

PSV AKTUELL 7 | 2020 / 1

[www.psv-muenchen.de](http://www.psv-muenchen.de)



PSV

mein Sportverein



STAY  
FIT+HEALTHY

Bleib fit & gesund  
Aktualisierte Termine  
findet ihr mit unserer neuen  
PSV-App und auf der  
Website des PSV unter  
[www.psv-muenchen.de](http://www.psv-muenchen.de)

# Herzlich WILLKOMMEN

## ... beim PSV - dem Sportverein für Groß und Klein!

Auch wenn im Moment das Sportangebot nicht wie gewohnt stattfinden kann, wollen wir doch über diese Ausgabe des Vereinsjournals mit unseren Mitgliedern und allen Interessierten in Verbindung bleiben. Wir haben uns die Frage gestellt:

Was macht den PSV eigentlich aus?

Was bedeutet mein Sportverein für mich ganz persönlich - in sportlicher Hinsicht und darüber hinaus?

Dazu haben wir eine kleine Umfrage gemacht. PSV-Mitglieder aus verschiedenen Abteilungen erzählen, was den Verein für sie besonders macht.

In dieser Ausgabe feiern wir außerdem jede Menge sportliche Erfolge, Medaillen bei Bayerischen und Deutschen Meisterschaften oder internationalen Wettkämpfen genauso wie Auszeichnungen der Landeshauptstadt oder des Deutschen Fußballbundes. So stellen wir Ihnen einen echten „Fußballhelden“ aus unseren Reihen vor.

Wir berichten über den Auftritt unserer Bogenschützen in Las Vegas, Erfolge der Line Dancer und den Stadioncross, den der PSV seit Jahren als Ausrichter veranstaltet, und stellen die traditionelle Kampfkunst Karate vor.

Vielleicht sind Sie neugierig geworden und wollen sich persönlich einen Eindruck von unserem Verein machen. Dann kommen Sie doch zum Tag der offenen Tür. Hier stellen sich alle Abteilungen des PSV vor. Es gibt jede Menge Vorführungen und Mitmach-Aktionen. Die traditionellen Sportarten wie Leichtathletik, Ballsportarten oder Kampfsport sind ebenso vertreten wie die jüngeren Abteilungen wie Quidditch oder Capoeira.

Oder testen Sie unser Angebot mit einem kostenlosen Schnupper-Training oder eine Gastmitgliedschaft.

Nähere Informationen dazu erhalten Sie in der Geschäftsstelle oder jederzeit auf unserer Vereinsseite im Internet.

Alle Informationen rund um den PSV gibt es jetzt ganz neu und bequem auf dem Handy – mit unserer PSV-App, ab sofort verfügbar im Apple App-Store oder Google Play-Store. Hier gibt es auf schnellstem Weg Neuigkeiten, Trainingszeiten, Ergebnisse, Termine und vieles mehr – je nach Interesse gefiltert nach bestimmten Sportarten.

Aber am meisten freuen wir uns auf Ihren persönlichen Besuch.

Also, bis hoffentlich bald!

Bleiben Sie (auch in schwierigen Zeiten) in Bewegung!

Ihr PSV-Team

# PSV

[www.psv-muenchen.de](http://www.psv-muenchen.de)



Vorschau 2020

Aufgrund der aktuellen Entwicklungen bitten wir Sie, sämtliche Termine in diesem Magazin über die PSV-App, die PSV-Homepage oder direkt in unserer Geschäftsstelle zu hinterfragen. Vergesst auch nicht, euch bei unserem neuen Newsletter anzumelden, damit ihr immer informiert seid.

23.05.

Ludwig-Jall-Festival

Sonntag, 19.07.

Tag der offenen Tür

31.8.-4.9. Feriensportwoche

Im Herbst:

Selbstverteidigungskurs für Kinder und Frauen

Bogenschießen Einsteigerkurs

[www.psv-muenchen.de](http://www.psv-muenchen.de)

## Impressum:

Verleger und Herausgeber:

PSV München e.V.

Anzeigenverwaltung und

Gesamtüberwachung:

Walasia Pratelidis-Bartels

Redaktionsleitung: Nadine Niemeyer,

Telefon: 089 149 40 61

[geschaeftsstelle@psv-muenchen.de](mailto:geschaeftsstelle@psv-muenchen.de)

Redaktionelle Arbeiten: Daniela Fürst

Gestaltung & Layout: Sabine Horak

Auflage: 10.000 Stück

## Was bedeutet Vereinssport für mich...

Ich betreibe seid über 40 Jahren Vereinssport, davon über 25 Jahre beim PSV München.

Egal ob als aktive Volleyballspielerin oder Trainerin, für mich hat diese Zugehörigkeit einen großen Stellenwert. Mein Sportverein ist wie eine zweite Familie.

Wir trainieren gemeinsam für ein sportliches Ziel, wir feiern gemeinsam unsere Erfolge, aber wir stehen zusammen auch unsere Misserfolge durch.

Doch nicht nur der Sport verbindet uns, auch außerhalb des Vereins verbringen wir gern Zeit miteinander: egal ob bei einem gemeinsamen Ski-Ausflug, einem Bowlingabend oder einem lustigen Wiesn´ Besuch - auch in großen Gruppen mannschaftsübergreifend.

Eine Vereinszugehörigkeit stärkt das Gemeinschaftsgefühl und fördert die Sozialkompetenz.

Der PSV München hat in den letzten Jahren sein Angebot erweitert und kann sich glücklich schätzen, dass die Mitgliederzahlen wieder stabil sind.

Das ist nicht selbstverständlich in einer



Unsere Volleyball-Damen halten zusammen beim gemeinsamen Spiel- und auch beim Feiern auf der Mottoparty nach dem Spiel

Zeit, in der Vereine immer mehr um Mitglieder, Ehrenamtliche und Trainer kämpfen müssen.

Deutschlandweit hat die Zahl der Vereine seit 2014 um 2.500 abgenommen, derzeit gibt es insgesamt mehr als 88.000 Sportvereine.

