

SC Wörthsee

vereinsmagazin



NEU: tanzBar im ADH

Dez 2022
26. Jahrgang



AUTO-SERVICE WÖRTHSEE

- Reparatur und Instandsetzung aller Fabrikate
- Kundendienst
- TÜV und AU
- Reifenservice
- PKW An- und Verkauf
- Klimaservice
- Fahrradverleih

Inhaber Manfred Schneider · KFZ-Meisterbetrieb
Seestraße 51 - 53 · 82237 Wörthsee · Tel.: 08153/98 000
aswteam@t-online.de · www.autofit-woerthsee.de

STUFF4FREAKZ



**FASHION 'N STYLE
BOARDSPORTS
SURFSTUFF**

Store Weilheim / Hofstraße 5 / 82362 Weilheim
Tel.: +49-(0)881-92 706 815
Öffnungszeiten: Mo-Fr 11 bis 19 Uhr, Sa 10 bis 16 Uhr

Store Wörthsee / Dorfstraße 15 / 82237 Wörthsee
Tel.: +49-(0)8153-90 72 66
Öffnungszeiten: Mo, Di, Do, Fr 14 bis 19 Uhr
Sa 10 bis 16 Uhr, Mittwoch geschlossen

info@stuff4freakz.de / www.stuff4freakz.de

REELL  VOLCOM  VANS  LEVI'S  DAKINE  GLOBE  QUIKSILVER 

SC Wörthsee

vereinsmagazin

4	Neues vom Vorstand		
5	Allgemeines		
13	Fußball	28	Volleyball
19	Turnen	31	Fitness im ADH
26	Hallenballsport	38	Tischtennis
23	Aufnahmeantrag		
25	Belegungsplan		
42	Wichtige Adressen		
43	Beitragsübersicht		

Neues vom Vorstand

Liebe Vereinsmitglieder,

der SC Wörthsee kann auf ein erfolgreiches Jahr 2022 zurückblicken. Die Zahl der Mitglieder ist mit rund 1.200 wieder zunehmend. Die Finanzen sind stabil und wir haben trotz des anhaltenden Mangels an Übungsleitern unser Sport- und Freizeitangebot erweitern können. So verzeichnen z.B. die Volleyballer und Handballer besonders an Jugendlichen einen regen Zulauf, der nur mit vielen Kraftanstrengungen zu managen ist. Daher möchte ich noch einmal an alle Vereinsmitglieder appellieren, helfen Sie uns und werden Sie ÜBUNGSLEITER! Es erwartet Sie eine schöne und erfüllende Aufgabe in einem netten Team ;-)

Nach jahrelanger Abstinenz bieten wir erstmals wieder Tanzen im ADH an. Der 1. Tanzabend war ein voller Erfolg (s. Artikel tanzBar). Auch beim Laufen tut sich ab dem Neuen Jahr wieder etwas, denn wir bieten sonntags um 9 Uhr am ADH ein 2-stündiges Lauftraining an (s. Artikel von Maxi Krumm).

Wie schon mehrfach von Peppi Wittenberger berichtet, hat sich auch unsere Fußball-Abteilung komplett neu aufgestellt. Neben einer neuen Leitung mit vielen Funktionen gibt es drei Spielgemeinschaften im Jugendbereich. Die 1. Herrenmannschaft spielt erstmals seit Jahren nicht mehr gegen den Abstieg sondern ist ab März 2023 beim Kampf um den Aufstieg dabei (s. Artikel Fussball).

Die Volleyballer sind bereits aufgestiegen und spielen in der höheren Spielklasse erfolgreich mit. Ebenso kann unsere Tischtennis-Abteilung viele gute Nachrichten vermelden (s. Berichte).

Ein weiteres großes Highlight in diesem Jahr war der Bau und die Einweihung des neuen Calisthenics-Parks auf unserem Vereinsgelände, der fortan allen Wörthseern zur Verfügung steht und gut genutzt wird.

Bei „Fitness im ADH“ gibt es einen neuen Workout-Kurs am Mittwoch-Vormittag, der unser vielfältiges Sportangebot ergänzt.

Zum Abschluss möchte ich noch auf die jährliche Weihnachtsvorführung unserer größten Abteilung, der Turnabteilung hinweisen. Diese findet am 21.12.2022 um 17 Uhr in der Schulturnhalle. Lassen Sie sich verzaubern.

Ich wünsche allen Mitgliedern viel Spaß beim Lesen sowie eine schöne Weihnachtszeit und einen Guten Rutsch ins Neue Jahr.

Ihr Norbert Strangfeld

1. Vorsitzender

Allgemeines

Arno Wischnewski erhält BLSV-Ehrenamtspreis

Wie schon in der Presse und auf unserer Homepage berichtet, erhielt unser **Ehrenmitglied Arno Wischnewski am 24. September 2022 in der Allianz-Arena den BLSV-Ehrenamtspreis**. Diesen Preis erhalten nur wenige Auserwählte. Arno ist das erste Mitglied des SC Wörthsee, dem diese Auszeichnung zuteilwurde. Der **Bezirkstagspräsident Josef Mederer** betonte in seiner Laudatio, dass „auf der heutigen Veranstaltung



wahre Helden sind. Oft wird nur vom Ehrenamt geredet, hier sind heute diejenigen anwesend, die es leben und umsetzen. **Vielen Dank für Ihren Einsatz im Sportverein!**“ Auch die **Vorsitzende des Sportbezirks Oberbayern im BLSV Claudia Daxenberger** machte in ihrer Laudatio deutlich, dass es sie Jahr für Jahr begeistert, „solch außergewöhnliche Menschen im Bezirk zu haben und ehren zu dürfen!“

