

# Turnen, Gesundheitssport, Gymnastik & Tanz

Informationsschrift der Turnabteilung | Geschäftsstelle: Colonusstr. 5, 82335 Berg-Aufhausen

# TURNINFO

Nr. 45 | Apr. 2014

MTV Berg a. W. e.V. TURNABTEILUNG, gegründet 1922, Vereinsfarben: Weiß-Rot, Mitglied des Turngau Amper-Würm, BLSV, BTV, DTB



GYMWELT

Kinderturnen

BTJ  
BAYERISCHE TURNERJUGEND IM BTV



... aus dem Inhalt:

# Turngala 2013

# Gerätturnen  
*Bayernpokal, Airtrack-Bahn*

# Gymnastik und Tanz  
*Gauwettbewerb, Pokalwettkampf*

# Sport für Erwachsene  
*Fun Day, Pilates, Konditionstraining*

# Turnernachwuchs  
*Fasching & Co.*

# Skiausflug

# Sportangebot & Termine  
*Sportangebote und Sportveranstaltungen*

## Gerätturnen

### Turngau Amper-Würm zu Gast beim MTV Berg

Zum 2. Mal fand am 15. März 2014 beim MTV Berg in der Dreifachhalle Biberkorf ein Rundenwettkampf des Turngau Amper-Würm statt. Es kamen ca. 180 Männer und Frauen ab 7 Jahre aus den Landkreisen Landsberg, Fürstenfeldbruck, Dachau und Starnberg, um sich an den 6 olympischen Turngeräten mit Pflicht- und Kürübungen zu messen. Wer nach drei Runden (also im Herbst) vorne liegt, qualifiziert sich für den Oberbayerischen Entscheid im Bayernpokal.

Vom MTV Berg waren die 10- bis 11-Jährigen dabei mit Jakob Pawelka (23. in der Einzelwertung), Jean-Mike Sinitzki (33.), Emilian Hohberg (37.) und Felix Geiger (46.).

Die 12-13-Jährigen belegten mit Josef Gastl, Daniel Korth und Robin Obermaier die Plätze 12, 14 und 17 der Einzelwertung.

Die jugendlichen Berger Turner (14-17 Jahre) traten ebenfalls nur zu Dritt an. Mit dabei waren Paolo Schraudonbach (33.), Ben Heckmann (36.) und Daniel Ross (37.).

Die Männer turnten als Turngemeinschaft mit Verstärkung aus Germering und erreichten als Mannschaft den 3. Platz mit Benjamin Beilicke (4.),

Gerhard Buchmann (ältester Teilnehmer, Platz 10.) und Axel Wille (TSV Unterpfaffenhofen-Germering, Platz 12.).

Die ersten Plätze in der Mannschaftswertung wurden belegt vom TSV Unterpfaffenhofen-Germering in den Altersklassen 7+, 10-11 sowie 12-13. In der Altersklasse 8-9 siegte der TSV



Daniel Korth, Robin Obermaier,  
Josef Gastl

Starnberg. Bei den Jugendlichen (14-17) lag der TuS Fürstenfeldbruck vorne. Bei den Erwachsenen siegte der TSV Moorenweis.

Für die Bewirtung der Gäste sorgte unsere bewährte Friedl Mayr mit ihren Helfern und vielen von den Eltern gespendeten Kuchen.

Gerhard Buchmann

### Lieber Ferdl, herzlichen Glückwunsch zu Deinem 70. Geburtstag!



Wir möchten im Namen der Turnabteilung herzlichen Dank sagen, für die unschätzbare wichtige Arbeit, die Du für den MTV Berg geleistet hast und leistest. Nicht nur für deine Unterstützung bei den vielen, vielen kleinen und großen Projekten (sei es Turngala, Turninfo, u.s.w.) der Turnabteilung. Nein wir alle profitieren von Deinen Taten und sind sehr froh und auch stolz einen Menschen wie Dich in unseren Reihen zu wissen.