Sie kennen den PSV noch nicht und sind neugierig?

Dann testen Sie doch unser Angebot! Wie wäre es mit einer unverbindlichen Gastmitgliedschaft?

Oder wollen Sie uns vielleicht als Sponsor unterstützen?

Melden Sie sich einfach in der Geschäftsstelle.

Text: Walasia Pratelidis-Bartels

## Sport ist für mich...

Jonas (9) und Moritz (10) aus der Judoabteilung sind sich einig: „Hier haben wir uns kennengelernt und sind Freunde geworden. Es macht

Riesenspaß, gemeinsam zu trainieren. Wir treffen uns aber auch außerhalb des PSV und verbringen gerne Zeit miteinander.

Besonders toll sind die gemeinsamen Fahrten der Judo-Abteilung – entweder zu Wettkämpfen wie dem Passauer Osterturnier, wo wir dann alle gemeinsam mit Schlafsäcken in der Judohalle übernachten, oder unser alljährliches Sommerwochenende auf dem Campingplatz.



Jonas (links) und Moritz (rechts) beim gemeinsamen Skiausflug und beim Judo-Training im PSV

Sport ist für mich...

Die Fußball-Mädels von den B-Juniorinnen

trainieren seit zwei Jahren zusammen, einige sind schon seit drei Jahren dabei. Sie haben jede Menge Spaß beim gemeinsamen Kicken, „weil man beim Fußball den ganzen Alltagsstress vergisst“ und „weil man neue Leute kennenlernt“. Und sie haben allen Grund, stolz auf sich zu sein, meint ihre Trainerin Helen (17), die selbst aktive Spielerin in der PSV-Damenmannschaft ist: „Vier Hallenturniere in Folge haben die B-Juniorinnen gewonnen.“

auf dem Foto v.l.n.r.:  
Melanie (15), Silvia (16), Sarah (14), Anne (15), Lara (13),  
Desirée (14)



Maskottchen Pesy ist mit seinen PSV Volleyballfreunden in den Skiurlaub gefahren und genöß auch hier Teamgeist, Sport und tierischen Spaß

Gemeinsam feiern die PSV Handballerinnen sowohl die erfolgreichen Spiele, als auch "Mareikes Baby Shower".

Sport ist für mich...

Im PSV-Fitnessstudio treffen sich Gleichgesinnte generationsübergreifend. Sie schätzen die „familiäre Atmosphäre“ und finden es „toll, coole Leute zu treffen“. „Hier kommt jeder auf seine Kosten – von Spaß bis ernst – jeder trainiert auf seinem eigenen Level“, der eine ein bis zweimal pro Woche, der andere nahezu täglich.

auf dem Foto v.l.n.r.:  
Jörg (42),  
Jakob (71),  
Monika (58),  
Tobias (16)



Text/Fotos: Daniela Fürst

PSV München e.V.  
Franz-Mader-Straße 11  
Ecke Allacher Straße / Wintrichring  
80992 München  
geschaeftsstelle@psv-muenchen.de



PSV

mein Sportverein in München

Sonntag, 19.07.2020

# TAG DER OFFENEN TÜR

Unser Motto:

**Sport, Spiel, Spaß**

...viele verschiedene

Vorführungen,

+ Mitmachangebote

für Groß und Klein,

Mega Hüpfburg mit Rutsche,

und vieles mehr.

Lasst Euch überraschen..!

... Sie kennen uns noch nicht?  
... dann lernen Sie uns kennen!!

Für das leibliche Wohl ist selbstverständlich auch gesorgt!

Wir freuen uns auf Euren Besuch!

Unser aktuelles Rahmenprogramm finden Sie zeitnah unter:

[www.psv-muenchen.de](http://www.psv-muenchen.de)

**TAG DER OFFENEN TÜR SONNTAG 19.07.2020 10 - 16 UHR**





Sport  
ist für mich...



... hier kannst du deine Ideen  
(Videos, Bilder, etc. digital oder auf dieser Seite zum Ausschneiden,  
Einsenden und Abgeben beim PSV München) mit uns teilen und  
uns mitteilen, wie du dich trotz Corona - Einschränkung fit hältst.\*

\*Wir behalten uns vor, die besten Ideen auf unserer Homepage zu veröffentlichen!

Inh.: Daniela Hunder  
Dachauer Straße 178  
80992 München  
Tel: +49 89 158 875 50  
Mob: +49 151 295 085 70

SECRETHAIRSTYLES

Mail: [studio@secrethairstyles.de](mailto:studio@secrethairstyles.de)  
Web: [secrethairstyles.de](http://secrethairstyles.de)

ÖFFNUNGSZEITEN  
Di - Fr 09.00 - 19.00  
Sa 09.00 - 16.00  
oder nach Vereinbarung



Wir - die Volleyball-  
abteilung - bedanken  
uns bei unseren  
Sponsoren und  
freuen uns auf  
unsere Ballmaschine

## Erfolgreiche Sportler des PSV geehrt

Auf dem alljährlichen Ehrungsabend des PSV Ende November wurden herausragende Leistungen gewürdigt.

Allen voran hat die Abteilung Leichtathletik die meisten Medaillen gesammelt. Die drei erfolgreichen Mittelstreckenläuferinnen vom PSV haben eine ganze Liste von Titeln vorzuweisen:

Christina Hering erreichte bei der WM in

Doha das Halbfinale, wurde Deutsche Hallenmeisterin und Deutsche Vize-Meisterin über 800 Meter. Katharina Trost wurde Deutsche Meisterin über 800 Meter und war ebenfalls bei der WM in Doha dabei.

Mareen Kalis wurde über 800 Meter Deutsche Meisterin bei der U23 und Dritte bei der Deutschen Meisterschaft.

Gemeinsam gewannen die drei Damen die 3x800 Meter Staffel bei der Deutschen Meisterschaft.