Was Arno Wischnewski alles für den Sport und den SC Wörthsee geleistet hat, ist nur schwer zusammenzufassen. Als er im Juli 2021 von seinem vorletzten Amt (als Platzwart ist er noch tätig) als Fußball-Übungsleiter feierlich von Abteilungsleiter Roman Brück verabschiedet wurde, gab es neben einer Dankesrede und vielen Überraschungen auch eine Sonderausgabe des Vereinsmagazins. Diese Sonderausgabe kann man nach Freigabe von Arno nun unter <https://www.sc-woerthsee.de/ehrenamtspreis-fuer-arno-wischnewski/> herunterladen. Sie fasst sehr eindrucksvoll zusammen, dass dieser Ehrenamtspreis für „unseren Arno“ am Ende einer jahrzehntelangen Laufbahn für den SC Wörthsee mehr als verdient ist.

Matthias Fiedel

Ehrenvorsitzender Herbert Gerber wird 75

Anfang November feierte unser Ehrenvorsitzenden Herbert Gerber seinen 75. Geburtstag. Der SC Wörthsee gratulierte Herbert herzlich zu seinem Ehrentag und wünscht ihm für die Zukunft weiterhin beste Gesundheit und viel Fitness



bei seinen Wanderungen, beim Seniorensport im ADH und vielem mehr.

Während seiner 21-jährigen Amtszeit im Vorstand, davon 16 Jahre als 1. Vorsitzender (2002 – 2017) entwickelten sich der Verein und die Mitgliederzahlen rasant. So wurden das Albrecht-Deyhle-Haus (ADH) samt Nebengebäude gebaut, ein Trainingsplatz für die Jugend sowie ein Mini-Spielfeld errichtet. Außerdem wurde der Verein eng in die Planung der neuen Schulturnhalle einbezogen, deren größter Nutzer und Mieter der SCW neben den Schulkindern ist.

Weitere Details zu den Verdiensten von Herbert findet man unter <https://www.sc-worthee.de/herbert-gerber-zum-ehrevorsitzenden-ernannt/>.

[erthee.de/herbert-gerber-zum-ehrevorsitzenden-ernannt/](https://www.sc-worthee.de/herbert-gerber-zum-ehrevorsitzenden-ernannt/).

Matthias Fiedel

Der SC Wörthsee beim Landkreislaf 2022

Nach zwei Jahren pandemiebedingter Pause fand der Starnberger Landkreislaf wieder als großes Event in Präsenz statt.

Am 8. Oktober trafen sich 154 Mannschaften mit 924 Teilnehmern in Andechs. Auf allen drei Strecken waren einige Höhenmeter zu bewältigen, belohnt wurde man mit atemberaubenden Ausblicken und schönen Waldstücken. Auch Wörthsee war mit zahlreichen und starken Mannschaften am Start: Von den „Wörthsee Supersonics“, den „Wörthsee's Six“, über die „Wörthseer Zielsprinter“, „Wörthsee Raketen“ oder die „Fast Fots Wörthsee“ bis zu den „Wörthseer Bahnhofsviertlern“ - alle Altersklassen waren mit von der Partie.

Wie immer hat es riesigen Spaß gemacht und wir freuen uns bereits auf nächstes Jahr, den 39. Starnberger Landkreislaf. Dieser findet nach 2001 und 2015 zum dritten Mal in Hechendorf statt, also bitte vormerken: **Samstag, den 14.10.2023**



Erste Herbstkälte und dann Regen:
Da war gutes Aufwärmen angesagt.



Am Fuße des heiligen Berges bereiteten sich die 154 Startläufer auf die erste Etappe vor.



Um Punkt 12 Uhr fiel der Startschuss zum 38. Landkreislauf in Andechs.



Nach 5,4 km erstmal eine wohlverdiente Pause bei den SC Wörthsee Bahnhofsviertlern

Christine Haak

Stand unserer Investitionsvorhaben

Wie in der letzten Ausgabe möchten wir auch diesmal über den Stand unserer größeren Investitionsvorhaben berichten.

Am 29. August 2022 wurde die neue Beschattungsanlage im ADH installiert. Damit werden in den Sommermonaten die hohen Temperaturen im Gastraum und im Sportraum in der 1. Etage wesentlich herabgesetzt. Außerdem können wir auch tagsüber den Beamer im ADH-Gastraum benutzen wie jüngst geschehen beim Public Viewing.



Am **24. September 2022** wurde unser schöner **Calisthenics-Park** unter großer öffentlicher Anteilnahme feierlich eröffnet (s.a. den Beitrag auf der Vereinswebseite www.sc-woerthsee.de). Er erfreut sich seitdem großer Beliebtheit. Selbst in der kalten Jahreszeit sieht man Sportler, die hier ihre Übungen verrichten.



