

Vereinszeitung · Heft 2 · Herbst/Winter 2008/09

*Wir freuen
uns auf
die*



Fußball
Gymnastik
Ski
Taekwondo
Tischtennis
Koronarsport
Tennis
Volleyball

Höglwörther
Straße 219
81379 München
Telefon
(0 89) 7 80 93 79
Telefax
(0 89) 7 85 62 29

Geschäftszeiten
Mo 9 – 11 Uhr
Di 17 – 19 Uhr
Mi 9 – 11 Uhr
Do 17 – 19 Uhr

Bankverbindung
HypoVereinsbank
Konto-Nummer
2 530 014 994
Bankleitzahl
700 202 70

*neue
Saison*

E-Mail: geschaeftsstelle@fcherthamuenchen.de
Homepage: www.fchertha.de

Der VW Golf

- neu ab 10. Oktober 2008 !



Der neue VW-Golf wurde bis ins letzte Detail perfektioniert:

Er glänzt durch kluge Top-Technologien wie „Automatische Distanzregelung“, „Park Assist“, uvm. sowie einen in dieser Fahrzeugklasse herausragenden Sicherheitsanspruch. Das Design ist noch prägnanter und sportlicher, der Gesamtkomfort im Fahrzeug-Innenraum deutlich gestiegen (Optik, Bedienbarkeit, Geräuschdämmung, etc). Die Verbrauchswerte wurden bis zu 28% gesenkt, z.B. auf 4,5 Liter Durchschnittsverbrauch beim 110-PS-TDI. – Und nicht zuletzt bietet er noch mehr Spaß am Fahren!



... Am besten
Sie erleben ihn live bei uns.
Wir freuen uns auf Sie!

Wolfratshauer Str. 100 • 81379 München • Telefon (089) 74 21 31-0

Präventionsveranstaltung Polizeikurs für Erwachsene



Selbstsicher und couragiert im Leben

Verhaltensunsicherheit und Angst in Notsituationen führen nicht selten zur Passivität oder zur „Wegschau-Mentalität“. Welche Präventionsmöglichkeiten in Gefahrensituationen bestehen, wie Sie sich und andere vor Gewalt schützen können, zeigt der kostenlose Selbsthilfekurs der Polizeiinspektionen 32 und 34.

Nähere Auskünfte oder Anmeldungen bei Ihren örtlichen Polizeiinspektionen:

PI 32 – München Sendling

Telefon 7 43 56 - 131

PI 34 – München Forstenried

Telefon 7 85 01 - 131

In Zusammenarbeit mit dem Kommissariat 314

Der Vorstand

Vorstand



zuständig für:
Konzept-
entwicklung
Sponsoren
Ski
Tennis
Fußball
Gymnastik



Karl Hirsch



Peter Schmidt

zuständig für:
Geschäftsstelle
Verträge
Steuern
Personal
Volleyball



Werner Starke

zuständig für:
Finanzen
Versicherungen
Koronar
Tischtennis
Taekwondo





Vorstand

Bericht des Präsidiums

Man mag es gar nicht richtig glauben, aber das Sommerhalbjahr 2008 liegt nun schon wieder eine ganze Zeit hinter uns. Die Tage werden von Woche zu Woche kürzer, das Laub beginnt sich deutlich zu verfärben und, es ist nicht zu fassen, die ersten Lebkuchen wurden bereits gesichtet in den Regalen der Supermärkte. Doch auch im Sportgeschehen hinterlässt die Jahreszeit stets ihre Spuren. Die Tennissaison geht leider zu Ende. Im Gegenzug trumpfen die Fußballer jetzt mit den neuen Saisonspielen auf. Ganz

Aus versicherungstechnischen Gründen ist die Teilnahme an dem gesamten Sportangebot unseres Vereines nur unter der Prämisse möglich, dass alle Teilnehmer im Besitz eines Mitgliedsausweises sind. Diese Maßnahme gilt für alle Abteilungen, egal ob Fußball, Gymnastik, Volleyball oder Taekwondo. Die Übungsleiterinnen und Trainer sind angewiesen, auf diese Maßgabe zu achten. Ab sofort werden separate Stundenbeiträge (ohne Mitgliedschaft) nicht mehr akzeptiert. Die Möglichkeit von 2 bis 3 Gratis-Schnupperstunden bleibt davon unberührt, allerdings ohne Unfall-Versicherungsschutz.

Lediglich bei Sonderaktionen, wie zum Beispiel Yoga-Kurse, besteht auch die Möglichkeit der Teilnahme für Nichtmitglieder. In diesen Fällen ist ein gesonderter Versicherungsbeleg auszufüllen.

Für das Präsidium
Karl Hirsch

Wichtig zu wissen

Ein Dank an die Bezirksaus- schüsse 7 und 19.



Wie in unserer letzten Vereinsbroschüre berichtet, hat am 21. Januar 2008 mit den Vertretern beider Bezirksausschüsse ein Ortstermin bei uns am Parkplatz am Surheimer Weg stattgefunden. Der Antrag des FC Hertha beinhaltete eine bessere Ausleuchtung des Parkplatzes. Besonders wichtig war uns der Sicherheitsaspekt auf dem Parkplatz für unsere Kinder.

In gemeinsamer Kooperation beider Bezirksausschüsse wurde unser Anliegen unterstützt. Zwischenzeitlich wurde die erwünschte und notwendige zusätzliche Straßenlaterne im Parkplatzbereich montiert. Dafür danken wir im Namen unserer Mitglieder allen beteiligten Institutionen der Stadt München.

Karl Hirsch

Danke

zu schweigen von unserer Ski-Abteilung. Hier wurde bereits das Winterprogramm erstellt und alles wartet auf das erste „Weiß“ auf den Pisten.

Die Details und Aktivitäten unseres Angebotes sind den Berichten der einzelnen Abteilungen zu entnehmen.

Das Präsidium möchte hier einen stark gerafften Überblick über die Arbeit und Vorkommnisse der vergangenen Monate geben, welche zweifelsohne auch in das Jahr 2009 hinein reichen dürften.

Wie bereits berichtet hat zum 1. August 2008 der FC Croatia den Trainings- und Spielbetrieb, auf der bisher überwiegend vom FC Hertha allein bespielten Bezirkssportanlage, aufgenommen. Im Frühjahr hatten noch diverse gemeinsame Gespräche der Vereinsvertreter mit den zuständigen Institutionen der Landeshauptstadt München stattgefunden. Nicht alle vorgetragene Wünsche werden zum jetzigen Zeitpunkt berücksich-

tigt. Die Installation eines Kunstrasenplatzes wurde „auf die lange Bank“ geschoben. Gleiches gilt für die von beiden Vereinen gewünschte Ergänzung der Flutlichtanlage. Lediglich konnte erreicht werden, dass jetzt im Herbst 2008 die Warmwasseraufbereitung für die Duschen ausgebaut wird. Dieser Umstand ist auch dringend nötig. Kommen doch vom FC Croatia zu unseren 22 Fußballmannschaften nochmals 14 Mannschaften hinzu. Der gleichfalls vorgetragene dringende Wunsch der Schimmelbeseitigung in den Duschräumen wird in der 42. Kalenderwoche gleichfalls in Angriff genommen. Besonders möchte das Präsidium hervorheben, dass die Zusammenarbeit mit dem FC Croatia sehr kooperativ und freundschaftlich in Angriff genommen worden ist. Ohne Einschaltung des Präsidiums haben sich die einschlägigen Abteilungsleitungen über die Trainings-

Eigentlich sollte man nichts verschenken

- Wie sicherlich allgemein bekannt, bieten seit einiger Zeit eine Reihe von Krankenkassen den Versicherten ein so genanntes Bonussystem an.
- Neben den von den Kassen empfohlenen Vorsorgeuntersuchungen, welche Bonuspunkte dem Versicherten einbringen, wird auch die sportliche Betätigung mit den erwähnten Punkten honoriert.
- Machen Sie sich doch einfach mal sachkundig bei Ihrer Krankenkasse.
- Sicherlich ist hier eine kleine Rückvergütung, gleich in welcher Art, zu erzielen.
- *In unserer Geschäftsstelle kann jederzeit eine entsprechende Bestätigung mittels Stempel und Unterschrift gegeben werden.*

Wir wünschen einen guten Start

Wie sicherlich zwischenzeitlich allgemein bekannt, hatte im Mai 2008 die bisherige Abteilungsleiterin Gymnastik Jugend aus persönlichen Gründen ihr Amt niedergelegt. Notgedrungen hat der Präsident Karl Hirsch diese Position kommissarisch übernehmen müssen. Solch eine Konstellation ist nicht als Idealfall anzusehen.

Nun ist es dem Präsidium gelungen, für diese offene Position ein Mitglied der Gymnastikabteilung zu finden.

Es freut uns ganz besonders, dass Frau Marion Haas sich bereit erklärt hat, diese Aufgabe zu übernehmen. Wir wünschen Marion Haas viel Spaß und Erfolg bei dieser ehrenamtlichen Aufgabe.

Dieses Engagement ist wieder mal ein Beweis dafür, dass der von den Großkopfern stets in Sonntagsreden eingeforderte Bürgersinn bei uns im Alltagsgeschäft tatsächlich praktiziert wird.

Karl Hirsch

Zeitpläne geeinigt. Dieses faire Zustandekommen ist besonders unter dem Aspekt zu sehen, dass bis zirka April/Mai 2009 das Hauptspielfeld wegen notwendiger und aufwendiger Platzpflegearbeiten gesperrt ist.

In Zusammenarbeit der Fußballabteilung und dem Präsidiums wurde die Renovierung der Ballkammer in Angriff genommen. Hier wird ein entsprechender Antrag bezüglich der Übernahme eines Teiles der Kosten an den Bezirksausschuss Sendling-Westpark gestellt werden.

Bei der im Sommer stattgefundenen Delegiertenversammlung wurde das bisherige Präsidium wiedergewählt. Leider gab es zum Zeitpunkt der Wahl – und bis heute – keine weiteren Interessenten für die Mitarbeit im Präsidium.

Im Bereich der personellen Zusammensetzung der Abteilungen gab es im Berichtszeitraum Veränderungen. Frau

Bitte beachten!



Für Garderobe und Wertgegenstände in den Umkleieräumen und Turnhallen kann der FC Hertha grundsätzlich keine Haftung übernehmen. Wir bitten diesen Umstand zu beachten. Weisen sie gegebenenfalls auch Ihre Kinder auf diesen Sachverhalt hin.

Kathrin Eisenmann gab aus persönlichen Gründen die Verantwortung für den Bereich „Gymnastik Jugend“ ab. Hier konnte zwischenzeitlich für die verantwortungsvolle Aufgabe Frau Marion Haas gefunden werden (Mitglied der Gymnastikabteilung). Sehen Sie dazu auch die persönliche Vorstellung hier im Heft. Am 22. September erklärte die langjährige Kassiererin der Gymnastikabteilung aufgrund beruflicher Arbeitsüberlastung ihre Amtsniederlegung. Das Präsidium ist aufgerufen, hier möglichst umgehend einen Ersatz zu suchen. Auf der am 22. September 2008 stattgefundenen Vereinsrats-Sitzung wurde ausgiebig über die straffere Handhabung eines Mahn-Management diskutiert. Es wurde einstimmig die Meinung vertreten, dass jeder, der die Leistungen des Vereines in Anspruch nimmt, auch seinen satzungsgemäßen Beitrag zu entrichten hat. Letztendlich haben wir nur die Beitragsgelder, um alle Kosten des Vereines zu finanzieren. Für tatsächlich Bedürftige gibt es übrigens die Möglichkeit des Zuschusses durch die Landeshauptstadt München. Siehe auch den Bericht zum Thema „München Pass“. Erfreulich ist übrigens der Umstand, dass die einzelnen Abteilungen mit dem im Februar 2008 zugeteilten Budget recht sparsam und sehr verantwortungsvoll umgegangen sind. Das Präsidium dankt für diese gemeinsame Anstrengung.

Das so genannte Alltagsgeschäft des Präsidiums besteht leider in der ständigen Suche nach passenden Turnhallen und/oder Übungsleiter/Innen gleich welcher sportlichen Disziplin. Hier ist sehr lobend das Engagement von unserer Geschäftsstellenkraft Frau Andrea Ruml hervorzuheben. Ohne ihre Mithilfe würde es sehr häufig im Getriebe knirschen.

Das Präsidium möchte nun allen Mitgliedern für die kommenden Monate eine gesunde und erfolgreiche Zeit wünschen. Kommen Sie alle gut über die anstehenden witterungsbedingten düsteren Monate, die Feiertage und den Jahreswechsel.

In diesem Sinne grüßt Sie herzlich

Karl Hirsch
Präsident

Wir danken unseren Sponsoren

Bereits mehrfach haben wir in der Vergangenheit beklagt, dass Breitensportvereine in unserer Kategorie von Großsponsoren nicht in dem Maße behandelt werden wie die zwei publikumswirksamen Fußballvereine der Stadt München. Dieses ist leider unumstößlicher Fakt.

Umso mehr möchte sich das Präsidium, aber auch alle Abteilungen, ganz herzlich bei all den Sponsoren bedanken, welche dem FC Hertha die Treue halten.

Sei es, dass Anzeigen geschaltet werden in unserer Vereinsbroschüre, Spenden an einzelne Abteilungen gemacht werden oder Trikotsätze gespendet werden.

Für jede Form von Sponsoring ist der Verein und somit unsere Mitgliedschaft herzlich dankbar.

Der FC Hertha München e.V. setzt darauf, dass die Sponsoren uns auch weiterhin treu bleiben. Ihr Beitrag ist ein Mosaikstein in dem gemeinnützigen Vereinsgefüge. Nur mit Ihrer Hilfe können wir auch weiterhin zum Wohle unserer Bevölkerung ehrenamtlich tätig sein.

München-Pass beantragen.

Beitragsnachlässe durch die Münchner Sportjugend möglich.

Auch in unserem Einzugsgebiet gibt es sicherlich Familien und/oder Alleinerziehende, welchen es eine gewisse Schwierigkeit bedeutet den Beitrag für das Mädchen, den Buben zu den jeweiligen Fälligkeitsdaten aufzubringen. Bei uns in der LH München kann da die Münchner Sportjugend (MSJ) helfen. Es kann unter bestimmten Voraussetzungen bis zum 18. Lebensjahr der München-Pass beantragt werden.

Wer bekommt den „München-Pass“?

- Empfänger von laufender Sozialhilfe zum Lebensunterhalt, Arbeitslosengeld oder -hilfe sowie deren Familienangehörige, wenn diese kein eigenes Einkommen haben.
- Personen mit geringem Einkommen, deren Einkommen den Sozialhilfe-Bedarfsatz nicht überschreitet, der sich aus dem maßgeblichen Regelsatz nach dem Bundessozialhilfegesetz zzgl. 20% zzgl. eventueller Mehrbedarf zzgl. Kosten der Unterkunft ergibt.
- Grundwehr- und Zivildienstleistende, die ihren Dienst in München leisten.
- Teilnehmer/Innen am Freiwilligen Sozialen Jahr

Der München-Pass ist in der jeweiligen zuständigen Außenstelle des Sozialamtes bzw. im Sozialbürgerbüro des Wohnviertels erhältlich.

Wird unserer Geschäftsstelle der personenbezogene München-Pass vorgelegt, so können wir eine deutliche Beitragsermäßigung gewähren. Der FC Hertha erhält dann über die Münchner Sportjugend den so entstehenden finanziellen Ausfall ersetzt.