Auch der Leichtathletik-Nachwuchs kann mit etlichen Erfolgen aufwarten:

Cornelius Rüth und Sebastian Gleissl wurden mit der 3x 1000 Meter Staffel Bayerische Meister bei der U23, Jonas Lohmaier Bayerischer Meister der U20 mit der 4x400 Meter Staffel. Sebastian Kottmann wurde in der U18 Bayerischer Meister im Dreisprung und mit der 4x 100 Meter Staffel.

Niclas Freudenblum holte den Bayerncup der U20 über 1.500 Meter.

Der jüngste Preisträger war Mathias Morbit-

zer, der mit der 4x 100 Meter Staffel Bayerischer Meister in der U16 wurde.

Bei den Senioren räumte Georg Kinateder



v.l. Martin Schaffitzel-Wenninger, 1. Platz M 75, Günther W. Urban 3. Platz M 85

Bayerischer Meister im 3-Kampf (100 m, Weitsprung und Kugelstoßen) Martin Schaffitzel-Wenninger

die meisten Medaillen ab:

Silber bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften in der 3x 1000 Meter Staffel, Einzel-Bronze über 1.500 sowie 5.000 Meter, Gold bei den Deutschen Senioren-Team-Meisterschaften mit der 4x 100 Meter Staffel, Bayerischer Seniorenmeister über 1.500 Meter und mit der 4x 100 Meter Staffel.

Peter Steinfeld wurde Bayerischer Seniorenmeister über 5.000 Meter, Eduard Gruber Zweiter bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften im Speerwurf.

Dass er noch lange nicht zum alten Eisen gehört, bewies Martin Schaffitzel-Wenninger als Bayerischer Meister in der M75 im Dreikampf (100 Meter, Weitsprung, Kugelstoßen).

Klaus Schepfer wurde Bayerischer Seniorenmeister (M75) mit der 4x 100 Meter Staffel, Rudolf Schneider (M85) im Hammerwerfen und Werfer-Fünfkampf. Günther Urban holte den Titel Bayerischer Seniorenmeister (M85) im Hochsprung, Weitsprung und Dreisprung. Mit der 4x 100 Meter Staffel der M75 wurde er ebenfalls Bayerischer Meister.

In der Abteilung Taekwondo holte Iliana Makkridou den Bayerischen Meistertitel, außerdem belegte sie bei den Bavaria, Berlin, Austria

Klaus Weidinger mit Iliana Makkridou und mit Tobias Schreyer und Max Kreil, mittig



und Slovenia Open jeweils top 3 Platzierungen. Ihre männlichen Kollegen Thomas Nitzl und Elias Alami konnten bei den Bavaria und Berlin Open ebenfalls Podiumsplätze erreichen. Tobias Schreyer, Klaus Weidinger und Max Kreil holten die Bay-

erische Team-Meisterschaft der ü31.

Für die Abteilung Line Dance erreichte Monika Hauner erste Plätze sowohl bei der Bayerischen als auch bei der Deutschen Meisterschaft. Dr. Wolfgang Haninger holte Gold und Silber bei der Deutschen Meisterschaft sowie zweimal Gold bei den Bayerischen Titelkämpfen. Alice Kober-Sotzek gewann die Bayerische und die Deutsche Meisterschaft, Kerstin Miolcic wurde Bayerische Meisterin und Deutsche Vize-Meisterin.

Für 40 Jahre Mitgliedschaft im PSV wurden Bernd Hochrein und Johann Haslbeck geehrt.

Aus der Abteilung Bogensport bekam Johanna Klinger die Anerkennung für Platz 1 und 3 bei der Bayerischen Meisterschaft und Platz 6 bei der Deutschen Meisterschaft. Andrea Klinger für einen 3. Platz bei der Deutschen Meisterschaft. Tobias Edlböck (auf dem Bild 2. von links) komplettierte den Erfolg der Bogenschützen mit dem Bayerischen Meistertitel bei den Herren.

Für die Abteilung Behindertensport wurde die international erfolgreiche Para-Biathletin Clara Klug geehrt, die im vergangenen Jahr gleich mit fünf WM-Medaillen aus Kanada zu-

rückkehrte – dreimal Gold und zweimal Bronze.

Auch die Landeshauptstadt München ehrte ihre erfolgreichsten Landessportler. Am 20. Februar wurden im Alten Rathausaal mit einem festlichen Rahmenprogramm und delikatem Drei-Gänge-Menü die besten Sportler der Landeshauptstadt für ihre Leistungen ausgezeichnet.

Geehrt wurden insgesamt 300 Sportler, die im Jahr 2019 entweder den ersten Platz bei einer Deutschen Meisterschaft oder einen Podiumsplatz bei einer Europa- oder Weltmeisterschaft erreicht haben.

Der PSV war mit fünf erfolgreichen Sportlern vertreten.

Die Mittelstreckenläuferin Christina Hering für ihren ersten Platz bei der Deutschen Meisterschaft über 800 Meter sowie ihre Nominierung für die Olympischen Spiele 2020 geehrt, Mareen Kalis als Deutsche Meisterin über 800 Meter in der U23 und Katharina Trost für den Meistertitel über 800 Meter bei der Deutschen Hallenmeisterschaft. Alle drei Läuferinnen gemeinsam erhielten die Ehrung für ihren ersten Platz bei Deutschen Meisterschaft in der 3x800 Meter Staffel.

Die Abteilung Line Dance war mit Alice Kober-Sotzek vertreten, die den ersten Platz der Deutschen Meisterschaft bei den Newcomern belegte.

Und schließlich die Königin des Para-Biathlons, Clara Klug, die bei der Weltmeisterschaft in Kanada gleich drei Goldmedaillen und zwei Bronzemedailles gewann.