Unser **Flutlicht-Projekt konnte leider noch nicht realisiert werden**. Hier warten wir immer noch auf die **Zuschussgenehmigung des Bundesumweltamtes, die 35% der Gesamtkosten ausmacht**. Mehrere Nachfragen bei der Behörde ergaben, dass wir aufgrund der „großen Fördernachfrage“ im **Februar 2023** mit einer finalen Antwort rechnen dürfen. Außerdem gab es beim Statik-Gutachten unerwartete Probleme. Die ursprünglich geplanten LED-Fluter dürfen nicht verwendet werden, da unsere mehr als 30 Jahre alten Flutlichtmasten nur ein begrenztes Gewicht tragen dürfen. Hierzu haben wir bei zwei Herstellern nach leichteren, aber trotzdem leistungsfähigen LED-Flutern nachgefragt. Einer der Hersteller machte uns ein entsprechend „leichteres“ Angebot, das von dem Sachverständigen, der das Statik-Gutachten erstellt hat, bereits genehmigt wurde.

Somit sind wir nun zuversichtlich, dass wir im Frühjahr 2023 das LED-Flutlicht-Projekt finalisieren können.

Vor dem Hintergrund der aktuellen **Umwelt- und Energiekrise** haben wir ein Energie-Einsparungsprojekt ins Leben gerufen, das natürlich erst noch von der Mitgliederversammlung genehmigt werden muss. Wir möchten eine Solar- und/oder eine Fotovoltaik-Anlage auf dem Dach des ADH errichten. Hiermit möchten wir einen wichtigen Beitrag zur Energieeinsparung machen. Die jährlichen Gas- und Stromkosten lagen in den letzten Jahren bei über 5.000€ p.a. Sie werden in den nächsten Jahren weiterhin steigen, so dass sich eine Investition mit entsprechenden Subventionen schnell rechnen wird.

Eine kleine Projektgruppe, in der auch unser ADH-Architekt Jörg Steinert mitarbeitet, sucht zusammen mit Energie-Experten bereits nach adäquaten Lösungen.

Matthias Fiedel



GUTHEIL
INGENIEURWESEN & HANDWERK



WINTERGÄRTEN
TERRASSENDÄCHER
SONNENSCHUTZ
HAUSTÜREN & VORDÄCHER

Aluminium individuell gestalten
www.gutheil.com

Am Anger 1
82237 Wörthsee
Telefon 08153-88 79 09



**Ihr kompetenter Systemanbieter
für industrielle Kennzeichnung**

Wir bilden aus!

+ + Etiketten + + Drucksysteme + + Scanner + + RFID + + Sicherheitsdruck + + Beschriftung + + Service + +

- Beratung und Planung
- Auswahl & kundenspezifische Produktion von Identifikationsmedien
- Qualitätssicherung und Freigaben
- Automatisierung und Sicherung der Rückverfolgbarkeit
- Arbeitssicherheit und Systemintegration
- Barcode- und RFID-Komplettlösungen
- Produkt- und Fälschungsschutz
- Druckcenter: kundenspezifische Bedruckung und Kodierung
- Serviceleistung: Wartung, Reparatur, Schulung und Beratung

DYNAMIC Systems GmbH • Inninger Straße 11 • 82237 Wörthsee • Deutschland
Tel.: 08153/9096-0 • Fax: 08153/9096-96 • info@dynamic-systems.de • www.dynamic-systems.de



**REGIONALE IMMOBILIEN-
KOMPETENZ**

Langjährige Erfahrung, Immobilienexpertise,
Marktkennntnis und kompetente Vermarktung: In unserem
Büro am Wörthsee beraten wir Sie jederzeit ehrlich, seriös,
unkompliziert und klar.

Hauptstraße 1 · 82237 Wörthsee · T 08153.984455
woerthsee@veltrup.de · www.veltrup.de





Richard Gutjahr
Mineralöl-Vertrieb
Tel.: (08153) 7354



Für **beste** Ergebnisse
Sportbrillen von
Optik Wittenberger

Inning Münchner Straße 1 08143 7774 www.optikwittenberger.de



Miteinander
ist einfach.



www.kskmse.de

Wir fördern Sport.

Mit Spenden, Sponsoring und unseren Stiftungen unterstützen wir zahlreiche Vereine und Institutionen in den Landkreisen München, Starnberg und Ebersberg.

 Kreissparkasse



Wie es mit dem Vereinsmagazin weitergeht

Zur Erinnerung: im letzten Sommer haben wir unsere Mitglieder zur Zukunft unseres Vereinsmagazins befragt. Die wichtigsten Punkte des bereits kommunizierten Ergebnisses sind hier noch einmal kurz zusammengefasst:

- **20% unserer Mitglieder** haben an der Umfrage zum Vereinsheft teilgenommen.
- **88%** unserer antwortenden 230 Mitglieder lesen das Vereinsmagazin regelmäßig oder manchmal
- **86%** unserer antwortenden Mitglieder finden das Magazin gut oder sehr gut
- **83%** unserer antwortenden Mitglieder wären mit einem quartalsweisen Newsletter einverstanden
- **Rund 15%** sagen „nein“ zu einer „Online-Version“.
- **67%** unserer antwortenden Mitglieder möchten eine **quartalsweise Online-Ausgabe**

In ihrer letzten Sitzung haben der Vorstand und der Vereinsausschuss über das Ergebnis intensiv beraten und folgendes entschieden:

Ab dem erstem Quartal 2023 erscheint das Vereinsmagazin quartalsweise online, d.h. eine PDF-Version des Magazins wird als Link an die E-Mail-Adressen unsere Mitglieder versendet. Damit kann man das Vereinsmagazin herunterladen und „online lesen“. Diejenigen Mitglieder, die keine E-Mail-Adresse beim SCW hinterlegt haben, werden eine Printversion per Post erhalten. Wir rechnen hier mit ca. 100 Stück und hoffen, dass diese Zahl mittelfristig kleiner wird.