Mit dieser Maßnahme bzw. Hinweis möchten wir auch denjenigen Mitgliedern im Kinder- und Jugendbereich die Möglichkeit eröffnen, mit einem geringen Eigenbeitragsanteil unser umfangreiches Sportangebot zu nutzen.

Karl Hirsch



Vorstand

Auflösung

„Wer kennt den Münchner Süden?“

Auch unser zweites Suchbild hat wiederum eine größere Anzahl von richtigen Zuschriften erbracht. Wie es halt im Leben so ist, konnte nur ein Gewinner/Inn ermittelt werden.

Die Lösung lautete:

Die abgebildete Statue steht unter einem alten Lindenbaum auf der linken Seite im Einfahrtsbereich zum Hauptgebäude der Gaststätte „Münchner Haupt“ (ehemals Biergarten „Zur Schießstätte“).

Als Gewinnerin konnte Frau Margot Jannsohn (Tennisabteilung) durch Losentscheid ermittelt werden.



Allen anderen Teilnehmern dankt das Präsidium für die Teilnahme und empfindet, auch weiterhin mit offenen Augen durch unseren wunderschönen Münchner Süden zu gehen.

Wer kennt den Münchner Süden

Zwar hat die hier gestellte Frage nicht direkt etwas mit Sport zu tun, doch es kann sicherlich nicht schaden, auch mal die Sinne in andere Richtungen zu lenken.

Für die alteingesessenen Münchner ist die heutige Frage nach der hier abgebildeten Skulptur eventuell etwas leichter zu beantworten wie für Neubürger.

Wo befindet sich diese Skulptur?

Wenn Sie mit offenen Augen durch den schönen Münchner Süden gehen, haben Sie diese Dame sicherlich schon einmal gesehen.

Teilen Sie uns bitte schriftlich, unter Angabe ihres Namens, den exakten Standort mit.

Diese Angabe können Sie uns bis zum 1. Februar 2009 zusenden oder in der Geschäftsstelle abgeben.



Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir ein tolles **FC-Hertha Badetuch**.

Bei dem nötigen Interesse könnten wir diese
Kennen-Lern-Serie fortsetzen



Das Vereinspräsidium

Satzungsgemäß hat am 9. Juni 2008 anlässlich der Jahres-Delegiertenversammlung, die Neuwahl des Präsidiums stattgefunden. Die bisherigen Präsidiumsmitglieder stellten sich nochmal für die nächsten zwei Jahre zur Wahl.

Leider konnten keine weiteren Kandidaten/Innen gewonnen werden. Ein dringender und notwendiger Wunsch des Präsidenten war es, dass das Präsidium personell verstärkt werden sollte, besonders unter dem Aspekt, dass eine Verjüngung und/oder ein weibliches Mitglied langfris-



*Das wieder gewählte Präsidium.
Von links: Vizepräsident Peter Schmidt,
Präsident Karl Hirsch und Vizepräsident
und Schatzmeister Werner Starke.*

tig in die Vorstandsarbeit eingebunden werden sollte.

Karl Hirsch

Gemeinsam setzen wir auf eine gute sportliche Zukunft

Wie bereits in dem Bericht des Präsidiums aufgeführt, hat der FC Croatia ab dem 1. August 2008 auf der Bezirkssportanlage am Surheimer Weg eine neue Heimat gefunden.

Als ein Zeichen der zukünftigen freundschaftlichen und sportlichen Zusammenarbeit hatte der FC Croatia am 13. September den Präsidenten Karl Hirsch und die maßgeblichen



*Karl Hirsch und der
Vorsitzende des FC Croatia
Herr Ivica Kotrha sehen
zuversichtlich in die Zukunft*

Persönlichkeiten unserer Fußballabteilung zu einem Begrüßungsumtrunk eingeladen.

In einem kurzen Dankeswort des Präsidenten für die Einladung wurde nicht nur daran erinnert, dass alle stattgefundenen zahlreichen Vorgespräche in äußerst fairer Weise abgelaufen sind, sondern es wurde auch der Hoffnung Ausdruck verliehen, dass der FC Hertha und der

FC Croatia eine erfolgreiche gemeinsame Zukunft hier in Obersendling praktizieren werden.

Karl Hirsch

Eines der schönsten und größten Einrichtungszentren Europas!

möbel mahler

Erlebnisland Wolfratshausen



setzt auf
Qualität
und
Kompetenz!

Möbel Mahler – ein Name mit Programm:

Wer kennt ihn nicht – Möbel Mahler in Wolfratshausen, eines der schönsten und größten Einrichtungszentren am Markt auf 40.000 qm. Möbel Mahler mit seinen 2 Einrichtungszentren ist inzwischen längst eines der führenden Unternehmen der Möbelbranche und dabei baut der Möbelgigant aus Wolfratshausen seine Spitzenstellung am Markt immer noch weiter aus.



Alles neu und noch größer:
Spezialabteilung Lederwelt – riesige Palette an Lederbezügen in hoher Qualität und unterschiedlichen Dessins!

Größere Ausstellung – größere und variable Büroprogramme!

Life Style – der Mitnahmemarkt:
Über 500.000 Artikel gleich zum mitnehmen.

Speisezimmer-Abteilung:
Alle Stilrichtungen im Bereich Gemütlichkeit bei Speis und Trank!

**Deutschlands größte
Küchenauswahl
mit über 700 Küchen!**
Davon über 400 in Bopfingen und über 300 in Wolfratshausen!

Granit-Studio

Jugend- und Babyzimmer
Die neuesten Trends am Markt!

Hülsta-Studio:

Wohnen-, Speisen-, Schlafen-, Jugendzimmer-Programme der Spitzenmarke neu präsentiert!

www.moebel-mahler.de

möbel mahler

Wolfratshausen



Die
Geschäftsstelle
informiert



Andrea
Ruml

Bitte wenden Sie sich in allen
Fragen und Angelegenheiten an
unsere Geschäftsstelle.

Geschäftsstelle

Höglwörther Straße 219
81379 München

Telefon: (0 89) 7 80 93 79
(außerhalb der Geschäftszeiten über
Anrufbeantworter erreichbar)

Telefax: (0 89) 7 85 62 29

Geschäftszeiten

Montag u. Mittwoch 09.00 bis 11.00 Uhr
Dienstag 17.00 bis 19.00 Uhr
Donnerstag 17.00 bis 19.00 Uhr

Bankverbindung

HypoVereinsbank, Kto.-Nr. 2 530 014 994,
Bankleitzahl 700 202 70

Mitgliederstand aktuell

Alter	männlich	weiblich
bis 13 Jahre	289	191
14 bis 17 Jahre	83	35
ab 18 Jahre	406	323
Gesamt	778	549
Gesamtmitgliederzahl:	1327	

Vorstand



Telefonverzeichnis

Präsident:

Karl Hirsch 7 91 55 96

Vizepräsident / Schatzmeister:

Werner Starke 7 59 12 53

Vizepräsident:

Peter Schmidt 78 74 95 12

Abteilungsleiter:

Fußball Senioren

Gerhard Hartinger 78 81 25

Fußball Jugend

Claus Kellner 7 19 53 81

Gymnastik Senioren

Jochen Gottlieb 7 84 93 44
j.gottlieb@mnet-online.de

Gymnastik Jugend

Marion Haas 7 60 57 89
rudolf.haas4@freenet.de

Koronarsport

Gertrud Schreiber 78 19 15

Ski

Karl Feldigel (0 88 56) 93 57 90

Taekwondo

Sergio Serralta de Velasco
sergioserralt@hotmail.com

Tennis

Erich Eckinger 78 91 58
Tennisanlage 7 84 91 76

Tischtennis

Udo Möller 7 91 73 16

Volleyball

Uwe Großmann 0176-21 26 02 59
uwe.grossm@t-online.de

**Zu den Übungsstunden den
Mitgliedsausweis nichtvergessen!**

Beitragsregelung ab 1.1.2008

Beschluss Vereinsrat 17.09.07

Grundbeitrag	monatl. €
01 Erwachsene	10,00
02 Kinder / Jugendliche bis 18 Jahre	6,00
03 Schüler / Studenten Azubis / Zivis Wehrdienstleistende 18 bis 25 Jahre	6,00
04 Arbeitslose	6,00
05 Fördernde Mitglieder	6,00
06 Familienbeitrag (jährlich)	220,00

1. Für die Beitragsgruppen **03** und **04** ist der Geschäftsstelle jeweils zum Jahresbeginn (Monat Januar) ein Nachweis in Schriftform auszuhändigen. Änderungen am Status sind der Geschäftsstelle bekannt zu geben.

2. Um in den Genuss des Familienbeitrages zu kommen, ist es notwendig, dass mindestens drei Familienmitglieder die Vereinsmitgliedschaft besitzen. Der betreffende Personenkreis kann sich aus den Beitragsgruppen **01** bis **04** zusammensetzen.

3. Zusatzbeiträge der betreffenden Abteilungen sind in allen Beitragsgruppen in voller Höhe zu entrichten.

Erläuterungen

- Studenten und Schüler ab 18 Jahre zahlen nur dann den ermäßigten Jahresgrundbeitrag von 72,00 Euro, wenn sie ihre Immatrikulationsbescheinigung für das jeweilige Semester bzw. den Schulnachweis der Geschäftsstelle vorgelegt haben.
- Der Mitgliedsbeitrag wird bei der Anmeldung während des Jahres anteilig nach Monaten verrechnet.
- Die Aufnahmegebühr in den Verein beträgt 8,00 Euro.
- Ein Abteilungswechsel kann jederzeit erfolgen, jedoch wird der bereits entrichtete Beitrag oder Zusatzbeitrag nicht rückerstattet.
- Mitglieder, die keine Lastschriftvereinbarung erteilen, erhalten

Zusatzbeiträge	monatl. €
<i>Fußball</i>	
Erwachsene	3,50
Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre	5,00
<i>Taekwondo</i>	
Erwachsene	10,00
Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre	8,00
<i>Koronar</i>	3,00
<i>Damengymnastik Landesleistungszentrum</i>	6,00
<i>Leistungsturnen Kinder/Jugendliche Landesleistungszentrum</i>	5,00
Zusatzbeiträge Tennis	jährlich €
Mitgliedergruppe A Erwachsene	154,00
Mitgliedergruppe B Jugendl. 14 – 18 Jahre, Schüler, Studenten und Azubi bis 25 Jahre	103,00
Mitgliedergruppe C Kinder bis 14 Jahre	77,00
Ab 2006 keine Aufnahmegebühr mehr für die Tennisabteilung	

eine Rechnung. Bitte erst **nach Erhalt** der Rechnung den angegebenen Betrag überweisen, Gebühr zusätzlich € 2,50.

- Der Austritt aus dem FC Hertha München e. V. ist nur halbjährlich möglich.
- Die Kündigung muss 4 Wochen vor dem 30.06. / 31.12. des jeweiligen Jahres schriftlich in der Geschäftsstelle eingegangen sein. Jede Kündigung wird schriftlich bestätigt.
- Änderungen wie Namen, Anschrift, Bankverbindung oder Abteilungszugehörigkeit, die für eine ordnungsgemäße Mitgliederverwaltung notwendig sind, teilen Sie bitte umgehend der Geschäftsstelle mit.

Fan-Artikel des FC Hertha München e. V.

Natürlich geht auch der FC Hertha mit der Zeit. Folglich haben wir für unsere Mitglieder und Freunde ein breites Sortiment an Fan-Artikel zu bieten.

Unser Angebot reicht von T-Shirts über Regenschirme bis zu Badetüchern. Die Aufzählung ist natürlich nicht als abschließend zu sehen. Das Sortiment ist sehr reichhaltig!

Interessenten wenden sich bitte an Frau Andrea Ruml in unserer Geschäftsstelle, Höglwörther Straße 219,

Telefon 7809379

oder an Frau Sabine Kellner,

Telefon 719 53 81.

Die Damen geben gerne detaillierte Auskunft und sorgen auch für die Bereitstellung der gewünschten Artikel.

Schließlich signalisieren Fan-Artikel auch nach außen, dass der FC Hertha München der Breitensportverein im Stadtteil ist.

Preisliste

T-Shirt schwarz 10€ Regenschirm 8€

Kinder T-Shirt 5€ Steinkrug 10€

Badetuch blau 11€ Tasse schwarz 3€



Schon mal daran gedacht?

Gerne möchte das Präsidium nochmals darauf hinweisen, dass für alle Mitglieder des Vereins, gleich in welcher Abteilung sie schwerpunktmäßig aktiv sind, die Möglichkeit besteht, an allen umfangreichen Angeboten der Gymnastik-Abteilung teilzunehmen. Mit der Bezahlung des Grundbeitrages ist diese interessante Möglichkeit jederzeit gegeben.

Absolvieren Sie doch einfach mal eine so genannte Schnupperstunde!

Wir begrüßen

ganz herzlich alle neuen Mitglieder, die ab März 2008 unserem Verein beigetreten sind.

Gleich in welcher Disziplin die sportlichen Aktivitäten aufgenommen wurden, wünscht das Präsidium recht viel Spaß, Freude und viele gemeinsame gesunde Übungsstunden!