**Felix Blumenschein  
als Fußballheld geehrt**

*komplette Fußballjugend des PSV betreut. Er ist selbst bereits seit 23 Jahren beim PSV, spielte in allen Jugendmannschaften bis in den Herrenbereich. Sein größter Erfolg als Spieler war die Meisterschaft und Aufstieg mit der Herrenmannschaft 2012 in die A-Klasse, mit seiner Jugendmannschaft gelang ihm 2018 die Meisterschaft und Aufstieg als damalige C-Jugend.*



Quelle: BFV

## „FUSSBALLHELDEN“: BFV ZEICHNET 22 JUNGE VEREINSMITARBEITER AUS

Gruppenbild: BFV

*Der Bayerische Fußball-Verband und der Deutsche Fußball-Bund haben Ende vergangenen Jahres in Regensburg 22 junge Führungskräfte aus Vereinen in ganz Bayern als „Fußballhelden“ ausgezeichnet.*

*Mit der Aktion „Junges Ehrenamt“ werden das besondere Engagement und die herausragenden Leistungen der 22 Kreissieger gewürdigt. „Sie stehen stellvertretend für alle jungen ehrenamtlichen Vereinsmitarbeiter in den rund 4.500 Fußballvereinen Bayerns“, sagte BFV-Präsident Rainer Koch bei der Preisverleihung. „Ohne Nachwuchs geht im Fußball gar nichts, weder auf noch neben dem Platz.“*

*Einer der 22 Ausgezeichneten ist Felix Blumenschein (28), der seit 2008 als Jugendtrainer aktiv ist und seit 2017 die*



Jürgen Faltenbacher, Mitglied des BFV-Vorstands u. Schatzmeister mit Felix Blumenschein, Foto: BFV

*Nun kümmert er sich neben seinem Job als Fitness-Studioleiter um drei Mannschaften als Trainer (Damen, U17 und U17-2) und als Jugendleiter der Fußball-Abteilung insgesamt um rund 300 Spieler und Spielerinnen im Alter von 4 bis 18 Jahren, die in 21 Mannschaften spielen.*

*Im Juli vergangenen Jahres organisierte er zusammen mit anderen Ehrenamtlichen ein großes viertägiges Fußballturnier mit insgesamt 60 teilnehmenden Mannschaften der Altersklassen 5 bis 14.*

*„Ich freue mich sehr über die Auszeichnung, weil damit mein langjähriges Engagement nun auch vom Verband gewürdigt*

*wird und als Ansporn für junge Ehrenamtliche im Verein dient“, sagt Felix. Besonders stolz ist er darauf, dass er gerade im Kreis München gewonnen hat, in dem die Anzahl der Vereine sehr hoch ist.*



Foto: Daniela Fürst

*PSV-Präsident Klaus Weidinger gratulierte Felix Blumenschein im Namen des*

*gesamten Vereins und sagte: „Diese Auszeichnung freut mich ganz besonders für Felix, da mit ihm hier endlich auch einmal die Menschen geehrt werden, die bereit sind, so viel von ihrer Energie und kostbaren Freizeit so investieren. Denn ohne ehrenamtlichen Einsatz junger Menschen wie Felix wäre unser Postsport-Verein nicht so erfolgreich und beliebt bei seinen Mitgliedern wie er es heute ist.“*



*Alle geehrten Fußballhelden erhielten neben einer Urkunde noch ein besonderes Geschenk: eine einwöchige Bildungsreise nach Barcelona. „Schon Ende Mai geht es los“, freut sich Felix. Er ist vor allem gespannt auf den Austausch mit anderen jungen Ehrenamtlichen, die überall in Deutschland tolle Arbeit leisten.*

*„Es war schon immer mein Traum, unseren Verein PSV München auf einer so großen Bühne zu repräsentieren.“*

Text: Daniela Fürst

**Ihre Anzeige  
Haben Sie Interesse?**

**Kontakt Walasia Pratelidis-Bartels  
Telefon: 0160 / 948 21 644**



## PSV-Schützen in Las Vegas The Vegas Shoot 2020

Das „Vegas Shoot“ ist das größte Hallenturnier weltweit und jedes Jahr wird ein neuer Teilnehmerrekord aufgestellt. Anfang Februar traten 3.816 Schützen und Schützinnen aus 53 Ländern an. Jung bis Alt waren in die weltberühmte Spielerstadt gekommen, um den Sport auszuüben, den wir alle so sehr lieben.

In Las Vegas gibt es einige Besonderheiten zu den sonst bekannten Turnieren. So werden statt zwei, drei Wertungsdurchgänge geschossen. Ebenso wird auf die im Dreieck



angeordneten Vegas-Spots und nicht auf die vertikalen 3er-Spots geschossen. Auch die Schussdistanz ist mit 20 Yards ein paar Zentimeter länger als die bekannten 18 Meter.

Auch der Wettkampfort war ungewöhnlich. Geschossen wurde in der Rodeoarena und den Veranstaltungshallen des Southpoint Hotel und Casino. Dort übernachteten auch die meisten Bogenschützen, dies sorgte für eine besondere Atmosphäre. Stets traf man in den Fluren, Casinos oder Restaurants auf Leute mit Bögen.

Freitagvormittag ging es mit dem ersten Durchgang los. Die Nervosität war groß, ließ aber nach den ersten Pfeilen nach.

Am ersten Tag schoss der aktuell Weltranglistenbeste, Brady Ellison, die Maximalringzahl von 300 Ringen. Dies ist bisher noch keinem

olympischen Recurveschützen gelungen. In der gleichen Klasse schoss Tobias am ersten Tag hervorragende 289 Ringe, dies bedeutete zwischenzeitlich den 13. Platz.

Der zweite Wettkampftag begann sehr früh. Bereits um sieben Uhr flogen die ersten Pfeile.

Laura teilte sich ihre Scheibe mit der aktuellen Olympiasiegerin Chang Hye-jin. Nach hervorragenden 280 Ringen am ersten Tag, hatte sie am zweiten Tag doch mit ihren Nerven zu kämpfen. Brady Ellison behielt seine weiße Weste und schoss abermals 300.