Durch den „Online-Versand“ spart der Verein Druck- und Versandkosten und viel manuelle Konfektionier- und Versandarbeit. Außerdem ist die „Online-Ausgabe“ wesentlich schneller bei den Mitgliedern, die eine E-Mail-Adresse haben.

Wer noch keine E-Mail-Adresse beim SC Wörthsee hinterlegt hat oder diese veraltet sein sollte, kann die aktuelle E-Mail-Adresse gerne an geschaeftsstelle@sc-woerthsee.de senden.

Wir hoffen auf eine technisch einwandfreie Umsetzung und wünschen weiterhin viel Spaß beim Lesen.

Matthias Fiedel

Bericht von unserem FSJ'ler Simon Dahlhaus

Sehr geehrte Mitglieder,

mein Name ist Simon Dahlhaus. Ich absolviere seit dem 22.8.2022 ein **Freiwilliges Soziales Jahr** (FSJ) hier im Verein. Aber zunächst möchte ich mich vorstellen. Ich bin 18 Jahre alt und wohne in Gilching. Wie ich aus Gilching zum SC Wörthsee gekommen bin? Nach dem Abschluss der allgemeinen Hochschulreife am Christoph-Probst-Gymnasium, war für mich klar, dass ich ein FSJ machen will. Doch ich wusste nicht so recht wo. Bis ich von einem Bekannten aus Wörthsee gefragt wurde, ob ich nicht zu euch kommen möchte. Und so bin ich seit Ende August hier.

Da mein FSJ noch tief in den Sommerferien begann, waren die sportlichen Angebote noch rar, da sich die meisten noch im Urlaub befanden. So habe ich die Zeit überbrückt und der Calisthenics-Gruppe beim Aufbau des neuen Parks geholfen. Als dann die Schule wieder begann, kehrte auch der Sportbetrieb aus der Sommerpause zurück und mein FSJ konnte nun richtig beginnen. Seitdem bekomme ich Einblicke in die verschiedensten Bereiche des Vereins.



Für mich als jahrelangen Fußballer, eröffnen sich völlig neue Perspektiven. Ob Turnen, Volleyball, Handball oder Tischtennis, jede Sportart hat seine eigenen Herangehensweisen und Eigenheiten, welche alle über verschiedene Wege zu den gleichen Zielen führen: Spaß, Bewegung und Fortschritt.

Aber ich verbringe meine Zeit nicht nur mit Kindern und Jugendlichen in der Turnhalle oder auf dem Sportplatz. Neben dem Sport bekomme ich auch Einblicke in die Organisation und den bürokratischen Aufwand, der hinter dem Ganzen steht.

Nach nun gut drei Monaten, die ich hier in sämtlichen Abteilungen verbracht habe, kann ich nur sagen, dass ich mich auf die nächsten neun Monate freue, die ich mit euch verbringen darf.

Mit sportlichen Grüßen
Simon Dahlhaus

Abteilung Fußball

Abteilungsleiter:

Niclas Hauser
0176/54380270

Stellvertreter:

Josef Wittenberger
0152/23963499

fussball@sc-woerthsee.de

fussball.jugend@sc-woerthsee.de

aktuelle Trainingszeiten unter www.sc-woerthsee.de

Mannschaften und Trainer:

1./2. Mannschaft	Josef Wittenberger	0152/23963499
1./2. Mannschaft	Alfons Hauser	0171/1143758
AH:	Tonio Pusch	0177/3414289
A-Jugend (2004 / 2005)	Florian Mohr	0172/6060073
	Simon Siersch	0152/34557765
B-Jugend (2006 / 2007)	Nico Polz	0162/4877770
	Johannes Wittenberger	0152/34517176
C-Jugend (2007 / 2008)	Simon Dahlhaus	0176/82525922
D-Jugend (2010 / 2011)	Roman Brück	0179/9519116
	Roland Diedenhofen	0176/32861170
E-Jugend (2012 / 2013)	Dubo Violic	0178/1415939
	Walter Franz	0176/24937479
	Anton Schneider	0152/28705483
F-Jugend (2014 / 2015)	Falk Hauswald	0176/34231968
	Mika Ploß	0152/37755513
G1-Jugend (2016 / 2017)	Norbert Strangfeld	0177/7852820
	Max Opitz	0160/9105282

Erstes Etappenziel erreicht: Aufstiegsrunde!

