



Budo
Unser Programm

S.16-21

Tennis
Rückblick &Vorschau

S.43-45

Volleyball
Rückblick

S.50-51

INTERNATIONAL VON SÜDAMERIKA ÜBER ASIEN ZUM SVN

S.8-10

BASKETBALL BEIM SVN

Alle Infos auf
www.svn-muenchen.de/basketball

Du liebst Basketball und möchtest aktiv die Zukunft unserer Abteilung gestalten? Dann bist du bei uns genau richtig!

Als Abteilungsleitung Basketball übernimmst du eine zentrale Rolle: Du koordinierst den Trainings- und Spielbetrieb, unterstützt unsere Trainer*innen und Mannschaften, entwickelst neue Ideen für den Vereinsalltag und bist Ansprechperson für Mitglieder, Eltern und Verbände. Auch andere Teamplayer wie Trainer oder Betreuer werden bei uns gebraucht!

Melde dich gerne mit deiner Bewerbung bei uns per E-Mail an info@svn-muenchen.de



Inhalt

Vorstand	4
Bericht Delegiertenversammlung	5
Vorstellung Dualer Student	6
Aktuelles	7
International von Südamerika über Asien zum SVN	8 - 10
JugendAktiv 2025	11
Kindersportschule	12 - 15
Budo	16 - 21
Fitness	22 - 24
Unsere Vereinsgaststätten	25
Abteilungsübersicht / Karte / Trainingstage	27 - 30
Newsletter / Social Media / Wir suchen: BFD	31
Fußball	32 - 33
Gymnastik	34 - 36
Handball	37 - 39
Klettern / Bouldern	40 - 41
Leichtathletik	42
Tennis	43 - 45
Tischtennis	46 - 47
Turnen / Ballett	48
Taekwondo	49
Volleyball	50 - 51
Tabellenergebnisse / Termine	52 - 54
Vorstand / Mitarbeiter / Impressum	55



Vorstand

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde!

Unser neues Heft bietet wieder viele Einblicke in das sportliche Angebot unseres Sportvereins.

Das Titelbild zeigt das Trainerteam der Kindersportschule – eine internationale Mischung motivierter Mitarbeiter*innen, wobei wir sogar Bundesfreiwilligendienstleistende (BFD) aus Asien und Südamerika haben. Unsere drei BFD´ler stellen sich in diesem Heft auch vor. Der BFD ist eine Möglichkeit, sich beruflich zu orientieren und quasi auch ehrenamtlich in einem Sportverein einzubringen.

Wir würden uns als Vorstand des Vereins freuen, wenn wir wieder mehr Ehrenamtliche im Verein zur Unterstützung der sportlichen und auch organisatorischen Tätigkeiten haben könnten. Dazu folgen noch Aufrufe hier im Heft.

Auch dieses Jahr hat mit sportlichen Highlights begonnen: Die Handballweltmeisterschaft in der Halle ist wieder an Dänemark gegangen. Die deutsche Mannschaft ist Vizemeister geworden. Es waren super Spiele, die man sich anschauen konnte. Das bringt wieder einige Kinder dazu, auch bei uns Handball spielen zu wollen, aber ohne Übungsleiter können wir die Angebote nicht ausbauen.

Im Wintersport ist unser Verein nicht mit Angeboten vertreten, aber auch hier begeistert die Winterolympiade und man kann sich über die Erfolge der deutschen Sportler freuen.

Hinweisen möchte ich auf den gesonderten Bericht zur Delegiertenversammlung, die im letzten November stattgefunden hat. Es gab Vorstandswahlen und Beschlüsse zu den Mitgliedsbeiträgen.

Auch unsere Leistungsshow der Kinder und Jugendlichen „JugendAktiv“ fand wieder in unserer eigenen Sporthalle statt. Die Vorführungen begeisterten unsere Besucher*innen. Die Tribüne war komplett voll. An dieser Stelle möchte ich schon darauf hinweisen, dass wir uns entscheiden mussten, den Hallenboden



vorzeitig komplett zu sanieren. Dies wird dieses Jahr in der Sommerpause geschehen. Die Beispielbarkeit, besonders für Ligaspiele, aber auch für Rhönrad u.a., ist nicht mehr wie vorgeschrieben auf Dauer möglich.

Im Namen des Vorstands wünsche ich Euch allen einen sportlichen Frühling und Sommer.

Euer Kurt Damaschke

DRUCK-Kultur
Druckerei und Lettershop

DRUCK-Kultur GmbH
Druckerei und Lettershop
Osterfeldstr. 90 • 85737 Ismaning

Offsetdruck • Digitaldruck • Lettershop
Hochzeitseinladungen • Trauerkarten • Urkunden
Aufkleber • Visitenkarten • Briefpapiere • Plakate

089 / 68 99 80-0
info@druck-kultur.de
www.druck-kultur.de

Bericht Delegiertenversammlung 2025

Die Delegiertenversammlung des SVN fand am 20. November 2025 im SVN-Sportpark statt. Anwesend waren 61 von insgesamt 80 stimmberechtigten Delegierten, was die Beschlussfähigkeit sicherte. Nach der Begrüßung und dem Gedenken an die Verstorbenen folgten Berichte des Vorstands und Diskussionen dazu. Von Bedeutung waren anschließend die turnusmäßigen Neuwahlen des Vorstands und die Anträge zu den Mitgliedsbeiträgen und die Finanzierung der eigenen Sportanlagen (Unterhalt und Sanierungen).

Wahlen: Der Vorstand wurde fast unverändert wiedergewählt. Der 1. Vorsitzende Kurt Damaschke wurde in geheimer Wahl mit großer Mehrheit wiedergewählt. Die weiteren Positionen wurden per Akklamation gewählt: 2. Vorsitzender Walther Huynh, 3. Vorsitzender Daniel Süß, vorher Beisitzer – Erik Wiedemann kandidierte nicht mehr, 4. Vorsitzender Fridolin Aumer. Schatzmeister wurde Karl Schenk und Kassierer Gerhard Hobbach. Leider fand sich wieder niemand, der für die Position Schriftführung kandidieren wollte.

Der **Vorstandsbericht**, präsentiert von Kurt Damaschke, beleuchtete die Herausforderungen des Vereins im vergangenen Jahr und auch für die kommende Zeit. Wiederholt wies er auf die ständig steigenden Unterhaltskosten für die Vereinssportanlagen hin. Seit den Corona-Jahren und den Folgen des Ukraine-Krieges auf die Wirtschaftslage in Deutschland sind die Preise praktisch für alles gestiegen. Zusätzlich steigen praktisch seit zwei Jahren die öffentlichen Fördermittel des Freistaats Bayern und der Landeshauptstadt München nicht mehr.

Die Folge ist, dass unser Sportverein zum einen die **Mitgliedsbeiträge** nach einem Jahr Pause wieder leicht um 2 Euro je Mitglied anheben musste. Der entsprechende Antrag wurde auf der Delegiertenversammlung mit großer Mehrheit beschlossen. Es erging auch die große Bitte an die Abteilungen, sehr wirtschaftlich und sparsam mit den Abteilungsmitteln umzugehen. Abgesehen davon hält der Vorstand es für prioritär, die Attraktivität der Sportangebote des Vereins zu steigern, um mehr Mitglieder gewinnen zu können.

Die **Mitgliederzahl** hat sich im vergangenen Jahr nicht weiter erhöht. Wir rechnen aber für das Frühjahr mit leichten Steigerungen auf 5.500 Mitgliedern im Jahreschnitt. Bemerkenswert ist der Kinder- und Jugendanteil von rund 44 %. Dringend benötigt wird ein Jugendleiter für den Gesamtverein, um die Interessen der Kinder- und Jugendlichen im Verein stärker vertreten zu sehen.

Sehr positiv entwickelt sich weiterhin unser **Fitness- und Wellnessbereich**. Hier hatten wir auch in 2025 in Geräte investiert und wir haben eine Komplettsa-

nierung der Sanitär- und Duschbereiche vornehmen müssen.

Erforderliche Groß-Sanierungen: Im letzten Jahr wurde schon angesprochen, dass die **Tennisplätze** in die Jahre gekommen sind und nach über 40 Jahren eine Großsanierung zumindest für die Plätze 1-7 dringend erforderlich sein wird. Auch im letzten Jahr angesprochen wurden die Probleme mit dem Hallenboden – gutachterliche Untersuchungen belegen leider, dass der **Hallenboden** komplett ausgetauscht werden muss. Dafür wird eine überaus hohe Summe aufzuwenden sein. Weitere kleinere Sanierungen stehen ebenfalls an. Wir erwarten für das Jahr 2027, dass das alte **Vereinsheim** von der Stadt saniert sein wird, so dass wir in diesem Gebäude für eine entsprechende Infrastruktur sorgen müssen (Bestuhlung, Veranstaltungstechnik, Küchenausstattung u.a.). Wir wollen dort wieder Sitzungen und Feiern der Abteilungen abhalten können.

Um die zukünftigen Maßnahmen für den **Erhalt der Sporteinrichtungen und den laufenden Unterhalt** besser meistern zu können, hat der Vorstand an die Versammlung den **Antrag** gestellt, die **Finanzaufteilung** zwischen Abteilungen und Hauptverein von 50 zu 50 auf 60 zu 40 zugunsten des Hauptvereins zu ändern. Nach ausführlicher Diskussion wurden dem Antrag des Vorstands zugestimmt.

Hervorgehoben wurde auch, dass dringend für einzelne Sportarten **Übungsleiter*innen** gesucht werden. Der zweite Engpass für weitere Sportgruppen ist die Vergabep Praxis des Bildungsreferats für die Sporthallen. Hier gab es bereits Gespräche mit dem Sportamt, aber leider nicht erfolgreich. Hier stehen weitere Gespräche an, um für die neuen Sportgruppen auch Hallenzeiten zu bekommen.

Abschließend wurde noch ein ausdrücklicher Dank für ihre Tätigkeit im Verein an alle ehrenamtlichen Helfer*innen sowie Mitarbeiter*innen ausgesprochen.



Kurt Damaschke
1. Vorsitzender

Vorstellung

Leo Skrbic

Hallo an alle Mitglieder,

Mein Name ist Leo Skrbic und ich bin dualer Student beim SVN München. Schon seit meinen Kinderjahren spielt Sport eine große Rolle in meinem Leben. Ich habe viele Jahre aktiv Fußball trainiert und bin auch in meiner Freizeit sehr sportlich unterwegs, unter anderem mit Basketball, Volleyball und regelmäßigem Training im Fitnessstudio.

Durch diese langjährige Begeisterung für Sport war für mich früh klar, dass ich später gerne in dieser Branche arbeiten möchte. Deshalb habe ich gezielt nach einer Möglichkeit gesucht, ein Studium mit dem Sportbereich zu verbinden. Das duale Studium bietet mir genau diese Kombination aus theoretischem Wissen und praktischer Erfahrung und motiviert mich, mich fachlich wie auch persönlich weiterzuentwickeln.



Wir suchen dich als Teil des Vorstandes

Der SVN München e.V. sucht Verstärkung für sein engagiertes Vorstandsteam – und vielleicht bist genau du die richtige Person dafür!

Als großer und lebendiger Sportverein möchten wir auch in Zukunft in Bewegung bleiben und suchen deshalb motivierte Mitglieder, die Lust haben, unsere Gemeinschaft aktiv mitzugestalten. Konkret möchten wir die Positionen Schriftführer*in und Vereinsjugendleiter*in neu besetzen. Außerdem freuen wir uns über Unterstützung durch einen Datenschutzbeauftragten.

Als Schriftführer*in bist du die verlässliche Stimme im Hintergrund: Du hältst wichtige Momente für die Chronik fest, führst Protokolle und sorgst dafür, dass unsere organisatorischen Abläufe rund laufen.

In der Funktion der Vereinsjugendleitung bist du mitten im sportlichen Geschehen – du begleitest unsere Kinder und Jugendlichen, koordinierst spannende Aktionen und vertrittst ihre Interessen im Vorstand. Dabei arbeitest du eng mit Abteilungsjugendleitungen, Trainerinnen, Eltern und unseren Jugendteams zusammen.

Für die Rolle als Datenschutzbeauftragten suchen wir jemanden, der oder die uns in rechtlichen Fragen rund um das Thema Datenschutz unterstützt und sicherstellt, dass wir im Vereinsalltag auf der sicheren Seite stehen.

Alle drei Ämter bieten die Chance, Teil eines aktiven, freundlichen Teams zu werden und die Zukunft unseres Vereins mit Energie, Herz und Teamgeist zu gestalten.

Wenn du Freude an Sport, Gemeinschaft und Ehrenamt hast und dich für eine dieser Aufgaben begeistern kannst, melde dich gerne bei uns unter

info@svn-muenchen.de.

Wir freuen uns auf dich – denn gemeinsam bewegen wir mehr!

Eure Vorstand des SVN München e.V.

Aktuelles

Unser Verein präsentiert sich dieses Jahr wieder auf zahlreichen Veranstaltungen, auch nutzen Veranstalter unseren modernen Sportpark für ihre Großveranstaltungen, und es sind ein paar interne Veranstaltungen geplant.



Tennis: LK- und Midcourt-Turniere

- 25.04.2026: LK Turnier
- 24.05.2026: LK Turnier
- 05.06 - 07.06.2026: DTB-Junior-Cup U10-U18
- 25.07.2026: LK Turnier
- 01.08.2026: Midcourt-Turnier
- 20.09.2026: Clubmeisterschaft
- 26.09.2026: LK Turnier
- 04.10.2026: LK Turnier



Tennis: Sichtungen für Kinder

- 18.04.2026: 1.Sichtung
- 16.05.2026: 2.Sichtung
- 13.06.2026: 3.Sichtung
- 25.07.2026: 4.Sichtung
- 26.09.2026: 5.Sichtung



FerienAktivCamps

Unsere Kindersportschule veranstaltet auch dieses Jahr wieder die beliebten FerienAktivCamps! In der erste Osterwoche, der ersten Pfingstwoche, drei Sommerferienwochen und in den Herbstferien finden von 09:00 bis 16:00 Uhr zahlreiche Abenteuer und Spiele statt. Genauere Informationen findet Ihr unter www-muenchen.de/svn-muenchen/ferienbetreuung/



Gesundheitstag Neuperlach

Der diesjährige Gesundheitstag findet am 17.04.2026 statt. Wir werden im Wohnring wieder dabei sein!



Tischtennis 2er-Mannschafts-Turnier

Die Tischtennisabteilung richtet vom 10.04.2026 bis 12.04.2026 ein 2er-Mannschafts-Turnier in drei Leistungsklassen in der Halle der Grundschule am Karl-Marx-Ring aus. Anmeldung über mytischtennis.de.

INTERNATIONAL – VON SÜD-AMERIKA ÜBER ASIEN ZUM SVN

Der Bundesfreiwilligendienst (BFD) im Sport bietet Menschen jeden Alters die Möglichkeit, sich aktiv in der Vereins- und Jugendarbeit zu engagieren und gleichzeitig wertvolle persönliche Erfahrungen zu sammeln. Besonders Sportvereine wie der SVN München e.V. profitieren davon, dass Freiwillige das tägliche Vereinsleben unterstützen – sei es in Trainingsgruppen, bei sportlichen Veranstaltungen oder in der allgemeinen Organisation. Ein Einsatz im Sportbereich umfasst häufig die Mitarbeit im Übungsbetrieb, die Betreuung von Kindern und Jugendlichen oder die Unterstützung von Kurs- und Bewegungsangeboten. Dadurch wird der BFD zu einer wichtigen Säule zur Förderung des Breitensports und des gesellschaftlichen Miteinanders.

Bundesfreiwilligendienstleistende unterstützen den SVN München e.V. bereits seit mehreren Jahren. Neben der Unterstützung des Sportbetriebes innerhalb der Kindersportschule sind unsere BFDler eine große Unterstützung in der Verwaltung. Bei der Kindersportschule sind unsere Freiwilligen nicht nur Unterstützung für unsere Trainer, sondern können nach Erhalt der Übungsleiterlizenz auch eigene Kursstunden geben. Dadurch sind sie in der Organisation und Durchführung ein wichtiger Bestandteil der Kindersportschule. In der Geschäftsstelle unterstützen sie die Verwaltung in Bereichen wie der Rezeption oder der Mitgliederverwaltung.

Dieses Jahr sind unsere Bundesfreiwilligendienstleistende aus alle Ecken der Welt. Andres ist den weiten Weg aus Kolumbien nach Deutschland gekommen, um nach seinem Au-Pair Jahr seinen Freiwilligendienst beim SVN München e.V. zu leisten. Jiya kommt nach ihrem abgeschlossenen Studium aus Indien zu uns.

Shuyi schaut sich mithilfe ihres Freiwilligendienstes im Sport um, damit sie ihren weiteren Werdegang nach der Schule planen kann. Im weiteren schildern die drei euch, welche Erfahrungen sie bisher beim SVN gemacht haben und stellen sich kurz vor.



Vorstellung Andres

Mein Name ist Andres Felipe Hernandez, ich bin 26 Jahre alt und komme aus Medellín, Kolumbien. Ich bin ein sehr aktiver Mensch mit verschiedenen Hobbys, ich spiele derzeit Volleyball und Fußball. Ich arbeitete als Sanitäter in meinem Land und erwarb Kenntnisse und Arbeitserfahrungen, die mich als Fachmann prägten und mein Leben beeinflussten. Nach drei Jahren in Krankenwagen wollte ich aus meiner Komfortzone heraus und deshalb kam ich nach Deutschland, um neue Herausforderungen zu suchen. Während meines Freiwilligendienstes sammle ich neue Erfahrungen als Trainer mit Kindern, von ihnen lerne ich und teile Momente mit ihnen, in welchen sie ihre sportlichen Fähigkeiten entwickeln. Ich erlebe auch angenehme Momente mit der Arbeitsgruppe im Büro und verstehe durch diese Arbeit die Logistik innerhalb des



Steckbrief



Name: Andrés Felipe Hernández



Jahrgang: 1999



**Studium/Arbeit: Bundesfreiwilligendienst-
leistender (BFD)**



SVN-Bereich: KiSS-Helfer, Büroarbeit



Hobbies: Schwimmen, Lesen, kochen.



Lieblingsspiele: Volleyball und Fußball

Vereins und lerne das Angebot, welches wir unseren Mitgliedern anbieten kennen.

Erfahrungsbericht Shuyi

Innerhalb meines Bundesfreiwilligendienstes beim SVN München e.V. sammle ich viele wertvolle Erfahrungen, die sowohl meine persönliche Entwicklung als auch meine berufliche Orientierung fördern. Ich entschied mich bewusst für diese Tätigkeit, um mich persönlich weiterzuentwickeln und selbstständiger zu werden. Besonders die Arbeit in der Kindersportschule und die Tätigkeiten im Büro geben mir viele Einblicke auf den Arbeitsalltag und die Organisation im Sportverein.

Arbeit in der Kindersportschule

Hauptsächlich arbeite ich in der KiSS (Kindersportschule), die besonders vielfältig, spannend und lehrreich ist. Außerdem habe ich am Anfang des BFDs einen Übungsleiterschein gemacht, und bin deshalb auch als Trainerin in der KiSS tätig. Dadurch bekomme ich die Möglichkeit, mit Kindern im Alter von 3 bis 10 Jahren zu arbeiten und zahlreiche Sportarten sowie spielerische Sportstunden zu gestalten. Ziel unserer Arbeit ist es dabei nicht nur, grundlegende sportliche Fähigkeiten zu vermitteln, sondern vor allem die Freude an Bewegung zu fördern.