Nach zwei von drei Durchgängen wurden

die Gruppen entsprechend der Ergebnisliste neu gemischt. Alles blickte gespannt auf Brady. Würde ihm die Sensation gelingen, als erster Recurveschütze perfekte 900 Ringe zu schießen? Und sie gelang ihm!

Nach drei aufregenden Wettkampftagen erreichte Tobias mit 854 Ringen den 28. Platz, Laura erreichte mit 818 Ringen ebenfalls den 28. Platz.

Es war eine spannende und einmalige Erfahrung an solch einem großen und hochkarätig besetzten internationalen Wettkampf teilzunehmen. Ein vergleichbares Turnier ist in Deutschland nicht zu finden. Und anschließend gab es für Laura und Tobias als Belohnung noch ein paar tolle Urlaubstage in Las Vegas.

Text: Stefan Edlböck / Daniela Fürst  
Fotos: Stefan Edlböck

## Die Kunst, sich selbst zu besiegen

„Bevor du den Gegner besiegst, musst du dich selbst besiegen“ – so lässt sich Karate auf den Punkt bringen.

Karate bedeutet die Schulung von Geist, Charakter und innerer Einstellung.

Hauptmerkmal ist der Kampf mit einer möglichst weiten Distanz zum Gegner. Daher eignet sich diese Kampfsportart auch für die Selbstverteidigung.



Übersetzt bedeutet Karate soviel wie „leere Hand“. Darüber hinaus ist mit dem Begriff leer auch der geistige Zustand des Karatekas gemeint, der frei sein soll von Emotionen, um so allem, was um ihn herum geschieht, angemessen begegnen zu können.

Die Ursprünge von Karate liegen vor mehr als 1000 Jahren in China. Chinesische Mönche, denen das Tragen von Waffen nicht erlaubt war, entwickelten aus gymnastischen Übungen eine Kampfkunst zur Selbstverteidigung. Es geht nicht darum, den Gegner zu besiegen, sondern um die Entwicklung und Entfaltung der eigenen Persönlichkeit durch Disziplin, Selbstbeherrschung und äußerste Konzentration.

Die Achtung des Gegners steht an oberster Stelle.

Erste Voraussetzung für das Erlernen des Karate ist das rechte Verstehen. Nur wer eine gezeigte Technik verstanden hat, dessen Übung ist fruchtbar. Die Voraussetzung zum Verstehen ist das genaue Beobachten. Und auch das Verstehen einer Technik reicht noch nicht. Man muss sie sich zu eigen machen können. Das üben, üben und nochmals üben.



Es kann gut sein, dass jemand die Technik verstanden hat, ausdauernd übt und trotzdem gelingt ihm nicht, eine einwandfreie Technik zu erringen. Wenn man weiß, wie eine Technik aussehen soll, muss der Karateka ihre Ausführung an sich selbst beobachten, verbessern und an sich arbeiten.

Wie muss zum Beispiel kokutsudachi aussehen und wie sieht es bei mir aus? Also muss man vergleichen und sehen, was noch nicht in Ordnung ist und dann korrigieren. Durch dieses Üben mit Verstand und Selbstkritik ist man weit im Vorteil gegenüber jenem, der jeden Tag drei Stunden übt, die Technik nicht verstanden hat und nicht sieht, was er falsch gemacht hat.

Karate ist ein wunderbarer Sport, der den ganzen Körper trainiert und geprägt ist von Respekt und Disziplin.

Neugierig geworden? Dann kommen Sie doch mal vorbei! Wir freuen uns auf jedes neue Gesicht.

Bei uns trainieren zur Zeit insgesamt mehr als 80 Aktive – Schulkinder, Jugendliche und Erwachsene - in verschiedenen Gruppen, sowohl Anfänger als auch erfahrene Kämpfer. Der Einstieg ist für Kinder ab sechs Jahre und Erwachsene jederzeit möglich.

Jeder, der sich für Karate interessiert und aktiv werden möchte, ist herzlich willkommen.

Text: Nicola Caló/ Daniela Fürst  
Foto: Nicola Caló / Webseite

**13. Münchner Stadion-Cross**



Leichtathletik-

Abteilung des

PSV veranstaltete wie jedes Jahr gemeinsam mit der LG Stadtwerke München den Stadion-Cross auf unserer Anlage an der Franz-Mader Straße 11. Am 26. Januar war es soweit. Diesmal waren wir nicht gezwungen, die Strecke vom Schnee zu befreien und konnten 237 Teilnehmern beste Bedingungen bieten.

Um 11:00 Uhr machte sich das große Feld der Kinder U10 auf den Weg, gefolgt von dem ebenso großen Feld der Kinder U12. Nach den Jugendlichen U14, U16 und U18 waren die Erwachsenen und Jugendlichen U20 an der Reihe. Dabei konnten einige Bayerische Spitzenläufer bewundert werden. So siegte in der Mittelstrecke der Männer Hiob Gebisso von der TG Viktoria Augsburg. Den Lauf der Frauen gewann Anne Kesselring von LAC Quelle Fürth, die Langstrecke der Männer Tobias Gröbl von der LG Zusam. Die zweiten Plätze in den letzten beiden Rennen gingen an Läufer unserer Startgemeinschaft LG Stadtwerke München: Isabell Appelt und

Johannes Hildebrand.

Je nach Alter und Leistungsstand waren die Laufstrecken unterschiedlich lang. Während die Kinder Zeitläufe auf einer Strecke von 950 Metern absolvierten, waren es bei den Startern der U14 1,3 km, die U16- und U18-Läufer mussten 2,35 km zurücklegen, die Jugendlichen der U20 3,4 km. Die erwachsenen Hobbyläufer drehten ihre Runden auf 5,5 km. Und die Langstrecke bei den Frauen war 5,5 km lang, bei den Männern 7,6 km.

