriert.
Wir achten darauf, dass sich niemand in der Gruppe so verhält.

ZUR EIGENEN SICHERHEIT GILT

- Duschen zusammen mit den Kindern oder Jugendlichen ist tabu.
- Ein Betreuer schläft nicht mit einem Kind oder Jugendlichen in einem Zimmer.
- Ein Betreuer nimmt einzelne Kinder und Jugendliche nicht ohne Wissen der Eltern mit in seinen Privatbereich.
- Besuche bei Kindern ohne Wissen der Eltern werden von Betreuern nicht durchgeführt.

Damit alles läuft: Mannschaftsspiel im Hintergrund

DER VORSTAND

Am 22.06.2016 für die Dauer von zwei Jahren wiedergewählt, führt er die laufenden Geschäfte des Vereins. Er ist zuständig für die Bereitstellung und den Erhalt der Infrastruktur und verantwortlich für die Finanzen des Vereins.

1. Vorsitzende: Elisabeth Wetlitzky
Dipl. Ökonomin, Jg. 60, verheiratet, drei Kinder.
Aktive Tennisspielerin, in der Jugend aktive Volleyballerin.
Seit 2008 im Vorstand des GSC.

Schriftführerin: Margit Scholz
Dipl. Sozialpädagogin, Jg. 64, verheiratet, zwei Kinder.
Begeisterte Teilnehmerin an den Pilates-Stunden im GSC.
Seit 2010 im Vorstand des GSC.

Stellvertreter: Robert Mahr
Dipl. Ing., Jg. 61, verheiratet, drei Kinder.
In der Jugend aktiver Geräteturner und Handballer, sowie Übungsleiter Handball.
Seit 2008 im Vorstand des GSC.

Beisitzer (Gebäudesanierung, Energieberatung): Burkhard Reineking
Ehem. Architekt und Energieberater, Jg. 38, verwitwet, 1 Sohn.
Seit 1979 Mitglied im Verein, zuerst Fußball, dann Bergsport.
Seit 2008 im Vorstand des GSC.

Schatzmeisterin: Sigi Wiesmann
Steuerfachgehilfin, Jg. 56, 2 Kinder.
Langjähriges Mitglied der Volleyballabteilung.
Seit 2008 im Vorstand des GSC.

TEL. +49 89 850 2952

gs@gautinger-sc.de

DIE GESCHÄFTSSTELLE

Aufgaben: Betreuen und Verwalten von Mitgliedern, Übungsleitern, anderen Kunden und Personal. Information und Organisation für Abteilungen, Partner und Lieferanten. Verwalten von Büro (Post, Ablage, EDV, etc.) und Infrastruktur (Belegung, Instandhaltung). Rechnungsstellung und Überwachen von Zahlungseingängen, vorbereitende Buchführung.

Adresse: Leutstettener Str. 50 · 82131 Gauting
Telefon: +49 89 850 2952 · **Telefax:** +49 89 893 40662
E-Mail: gs@gautinger-sc.de

Bankverbindung: Kreissparkasse München Starnberg Ebersberg
IBAN: DE98 7025 0150 0010 7115 47 · BIC: BYLADEM1KMS

Geschäftszeiten: Montag und Dienstag: 9 - 12 Uhr
Dienstagnachmittag: 17 - 19 Uhr · Donnerstagnachmittag: 18 - 20 Uhr
Mittwoch und Freitag geschlossen

Annette Platzer, Fenni Mattes, Tina Häuser

Liebe Vereinsmitglieder des Gautinger Sportclubs,

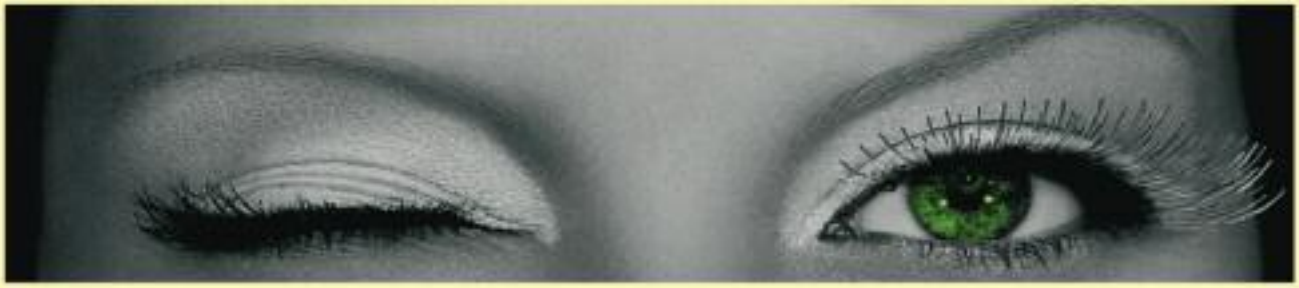
Wir sind seit Jahren Partner des GSC Gauting, den Sport unterstützen wir gerne und haben uns nun als Spezialist für gutes Sehen beim Sport ein Partner-Konzept überlegt:

Bonus für alle Vereinsmitglieder beim Kauf einer Sportbrille
- Förderung des Vereins durch eine Geldspende
- Sicherheit, Erfolg und Spaß durch optimales Sehen für Sie beim Sport

Und so funktioniert's: Sobald Sie Ihre Partnerkarte – welche Sie vom GSC Gauting mit der Vereinsinfo erhalten haben, beim Kauf einer Sport-Brille oder Kontaktlinsen vorlegen, erhalten Sie sofort 5% Bonus auf den Kaufpreis, gleichzeitig spenden wir weitere 5% in die Vereinskasse!

Unsere Kompetenz: Wir sind seit Jahren überregionale Spezialisten für die Fachgebiete Sportoptik & Kontaktlinsen.
Nutzt die Chance! Wir beraten Sie gerne bei allen sportoptischen Themen.

OPTIK Meirandres
BRILLEN & KONTAKTLINSEN

Münchener Straße 4
82131 Gauting
Tel. 089/8508858
www.optikmeirandres.de
optik.meirandres@arcor.de

Gautinger SC