Persönlich bin ich begeistert davon, mit so vielen Kindern in Kontakt zu treten und ihnen etwas Neues beizubringen. Als FSJler und Bufdi heißt es nicht nur ein Trainer zu sein, sondern auch wie ein Vorbild zu agieren und Verantwortung zu übernehmen, wodurch sich meine pädagogischen und kommunikativen Fähigkeiten stetig weiterentwickeln.

Ich lerne, Anweisungen verständlich zu erklären, geduldig zu sein und auf die Kinder einzugehen. Besonders wichtig ist es dabei, jedes Kind individuell zu betrachten, da sie unterschiedliche Fähigkeiten, Interessen und ein eigenes Lerntempo mitbringen. Manche Kinder benötigen mehr Unterstützung und Ermutigung, während andere neue Herausforderungen suchen. Diese Unterschiede zu erkennen und darauf einzugehen, macht die Arbeit abwechslungsreich, anspruchsvoll und zugleich sehr lehrreich.

Arbeit im Büro

Neben der Arbeit in der Kindersportschule bin ich auch im Büro des SVN München e.V. tätig. Dort bekomme ich einen guten Einblick in die organisatorischen und administrativen Aufgaben eines Sportvereins. Diese Erfahrungen werden für mich besonders wertvoll, da ich vorher kaum Berührungspunkte mit Büroarbeit hatte. Zu meinen Aufgaben gehören unter anderem die Unterstützung bei der Mitgliederverwaltung, das Vorbereiten und Organisieren von Veranstaltungen sowie die Planung von Trainingseinheiten. Außerdem durfte ich bei verschiedenen Projekten mithelfen und an der Planung neuer Angebote für den Verein mitarbeiten. Dadurch habe ich gelernt, wie wichtig Organisation, Planung und Zusammenarbeit im Vereinsalltag sind. Die Arbeit im Büro ist sehr abwechslungsreich und hilft mir selbstständiger und verantwortungsbewusster zu arbeiten. So erlerne ich sorgfältig mit Daten umzugehen, Aufgaben strukturiert zu erledigen und mit anderen Vereinsmitgliedern zu kommunizieren. Diese Tätigkeiten haben mir einen realistischen Einblick in das Berufsleben gegeben und mir wichtige Fähigkeiten für meine Zukunft vermittelt.

Fazit

Insgesamt ist mein BFD beim SVN München eine sehr bereichernde und lehrreiche Zeit. Insbesondere die Arbeit mit den Kindern bereitet mir viel Freude und zeigt mir, wie wichtig Bewegung, Motivation und eine positive Umgebung für ihre Entwicklung sind. Ich bin dankbar für die vielen Erfahrungen, die ich während meines BFDs sammeln darf, und für die Möglichkeit, sowohl praktisch als auch organisatorisch zu arbeiten. Diese Zeit hilft mir sehr, mich persönlich weiterzuentwickeln und neue berufliche Perspektiven kennenzulernen.

Eure Shuyi



Steckbrief



Name: Shuyi Ye



Jahrgang: 2009



Studium/Arbeit: Bundesfreiwilligendienstleistende (BFD)



SVN-Bereich: KiSS-Helfer, Büroarbeit



Hobbies: Badminton, Snowboarden



Lieblingsspiele: Merkbball, Völkerball

Vorstellung Jiya

Hallo, mein Name ist Jiya Joy und ich komme aus Indien. Ich freue mich, beim SVN den BFD machen zu können und insbesondere in der Kindersportschule mitmachen zu können. Die Zeit hier ist für mein Leben sehr bereichernd. Vom ersten Moment an fühlte ich mich willkommen und unterstützt in einer Umgebung, die für Kinder Lernen und positive Einstellung fördert. Die Arbeit mit Kindern ist für mich unglaublich erfüllend und hat mir Geduld, Empathie und Freude gelehrt. Das wird mich für immer begleiten. Die Zeit mit Kindern ist etwas ganz Besonderes. Die Kinder haben eine eigene Art, die Welt zu sehen – rein, neugierig und voller Staunen. Jeden Tag erlebe ich ihre Begeisterung, wenn sie etwas Neues lernen, ihren Stolz, wenn sie ein kleines Ziel erreichen, und die Freude, die selbst von den einfachsten Momenten ausgeht. Diese Erfahrungen haben mir geholfen zu verstehen, wie wichtig es ist, eine sichere, fördernde und ermutigende Umgebung zu schaffen, in der sich Kinder wertgeschätzt und selbstbewusst fühlen können.

Durch meine Arbeit mit ihnen habe ich gelernt, genauer zuzuhören, empathisch zu reagieren und meinen Ansatz an die individuellen Bedürfnisse jedes Kindes anzupassen. Das Lächeln, das Lachen und die kleinen Erfolge der Kinder machen jede Herausforderung lohnenswert. An ihrer Entwicklung teilzuhaben, erfüllt mich mit einem Gefühl von Sinn und Freude. Neben der Arbeit mit Kindern habe ich auch wertvolle Erfahrungen im Büro gesammelt. Die Zusammenarbeit mit Kollegen, das Management von Aufgaben und das Erlernen professioneller Arbeitsabläufe haben mir geholfen, wichtige Fähigkeiten wie Teamfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit und Organisationstalent zu entwickeln. Was diese Erfahrung noch wertvoller macht, ist die unterstützende und offene Kultur meines Arbeitsplatzes. Meine Kollegen sind immer hilfsbereit, teilen ihr Wissen und begleiten mich geduldig. Wir können offen über alles reden, und selbst die kleinsten Dinge wer-

den mit Ermutigung und Unterstützung aufgenommen. Dieses Gefühl der Kameradschaft hat es mir leicht gemacht, mich in der neuen Umgebung einzuleben und Selbstvertrauen zu gewinnen.

Eine der Herausforderungen, denen ich mich zu Beginn stellen musste, war die Sprachbarriere, da ich kein fließendes Deutsch sprach. Doch mit der Anleitung und Unterstützung meiner Kollegen begann ich, die Sprache Schritt für Schritt zu lernen. Ihre Ermutigung, Geduld und Hilfsbereitschaft, selbst bei Kleinigkeiten, waren und sind unschätzbar wertvoll. Deutsch zu lernen hat mein Selbstvertrauen gestärkt und die Kommunikation mit Kindern und Kollegen erleichtert. Es hat mir außerdem Durchhaltevermögen, Widerstandsfähigkeit und die Wichtigkeit gelehrt, bei Bedarf Hilfe zu suchen.

Die Balance zwischen der Arbeit mit Kindern und dem Sammeln von Büroerfahrung zu finden, ist unglaublich bereichernd. Jede Umgebung bietet einzigartige Lektionen: Im Umgang mit Kindern habe ich Empathie, Kreativität und emotionale Intelligenz entwickelt, während die Arbeit im Büro meine Kommunikations-, Problemlösungs- und Organisationsfähigkeiten gestärkt hat.

Ich bin dankbar für die Möglichkeit, in einem so förderlichen und positiven Umfeld zu arbeiten. Die Kombination aus dem Spielen Lernen mit Kindern, der Zusammenarbeit mit Kollegen und der Verbesserung meiner Deutschkenntnisse hat mir geholfen, mich persönlich und beruflich weiterzuentwickeln.

Jeder Tag beim SVN bietet mir neue Möglichkeiten zu lernen, einen Beitrag zu leisten und einen positiven Einfluss auszuüben. Ich freue mich darauf, die nächsten Monate hier weiterhin zu lernen und mein Bestes für die Kinder und das Team zu geben.



Steckbrief



Name: Jiya Joy



Jahrgang: 2000



Studium/Arbeit: Bundesfreiwilligendienstleistende (BFD)



SVN-Bereich: KiSS- Helferin, Büroarbeit



Hobbies: Lesen und Musik Hören



Lieblingsspiele: Cricket und Badminton

JugendAktiv 2025

Am Sonntag, den 16. November 2025, war es wieder so weit: Manege frei und Sport an! Unter dem Motto „Sport. Spaß. Zukunft!“ zeigten unsere jüngsten Mitglieder beeindruckend ihr umfangreiches Können.

Den Auftakt machte unsere zukünftige Tennistruppe, die vorführte, wie eine typische Trainingseinheit bei ihnen aussieht. Trainer Axel führte anschaulich durch die Einheit und gewährte uns viele spannende Einblicke. Ein herzliches Dankeschön gilt an dieser Stelle auch unserem langjährigen Partner, der Tennisschule Raschke, die uns seit Jahren bei der Ausbildung unseres Tennish Nachwuchses unterstützt.

Danach wurde es spektakulär – und hoch hinaus! Unsere Gerätturnerinnen präsentierten unter der Regie unserer Spartenleitung Alexandra zahlreiche Geräte, Übungen und Sprünge, wie man sie sonst nur von verschiedenen Meisterschaften kennt.

Im Anschluss kamen unsere jüngsten Teilnehmer*innen auf die Bühne und führten ihr fantasievolles Tanztheater auf. Mit Unterstützung ihrer Trainerin Sheila wurden wir in die unterschiedlichsten Welten entführt – unter anderem in den Wilden Westen.

Nach der Reise in die Vereinigten Staaten zeigte uns die Sparte Kun-Tai-Ko, was Kampfsport alles zu bieten hat.

Und dann ging es – im wahrsten Sinne des Wortes – rund! Unsere Rhönradschneiderinnen nahmen uns unter Anleitung ihrer Trainerin Renate mit auf eine sportliche Reise um die Welt.

Auch die Pause hatte es in sich: Wie schon seit einigen Jahren gestaltete unsere Kindersportschule das Pausenprogramm und bot den jüngsten Zuschauer*innen ein buntes Angebot aus Spielen und kleinen Parcours.

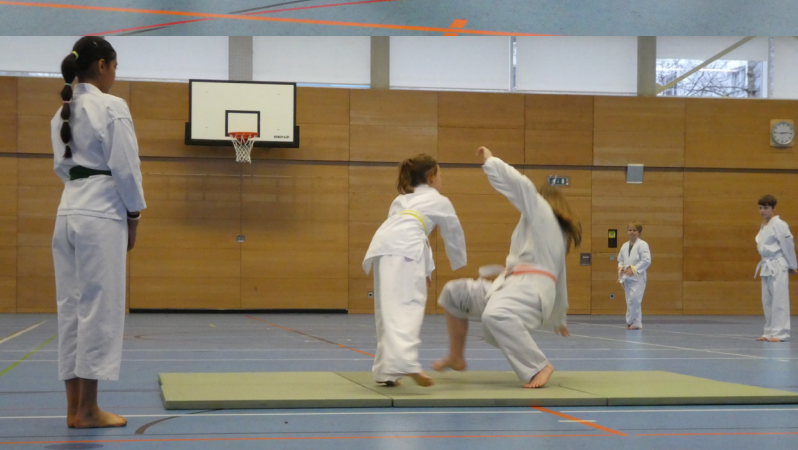
Nach der Pause ging es weiter mit unserem Kampfsportangebot. Unsere Taekwondoka zeigten eindrucksvoll, wozu sie fähig sind und präsentierten Techniken, die höchste Konzentration und Körperbeherrschung verlangen.

Natürlich durfte auch der Fußball nicht fehlen! Unsere jüngste Fußballmannschaft führte vor, dass das Runde tatsächlich ins Eckige muss – und das nicht selten mit erstaunlicher Treffsicherheit.

Den Abschluss gestaltete unsere Tischtennisabteilung. Die Jugendgruppe demonstrierte ausführlich verschiedene Techniken und Trainingsübungen und zeigte, wie viel Präzision und Schnelligkeit in dieser Sportart steckt.

Ein herzliches Dankeschön an alle Abteilungen, engagierten Teilnehmerinnen und tatkräftigen Helfer*innen! Ohne euch und euren Einsatz wäre dieser besondere Tag nicht möglich gewesen.

Ihr habt das JugendAktiv 2025 zu einem unvergesslichen Erlebnis gemacht – und wir freuen uns schon jetzt auf das kommende Jahr!



Kindersportschule

Was genau bietet eigentlich eine Kindersportschule und welche speziellen Angebote gibt es bei uns im SVN München e.V.? Was läuft aktuell bei uns und wer ist eigentlich Teil unseres KiSS-Teams?

Die aktuelle Ausgabe möchten wir nutzen, um Euch unser KiSS-Konzept vorzustellen und Euch über Aktuelles auf dem Laufenden zu halten.

In unserer KiSS bieten wir Kindern im Alter von 3 bis 10

Kindersportschule

Jahren ein sportartübergreifendes Bewegungsangebot gemäß unserem Motto: „Früh beginnen – spät spezialisieren“. Unser Ziel ist es dabei, die Kinder auf Basis pädagogischer und entwicklungsphysiologischer Erkenntnisse zu fördern und ihnen eine qualitativ hochwertige Bewegungsausbildung zu bieten.

In vier aufeinanderfolgenden KiSS-Stufen vermitteln wir motorische Grundfähigkeiten, führen die Kinder an verschiedene Sportarten heran und fördern soziale Kompetenzen und sportliche Fertigkeiten. Im Vordergrund stehen dabei die Bewegungsfreude und der Spaß am Sport!

Weitere Angebote der KiSS:

- Mini-KiSS (Eltern-Kind-Angebot ab 1,5 Jahren)
- Ballschule Heidelberg
- Schwimmkurse
- FerienAktivCamps
- Deutsches Sportabzeichen

Kostenloses Probetraining

Eltern stellen ihre Anfrage bitte mit Vornamen, Namen und Geburtsdatum des Kindes und ggf. des Elternteils, welches Mitglied werden soll, sowie mit einem telefonischen und E-Mail-Kontakt eines Erziehungsberechtigten und den gewünschten Kursen an die kindersportschule@svn-muenchen.de.

Weitere Informationen sind auf unserer Website: <https://www.svn-muenchen.de/kinder-sport/kindersportschule/> zu finden.

Seit der letzten Ausgabe im September haben wir tolle

Rückblick

Aktionen mit unseren KiSS-Kindern durchführen können und freuen uns über das großartige Feedback!

Löwenstark – Das bayerische Kinderturnabzeichen

Nach den Herbstferien haben wir mit den Kindern das Turnabzeichen durchgeführt. Die Eltern waren auch eingeladen, um die Kinder zu begleiten und bei den Übungsabnahmen zu unterstützen! Mit großer Begeisterung zeigten die Kinder ihre erlernten Fähigkeiten in den Disziplinen Kraft und Koordination. Am Ende durften sich die Kinder über einen Button, eine Urkunde und einen Aufkleber in Bronze, Silber oder Gold freuen. Unsere Trainer haben fleißig die rund 600 Ergebnis-

bögen ausgewertet, sodass die Kinder voller Stolz ihre Urkunde entgegennehmen konnten.

Weihnachtstraining

2025 haben wir wieder einen eigenen Termin für das Weihnachtstraining freigehalten. Eltern und Geschwister wurden in die Halle zum gemeinsamen Trainieren eingeladen. Die Kinder konnten sich in kleinen Spielen mit ihren Eltern messen und ihre Fähigkeiten an verschiedenen Stationen zeigen. Gemeinsam hatten wir in der stressigen Vorweihnachtszeit eine schöne, entspannte Zeit. Die Kinder durften sich im Anschluss über Schokoladenlutscher als Weihnachtsgeschenke freuen. Leider hatten unsere Weihnachtsgeschenke eine Lieferverzögerung, sodass die Kinder erst im Januar ihre SVN-Mützen bekamen.

Vorschau

Deutsches Sportabzeichen

Wir freuen uns darauf, mit unserem gemeinsamen Projekt mit der Leichtathletikabteilung in die dritte Runde zu starten, bei welcher die Kinder das Deutsche Sportabzeichen erwerben können. Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Es ist die höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsports und wird als Leistungsabzeichen für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen. Die zu erbringenden Leistungen orientieren sich an den motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination.

Prüfungstermin ist der 25.07.2026 (Leichtathletische Prüfung) und 26.07.2026 (falls nötig, Schwimmprüfung). Die Buchung kann über unser Online Buchungsportal [ebusy](https://svn-muenchen.ebusy.de/) vorgenommen werden:

<https://svn-muenchen.ebusy.de/>

Ferienbetreuung beim SVN München e.V.

Unsere Ferienbetreuung bietet Kindern im Alter von 6 bis 12 Jahren eine abwechslungsreiche und spannende Freizeitgestaltung während der Schulferien. Die Programme sind darauf ausgelegt, den Kindern eine sichere und kreative Umgebung zu bieten, in der sie neue Freundschaften schließen und verschiedene Aktivitäten ausprobieren können.

Highlights sind die FerienAktivCamps 2026, die nun buchbar sind! Zu Ostern, Pfingsten, Sommer und Herbst haben die Kinder die Möglichkeit, zahlreiche Sportarten wie Fußball, Hockey, Badminton, Tennis, Leichtathletik, Klettern, Parcours, Handball und Basketball auszuprobieren. Neben den Sportarten werden auch kleine Bewegungsspiele und tägliche Freispielphasen angeboten. In der Regel trainieren die Kinder vier Sportarten pro Tag, sowohl in der Halle als auch auf der Freifläche des Sportparks in der Fritz-Erler-Str. 3. Mittags werden die Kinder im Restaurant K2 Bistro am Sportpark mit warmem Essen und einem Getränk verpflegt.

Ausnahmen sind unsere Feriencamps im Sommer. Diese finden dieses Jahr in der Grundschule am Strehleranger statt. Für das Mittagessen gehen wir hier zu unserem Vereinsrestaurant: „da Francesco“. (unter Vorbehalt, Änderungen noch möglich)

Die Anmeldung für die Ferienbetreuung und die Ferien-AktivCamps erfolgt online über die Webseite des SVN München e.V. Weitere Informationen zu Terminen, Preisen und spezifischen Programminhalten sind ebenfalls auf der Homepage zu finden: www.svn-muenchen.de/svn-muenchen/ferienbetreuung/.

Schwimmkurse

Die Schwimmkurse des SVN München e.V. bieten Kindern die Möglichkeit, spielerisch und sicher das Schwimmen zu erlernen. Die Kurse richten sich an verschiedene Altersgruppen und Leistungsniveaus, von Anfängern bis hin zu fortgeschrittenen Schwimmern.

Die qualifizierten Trainer legen großen Wert auf eine individuelle Betreuung und eine positive Lernatmosphäre. Durch abwechslungsreiche Übungen und Spiele wird die Freude am Wasser gefördert, während gleichzeitig wichtige Schwimmtechniken vermittelt werden.

Die Schwimmkurse finden in Schulschwimmbädern statt und sind in verschiedene Stufen unterteilt, um den unterschiedlichen Bedürfnissen der Kinder gerecht zu werden. Eltern können sich auf regelmäßige Fortschrittsberichte freuen, die den Entwicklungsstand ihrer Kinder dokumentieren.

Die ersten Wassergewöhnungserfahrungen können Kinder in unserem Seestern-Kurs ab 3 Jahre sammeln. Ist die erste Angst abgebaut, so kann aufbauend ab 4 Jahren im Froschkurs das Tauchen und Bewegen im Wasser erfahren werden.

Ab dem Seepferdchenkurs steht dann die Schwimmtechnik im Vordergrund und das selbstständige Bewegen im Wasser.

Sobald das Kind das Seepferdchen-Abzeichen erhalten hat, wird es im Aufbaukurs I (Seerobbe oder Pirat) weiter gefördert, indem weitere Schwimmlagen geübt werden.