Text: Peter Steinfeld / Daniela Fürst  
Fotos: Dieter Kloos

**Deutsches Tanzsport- abzeichen in Bronze ertanz**

Nun war er also da - der große Tag. Viel geübt, viel geschwitzt. Die Fahrt nach Raisting zu den Gastgebern des DTSA, Phoenix Linedancers, bei bestem Bayerischen Föhnwetter. Gasthof zur Post – unspektakulärer Name, sehr schöne Location – der große Festsaal. Allen Mut zusammengenommen und hineinspaziert.

Die Kollegen der PSV Linedancer Monika (unser unermüdlicher Coach), Wolfgang (unser unermüdlicher Trainer) und Sebastian, mein Bronze-Mitstreiter saßen schon am Tisch, der gut ausgestattet war mit Nervenahrung in Form von allerlei leckerem Gummizuckerzeug.

Man schickte mich gleich zum Empfangstisch und händigte mir meine Startnummer sowie den Zeitplan aus. Sebastian und ich sollten bei Heat 4 – Nightclub (wer jetzt nicht weiß, was das ist – nein, damit ist kein Nachtclub gemeint – der soll halt einfach mal

bei unserem Linedance-Training am Mittwoch vorbeischauen bzw. mittanzen), Heat 7 - Polka und Heat 12 - Walzer starten. Die Zeit bis zum Start haben wir ganz gut überbrückt mit leckerem Essen und einem kleinen Workshop.

Dann war es soweit. Heat 4. Wie die Könige wurden wir vom „Floor Manager Team“ auf die Tanzfläche geleitet und bekamen unseren



Tanzplatz

zugewiesen. Wir standen mit dem Rücken vor den drei hochkarätigen Wertungsrichtern, dann die Frage: „Tänzer bereit?“, „Ja!“ - der Song wurde eingezählt und los ging's! Die zitternden Knie mussten wir ganz schnell unter Kontrolle kriegen, da wir nur zwei Minuten hatten, um unser Können zu zeigen – es gelang uns. Musik aus, Tänzer stehenbleiben bis zur Aufforderung, dass wir gehen können.

Geschafft. Wertung erfolgt. Bis zum nächsten Tanz.

Für die Bronze-„Medaille“ durften wir drei Tänze zeigen und beim 3. Tanz fühlten wir uns schon wie die Profis: Geleit zur Tanzfläche, Aufstellung, Tanzen, Warten, Abgang. Und dann war es auch schon vorbei. Die Wertungszettel waren ausgefüllt, nun hieß es Warten auf die Urkundenverleihung, die ganz feierlich durch die Wertungsrichter vorgenommen wurde. Noch einmal wurden wir namentlich einzeln nach vorne gerufen, nahmen die Urkunde, die Bronze-„Medaille“ und die Gratulation der Wertungsrichter entgegen. Was für ein wunderbarer Tag.

Ein herzliches Dankeschön an die Gastgeber für die tolle Organisation und die Freundlichkeit, mit der sie uns durch den ganzen Tag begleitet haben. Und natürlich ein ganz großes Dankeschön an unsere Moni und unseren Wolfgang – ohne Euch und Euren steten Zuspruch hielten wir jetzt nicht die schönen Urkunden in den Händen!

Und speziell von mir an meine Tanzkolleginnen der 17-Uhr-Gruppe ein dickes Danke, dass ihr immer so tapfer die drei Tänze mit mir geübt habt. Und beim nächsten mal heißt es: auf zu Silber!

Text / Foto: Petra Wagner,

**ANZEIGE**

**Montag - Samstag**  
**11.00 - 15.00 und**  
**17.00 - 1.00 Uhr**  
**Sonn- und Feiertag**  
**11.00 - 1.00 Uhr**  
**Kein Ruhetag**  
**Leonrodstr. 85**  
**80636 München**  
**Tel. ( 089 ) 18 97 96 23**

**RESTAURANT**  
**POSEIDON**  
**GRIECHISCHE SPEZIALITÄTEN**



### Die Wikingers der Abteilung Floorball informieren!

Da sich die Saison bald dem Ende nähert, kann man schon ein kleines Fazit für die Mannschaften ziehen.

Die Herrenmannschaft spielt gut im ersten Drittel der Liga mit und hat es geschafft, endlich mal eigene Jugendspieler in ihr System mit einzubauen.

Die Jugendspieler haben sich sehr gut eingelebt und sind auch fleissig am Punkte sammeln mit Toren und Assists. Da aber der Nachwuchs noch Zeit braucht, bis er komplett in die Herrenmannschaft integriert werden kann, haben sich diese für eine Spielgemeinschaft mit den SF Puchheim entschieden. In der Saison 2019/20 konnte noch keine U17 gestellt werden, so daß diese Spieler bei der Herrenmannschaft mit trainieren bzw. spielen. Nächste Saison (2020/21) sieht die Situation besser aus und die Wikingers können wohl eine U17 im Spielbetrieb des Verbandes melden. Damit stellen dann die Wikingers in jeder Altersklasse ein Mannschaft.

Die U11, U13 und U15 sind nach der Vorrunde jetzt in der Relegationsrunde gestartet.

Hier ist alles möglich und es sind zu meist knappe Spiele. Die U9, unsere Kleinsten, ha-

ben eine Spielgemeinschaft mit den Prianhas aus Amendingen/Memmingen. In der Liga sind beide Vereine zusammen angekommen und haben bis jetzt erst ein Spiel gegen den Favoriten aus Kaufering verloren.



Die abteilungsmäßig stärkste Mannschaft

sind die Oiden Wikingers.

Das Hobbyteam spielt, wenn es geht, in der Bayerischen Hobbyrunde mit, welche vom Bayerischen Floorball Verband gesteuert wird.

Die Oiden sind mit Spaß und Ehrgeiz bei den Turnieren und konnten schon manche Siege feiern und begießen!