Der Turnrat



## Impressum

<b>Herausgeber:</b>	<b>MTV Berg a.W.e.V. Turnabteilung,</b> Geschäftsstelle: Elke Sigel, Colonusstr. 5, 82335 Berg / Aufhausen Tel: 08151/50900, Fax: 08151/953855, E-Mail: geschaeftsstelle@mtv-berg.de, Web: www.mtv-berg.de
<b>Redaktion:</b>	Monika Dühning, Benjamin Beilicke, Melanie Bremm, Gerhard Buchmann, Angelika Flögel, Manuela Krebs, Miriam Kreisl u.v.m.
<b>Bildnachweis:</b>	Susanne Bremm, Benjamin Beilicke, Gerhard Buchmann, Monika Dühning, Angelika Flögel u.v.m.
<b>Redaktionsschluss:</b>	02.03.2014
<b>Auflage:</b>	800 Stück, Erscheinungsweise halbjährlich
<b>Druck:</b>	Saxoprint GmbH, Enderstr. 52, 01277 Dresden
<b>Hinweis:</b>	Diese und vorangegangene Ausgaben von <i>TURNINFO</i> finden Sie unter: <a href="http://www.mtv-berg.de/turnen">www.mtv-berg.de/turnen</a>
<b>Kontakt:</b>	turninfo@mtv-berg.de

## Neue Möglichkeiten im Bodenturnen

Das Gerätturnen zählt in Deutschland zu den ältesten Sportarten (die ersten Turnvereine wurden ca. Mitte des 19. Jahrhunderts gegründet). In den letzten 50 Jahren gab es eine beeindruckende technische Entwicklung bei den Turngeräten. So gibt es seit einigen Jahren die sogenannte Airtrack-Bahn: Das ist eine riesige Luftmatratze, die zum Bodenturnen geeignet ist. Die Weichheit der Bahn ist über den Luftdruck einstellbar und bietet daher viele neue Möglichkeiten, beim Bodenturnen auch schwierige akrobatische Übungsteile sicher zu trainieren. Mit der finanziellen Unterstützung durch die Gemeinde Berg und durch großzügige Spenden von Mitgliedern konnten wir uns jetzt eine Airtrack-Bahn anschaffen.



Airtrack-Bahn

Wir freuen uns auf neuen Schwung beim Bodenturnen und danken unseren Spendern (in zufälliger Reihenfolge, hoffentlich haben wir keinen vergessen): Familie Heckmann, Familie Gastl, Familie Reitberger, Familie Rohe, Familie Ross, Benjamin Beilicke, Ferdinand Ullrich. Gerhard Buchmann

## Gymnastik & Tanz

### Gymnastik & Tanz Gruppen erfolgreich bei Gauwettbewerb in Germering

Am Sonntag den 10.11.2013 fand in Germering das 22. Gymnastik und Tanz/ Dance-Treffen statt.

In der Altersklasse 18+ erzielten die Mannschaften Attitude und Arabesque, trainiert von Annette Reisländer sowie Sabrina Schweiger's neu formierte Gruppe Développé, die drei höchsten Wertnoten. Die drei Gruppen erhielten für ihre technisch anspruchsvollen und souverän umgesetzten Tänze 15,10, 14,50 und 13,95 von 16,00 möglichen Punkten. Alle drei Mannschaften kamen damit in Ranggruppe 1 (13,00-16,00 Punkte).

Die Jugendmannschaft Tendü, trainiert von Aylin Diktas, ertanzte sich mit ihrer ausdrucksstarken und technisch sauber ausgeführten Tanzchoreografie zu „Love Is The Drug“ in ihrer Altersklasse mit 13,79 Punkten die allerhöchste Wertnote. Sie erzielte damit ebenfalls Ranggruppe 1. Christine Maier's Gruppe Plié überzeugte durch eine gut gelungene Gymnastik mit Reifen und Ball zu „Summer Jam“ und belegte in der Altersklasse Jugend mit 12,86 Punkten Ranggruppe 2 (09,00-12,99 Punkte).

Die Kindergruppe Chainé, trainiert von Andrea Kornhas und Kathrin Suttner, erreichte mit ihrer Gymnastik mit kurzen Bändern zu „Firework“ mit 10,65 Punkten ebenfalls Ranggruppe 2.

Der MTV Berg war mit seinen sechs Mannschaften der gruppenstärkste Verein des Turngauwettbewerb-



Die Tänzerinnen



Chainé

Der MTV Berg war mit seinen sechs Mannschaften der gruppenstärkste Verein des Turngauwettbewerbs. Die zahlreich zum Anfeuern mitgereisten Fans und alle Mitwirkenden freuten sich über einen kurzweiligen, verletzungsfreien und wie immer aufregenden Wettkampftag.