Von sicherem Schwimmen spricht man allerdings erst, sobald das Kind das Bronzeabzeichen im Aufbaukurs II absolviert hat. Wer Freude am Schwimmsport entwickelt hat, kann bei uns Breitensportlich noch bis zum Goldabzeichen die Schwimmbabzeichen ablegen.

Für weitere Informationen zu den Kurszeiten, Preisen und Anmeldeöglichkeiten besuchen Sie bitte die Webseite des SVN München e.V. unter www.svn-muenchen.de/kinder-sport/schwimmkurse/. Wir suchen auch immer weitere Schwimmtrainer, besonders für das Wochenende.



Neue Kooperationspartner: Little Giants Perlach, GS Strehleranger, Bambini-Kita im Aer

Wir freuen uns, dass im Schuljahr 25/26 neue Kooperationspartner zu uns gestoßen sind! Diese Zusammenarbeit wird es uns ermöglichen, noch mehr Kindern in unserem Stadtteil eine qualitativ hochwertige sportliche und soziale Förderung zu bieten. Wir sind überzeugt, dass diese Kooperation einen wertvollen Beitrag zur Förderung der Kinder in unserer Gemeinschaft leisten wird.

Neue Mitarbeiterin – Golnaz

Wir freuen uns, dass Golnaz uns seit diesem Schuljahr in der Kindersportschule unterstützt!

Golnaz ist ausgebildete IT-Ingenieurin und hat rund 13 Jahre Berufserfahrung im Bereich IT und Datenverarbeitung bei der Tejarat Bank im Iran. Parallel zu ihrer beruflichen Tätigkeit hatte sie schon immer eine große Leidenschaft für Sport, insbesondere für Schwimmen und Badminton.

In ihrem Heimatland absolvierte sie eine Ausbildung zur Rettungsschwimmerin und unterstützte regelmäßig ehrenamtlich Sportveranstaltungen und Schwimmwettkämpfe. Außerdem gewann sie den ersten Platz bei den Schwimmmeisterschaften der Staatsangestellten. Auch im Badminton ist sie seit vielen Jahren aktiv und nahm an mehreren Wettkämpfen teil.

Seit September 2025 arbeitet Golnaz bereits als Sport- und Schwimmtrainerin beim SVN München und ist dort weiterhin tätig.

Sie bringt sowohl sportliche Erfahrung als auch viel Motivation und Freude an der Arbeit mit Kindern mit und freut sich, ihre Begeisterung für Bewegung und Sport weiterzugeben.

Ansprechpartner

David Memmel
Leitung Kindersportschule
kindersportschule@svn-muenchen.de

Ansprechpartner

Jamal Zakari
stellv. Leitung Kindersportschule
kindersportschule@svn-muenchen.de

Kindersportschule

FSJ/BFD beim SVN München e.V.

Du bist auf der Suche nach einer sinnvollen und bereichernden Tätigkeit? Möchtest du deine Zeit sinnvoll nutzen und dabei wertvolle Erfahrungen sammeln? Dann haben wir genau das Richtige für dich!

Für das Schuljahr 2026/27 suchen wir engagierte Freiwilligendienstleistende, die Lust haben, in unserem Verein aktiv zu werden. Egal, ob du gerade die Schule abgeschlossen hast, ein Gap Year planst oder einfach neue Herausforderungen suchst – bei uns bist du genau richtig!

Im Rahmen des Freiwilligendienstes hast du die Möglichkeit, in verschiedenen Bereichen mitzuarbeiten. Du unterstützt unsere Trainer und Betreuer bei der Durchführung von Sport- und Freizeitangeboten, hilfst bei der Organisation von Veranstaltungen und bringst deine eigenen Ideen ein. Dabei lernst du nicht nur viel über Teamarbeit und Verantwortung, sondern auch über die Bedeutung von Sport und Bewegung für Kinder und Jugendliche.

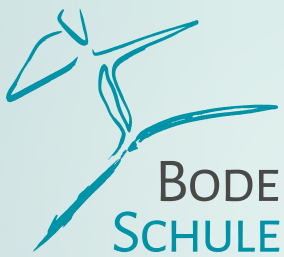
Die Vorteile eines Freiwilligendienstes sind vielfältig: Du erhältst wertvolle Einblicke in die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, kannst deine sozialen Kompetenzen weiterentwickeln und knüpfst neue Kontakte. Zudem

hast du die Möglichkeit, dich persönlich und beruflich weiterzuentwickeln.

Wenn du Interesse hast, Teil unseres Teams zu werden, besuche die Webseite unseres Trägers <https://bsj.org/startseite/freiwilligendienste/> für weitere Informationen. Dort findest du alles, was du über den Freiwilligendienst wissen musst, von den Anforderungen bis hin zu den Bewerbungsmodalitäten. Bei Fragen kannst du dich auch gerne an die KiSS-Leitung David Memmel unter kindersportschule@svn-muenchen.de wenden oder direkt in der Geschäftsstelle unter 089 6702300 anrufen.

Wir freuen uns darauf, dich kennenzulernen und gemeinsam mit dir einen positiven Beitrag für unsere Gemeinschaft zu leisten! Mach mit und werde Teil einer großartigen Erfahrung!

Liebe Grüße von eurem KiSS-Team!



Bewegung als Beruf

Staatlich anerkannte Berufsfachschule
für Gymnastik, Tanz und Sport
Gemeinnützige Schul GmbH

Tizianstraße 106A | 80638 München
Tel. 089 - 17 18 22 | info@bode-schule.de

www.bode-schule.de

Ausbildung zur staatlich geprüften Gymnastiklehrkraft



Weiterbildungsmöglichkeit zum
Sport- und Bewegungstherapeut
+ Erwerb der Fachhochschulreife

- > Gymnastik
- > Fitness
- > Tanz
- > Wellness
- > Musik
- > Gesundheit
- > Sport
- > Prävention / Rehabilitation



SVN München e.V.

KiSS

KinderSportSchule

Sport und Geselligkeit für Jung und Alt bietet der SVN München e.V. für seine über 5.000 Mitglieder. Die wichtigsten Ziele in unserem Verein sind die Förderung des Breitensports und das soziale Miteinander, innovative Ideen umsetzen und ein zukunftsorientiertes Angebot für alle zu bieten.

Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams ab dem Schuljahr 26/27:

Bundesfreiwilligendienstleistende (M/W/D) zur Unterstützung der KiSS und der Geschäftsstelle – zusätzliche Abt. möglich



Aufgabenbereich

- Unterstützung der Sportlehrer in der Kindersportschule (KiSS und SAGs),
- Mitarbeit in der Geschäftsstelle des SVN München e.V. (Mitgliederverwaltung und Beratung; Büroorganisation),
- Mitwirkung bei der Planung und Durchführung des FerienAktivCamps,
- Eigenständige Planung eines BFD-Projektes,
- Mithilfe im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit,
- Mithilfe bei Events des SVN München e.V.

Anforderungsprofil

- mind. 16 Jahre, besser 18 Jahre
- abgeschlossener Schulabschluss

Deine Vorteile

- 25 Seminar- und Bildungstage
- 26 Urlaubstage
- 500€ Taschengeld (inkl. Fahrtkostenzuschuss)
- enge Betreuung durch Anleiter
- flexible Arbeitszeitgestaltung (38,5 Stunden)
- keine Wochenendarbeit



Wir freuen uns über deine aussagekräftige Bewerbung mit Lebenslauf und Anschreiben inkl. Zeugnisse und entsprechende sonstige Referenzen.

Benjamin Gast

info@svn-muenchen.de

Rückfragen zur Stellenausschreibung und Bewerbung werden Dir gerne telefonisch unter **089 670 23 00** beantwortet.

SVN 
SVN München e.V.

Kickboxen beim SVN München Stärke, Technik, Teamgeist!

Die Sparte **Kickboxen** des SVN München e.V. erlebt seit rund eineinhalb Jahren einen beeindruckenden Aufschwung. Die Mitgliederzahlen steigen kontinuierlich und haben sich in diesem Zeitraum verdreifacht, was zeigt, wie beliebt diese dynamische Sportart in unserem Verein geworden ist. Immer mehr Sportbegeisterte entdecken die Vorteile des Kickboxens – von Fitness und Kraft über Technik bis hin zu mentaler Stärke.

Neu seit 2025: Kindertrainings im Kickboxen (8 – 12 Jahre)!

Dieses Angebot wurde mit großer Begeisterung aufgenommen und ist bereits jetzt hervorragend besucht. Damit schaffen wir eine tolle Möglichkeit für den Nachwuchs, sich sportlich zu entfalten, Selbstvertrauen zu gewinnen und erste Techniken des Kickboxens zu erlernen – alles in einem sicheren und motivierenden Umfeld.

Probetraining für das Kinder- und Jugendtraining (8 – 12 Jahre) ist jeden Montag von 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr im Budoraum des SVN Sportpark (Fritz-Erler-Str. 3, Nähe Neuperlach Zentrum).

Gerne einfach ohne Voranmeldung zum Probetraining vorbeikommen!

Auch sportlich kann sich die Sparte Kickboxen sehen lassen: Unsere Athletinnen und Athleten haben in den vergangenen Monaten erfolgreich an verschiedenen Turnieren teilgenommen und dabei sehr gute Leistungen gezeigt.

Unter anderem hat die Wettkämpferin Ema Militaru in 2025 den 2. Platz auf der Bayerischen Meisterschaft und den 2. Platz auf der offenen Bayerischen Meisterschaft im Leichtkontakt Kickboxen gewinnen können (Kickboxverband: WAKO; Mitglied im DOSB). Auch erste und zweite Plätze im Bereich „Newcomer“ konnten von unseren neuen Sportlerinnen und Sportlern auf der offenen Bayerischen Meisterschaft als auch auf der Bayerischen Meisterschaft gewonnen werden. Diese ersten Erfolge sind das Ergebnis kontinuierlicher Trainingsarbeit und Teamgeist.

Ein weiterer Meilenstein: Zwei unserer Trainer, Koschan Yousufi und David Militaru, haben erfolgreich die Trainer-C-Lizenz Breitensport Kickboxen absolviert. Drei weitere Mitglieder werden in diesem Jahr an der Ausbildung der Trainer-C-Lizenz Breitensport teilnehmen. Damit stellen wir sicher, dass die Kickboxerinnen und Kickboxer des SVN München von qualifizierten Fachkräften betreut werden, die ihr Wissen und ihre Leidenschaft für den Sport bestmöglich weitergeben.

Wir sind stolz auf die Entwicklung der Sparte Kickboxen und freuen uns auf viele weitere spannende Trainings, Wettkämpfe und gemeinsame Erlebnisse. Wer Lust hat, Kickboxen beim SVN München e.V. auszuprobieren, ist herzlich in unser Team eingeladen!

Probetraining für Erwachsene und Jugendliche (ab 13 Jahren) ist jeden Montag von 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr im Budoraum des SVN Sportpark (Fritz-Erler-Str. 3, Nähe Neuperlach Zentrum). Gerne einfach ohne Voranmeldung zum Probetraining vorbeikommen!



Budo



Kindertraining im Kun-Tai-Ko

Unser Kindertraining findet immer donnerstags von 18.00 - 19.30 Uhr statt. Mädchen und Jungen im Alter von 9 - 13 Jahren sind herzlich willkommen!

Wir erlernen spielerisch die Grundprinzipien des Kun-Tai-Ko, haben Einheiten von Selbstverteidigung (z.B. Verteidigung gegen Handgreifen, Würgen, Schlagen, etc.), Fallschule, klassischem Karate (Kata, Kihon) und Bruchtest auf echte Bretter dabei.

Es werden den Kindern u.a. Werte wie Respekt, Selbstdisziplin und Willensstärke vermittelt. Dabei darf natürlich Spaß und Spiel nicht fehlen, wie Versteinern, Snow-man oder Hockey.

Daneben gibt es unsere Showauftritte bei der Jugend Aktiv, immer eine coole Weihnachtsfeier mit z.B. Fackelwanderung und andere tolle Events.

Wenn Du auch dabei sein möchtest, komm einfach zu einem Probetraining vorbei!

Wir trainieren in der Sporthalle 1 der Mittelschule am Gehart-Hauptmann-Ring, Zugang über die Bert-Brecht-Allee, München.

Kurze Anmeldung und bei Rückfragen:

ylorenz@web.de



Mehr als Training – Kun-Tai-Ko erleben Neuer Anfängerkurs im KTK

Du willst dich mehr bewegen, eine Kampfkunst lernen und etwas Neues ausprobieren?

Dann ist Kun-Tai-Ko beim SVN München genau das Richtige für dich!

Kun-Tai-Ko ist ein „Multi-Martial-Arts-System“, das Elemente aus Karate, Ju-Jitsu und Krav Maga zu einem effektiven Ganzen vereint.

KTK als komplette Kampfkunst zielt v.a. auf effektive Selbstverteidigung und körperliche Fitness ab. Das Grundprinzip besagt, dass richtige Technik und direkte Methoden in der Selbstverteidigung zum Erfolg führen – selbst gegen vermeintlich überlegene Gegner.

In unseren Kursen bei erfahrenen Trainern lernst du diese vielseitige Kampfkunst, die Technik, Fitness und mentale Stärke verbindet – ganz ohne Vorkenntnisse. Egal ob 14 oder 40 Jahre, ob bereits erfahrener (Kampf-)Sportler oder kompletter Neueinsteiger: Bei uns trainierst du in einer motivierenden Atmosphäre und verbesserst außerdem Kraft, Koordination und Konzentration.

Zeit: Donnerstags, 19:30 – 21:30 Uhr

Ort: Schulturnhalle am Gerhart-Hauptmann-Ring / Zugang über Bert-Brecht-Allee

Einstieg/Probetraining jederzeit möglich, bitte kurze Voranmeldung unter:

martinklamt@gmx.de

Ansprechpartner

Bernd Mottok
Abteilungsleiter
budo@svn-muenchen.de

Laura Eckersdorfer
Jugendleiterin
budo@svn-muenchen.de







Schwarzgurtprüfung: 4 neue Meister im Kun-Tai-Ko!

Nach vielen Jahren als Schüler folgte noch ein Jahr der gezielten Vorbereitung in der KTK Instructor Academy mit strukturiertem Programm und unzählige Trainingseinheiten ebneten den Weg zum Meistergrad – und dann war der große Tag da: Am 22.11.25 stellten sich gleich vier Kandidaten aus dem Dojo München ihrer Schwarzgurt-Prüfung zum 1. Dan Kun-Tai-Ko.

Die Prüfung beinhaltet ein umfassendes Programm aus Kihon (Technik), Kata, One-Step, Selbstverteidigung, Randori/Freikampf, Kickboxen, Theorie und Bruchtest. Das Prüfungskomitee umfasste mehrere hochrangige Danträger, außerdem waren etliche Zuschauer in der Halle anwesend.

In fast 6 anstrengenden Stunden stellten unsere Dan-Anwärter unter Beweis, dass sie den hohen Anforderungen gewachsen sind und sich den ersten Meistergrad mit ihrer Leistung und ihrem Charakter absolut verdient haben. Wir freuen uns total über unsere vier neuen KTK-Danträger:

Leonhard Hiltwein
Adrian Kozlowski
Christina Seitz
Christian Vogl

Alle haben ihren individuellen Weg im KTK hinter und nun neue Perspektiven im Budo vor sich - ein letzter und erster Schritt zugleich. Diese persönlich erfolgreiche Entwicklung über mehrere Jahre, die nun in diese Prüfung gemündet ist, ist zugleich ein großer Erfolg für das Dojo München und macht natürlich auch uns als Trainer stolz.

Wir gratulieren herzlich!



Budo



Martin Klamt erhält 2. Dan Kyusho Combatives

Auch unsere Trainer sind fleißig und ruhen sich nicht auf ihrem Schwarzgurt aus. Die Prüfung zum 2. Meistergrad im Kyusho Combatives ist schweißtreibend, technisch anspruchsvoll und geht über viele Stunden. Kyusho Jitsu ist die „Kunst des K.O.“ und nutzt Vitalpunkte, das Nerven- und Energiesystem des Körpers, um bei Schlag-, Kick- und Hebeltechniken schneller und einfacher zum Ziel zu kommen. In unserem Programm ist das Wissen um diese Fähigkeiten als „Kyusho Combatives“ auf direkte Anwendbarkeit in der Praxis und Selbstverteidigung ausgelegt.

Fast 1 ganzes Jahr lang war unser Dojoleiter Martin deswegen in intensiver Vorbereitung inklusive Technik- und Ausdauertraining, Theorie und nicht zuletzt dem Üben von verschiedenen KOs. Die Prüfung Anfang November war dann ein körperlich und mental anspruchsvoller Marathon über insgesamt 10 Stunden Dauer (6 Stunden an Tag 1 und 4 Stunden an Tag 2). Das hochrangige Prüferkomitee mit mehreren Großmeistern aus den USA und Deutschland war am Ende begeistert von der Leistung der insgesamt sechs Kandidaten und zeichnete sie mit ihrer neuen Meistergraduierung aus.

Die Freude bei Shihan Martin war natürlich groß, als es geschafft war und das anschließende Kyusho Seminar gleich die nächsten Lerneffekte lieferte. Die Methode des Kyusho fließt sowohl ins Kun-Tai-Ko Training mit ein und es gibt zudem ein eigenes Trainingsformat dafür. Bei Interesse bitte melden bei martinklamt@gmx.de.

KTK München auf der Interstage

Die Interstage ist ein großer internationaler Lehrgang, bei dem sich alle Kun-Tai-Ko Schulen aus Deutschland, Belgien, Spanien, der Schweiz und Österreich im zweijährigen Rhythmus treffen. Dieses Mal fand die Kun-Tai-Ko Interstage am 10./11. Oktober 2025 in Hermeskeil bei Trier statt. Unser Dojoleiter Shihan Martin hatte Freude, gleich 3 Trainingseinheiten zu unterrichten. Die Matte war voll von motivierten Teilnehmern, die sichtlich Spaß hatten mit den Spezialthemen von Martin – Kyusho, K.O.-Punkten im KTK, Hebeltechnik und Biomechanik.

Yvi und Ali probierten noch verschiedenste anderen Themen aus, unter anderem Kobudo/Waffen, Functional Mobility, Kata und Bruchtest. Es war schön, neue Kontakte mit tollen Kampfkünstlern zu knüpfen und natürlich mit vielen „alten“ Wegbegleitern zusammen zu kommen. Die Party am Abend tat ihr übriges und komplettierte dieses intensive Wochenende mit viel Spaß am Kampfsport.



Renoviert, gefeiert und wieder voll durchgestartet!

Liebe Mitglieder, die letzten Monate des Jahres 2025 waren richtig spannend! Mehr als drei Monate lang waren unsere Duschen, Umkleiden und der Wellnessbereich geschlossen – eine kleine Geduldsprobe, aber mit einem großartigen Ergebnis. Die Duschen erstrahlen jetzt komplett neu, die Umkleiden und der Wellnessbereich wurden aufgefrischt, Wände gestrichen und kleine Reparaturen erledigt. So starteten wir mit einem frischen Studio – und direkt mit unserem 20-jährigen Jubiläum, der Nikolaus-Zumba®-Party und spannenden Workshops, die für jede Menge Bewegung, Spaß und gute Laune sorgten.

20 Jahre SVN Sportcenter – das haben wir nicht ein-

20 Jahre SVN Sportcenter – ein Jubiläum voller Energie!

fach gefeiert, sondern zelebriert! Mit Bewegung, guter Stimmung und besonderen Aktionen wurde unsere Jubiläumswoche zu einer Woche, die uns noch lange in Erinnerung bleiben wird.