Der Höhepunkt vor der Sasion war, das wir einen neuen Verein, die Floorball anbieten, aus Geiselbullach-Neu Esting zu einem Testspiel eingeladen hatten. Sie kamen mit drei Mannschaften und hatten ein Spielfeld mit Bande und Torraummarkierungen noch nie live gesehen. Bei den drei Spielen war das spannendste Spiel das der U9. Das Spiel wogte hin und her und mit einem gerechten 5:5 trennten sich die Mannschaften. Bei der U11/13 war die Sache etwas deutlicher und

die Wikingers führen einen 11:0 Sieg ein. Bei beiden Spielen wurden von beiden Mannschaften tolle Spielzüge und Kombinationen gezeigt. Man kann gespannt sein, ob und mit welchem Jahrgang die Geiselbullacher nächste Saison antreten.

Am Schluß traten die Hobbymannschaften an. Da viele der Oiden Wikingers nicht konnten, bestand der Großteil der Mannschaft aus U15 Spielern, die die Ehre der Wikingers verteidigen sollten.

Am Schluß wurde ein 8:5 Sieg eingefahren.

Auch hier kann man gespannt sein, ob und wie das Hobbyteam aus Geiselbullach sich in der Hobbyrunde schlagen wird, sollten sie antreten!

Man kann immer wieder erleben, wenn Kinder zu uns ins Training kommen, um zu schnuppern, wie verblüfft die Eltern sind.

Sie denken meist, das man nur den Schläger halten braucht und damit den Ball treffen soll. Weit gefehlt, es gehört schon mehr dazu,

nur die einfachen Attribute zu machen.

Auch sind sie verblüfft über die Geschwindigkeit und technischen Anforderungen, die es braucht, um Floorball zu spielen.

Viele Kinder, die zu uns zum Schnuppern kommen, wollen auch bleiben.

Unser Einzugsgebiet in München erstreckt sich nach Schwabing, Laim und in die Lerchenau.

Großes Lob gilt allen Trainern, Schiedsrichtern, Mannschaftsbetreuern und Eltern, die immer wieder mit in die eigene so wie auch in die gegnerische Halle kommen und die Kinder anfeuern.

Wer mal etwas anderes ausprobieren will oder jemanden weiß, der mal eine exotische Sportart sucht, kann uns gerne die/denjenigen mal ins Training schicken!

Text / Foto: Jürgen Weller, Abteilungsleiter Floorball



Der PSV München bietet auch dieses Jahr wieder **31.08. bis 04.09.2020 täglich von 9 bis 15 Uhr** eine tolles Angebot aus Sport, Spiel und Spaß für Kinder von 5 bis 12 Jahren auf der vereinseigenen Anlage an. Teilnehmen können auch Kinder und Jugendliche, die nicht Mitglied im Verein sind.

**Kosten: Für Mitglieder 85 Euro  
Für Nichtmitglieder 100 Euro  
Anmeldungen bitte bis spätestens 26.07.2020 in der Geschäftsstelle.**  
Bitte Essen und Getränke für die Kinder selber mitbringen!  
Franz -Mader-Str.11  
80992 München  
Telefon 089 1494061  
geschaeftsstelle@psv-muenchen.de

### ANZEIGE

# PSV Gymnastik & Aerobicplan

**Dienstag**

**Cardio Workout**  
PSV UG Halle 4  
9:00-9:45 Uhr  
Claudius Bicker

**BBP**

PSV UG Halle 3  
9:45-10:30 Uhr  
Claudius Bicker

**Montag**

**Body Fit**  
PSV UG Halle 4  
9:00-10:00 Uhr  
Margit Treumann

**Montag**

**Bauch/Rücken/  
Stretch & Relax**  
PSV UG Halle 4  
10:00-11:00 Uhr  
Margit Treumann

**Montag**

**Damen-Ausgleichs-  
gymnastik 60+**  
PSV EG Gymnastikraum  
9:45-11:15 Uhr  
Felizia Vennebusch

**Montag**

**Body Workout**  
PSV UG Halle 4  
17:15-18:15 Uhr  
Susanne Schneider

**Montag**

**Dance Aerobic**  
PSV UG Halle 4  
18:15-19:15 Uhr  
Susanne Schneider

**Dienstag**

**Bodyweight**  
PSV UG Halle 4  
19:00-19:45 Uhr  
Claudia Zitzmann

**RückenFit +Faszien**  
PSV UG Halle 4  
19:45-20:30 Uhr  
Claudia Zitzmann

**Dienstag**

**Konditionsgymnastik 60+**  
Dieselschule  
19:00-20:30 Uhr  
Felizia Vennebusch

**Dienstag**

**Forever Fit**  
PSV UG Halle 4  
10:00-11:00 Uhr  
Hermann Löw

**Fit & Vital**

PSV UG Halle 4  
11:00-12:00 Uhr  
Hermann Löw

**Dienstag**

**Capoeira**  
PSV UG Halle 4  
18:00-19:00 Uhr  
Johannes Schreiner

**Dienstag**

**Zumba**  
PSV Neue Halle Teil 3  
18:15-19:15 Uhr  
Isabella Discacciati

**Dienstag**

**Body Shape**  
PSV Neue Halle Teil 3  
19:15-20:15 Uhr  
Isabella Discacciati

**Mehr  
Fitness &  
Wohlbefinden  
durch  
Bewegung**

Unter  
[www.psv-muenchen.de](http://www.psv-muenchen.de)  
finden Sie  
„Kurzfristige  
Kursplanänderungen“