März 2008

Czech Guido	Koronar
Delgado Lara Carlos	
Alfredo	Fußball-Jugend
Delgado Lara Juan	
Carlos	Fußball-Jugend
Eichner Felix	Fußball / Ski
Ernstberger Peter	Fußball
Kaspar von Zahn	Damen-
Sabine	Gymnastik
Schneck Agnes	Gymnastik
Sporleder Nina	Gymnastik
Stelzmann Leander	Gymnastik
Szeiler Clara	Gymnastik
Unger Marlene	Fußball-Jugend

April 2008

Ali Ilyas	Fußball-Jugend
Ali Muhamad Rawa	Fußball-Jugend
Bachmaier Nicole	Gymnastik
Bauer Ben	Gymnastik
Blum Herbert	Tennis
Braute Erwin	Gymnastik
Busch Beatrice	Gymnastik
Folgnr Peter	Taekwondo
Gabler Mariella	Volleyball
Garczinski Eugen	Fußball
Gemmer Jakob	Fußball-Jugend
Gonzlik Claudia	Gymnastik
Heiß Jakob	Fußball-Jugend
Huber Gerhard	Koronar
Jäger Kevin	Tennis
Jäger Kimberly	Tennis
Jäger Olga	Tennis
Jahn Anton	Gymnastik
Kondoska Julia	Gymnastik
Kotur Klara	Gymnastik
Kretzschmar Nele	Gymnastik
Marinkovic Magdalena	Gymnastik
Marquardt Stella	Gymnastik

Neubert Daniela	Gymnastik
Nour Ahmed	Fußball-Jugend
Olishschläger Lisa	Gymnastik
Peil Tobias	Fußball-Jugend
Pfeiffer-Schwiesow	
Kerstin	Gymnastik
Reiss Kathrin	Gymnastik
Roya Laila	Taekwondo
Sadlek Marvin	Fußball-Jugend
Sander Lea	Gymnastik
Scharinger Alina	Gymnastik
Schelbert Jenny	Gymnastik
Schmid Katharina	Tennis /
	Gymnastik
Scholl Ann-Sophie	Gymnastik
Scholl Charlotte	Gymnastik
Schubert Patrick	Fußball-Jugend
Schuster Flurina	Gymnastik
Stempel Maximilian	Fußball-Jugend
Svelac Leon	Fußball-Jugend
Thierbach Juli	Gymnastik
Weber Alfred	Fußball
Westedt Clara	Gymnastik
Westedt Kimberly	Gymnastik
Winter Moritz	Fußball
Zeising Serafina	Gymnastik
Zhan Yan	Gymnastik

Mai 2008

Bohn Isabel	Gymnastik
Braun Sabine	Gymnastik
Darouiche Marie	
Chantal	Tennis
Dedek Felix	Fußball-Jugend
Mertz Marie-Elisa	Volleyball
Milojević Marina	Gymnastik
Milojević Mario	Gymnastik
Radonjic Jovica	Fußball-Jugend
Sallard Matis	Fußball-Jugend
Scherrer Sonja	Taekwondo

Speck Tobias
Stempfhuber Patrick
Tinfissi Safiatou
Weiß Eberhard

Juni 2008

Alapfy Bertalan
Anders Luca
Dovranic Marko
Ebert Ines
Ebert Lisa
Ebert Martin
Ebert Melanie
Friedrich Sophie
Fröhlich Cornelius
Funke Barbara
Hoffmann Frauke
Christine
Kern Karl-Heinz
Kounalakis Stavros
Lehmann Caroline
Mannan Redoan

Mannan Roman

Ohlenburg Jan
Ottl Maximilian
Papadopoulos Regina
Partenheimer Patrick
Schunk Irena
Sporrer Marina

Stahlhut Anne
Ucar Orhan

Fußball-Jugend
Tennis
Ski / Gymnastik
Tennis

Fußball-Jugend
Fußball-Jugend
Taekwondo
Gymnastik
Gymnastik
Volleyball
Gymnastik
Gymnastik
Fußball-Jugend
Gymnastik

Volleyball
Koronar
Fußball-Jugend
Tennis
Fußball-Jugend /
Gymnastik
Fußball-Jugend /
Gymnastik
Fußball / Tennis
Fußball-Jugend
Volleyball
Fußball-Jugend
Ski / Gymnastik
Taekwondo /
Volleyball
Volleyball
Fußball-Jugend

Juli 2008

Autem Simon
Avramovic Igor
Djordjevic Viktor
Eichner Alexander

Engelhardt Johannes
Hormel Daniel
Jauernig Verena
Neudecker Marc
Papac Gordan
Schneuing Moritz
Speck Josua
Weigl Daniela
Woinoff Marlene

August 2008

Fenzl Christine
Klein Simon
Knoche Heinz
Mittermaier Werner

September 2008

Brodth Marc
Ceppi Enzo
Crnoja Josip
Forst Holger
Frisch Sandy
Jähring Michael
Sawalle Robert
Schulze Martin
Stefanovic Aleksandar

Oktober 2008

Platzer Gerti
Wöbse Gerda

Fußball
Fußball
Fußball-Jugend
Fußball-Jugend /
Tennis
Fußball-Jugend
Fußball-Jugend
Volleyball
Fußball-Jugend
Fußball
Fußball-Jugend
Fußball-Jugend
Gymnastik
Gymnastik

Gymnastik
Fußball-Jugend
Fußball
Fußball

Fußball
Fußball-Jugend
Fußball-Jugend
Fußball
Gymnastik
Fußball
Fußball
Fußball-Jugend

Gymnastik
Gymnastik

MEISTERBETRIEB für

- Sanitäre Anlagen
- Gasheizungen
- Badmodernisierung
- Kundendienst
- Entkalkungen

TAUBMANN

Wurmseestr. 63 · 81476 München

Telefon 0 89 / 74 55 24 - 0 · Telefax 0 89 / 74 55 24 - 24

Mobiltelefon 017 28 90 43 18



Jubilare

Das Präsidium möchte nachfolgenden Mitgliedern im fast abgelaufenen Jahr 2008 herzlichst für ihre Treue zum FC Hertha München danken.



Wir wünschen auch weiterhin viel Spaß und Freude am sportlichen Geschehen.

40

40 Jahre

Belz Georg
Herrlitz Georg
Zeller Johannes

Kunz Eva
Nagel Niels
Nagel Petra
Simon Stephan
Dr. Sothmann Guenther
Unterstaller Anita

Huber Gerhard
Kellner Maximilian
Kolter Stefan
Ludwig Burkhard
Maric Benjamin
Mehr Christopher
Mensch Manfred
Mühlberger Walter
Dr. Reicherzer Gisela
Schelldorf Maria
Schmengler-Herte Astrid
Schmidt Walter
Schwarz Sven
Schwillinger Eva
Schwillinger Lisa
Spring Brigitte
Starke Werner
Steinlein Adolf
Steinlein Gudrun
Dr. Trunk Erika
Väth Irmgard
Viejobueno Nicolas

30

30 Jahre

Metzger Dietmar
Stadlmayer Josef

10

10 Jahre

Arnold Käthe
Broja Gabriele
Bruckmaier Manuela
Burger Ursula
Eichner Fabian
Fiedler Rudolf
Fritz Michael
Göpfert Martin
Grossmann Sophia
Grossmann Uwe
Hengl Alexander
Herte Alexander

20

20 Jahre

Bartmuß Tobias
Friedsam Claudia
Glatt Bernhard
Dr. Goetz-Sothmann
Grimm Karl
Hirsch Gabriele
Keck Helmut
Koschine Heinz

ORIGINAL ITALIENISCHES EIS
Frühstück, Kuchen, Toast, Snacks
EIS 118
BOSCHETSRIEDERSTR. 118

Anmeldeschein

Es folgt die Speicherung personenbezogener Daten (Information nach §26 BDSG)

Name / Vorname: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Tel. priv./gesch.: _____

E-Mail: _____

Bitte nicht ausfüllen – interne Bearbeitungsvermerke

Beitragszahler-Nr. _____

Mitgliedsausweis übergeben: ja/nein

Tennis: _____

Kaution: _____

Zusatzbeitrag: _____

Erfasst: _____

(Datum, Name)

Vorname	Geburtsdatum (TT.MM.JJ)	Abteilung(en) (Stammabteilung zuerst)	Eintritt Bemerkung z.B.: passiv, Ski Kurzmitgliedschaft	Mitglieds-Nr. (ausfüllen nur wenn bekannt)

Weitere Familienmitglieder:

Ich erkläre hiermit meinen Beitritt zum FC Hertha München e.V. und verpflichte mich, die Satzung anzuerkennen und sonstige Anordnungen einzuhalten. Der Austritt kann zum 30.6. / 31.12. des Jahres mit einer Kündigungsfrist von **4 Wochen** schriftlich erklärt werden. Die Mitgliedsdauer beträgt **mindestens 6 Monate**. Die Vereinsatzung kann in der Geschäftsstelle, bei der Abteilungsleitung oder im Internet in unserer Homepage (www.fcherthamuenchen.de) nachgelesen werden.

Die einmalige Aufnahmegebühr von **8,00 €** wird mit der ersten Beitragsabbuchung eingezogen.

Ich möchte den Beitrag halbjährlich jährlich zahlen.

München, den _____

Unterschrift (bei Minderjährigen der Erziehungsberechtigte)

Ermächtigung zur Abbuchung des Mitgliedsbeitrages mittels Lastschriftverfahren

Hiermit ermächtige ich den FC Hertha München e.V. auf Widerruf, die für obige(s) Mitglied(er) zu entrichtenden Beiträge zu Lasten folgenden Kontos einzuziehen:

Kontoinhaber: _____ Konto-Nr.: _____

Bankinstitut: _____ Bankleitzahl: _____

München, den _____

Unterschrift des Kontoinhabers

E-Mail: geschaeftsstelle@fcherthamuenchen.de
Homepage: www.fchertha.de



Fußball
Gymnastik
Ski
Taekwondo
Tischtennis
Koronarsport
Tennis
Volleyball

Höglwörther
Straße 219
81379 München

Telefon
(0 89) 7 80 93 79

Telefax
(0 89) 7 85 62 29

Geschäftszeiten
Mo 9 – 11 Uhr
Di 17 – 19 Uhr
Mi 9 – 11 Uhr
Do 17 – 19 Uhr

Bankverbindung
HypoVereinsbank
Konto-Nummer
2 530 014 994
Bankleitzahl
700 202 70



UNSER SPORTPROGRAMM

Herbst/Winter 2008/09

Fußball Senioren – Abteilungsleiter Gerhard Hartinger

Dienstag

18.30 – 20.00 Uhr	1. und 2. Mannschaft	Bezirkssportanlage
18.30 – 20.00 Uhr	Ehrenliga	Surheimer Weg 3

Donnerstag

18.30 – 20.00 Uhr	1. und 2. Mannschaft	Bezirkssportanlage
18.30 – 20.00 Uhr	Senioren A	Surheimer Weg 3

Fußball Jugend – Abteilungsleiter Claus Kellner

Trainingszeiten Saison 2008/2009

Mannschaften	Trainer	Tage	Beginn	Jahrgang
A1 KK-Jugend	Krachtis Vassilios	Di. u. Do.	18.00 – 19.30	90 / 91
B1-Jugend	Kurzahls Tom	Di. u. Do.	18.00 – 19.30	92 / 93
C1 KK-Jugend	Ofner Thomas Bollinger/Ernstberger	Mo. Do.	18.00 – 19.30 17.30 – 19.00	94
C2-Jugend	Burkhardt Hans	Mo. Do.	18.00 – 19.30 17.30 – 19.00	94 / 95
C3-Jugend	Rossmeisl Florian Metzger Klaus	Di. + Do.	18.00 – 19.30 18.00 – 19.30	95
D1 KK-Jugend	Mansiz Cengiz	Di. Do.	18.30 – 19.30 18.00 – 19.00	96

Mannschaften	Trainer	Tage	Beginn	Jahrgang
D2-Jugend	Hengl Uwe	Mo.	17.00 – 18.30	97
	Hengl Thomas	Fr.	15.30 – 17.00	
E1-Jugend	Schachi Felix	Di. u. Do.	17.30 – 19.00	98
	Rosenbaum Andreas			
E1-Jugend	Friedrich Julian	Di. u. Do.	17.45 – 19.15	98
	Eichner Felix			
E3-Jugend	Hofbeck Michael	Mo.	17.00 – 18.30	99
	Burger Sascha	Do.	16.00 – 17.30	
F1-Jugend	Stöger Hartmut	Di. u. Do.	17.00 – 18.30	2000
	Stöger Alexander			
F2-Jugend	Keilhamer Martin	Mo/Di. u. Fr.	15.30 – 17.00	2001
	Hoffmann Thomas			
F5-Jugend	Hilbig Matthias	Mo.	17.00 – 18.30	2002
	Jähring Michael	Fr.	16.00 – 17.00	
F5-Jugend	Frießner Harald	Fr.	16.00 – 17.00	2002 / 03
	Sawalle Robert			
Torwart	Kurzhaus Tom	Di.	17.00 – 18.00	Kleinf.
		Do.	17.00 – 18.00	Großf.
Platzwart	Franz Lehmann	Tel. 78 14 47 ab 12 Uhr		
Vereinsheim	Familie Ehl	Tel. 78 74 98 37		

Gymnastik Senioren – Abteilungsleiter Jochen Gottlieb

Montag

09.00 – 10.00 Uhr	Allroundgymnastik	Landesleistungszentrum
19.00 – 20.30 Uhr	Powergymnastik	Thomas-Mann-Gymnasium

Dienstag

17.15 – 18.15 Uhr	Ganzkörpertraining	Zielstattschule
18.00 – 18.45 Uhr	Ausgleichsgymnastik	Thomas-Mann-Gymnasium
18.45 – 19.30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Thomas-Mann-Gymnasium

Mittwoch

09.00 – 10.00 Uhr	Nordic Walking	Surheimer Weg/Schauk.
17.45 – 18.45 Uhr	Fünzig Plus	Zielstattschule
19.30 – 21.00 Uhr	Thai-Bo	Konrad-Celtis-Schule

Donnerstag

09.00 – 10.00 Uhr	Allroundgymnastik	Landesleistungszentrum
19.00 – 19.45 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Zielstattschule
19.45 – 20.30 Uhr	Skigymnastik	Zielstattschule

Gymnastik Jugend – Abteilungsleiterin Marion Haas

Montag

15.45 – 16.30 Uhr	Eltern & Kind-Turnen (2 bis 4 Jahre)	Zielstattschule
16.30 – 17.15 Uhr	Eltern & Kind-Turnen (2 bis 4 Jahre)	Zielstattschule
16.30 – 18.00 Uhr	Zirkus-Schule (ab 6 bis 16 Jahre)	Zielstattschule

Dienstag

16.00 – 17.00 Uhr	Kindertanz ab 4 Jahre	Zielstattschule
16.30 – 17.30 Uhr	Geräteturnen (5 bis 7 Jahre)	Boschetsriederschule
17.30 – 19.00 Uhr	Geräteturnen (8 bis 10 Jahre)	Boschetsriederschule
17.00 – 18.00 Uhr	Hip-Hop ab 8 Jahre	Maria-Probst-Realschule
18.00 – 19.00 Uhr	Hip-Hop ab 12 Jahre	Maria-Probst-Realschule
17.30 – 19.00 Uhr	Leistungsturnen Fortgeschr. Kids	Boschetsriederschule

Mittwoch

15.45 – 16.30 Uhr	Eltern & Kind-Turnen (ab 2 Jahre)	Zielstattschule
16.30 – 17.15 Uhr	Eltern & Kind-Turnen (ab 2 Jahre)	Zielstattschule

Donnerstag

18.30 – 20.00 Uhr	Geräteturnen für Fortgeschrittene	Landesleistungszentrum*
-------------------	-----------------------------------	-------------------------

Freitag

14.30 – 15.30 Uhr	Sport & Spiel (4 bis 5 Jahre)	Zielstattschule
15.30 – 16.30 Uhr	Sport & Spiel (6 bis 10 Jahre)	Zielstattschule
16.00 – 17.00 Uhr	Hip-Hop ab 8 Jahre	Zielstattschule
17.00 – 18.00 Uhr	Hip-Hop ab 12 Jahre	Zielstattschule

Taekwondo – Abteilungsleiter Sergio Serralta de Velasco

Dienstag

17.00 – 18.00 Uhr	Kinder Anfänger (Gruppe 1)	Zielstattschule kleine Halle
18.00 – 19.00 Uhr	Kinder/Jugend Fortgeschrittene (Gruppe 2)	Zielstattschule kleine Halle
18.30 – 20.00 Uhr	Erwachsene (Gruppe 3)	Zielstattschule große Halle

Mittwoch

17.00 – 19.00 Uhr	Freies Zusatztraining (Gr. 2+3)	Implerschule kleine Halle
20.30 – 21.30 Uhr	Freies Zusatztraining (Gr. 2+3)	Implerschule kleine Halle

Donnerstag

17.00 – 18.00 Uhr	Kinder Anfänger (Gruppe 1)	Konrad-Celtis-Schule kl. H.
18.00 – 19.00 Uhr	Kinder/Jugend Fortgeschrittene (Gruppe 2)	Konrad-Celtis-Schule kl. H.
19.00 – 20.30 Uhr	Erwachsene (Gruppe 3)	Konrad-Celtis-Schule gr. H.

Tischtennis – Abteilungsleiter Udo Möller

Dienstag

20.00 – 21.45 Uhr	Training für Damen und Herren	Zielstattschule
-------------------	-------------------------------	-----------------

Freitag

19.00 – 21.30 Uhr	Training für Damen und Herren	Zielstattschule
-------------------	-------------------------------	-----------------

* Hier sind personelle und örtliche Änderungen möglich.
Informationen erfolgen über die Homepage, Aushänge und ggf. Flyer.