Der perfekte Auftakt war unser Fitness-Marathon am 22.11.2025 unter dem Motto „Bring-a-Friend“. Ab 14 Uhr hieß es: ausprobieren, mitmachen, Spaß haben! In kurzen, knackigen Kursformaten konnten Mitglieder und Gäste unser vielseitiges Angebot erleben – von Pilates, PortDeBras® und Zumba® über Bodyweight Workout, Indoor Cycling und Yoga bis hin zu Hula Hoop und Tanzen. Die Kursräume waren voll, die Stimmung großartig und die Begeisterung spürbar – ein echtes Highlight und der ideale Start in unsere Jubiläumswoche.

Von 24.11. bis 30.11.2025 folgte die Woche der offenen Tür im SVN Sportcenter. Eine ganze Woche lang konnten Mitglieder und Gäste kostenlos trainieren, alle Geräte testen, neue Kurse entdecken und sich persönlich von unseren Trainer:innen beraten lassen. Auch unser Wellnessbereich mit wohltuenden Sauna-Aufgüssen wurde intensiv genutzt und sorgte für entspannte Momente zwischen den Trainingseinheiten.



Ein echter Publikumsmagnet war unser Kurs-Bingo: Mit jeder Kursteilnahme füllten sich die Felder auf den Bingo-Karten – Motivation inklusive! Am Ende durften sich Brigitte, Moritz und Magdalena über tolle Gewinne freuen, darunter ein Massage-Gutschein, ein Rucksack und weitere kleine Überraschungen.

Besonders gefreut hat uns, dass wir in dieser Jubiläumswoche zahlreiche neue Mitglieder für unser Sportcenter begeistern konnten. Das große Interesse, die vielen positiven Gespräche und die volle Trainingsfläche haben gezeigt: Fitness, Gemeinschaft und Wohlfühlen gehören bei uns einfach zusammen.

Wir bedanken uns herzlich bei allen Mitgliedern, Gästen, Trainer:innen sowie unserem gesamten Team, die dieses Jubiläum möglich gemacht haben. 20 Jahre SVN Sportcenter – und wir sind fitter denn je! Auf viele weitere aktive, gesunde und gemeinsame Jahre!

Nikolaus Zumba® Party – ein Nachmittag voller Bewegung und Weihnachtsfreude

Am 6. Dezember 2025 lag im SVN Sportcenter eine ganz besondere Stimmung in der Luft. Draußen war es winterlich, drinnen wurde es schnell warm – und zwar nicht nur durch die Bewegung, sondern vor allem durch die gute Laune. Von 15 bis 18 Uhr stand alles im Zeichen unserer Nikolaus-Zumba® Party, die viele Mitglieder und Gäste ins Studio lockte.

Schon zu Beginn füllte sich der Raum mit vertrauten Gesichtern und neuen Besucher:innen. Mitglieder trainierten Seite an Seite mit Nichtmitgliedern, lachten miteinander und ließen sich von der Musik mitziehen. Die Beats sorgten sofort für Energie, die Anspannung des Alltags fiel ab – und der Tanz übernahm. Für die besondere Atmosphäre sorgte unser Zumba®-



Trainer*innen-Team, das mit viel Engagement, spürbarer Freude und passenden weihnachtlichen Kostümen durch den Nachmittag führte. Mit ihrer Begeisterung, ihrer Nähe zu den Teilnehmenden und einem perfekten Gespür für Stimmung schafften sie es, alle mitzunehmen – egal ob erfahrene Zumba®-Fans oder zum ersten Mal dabei.

Zwischendurch gab es Zeit zum Durchatmen und Genießen: Plätzchen standen bereit und heißer Punsch wärmte von innen. Diese kleinen Pausen wurden genutzt, um ins Gespräch zu kommen, neue Kontakte zu knüpfen und gemeinsam zu lachen – genau das, was einen Verein ausmacht.

Am Ende dieses Nachmittags war klar: Die Nikolaus-Zumba® Party war ein voller Erfolg. Sie brachte Bewegung, Begegnung und vorweihnachtliche Freude zusammen und zeigte einmal mehr, wie lebendig und offen unser Sportcenter ist.

Ein herzliches Dankeschön an unser Zumba®-Trainer*innen-Team, das mit viel Einsatz und Herzblut für diese tolle Stimmung gesorgt hat – und natürlich an alle, die dabei waren und diesen Tag so besonders gemacht haben.



Indoor Cycling Workshop – Ein Blick hinter die Kulissen

Mit viel Energie und Expertise leitete Silvia Ende Januar 2026 einen spannenden Indoor-Cycling-Workshop im SVN Sportcenter. Dabei zeigte sie den Teilnehmenden, wie man eine Indoor-Cycling-Stunde erfolgreich gestaltet und leitet – vom Aufbau über die richtige Technik bis hin zur Motivation der Gruppe. Unterstützt wurde sie von einem eigenen, sehr hilfreichen Skript, das den Workshop perfekt strukturierte und den Teilnehmenden eine praxisnahe Orientierung bot. Der Workshop richtete sich an Interessierte, die bei uns im Fitnessstudio gelegentlich Indoor-Cycling-Stunden vertreten möchten. Dabei ging es nicht um eine offizielle

Lehr- oder Trainer*innen-Lizenz, sondern um einen praxisnahen Einstieg in die Tätigkeit als Trainer*in. Die Teilnehmenden erhielten wertvolle Tipps zu Musik, Timing, Belastungssteuerung und Motivation – alles Elemente, die eine gelungene Stunde ausmachen.

In lockerer Atmosphäre konnten alle Fragen gestellt, Erfahrungen ausgetauscht und erste praktische Übungen direkt ausprobiert werden. Das Engagement und die Begeisterung der Teilnehmer:innen zeigten, wie sehr solche Workshops Lust machen, selbst aktiv zu werden und unser Kursangebot zu bereichern. Ein großes Dankeschön an Silvia, die mit Herzblut, Know-how und einem durchdachten Skript diese lehrreiche und motivierende Veranstaltung möglich gemacht hat!



Feel the Beat – Zumba® Toning startet durch!

Am 7. Februar 2026 ist unser neuer Blockkurs Zumba® Toning gestartet – und die ersten Einheiten haben schon gezeigt, wie viel Energie, Spaß und Motivation in diesen 8 Wochen stecken!

Unter dem Motto „Feel the Beat – Move Your Body – Have Fun“ erwarten die Teilnehmer:innen 8 × 60 Minuten voller Power, Rhythmus und Tanzspaß. Stefi und Zayddi führen durch jede Einheit, bringen mit ihrer Begeisterung die Gruppe in Schwung und sorgen dafür, dass jede Stunde zu einem echten Highlight wird.

Mit den Toning Sticks werden Arme, Schultern und Rumpf trainiert, während heiße Latin- und Pop-Beats die Beine bewegen und die Stimmung anheizen. Der Kurs richtet sich an alle – egal, ob Anfänger:innen oder erfahrene Zumba®-Fans – und verspricht jede Menge Motivation, Freude an Bewegung und das gute Gefühl, beim Tanzen richtig fit zu werden.

Der Blockkurs läuft noch bis Ende März, und es lohnt sich, dabei zu sein: Spüre die Energie, trainiere deinen ganzen Körper und lass dich von den mitreißenden Rhythmen begeistern. Trau dich – komm vorbei und move your body!

Fazit & Ausblick – 2026 wird bewegt!

Das SVN Sportcenter ist weit mehr als ein Fitnessstudio: Mitglieder holen sich Tipps bei unseren Trainer:innen, entdecken Neues, lachen miteinander und erleben Fitness als richtiges Erlebnis. Die letzten Monate haben gezeigt, wie lebendig unser Studio ist – von Jubiläum über Nikolaus-Zumba® bis zu Workshops und neuen Kursen.

Und 2026 geht es erst richtig los! Zahlreiche Events, spannende Workshops und neue Kursangebote warten auf euch. Ob Training, Wellness oder Inspiration von unseren Trainer:innen – im SVN Sportcenter ist das ganze Jahr über etwas los.

Seid dabei, bleibt aktiv und erlebt Momente voller Energie, Bewegung, Gemeinschaft und Freude!

Ansprechpartnerin

Stanka Bartikova

Studioleitung

fitness-studio@svn-muenchen.de

Benedikt Sperl

stellv. Studioleitung

fitness-studio@svn-muenchen.de



Seit

1634

PAULANER

Unsere Vereinsgaststätten

Vereinsleben und Gemeinschaft ist für uns als Sportverein sehr wichtig. Deswegen freuen wir uns, Euch unsere Vereinsgaststätten präsentieren zu dürfen, die



sich perfekt für gemütliches Zusammensitzen vor oder nach dem Sport anbieten.



Trattoria Da Francesco

Staudingerstraße 20, 81735 München

Unser langjähriger Wirt Francesco Fiorot ist für den SVN schon über 27 Jahre in der Staudingerstraße für italienische, kulinarische Highlights mit seiner „Trattoria Da Francesco“ verantwortlich.

Egal ob Pizza, Pasta, Fleischgerichte oder Fisch, hier findet jeder sein Lieblingsgericht. Nicht nur unsere Tennisspieler und Fitnessfans verbringen hier gerne entspannte Stunden nach sportlichem Einsatz, viele Gäste kommen aus der Umgebung, um hier gut zu essen oder sogar zu feiern

Kommen Sie gerne vorbei und überzeugen Sie sich selbst von seinem Angebot, oder bestellen Sie per Lieferservice.

Öffnungszeiten:

Montag 14:30 - 22:30 Uhr
Dienstag - Samstag 12:00 - 22:30 Uhr
Sonn- und Feritage 12:00 - 21:30 Uhr

+49 (0) 89 670 87 28
www.dafrancesco-staudinger.de
fiorotfrancesco@gmail.com

K2 Bistro

Fritz-Erler-Straße 3, 81737 München

Unsere Wirtin Maria Roman führt seit Eröffnung des Sportparks das K2 Bistro, in dem man einen wunderschönen Blick in unsere Kletteranlage hat. Für Eltern ein Geheimtipp: Die Kinder zur Kletterstunde bringen und dann gemütlich bei Getränk und Pizza den Kleinen beim Aufstieg zuschauen.

Auf Flachbildschirm oder Videoleinwand könnt Ihr hier die aktuelle Sportwelt live mitverfolgen während ihr das Essen genießt.

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag 15:00 - 23:00 Uhr
Wochenende + Feiertage 12:00 - 22:00 Uhr

+49 (0) 89 628 099 66
www.pizzabar-k2.de
roman_maria23@yahoo.com



Eine Ausbildung für heute. Und morgen.

Wir haben den Job, den du dir vorstellst. Bewirb dich jetzt:

sskm.de/ausbildung

Weil's um mehr als Geld geht.



Stadtsparkasse
München

faszination glas
Ditl 
GLASEREI

- Verglasungsarbeiten aller Art
- Energiesparen mit Glas
- Innenausbau mit Glas und Spiegel
- Reparatur-Schnelldienst
- Eigene Glasschleiferei
- Glasveredelung • Bildereinrahmungen

R. Ditl & Co. · Inh. Michael Rehm · Kreillerstr. 64 · 81673 München
Telefon 089/43 33 13 • www.glaserei-ditl.de



BASKETBALL



Ansprechpartner
aktuell unbesetzt

basketball@svn-muenchen.de

BUDO



Ansprechpartner
Bernd Mottok
Abteilungsleiter
budo@svn-muenchen.de

FITNESS



Ansprechpartnerin
Stanka Bartikova
Studioleitung
fitness-studio@svn-muenchen.de

FUSSBALL



Ansprechpartner
Bernd Klemm
Abteilungsleiter
fussball@svn-muenchen.de

GYMNASTIK



Ansprechpartnerin
Ulrike Wibbe
Abteilungsleiterin
gymnastik@svn-muenchen.de

HANDBALL



Ansprechpartner
Andreas Weingardt
Abteilungsleiter
handball@svn-muenchen.de

KINDERSPORTSCHULE



Ansprechpartner
David Memmel
Leiter Kindersportschule
kindersportschule@svn-muenchen.de

KLETTTERN



Ansprechpartner
Björn Plass
Leiter Klettern
sportpark@svn-muenchen.de

LEICHTATHLETIK



Ansprechpartner
Daniel Stadtmüller
Abteilungsleiter
leichtathletik@svn-muenchen.de

TAEKWONDO



Ansprechpartner
Siegfried Mai
Sportgruppenleiter
taekwondo@svn-muenchen.de

TENNIS



Ansprechpartner
Dr. Roland Hormel
Abteilungsleiter
tennis@svn-muenchen.de

TISCHTENNIS



Ansprechpartner
Tobias Tylla
Abteilungsleiter
tischtennis@svn-muenchen.de

TURNEN & BALLETT

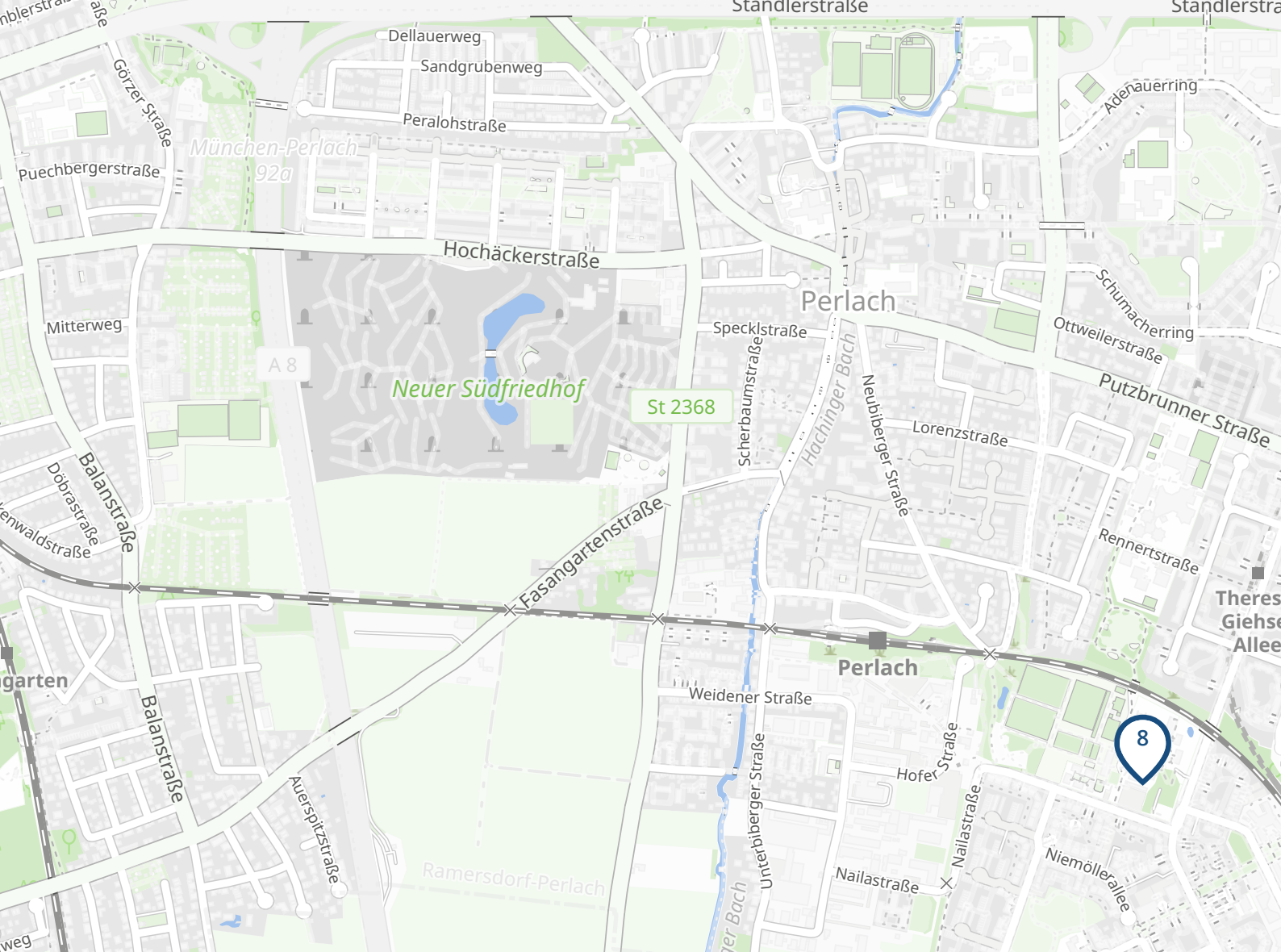
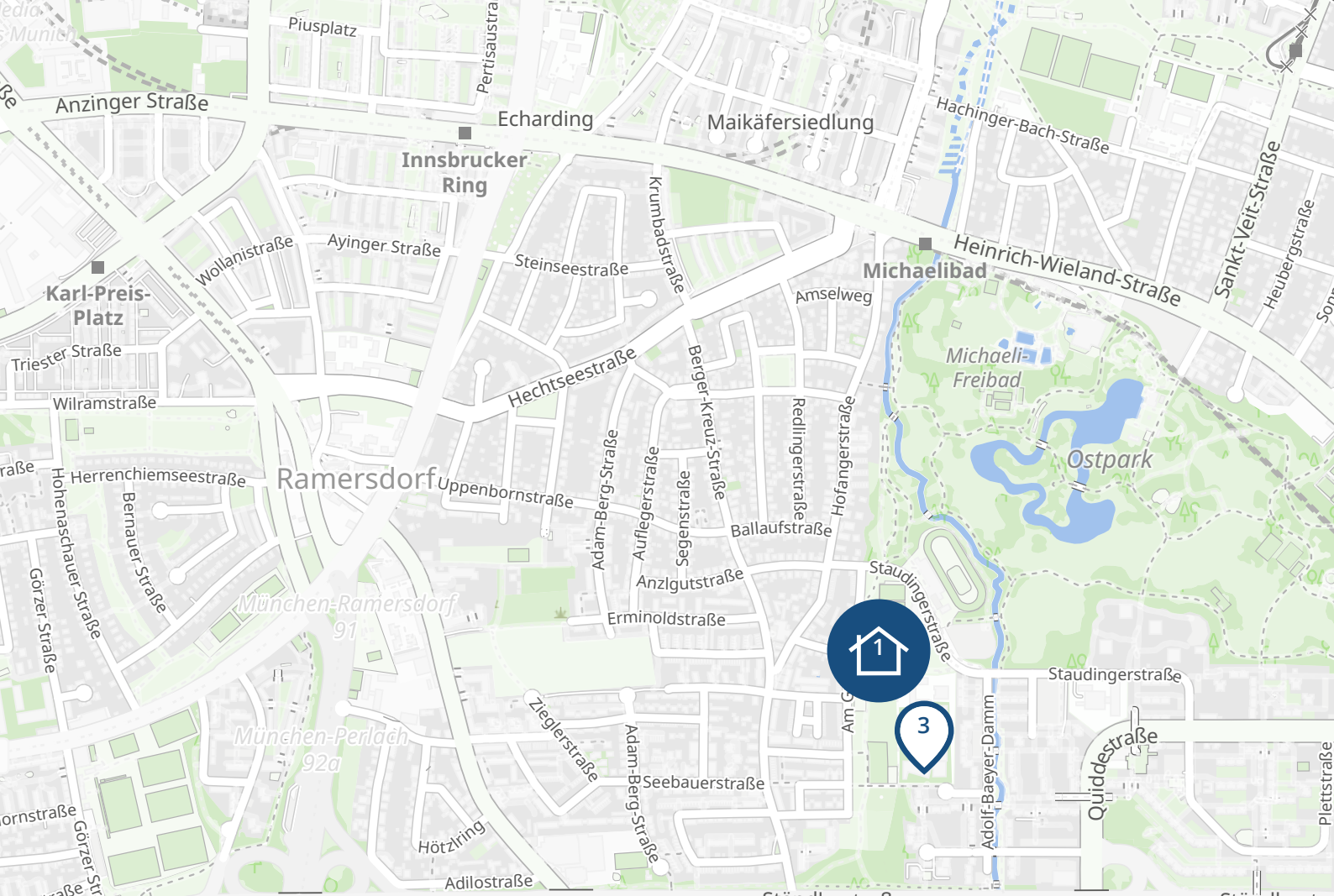