Bereits in den beiden letzten Ausgaben unseres Vereinsmagazins durfte ich Ihnen über die neuen Entwicklungen aus der Herren-Fußballabteilung des SC Wörthsee berichten. Ich konnte Ihnen mitteilen, dass unter dem Motto „Mia san da SC Wörthsee“ ein neuer „Geist“ in diese Abteilung eingekehrt ist und mit diesem „Geist“ ein großes Engagement von neuen Trainern, neuem technischem Leiter und zahlreichen weiteren Funktionären rund um die neue Mannschaft. Einer ersten Herrenmannschaft, die mittlerweile gefestigt mit 22 Spielern die

Vorrunde der diesjährigen Saison 2022/2023 absolviert hat. Eine Mannschaft, die mit einem Durchschnittsalter von 21 Jahren die jüngste Mannschaft der A-Klasse gestellt hat bzw. heute stellt. Es ist in den vergangenen 6 Monaten eine Mannschaft auf und neben dem Platz entstanden und von Woche zu Woche merken die Verantwortlichen, wie der Zusammenhalt in diesem Team wächst. Gewachsen sind in den zurückliegenden Wochen auch die Erwartungen an diese junge Mannschaft. Zunächst sind wir Anfang Juli mit der Erwartung ein neues Team zu bilden, das sich versteht, das sich sportlich entwickeln lässt und auf das der SC Wörthsee stolz sein kann, in die neue Saison gestartet. Die erste Herrenmannschaft soll wieder das „Flaggschiff“ der Fußballabteilung werden. Das sportliche Abschneiden stand dabei zunächst einmal an zweiter Stelle, weil es zunächst einmal galt, ein Team zu bilden. Wir alle wussten natürlich, dass in all den Spielern, die die Fußball-Jugendabteilung des SC Wörthsee durchwandert hatten und heute in dieser Mannschaft aktiv sind, ein großes, sportliches Potential verborgen liegt.

Bereits in der letzten Ausgabe konnte ich Ihnen mitteilen, dass die 1. Herrenmannschaft mit einem 5:0 Kantersieg in die neue Saison gestartet ist. Es folgten weitere Siege, aber auch immer wieder Rückschläge, vor allem dann, wenn man es eigentlich nicht erwartet hatte. Ich erspare mir jetzt die Aufzählung aller Einzelergebnisse. Tatsache war und ist, dass die Erwartungen an das sportliche Abschneiden der Mannschaft im Laufe der Hinrunde von Woche zu Woche, von Sieg zu Sieg, von einem guten Spiel zum anderen, gestiegen sind. Keiner sprach vor der Saison vom Erreichen der Aufstiegsrunde. Um diese Aufstiegsrunde am Ende der Vorrunde zu erreichen, musste man Erster, Zweiter oder Dritter in der Abschlusstabelle werden, was uns Verantwortlichen zu Beginn der Saison eher als sehr unwahrscheinlich aufgrund von erfahrenen Gegnern wie FC Puchheim, SC Gröbenzell 2, SV Germering und TV Stockdorf erschien. Wir hatten zu Beginn andere Ziele, die ich zu Beginn dieses Artikels bereits geschildert habe. Am Ende der Vorrunde haben wir mit unserem neuformierten Team, das erreicht, was wir nicht erwartet hatten. Ja, wir haben uns für diese Aufstiegsrunde qualifiziert. Als Dritter der Tabelle, nur einen Punkt hinter Tabellenplatz 1 und 2, sind wir am Ende auch verdient in diese Aufstiegsrunde eingezogen. Gegner wie den SV Germering oder auch den Favoriten TV Stockdorf konnten wir hinter uns lassen und damit in die Abstiegsrunde schicken. Welch ein Erfolg! Wir haben nach nur wenigen Wochen mehr erreicht, als wir uns vor ca. 9 Monaten, als wir uns für diesen neuen Weg entschieden hatten, erträumt hatten. „Die erste Mannschaft des SC Wörthsee lebt“ hörte man von dem einen oder anderen Zuschauer. Aber noch viel mehr... die Herrenmannschaft ist stabil ge-

Ihr Partner für alle Drucksachen: Gauck GbR – Satz, Druck und Mehr

**kompetent,
schnell,
preiswert**

**Drucksachen
aus dem Meisterbetrieb
in Ihrer Nähe!**

Enterbruck 5a
82296 Schöngeising
Telefon (0 81 41) 2 30 97
Telefax (0 81 41) 34 92 46
Mobil (01 75) 2 43 35 97
www.gauck.de - info@gauck.de



Mobil: 01 75 / 94 73 33 0

Fax.: 0 81 52 / 9370109

www.schreinerei-frey.com

info@schreinerei-frey.com

Schreinerei

FREYraum

Martin Frey

für Ihr Holz

Lindenweg 12

82237 Wörthsee

Individuelle Beratung und Planung

Innenausbau Möbelbau Baubereich Außenbereich

Jobs für IT-Stürmer!

Unsere Systemtechniker, Informatiker & Software-Entwickler suchen laufend neue Kollegen, die Spaß an komplexen IT-Projekten sowie neuen Herausforderungen haben...
Und nicht nur am PC am Ball bleiben.

Werde Teil unseres Teams.

Sende jetzt deine
Initiativbewerbung an

info@navum.de



NAVUM GmbH · IT-Lösungen





grundlers.de

GRUNDLERS

GÄSTEHAUS AM SEE



Auto und Motorrad'l Werkstatt
Thomas Hanke • KFZ-Meister

- **Wartung**
- **Reparatur**
- **TÜV / AU**
- **Reifenservice**
- **alle Fabrikate**

*Werkstatt-
Ersatzwagen*

Etterschlagerstr. 56 • 82237 Wörthsee

Telefon 08153/8355

www.hankes-werkstatt.de



Günl

Etterschlager Straße 101

82237 Wörthsee

Tel. 0 81 53 / 90 82 30

... der Frische wegen!

worden. Es sind immer zwischen 15 und 20 Spieler in jedem Training. Wir, die Trainer, haben ein sehr junges Team mit großem Entwicklungspotential und die Spieler dieses Teams machen auch uns Verantwortliche jedes Mal im Training wieder richtig Spaß.