Koronar – Abteilungsleiterin Gertrud Schreiber

Mittwoch

18.00 – 19.30 Uhr	Nachsorge Herz – Kreislauf	Thomas-Mann-Gymnasium
18.00 – 19.30 Uhr	Ambulante Herzgruppe unter ärztlicher Aufsicht, Gruppe < 50 Watt	Thomas-Mann-Gymnasium
19.30 – 21.00 Uhr	Ambulante Herzgruppe unter ärztlicher Aufsicht, Gruppe > 50 Watt	Thomas-Mann-Gymnasium

Tennis – Abteilungsleiter Erich Eckinger

Saison April bis Oktober

Montag bis Samstag

07.00 – 21.00 Uhr	Tennispielbetrieb	Tennisanlage Höglwörther Straße
-------------------	-------------------	------------------------------------

Sonntag und Feiertag

08.00 – 21.00 Uhr	Tennispielbetrieb	Tennisanlage Höglwörther Straße
-------------------	-------------------	------------------------------------

Volleyball – Abteilungsleiter Uwe Großmann

Montag

20.30 – 22.00 Uhr	Freizeit Erwachsene	Thomas-Mann-Gymnasium
-------------------	---------------------	-----------------------

Dienstag

18.00 – 19.45 Uhr	Damen – Kreisliga	Sportanlage Geißbacher Str.
18.00 – 19.45 Uhr	B/C-Jugend Mädchen Aufbautraining	Sportanlage Geißbacher Str.

Mittwoch

18.00 – 19.30 Uhr	Freizeit-Liga Erwachsene »Dynamo Sendling«	Grundschule Stielersstr. 6
-------------------	---	----------------------------

Donnerstag

17.00 – 18.30 Uhr	Mädchen E/F-Jugend	Maria-Probst-Realschule
18.00 – 19.30 Uhr	B-Jugend	Grundschule Plinganserstr.
19.30 – 21.00 Uhr	Damen – Kreisliga	Grundschule Plinganserstr.
20.00 – 21.30 Uhr	Volleyball mixt	Thomas-Mann-Gymnasium

Adressen von den Schulen (Übungsstätten)

Zielstattschule	Zielstattstr. 74	Boschetsriederschule	Boschetsrieder Str. 35
Plinganserschule	Plinganserstr. 28	Landesleistungszentrum	Höglwörther Str. 221
Grundschule Stielersstraße	Stielersstr. 6	Thomas-Mann-Gymnasium	Drygalski Allee 2
Implerschule	Implerstr. 35	Maria-Probst-Realschule	Gotzinger Platz 1a
Konrad-Celtis-Schule	Konrad-Celtis-Str. 44		



Fußball

Rückblick und Ausblick auf unsere FC Hertha Fußball- mannschaften

Unsere 1. Mannschaft

Nach dem Abstieg aus der Kreisliga ist jetzt der Neuaufbau in Angriff genommen worden und es zeigten sich auch schon die ersten Erfolge. Die Saison 07/08 kann somit ohne schlechtes Gewissen getrost abgehakt werden. Das Team ist in diesen schwierigen Zeiten nicht etwa zerbrochen, sondern gewachsen und steht jetzt als geschlossene Mannschaft da. Die jungen Spieler haben gelernt, Verantwortung zu übernehmen. Auch die Verantwortlichen haben nicht geschlafen, sondern einige

Neuzugänge verpflichtet. Die Erfahrung der Neuverpflichtungen kann dem Team nur helfen. Ziel ist es, wieder erfolgreich und mit Spaß Fußball zu spielen.

Die Vorbereitung hat da schon einiges aufgezeigt, es gab Licht und Schatten, aber es geht sichtlich vorwärts. Trainer Walter Fritzel hat die Jungs auf die kommende Spielzeit gewissenhaft vorbereitet. Das große Ziel, der Wiederaufstieg, wird vorerst nicht für diese Saison ausgegeben, ist aber als mittelfristiges Ziel im Fokus.

Der Start in die neue Saison ist erstmal mit einem souveränen 4:1 Erfolg gegen den MTV gelungen. Allerdings musste die Mannschaft im darauffolgenden Auswärtsspiel gegen Germering mit 2:3 auch schon die erste Niederlage hinnehmen, wengleich sie sehr unglücklich war.

Die 1. Mannschaft präsentiert sich momentan als Einheit und ist in Zukunft sicherlich noch für einige Überraschungen gut. Zunehmende Besucherzahlen am Herthaplatz bestätigen diesen Eindruck nur noch.



1. Mannschaft

Unsere 2. Mannschaft

Immer noch in der ungeliebten B-Klasse befindet sich das Team um Trainer Vassilios Krachtis.

Nach dem Saisonverlauf 2007/08, als die Mannschaft die Hälfte der Spielzeit auf einem Abstiegsplatz stand, war einzig der Nichtabstieg ein Thema. Drei Siege zu Beginn und somit souveräner Erster war nur ein guter Anfang, danach ging es fortlaufend bergab. Eine Talfahrt bis auf den drittletzten Platz folgte. Erst ab dem Spiel gegen den SV Blumenau hielt es die Mannschaft wieder für nötig zu gewinnen und die Wende stellte sich ein. Sieben Siege in Folge gab es zum Schluss der Saison zu bestaunen. Da konnte kommen wer wollte, ob Erster oder Letzter, jeder wurde geschlagen. Ob das nur an den Frühlingstemperaturen lag, wird wohl ein Geheimnis bleiben. Für die Zukunft sollte versucht werden, auch diesem Team eine gewisse Beständigkeit zu vermitteln. Dass dies möglich ist, war für jeden sichtbar.

Die 2. Mannschaft will aufsteigen – mal wieder! Trotz eher mangelhafter Trainingsbeteiligung und Auftaktniederlagen sind die Spieler zuversichtlich und

Fußball



werden hoffentlich alles geben um sich zu beweisen. Wir werden sehen, was die Zeit bringt, der Wille kann ja oft Berge versetzen.

Senioren A

Im Bereich der über 32-Jährigen wird auch eifrig und erfolgreich gespielt, die Spielzeit wird voraussichtlich mit einem beachtlichen 3. Tabellenplatz beendet. Das Team um Thomas Birkammer ist eine der beständigsten Mannschaften im Seniorenbereich und hält auch gegen deutlich jüngere Gegner die Herthafahne hoch.

Nachdem aber nur noch ein Spiel aussteht für dieses Jahr, steht die Saisonabschlussfeier und die Weihnachtsfeier als nächstes auf dem Terminkalender.



2. Mannschaft



*Hans
Burkhardt*
C2



*Vassilios
Krachtis*
A1 KK



*Tom
Kurzhals*
B1



*Thomas
Ofner*
C1 KK



*Peter
Ernstberger*
C1 KK



*Sepp
Bollinger*
C1 KK



*Klaus
Metzger*
C3



*Florian
Rossmeißl*
C3

*Unsere
Jugend-
Fußballtrainer
des FC Hertha
München*



*Cengiz
Mansiz*
D1 KK



*Felix
Schachi*
E1-1



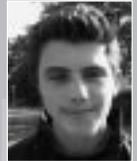
*Andi
Rosenbaum*
E1-1



*Michael
Hofbeck*
E3



*Uwe
Hengl*
D2



*Thomas
Hengl*
D2



*Julian
Friedrich*
E1-2



*Alex
Eichner*
E1-2



*Sascha
Burger*
E3



*Hartmut
Stöger*
F1



*Alexander
Stöger*
F1



*Harry
Frießner*
F5-G



*Martin
Keilhamer*
F2



*Thomas
Hoffmann*
F2



*Matthias
Hilbig*
F5



*Michael
Jähring*
F5

Bericht Fußballjugend

Tja Ihr Lieben, wir haben die Ferien und unsere Sommerpause in vollen Zügen genossen, sind aber schon wieder voll im Fußballleben angekommen. Nachdem aber bis zum Redaktionsschluss noch keine Spiele waren, wollen wir Euch einen kleinen Rückblick auf die letzte Saison und unser Sommerturnier geben sowie Euch über die kommende Hinrunde informieren.

Erfreulicherweise haben in der Saison 2007/08 alle Mannschaften wieder besonders gut abgeschnitten, auch die Großfeldmannschaften in der Kreisklasse haben erfolgreich mitgespielt. Leider ist die B-Jugend nach etlichen unglücklich verlorenen Spielen abgestiegen. Vielen Dank an die Trainer, die die Jungs so fleißig trainiert haben, besonderen



„Wir warten auf den Anpfiff“

Dank an Michi, Patrick, Daniel und Claus, die uns für die neue Saison leider nicht mehr zur Verfügung stehen.

Auch heuer haben wir nach großen Vorbereitungen am Wochenende des 12./13. Juli unser Sommerturnier auf der BZA am Surheimer Weg durchgeführt. Nachdem der Wetterbericht uns keine rosigen Aussichten machte, waren wir überrascht, dass zumindest der Samstagvormittag trocken blieb.

Am Vormittag spielte unsere C-Jugend in einer Fünfergruppe. Die C1, unter Leitung ihres neuen Trainers Tom, der sichtlich nervös war, war super drauf, zeigte tolle Spiele und konnte nach Vorgabe von Tom den Turniersieg ungeschlagen mit 12 Punkten erringen. Unsere C2 erreichte nach drei Unentschieden und einer Niederlage den vierten Platz. Nachdem in der E1 leider nur der FC Croatia mit zwei Mannschaften zusagte, spielten wir ein kleines internes Turnier mit zwei eigenen Mannschaften in dem Modus „Jeder gegen Jeden“ mit Hin- und Rückrunde. Die von den Trainern gut eingestellten Kinder



Vor dem Freistoß

Fußball





Fußball



Voller Anspannung

ließen den Gästen nicht den Vortritt. Hertha I wurde Turniersieger, Hertha II mit 7 Punkten Zweiter.

Nach der Siegerehrung unserer E-Junioren starteten wir auf dem Hauptplatz auf zwei Feldern das F1- und F3-Turnier. Lediglich bei unserem F1-Turnier konnten wir an diesem erfolgreichen Tag den Turniersieg nicht mit nach Hause nehmen. Nachdem wie gesagt alle



Auch Zuschauen macht Spaß



Mannschaft der B-Jugend

Trainer trotz des Wetters voll motiviert waren und die Kinder gut eingestellt hatten, konnten wir schöne Spiele verfolgen. Unsere Hertha II errang mit 4 Punkten den 4. Platz. Unsere ersatzgeschwächte F1 kam an diesem Tag leider nicht in die Gänge, konnte kein Spiel gewinnen und wurde somit leider nur Sechster.

Am Sonntag fragten sich die fleißigen Helfer, die bereits wieder um 7.00 Uhr am Platz standen „Womit haben wir das verdient?“. Es goss vom Himmel wie aus Eimern, zwischendurch dachte man, der Regen wird etwas leichter, aber nur zwei Minuten später schüttete es wieder wie verrückt. Die Spiele der B- und D-Junioren konnten aber trotzdem bis zum Schluss, wenn auch mit riesigen Pfützen auf dem Spielfeld, durchgeführt werden. Danke an die Schiedsrichter, die wirklich keine leichte Aufgabe bei dem Wetter hatten. Wie nicht anders von unserer starken D1 zu erwarten war, konnte sie auch auf diesem Turnier überzeugen und holte den Turniersieg. Der FC Hertha II wurde auf den dritten Platz verdrängt. Besonders positiv überrascht waren wir von unseren Jungs von der B-Jugend. Sie zeigten an diesem Tag was wohl wirklich in ihnen steckt. Sie überzeugten durch eine tolle Mannschaftsleistung und Einstellung und gewannen somit alle 5 Spiele

le souverän. Mit 12 geschossenen Toren und keinem Gegentreffer erreichten Sie den Turniersieg.

Eigentlich hatten wir wetterbedingt nicht mit vielen Zuschauern gerechnet, doch unsere bekannt gute Verpflegung, besonders die selbstgemachten Frühlingröllchen von unserer Nun, lockten dann doch die Eltern zu uns. Somit

Fußball



Hier geht's zur Sache

wurde den fleißigen Bienchen des FC Hertha nicht langweilig und sie konnten nach allen Aufräumarbeiten am Sonntagabend mit müden Beinen verdient auf ihre Couch fallen.

Vielen Dank an die Eltern, die uns wieder mit Kuchenspenden unterstützt haben, sowie an alle anderen fleißigen Helfer, die wieder mal ein Wochenende opferten. Wir denken Spaß hat es aber wie immer gemacht und wir freuen uns schon auf das nächste Jahr mit hoffentlich besserem Wetter.

In die neue Saison starten wir mit 7 Großfeldmannschaften (A1, C1 und D1 in der Kreisklasse) und 7 Kleinfeldmannschaften. Nachdem schon etliche Anfragen für den Jahrgang 2004 vorliegen, werden wir demnächst auch noch

mit einer neuen G-Jugend das Training beginnen.

Der erste Spieltag für alle Mannschaften ist der 20. September, für die kommenden Spiele wünschen wir allen recht viel Erfolg und keine Verletzungen.

Neu begrüßen in unserer Trainerriege wollen wir Hans Burghardt (C2), Alex Eichner (E1), Michael Jähling (F5) und Robert Sawalle (F5).

Wir wünschen Euch viel Spaß beim Training mit unseren Jungs.

Wir hoffen, dass viele Eltern und Fans die Kinder bei den Spielen anfeuern und die Trainer in ihrer Arbeit unterstützen. Nicht vergessen wollen wir, uns bei unseren Sponsoren und sonstige



Nach dem Match

fleißigen Mithelfern zu bedanken und hoffen weiter auf eine gute Zusammenarbeit zum Wohl der Jugend.

Eure Jugendleitung



Gymnastik

*Unsere neue Abteilungsleiterin
Gymnastik Jugend*



Mein Name ist Marion Haas. Im Verein bin ich selbst aktiv in der Gruppe „Gymnastik Senioren“. Für mich ist die Übernahme dieser verantwortungsvollen, ehrenamtlichen Tätigkeit von großer Bedeutung. Denn gerade Sportvereine leben von Mitgliedern, die sich engagieren und damit das Vereinsleben unterstützen und damit aufrecht erhalten. Gerade in der Sparte „Jugend“ ist die sportliche Förderung von allergrößter Bedeutung.

Erfahrungen habe ich bereits vor vielen Jahren nach meiner aktiven Zeit im Eis- und Rollkunstlauf beim ERC-München gesammelt, dort habe ich den Kindern die ersten Schritte auf dem Eis beigebracht.

Das Präsidium wünscht viel Glück und einen langfristigen Erfolg.



An alle Freunde einer dynamischen Gymnastikstunde

Hallo, mein Name ist Renata Luz Pedro und ich unterrichte Ausgleichs- und Wirbelsäulengymnastik jeweils am Dienstag von 18.00 bis 19.30 Uhr im Thomas-Mann-Gymnasium.

Am Anfang jeder Stunde erwärmen wir uns und gehen dann über zu einigen kurzen Stretching-Übungen. Nach diesem Warm-up wechseln wir zu Ausdauertraining und Muskel-Kräftigungsübungen. Sporadisch werden hier Geräte wie zum Beispiel Hanteln und Tera-Bänder zum Einsatz gebracht.