Ansprechpartnerin
Gerlinde Lehmpfuhl
Abteilungsleiterin (kommissarisch)
turnenundballett@svn-muenchen.de

VOLLEYBALL



Ansprechpartner
Phillipp Schwarzfischer
Abteilungsleiter
volleyball@svn-muenchen.de



Unsere Sportstätten



SVN Sportcenter
Geschäftsstelle, Fitness, Tennisanlage
Staudingerstraße 20



SVN Sportpark
Dreifachturnhalle, Kletteranlage
Fritz-Erler-Straße 3



Grundschule am Strehleranger
Strehleranger 4



Schulzentrum an der Quiddestraße
Quiddestraße 4



Mittelschule an der Albert-Schweitzer-Straße
Albert-Schweitzer-Straße 59



Grundschule am Karl-Marx-Ring
Karl-Marx-Ring 67



Mittelschule am Gerhart-Hauptmann-Ring
Gerhart-Hauptmann-Ring 15



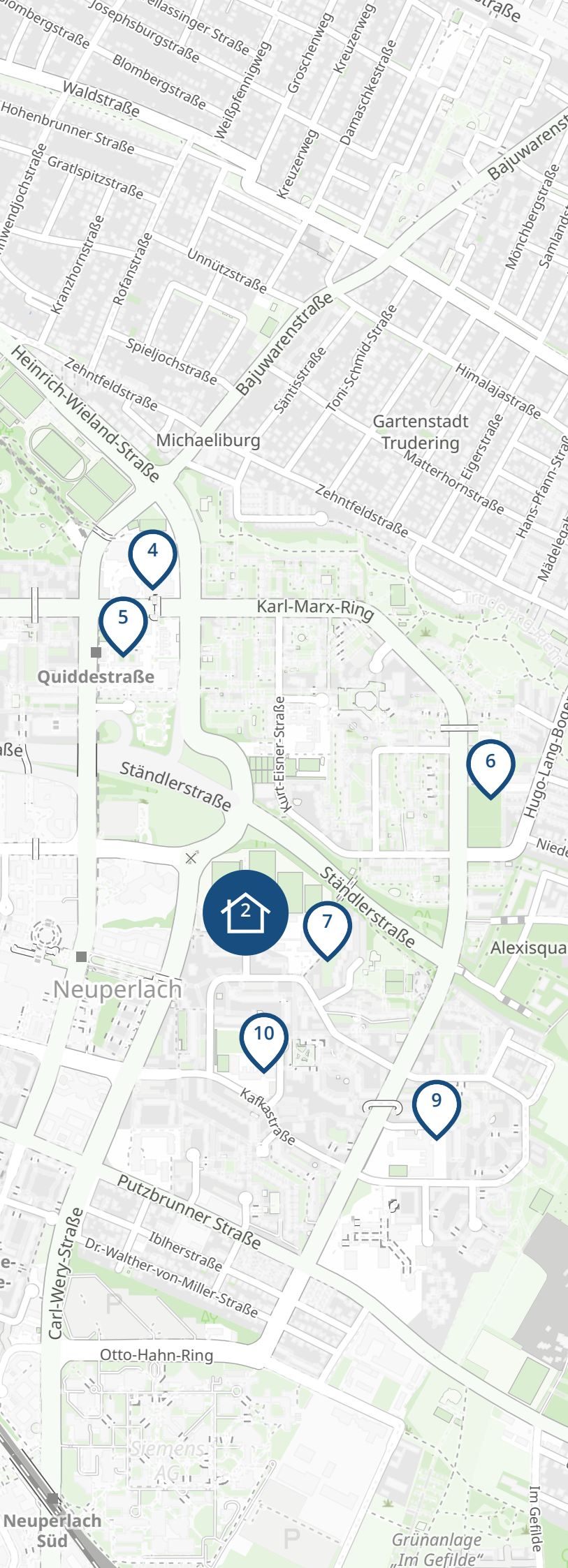
Städt. Heinrich-Heine-Gymnasium
Max-Reinhardt-Weg 27



Städt. Wilhelm-Röntgen-Realschule
Klabundstraße 8



Grundschule an der Kafkastraße
Kafkastraße 9



Basketball	Trainingsstätten
Montag - Freitag	SVN Sportpark Heinrich-Heine-Gymnasium Grundschule am Karl-Marx-Ring Schulzentrum an der Quiddestraße
Ju-Jutsu	Trainingsstätten
Montag Mittwoch Freitag	SVN Sportpark Grundschule am Gerhart-Hauptmann-Ring
Kickboxen	Trainingsstätten
Montag Mittwoch Samstag	SVN Sportpark Grundschule am Gerhart-Hauptmann-Ring
Kun-Tai-Ko	Trainingsstätten
Dienstag Donnerstag Sonntag	SVN Sportpark Grundschule am Gerhart-Hauptmann-Ring
Tae-Kwon-Do	Trainingsstätten
Dienstag - Sonntag	SVN Sportpark Schulzentrum an der Quiddestraße Mittelschule an der Albert-Schweitzer-Straße Grundschule am Gerhart-Hauptmann-Ring
Fitness	Trainingsstätten
7 Tage die Woche	SVN Sportcenter
Fussball – Jugend	Trainingsstätten
Montag Dienstag Donnerstag	SVN Sportpark
Fussball – Herren	Trainingsstätten
Montag Dienstag Donnerstag	SVN Sportpark
Gymnastik – Jugend	Trainingsstätten
Montag - Donnerstag	Grundschule am Gerhart-Hauptmann-Ring Mittelschule an der Albert-Schweitzer-Straße
Gymnastik – Erwachsene	Trainingsstätten
Montag - Freitag	SVN Sportpark SVN Sportcenter Grundschule am Gerhart-Hauptmann-Ring Heinrich-Heine-Gymnasium
Handball	Trainingsstätten
Montag - Freitag	SVN Sportpark Schulzentrum an der Quiddestraße
Klettern	Trainingsstätten
7 Tage die Woche	SVN Sportpark
Leichtathletik	Trainingsstätten
Montag	Wilhelm-Röntgen-Realschule
Tennis	Trainingsstätten
Den Trainingskalender finden Sie auf unserer Website	SVN Sportcenter
Tischtennis	Trainingsstätten
Montag Mittwoch Donnerstag Freitag	Grundschule am Karl-Marx-Ring
Turnen & Ballett	Trainingsstätten
Montag - Samstag	SVN Sportpark Grundschule am Gerhart-Hauptmann-Ring Mittelschule an der Albert-Schweitzer-Straße Heinrich-Heine-Gymnasium
Volleyball	Trainingsstätten
Montag - Freitag	SVN Sportpark Grundschule am Karl-Marx-Ring

TRAININGSTAGE

Hier finden Sie eine Übersicht über all unsere Trainingstage.

Die Abteilungen bieten oft mehrere verschiedene Gruppen an den Tagen an, genauere Informationen finden Sie auf den Abteilungsseiten auf unserer Internetseite

www.svn-muenchen.de

Das Fitnessstudio sowie die Kletteranlage sind jeden Tag geöffnet.

Öffnungszeiten

Sportcenter & Sportpark:

Mo - Fr: 08:00 - 23:00

Sa/So/Feiertage: 8:00 - 22:00



Immer up-to-date mit Newsletter und Social Media

Unser monatlicher Newsletter informiert stets aktuell über Neuigkeiten, Veranstaltungen und Weiteres. Melden Sie sich gerne über den Link

<https://t1p.de/svnnewsletter>

oder über den folgenden QR-Code an. Sie müssen lediglich Ihre E-Mailadresse hinterlegen.

Wir freuen uns über jede Anmeldung, egal ob Mitglied oder nicht.



Wir sind auch auf Instagram und Facebook. Hier veröffentlichen wir in der Regel mehrere Beiträge pro Woche. Gerne vorbeischaun und Teil der Community werden!



Instagram



Facebook

Vereinsmitglieder erhalten
die erste Fahrstunde und
das komplette Lehrmaterial
(Gesamtwert 117.- Euro) gratis

KÖRMER
F a h r s c h u l e

**3 x im
Münchner Osten!**

*„Beim Körmer“
... die Fahrschule, wo das
Fahren Freude macht!*

Karl-Preis-Platz
Melusinenstraße 15
Marx-Zentrum
Max-Kolmspergerstr. 19
Neuperlach-Süd
Gustav-Heinemann-Ring 125

☎ 089 - 40 21 56
www.koermer-fahrschule.de



Fußball - Jugend

Der Start ins neue Jahr 2026 stand für die Fußballabteilung ganz im Zeichen des Hallenfußballs und der gemeinsamen Vereinsarbeit. Am Wochenende des 03.01. und 04.01.2026 war unser Verein Gastgeber der Hallen-Kreismeisterschaft, die zahlreiche Mannschaften, Zuschauer und Gäste in unsere Halle lockte. Über beide Tage hinweg herrschte eine großartige Atmosphäre, geprägt von spannenden Spielen und fairem sportlichem Wettbewerb. Ein besonderer Dank gilt dem Gastgeber team für die hervorragende Bewirtung, die bei Gästen und Teilnehmern gleichermaßen großen

Zuspruch fand. Ebenso bedanken wir uns herzlich bei allen Helferinnen und Helfern, die mit ihrem Einsatz vor und hinter den Kulissen zu einem reibungslosen Ablauf beigetragen haben.

An den darauffolgenden Wochenenden, dem 10./11.01.2026 sowie dem 17./18.01.2026, richtete unser Verein eigene Hallenturniere aus. Auch diese

Veranstaltungen waren ein voller Erfolg. Zahlreiche Mannschaften folgten den Einladungen und die Halle war an allen Turniertagen bestens besucht. Für das leibliche Wohl sorgte erneut der SVN mit einer tollen Bewirtung, die von allen Beteiligten sehr geschätzt wurde.

Die Durchführung solcher Turniere ist nur durch gemeinschaftliches Engagement möglich – deshalb geht auch hier ein großer Dank an alle Helfer, Mitarbeiter und Organisatoren, die diese Wochenenden möglich gemacht haben.

Wir benötigen dringend mehr Unterstützung durch Eltern und Freunde!

Ansprechpartner

Bernd Klemm

Abteilungsleiter

fussball@svn-muenchen.de

Murat Yasar

Jugendleiter

fussball-jugend@svn-muenchen.de

Fußball



1. Herrenmannschaft

Sportlich blickt die 1. Mannschaft auf eine herausfordernde erste Hälfte der Landesliga zurück, die auf dem letzten Tabellenplatz beendet wurde. Das Team befindet sich derzeit unter der Leitung unseres Trainers in einem starken Umbruch. Mit viel Einsatz und neuen Impulsen wird intensiv an der Vorbereitung auf die Rückrunde gearbeitet. Das erste Testspiel der Wintervorbereitung war für den 01.02.2026 angesetzt und liefert uns wichtige Erkenntnisse für den weiteren Verlauf.

2. Mannschaft

Der Trainings- und Spielbetrieb wurde am 25.01.2026 mit einem ersten Testspiel wieder aufgenommen, bevor auch hier der Fokus auf eine erfolgreiche zweite Saisonhälfte gelegt wird.

Die Fußballabteilung bedankt sich bei allen Unterstützern, Ehrenamtlichen und Fans für die anhaltende Unterstützung und freut sich auf die kommenden sportlichen Herausforderungen im Jahr 2026.

Neues Gesicht in der Fußballabteilung

Der SVN München holt Mentor Ptygaj. Nach einem unausweichlichen, spürbarem Umbruch, beginnt eine Phase des Neuaufbaus mit klaren Strukturen, einer langfristigen sportlichen Ausrichtung und dem festen Willen, Stabilität und Identität zurückzugewinnen.

Mit Mentor Ptygaj übernimmt ab sofort ein erfahrener Fußballfachmann die sportliche Leitung der Fußballabteilung. Seine Kernaufgabe wird es sein, das Trainer team gezielt zu unterstützen – vor allem dort, wo wichtige Arbeit häufig im Hintergrund geschieht. Dazu zählt insbesondere die Sicherung des bestehenden Spielerkaders sowie die gezielte Neugewinnung von Spielern, die sportlich wie menschlich zum neuen Konzept des Vereins passen.

Ein weiterer Schwerpunkt seiner Tätigkeit liegt in der Stabilisierung interner Strukturen. Bestehende Defizite sollen Schritt für Schritt aufgearbeitet werden, um ver-



lässliche Abläufe zu schaffen, die sowohl dem sportlichen Alltag als auch der langfristigen Entwicklung der Mannschaft gerecht zu werden. Ziel ist es, ein Umfeld zu etablieren, in dem Trainer und Spieler ihre volle Leistungsfähigkeit entfalten können.

Um die vielfältigen Aufgaben zu bewältigen, übernimmt Mentor Ptyqaj darüber hinaus mit sofortiger Wirkung auch die Funktion des stellvertretenden Abteilungsleiters.

Wir heißen Mentor herzlich Willkommen in der Abteilung und freuen uns auf eine ganz tolle Zusammenarbeit!

Kooperation mit Brücke e.V.

Seit fast einem Jahr besteht zwischen der Fußballabteilung und der Brücke e.V. eine Kooperation. Die Brücke e.V. setzt sich für Menschen bzw. Jugendliche ein, welche durch strafbare Vergehen Sozialstunden ableisten müssen. Hier arbeiten wir intensiv mit der Brücke zusammen, um den Jugendlichen neue Perspektiven zu geben und um diese durch die Verrichtung von Sozialstunden vor der Inhaftierung zu schützen bzw. zu bewahren! Wir freuen uns auch in 2026 weiterhin mit der Brücke e.V. die Kooperation fortführen zu können!

Integrationsarbeit

Weiterhin ist Ibrahim bei uns als Trainer und gute Seele der Abteilung tätig. Ibrahim kam vor ein paar Jahren aus Sierra Leone nach Deutschland, um Schutz zu suchen. Wir haben uns dafür eingesetzt, dass Ibrahim ein Zuhause gefunden hat und haben uns eingesetzt, ihn vor der Abschiebung zu bewahren! Wir sind stolz auf Ibrahim für seine Arbeit bei uns und freuen uns ihn weiterhin als „gute Seele“ in der Abteilung halten zu können.



Wir freuen uns euch bei unseren Spielen begrüßen zu dürfen! Kommt gerne alle vorbei!! In Neuperlach nur der SVN!!



Saisoneröffnungsfeier Tennis
am Samstag, den 12.04.2026 ab 19 Uhr
alle sind herzlich willkommen!

Öffnungszeiten:

Montag 14:30 - 22:30 Uhr
Dienstag - Samstag 12:00 - 22:30 Uhr
Sonn- und Feritage 12:00 - 21:30 Uhr

Vielen Dank für Ihre Unterstützung und bleiben Sie gesund!

Aktuelle Informationen können Sie aus unserer Homepage entnehmen:

dafrancesco-staudinger.de

Abteilung Gymnastik

Daniel (Kraft + Dehnen), Freitag, 19:00-21:00 Uhr, Sportpark, Sportraum EG)

„Früher kam mir die zehn Kilo Stange noch unheimlich schwer vor,“ scherzt Martina.

Die Teilnehmerinnen unseres Kurses bewältigen inzwischen Kniebeugen mit einem Gewicht von einem ganzen Zentner auf den Schultern – ohne dabei auch nur ins Schwitzen zu geraten, denn das regelmäßige „Draufpacken“ von kleinen Gewichten, den sogenannten „Salamischeiben“ hat sich bezahlt gemacht. Herzlichen Glückwunsch an Annette und Martina zu der erfolgreichen Jahresbestleistung im Kniebeugen mit 50 Kilogramm auf der Langhantel. Und das nicht nur einmal, mit gleich fünf tadellosen Wiederholungen in einem Satz, von den regelmäßigen Bestleistungen der anderen Teilnehmer ganz zu schweigen... Regelmäßiges Krafttraining mit kleinen Steigerungen führt nun mal unweigerlich zu mehr Kraft und die Dehnübungen zu mehr Geschmeidigkeit.



Gymnastik

Mit schwerem Herzen verabschieden wir uns von Walter und Marianne, zwei langjährige Mitglieder unserer Gruppe „Kraft + Dehnen“. Sie wechseln zum Tanzkurs im SVN Sportcenter und möchten dort ihre Leidenschaft fürs Tanzen wieder aufleben lassen.

So ist das Jahr nun mit regelmäßigem Training und der leckeren Pizza aus dem K2 an uns vorübergezogen, denn ohne das richtige Essen bringt das ganze Training auch nur die Hälfte. Daher freuen wir uns mit Euch auf ein neues und erfolgreiches Trainingsjahr mit all unseren Vereinsmitgliedern und deren Familien.

Viele Grüße
Daniel

Annette (Ganzkörper-Workout und -gymnastik, Dienstag, 19:00-20:00 Uhr, Sportpark, Sportraum OG)

Seit vielen Jahren bin ich Teilnehmerin in verschiedenen Kursen der Abteilung Gymnastik. Ich bin ehemalige Leistungs-



schwimmerin mit einem Trainerschein für Schwimmen. Zunächst habe ich daher beim SVN-Schwimmen als Vertretung ausgeholfen. Seit 2024 besitze ich eine Übungsleiterlizenz für Gymnastik. Bisher übernahm ich in den Ferien oder bei sonstigem Bedarf die Vertretung verschiedener Gymnastik Stunden beim SVN. Da Yvonne ihre Stunden (Bodystyling und Pilates) am Dienstag aufgibt biete ich ab 10. März regelmäßig einen Kurs „Ganzkörper-Workout und -gymnastik“ an. Der Kurs hat eine Ganzkörperkräftigung und -mobilisierung zum Ziel. Zu Beginn der Stunde wird die Intensität höher sein und dann durch mehr Dehnungs- und Mobilitätsübungen ergänzt. Schaut doch gerne mal vorbei.

Amandine (Zumba®, Donnerstag, 19:30-20:30 Uhr, Sportpark, Sportraum OG)

Fahrtwind für den Zumba® Fitness-Kurs im SVN Sportpark

Seit Mai 2025 läuft donnerstags um 19:30 Uhr im SVN Sportpark der Zumba® Fitness-Kurs mit Amandine. Er hat sich mittlerweile gut etabliert und eine feste Gruppe von etwa 15-20 Teilnehmer*innen. Zu Musik aus dem lateinamerikanischen Raum, aber auch aus weiteren Teilen der Welt, wie z.B. indische/arabische Rhythmen oder auch Partysongs, werden „Choreographien“ getanzt. Dabei kann man perfekt vom stressigen Alltag durch mitsingen, klatschen und mitschreien abschalten.

Für Abwechslung sorgen Besuche weiterer Zumba® Gasttrainer*innen, kreative Mottopartys sowie Songs, die besonderen Anlässen gewidmet sind – etwa eine Halloween Stunde mit passenden Accessoires oder weihnachtliche Musik in der Adventszeit.