Monika Dühring

### Großer Erfolg für Gymnastik & Tanz/ Dance-Mannschaften in Friedberg

Zum Auftakt des Wettkampfwochenendes in Friedberg am Samstag den 23.11.2013 überzeugten die jungen Damen der Erwachsenenmannschaft „Développé“ des MTV Berg beim Gruppenwettbewerb Gymnastik und Tanz in Friedberg die Kampfrichter: Sie belegten souverän den ersten Platz und freuten sich sichtlich über den Platz auf dem Siegereckchen.

Am Sonntag, den 24.11.13 war der MTV Berg mit zwei Mannschaften am Gruppenwettbewerb und Pokalwettkampf Dance vertreten. Hierbei erzielten die Gruppe „Développé“ mit ihrer leistungsstarken und überaus synchronen Tanzgestaltung erneut den ersten Platz (12,15 von 16 Punkten). Tänzerinnen und Trainerin Sabrina Schweiger trugen stolz ihre Medaillen und den Pokal nach Hause. Die Jugendmannschaft „Tendu“, trainiert von Aylin Diktas, erkämpfte sich durch ihren ausdrucksstarken Tanz mit 13,699 Punkten den dritten Platz und erhielt ihren ersten Pokal.

Beide Mannschaften freuen sich nun schon auf die Bayerische Meisterschaft in diesem Jahr und trainieren weiterhin fleißig an ihrer neuen Choreographie.

Monika Dühring/ Sabrina Schweiger/ Aylin Diktas



Développé



Développé und Tendu

### Sportlerehrung des Turngaues Amper-Würm

Am Sonntag den 02.02.2014 waren die Gruppen Arabesque, Développé und Tendu zur Sportlerehrung für das Jahr 2013 in Krailling eingeladen. Die Gruppen wurden für besondere Leistungen an verschiedenen Wettkämpfen auf Landesebene (Platz 1 bis 3) geehrt. Wir bekamen alle eine Urkunde und ein leckeres Mittagessen. Alle Anwesenden hatten sehr viel Spaß bei der Sportlerehrung.

Sarah Obermaier



Tendu in Germering

### Gymnastik Worldcup

Ein stimmungsgelandenes Wochenende erlebten die drei erwachsenen Gymnastik und Tanz Gruppen beim Gymnastik-Weltcup vom 22.-23. März 2014 in Stuttgart. Dort konnten die Berger Damen beeindruckende Vorstellungen der RSG-Weltspitze genießen. Die Veranstaltung bildete die Generalprobe für die Gymnastik-WM im September 2015 in Stuttgart, deren Besuch schon fest eingeplant ist.

Annette Reisländer



## Taekwon-Do

### Gürtelprüfung der Taekwon-Do-Schüler

Am 25. Februar 2014 konnten die Taekwon-Do-Schüler von Stefan Rudolf wieder Prüfungen bei Großmeister Jürgen Englerth ablegen. Leider war die Truppe diesmal krankheits- und verletzungsbedingt dezimiert, aber alle angetretenen Kandidaten des MTV bestanden die Prüfung.

Bei den Kindern legte Sebastian Rimbu die Prüfung zum 8. Kup (Gelb) mit „Stern“ ab, Leon Schwenski

zum 7. (Gelb-Grün), und Lele Knötig zum 7. Kup mit Stern. Marina und Kevin Haller, Vroni Scheuermann und Matthias Scheller traten bei den Erwachsenen an und legten mit Erfolg die Prüfung zum 7. Kup ab. Das reguläre Training findet montags von 17:30 bis 19:00 Uhr statt, in der Turnhalle der Montessori-Schule in Biberkor. Neugierige sind herzlich willkommen. Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren können jederzeit ins Training einsteigen.

Stefan Rudolf

### NEU: Selbstverteidigungskurs- jetzt anmelden!

Am **Samstag den 10.05.2014** bietet die Sparte Taekwon-Do des MTV Berg erstmals einen eigenen Selbstverteidigungslehrgang an. Er ist speziell für Anfänger ohne Vorkenntnisse angelegt, vor allem für Frauen und junge Mädchen (ab 13 Jahre). Vermittelt werden einfache Grundlagen und Techniken zum Selbstschutz, zur Abgrenzung und Selbstverteidigung, die keine große Athletik erfordern, jedoch schon recht effektiv sind und Spaß machen. Auch Teilnehmer mit Vorkenntnissen – egal welcher Disziplin – sind natürlich gerne gesehen.