Das ganze Programm wird natürlich durch passende, fetzige Musik begleitet. Zu diesem anspruchsvollen Gesundheits- und Ausdauertraining lade ich Sie ganz herzlich ein.



Pilates am Donnerstag bei Nicole in der Zielstattschule

Mein Name ist Nicole und ich leite die Pilates-Gruppe am Donnerstag. Unser Programm erstreckt sich von der „Cobra“ bis zum „Powerhouse“, durch die vielfältigsten Varianten aus Kräftigungs- und Dehnübungen nach den Gesetzen von Josef Pilates. Meine Stunde beinhaltet unter anderem Wahrnehmungs- und Koordinationsübungen, die zur Sensibilisierung des Körpers und zu einer Erleichterung der Übungsreihenfolge dienen. Wir haben schon beim Aufwärmen jede Menge Spaß durch leichte Reaktions- und Gruppenspiele. Durch die

richtige Atmung erleichtern wir uns jede Übung und passen sie auch an jedes Alter an. Die Teilnehmer freuen sich Woche für Woche über kleine Erfolge, wie z. B.: die Verbesserung der eigenen Haltung, Erleichterung der alltäglichen Stresssituationen durch Anwenden der Pilates-Atemtechniken oder ein gut definiertes Äußeres durch die Kräftigungsübungen, die alle Muskeln beanspruchen.

Ich würde mich sehr freuen, wenn ich Ihr Interesse an Pilates geweckt habe und Sie sich zu einem baldigen Besuch meiner Stunde entschließen!



**Thai-Bo am
Mittwochabend
bei Steffi in der
Konrad-Celtis-Schule**

Thai-Bo ist für jeden was! Anstrengend wird's immer, aber es macht unglaublich viel Spaß! Hier erwartet Euch eine Mischung aus Kampfsport-Elementen,

ein wenig Aerobic und Kraftübungen zu guter Musik! Eine Mischung, bei der für Jeden etwas dabei ist, ob jung oder alt... Wichtige Voraussetzungen sind, Spaß an Bewegung und die Motivation, sich einfach mal so richtig auszupowern! Eine typische Stunde besteht aus einem Ausdauer-Teil, mit Kombinationen aus Workout und Bewegung, Kicks und Punches, etwas Gymnastik (Bauch, Beine, Po, Rücken) und „last but not least“ aus einer Stretch- & Relax-Phase. Somit ist für ein Rundum-Wohlfühl-Paket gesorgt! Alle, die sich bisher noch nicht getraut haben vorbeizuschauen, sind hiermit herzlich eingeladen mit uns Thai-Bo zu machen!

Ich freue mich auf jeden, der mal reinschnuppern möchte, und noch mehr über jeden, der ebenso begeistert davon ist, wie ich, und wieder kommt! Ich freu mich darauf, Euch Mittwochabend, 19.30 Uhr, zu einer tollen Stunde begrüßen zu dürfen!

**Denken Sie bei Ihren Einkäufen
an unsere Inserenten!**



Bernhard's Blumen

Inhaber Bernhard Engleder

Johann-Clanze-Straße 27

Eingang Passauerstraße

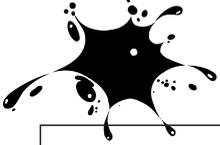
81369 München

Telefon (089) 760 4725

Fax (089) 743711 41



Gymnastik



Gym-Ticker

In der mitgliederstärksten Abteilung sind des Öfteren strukturelle und personelle Änderungen (leider) an der Tagesordnung.

Aus diesem Grunde wurde die **Wirbelsäulen- und Skigymnastik** von der Boshetsriederschule in die Zielstattschule verlegt. **Gunhild** freut sich auf ihre Fan-Gemeinde.

Die Gymnastikstunde mit **Renata** am Mittwoch in der Bernerschule haben wir wegen relativ geringer Teilnahme gestrichen. Renata übernimmt die **Ausgleichs- und Wirbelsäulengymnastik** am Dienstag im Thomas-Mann-Gymnasium. Hier kann man etwas für seine Gesundheit tun.

Der beliebte Übungsleiter Tommy hat uns leider Ende September verlassen. Er hat einen lukrativeren Job an der Uni angeboten bekommen. Die **Power-Gymnastik** am Montag im Thomas-Mann-Gymnasium wird in der gewohnten anspruchsvollen Art und Weise die Übungsleiterin **Stefanie Hering** übernehmen. Hier ist Tempo angesagt. Gleiche Aussage gilt auch für die **Thai-Bo-Stunde** mit Stefanie.

Nachdem uns der bisherige Übungsleiter für den **Bereich Geräteturnen**, Christoph Zacher aus schulischen/beruflichen Gründen verlassen hat und auch Ramona Wanner für den gleichen Bereich nicht mehr zur Verfügung steht, konnten wir **Karin Eckinger** für diese anspruchsvolle Aufgabe gewinnen. Siehe dazu auch die Übersicht auf Seite 31. Viel Spaß und Erfolg allen Beteiligten!

Das Präsidium ist zur Zeit bemüht, eine Übungsstunde für **6- bis 10-jährige Buben und Mädchen** einzurichten. Besteht doch für diese Altersgruppe quasi eine Lücke in unserem Angebot. Diese Stunde würde unter dem Motto „**Creative fit for Kids**“ laufen. Ist die Hallenfrage geklärt, werden wir mittels Handzettel, Aushängen und Information in unserer Homepage die Mitgliedschaft rechtzeitig informieren.

Die Gymnastikleitung **Marion Haas** und **Jochen Gottlieb** wünschen viel Spaß und Erfolg in den kommenden Monaten.



Kinder- und Jugend-Sportprogramm

Herbst/Winter 2008/09

Montag

15.45–16.30	Eltern+Kind-Turnen (2 bis 4 Jahre)	Alexandra	Zielstattschule
16.30–17.15	Eltern+Kind-Turnen (2 bis 4 Jahre)	Alexandra	Zielstattschule
16.30–18.00	Zirkus-Schule (ab 6 bis 16 Jahre)	Monika, Steffi, Sven, Wolfgang	Zielstattschule

Dienstag

16.00–17.00	Kindertanz (ab 4 Jahre)	Liv	Zielstattschule
16.30–17.30	Geräteturnen für Anfänger (5 bis 7 Jahre)	Karin	Boschetsriederschule
17.30–19.00	Geräteturnen für Anfänger (8 bis 10 Jahre)	Karin	Boschetsriederschule
17.00–18.00	Hip-Hop (ab 8 Jahre)	Anna	Maria-Probst-Realschule
18.00–19.00	Hip-Hop (ab 12 Jahre)	Anna	Maria-Probst-Realschule
17.00–18.00	Taekwondo Anfänger	Marco und Sergio	Zielstattschule
18.00–19.00	Taekwondo Fortgeschrittene	Sergio	Zielstattschule
18.00–19.45	2 x Volleyball Mädchen B/C-Jugend (von 14 bis 16 Jahre)	Uwe und Sven	Sportanlage Gaißbacher Str.



Mittwoch

15.45–16.30	Eltern+Kind-Turnen (ab 2 Jahre)	Jessica	Zielstattschule
16.30–17.15	Eltern+Kind-Turnen (ab 2 Jahre)	Jessica	Zielstattschule
17.00–19.00	Taekwondo Zusatztraining Fortgeschrittene (Gruppe 2)	Marco und Sergio	Implerschule kleine Halle

Donnerstag

17.00–18.00	Taekwondo Anfänger (Gruppe 1)	Marco und Sergio	Konrad-Celtis-Schule
18.00–19.00	Taekwondo Fortgeschrittene (Gruppe 2)	Marco und Sergio	Konrad-Celtis-Schule
17.00–18.30	Volleyball Mädchen E/F-Jugend	Uwe	Maria-Probst-Realschule
18.00–19.30	Volleyball Mädchen B-Jugend	Sven	Grundschule Plinganserstr.
18.30–20.00	Geräteturnen für Fortgeschrittene*	Karin	Landesleistungszentrum



Freitag

14.30–15.30	Sport & Spiel (4 bis 5 Jahre)	Kara und Daniela	Zielstattschule
15.30–16.30	Sport & Spiel (6 bis 10 Jahre)	Daniela	Zielstattschule
16.00–17.00	Hip-Hop (ab 8 Jahre)	Sonja	Zielstattschule
17.00–18.00	Hip-Hop (ab 12 Jahre)	Sonja	Zielstattschule

* Hier sind personelle und örtliche Änderungen möglich.
Informationen erfolgen über die Homepage, Aushänge und ggf. Flyer.



Gymnastik

Das Rückgrat – unsere Schwachstelle

Wenn hier vom Rückgrat die Rede ist, so sind nicht die bei manchen Mitmenschen fehlenden Stäbe im Rückgrat speziell bei den beruflichen und zwischenmenschlichen Lebenssituationen gemeint. Nein, hier geht es um die so oft anzutreffende schmerzhafteste Tatsache, dass uns unser Rücken in den alltäglichen Bewegungsabläufen arg zu schaffen macht.

Generell kann man keine bestimmten Gründe für dieses Volksleiden festmachen. Doch mit Recht, und hier sind sich auch alle Ärzte und sonstigen Fachleute einig, ist ein Grundübel die unzureichende Bewegung im Berufsalltag und auch in den Freizeitbeschäftigungen. Tatsache ist, dass 61 Prozent aller Deutschen Probleme mit dem Rücken haben. Bei diesem Prozentsatz handelt es sich nicht nur um ältere Mitbürger. In dieser Zahl sind, in zunehmendem Maß, auch Menschen ab dem 30. Lebensjahr anzutreffen.

Sicherlich erübrigt es sich hier, die Ursachen für den immer stärker ausgeprägten Bewegungsmangel zu erläutern. Die beruflichen Anforderungen haben sich stark verändert. Auch bereits im schulischen Bereich und in der Freizeitgestaltung geht der Trend zu der sitzenden Tätigkeit. Stichwort: Computer.

Doch Abhilfe ist angezeigt. Schon täglich 30 Minuten Bewegung sind ein bewährtes Gegenmittel, um Rückenschmerzen und/oder Hals- und Wirbelsäulenschmerzen vorzubeugen. Nicht Fitnessstudios, gestählte Muskelpakete



Das tut dem Rücken gut



Dehnübungen sind ganz wichtig

oder an die Erschöpfung gehendes Marathontraining sind hier die entscheidenden Aspekte. Einfach etwas mehr Bewegung im Alltag kann schon vorbeugend sehr sinnvoll sein. Einfach mal das Auto stehen lassen. Viele Besorgungen lassen sich auch zu Fuß oder per Fahrrad erledigen. Rigoroses Treppensteigen ist ebenfalls zu empfehlen. Es muss nicht immer der Fahrstuhl sein. Aus all den hier geschilderten Tatsachen heraus, möchte ich auf unser umfangreiches Gymnastikprogramm hinweisen. Bei unserem Angebot ist für jeden Interessierten etwas dabei. Von Montag bis Donnerstag haben alle Vereinsmitglieder die Gelegenheit etwas für ihre Gesundheit, für ihr Rückgrat, zu tun.

Es wird die Devise ausgegeben: „Runter vom Sofa – Fernseher ausschalten – und mitmachen bei den diversen Gymnastikstunden des FC Hertha“. Es macht Spaß und Sie tun etwas Gutes für Ihr Rückgrat.

Karl Hirsch



Stress – die Ursache für viele Beschwerden

Stress ist die Ursache vieler Symptome und Erkrankungen, wie z.B. Rückenbeschwerden, Kopfschmerzen und Migräne. Stress haben wir im Büro, in der Schule und auch in der Freizeit. Oft bemerken wir nicht, dass wir gestresst sind. Wir spüren vielleicht nur Verspannungen, plötzlich schmerzen Kopf und Rücken. Wir leiden vielleicht auch unter Schlaflosigkeit und Konzentrationsmangel.

- Sind Sie beruflich gestresst und angespannt?
- Können Sie sich schlecht konzentrieren?
- Schlafen Sie schlecht?
- Schmerzt Ihr Nacken, vor allem beim Drehen des Kopfes?
- Leiden Sie unter Rückenschmerzen?
- Werden Sie oft von Kopfschmerzen geplagt?
- Hatten Sie schon einen Bandscheibenvorfall?
- Haben Sie Beschwerden an den Gelenken?
- Ist Ihr Kind unruhig und kann sich nicht richtig entspannen?



Dann sollten Sie die Vitametik® kennen lernen.

Mit Vitametik® Verspannungen und Stress sanft lösen

Vitametik® kann eingesetzt werden bei allen stress- bzw. verspannungsbedingten Zuständen wie z.B.:

- Beckenschiefstand, Beinlängendifferenz
- Rückenbeschwerden, Bandscheibenvorfällen
- Hals- und Nackenproblemen
- Kopfschmerzen, Migräne
- Schwindel, Tinnitus

Generell kann die Vitametik® in allen Fällen körperlicher oder seelischer Dysfunktionen angewandt werden, da sie die Selbstheilung unterstützt und ein entspannter Körper im Krankheitsfall besser regeneriert. Vitametik® kann auch sehr gut therapiebegleitend eingesetzt werden. Dabei ersetzt die Vitametik® nicht die Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker, laufende ärztliche Behandlungen und Anordnungen sollen weitergeführt bzw. künftige nicht hinausgeschoben oder unterlassen werden.

Kontaktieren Sie mich telefonisch, um eine Beratung oder eine Vitametik®-Anwendung zu vereinbaren.

Praxis für Vitametik®

Veronika Blank
Feldafinger Straße 20, 81477 München
Telefon: 089/789551

Impuls des Lebens



www.vitametik.de



Gymnastik

Walking- und Nordic Walking-Gruppe

Mit Riesenschritten geht es wieder auf den Herbst zu! Nach wie vor walken wir unermüdlich unsere Tour durch den Südpark und ich freue mich nach wie vor über die rege Teilnahme der FC Hertha Sportbegeisterten.

Heuer gibt es nicht viel „Neues“ vom Walking-Treff zu berichten. Es gab keine spektakulären Stürze, Knieverletzungen, Blasen an den Fersen. Dafür gab es rückblickend einen fast schneefreien Winter, der uns ein problemfreies sicheres Walken erlaubte. Jedoch waren die Monate im Frühjahr/Sommer so regenreich, dass die Wege oftmals durch die vielen Pfützen sehr schlecht begehbar waren und wir uns hin und wieder eine andere Route durch den Südpark suchen mussten. Wie sehr haben wir uns an diesen Tagen einen besseren Untergrund gewünscht und siehe da – jetzt haben wir ihn endlich bekommen. Mitte Juli wurden die Hauptwege des Südparks neu aufgeschüttet und endlich können wir auch nach einem starken Regenguss unsere übliche Route mit einem optimalen Untergrund gehen. Das finden wir alle super! Unsere batzigen Schuhe müssen wir allerdings trotzdem putzen.

Nachdem ich im letzten Bericht viel über die gesundheitlichen Vorteile des Walkens geschrieben habe, möchte ich diesmal meine fleißigen Mitstreiter zu Wort kommen lassen, die auf meinen Wunsch hin ihre subjektiven Eindrücke für euch aufgeschrieben haben, um den einen oder anderen Interessierten zu motivieren mit uns eine Schnupperstunde zu gehen.

Hier ihre Eindrücke:

Nordic Walking...