Spontan Entschlossene sind immer willkommen, sich der fröhlichen Gruppe anzuschließen und mitzutanzten. Zumba® ist für alle gedacht, die sich gut fühlen möchten und Freude an Bewegung haben. Hier geht es nicht um Perfektion, sondern um Spaß an der Musik und gemeinsames Schwitzen.

Unsere Übungsleiterin Sheila gestaltet mit viel Engagement und Herzblut die Trainingsstunden ihres Kurses „Fun Kids“. Mit abwechslungsreichen und kindgerechten Übungen sorgt sie dafür, dass Bewegung, Spaß und Gemeinschaft für die Kinder immer im Mittelpunkt stehen.



Sheila (Fun Kids, Dienstag, 17:00-18:30 Uhr, Schule Gerhart-Hauptmann Ring)
 Fun Kids – Ein besonderer Ausflug in der Weihnachtszeit

In der Weihnachtszeit hatte sich Sheila etwas ganz Besonderes einfallen lassen: Gemeinsam mit den Kindern unternahm sie einen Ausflug auf den Weihnachtsmarkt in Haidhausen. Begleitet wurden sie dabei von vielen Eltern, die sich gerne angeschlossen haben.

Die erste Station war ein echtes Highlight: Afrikanische Trommeln, gespielt von Musikern, sorgten für einen eindrucksvollen Auftakt. Anschließend wurde eine große Krippe bestaunt, die bei Groß und Klein für weihnachtliche Stimmung sorgte. Natürlich durfte auch das leibliche Wohl nicht zu kurz kommen – bei Pommes konnten sich alle stärken und den Ausflug gemütlich ausklingen lassen.



Der Nachmittag hat allen sehr gut gefallen und hat einmal mehr gezeigt, wie schön der Zusammenhalt in der Gruppe ist. Fun Kids ist wirklich eine tolle Truppe, und ein großes Dankeschön geht an Sheila für die Organisation und ihr großes Engagement für unsere Kinder.

Der Nachmittag hat allen sehr gut gefallen und hat einmal mehr gezeigt, wie schön der Zusammenhalt in der Gruppe ist. Fun Kids ist wirklich eine tolle Truppe, und ein großes Dankeschön geht an Sheila für die Organisation und ihr großes Engagement für unsere Kinder.



Ansprechpartnerin
 Ulrike Wibbe
 Abteilungsleiterin
 gymnastik@svn-muenchen.de

Hilde Kutscher
 Jugendleiterin (kommissarisch)

Gymnastik



ALLE
Zumba KönigInnen
WILLKOMMEN

Zumba® Kurs mit Amandine
 im SVN Sport-Park
 Fritz-Erler-Str. 3, München

DONNERSTAGS 19:30 ✨



Schwimmen mit Ulrike, Gerlinde, Claudia und Susan – Bewegung, Gesundheit und Gemeinschaft



Unsere Schwimmtrainerinnen sorgen nicht nur für sichere und fundierte Schwimmausbildung, sondern auch für ein herzliches Miteinander. In der Weihnachtszeit feierten sie gemeinsam mit ihren Teilnehmerinnen und Teilnehmern eine gemütliche Weihnachtsfeier bei Aloisius, bei der der Austausch und das Zusammensein im Vordergrund standen.

Unser Team gibt Schwimmunterricht vom Anfänger bis zum Sport-

schwimmer und begleitet ihre Kurse mit viel Fachwissen, Geduld und Freude am Sport. Denn richtiges Schwimmen will gelernt sein – und lohnt sich in jeder Hinsicht.

Schwimmen ist ein echtes Allround-Training: Die Bewegung im Wasser belebt die Sinne und stärkt den gesamten Körper. Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer werden gleichermaßen gefördert. Durch die Tragfähigkeit des Wassers werden die Gelenke geschont, während Herz-Kreislauf-System und Stoffwechsel angeregt werden. Ganz nebenbei verbessern sich

Gleichgewichtssinn, Koordinationsfähigkeit und das allgemeine Wohlbefinden – und das alles bei viel Spaß und guter Laune. Unser Angebot für Erwachsene umfasst Anfängerschwimmkurse bis hin zu Kursen zur Technikverbesserung sowie Wassergymnastik, bei der sportlicher Anspruch und Freude an der Bewegung im Wasser mit Musik kombiniert werden. Ein herzliches Dankeschön an Ulrike und ihr Team für ihr Engagement – im Wasser und darüber hinaus!



Gymnastik



Liebe Handball-Familie, liebe Eltern und Fans,

in dieser Saison liegen Abschied und Neuanfang bei uns nah beieinander. Während wir den Spielbetrieb unserer Damenmannschaft aufgrund personeller Engpässe leider pausieren mussten, erleben wir an anderer Stelle einen regelrechten Boom: Bei den Minis sowie der E- & D-Jugend können wir uns vor Zulauf kaum retten!

Dieser erfreuliche Ansturm stellt uns jedoch vor Herausforderungen. Damit unser Handball-Nachwuchs weiter aufblühen kann, arbeiten Abteilungsleitung, Eltern und Geschäftsstelle aktuell auf Hochtouren. Unser Ziel für die Saison 2026/2027 ist klar: Wir wollen die Jugendmannschaften nicht nur halten, sondern aufstocken.

Dafür brauchen wir EUCH – auf dem Platz und hinter den Kulissen!

Wir suchen dringend Handballbegeisterte, die Lust haben, sich als Trainer oder Betreuer einzubringen. Zudem steht in diesem Jahr die Neuwahl der Abteilungsleitung an. Das ist der perfekte Zeitpunkt für alle, die nicht nur zuschauen, sondern aktiv mitgestalten wollen. Wir würden uns sehr über frischen Wind und Unterstützung in der Handballabteilung freuen. Fühlt ihr euch angesprochen? Sprecht uns einfach an – jede helfende Hand und jede neue Idee zählt.

Ein riesiges Dankeschön geht zudem an unseren Förderverein (www.fhn-muenchen.de). Dank einer großartigen Spendenaktion konnten wir unsere kompletten Jugendteams mit über 70 neuen Trikots ausstatten. Vielen Dank an alle Spender und Sponsoren, die das möglich gemacht haben!

*Eure Abteilungsleitung,
Andi, Tobi & Peter*

Herren

Eine beeindruckende Zwischenbilanz zieht unsere erste Männermannschaft in der laufenden Saison der Bezirksklasse. Mit 18:4 Punkten aus 11 Begegnungen hat sich der SVN München fest auf dem zweiten Tabellenplatz etabliert und hält den Druck auf den Spitzenreiter HT München IV hoch.

Bereits zu Beginn der Saison zeigte die Mannschaft ihren Torhunger. Ende September startete das Team mit einem fulminanten Heimsieg gegen die HSG B-one,

bei dem die Anzeigetafel im Sportpark am Ende fast 40 Tore für den SVN anzeigte. Dieser Trend setzte sich im „Goldenen Oktober“ fort, als man auswärts beim TSV Haar mit einem deutlichen Erfolg (Endstand ca. 33:23) die Punkte entführte und auch den Krimi beim Kirchheimer SC Ende Oktober für sich entschied.

Der November forderte das Team physisch und mental. Nach einem hart erkämpften Auswärtssieg beim TSV Sauerlach II kam es Ende November zum absoluten Spitzenspiel gegen den Tabellenführer HT München IV. In einer torreichen Partie in Taufkirchen musste sich unsere Mannschaft trotz großer Gegenwehr und fast 30 eigenen Treffern am Ende geschlagen geben. Es war einer der wenigen Dämpfer in einer sonst fast makellosen Hinrunde.

Die Reaktion der Mannschaft auf diese Niederlage war jedoch vorbildlich. Im Dezember und Januar startete der SVN eine beeindruckende Siegesserie:

Einem Offensiv-Spektakel gegen SF Föching (Sieg mit über 30 Toren) folgte ein defensiv geprägter Arbeitssieg gegen den TSV Vaterstetten II Mitte Dezember. Das neue Jahr 2026 begann, wie das alte endete: Mit Siegen. Sowohl das Rückspiel gegen die HSG B-one als auch die Heimspiele gegen HC Inntal II und zuletzt gegen den TSV Haar wurden souverän gewonnen. Besonders die Defensive stand im Januar stabil und ließ gegen Haar keine 20 Gegentore zu.

Mit einer Tordifferenz von +57 und der zweitbesten Offensive der Liga (394 Tore) ist die Richtung klar: Wir bleiben dran! Der Rückstand auf Platz 1 beträgt lediglich zwei Punkte. Wenn das Team diese Form hält, ist im Saisonendspurt noch alles möglich.

Kommt in den Sportpark und unter-

Männliche E-Jugend

stützt die Jungs bei den restlichen Spielen! Wir kämpfen weiter um jeden Punkt.

Die männliche E-Jugend besteht im Kern aus dem 2016er Jahrgang, der zum Teil schon bei den Minis erste Handballerfahrung sammeln konnte, einigen Neuzugängen und einer Handvoll „alter Hasen“ aus dem 2015er Jahrgang.

Der Saisonbeginn war daher von der großen Umstellung geprägt, die die E-Jugend mit sich bringt: es wird erstmalig auf das große Feld und mit sechs Feldspielern gespielt - eine neue Herausforderung für die räumliche Orientierung, die konditionellen Fähigkeiten und das Entscheidungsverhalten der Kinder.

Handball



Nach einer anfänglichen Eingewöhnungsphase sind die Jungs inzwischen spielerisch angekommen und können die Begegnungen meist auch gegen körperlich überlegene Spieler durch viel Kreativität und Teamgeist offen gestalten.

Unser Schwerpunkt im Training bleibt daher weiterhin die kreative Spielfähigkeit, d.h. variabel und schnell Lösungen für offene Spielsituationen zu finden. Gleichzeitig werden wir einen besonderen Fokus auf die Vermittlung der Ballfertigkeiten und speziell den Torwurf legen, damit die Jungs künftig noch mehr Erfolgserlebnisse aus den vielen Torchancen mitnehmen, die sie jetzt schon kreieren.

Mit diesem Rüstzeug und dem tollen Teamgeist kann die neue Saison kommen!

Weibliche E-Jugend

Unsere Mädels der weiblichen E-Jugend, die seit Anfang der Saison zusammen mit den Jungen als gemischte Jugend geführt wird, entwickeln sich prächtig. Die Mannschaft entstand ursprünglich aus den wenigen Spielerinnen des letzten Jahres und besteht heute aus einer gesunden Mischung der Jahrgänge 2015 und 2016.

Das Team erfreut sich eines ständigen Zuwachses durch neue, begeisterte Handballerinnen. Dass wir uns aktuell in einer Aufbauphase befinden, zeigt die Zusammensetzung beim letzten Turnier:

Von den 12 angetretenen Spielerinnen spielten lediglich zwei länger als ein Jahr Handball. Doch genau dieser Mix aus Neulingen und den „Routiniers“, die teilweise schon erste Gehversuche in der D-Jugend machen, wächst von Training zu Training und von Turnier zu Turnier enger zusammen.

Die Begeisterung für den Sport spiegelt sich in der hohen Beteiligung

wider. Mittlerweile nehmen regelmäßig zwischen 28 und 30 Kinder am Training teil, das gemeinsam mit den Jungen der gemischten E-Jugend absolviert wird. Der Fokus der Trainingseinheiten liegt aktuell ganz klar auf den Basics:

- Sicheres Werfen und Fangen
- Kontrolliertes Prellen
- Präzises Passspiel

Bevor wir uns komplexeren Themen wie der räumlichen Orientierung oder kreativen Spielzügen widmen, legen wir hier das Fundament. Die Früchte dieser Arbeit sind bereits deutlich sichtbar: Die Spielerinnen

sind heute deutlich weiter als zu Saisonbeginn und haben bemerkenswerte Fortschritte gemacht.

Im vergangenen Spielfest beim TSV Forstenried konnten wir diese starke Trainingsbeteiligung zwar noch nicht mit einem Sieg belohnen, doch Spiel für Spiel steigerte sich das Zusammenspiel. Die anfängliche Nervosität wich spürbarer Spielfreude, unterstützt durch eine starke Torhüterleistung.

Die Arbeit mit den inzwischen über 15 Mädels macht Timo und mir großen Spaß, da die Entwicklungskurve steil nach oben zeigt. Wir freuen uns auf die weiteren Turniere der Rückrunde. Mit Blick auf die Saison 26/27 freuen wir uns besonders auf die weitere Entwicklung des 2016er Jahrgangs sowie die gezielte neue Förderung des 2015er Jahrgangs beim Übergang in die D-Jugend. Die neue Saison kann sehr gerne kommen!

Männliche D-Jugend

Die Saison 2025/26 war für die männliche D-Jugend vor allem eines: ein großer Schritt nach vorne in der sportlichen Entwicklung. In der Bezirksklasse zeigten die Jungs, wie sehr sie sich im Laufe der Spielzeit sowohl individuell als auch als Team verbessert haben.

Im Training wie auch im Spielbetrieb waren deutliche Fortschritte zu erkennen. Passspiel, Spielübersicht und Zusammenspiel wurden sicherer, während sich auch in der Abwehr das Stellungsspiel und das gegenseitige Aushelfen spürbar weiterentwickelten. Besonders erfreulich war, dass die Mannschaft immer mutiger auftrat und das im Training Erlernte zunehmend selbstbewusst im Spiel umsetzte.

Neben den handballerischen Fähigkeiten wuchs auch der Teamgeist. Die Spieler unterstützten sich gegenseitig, zeigten Einsatz bis zum Schlusspfiff und gingen fair sowie respektvoll miteinander und mit den Gegnern um. Genau diese Mischung aus Lernbereitschaft, Zusammenhalt und Spaß am Handball macht die Saison aus Vereinssicht so wertvoll.

Unabhängig von den hervorragenden Ergebnissen kann die Mannschaft stolz auf ihre Entwicklung sein. Die Saison 2025/26 hat eine starke Basis für die kommenden Jahre gelegt und gezeigt, welches Potenzial in diesem Team steckt.



weibliche E-Jugend

Ungeschlagen an die Spitze: Weibliche D-Jugend feiert jetzt schon die souveräne Meisterschaft!

Was für eine Bilanz: Unsere weibliche D-Jugend hat eine Hinrunde der Superlative hinter sich. Mit einer beeindruckenden Serie von Siegen hat die Mannschaft nicht nur die Tabellenspitze erklommen, sondern auch eindrucksvoll unter Beweis gestellt, dass sie bereit für neue Herausforderungen ist.

Dominanz auf ganzer Linie

Von Spieltag eins an ließen die jungen Talente keinen Zweifel an ihren Ambitionen. Sowohl durch eine sattelfeste Abwehr, blitzschnelle Tempogegenstöße als auch durch die tolle Arbeit unserer Torhüterin konnten die Mädels oft sehr eindeutige Siege erzielen.

Belohnung für harte Arbeit

Die tolle Leistung auf dem Spielfeld ist kein Zufall, sondern das Ergebnis von Fleiß und Freude am Training. Als verdiente Belohnung für diese Dominanz steht nun fest: In der kommenden Spielzeit wird die Mannschaft in der höheren Liga (Bezirksliga) antreten. Dort warten neue, spielstarke Gegner und spannende Duelle auf unsere Mädels.

Wir sind stolz auf eure Entwicklung und freuen uns darauf, euch nächste Saison in der neuen Spielklasse wirbeln zu sehen!

Eure Trainerinnen, Alice und Sanja



Ansprechpartner

Andreas Weingardt

Abteilungsleiter

handball@svn-muenchen.de

Daniel Marx

Jugendleiter

handball@svn-muenchen.de



Klettern

Bouldercup Edge Heroes

Am 14.12.2025 ging bei uns im SVN Kletterzentrum der Bouldercup „Edge Heroes“ über die Bühne. Mit 57 Teilnehmer*innen haben wir in allen Altersgruppen tolle Leistungen bestaunen dürfen und den Kletter*innen live bei der Lösung der teils sehr kniffligen Boulder zusehen können.

Insgesamt gab es für die Altersgruppe 6-10 10 Boulder ohne Finale und ab 10-18 Jahren 20 Boulder in der Qualifikationsrunde mit anschließenden Finalen für die Altersgruppen 14-16 Jahre und 16-18 Jahre. Auch wenn sich manche Final-Boulder als sehr hartnäckig erwiesen, konnten einige geknackt werden.

Wir freuen uns schon auf den nächsten Wettkampf!

Routenbau

Im neuen Jahr haben wir bereits wieder viele neue Boulder für euch gebaut.

Alle Sektoren im Boulderbereich sind nach dem Cup wieder vielfältig bestückt worden, um euch ein spannendes Klettererlebnis zu bieten.

Auch dieses Jahr haben wir unser Griffsortiment wieder ausgebaut und können dadurch für euch abwechslungsreiche und moderne Kletterrouten schrauben. Wir freuen uns darauf, wenn ihr die Routen testet und uns Feedback gebt. Unsere Community ist im Wachstum begriffen und wir sind froh, euch als Mitglieder zu haben. Für die Unterstützung durch euch möchten wir uns herzlich bedanken.

Ansprechpartner

Björn Plass

Leiter Sportpark

sportpark@svn-muenchen.de



Klettern

Anfänger*in oder Fortgeschrittene im Klettern?

Wir bieten auf unserer Homepage regelmäßige neue Kurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an. Wenn Ihr einen passenden Kurs gefunden habt, schickt uns einfach ein Email an klettern@svn-muenchen.de mitsamt dem Anmeldeformular, welches Ihr auf unserer Homepage findet.

Auf unserer Homepage findet Ihr alle Kletterkurse unserer Abteilung aufgelistet. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene: Bei uns finden alle die passenden Kurse.

Wir freuen uns auf Euch!

Klettertrainer*innen gesucht! ÜL-Basis

Wir stellen ab sofort ein!

Du hast eine Ausbildung zum „Trainer C“ oder „Kletterhallenbetreuer“ abgeschlossen und bist auf der Suche nach einer Tätigkeit, bei der du dein erworbenes Wissen weitervermitteln kannst?

Dann bist du bei uns richtig!

Wir stellen Trainer*innen für Kletter- und Boulderkurse ein. Die Hauptaufgabe ist die Betreuung, Einweisung und Lehrtätigkeit im Bereich Klettern und Bouldern, bei Können und Interesse auch die Führung von Klettertrainingsgruppen zur Leistungssteigerung. Wenn du Freude an dieser Tätigkeit hast und die Sportart Interessierten gerne näherbringst, dann melde dich bei uns unter sportpark@svn-muenchen.de, Betreff: „Klettertrainer-Ausbildung“.



Klettern



KLETTERN

BOULDERN

Leichtathletik

Bericht - So LÄUFT laufen!

Am Mittwoch, 7. Januar 2026, startete der Lauf-Kurs und inzwischen wurden die ersten Wochen gut gemeistert! 10 Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren gleich zum Start dabei. Das neue Trainer*innen-Team Ulla und Stefan gibt mit Elan und Freude die eigene Begeisterung fürs Laufen an die Gruppe weiter.

Mittwochs in der Halle wird auf dem Boden, mit Bändern, Springseilen und Blackroll die laufspezifische Kraft und Beweglichkeit ausgebaut.

Freitags geht es zum Laufen an die SEHR frische Luft in den Ostpark. Um bestmöglich vom Tageslicht zu profitieren, ist der Start auf 15:30 Uhr vorgelegt worden. Lauftechnik und immer mehr Ausdauer stehen für gute 60 Minuten auf dem Programm.

Was als 10-Wochen-Kurs begonnen hat, wird als rollierender Kurs fortgeführt. Somit kann man an einem beliebigen Mittwoch einsteigen und nimmt ab dann 10 Wochen lang am Kursprogramm teil.