Der Lehrgang findet in der Turnhalle der Oskar-Maria-Graf-Grundschule von **10:00 bis 15:00 Uhr** mit Mittagspause statt. Mitzubringen sind einfache, bequeme Kleidung und Verpflegung. Mindestteilnehmerzahl sind 8 Teilnehmer, maximal 24. Die Teilnahmegebühr beträgt 25,00 €, MTV-Mitglieder sind frei. Anmeldung und Reservierung telefonisch bei Stefan Rudolf, Tel. 085151-16819. Teilnahmegebühr bitte vorab bezahlen in bar oder auf Kto.Nr. 400 814 385 bei der Raiffeisenbank Aufkirchen BLZ 701 693 31. Anmeldeschluss ist der 25.04.2014

Stefan Rudolf

## Yoga für Kids

In dieser Stunde geht es ganz gemischt zu. Da werden zwischen Spielen, Atemübungen und Fantasiereisen auch mal kleine Rederunden geführt.

In jeder Stunde gibt es ein neues Abenteuer zu entdecken, das eine Mal machen wir einen Ausflug zu den Olympischen Spielen und entdecken die verschiedenen Disziplinen und beim nächsten Mal erkunden wir die Farbenwelt, wie bunt unsere Erde doch eigentlich ist und wie uns jede Farbe ein anderes Gefühl schenken kann.

Und nachdem die Kinder die Farben so sehr lieben, haben wir unser eigenes kleines Farbspiel entwickelt, bei dem jede Farbe ihre eigene Position (Übung) hat. Dabei wird der magische Farball geworfen, der in allen sieben Regenbogenfarben leuchtet, und gefangen. Die Farbe, die nun nach oben zeigt, gibt an, welche Position die Kinder nun machen.

Und wer uns in all unseren Stunden begleitet ist der kleine Yogi, der uns mit flotter Kinderyogamusik den

Sonnengruß, den Mondgruß und noch vieles mehr beibringt.

Möchtest du auch einmal Yoga ausprobieren, dann komm doch vorbei – immer Donnerstag von 19:00 – 20:00 Uhr im Pfarrsaal Aufkirchen! Melanie Bremm



**Rückblick: Turngala 2013 am 07.12.2013**


Barren



Coupé



Chainé



Schwebebalken



Plié



Arabesque

Die Turnabteilung hatte für die Turngala, die am 07.12.2013 in der Turnhalle der Montessori-Schule Biberkorn stattfand, ein ansprechendes Showprogramm zusammengestellt. Die verschiedensten Darbietungen aus den Bereichen Gerätturnen, Kinderturnen, Gymnastik und Tanz, aber auch Taekwon-Do und Trampolinturnen, boten den zahlreichen Zuschauern jede Menge Spaß und Abwechslung. Besonders gut kam auch wieder der gemeinschaftliche Clubtanz aller Teilnehmer an. Wie jedes Jahr besuchte auch der Nikolaus die Veranstaltung und überreichte den ca. 150 fleißigen Turnkindern reich gefüllte Tüten.

Monika Dühring



Taekwon-Do



Développé



Tendu



Ringe



Trampolin



Gerätturnen weiblich



Eltern-Kind-Turnen

„Hallo Flieger“



KiTu 5-8 Jahre



Zwergerturnen



Attitude



Clubtanz



Der Nikolaus ist da.

## Sport für Erwachsene

### Fun Day 12.10.2013

Begeisterte Gesichter verrieten einen gelungenen FunDay auf höchstem Niveau!

Morgens um 10 Uhr begannen wir mit Yoga. Melanie Bremm stimmte uns durch Atemübungen auf den Tag ein und so konnten wir alle Alltagsgedanken hinter uns lassen und mit viel Motivation in die nächste Stunde gehen. Marion Sigel hatte für uns eine Mischung aus Krafttraining und Step vorbereitet, in welcher wir ganz schön zum Schwitzen kamen. Das Schwitzen gipfelte dann gekoppelt mit guter Laune, Hüftschwung und Stimmung in 45 min Latino Aerobic mit einer mitreißenden Choreographie von Elisabeth Flögel.