**Mittwoch**

**BBP**  
PSV UG Halle 4  
8:00-9:30 Uhr  
Margit Treumann

**Bodystyling**  
PSV UG Halle 4  
9:30-10:30 Uhr  
Margit Treumann

**Mittwoch**

**Zumba**  
PSV UG Halle 4  
10:30-11:15 Uhr  
Isabell Kirschner

**Bodyweight**  
PSV UG Halle 4  
11:15-12:00 Uhr  
Isabell Kirschner

**Mittwoch**

**Wirbelsäule**  
PSV Neue Halle Teil 3  
17:00-18:00 Uhr  
Hermann Löw

**Rücken Fit**  
PSV UG Halle 4  
18:00-19:00 Uhr  
Hermann Löw

**Donnerstag**

**Zumba**  
PSV UG Halle 4  
9:00-9:45 Uhr  
Isabell Kirschner

**Donnerstag**

**Bauch / Rücken /  
Stretch & Relax**  
PSV UG Halle 4  
9:45-10:00 Uhr  
Isabell Kirschner

**Mittwoch**

**Zumba**  
PSV UG Halle 4  
10:30-11:15 Uhr  
Isabell Kirschner

**Bodyweight**  
PSV UG Halle 4  
11:15-12:00 Uhr  
Isabell Kirschner

**Donnerstag**

**Bodystyling**  
PSV UG Halle 4  
18:30-19:30 Uhr  
Jessica Wulkesch

**Donnerstag**

**Body Workout**  
PSV UG Halle 4  
19:30-20:30 Uhr  
Jessica Wulkesch

**Freitag**

**Wirbelsäule**  
PSV UG Halle 4  
9:00-10:00 Uhr  
Susanne Schneider

**Freitag**

**Pilates**  
PSV UG Halle 4  
10:00-11:00 Uhr  
Susanne Schneider

**Samstag**

**Capoeira**  
PSV UG Halle 4  
10:15-11:45 Uhr  
Johannes Schreiner

**Freitag**

**Flow Yoga I**  
PSV UG Halle 4  
18:00-19:00 Uhr  
Sabine Püls

**Freitag**

**Flow Yoga II**  
PSV EG GymRaum  
19:00-20:00 Uhr  
Sabine Püls



Bitte bringen Sie Ihre  
Gymnastikmatte zu den  
Übungsstunden mit &  
bitte führen Sie Ihren  
Mitgliedsausweis  
stets bei sich.

PSV München e.V.  
Franz-Mader-Straße 11  
80992 München  
Telefon 089 / 149 40 61



**Öffnungszeiten**  
**Geschäftsstelle:**  
**Montag bis Freitag**  
**8:30 - 12:00 Uhr**  
**Dienstag und Donnerstag**  
**16:00 - 19:00 Uhr**

[www.psv-muenchen.de](http://www.psv-muenchen.de)  
[geschaeftsstelle@psv-muenchen.de](mailto:geschaeftsstelle@psv-muenchen.de)

Alle Infos auch über  
die Geschäftsstelle  
Telefon 089 / 149 40 61

**... Sie kennen uns noch nicht?  
... dann lernen Sie uns kennen!!**

## Sportarten

**Präsident:** Klaus Weidinger

**Vize-Präsidentin Finanzen:** Karin Blumenschein

**Vizepräsident Liegenschaften:** Erhard Wnendt

**Vizepräsidentin Sport:** Walasia Pratelidis-Bartels

**Ehrenpräsident:** Peter Pritz

**Geschäftsführerin:** Angelika Wanger

Aufgrund der aktuellen  
Entwicklungen bitten wir Sie,  
sämtliche Termine in diesem Ma-  
gazin über die PSV-App, die PSV-  
Homepage oder direkt in unserer  
Geschäftsstelle zu hinterfragen.  
Vergesst auch nicht, euch bei  
unserem neuen Newsletter  
anzumelden, damit ihr immer  
informiert seid.

### **Behindertensport:**

**Anne Heinzl**

Tel. 089 / 70 67 61

### **Betriebssport:**

**Johannes Grüner**

[Johannes.gruener@outlook.com](mailto:Johannes.gruener@outlook.com)

### **Bogensport:**

**Stefan Edlböck**

Tel. 089 / 82 94 05 40

### **Fechten:**

**Claus Hendrik Rietschel**

Tel. 08131 / 979 41

### **Fitness-Studio:**

**Ali Tosun**

[psv-fitness@gmx.de](mailto:psv-fitness@gmx.de)

### **Fit & Gesund:**

Geschäftsstelle : Tel. 089 / 149 40 61

### **Floorball:**

**Jürgen Weller**

[jm.weller1964@gmail.com](mailto:jm.weller1964@gmail.com)

### **Fußball:**

**Susanne Autengruber**

[Susanne.Autengruber@t-online.de](mailto:Susanne.Autengruber@t-online.de)

### **Fußball Jugend:**

**Felix Blumenschein**

[bluefex91@gmail.com](mailto:bluefex91@gmail.com)

### **Handball:**

**Nadine Schleicher**

[Nadine.Schleicher83@web.de](mailto:Nadine.Schleicher83@web.de)

### **Handball Jugend:**

**Bettina Schmitz**

[bettinaschmitz93@gmx.de](mailto:bettinaschmitz93@gmx.de)

[toby.psv@mail.de](mailto:toby.psv@mail.de)

### **Judo:**

**Armin Moussavi**

Tel. 0179 / 29 555 22

[abteilungsleitung@psv-judo.de](mailto:abteilungsleitung@psv-judo.de)

### **Karate:**

**Nicola Caló**

[calo\\_nicola@yahoo.de](mailto:calo_nicola@yahoo.de)

Tel.: 0172 / 921 58 73

### **Leichtathletik:**

**Timm Mittelsten Scheid**

[psv-leichtathletik@web.de](mailto:psv-leichtathletik@web.de)

### **Line Dance:**

**Josip Micolcic**

[josy.micolcic@gmail.com](mailto:josy.micolcic@gmail.com)

### **Quidditch:**

**René Schneider** (Kapitän)

[Munichquidditch@gmail.com](mailto:Munichquidditch@gmail.com)

### **Taekwondo:**

**Klaus Weidinger**

[abteilungsleitung@postsv-taekwondo.de](mailto:abteilungsleitung@postsv-taekwondo.de)

### **Tennis:**

**Herbert Schön**

Tel. 0172 / 85 18 954

### **Tischtennis:**

**Peter Späth**

Tel. 089 / 66 99 55

### **Volleyball:**

**Walasia Pratelidis-Bartels**

Tel. 089 / 140 23 69

[www.psv-muenchen.de](http://www.psv-muenchen.de)