Natürlich kann der Kurs auch mehrmals durchlaufen werden, denn auch hier gilt wie in allem Neuen: Übung macht Meister*innen.

Wer dazukommen möchte, meldet sich bei der SVN-Leichtathletik-Abteilung.



Leichtathletik

© Ulla Chwalisz

Neue Gesichter im Team

Seit Dezember 2025 unterstützen Ulla Chwalisz und Stefan Pohl Daniel Stadtmüller als Lauf-Trainer und in der Abteilungsleitung. Beide kommen mit vielen Jahren Trainings- und Wettkampferfahrung im Breitensport Laufen.

Bei uns im SVN soll ihr Wissen als DLV-Lauf-Coaches vor allem Erwachsenen LäuferInnen zugutekommen, egal, ob sie EinsteigerInnen oder Fortgeschrittene mit Wettkampfabitionen sind. Ganz nach dem Bedarf unserer Mitglieder, können Ulla und Stefan das planvolle Trainieren für kurze Strecken auf der Bahn, Wald-, Cross- oder Straßenläufe bis Marathon in Verbindung mit dem passenden Kraft- und Beweglichkeitstraining vermitteln. Kommt mittwochs oder freitags im Training vorbei und lasst Euch vom Lauf-Virus anstecken!



Ansprechpartner
Daniel Stadtmüller
Abteilungsleiter
leichtathletik@svn-muenchen.de

Tennis: Rückblick auf die Aktivitäten seit August

Auch nach dem Ende der Sommer-Punktspiele und dem Erscheinen der letzten SVN News hat sich rund um die Tennisabteilung einiges Berichtenswertes ereignet.

Turniere und Punktspiele

Neben dem Mixed hat der BTV auch 2025 wieder eine „After-Work-Runde“ angeboten. Beides findet nach den „normalen“ Mannschaftspunktspielen ab August/September statt. Die Ergebnisse zählen auch für die LK-Wertung. Für die After-Work Runde wurden sechs Mannschaften gemeldet, zwei mehr als 2024. Hier haben zwei Damenmannschaften in ihren Spielebenen (Ligen) den 1. Platz erreicht. An der Mixed-Runde nahmen in diesem Jahr wieder zwei Mannschaften aus dem Herren-/Damen-Bereich teil. Beide wurden in ihren Gruppen jeweils 2. Wir gratulieren den engagierten Spielern zu ihren Erfolgen.

Im September und Oktober 2025 fanden noch zwei LK-Turniere mit zahlreichen Teilnehmern statt.

Die BTV-Winterrunde läuft seit Oktober und ist Mitte März beendet. Mit den Damen, den H40, H60 I & II und H65 nehmen fünf Erwachsenen-Mannschaften daran teil. Erstmals wurden mit den Bambini 12 und den Knaben 15 auch zwei Jugendmannschaften gemeldet.

Arbeiten an den Freiplätzen

Nachdem es im letzten Sommer erneut große Schwierigkeiten mit der Bewässerungsanlage gab, konnten die technischen Probleme bis Ende der Saison weitestgehend gelöst werden. Zudem wurden auf den Plätzen bereits Arbeiten durchgeführt (z. B. Leerung der Sickergruben), die die Situation zum Saisonstart 2026 deutlich verbessern sollten.

Jugend-Clubmeisterschaften und Kinder- & Jugendtraining im Winter

Am 21.9.2025 fanden die Jugend-Clubmeisterschaften statt.

Das Kinder- & Jugendtraining der Tennisschule Raschke erfuhr auch im Winter 2025/26 eine enorme Nachfrage. Die Teilnehmerzahl von über 300 Kindern wurde nur durch die Hallenkapazitäten begrenzt.

Veranstaltungen

Schleiferlturniere

Das letzte Schleiferlturnier der Saison fand im September statt. Die ca. 40 Teilnehmer hatten wie immer großen Spaß.

Abteilungsversammlung

Am 8.10.2025 fand bei Francesco die Abteilungsversammlung Tennis statt.

Saisonabschlussfeier

Die Saisonabschlussfeier der Abteilung am 22. November 2025 bei Francesco war erneut gut besucht. Der Abteilungsleiter, Roland Hormel, ehrte die (in diesem Jahr leider nicht so zahlreichen) Aufsteiger- bzw. Gruppensieger-Mannschaften. „DJ Ronny“ sorgte für die musikalische Umrahmung.

Francesco und seine Mitarbeiter kümmerten sich wie immer um das leibliche Wohl der Gäste.

WhatsApp-Kanal der Tennisabteilung

Seit etwa zwei Jahren hat die Tennisabteilung einen eigenen Kanal auf WhatsApp mit inzwischen 134 Abonnenten!

Der Kanal soll dazu dienen, Mitgliedern und auch sonstigen Interessenten ganz kurzfristig wichtige Informationen zukommen zu lassen, z. B. zu Veranstaltungen, Turnieren, Platzsperrungen und -freigaben oder auch über aktuelle Punktspiele, bei denen die Mannschaften Unterstützung brauchen.

Da auf WhatsApp die Suche nach nicht-gewerblichen Kanälen nicht möglich ist, braucht man zum Beitreten entweder einen Einladungslink (bitte bei der Abteilungsleitung anfragen) oder man scannt ganz einfach mit dem Handy diesen QR-Code:



Ausblick auf die Sommersaison

Die Vorbereitungen auf die Sommersaison 2026 laufen bzw. werden bei Erscheinen dieser SVN News bereits weitgehend abgeschlossen sein.

Bei Redaktionsschluss waren allerdings viele Termine noch nicht festgelegt. Wir informieren euch schnellstmöglich über Aushänge auf der Anlage, unsere Homepage und am aktuellsten immer über die WhatsApp-Gruppe.

Herrichten der Freiplätze

Für das Herrichten der Freiplätze ist für heuer die „Wiederbelebung“ einer früher mehr oder weniger selbstverständlichen Vorgehensweise geplant: Mitglieder unterstützen die Verantwortlichen von der Geschäftsstelle (in erster Linie Nathanael Oquieka) und unseren Platzwart Maximilian Ivan bei den Arbeiten.

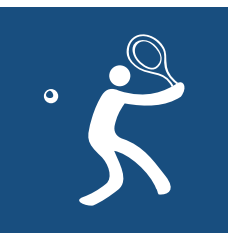
Das „Wie & Wann“ wird rechtzeitig angekündigt. Wir freuen uns über jeden, der mitmacht!

Platzbuchung in der neuen Saison

Die Regelungen zur Platzbuchung bleiben auch 2026 unverändert:

Die Plätze 1-7 werden über die Magnettafel belegt, die Plätze 8-15 können nur über das Online-Buchungssystem (eBu-Sy) reserviert werden.

Was mögliche laufende Verbesserungen betrifft, arbeiten Abteilung und Geschäftsstelle eng zusammen. Wir stehen Euch, wie bisher auch schon, bei Fragen oder Problemen gerne zur Verfügung.



Sanierung der Tennisplätze 1-7

Im Herbst 2026 sollen die Plätze 1-7 von Grund auf saniert werden. Dadurch soll eine möglichst gute Regelung der Feuchtigkeit auf diesen Plätzen langfristig sichergestellt werden.

Verantwortlich für die Sanierung sind Vorstand und Geschäftsstelle, die Tennisabteilung war aber in die Planungen einbezogen. Die vorbereitenden Arbeiten sind abgeschlossen, Angebote liegen vor. Die Umsetzung hängt von der Zuschussgewährung vom BLSV und der Landeshauptstadt München ab.

Termine

Saisoneröffnung bei Francesco

Die Saisoneröffnung findet am 12.05.2026 ab 19 Uhr beim Francesco statt.

Punktspiele

Für die Medenspiele wurden in diesem Jahr 23 Mannschaften gemeldet, dazu kommen zwei Mannschaften des Team München. Sechs Mannschaften treten in

BTV-Ligen, also Landesliga 2 aufwärts, an. Am höchsten, nämlich in der Bayernliga, spielen nach wie vor die Herren 60 I. Bei den Kindern und Jugendlichen wurden heuer sieben Mannschaften gemeldet, zwei weniger als 2025.

In einer Mannschaftsführersitzung im März (genauer Termin folgt) informiert der Sportwart über Ablauf und Neuerungen zum Punktspielbetrieb, und es werden die Trainingszeiten der Mannschaften abgestimmt.

Die Belegung der Plätze durch die Punktspiele stand zum Redaktionsschluss noch nicht fest. Sobald die Planung hierzu abgeschlossen ist, stellen wir sie auf die Internetseite der Abteilung, zusätzlich erfolgt ein Aushang mit der Saisonübersicht.

Kinder- & Jugendtraining im Sommer

Die Tennisschule Raschke bietet auch 2026 ihr „volles Programm“.

Neben dem wöchentlichen Training während der Schulzeiten gibt es auch wieder Feriencamps.

Details finden sich auf der Homepage oder können bei der Geschäftsstelle erfragt werden.

Turniere

Auch dieses Jahr gibt es wieder zwei Jugend- und Nachwuchsturniere:

- Der „SVN Nachwuchs Cup“ für W21 und M21 (Termin folgt)

- Der „SVN Junior Cup“ für U10-U18 (Termin folgt)

Insgesamt sind wieder mehrere LK-Turniere geplant. Die Termine werden möglichst früh kommuniziert.

Die Jugend-Clubmeisterschaften finden in diesem Jahr auch wieder im September statt (genauer Termin folgt).

Schleiferlturniere und andere Veranstaltungen

Die Termine für die Schleiferl-/Doppel-/Mixed-Turniere sind noch nicht festgelegt, das erste wird aber voraussichtlich schon im Mai stattfinden. Bitte Aushänge beachten, Infos über Gabi Halili und unseren WhatsApp-Kanal erfolgen schnellstmöglich.

Das Team München hat sein Abteilungsturnier (mit Fest) voraussichtlich wieder Ende August/Anfang September. Das Turnier ist nur für Mitglieder des Team München, zur Feier sind alle SVN Tennismitglieder herzlich eingeladen. Details werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Abteilungsversammlung 2026

Der Termin der diesjährigen Abteilungsversammlung Tennis („Mitgliederversammlung“) steht noch nicht fest, wird aber schnellstmöglich kommuniziert.

Die Einladung erfolgt fristgerecht wie bisher in der Lokalpresse und auf der Homepage.

Saisonabschluss 2026

Der Termin der diesjährigen Saisonabschlussfeier steht ebenfalls noch nicht fest, wird aber natürlich auch schnellstmöglich bekannt gegeben.

Jugend auf dem Vormarsch

2025 war ein absolutes Erfolgsgeschäft für den Jugendbereich. Mit rund 330 Kindern im wöchentlichen Training und 50 weiteren Kids aus der Europäischen Schule befinden sich die Trainingskapazitäten der Tennisschule Raschke auf den fünf Freiplätzen und den drei Hallenplätzen des SVN am Anschlag.

Es gab fünf Sichtungen und zwei Schnuppertage für Schulen, jeden Donnerstag ein Match und Fitnessstraining in der Sommersaison und Ferienkurse und Camps in den Ferien. In der kommenden Sommersaison 2026 wird die Trainingspalette durch ein intensiv Wochenende für Mannschaftsspieler zu Saisonbeginn ergänzt. Für die jungen Nachwuchstalente gab es Mannschaften vom Kleinfeld U9 über midcourt U10 und bambini 12 bis hin zu Knaben und Mädchen 15 so wie Junioren 18. Somit gibt es vom Wettkampfeinstieg für die Kleinsten in allen Altersklassen bis hin zum Erwachsenenbereich ein geeignetes Team.

Auch Turnierspieler kommen nicht zu kurz. So gibt es fünf LK-Turniere für Jugendliche, aktive und Senioren, 2 DTB Ranglistenturniere und neuerdings ein U10 Turnier mit großem Anklang.

Absolutes Highlight am Ende der Sommersaison sind die SVN Clubmeisterschaften für Jugendliche aller Altersklassen und Spielstärken.

Zum Jahresausklang gibt es auf der Partneranlage der Tennisschule Raschke das traditionelle Nikolausturnier, bei dem sich die SVN Schützlinge auch mit Talenten anderer Clubs messen können.

Erwachsenentraining erfreut sich wachsender Beliebtheit. Das ursprünglich sporadisch stattfindende offene Training ist mittlerweile jeden Dienstag und Donnerstag von 9 bis 11 Uhr zur festen Einrichtung geworden. Über fast learning Kurse finden immer mehr Anfänger und leicht fortgeschrittene Spielerinnen und Spieler den Weg in die SVN Tennisgemeinschaft.

Platzierung Clubmeisterschaft 2025

Kleinfeld - 1. Platz - Filip Erik
Kleinfeld - 2. Platz - Mathieu Lagrave
Kleinfeld - 3. Platz - Emma Kahlo

U10 - 1. Platz - Julia Fiegner
U10 - 2. Platz - Alissa Bardins
U10 - 3. Platz - Phillip Lisa

U12 - 1. Platz - Alvin
U12 - 2. Platz - Gianluca
U12 - 3. Platz - Victoria

U15 - 1. Platz - Nathalia Scurova
U15 - 2. Platz - Vincent Keller
U15 - 3. Platz - Egemen Yilmaz

U18 - 1. Platz - Florian Eberth
U18 - 2. Platz - Simon Bart
U18 - 3. Platz - Christoph Heiß

Ansprechpartner

Prof. Dr. Roland Hormel

Abteilungsleiter

tennis@svn-muenchen.de

Axel Hussner

Jugendwart

axel.hussner@t-online.de

Tennis



Tischtennis

Jugendmannschaften

Der Jugendmannschaftsbetrieb ist für diese Saison abgeschlossen. Die erste Jugendmannschaft hat den Aufstieg in die Landesliga leider knapp verpasst. Am Ende fehlte lediglich ein einziges Einzel. Trotzdem stehen die Chancen gut, dass der Aufstieg in der kommenden Saison gelingt.

Insgesamt waren viele Jugendmannschaften im Einsatz. Durch die große Anzahl an Teams kamen auch viele verschiedene Kinder zum Spielen, einige davon sogar zu ihren ersten Einsätzen im Mannschaftsbetrieb. Genau das ist ein wichtiger Punkt für uns. Wir freuen uns sehr darüber, dass so viele Kinder für unseren Verein an den Tisch gehen und sind stolz darauf, wie engagiert alle dabei waren.

Herren

Auch bei den Herren läuft die Saison insgesamt gut. Die zweite und die fünfte Herrenmannschaft stehen aktuell auf einem Aufstiegsplatz und haben gute Chancen, diesen zu halten.

Für die erste Herrenmannschaft sieht es ebenfalls sehr gut aus. In der Rückrunde ist die Ausgangslage weiterhin sehr positiv, und die Mannschaft geht als klarer Favorit in die verbleibenden Spiele.



Tischtennis

2. Neuperlacher Meisterschaft

Am 8. und 9. November fand in unserer Dreifachturnhalle die 2. Neuperlacher Meisterschaft statt. Über das gesamte Wochenende hinweg wurde ein Turnier mit sechs Leistungs- und Spielklassen ausgetragen. Insgesamt nahmen über 250 Spielerinnen und Spieler teil. Im Vergleich zum Vorjahr konnten wir die Teilnehmerzahl deutlich steigern, mehrere Klassen waren komplett gefüllt.

Die Organisation lief sehr gut, und wir haben viel positives Feedback erhalten. Uns wurde mehrfach zurückgemeldet, dass das Turnier organisatorisch besser umgesetzt war als manche andere Turniere, die bereits seit vielen Jahren ausgetragen werden, obwohl es für uns erst die zweite Neuperlacher Meisterschaft war.

Ein Dank gilt allen Helferinnen und Helfern, die beim Kiosk, bei der Turnierleitung sowie beim Auf- und Abbau unterstützt haben und damit einen wichtigen Beitrag zum Gelingen des Turniers geleistet haben.

Steigende Mitgliederzahlen

Die Tischtennisabteilung verzeichnet weiterhin steigende Mitgliederzahlen. Sowohl im Erwachsenenbereich als auch im Jugendbereich sind viele neue Mitglieder dazugekommen. Besonders im Jugendtraining sind regelmäßig viele Kinder in der Halle, darunter auch viele sehr junge Spielerinnen und Spieler.

Aufstellung Rückrunde

Für die Rückrunde haben wir acht Jugendmannschaften sowie sechs Erwachsenenmannschaften gemeldet. Damit stellen wir eine Jugendmannschaft mehr als zuvor und sind mit sehr vielen Teams im Mannschaftsbetrieb vertreten. Darauf sind wir als Abteilung sehr stolz.



U11 Training und Bambini Mannschaft

Das U11 Training läuft seit einiger Zeit sehr gut und wird regelmäßig von vielen Kindern besucht. Die Gruppe ist konstant groß, und die Kinder nehmen mit viel Motivation am Training teil.

Zum ersten Mal konnten wir außerdem eine Bambini Mannschaft melden. Ziel ist es, Kinder früh an den Tischtennissport heranzuführen und ihnen einen altersgerechten Einstieg zu ermöglichen. Im Training geht es vor allem um grundlegende Dinge wie Ballgefühl, Hand Augen Koordination und einfache Bewegungsabläufe. Auch wenn Fortschritte in diesem Alter manchmal Zeit brauchen, schaffen wir damit eine wichtige Basis, auf der die Kinder später weiter aufbauen können.

Damenmannschaft

Ein weiteres Ziel für die Zukunft ist der Aufbau einer Damenmannschaft. Tischtennis ist insgesamt stark männerdominiert, gleichzeitig gibt es bei uns bereits einige Damen, die regelmäßig trainieren.

Wir möchten gezielt Spielerinnen ansprechen, die früher schon einmal Tischtennis gespielt haben und wieder einsteigen möchten, ebenso wie Frauen, die Lust haben, eine neue Sportart neu zu erlernen. Ziel ist es, langfristig wieder eine eigene Damenmannschaft aufzustellen, die gemeinsam trainiert und am Wettkampfbetrieb teilnimmt.



Ansprechpartner

Tobias Tylla

Abteilungsleiter

tischtennis@svn-muenchen.de

Elijah Elser

Jugendleiter

tischtennis@svn-muenchen.de



Turnen & Ballett

Parkour – Die Kunst der effizienten Bewegung!

Du suchst nach einer Sportart, die dich körperlich und mental herausfordert? Dann ist Parkour genau das Richtige für dich! Beim Parkour geht es darum, Hindernisse auf kreative, effiziente und fließende Weise zu überwinden – sei es durch Sprünge, Klettertechniken oder elegante Bewegungen.

In unserer Abteilung bieten wir freies Parkour-Training für Anfänger und Fortgeschrittene an. Hier kannst du deine Kraft, Ausdauer, Koordination und mentale Stärke verbessern. Egal, ob du neu einsteigst oder dich einfach weiter verbessern willst. Denn Parkour kann jeder machen und es müssen nicht immer die gefährlichsten Sprünge oder die schwierigsten Saltos sein.

Durch seine Vielseitigkeit lässt sich Parkour sehr gut mit anderen Sportarten kombinieren. So kann man Parkour als generelles Bewegungstraining sehen oder man lässt eigene Erfahrungen aus anderen Sportarten

in seinen eigenen Stil mit einfließen.

Parkour ist mehr als nur Sport – es ist eine Lebens-einstellung! Du lernst, Hindernisse nicht als Grenzen, sondern als Herausforderungen zu sehen. Neben körperlicher Fitness fördert Parkour auch Selbstvertrauen und Kreativität.