Die anschließende Mittagspause hatten wir uns redlich verdient und konnten gestärkt von Kaffee und Kuchen in den bevorstehenden Nachmittag starten.

Dieser hielt gleich zu Beginn eine Kräfte zehrenden

und stärkenden Einheit mit Physiobändern für uns bereit. Heidi Sewald hat uns gar nicht erst in das berühmte „Nachmittagsessentief“ fallen lassen und uns wieder munter gemacht. Nachdem wir in dieser Stunde nun bereits gut aufgewärmt waren, konnten wir in der darauffolgenden Jazztanzstunde gleich mit einem leichten Stretching beginnen, bevor wir mit Angelika Flögel eine recht anspruchsvolle und gefühlvolle Choreographie auf das Lied „Cristallize“ erlernten. Daran schloss sich der Workshop „Pilates“ an, geleitet von Elisabeth Flögel. In dieser Stunde konnten wir erkennen, dass es in unserem Inneren noch ganz andere Muskelgruppen gibt, von deren Existenz bisher keiner eine Ahnung hatte. Zum Schluss heizte uns Steffi Streitberger mit einer Portion Zumba nochmal ordentlich ein. Um 17.30 Uhr konnten wir zwar erledigt aber auch gelockert und fröhlich den Tag beenden.

Angelika Flögel

### Fortsetzung der Kurse: Herz-Kreislauftraining

Mit diesem Training werden das Herz-Kreislauf-System insbesondere die aerobe Ausdauer, Koordination und Konzentration geschult. Ein wesentlicher Bestandteil ist die erhöhte Fettverbrennung, begleitet mit guter Stimmung und heißen Rhythmen. (Dienstags, 09:00-09:45 Uhr, Pfarrsaal Aufkirchen)

**Pilates-Basics 1** (Dienstags, 10:00-11:00 Uhr, Pfarrsaal Aufkirchen) Diese Übungen bauen auf den Grundlagenkurs Pilates-Basics auf. Pilates verschafft ein



Pilates im Pfarrsaal



Abschiedsfeier bei der Wirbelsäulengymnastik

neues Körpergefühl. Beim Ausführen der Übungen werden Sie vielleicht das erste Mal feststellen, in Ihrem Körper angekommen zu sein. Bei den Übungen steht die Qualität der Ausführungen im Vordergrund. Die Pilates-Technik beginnt mit der richtigen Haltung und Atmung.

Elisabeth Flögel



Beim Weißwurst-Essen



## Fasching 2014

### Pfarrfasching



Am Samstag den 01.03.2014 fand im Pfarrsaal der alljährliche Pfarrfasching statt. Mit Liveband, Bar und - natürlich - ein paar Showeinlagen. Der Showtanz der Jazztanzgruppe "Show me how you burlesque", einstudiert von Angelika Flögel, kam sehr gut an, genauso wie ein weiterer



Jazztanzgruppe

Die Männer



Auftritt einer Männergruppe (Choreografie und Einstudierung: Elisabeth Flögel), zum Motto passend als Hawaii mädchen verkleidet. Angelika Flögel

### Es lebe der Sport - Olympia in Berg!

hiieß es am 22. Februar 2014 bei unserem Kinderfasching.

Mit über 200 Gästen wurde die Reise nach Sotschi, Zeitungstanz und vieles mehr gespielt, sogar die Eltern haben beim traditionellen Mohrenkopf-Essen mitgemacht.

Bei der aufregenden Maskenprämierung haben toll kostümierte Kinder teilgenommen. Unter den ersten 3 Plätzen waren Pippi-Langstrumpf, eine junge chinesische Dame und ein Baseballspieler. Unsere zwei jüngsten Tanzgruppen - Coupé und



Coupé

Beim Fasching

Chainé - haben mit ihrer Showtanzeinlage, welche extra für den Fasching einstudiert wurden, für super Stimmung gesorgt. Miriam und Simone, Jugendwart

## Eltern-Kind-Turnen und Zwergerlturnen

### Faschingsturnen bei der Zwergerl- und Eltern-Kind-Turngruppe

Auch dieses Jahr wurde wieder Fasching in den Turnstunden der Zwergerl- und Eltern-Kind-Turngruppe ausgiebig gefeiert. Unsere Kleinsten haben sich mit vielen unterschiedlichen Größen an Bällen / Luftballons und Luftschlangen ausgetobt und den Kriechtunnel erfolgreich bewältigt. Als Dankeschön gab es eine Überraschungsurkunde fürs Faschingsturnen.