Ja, es ist der Spaß am Fußballspiel eingekehrt und diese Freude und diese Euphorie gilt es zu erhalten. Es muss und es wird wieder Spaß machen, für den SC Wörthsee zu spielen. Und alle, sowohl die Trainer und Funktionäre als auch diese 22 Spieler wollen diese Freude auf die Zuschauer überspringen lassen. Wir wollen in der Aufstiegsrunde einen engagierten und sportlich hochklassigen Fußball spielen und dann werden wir sehen, was in der Rückrunde passiert wird.

Wir müssen nicht... wir können... und das werden wir versuchen!

Wir werden unser Spiel entwickeln und das darf auch ruhig noch ein oder zwei Jahre länger dauern. Wie sagten zuletzt die beiden Fußball-Abteilungsleiter des SV Inning und des FSV Eching zu mir... "Wörthsee ist ein sehr, sehr spannendes Projekt".

Bei all dieser Euphorie möchte ich es jedoch nicht unerwähnt lassen, dass wir unsere zweite Herrenmannschaft nicht durch die Vorrunde gebracht haben. Das bedeutet, dass wir die Zweite leider aufgrund einer zu geringen Spielerzahl abmelden mussten. Ich hatte Ihnen zuvor von 22 Spielern geschrieben, die regelmäßig ins Training kommen. Diese Anzahl an Spielern reichte nicht, um sowohl die Erste als auch die Zweite Mannschaft immer ausreichend mit Spielern zu bestücken. Aus einem „Gesamt-Spieler-Pool“ von ca. 40 Fußballern schafften wir es trotz intensiver, wöchentlicher Whats-App- und Telefonaufrufen nicht, eine zweite Mannschaft zu den einzelnen Spielen zusammen zu bekommen. Eine traurige Tatsache, die die Gesamtentwicklung des Fußball-Herrenbereichs des SC Wörthsee im ersten Halbjahr unseres Projekts trübt. Aber, wir werden daran arbeiten, in Zukunft wieder jedem Fußballer die Möglichkeit zu bieten, am Wochenende Fußball zu spielen. Dazu brauchen wir auch eine zweite Mannschaft und hieran müssen wir Verantwortliche in Zukunft arbeiten.

Zurück zu unserer positiven Entwicklung und zu unserer sportlichen Zukunft. Wir wollen Sie ab dem 26.03.2023, also ab Beginn der Rückrunde, wieder mit guten Spielen, mit viel Leidenschaft und großem Engagement begeistern und Sie Teil dieses Zukunftsprojekts werden lassen.

Für den Augenblick verabschieden wir uns erst einmal in die Winterpause. Es wird einmal in der Woche in der Turnhalle trainiert und ab Mitte Februar 2023

starten wir dann unsere neue Aufgabe, die da lautet: „Aufstiegsrunde“.
Wir danken Ihnen, dass Sie als Zuschauer immer zahlreich unsere Spiele verfolgt und uns unterstützt haben. Wir wünschen Ihnen allen ein gesegnetes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Neue Jahr. Bleiben Sie gesund und bleiben Sie unserer jungen Mannschaft treu.

Ihr Josef „Peppi“ Wittenberger
auch im Namen meines Trainer- und Betreuerteams und der gesamten Herrenmannschaft des SC Wörthsee

Veltrup Immobilien Wörthsee stattet Neuzugänge der SG Ammersee mit Trainingsbekleidung aus

Seit dieser Saison ist es amtlich: Der SC Wörthsee beteiligt sich mit seinen C-, B- und A-Jugend-Fußballmannschaften an der Spielgemeinschaft (SG) Ammersee. Die 38 Spieler, aber auch Trainer vom SC Wörthsee bilden nun mit Spielern des FSV Eching und des SV Inning neue Teams unter SG-Flagge. Damit auch optisch eine Einheit entsteht, stattet Veltrup Immobilien Wörthsee die Neuzugänge mit Trainingsanzügen, -Shirts, Regenjacken und Rucksäcken aus, die sowohl den Schriftzug SG Ammersee als auch das Logo von Veltrup Immobilien tragen.

„Unsere Kollegen von Veltrup Immobilien Schondorf sind bereits seit Gründung der SG Ammersee vor vier Jahren deren Hauptsponsor und haben in diesem Zeitraum schon rund 200 Spieler mit Trainingsbekleidung ausgestattet. Nachdem sich nun auch unsere Heimmannschaft, der SC Wörthsee, an der SG beteiligt, war es uns eine Herzensangelegenheit, hier ebenfalls Engagement zu zeigen“, kommentiert Christoph Hempel, Inhaber von Veltrup Immobilien Wörthsee.



Die Spieler und Trainer aus Wörthsee präsentieren stolz ihr neues SG Ammersee Outfit. Im Bild vorne mittig der Sponsor Christoph Hempel, Inhaber von Veltrup Immobilien Wörthsee. Links daneben Josef „Peppi“ Wittenberger, Stellvertretender Abteilungsleiter Fußball beim SC Wörthsee.