... ist für mich, dass ich bewusst etwas für meine Gesundheit tue. *Ute*

... ist für mich Körper und Geist. Ich kann mich dabei unterhalten oder meinen Gedanken nachgehen und manchmal sogar Probleme lösen. *Anneliese*

... am Mittwoch morgen ist immer große Klasse. Es ist ein wirksames Ganzkörpertraining zusammen mit netten Leuten. Unter richtiger Anleitung sind wir motiviert; man erhält Schwung für den ganzen Tag und fühlt sich hinterher wie neugeboren. *Doris*

... ist Gesundheit für alle auch für den Enkel im Kinderwagen und den Hund,



das praktizieren wir. Den anderen Teilnehmern des montäglichen Walkens

Die Gymnastik-Abteilung hat das Angebot erweitert

Pilates



Pilates ist eine faszinierende, sanfte aber äußerst wirkungsvolle Trainingsmethode. Sie ist nicht zuletzt deshalb in den letzten Jahren so populär geworden, weil sie in ganz besonderer Weise den Bedürfnissen unseres modernen Alltagslebens entspricht.

Die wesentlichen Prinzipien sind

Bewusste Atmung
fließende Bewegung
Koordination
Konzentration
Entspannung

Jeweils Donnerstag

15.30 bis 17.00 Uhr

Turnhalle Zielstattschule

Unsere Übungsleiterin Nicole ist ein Garant für eine erfolgreiche Übungsstunde.

Vorkenntnisse sind nicht notwendig!



Kommt einfach mal vorbei!

Nähere Informationen unter
089 – 7 80 93 79

Neu im Programm



Gymnastik

danken wir für ihr Verständnis und Geduld.

Elke und Hans

... ist leicht zu erlernen und kostet nicht viel. Ich liebe die Bewegung an der frischen Luft und ganz besonders das Walken in der Gruppe. Natürlich kann man auch alleine laufen, aber es macht viel mehr Spaß in einer Gruppe, weil man auch nicht merkt, wie schnell die Zeit vergeht. Die Kursleiterin, „unsere Kathrin“, macht ihre Sache prima und mit Elan. Vor dem Walken gibt's eine kurze Aufwärmphase und danach Relax- und Lockerungsübungen. Mit viel Geduld erinnert uns Kathrin immer wieder an die „optimale“ Technik. Kurz gesagt: N.W macht mir Freude, steigert mein Wohlbefinden und hält mich fit.

Hildegart

Alleine würde ich nie zweimal in der Woche zum N.W. gehen. Bei fachkundiger Anleitung, Dehnübungen vor- und nachher kommt auch das „Quatschen“ nicht zu kurz.

Hilde

Am meisten freue ich mich auf das N.W. am Mittwochvormittag. Das Gehen in der frischen Morgenluft ist einfach herr-

lich und macht Spaß. Der Tag fängt gut an und nachher ist man so richtig zufrieden, dass man etwas getan hat. Nicht zu vergessen natürlich das Schwätzchen mit den „Mitwalkerinnen“, was auch zum Wohlbefinden beiträgt.

Gisela L.

Beim Walken soll man nur so schnell gehen, dass man sich noch gut unterhalten kann.

Marianne

Ich gehe gern mit der Gruppe Nordic Walking, weil es mir Spaß macht, mich im Freien in netter Gesellschaft sportlich zu betätigen.

Gisela B.

Am Montag bin ich sehr gerne beim Walken, denn da kann ich mich mit netten Gleichgesinnten eine Stunde im Freien bewegen. Gleichzeitig erreiche ich Gutes für meinen Körper und meine Seele, was sich besonders auf meine Figur und mein Wohlbefinden auswirkt. Mir macht es nichts aus, dass es eine gemischte Walking/Nordic Walking-Gruppe ist. Jeder soll so gehen, wie es ihm Spaß macht: denn darauf kommt es an.

Eva

Und – neugierig auf unsere Walking-Gruppe geworden? Dann schnell die Sportschuhe anziehen und mit uns gehen! Wir freuen uns!

Eure Kathrin

Ein herzliches Dankeschön!

Allen in dieser Zeitschrift vertretenen Gewerbetreibenden dankt der Sportverein FC Hertha München e.V. für ihre finanzielle Unterstützung. Erst durch ihre Werbung wurde diese Zeitschrift ermöglicht.

Wir bitten unsere Mitglieder, das bei ihrem Einkauf zu berücksichtigen.

Jetzt in der Zielstattschule!



Unsere langjährig bewährte und beliebte Wirbelsäulengymnastik und anschließende Skigymnastik mit Gunhild Lynker findet jetzt in der Zielstattschule statt.

**Jeden
Donnerstag von 19.30 Uhr bis 21.00 Uhr**

In dieser Stunde wird die bei vielen Menschen in Mitleidenschaft gezogene Wirbelsäule durch gezielte Übungen wohltuend trainiert.

Doch auch die sich im Winterhalbjahr anschließende Skigymnastik hilft nicht nur den Skifahrern zur vorbeugenden Konditionssteigerung, sondern auch allen anderen Sportbegeisterten.



Kommt einfach mal vorbei.

Mit sportlichen Grüßen
Eure Gunhild



Gymnastik

25 Jahre Westpark – auch hier waren wir aktiv dabei

Die etwas älteren Vereinsmitglieder erinnern sich sicherlich noch gut daran, dass das Gelände des heutigen Westpark noch Anfang der 70er Jahre eine wüste und wenig anziehende Ödlandschaft war.

Zwischenzeitlich ist der Westpark jedoch zu einem echten Besuchermagnet bei uns im Münchner Süden geworden. Wir alle freuen uns bei jedem Besuch über die entstandene wunderschöne grüne Oase.

Da heuer der 25-jährige Geburtstag gefeiert wurde, kam vom Bezirksausschuss Sendling-Westpark an uns die Anfrage zwecks Beteiligung an der Programmgestaltung am 7. Juni 2008. Gerne haben wir zugesagt.

Unsere Gymnastik-Kinderabteilung hat hier im Theatron den zahlreichen Besuchern ein tolles Programm geboten.



*Bild oben:
Höchste
Konzentration
auf dem Seil.*



*Bild unten:
Gleich wird eine Pyramide
gebaut.*





Die Zuschauer waren begeistert.

Den Auftakt machten unsere kleinen „Tanzmäuse“, es folgten die rasanten Hip-Hop-Tänzerinnen mit ihren flotten Darbietungen. Den Abschluss bildete unsere sehr aktive und erfolgreiche Kinder-Zirkusgruppe. Hier wurden artistische Darbietungen geliefert, welche den Zuschauern echten Respekt abverlangten.

Auf der Wiese unterhalb des Rosengartens waren unsere Volleyballer/Innen in einem so genannten freien Trainingsspiel den ganzen Nachmittag sehr bemerkenswert im Einsatz und konnten viele Besucher begeistern.

Allen Beteiligten, ob den aktiven Kindern und Erwachsenen, den Übungsleiterinnen und der Abteilungsleiterin möchte das Präsidium herzlich danken für den gezeigten ehrenamtlichen Einsatz.

Der gleichfalls aufgebaute Informationsstand des FC Hertha wurde von unserer Andrea Ruml und dem Präsidenten bestens betreut.

Abschließend kann festgehalten werden, dass die gesamte Präsentation im Westpark für den Verein ein positives Signal war.

Karl Hirsch



Die Artisten warten auf ihren Auftritt.



Gymnastik

Unsere Ferien-Gymnastik – Es war ein toller Erfolg

Nach etlichen Jahren konnte die Gymnastikabteilung wieder ihren Mitgliedern auch während der Sommerferien eine wöchentliche Übungsstunde in der Zielstattschule anbieten. Die rege Teilnahme konnte zweifelsohne als voller Erfolg verbucht werden.

Ein besonderer Dank ist hier an die Übungsleiterinnen Hetty Plett und Stefanie Hering zu richten. Haben sie doch durch ihren zuverlässigen Einsatz die Übungsstunden erst möglich gemacht.

Nicht zu vergessen ist bei diesem Dank auch die kooperative Zusammenarbeit mit der Schulleitung der Zielstattschule und dem hier zuständigen Hausmeister Herrn Christan Geyer.

Das sehr positive Ergebnis des Jahres 2008 ist sicherlich Anlass, die so genannte Ferien-Gymnastik auch in den Folgejahren zu praktizieren.

Karl Hirsch



Sonja Beck

mit ihrer Hip-Hop-Gruppe



Jeden Freitag werden bei der passenden Musik in der Turnhalle der Zielstattschule voller Schwung und Können die tollsten Hip-Hop-Kombinationsschritte eingeübt.

Auf Sonja und ihre Girls freuen sich stets alle Zuschauer über die sicherlich wieder anstehenden Auftritte bei den diversen Gelegenheiten.

Gerne werden auch neue Mitglieder in der Gruppe aufgenommen. Übrigens ist der Hip-Hop absolut keine Mädchendomäne. Buben sind gesucht und gefragt. Keine Scheu, kommt mal vorbei und macht einfach mit.



FACHGESCHÄFT FÜR FLEISCH- UND WURSTWAREN
BAYERISCHE UND MITTELDEUTSCHE
WURSTSPEZIALITÄTEN

Waldfriedhofstraße 68 · 81377 München
Telefon 089 / 7 14 95 51

Jakob H. Aigner

Kfz-Service seit 1966
zuverlässig – freundlich – kompetent

Wir reparieren **alle** Automarken

Unser Service umfasst ferner:

Umrüsten auf Autogas – Unfallinstandsetzung – TÜV/AU
Reifenservice – Inspektionsdienst – Ölwechsel

Neben der konventionellen Tankstelle können Sie bei uns
auch Autogas tanken

Jakob H. Aigner
Kistlerhofstraße 259 · 81379 München
Telefon (089) 78 87 29 · Fax (089) 785 15 64



Gymnastik

Was unterscheidet uns von einem Fitness-Club?

Diese Zeilen sollen nicht als eine einseitige Stellungnahme gegen die sich immer stärker ausbreitenden Fitness-Clubs in unserem Einzugsgebiet verstanden werden. Der Verfasser möchte lediglich versuchen, die Unterschiede zwischen einem Vorstadt-Breitensportverein und den maschinenbestückten Fitness-Clubs objektiv aufzuzeichnen.

Als erster Fakt soll hier festgehalten werden, dass die Breitensportvereine als gemeinnützige Vereine fungieren. Eine gewinnorientierte Tätigkeit ist den Vereinen in unserer Kategorie nicht statthaft. Die Sportvereine sind Mitglied des Bayerischen Landessportverbandes und haben hier entsprechende Beiträge zu entrichten. Als Gegenleistung erhalten diese Sportvereine einen vergleichbaren niedrigen finanziellen Ausgleich des Freistaates und der Landeshauptstadt München für die Bezahlung der freischaffenden Übungsleitungen. Erwähnt muss hier werden, dass die Funktionsträger dieser Vereine ihre Tätigkeiten tagtäglich ehrenamtlich ausüben. Im Regelfall sind diese Breitensportvereine schon froh, wenn sie sich finanziell im so genannten Grünen Bereich bewegen können.

Dem gegenüber ist jeder Fitness-Club ein reines Wirtschaftsunternehmen und letztendlich nur dem Investor gegenüber finanziell verantwortlich. Hier wird rigoros Gewinn erwartet. Übrigens sind in zunehmendem Maße die Fitness-Clubs als so genannte Ketten tätig. Ver-

gleichbar mit Aldi, Lidl oder McDonalds. Diese hier skizzenhaft aufgeführten Fakten im finanziellen Bereich zeigen bereits unmissverständlich, dass ein Vergleich eigentlich nicht sinnvoll ist.

Doch sicherlich sind auch noch andere Umstände aufzuzeigen, welche den Unterschied deutlich aufzeigen.

Als Unterschied sei hier als erstes die soziale Funktion eines Sportvereines aufgezeigt. Allein die Beiträge und die Beitragsermäßigungen für die individuellen Situationen zeigen auf, dass ein gemeinnütziger Verein ganz anders Rücksicht auf die persönlichen Lebensumstände der Mitglieder nimmt.

Richtig ist allerdings die Tatsache, dass ein Fitness-Club eine freiere Zeiteinteilung anbietet. Dieser Aspekt kommt heute wohl einer Anzahl von Mitmenschen entgegen.

Bei den Sportvereinen werden dagegen feste Trainingszeiten vorgegeben. Als positiv ist dagegen zu werten, dass sich in den festen Übungsstunden sehr oft Freundschaften und nachbarschaftliche Kontakte bilden. Durch die sportliche Betätigung im Team ist bei allem sportlichen Ehrgeiz die soziale Kontaktpflege ein ganz wichtiger Umstand. Kurz gesagt, man kann diese zwei Institutionen nur schwer miteinander vergleichen.

Wir als Sportverein sind jedoch

stolz darauf, dass im Münchner Süden der FC Hertha

München e.V. schon seit über 85 Jahren eine

feste Institution ist,

welche generationenübergreifend

ihren Mitgliedern ein Stück Heimat bietet und integrationsfördernd tätig ist.



Ob diese wichtige Aufgabe die wie Pilze aus dem Boden schießenden Fitness-Clubs jemals übernehmen können und wollen, sei letztendlich kritisch hinterfragt.

Karl Hirsch

Hier ist der Beweis

Um die aufgestellte Theorie zu beweisen, dass ein Breitensportverein mehr ist als ein Fitness-Club, hier ein paar Fotos aus unserer Praxis. Das Beispiel der Tennisabteilung



ist willkürlich aus dem Vereinsalltag herausgegriffen. Auch für die Fußballabteilung und all die anderen Abteilungen ist es eine Selbstverständlichkeit, dass gemeinsam gearbeitet, organisiert und letztendlich zünftig gefeiert wird.



FC Hertha München e. V.

Höglwörtherstr. 219 • 81379 München
 Tel.: (0 89) 7 80 93 79 • Fax: (0 89) 7 85 62 29
 E-Mail: geschaeftsstelle@fcherthamuenchen.de
 Homepage: www.fcherthamuenchen.de



Fußball
 Ski
 Tennis
 Gymnastik
 Volleyball
 Tischtennis
 Taekwon Do
 Koronarsport

A N M E L D U N G SKISAISON 2008/2009

Es folgt die Speicherung personenbezogener Daten (Information nach § 26 BDSG)

Name: _____ Tel. _____
 Vorname: _____ Email: _____
 Straße: _____
 PLZ, Ort: _____

Ermächtigung zur Abbuchung der Teilnehmergebühren mittels Lastschriftverfahren

Hiermit ermächtige ich den FC Hertha München e. V., den **für alle nachfolgend angeführten Teilnehmer zu entrichtenden Gesamtbetrag** zu Lasten folgenden Kontos einzuziehen.

Kontoinhaber _____ Konto-Nr. _____
 Bankinstitut _____ Bankleitzahl _____
 München, den _____
 Unterschrift des Kontoinhabers _____

Teilnahmebedingungen und Reisebedingungen habe ich zur Kenntnis genommen: _____ Datum, Unterschrift

Kurse sind nur für Mitglieder zu buchen!

Hinweis: Genauere Kursbeschreibung siehe Blatt Kursinfo

Kurspreis: Erwachsene 135.-€, Kinder / Jugendliche 125.-€; bei Sonderfahrten K = Kinder bis einschließlich 15 Jahre; E = ab 16 J.