Die Kinder der Eltern-Kind-Gruppe durften diesmal ihr Können in verschiedenen Spielen unter Beweis stellen. Teppichfliesen schieben, Tennisringe werfen und fangen, Zeitungsball schießen, Hürdenspringen, Luftballonwiege, Rollbrettfahren, Bierdeckelschiebegang, Langbankbalancieren und der Kriechgang wurden auch mit Kostümen erfolgreich absolviert. Für diese tolle Leistung gab es neben

einer Urkunde, überreicht durch unseren Abteilungsleiter Benjamin Beilicke, auch die Faschingssüßigkeiten. Es waren in beiden Gruppen tolle Faschingsturnstunden. Ich lass mich überraschen, was für Kostüme nächstes Jahr kommen, auch gerne bei den anwesenden Eltern.

Manuela Krebs



Langbankbalancieren



Eltern-Kind-Turnen

## Kinderturnen

### Kinderturnen 5-8 Jahre

In den Kinderturnstunden sind wie immer alle ganz fleißig. Da werden Zirkeltrainings durchgeführt, um die Ausdauer, Kraft, Geschicklichkeit und das Gleichgewicht zu schulen. Dafür werden kleine Hindernisläufe aufgebaut und absolviert. Seilspringen wird mühevoll erlernt und den Trainern am Schluss vorgeführt.

Ebenso gibt es Übungen, die mit Partner trainiert werden. Diese sind nicht nur dazu da, um die Muskeln zu stärken, sondern auch um den Kindern zu zeigen, dass man aufeinander Rücksicht nimmt und sich dem Anderen anpassen muss.

Für die Schulungen des Gleichgewichts musste eine kleine Kür auf dem Schwebebalken erlernt werden. Aber auch beim Gleichgewicht gab es Partnerübungen zu absolvieren, wo man sich aufeinander abstimmen musste, da die Übungen sonst nicht funktioniert hätten.

Beim Training für Geschicklichkeit wurden verschiedene Hüpfvariationen erlernt, die man im Spiel „Himmel und Hölle“ umsetzen musste. Ebenso war das Zielen auf unterschiedlich weit entfernte Kästen und Reifen gefragt.

Was aber bei keinem dieser Übungen fehlen darf, ist der Spaß und den bringen die Kinder und TraineeInnen jede Woche aufs Neue mit. Und genauso wichtig für die Kinder sind die Spiele am Anfang und



Stangenklettern



Stolze Urkundeninhaber

am Ende der Stunde, die die Kinder über alles lieben.

Und wenn man sich so viel angestrengt und sein Können zum Besten gegeben hat, wird man natürlich auch belohnt. Mit einer Urkunde! Melanie Bremm

## Skiausflug 2014

Am Samstag, den 22.02.2014 fuhr der MTV Berg wieder traditionell mit Freunden und Mitgliedern zum Skifahren.

Zu früher Morgenstunde, um 6:30 Uhr füllte sich der Schulparkplatz der Oskar Maria Graf Schule mit Autos, aus denen erwartungsvoll die Wintersportbegeisterte Meute in den Darchingener Bus einstieg. Leider blieben krankheitsbedingt ein paar Plätze leer und der Bus verfehlte seinen pünktlichen Start durch die späte Ankunft eines Angemeldeten (verschlafen...). Zügig fuhren wir über die Salzburger- und Inntalautobahn, bei leider verdächtig bedecktem Himmel, zur Talstation nach Söll. Dort wurden schnell die Skipässe verteilt und wir starteten bei einsetzendem Schneefall in das riesengroße Ski-



Ein gemütlicher Einkehrschwung

biet. Um 13:00 Uhr traf sich die gesamte Gesellschaft an den eigens für den MTV reservierten Tischen in der gemütlichen Stube der Stoagrubenhütte.