Egal, ob du deine Schnelligkeit steigern, dich frei bewegen oder einfach Spaß haben möchtest – Parkour bietet dir unzählige Möglichkeiten! Mach bei uns mit, entwickle deine Fähigkeiten weiter und entdecke, was dein Körper wirklich kann.

Du bist interessiert? Dann schau doch gerne bei uns in der Abteilung Trakour vorbei!

Für weitere Infos gerne an trakour@svn-muenchen.de wenden.



Turnen & Ballett

Spiel & Spaß – Der fröhliche Einstieg in die Welt des Sports

Bei Spiel & Spaß tauchen Kinder in eine bunte, lebendige Bewegungswelt ein, in der Lachen, Ausprobieren und Entdecken an erster Stelle stehen. In unserem Kurs erleben die Kinder einen spielerischen Einstieg in die Sportwelt – ganz ohne Leistungsdruck, dafür mit einer großen Portion Freude und Begeisterung.

Im Mittelpunkt stehen abwechslungsreiche Parkour-Elemente, kreative Kinderspiele und die ersten turnerischen Übungen. Die kleinen Sportlerinnen und Sportler können ihre akrobatischen Fähigkeiten testen, mutige Schritte wagen und Neues ausprobieren – sei es am Barren, auf dem Schwebebalken oder in spannenden Bewegungslandschaften.

Unser Team legt besonders großen Wert darauf, den

Kindern positive Erfahrungen zu ermöglichen. Wir fördern nicht nur Bewegung und Motorik, sondern vor allem wichtige Werte wie Selbstvertrauen, Fairness, Toleranz und kreatives Verhalten. Jedes Kind darf bei uns so sein, wie es ist – neugierig, wild, leise, fröhlich oder ganz einfach es selbst.

Spiel & Spaß ist mehr als Sport: Es ist ein Ort, an dem Kinder wachsen, Freundschaften schließen und spielerisch über sich hinauswachsen.

Ansprechpartnerin

Gerlinde Lehmpfuhl

Abteilungsleiterin (kommissarisch)

turnenundballett@svn-muenchen.de

Sportgruppe Taekwondo

Golden Roof Open - Innsbruck

Das internationale Turnier Golden Roof Open zog insgesamt 490 Sportlerinnen und Sportler aus 8 Nationen an und sorgte für eine mitreißende Atmosphäre in der Halle. Der SVN München e.V. war mit 9 Athlet*innen vertreten und konnte eine gute Bilanz vorweisen. Unsere Starter erkämpften sich 3 Goldmedaillen, 2 Silbermedaillen und 3 Bronzemedailles – ein herausragendes Ergebnis bei einem so stark besetzten Wettkampf.

Georgios Kentzeas, Hrvoje Mirkovic und Younes Bouacha zeigten in ihrem Halbfinale bis zum Ende alles und ließen sich nicht hängen. Ihr Einsatz wurde am Ende mit der Bronzemedaille belohnt.

Friederike Reichel und Mariam Bouacha standen bei packenden Finalkämpfen auf der Matte. In Duellen, die die gesamte Halle mitfiebern ließen, mussten sie sich am Ende nur ganz knapp geschlagen geben und durften sich dennoch über eine starke Silbermedaille freuen.

16. Neubiberg Cup

Als erstes Turnier steht jährlich der Neubiberg Cup auf dem Kalender - hier können Nachwuchskämpfer und Breitensportler teilnehmen - Danke an unsere Sportfreunde in Neubiberg für die wieder Mal perfekte Organisation und die herzliche Turnierführung.

Die Betreuung der SVN Sportler im Formen-Wettkampf übernahm dieses Jahr unsere Trainerin Katia Guimare und führte diese sehr souverän zu mehreren Medaillen im Einzel-, Paar und Team-Wettbewerb.

Beim Zweikampf (Vollkontakt-Wettkampf) übernahmen dieses Mal Anna Schindler und Fabio Daniele das Coachen der Wettkämpfer. Fabio kämpfte zu dem selbst und lieferte sich mit seinen Gegnern jeweils wahre „Schlachten“ und gewann die Goldmedaille in seiner Leistungsklasse.

Die Goldmedaillen konnten sich nach einem langen und kräftezehrenden Wettkampftag Annika Hanisch, Christos Adalouzidis und Dzenifer Cehic sichern. Mit beeindruckender Konzentration, Dominanz und taktischer Überlegenheit entschieden sie ihre Finalkämpfe für sich und brachten verdient Gold mit nach Hause.

Herzlichen Glückwunsch an alle Medaillen-Gewinner des SVN München.

geschrieben von Stefano Quagliata



Das Team des SVN München e.V. erreichte aufgrund der großartigen Leistung jedes einzelnen Sportlers, der betreuenden Coaches und Eltern bei 23 teilnehmenden Vereinen einen hervorragenden 2. Platz in der Mannschaftswertung und war nur 3 Punkte hinter dem erstplatzierten Verein.

Es war einfach ein schöner und auch erfolgreicher Tag, bei dem die Nachwuchssportler gezeigt haben, dass mit Ihnen in diesem Jahr auch bei den großen Turnieren zu rechnen ist. Wir freuen uns schon auf den Neubiberg Cup 2027.

Taekwondo



Ansprechpartner
Siegfried Mai
Sportgruppenleiter
taekwondo@svn-muenchen.de



Volleyball

Weihnachtsturnier

Während das Jahr erst begonnen hat, neigt sich die Saison 25/26 schon wieder dem Ende zu. Eine gute Gelegenheit, auf die letzten Monate in der Volleyballabteilung zurückzublicken!

Kurz vor Weihnachten lud die Abteilungsleitung zum traditionellen Weihnachtsturnier ein, bei dem sich alle Abteilungsmitglieder jedes Jahr aufs Neue gerne wiedertreffen und einen vorweihnachtlichen Abend im Sportpark verbringen. Dabei wurden die Teams für jeden Satz neu zusammengelost und haben bei Weihnachtsdisco und Plätzchen den Sportpark zum Beben gebracht.



Volleyball



Damen 1

Erfolgreiche erste Saison-Hälfte dank neuer Technik
Die erste Damenmannschaft des SVN schlägt sich auch in ihrer zweiten Saison in der höchsten Liga Oberbayerns, der Bezirksliga beachtlich. Mit 18 Punkten steht



man Mitte Januar auf Platz vier der Tabelle bei zwei verbleibenden Spieltagen. Diese haben es allerdings in sich, da es fast ausschließlich gegen Mannschaften geht, gegen die man in der Hinrunde nur ganz knapp gewinnen konnte oder sogar verloren hat.

Viel Erfolg verspricht sich das Team um Trainer Thuan jedoch von einer ganz außergewöhnlichen neuen Technik. Der sogenannten „Chicken Wing“ Abwehr. Hierbei wird ein nahezu unhaltbarer Ball durch das Hochreißen der Ellenbogen doch noch perfekt zum Zuspieler gelenkt. Da freut sich auch unser neues Mannschaftsmaskottchen „Kaki“ jedes Mal, wenn auf diese spektakuläre Weise ein vermeintlicher Punktgewinn für den Gegner doch noch entschärft werden kann.



Damen 2

Die junge Mannschaft sammelt in ihrer ersten Saison im Erwachsenen-Spielbetrieb nicht nur jede Menge Erfahrung, sondern konnte auch schon zwei Spiele gewinnen. Leider sind die Mädels aufgrund von Auslandsaufenthalten und Krankheit an fast jedem Spieltag nur äußerst knapp besetzt. Nichtsdestotrotz ist die Stimmung immer gut und die Motivation bei den Anwesenden enorm. Linus, der neue Trainer, hat viel an den Technikelementen Aufschlag und Annahme gearbeitet, was man inzwischen deutlich an der spielerischen Qualität der Matches sehen kann.

Jugend weiblich

U20

Hierbei handelt es sich fast um die ganze Mannschaft der Damen 2. Leider wurde das Team ebenfalls immer wieder durch mangelnde Quantität an Spieltagen geschwächt. Doch auch hier konnten die Mädels am Ende zwei Siege für sich verbuchen und sind hoch motiviert, in der nächsten Saison noch besser mithalten zu können.

U18

Unsere Jüngsten nehmen noch nicht am Spielbetrieb teil. Mit großem Engagement verbessern die Mädchen jedoch jeden Dienstag ihr technisches und taktisches Können. Inzwischen probieren sich die Ersten bereits an der sehr komplexen Technik des Sprungaufschlags und auch das Spielen auf dem Großfeld 6:6 klappt immer besser.



Herren

Die erste Herren-Mannschaft des SVN bietet in dieser Ausgabe ein wenig Volleyball-Fachkunde als Fortbildung für alle Volleyballer und Fun-Fact für alle Nicht-Volleyballer. Das Thema heute: Die Pipe.

Die Pipe gehört zu den spektakulärsten und effektivsten Angriffsmöglichkeiten im modernen Volleyball. Dabei greift der Außenangreifer oder Diagonalspieler aus dem Hinterfeld (Position 6) an – meist im hohen Tempo und idealerweise im Schatten des Mittelblockers. Richtig ausgeführt, ist die Pipe kaum zu verteidigen und ein wichtiges taktisches Mittel, um gegnerische Block- und Abwehrsysteme unter Druck zu setzen. Die Pipe ist ein **schneller Hinterfeldangriff** über die Mitte. Der Zusprieler spielt einen kurzen, schnellen Ball in den Rückraum, während der Angreifer mit vollem Anlauf aus Zone 6 in die Luft steigt. Wichtig ist, dass der Angreifer hinter der 3 Meter Linie abspringt, aber im Flug über die Linie gelangen darf.

Für die perfekte Pipe sind **Timing und Absprache** entscheidend. Vor jedem Spielzug erfolgt eine klare Kommunikation zwischen Zusprieler und Angreifer, häufig über Handzeichen, die anzeigen, ob eine Pipe gespielt wird, welches Tempo gewählt wird oder ob der Angriff als Täuschung dient. Der Angreifer startet frühzeitig in den Anlauf, der Zusprieler spielt den Ball in den Lauf, und der Ball sollte knapp über der Netzkante ankommen – hoch genug zum Schlagen, niedrig genug, um den Block zu überlaufen. Das ideale Timing entsteht, wenn Angreifer und Zusprieler nahezu gleichzeitig in der Luft sind. **Der Anlauf** ähnelt dem eines Außenangreifers, ist jedoch zentraler ausgerichtet. Der Startpunkt liegt leicht hinter Zone 6, der Winkel ist leicht diagonal zur Mitte, und der Absprung erfolgt explosiv hinter der 3 Meter Linie. Besonders wirkungsvoll wird die Pipe, wenn sie im Schatten des Mittelblockers ausgeführt wird: Der Mittelblocker läuft eine schnelle Mitte, der gegnerische Block springt darauf an, und hinter ihm taucht der Pipe Angreifer auf. Dadurch entsteht häufig ein Einzelblock oder sogar ein blockfreier Angriff.

Ansprechpartner
 Phillipp Schwarzfischer
 Abteilungsleiter
 volleyball@svn-muenchen.de

Die Vorteile der Pipe liegen in ihrer hohen Geschwindigkeit, der geringen Blocklesbarkeit und der Entlastung der Außenangreifer. Sie ist ideal, um starke Mittelblocker zu binden und das Angriffsspiel variabler zu gestalten. **Die Nachteile** ergeben sich aus dem hohen Abstimmungsbedarf: Eine gute Annahme ist Voraussetzung, und schon kleine Timingfehler können zu unkontrollierten Schlägen führen. Wird die Pipe zu hoch oder zu langsam gespielt, kann sich der gegnerische Block problemlos formieren.

Insgesamt bietet die Pipe ein modernes, druckvolles Angriffsmittel, das das Spiel variabler, schneller und schwerer ausrechenbar macht – und dem SVN zusätzliche taktische Möglichkeiten eröffnet.

Jugend männlich

Die U20-Saison war geprägt von viel Einsatz, starkem Zusammenhalt und intensiven Spielen. Auch wenn es sportlich nicht für die Qualifikation zur Oberbayerischen Meisterschaft gereicht hat, hat die Mannschaft über die gesamte Saison hinweg Moral gezeigt und sich sowohl spielerisch als auch als Team weiterentwickelt. Viele Trainings, Turniere und Freundschaftsspiele boten wertvolle Spielpraxis und stärkten das gemeinsame Auftreten auf und neben dem Feld.

Auch in der laufenden Herrenmeisterschaft zeigt die Mannschaft großen Einsatz. Trotz herausfordernder Ergebnisse wird weitergekämpft, der Teamgeist hochgehalten und jede Partie genutzt, um sich gemeinsam weiterzuentwickeln. Intensive Trainingseinheiten und Freundschaftsspiele tragen dabei wesentlich zum starken Vereinsgefühl bei.

Trotz alledem stand in dieser Saison immer auch der Spaß am Volleyball im Vordergrund. Die Freude am Spiel, der gemeinsame Einsatz auf dem Feld und das Miteinander im Team machen den Volleyballalltag aus und sind die Basis dafür, auch in Zukunft mit Motivation und Teamgeist weiterzumachen.



Tabellenergebnisse



Tennis

Mannschaft	Liga	Platzierung	Info
Herren 65	Landesliga 1	2	
Herren 60	Landesliga 1	6	
Herren 60	Landesliga 2	5	
Herren 30	Südliga 2	4	
Damen	Südliga 2	4	
Knaben 15	Südliga 3	5	
Bambini 12	Südliga 3	4	

Fussball



Mannschaft	Liga	Platzierung	Info
1. Herren	Landesliga Südost	18	
2. Herren	Kreisklasse 5	13	
U 17	Gruppe Ost	8	
U 13	Kreisliga Süd	7	
U 13-2	Gruppe Ost	3	
U 13-3	Gruppe Ost	4	
U 12	Gruppe Ost	1	
U 11	Gruppe Ost Elch	6	
U 10	Gruppe Ost Schwarz	3	
U11w	KF RR	1	

Basketball



Mannschaft	Liga	Platzierung	Info
1. Herren	Bezirkssklasse	10	
U 18	Kreisliga U18	2	

Volleyball



Mannschaft	Liga	Platzierung	Info
1. Damen	Bezirksliga West	4	
2. Damen	Kreisklasse	6	
1. Herren	Bezirksliga Ost	10	
2. Herren	Kreisliga	5	
U20 weiblich	Kreisliga	6	
U20 männlich	Kreisliga	2	

Tischtennis



Mannschaft	Liga	Platzierung	Info
1. Herren	Bezirksklasse B Gruppe 5	1	
2. Herren	Bezirksklasse C Gruppe 6	2	
3. Herren	Bezirksklasse C Gruppe 5	3	
4. Herren	Bezirksklasse C Gruppe 6	2	
5. Herren	Bezirksklasse D Gruppe 6	1	
6. Herren	Bezirksklasse E Gruppe 3	5	
Jugend 19	Bezirksoberriga	2	
Jugend 19 II	Bezirksoberriga	5	
Jugend 19 III	Bezirksliga Gruppe 2 Ost	6	
Jugend 19 IV	Bezirksliga Gruppe 2 Ost	7	
Jugend 19 V	Bezirksklasse B Gruppe 5	3	
Jugend 19 VI	Bezirksklasse C Gruppe 2	1	
Jugend 19 VII	Bezirksklasse C Gruppe 10 Bambini	5	

Tabellenergebnisse

Handball



Mannschaft	Liga	Platzierung	Info
Herren	Bezirksklasse 3	2	
männl. D-Jugend	Bezirksklasse 3	2	
weibl. D-Jugend	Bezirksklasse 2	1	
männl. E-Jugend	Spielfeste		
weibl. E-Jugend	Spielfeste		
Minis	Spielfeste		

Termine / Veranstaltungskalender

Eine Auswahl bereits feststehender Termine 2026:

30.03. -02.04.2026	FerienAktivCamp Ostern
17.04.2026	Gesundheitstag Neuperlach (wir machen mit)
26.05. - 29.05.2026	FerienAktivCamp Pfingsten
03.08. - 07.08.2026	FerienAktivCamp Sommer I
10.08. - 14.08.2026	FerienAktivCamp Sommer II
07.09. - 11.09.2026	FerienAktivCamp Sommer III
20.09.2026	Jugend-Clubmeisterschaft Tennis
02.11. - 06.11.2026	FerienAktivCamp Herbst
15.11.2026	JugendAktiv 2025

Vorstand



Kurt Damaschke
1. Vorsitzender



Walther Huynh
2. Vorsitzender



Daniel Süß
3. Vorsitzender



Fridolin Aumer
4. Vorsitzender



Karl-Richard Schenk
Schatzmeister



Gerhard Hobbach
Kassier

z. Zt. nicht besetzt
Schriftführer

z. Zt. nicht besetzt
Jugendleiter

Geschäftsstelle



Benjamin Gast
Leitung Geschäftsstelle



Bernd Röder
Geschäftsstelle



Nathanael Oquieka
Geschäftsstelle



Benedikt Sperl
Geschäftsstelle



Marion
Hoffmann-Daidrich
Geschäftsstelle



Raphael Kißlinger
Geschäftsstelle



Leo Skrbic
dualer Student

Sportpark



Björn Plaß
Sportparkleitung



Kevin Effenberg
Sportpark



Andreas Vikoler
Klettern

Fitness



Stanka Bartikova
Fitnessleitung



Benedikt Sperl
stellv. Fitnessleitung

Impressum

SVN München e.V.

Sportcenter / Geschäftsstelle / Tennisanlage

Staudingerstraße 20

81735 München

Telefon +49 89 670 23 00

www.svn-muenchen.de

info@svn-muenchen.de

Vertreten durch: 1. Vorsitzender Kurt Damaschke

Vereinsregister: 7285

Registergericht: Amtsgericht München

SVN Sportpark

Fritz-Erler-Straße 3

81737 München

Telefon +49 89 46 09 85 82

sportpark@svn-muenchen.de

Bankverbindungen:

Stadtsparkasse München

IBAN: DE61 7015 0000 0026 2700 66

Spendenkonto: DE83 7015 0000 0026 2700 58

Mitteilungen des SVN München e.V.

Erstausgabe 1976

Herausgeber: SVN München e.V.

Verantwortlich: Kurt Damaschke (1. Vorsitzender)

Satz und Layout: Walther Huynh (2. Vorsitzender)

SVN NEWS erscheint halbjährig; der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Fehlt da nicht wer?

Der SVN München e.V. sucht engagierte Übungsleiter*innen, um sein vielfältiges Sportprogramm auch weiterhin anbieten und in Zukunft weiter ausbauen zu können.

Sollte es dem Verein nicht gelingen, zusätzliche Übungsleiter*innen zu gewinnen, müssen in naher Zukunft leider weitere Mannschaften und Sportgruppen aufgelöst werden. Damit würde vielen Kindern und Jugendlichen der Zugang zu Sport verwehrt – einem Bereich, der für ihre körperliche, soziale und persönliche Entwicklung von unschätzbarem Wert ist.

Du möchtest uns dabei unterstützen, dieses Problem zu lösen und einen wichtigen Beitrag für die Nachwuchsförderung im Sport leisten?

Dann melde dich gerne bei uns per E-Mail unter info@svn-muenchen.de. Schicke uns eine kurze Bewerbung mit einigen Informationen zu deiner Person sowie der Sportart, in der du gerne tätig sein möchtest. Vorerfahrungen sind willkommen, aber nicht zwingend erforderlich – wir unterstützen dich gerne beim Einstieg!

Gemeinsam können wir dafür sorgen, dass Kinder weiterhin die Chance auf Bewegung, Teamgeist und sportliche Erfolge haben.

Wir freuen uns auf dich!
Euer SVN Vorstand