Peppi Wittenberger

Abteilung Turnen

Abteilungsleiterin:

Stephanie Bilicky
08153/984480

Stellvertreterin:

Elke Höllrich
08153/987917

turnen@sc-woerthsee.de

aktuelle Trainingszeiten unter www.sc-woerthsee.de

Turnen

Eltern-Kind-Turnen	Michaela Kronthaler	0176/21653926
Vorschulturnen	Kerstin Weigert	08153/4098406
1. Klasse	Steffi Bilicky	08153/984633
ab 2. Klasse	Steffi Bilicky	08153/984633
Wettkampfturnen ab 2. Kl.	Steffi Bilicky	08153/984633

Neues vom Turnen

Gleich am Ende der Sommerferien durften wir die Pause des Volleyball Turniers gestalten, was uns sehr freute! Vielen lieben Dank an die Volleyballabteilung für ihr Vertrauen! Für diesen Auftritt haben 10 Jungs und Mädels 2 Tage durchgeprobt und das erste Mal in unserer Turnhalle übernachtet. Mit Nudeln, Süßigkeiten, Nachtwanderung, kurzem Schreckmoment, da wir uns ausgesperrt hatten (tausend Dank an mitternächtlichen Ersthelfer Franz), Werwolf und „Psychiater“ verbrachten wir die Pausen zwischen Akrobatiknummer und Tanzeinlage. Es hat irre Spaß gemacht und unsere Einlage kam gut an. Ebenfalls im September war es dann mit unserem lang ersehnten Calisthenics-Park so weit und 40 Kinder weihen mit großem Engagement endlich das Outdoor Gerät ein. Nachdem es bei der Generalprobe regnete, kam pünktlich zum Startschuss die Sonne raus! Mittlerweile ist der Park fester Bestandteil vieler Trainingseinheiten Wörthseer Bürger, was uns wahnsinnig freut!

Unsere Wochenenden waren dann von Training und Wettkämpfen geprägt. Die D Jugend startete mit ihrem Wettkampf und sich extrem verbessert! Es war ein erlebnisreicher Nachmittag und sie können irre stolz



Turnen

auf sich sein!

Auch die C Jugend bestreitet ihre Gaurunde sehr erfolgreich. Leider konnte nicht die geschlossene Mannschaft antreten, da die Konfirmationsvorbereitungen genau auf das gleiche Wochenende fielen. Aber auch sie hatten viel Spaß und die Mädels haben toll geturnt. Bei den Jungs hatten wir nur einen Teilnehmer am Start, deshalb durfte er bei unserem Nachbarverein "aushelfen" (vielen lieben Dank an Gilching für die unkomplizierte Aufnahme) und hat somit auch die Möglichkeit bekommen, sein turnerisches Können zu beweisen.



Der Höhepunkt für unsere Abteilung war dann allerdings die Gaurunde, die wir das erste Mal bei uns in Wörthsee ausrichten durften. Zwei Ligen der F Jugend und drei der E Jugend haben ihre 2. Runde, zum Glück alle verletzungsfrei, bestritten. Es war ein rundum schöner Wettkampf, den wir nur ausrichten konnten, da ein überaus gigantisches Helferteam im Hintergrund agierte, was von Toiletten putzen über bedienen, um die Wette backen und Brote streichen, Baguette organisieren, eigenen Kühlschranksinhalt zur Verfügung stellen, richtige Musik mit der richtigen Lautstärke auswählen, putzen, Felsbrocken beiseite



räumen, Flaschen sortieren, trösten, Geräte einstellen reichte bis hin zum "das erste Mal eine Mannschaft betreuen", das erste Mal einen Wettkampf bestreiten, das erste Mal einen Wettkampf moderieren! Und ALLE haben ihr wirklich Bestes gegeben und geleistet! Tausend Dank!!!

Auch herzlichen Dank an unseren Nachbarverein aus Hechendorf, der uns dafür seine Tumblingbahn zur Verfügung gestellt hat. Unsere eigene

E Jugend hat sich hier auch wirklich toll präsentiert!

Nach diesem sehr ereignisreichen Start nach der Sommerpause steht nun unsere alljährliche Weihnachtsaufführung vor der Tür, wegen der wir nun, nach coronabedingter Pause, nach drei Jahren endlich wieder mitten in den Proben

tanzBar

Ab 11. November 2022

Der SC Wörthsee holt euch aus der Herbst- und Winterruhe. Im November eröffnen wir die tanzBar im ADH in der Etterschlager Str. 103.

Es ist keine Anmeldung im Vorfeld nötig. Tanzpaare, sowie einzelne Tänzer:innen sind willkommen.

WANN

Immer am 2. Freitag im Monat ab 19:30Uhr könnt ihr euer Tanzbein schwingen.

EINTRITT

Für SCW Mitglieder kostenlos.
Für Nichtmitglieder 10€ inkl. Freigetränk.