Draußen herrschte starker Schneefall, dementsprechend zünftig gings in der Hütte zu! Als gegen 14:30 Uhr die Wolken aufrissen und die Sonne zum Vorschein kam, nutzten wir die Gelegenheit noch ein paar geschmeidige Schwünge im glitzernden Neuschnee zu ziehen. Nachdem der Durst beim Après-Ski gestillt wurde, fuhren wir fröhlich in Richtung Heimat, die wir um 18:30 Uhr erreichten. Ich freue mich aufs kommende Jahr bei mehr Schnee und schönem Wetter! Benjamin Beilicke



### Neue Trainer-Assistenten (Jan./Feb. 2014)

Beim Trainer-Assistenten-Lehrgang haben wir nicht nur gelernt, unsere kleinen Mitturner zu unterstützen, sondern auch andere Sportarten kennengelernt. Es war sehr interessant und es wurde alles vom Trainer in Krailing sehr gut erklärt. Zum Schluss haben wir verschiedene Spiele kennengelernt, die man mit jüngeren Turnern spielen kann. Ben Heckmann, Paolo Schraudenbach, Daniel Ross



v.l. Sarah Obermeier, Ben Heckmann, Daniel Ross, Paolo Schraudenbach und Jana Flögel

#### Ausbildungen / Fortbildungen

*Bayerischer Sportkongress:* Manuela Krebs

*Trainer-Assistenz-Lehrgang:* Jana Flögel, Ben Heckmann, Sarah Obermeier, Daniel Ross, Paolo Schraudenbach  
*BTV Special: Massieren kann jeder:* Heidi Sewald  
*Pilates B + K Modul:* Elisabeth Flögel

*Basismodul Breitensport* (Theorieteil für die Übungsleiterausbildung:

Sebastian Bremm, Katharina Stadler, Lisa Urban

#### Kampfrichtereinsätze:

*22. Gymnastik & Tanz/ Dance Treff:* Aylin Diktas, Monika Dühning, Miriam Kreisl, Christine Maier, Simone Schwarz, Sabrina Schweiger, Heidi Sigel

*Gerätturnen (Bayernpokal):* Matthias Becker, Ferdl Ullrich

### Termine ab Mai 2014

09.05.	MTV Jahreshauptversammlung (N.N.)
24.05.	MTV-Freizeit-Ausflug (Allgäu)
18.05.	2. Runde Gau-Rundenwettkämpfe (m.) Gerätturnen, Turngau Amper-Würm „Bayern-Pokal“ (Starnberg)
28.05.-01.06.	Badisches / Schwäbisches Landesturnfest (Freiburg im Breisgau)
30.05.-01.06.	3. Bayerisches Kinderturnfest (Schweinfurt)
04.06.	MTV-Radltour (N.N.) (Ausweichtermin 11.06.)
19.07.	Gaukinderturnfest Turngau Amper-Würm (Dießen / A.)
26./27.07	20. Bayerische Meisterschaft Gymnastik und Tanz, 21. Dance Cup (Lauf bei Nürnberg)
Juli	62. Lautersee-Bergsportfest (Lautersee / Mittenwald)
Juli	Bergwanderung (N.N.)
Sept./Okt.	MTV-Freizeit-Ausflug (N.N.)
03.10.-05.10.	Deutsche Meisterschaft Gymnastik und Tanz & Dance (Haslach)
11.10.	3. Runde Gau-Rundenwettkämpfe (m) Gerätturnen, Turngau Amper-Würm „Bayern-Pokal“ (Moorenweis)
11.-12.10.	Gymnastival (Schrobenhausen)
22./23.11.	Gruppen-/Pokalwettkampf Gymnastik und Tanz & Dance (N.N.)/ Dance´n more (N.N.)
29.11.	Turngala (45. Nikolausfeier) zum Nikolaus (Biberkor, Dreifachturnhalle)29.12.
07. oder 14.12.	Gaumeisterschaften Gerätturnen (w/m) Turngau Amper-Würm (Unterpfaffenhofen-Germering)