Kennziffer	Kurs	Kennziffer	Sonderfahrten	Preise
1	Startphase (Kurs 1 u. 2)			Mitgl. E, K / nicht Mitgl. E, K
2	Basiskurs (Kurs 3 u. 4)	S 10	Expressfahrer (6x Samstag)	105.- € / 135.- €
3	Technikkurs (Kurs 5 u. 6)	S 20	Auftaktsfahrt 13. Dez. 2008	Bus 15.- € + Skipass ??
4	Spezialisten (ab 15 Jahre)	S 30	Deluxe Tag 07. März 2009	45.-, 35.- / 50.-, 40.- €
5	Spätstarter (ab 15 Jahre)			
6	Snowboard Anfänger			
7	Snowboard Fortgeschrittene			

Hinweis: Skikursteilnehmer die noch nie Ski / Snowboard gefahren sind bitte zur Kennziffer zusätzlichen ein A eintragen! (z. B.: 1 A)

Teilnehmer:

Name	Vorname	Geb. -datum	Mitgliedsnummer	Kennziffer(n)	Betrag €
_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____

Gesamtbetrag _____



FC Hertha München e.V.

Bankverbindung:

Hypovereinsbank
 BLZ 700 202 70
 Kto.-Nr. 4 29 52 877



DIE TEILNAHMEBEDINGUNGEN, REISEBEDINGUNGEN

- Ski- und Snowboardkurse können ausschließlich von Vereinsmitgliedern gebucht werden, alle übrigen Angebote stehen auch Nichtvereinsmitgliedern offen.
- Die Gebühren beinhalten Busfahrt und Skiuunterricht.
- Die Teilnahme an allen Veranstaltungen unseres Programms erfolgt auf eigene Gefahr.
- Der FC Hertha haftet nicht bei Unfall, Verletzung, Schädigung, Verlust, Diebstahl, Verspätung und sonstigen Unregelmäßigkeiten. Im Rahmen der Mitgliederversicherung beim BLSV besteht eine subsidiäre Unfall- und Haftpflichtversicherung. Bei Fahrten ins Ausland sorgen Sie bitte für eine ausreichende Reisekrankenversicherung, bzw. führen sie einen Auslandskrankenschein Ihrer Krankenversicherung mit. Wir empfehlen ferner den Abschluss einer DSV-Versicherung.
- Durch das Wetter verursachte Einschränkungen des Programms, Änderungen bzw. Absagen aus zwingenden Gründen bleiben dem Verein vorbehalten.
- Ausgefallene Skikurstage werden nach Möglichkeit an Ausweichterminen nachgeholt, andernfalls werden die Gebühren anteilig zurückbezahlt.
- Versäumte Skikurstage können nicht nachgeholt oder erstattet werden, auch nicht bei Verletzung oder Erkrankung. Der Fahrtanteil eines Skikurses ist jedoch übertragbar und kann von einer Ersatzperson genutzt werden. Am Skiuunterricht können diese Personen jedoch nicht teilnehmen.
- Bei ungenügender Teilnehmerzahl können einzelne Kursklassen zusammengelegt werden, bzw. können Fahrten bei Nichtauslastung eines Busses abgesagt werden.
- Die jeweiligen Fahrtziele der Skikurse können ab Freitag über das Schneetelefon abgefragt werden. Etwaige Absagen von Kurstagen oder sonstigen Fahrten können ebenfalls über das Schneetelefon abgefragt werden, frühestens jedoch freitags ab 15.00 Uhr. Vorher werden prinzipiell keine Absagen getroffen!!! Ab diesem Zeitpunkt wird eine entsprechende Ansage auf den Anrufbeantwortern der Geschäftsstelle und des Schneetelefons gesprochen worden sein.
- Die Teilnahmegebühr, bzw. eine geforderte Anzahlung, ist bei der Anmeldung durch gleichzeitige Erteilung einer einmaligen Einzugsermächtigung zu entrichten.
- Die Anmeldung ist verbindlich. Wenn sie aus unabwendbaren Gründen nicht an einer gebuchten Veranstaltung teilnehmen können, muss ihre Anmeldung vier Wochen vor Leistungsbeginn bei der Geschäftsstelle des Vereins eingegangen sein. Es fällt dann lediglich eine Bearbeitungsgebühr von € 15,50 an. Wenn es nicht gelingt, ihren gebuchten Platz anderweitig zu besetzen, müssen sie bei Nichteinhaltung dieser Frist die Kosten in voller Höhe zusätzlich tragen.
- Treffpunkt und Rückkunft ist für alle Fahrten das Vereinsheim, Höglwörther Straße / Surheimer Weg. Sollte sich aus unvorhergesehenen Gründen die angegebene Rückkunftszeit verzögern, bitten wir Sie um Geduld. Das Vereinsheim ist für Sie in dieser Zeit geöffnet.
- Mit der Anmeldung zu den Veranstaltungen des Programms werden die Teilnahmebedingungen anerkannt.





DIE TEILNAHMEBEDINGUNGEN, REISEBEDINGUNGEN

- Ski- und Snowboardkurse können ausschließlich von Vereinsmitgliedern gebucht werden, alle übrigen Angebote stehen auch Nichtvereinsmitgliedern offen.
- Die Gebühren beinhalten Busfahrt und Skunterricht.
- Die Teilnahme an allen Veranstaltungen unseres Programms erfolgt auf eigene Gefahr.
- Der FC Hertha haftet nicht bei Unfall, Verletzung, Schädigung, Verlust, Diebstahl, Verspätung und sonstigen Unregelmäßigkeiten. Im Rahmen der Mitgliederversicherung beim BLSV besteht eine subsidiäre Unfall- und Haftpflichtversicherung. Bei Fahrten ins Ausland sorgen Sie bitte für eine ausreichende Reisekrankenversicherung, bzw. führen sie einen Auslandskrankenschein Ihrer Krankenversicherung mit. Wir empfehlen ferner den Abschluss einer DSV-Versicherung.
- Durch das Wetter verursachte Einschränkungen des Programms, Änderungen bzw. Absagen aus zwingenden Gründen bleiben dem Verein vorbehalten.
- Ausgefallene Skikurstage werden nach Möglichkeit an Ausweichterminen nachgeholt, andernfalls werden die Gebühren anteilig zurückbezahlt.
- Versäumte Skikurstage können nicht nachgeholt oder erstattet werden, auch nicht bei Verletzung oder Erkrankung. Der Fahrtanteil eines Skikurses ist jedoch übertragbar und kann von einer Ersatzperson genutzt werden. Am Skunterricht können diese Personen jedoch nicht teilnehmen.
- Bei ungenügender Teilnehmerzahl können einzelne Kursklassen zusammengelegt werden, bzw. können Fahrten bei Nichtauslastung eines Busses abgesagt werden.
- Die Teilnahmegebühr, bzw. eine geforderte Anzahlung, ist bei der Anmeldung durch gleichzeitige Erteilung einer einmaligen Einzugsermächtigung zu entrichten.
- Die Anmeldung ist verbindlich. Wenn sie aus unabwendbaren Gründen nicht an einer gebuchten Veranstaltung teilnehmen können, muss ihre Anmeldung vier Wochen vor Leistungsbeginn bei der Geschäftsstelle des Vereins eingegangen sein. Es fällt dann lediglich eine Bearbeitungsgebühr von € 15,50 an. Wenn es nicht gelingt, ihren gebuchten Platz anderweitig zu besetzen, müssen sie bei Nichteinhaltung dieser Frist die Kosten in voller Höhe zusätzlich tragen.
- Treffpunkt und Rückkunft ist für alle Fahrten das Vereinsheim, Höglwörther Straße / Surheimer Weg. Sollte sich aus unvorhergesehenen Gründen die angegebene Rückkunftszeit verzögern, bitten wir Sie um Geduld. Das Vereinsheim ist für Sie in dieser Zeit geöffnet.
- Mit der Anmeldung zu den Veranstaltungen des Programms werden die Teilnahmebedingungen anerkannt.



FC Hertha München e.V.

Bankverbindung:

Hypovereinsbank
BLZ 700 202 70
Kto.-Nr. 4 29 52 877



FC HERTHA T-SHIRTS

Ab 1. September können Sie in unserer Geschäftsstelle qualitativ hochwertige T-Shirts erwerben.

Stückpreis: 10 Euro

In begrenzter Stückzahl vorrätig in den Größen:

S - M - L - XL

Ferner in den Größen:

128 - 152 - 164

Viel Spaß beim Tragen wünscht das Präsidium.

SONDERVERKAUF





Taekwondo

Neue Anfängerkurse

Unsere neuen Anfängerkurse beginnen im September 2008 (Schulbeginn). Die Zeiten und Trainingsstätten sind der Homepage unter der Abteilung Taekwondo zu entnehmen. Für die ersten zehn Neuanmeldungen gibt's als Zuckerl den Taekwondo-Anzug in der passenden Größe gratis.



Gürtelprüfung

Die 2. Gürtelprüfung findet am Donnerstag, den 30.10.08 ab 17.30 Uhr in der Konrad-Celtis-Schule statt. Die Leitung übernimmt in bewährter Form unser Großmeister Seong Seok Ryu. Die Prüflinge werden gebeten, ihre Ausweise auf Vollständigkeit (Unterschrift, Jahresrichtmarke) und Aktualität (Foto) zu überprüfen.

Besuch Bayernpokal

Am 18.10.08 findet in Neu-Ulm der 3. Bayernpokal Zweikampf statt. Wer Lust und Zeit hat, einmal Turnieratmos-

phäre zu schnuppern, meldet sich bitte bei Sergio, damit entsprechende Mitfahrgelegenheiten organisiert werden können. Hier bietet sich auch die Möglichkeit, für potentielle Wettkampfinteressenten, Einblick in die Abläufe eines Turniers zu bekommen.

Bildung von Untergruppen

Damit wir die Interessensschwerpunkte unserer Sportler besser berücksichtigen können, möchten wir gerne Untergruppen bzw. Mannschaften für die Bereiche

- Formen
- Zweikampf
- Vorführung

bilden. Wer sich vorstellen kann in einem der Schwerpunktbereiche intensiver zu trainieren, meldet sich bitte bei Sergio. Darüber hinaus suchen wir verantwortliche Leiter für die jeweiligen Gruppen. Als Anreiz möchten wir hier auch einige Vorteile bieten, wie z. B. die kostenlose Überlassung von Schutzausrüstung o. ä.

Sondertraining Mittwoch

Das Sondertraining für Fortgeschrittene am Mittwoch unter der Leitung von Großmeister Seong Seok Ryu (Dipl.-Sportwissenschaftler, 6. Dan TKD) in der Implerschule hat sich mittlerweile zu einer festen Größe entwickelt. Teilnehmern können alle Erwachsenen und Jugendlichen ab dem grünen Gürtel.

Trainer – Trainingszeiten

Zum ersten Mal seit langer Zeit dürfen wir an dieser Stelle verkünden, dass sich ausnahmsweise an den Trainingsbesetzungen und -zeiten nichts ändert. Die Trainingseinheiten werden weiterhin geführt von:

- Marco Olbrich
(1. Dan, BTU-Übungsleiter F)
- Christian Schindler
(2. Dan, BTU-Übungsleiter F)
- Sergio Serralta de Velasco
(2. Dan, Dipl-Sportwissenschaftler,
BTU-Übungsleiter B)

Taekwondo



Interessensabfrage Selbstverteidigungskurse

Die Trainer der Abt. TKD würden bei Interesse im Winterhalbjahr 2008/2009 wieder spezielle Selbstverteidigungs-

kurse für Frauen bzw. Senioren anbieten. Bei Interesse bitte Meldung an uns oder die Geschäftsstelle, damit ein evt. Zeit- und Raumbedarf festgelegt werden kann.

Christian Schindler





Koronar

Eigentlich sollten hier kurze Berichte unserer Übungsleiterinnen stehen; sie wollten – sollten – sich vorstellen. Nun können wir nur ein Bild bieten und unser Wissen.

Claudia Friedsam – Dipl.-Sportlehrerin mit vielen Zusatzausbildungen wie Koronarsport, therapeutisches Reiten u.v.m. Hauptberuflich arbeitet sie an einer Klinik. Sie ist von Beginn an im Koronarsport unsere Übungsleiterin. Manche mögen sich noch erinnern, dass sie zuvor auch schon Übungsleiterin für Gymnastik in unserem Verein war. Wir hoffen, sie bleibt uns noch lange erhalten.

Christina Lang – Erzieherin, seit 16 Jahren Übungsleiterin in Koronarsportgruppen. Sie ist seit etwas mehr als einem Jahr bei uns aktiv in der „Nachfolgegruppe“. Sie war lange bei einem anderen Verein tätig, bis dort die Gruppe aufgegeben wurde – ein Glücksfall für uns!

Lagebericht

Ja, was gibt es nun zu berichten? Eigentlich läuft alles – fast alles – wie es soll. Wir hatten mal wieder einen „Doktor-Ausfall“. In den Ferien war wohl keine Vertretung zu finden. Da wir auch eine „Nachfolgegruppe“ betreiben, die ohne die Anwesenheit eines Arztes stattfinden kann, haben wir zwei solche Gruppen nacheinander gemacht. Das ist nicht optimal, aber als Notlösung tragbar, da alle Hilfsmittel und das Wissen



Claudia und Christina – unser freundliches und kompetentes Team“

für Notfälle ja vorhanden sind. Ich hoffe, dass das nicht öfter vorkommt. Wir könnten „Nachwuchs“ für alle Gruppen gebrauchen. Jahrelang habe ich eine Warteliste gehabt, konnte nicht alle aufnehmen. Jetzt rufen zwar viele Interessierte an und informieren sich, aber kommen tun wenige, leider. Dabei kann die Teilnahme – Belastung unter ärztlicher Aufsicht – lebensrettend sein. Man kann seine Belastungsgrenzen ohne Angst austesten! Und die Bewegung in der Gruppe und die Gespräche mit „Gleichbetroffenen“ bringt Kraft, Freude und Zuversicht.

Zum Jahresende werden wir wieder unsere Abschlussfeier haben und dabei viel Spaß miteinander. Gestaltet und organisiert werden sie, wie schon lange, wieder von unseren Teilnehmern.

Auch heute wieder ein Dank an all die helfenden Hände aus den Gruppen, die aufräumen, Schlüssel besorgen, Schriften herstellen und damit zum Funktionieren der Gruppen beitragen.

Ein besonderer Dank geht an die Geschäftsstelle und unseren Vereinsvorsitzenden für Hilfe und Interesse.

Ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes neues Jahr in Gesundheit und Zufriedenheit wünsche ich uns allen. G.S.



Herzsportgruppen beim FC Hertha München

Probleme mit dem Herzen?
Der Blutdruck ist zu hoch?
Einen Herzinfarkt erlitten?
Einen Bypass gesetzt bekommen?
Angst vor körperlicher Belastung?
Fitness aufbauen nach einem kardial bedingten
Krankenhaus- oder Reha-Aufenthalt?

Es gibt viele Gründe,
mit oder ohne Kassenverordnung
in unsere Koronarsportgruppen zu kommen!
Noch sind einige Plätze frei!

Unter professioneller Anleitung (mit diplomierten
Übungsleiterinnen) wird trainiert. Ein Arzt für
Blutdruckkontrolle, Fragen und Notfälle
ist immer dabei.

Informationen oder Anmeldung unter:
Homepage: www.fcherthamuenchen.de
Geschäftsstelle: Höglwörther Straße 219, 81379 München
Telefon 089/780 93 79
Abteilungsleiterin Koronarsport:
Gertrud Schreiber



Tischtennis

Bericht aus der Tischtennisabteilung

Mit dem Ende der Schulferien endet für die Hallen-Sportarten die gemütliche Sommerzeit. Zugegeben, bei dem Sommer hätte man auch gut und gerne in der Halle spielen können, da es nicht wirklich sehr heiß geworden ist. Aber so eine Pause wird doch immer gerne genommen und damit waren die zaghaften Bemühungen („man könnte sich ja mal zum Spielen treffen“) zum Thema Training in den Ferien mal wieder erfolglos.