# Stundenplan ab Sept. 2013

Kinder- und Gerätturnen, Taekwon-Do, Trampolin	Alter	Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Tel.
	1-3	Zwergerturnen	Fr	10:00-11:30	Pfarrheim Aufkirchen	Manuela Krebs	08151-959966
	3-5	Eltern-Kind-Turnen	Do	15:30-17:00	TH Aufkirchen	Manuela Krebs	08151-959966
	5-8	Kinderturnen	Di	17:00-18:30	TH Aufkirchen	Katharina Stadler, Sabine Öchsel, Toni Nöbauer	0173-4249220
	5-8	Kinderturnen	Do	17:15-18:45	TH Aufkirchen	Melanie Bremm, Sebastian Bremm, Lisa Urban	08151-50498
	ab 7*	Taekwon-Do*	Mo	17:30-19:00	TH Biberkor	Stefan Rudolf	08151-16819
	ab 8	Yoga Kids/Teenies	Do	19:00-20:00	Pfarrheim Aufkirchen	Melanie Bremm	08151-50498
	7-12	Gerätturnen, männlich	Di+ Do	17:30-19:00 17:30-19:30	TH Biberkor	Gerhard Buchmann, Matthias Becker	08151-970664
	7-12	Gerätturnen, weiblich	Do	17:30-19:30	TH Biberkor	Matthias Wölper, Julia Langmeier, Jana Flögel, Marlene Keppner	08151-50358
	13-16	Gerätturnen, männlich	Di+ Do	19:00-20:30 17:30-19:30	TH Biberkor	Gerhard Buchmann, Matthias Becker	08151-970664
	13-16	Gerätturnen, weiblich	Di+ Do	19:00-20:30 17:30-19:30	TH Biberkor TH Aufkirchen	Gerhard Buchmann Matthias Wölper, Julia Langmeier, Jana Flögel, Marlene Keppner	08151-970664
10-16	Trampolinturnen	Di	19:00-20:30	TH Biberkor	Matthias Wölper	08151-50358	
ab 16*	Allgemeines Gerätturnen (m/w)*	Di + Do	20:00-21:30 20:00-22:00	TH Biberkor TH Aufkirchen	Gerhard Buchmann	08151-970664	

Gymnastik & Tanz (Wettkampfteilnahme)	Jahrgang		Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Tel.
	2005-07	Coupé (Kinder)	Di	17:00-18:00	TH FSV-Höhenrain	Stefanie Scholz, Christina Haas	08151-50945
	2002-04	Chainé (Kinder)	Fr	15:00-16:30	TH Aufkirchen	Andrea Kornhas, Kathrin Suttner	08151-9719760
	2000/01	Plié (Jugend)	Mi + Fr	17:00-18:30 16:30-18:30	TH Aufkirchen	Christine Maier	08151-4462711
	1998-2000	Tendu (Jugend)	Mo + Fr	18:00-20:00 15:00-17:00	TH Aufkirchen TH Biberkor	Aylin Diktas	0151-43133006
	1992-1997	Développé (Erwachsene)	Fr + So	17:00-19:00 16:15-18:30	TH Biberkor TH Aufkirchen	Sabrina Schweiger	08151-953383
	ab 1993	Arabesque (Erwachsene)	Mi+ So	18:30-20:30 17:00-18:45	TH Aufkirchen TH Biberkor	Annette Reisländer	0173-3886078
ab 1993	Attitude (Erwachsene)	Mi + So	20:00-22:00 18:45-21:00	TH Aufkirchen TH Biberkor	Annette Reisländer	0173-3886078	

Für Erwachsene		Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Tel.
	Jazztanz	Mo	20:00-21:30	TH Aufkirchen	Angelika Flögel	08151-979383
	Kondition und Koordination**	Di	09:00-09:45	Pfarrsaal Aufkirchen	Elisabeth Flögel	08151-95548
	Pilates**	Di	10:00-11:00	Pfarrsaal Aufkirchen	Elisabeth Flögel	08151-95548
	Konditions- und Skigymnastik	Di	18:30-19:30	TH Aufkirchen	Marion Sigel	0172-9982982
	Aktiv bleiben	Do	19:00-20:00	TH Aufkirchen	Heidi Sewald	0176-68186775
	Latino-Aerobic	Do	20:00-21:00	Pfarrheim Aufkirchen	Elisabeth Flögel	08151-95548
Yoga	Fr	18:30-20:00	Pfarrheim Aufkirchen	Melanie Bremm	08151-50498	

\*Allgemeines Gerätturnen und Taekwon-Do ist auch für Erwachsene geeignet \*\*Präventionsangebot