Der Spielbetrieb für die drei Tischtennis-Mannschaften des FC Hertha hat zum Zeitpunkt des Schreibens dieses Berichts noch nicht begonnen. Das dauert noch bis Ende September/Anfang Oktober.

Alle drei Mannschaften stehen wie geplant am Start. Es hat in den letzten Monaten weder spektakuläre Neuzugänge noch unerwartete Abgänge gegeben. Allerdings sind einige Kollegen doch etwas gedämpft worden in ihrer Erwartungshaltung, was den jeweiligen Aufstieg angeht. Bei der 1. und 2. Mannschaft war vor der Sommerpause noch großer Optimismus. Mittlerweile hat man gesehen, mit welchen Gegnern man es zu tun bekommt und ist doch etwas vorsichtiger geworden.

Über die 2. Mannschaft ist noch etwas unerwartet Positives zu berichten. Nachdem sie am Ende der Saison in der 4. Kreisliga West auf Platz drei stand und damit nicht aufsteigen konnte, ist sie am grünen Tisch nachträglich noch dritter Aufsteiger geworden. Sie spielt nun in der 4. Kreisliga Süd. Das hing mit

den An- und Abmeldungen von Mannschaften für die neue Saison zusammen und wurde von der Mannschaft freudig zur Kenntnis genommen.

Damit sind die drei Mannschaften auch schön über drei Ligen verteilt: die 1. Mannschaft spielt in der 4. Kreisliga Nord, wie schon erwähnt die 2. in der 4. KL Süd und die 3. Mannschaft in der 4. KL West. Diese Gebietsanhängsel „Nord“, „Süd“ und „West“ haben nichts mit der geographischen Lage zu tun, sondern sind lediglich Vorgaben des bayerischen Tischtennisverbandes.

Da eine größere Zahl von Mannschaften auch mehr Spiele bedeutet, war es dringend geboten auf der Ausrüstungsseite etwas zu tun. Bei 2 Mannschaften konnte jede Mannschaft einen der beiden Trainingsabende für Heimspiele reservieren. Jetzt spielen die erste und dritte Mannschaft am Freitagabend und die 2. Mannschaft wie gewohnt am Dienstag. Zum Glück ist der Spielgruppenleiter der 4. Kreisliga Nord (1. Mannschaft) auch für die 4. Kreisliga West (3. Mannschaft) zuständig und kommt auch noch aus unserer TT-Abteilung. (Wer mal wissen möchte wer das ist, findet ihn im Internet auf den Seiten des bayerischen Tischtennisverbandes sogar mit Bild!). Er hat nun dafür gesorgt, dass die Freitagabende möglichst nur von einer Mannschaft für ein Heimspiel belegt sind.

Nichtsdestotrotz haben wir kurz vor der Sommerpause noch zwei neue Platten bekommen, die der Hauptverein finanziert hat. Mit den schon vorhandenen zwei guten Platten sind wir auch für zwei Heimspiele am Abend ausgerüstet. An dieser Stelle nochmals ein großer Dank an den Verein und seine Mitglieder für die Unterstützung der kleinsten Abteilung des FC Hertha.

Wer nun glaubt, die TT-Spieler hätten den ganzen Sommer über nix getan, den muß ich enttäuschen! Natürlich gab es auch diesen Sommer wieder die TT-Radltour, die am Samstag, dem

30. August, stattfand. Es war ein idealer Radfahrttag mit strahlend blauem Himmel und Sonnenschein pur, aber trotzdem nicht zu heiß. Aber das Bemerkenswerteste war die große Anzahl an Teilnehmer! Auf dem Photo seht ihr schon eine Menge Leute am Startplatz 1860er Stadion. Aber das waren noch nicht alle und am Ende wuchs die Gruppe auf 15 Leute, was absoluten Rekord bedeutet! Wir sind auch schon mal mit 5 Leuten gefahren ...

Allerdings wurde auch der Streckenrekord gebrochen und die 65 zurückgelegten Kilometer bedeuten für mich persönliche Bestleistung. Bis auf eine heftige Steigung war der größte Teil der Strecke recht angenehm zu fahren. Zum Glück war dann noch der Sonntag zum Erholen da und diejenigen, die nur einmal im Jahr eine solche Tour unternehmen, konnten am Montag wieder zur Arbeit gehen.

Tischtennis



Das Ziel der Reise war übrigens Arget, ein kleines Nest irgendwo zwischen Wäldern und Wiesen. Für einen Nicht-Bayern wie mich ist so eine Tour schon eine echte Entdeckungsreise. Ich hoffe, dass wir auch nächstes Jahr wieder so eine schöne Rad-Tour hinbekommen.

Soweit der Lagebericht aus der Tischtennisabteilung nach der Sommerpause. Viel Spaß beim Sporteln und einen guten Start in die neue Saison wünscht euer

Udo Möller





Tennis

Höhepunkte der Saison

Die Tennisabteilung bietet ihren Mitgliedern zahlreiche und verschiedenartige Veranstaltungen in der Saison an. Von jeder zu berichten, würde die gebotene Länge des Artikels überschreiten. Deswegen möchte ich zwei Veranstaltungen hervorheben, die sowohl aus geselliger als auch aus sportlicher Sicht als Höhepunkte der Saison bezeichnet werden können: das Kinderturnier mit anschließendem kleinen Sommerfest und die Vereinsmeisterschaft.

Am Samstag, 5. Juli, fand auf unserer Tennisabteilung ein **kleines Sommerfest** statt. Es startete um 14 Uhr mit einem **Kinder- und Jugendturnier**. Damit die anwesenden Eltern ihren Kindern besser beim Spielen zusehen konnten, wurde das Turnier auf Platz 1 und 2 ausgetragen. Die stärker Spielenden trugen ihren Wettkampf nach dem Motto „jeder gegen jeden“ nach den normalen Tennisregeln aus. Hierbei wurde die Zeit pro Spiel auf eine Viertelstunde begrenzt. Im Gegensatz hierzu setzte sich das Turnier für die anderen Teilnehmer aus verschiedenen Runden zusammen, bei denen einzelne Punkte erspielt werden konnten. Insgesamt gab es sieben Stationen, bei denen vom Aufwärmen über Ziel- und Treffübungen sowie Spielen im T-Feld Punkte erzielt werden konnten. Unsere Kinder und Jugendlichen hatten viel Spaß – das sah man vor allem daran, dass sie vollen Einsatz beim Laufen nach dem Ball zeigten. Das wurde auch bei der anschließenden Siegerehrung honoriert: jeder Teilnehmer erhielt eine Urkunde und einen kleinen Pokal.

Des Weiteren wurde Schnuppertennis für alle angeboten, d.h. es hatten auch Nichtmitglieder die Möglichkeit, auf unseren Plätzen frei zu spielen. Dies wurde nicht nur von Erwachsenen, sondern auch von vielen Kindern und Jugendlichen angenommen. Natürlich wurde auch für das leibliche Wohl der Anwesenden gesorgt. Nachmittags verlockte ein umfangreiches Buffet zu Kaffee und Kuchen, abends wurde gegrillt. Das Bier vom Fass durfte auch nicht fehlen.

An dieser Stelle sei den vielen Helfern gedankt, die sich im Vorfeld und während des gesamten Festes um die Verpflegung kümmerten! Insgesamt war das Fest ein Erfolg: begeisterte Kinder und Jugendliche, viele Leute auf der Anlage und gutes Wetter machten den Tag zu einem unvergessenen Erlebnis.

Am 26. bis 27. Juli wurde in den Klassen Jugend, Damen und Herren unsere alljährliche Vereinsmeisterschaft ausgetragen. Wer in der ersten Runde ausschied, kam in die Trostrunde. So liefen parallel zum Hauptfeld auch die Spiele der Trostrunde ab. Deshalb waren alle Plätze von in der Früh bis zum späten Nachmittag voll belegt. Den krönenden Abschluss des Turniers stellten die Halbfinals und Finals der Haupt- und Trostrunde dar.

Herzlichen Glückwunsch an folgende Sieger:

	1. Platz	2. Platz	3. Platz
Damen	Claudia Lahr	Mathilde Eckinger	Karin Eckinger
Herren	Walter Schmidt	Peter Zieringer	Jürgen Kottlorz
Trostrunde Damen	Eva Schwillinger	Lisa Schwillinger	
Trostrunde Herren	Günter Lahr	Helmut Fenzl	

Es ging wie immer lustig und gemütlich zu – schließlich gilt: „Dabei sein ist

alles“! Und das wurde auch im Anschluss an die Siegerehrung gebührend gefeiert.

Veranstaltungen am Ende der Saison

Wir dürfen auf die beiden letzten Veranstaltungen der diesjährigen Saison hinweisen. Am Sonntag, 19. Oktober, wird ab 10 Uhr das Abschlussturnier für Jugendliche und Erwachsene abgehalten. Am Samstag, 22. November, findet ab 17 Uhr in der vorweihnachtlichen Zeit unser Jahresausklang statt. Hinweise zum Ablauf beider Veranstaltungen wird es rechtzeitig auf unserer Homepage unter Tennis-News und über den Veranstaltungskalender geben.

Tennis



Interesse an Mitgliedschaft?

Wer Mitglied in der Tennisabteilung werden und sich über unsere Aktivitäten und Konditionen informieren möchte, kann dies in der Rubrik Tennis auf unserer Vereinshomepage

(www.fchertha.de)

tun. Dort stehen auch die Kontaktdaten der Abteilungsleitung, die natürlich bei Fragen zusätzlich zur Verfügung steht.

Marion Rittmann

HypoVereinsbank
in Solln
Wolfratshauer Straße 187
Telefon 089 74948-0

Abkassieren wie die Profis: 5% Meisterschaftsprämie.

Den FC Bayern im Herzen, die FC Bayern SparKarte in der Brieftasche – eine unschlagbare Kombination, die sich mit einem Zinsaufschlag von 5 % p. a. für einen vollen Monat auf Einlagen bis 100.000 Euro bei Gewinn der Meisterschaft bezahlt macht. Wir sagen Ihnen gerne mehr.



HypoVereinsbank

Member of
Unicredit Group



Volleyball

Volleyball in Kürze

C- und A-Jugend

Unsere „Kleinen“ sind 10–13 Jahre alt und werden in der kommenden Saison in der C-Jugend spielen. Am 22. September gab es ein Sichtungsturnier beim TS Jahn und dort konnten die meisten von ihnen zum ersten Mal die Atmosphäre eines großen Turniers mit 16 Teams erleben. Sie haben sehr viel gelernt und waren im Anfeuern total großartig. Bei einem Spiel schrien sie unsere A-Jugend zu einem Sieg gegen eine eigentlich vermeintlich bessere Mannschaft. – Meine Ohren klingeln noch heute...

Die Jugendlichen der A-, B- und C-Jugend spielen in Leistungsgruppen. So können sie sich mit anderen Teams messen, die in etwa ihre Spielstärke besitzen.

– Unsere C-Jugend ist die jüngste Mannschaft von allen und sie werden in der 3. Leistungsgruppe antreten. Dort sind 4 Teams, die Hin- und Rückrunde spielen.

– Unsere A-Jugend (16- und 17-jährige) wird in der 2. Leistungsgruppe spielen (9 Teams) und ich glaube, dass sie dort einiges erreichen können. Hier wird es jeweils nur eine Begegnung gegen die anderen Mannschaften geben.

Kreisliga Damen

Unsere „ganz Großen“, die Damen, werden am 11.10. ihre Saison beginnen. Wir müssten dieses Jahr ein bisserl besser sein als in der letzten, unserer ersten Saison. Im Training schaut das auf jeden Fall immer sehr gut aus und wenn alle Leistungsträger Zeit haben, könnten wir dieses Jahr vielleicht in der Mitte der Tabelle landen. Vielleicht ist noch mehr drin?

Dynamo Sendling

Auch die Dynamos starten am 8.10. in die Saison. Hier haben wir ein paar Junge gewinnen können. Mal sehen wie das wird. Man weiß eigentlich nie genau, auf wen man/frau trifft, auch wenn die Mannschaften z.T. die gleichen sind wie im letzten Jahr. Auf jeden Fall ist die Gruppe wieder überlebensfähig und ich bin mal gespannt auf unsere Neuen. Sie sind jung, schnell, ehrgeizig und stark, besitzen aber natürlich noch nicht viel Spielerfahrung.

Unser Volleyball-Nachwuchs beim großen Volleyballturnier beim TS Jahn München – hier feuern sie unsere A-Jugend an!





Anke Durach · Tel./Fax (0 89) 78 89 68
Boschetsriederstr. 118 · 81379 München
Email: Olympia-Apotheke@gmx.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 8.30 Uhr bis 18.30 Uhr
Samstag 8.30 Uhr bis 12.30 Uhr

- Barmer Hausapotheke
- Messung von Blutdruck und Blutwerten (Blutzucker, Harnsäure, Cholesterin)

- Kundenkarte (viele Vorteile – Informationen bekommen Sie in der Apotheke)
- Inkontinenzberatung
- Langjährige Erfahrung für Kompressions- und Stützstrümpfe
- Verleih von Babywaagen, Medela-Milchpumpen, Pari-Inhalierboj
- Persönliche Arzneimittelwechselwirkungskontrolle
- Homöopathieberatung (Bachblüten)
- Ernährungsberatung und BMI-Bestimmung

Das Team der Olympia-Apotheke freut sich über Ihren Besuch und steht Ihnen zur weiteren Beratung jederzeit zur Verfügung.

Mit uns bleiben Sie fit und gesund!

Ihr Team der Olympia-Apotheke

allpower

Veranstaltungsservice GmbH

Schillerstraße 7
80336 München
Telefon 089/55 22 44-0
Fax 089/55 22 44-99

AKUT
Personalservice GmbH

Schillerstraße 7
80336 München
Telefon 089/55 22 44-0
Fax 089/55 22 44-99

Impressum

FC-Hertha München e.V.
Geschäftsstelle: Höglwörther Straße 219, 81379 München
Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes: Karl Hirsch

Mit *Namen gekennzeichnete Artikel* geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion, sondern lediglich die Meinung des Verfassers wieder.

Layout und Druck: Blank GmbH · Haus für kreative Kommunikation

Auflage: 2.000 Stück
Verteilung kostenlos

Redaktionsschluss für das nächste Heft: 20. Februar 2009

Sportliche Argumente für aktive Brillenträger



Wer im Sport an seine Grenzen geht, muss sich auf seine Ausrüstung verlassen können.

Sportbrillen von Rodenstock überzeugende Vorteile – egal bei welcher Sportart:

- Bester Tragekomfort
- Sportlich-dynamischer Look
- Perfekter Wind- und Staubschutz und optimale Sicherheit
- In jeder individuellen Sehstärke erhältlich – ebenso für stark gewölbte Fassungen
- Auch als Gleitsichtglas-Variante

Optik WIEDIGER

Brillenmode · Kontaktlinsen



Boschetsrieder Str. 118 · 81379 München
Tel. (0 89) 78 83 98 · Fax (0 89) 78 0173 46

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr.: 9.00 – 18.30 Uhr

Sa.: 9.00 – 13.00 Uhr