19:30 bis 20:30

Tanzkurs mit Maja
mit Begrüßungsdrink

Ab 20:30

Freies Tanzen & Bar

Weitere Infos über Maja Grundei:
0151 206 833 79
Geschäftsstelle@sc-woerthsee.de

KEINE VORKENNTNISSE ERFORDERLICH



R. Wihan

Qualität ist unser Grundsatz

Haustechnik

Heizung - Lüftung - Solar
Sanitär - Öl- und Gasfeuerung
Kundendienst

82237 Wörthsee - 08153/8444
www.Wihan-Haustechnik.de



Pension Geierhof

Etterschlag-Wörthsee

Bes. Familie Bauer Inninger Str. 4

82237 Wörthsee-Etterschlag

Tel. 08153/884-0

www.geierhof.de

Aufnahmeantrag SC Wörthsee e.V.

Etterschlagerstr. 103, 82237 Wörthsee

Name, Vorname*

Geburtsdatum*

PLZ, Wohnort*

Straße, Hs-Nr.*

E-Mail*

Telefon*

Mobil

beabsichtigte Sportart: _____

oder: passive (fördernde) Mitgliedschaft *erforderliche Angaben

Datum Unterschrift (bei Minderjährigen ein Erziehungsberechtigter)

Mit der Unterschrift erkenne ich die die Satzung des SC Wörthsee an und übernehme die Beitragszahlung.
Der Antrag kann nur angenommen werden, wenn Sie ebenso die umseitige Datenschutzerklärung unterschreiben.
Satzung und Datenschutzerklärung sind jederzeit abrufbar unter www.sc-woerthsee.de

SEPA- Lastschriftmandat

Gläubiger Ident.-Nummer: DE29 2200 0000 2280 76

Einzug jährlich Anfang des Jahres (Feb)

Ich ermächtige den SC Wörthsee e.V., den jeweils gültigen Vereinsbeitrag von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Ich weise mein Kreditinstitut an, die vom SC Wörthsee eingezogenen Lastschriften einzulösen. Das Mandat gilt für wiederkehrende Zahlungen. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Gebühren, die durch nicht einzulösende Lastschriften entstehen, werden dem Kontoinhaber weiterbelastet.

Kontoinhaber: _____

Kreditinstitut: _____

IBAN: DE__ | ____ | ____ | ____ | ____ | ____

Datum

Unterschrift des Kontoinhabers

Den Aufnahmeantrag können Sie: bei Ihrem Übungsleiter abgeben, oder an oben stehende Adresse schicken, oder an geschaeftsstelle@sc-woerthsee.de schicken.

Anhang zur Beitrittserklärung: Datenschutzklausel

- 1) Der SC Wörthsee, im Folgenden „Verein“ genannt, erhebt, verarbeitet und nutzt personenbezogene Daten seiner Mitglieder (Vor- und Zuname, Geburtsdatum, Adresse, Telefon, E-mailadresse, Abteilungszugehörigkeit, unter Einsatz von Datenverarbeitungsanlagen (EDV) zur Erfüllung der gemäß der gültigen Satzung zulässigen Zwecke und Aufgaben, beispielsweise im Rahmen der Mitgliederverwaltung. Hierbei handelt es sich insbesondere um die oben abgefragten Mitgliederdaten, sowie Datum des Eintritts in den Verein, Zugehörigkeit zu Mannschaften, Startrechte und ausgetübte Wettbewerbe sowie bei Übungsleitern Lizenz(en), Ehrungen, Funktion(en) im Verein.
 - 2) Der Verein hat Versicherungen abgeschlossen oder schließt solche ab, aus denen er und/ oder seine Mitglieder Leistungen beziehen können. Soweit dies zur Begründung, Durchführung oder Beendigung dieser Verträge erforderlich ist, übermittelt der Verein personenbezogene Daten seiner Mitglieder (Name, Adresse, Geburtsdatum oder Alter, Funktion(en) im Verein, etc.) an das zuständige Versicherungsunternehmen. Der Verein stellt hierbei vertraglich sicher, dass der (die) Empfänger(in) die Daten ausschließlich dem Übermittlungszweck gemäß verwendet. Im Zusammenhang mit seinem Sportbetrieb sowie sonstigen satzungsgemäßen Veranstaltungen veröffentlicht der Verein personenbezogene Daten und Fotos seiner Mitglieder in seiner Vereinszeitung sowie auf seiner Homepage und übernimmt Daten und Fotos zur Veröffentlichung an Print- und Telemedien sowie elektronische Medien. Dies betrifft insbesondere Start- und Teilnehmerlisten, Mannschaftsaufstellungen, Ergebnisse, Wahlergebnisse sowie bei sportlichen oder sonstigen Veranstaltungen anwesende Vorstandsmitglieder und sonstige Funktionäre. Die Veröffentlichung / Übermittlung von Daten beschränkt sich hierbei auf Daten, die zur Organisation des Vereins und des Sportbetriebes nötig sind. Hierzu gehören: Name, Anschrift, Vereins- und Abteilungsangehörigkeit, Funktion im Verein, Alter oder Geburtsjahrgang. **Ein Mitglied kann jederzeit gegenüber dem Vorstand der Veröffentlichung von Einzelfotos seiner Person widersprechen. Ab Zugang des Widerspruchs unterbleibt die Veröffentlichung / Übermittlung und der Verein entfernt vorhandene Fotos von seiner Homepage.**
 - 4) Als Mitglied des Bayerischen Landessportverbandes (BL/ SV) ist der Verein verpflichtet, bestimmte personenbezogene Daten dorthin zu melden. Im Zusammenhang mit der Organisation und der Entwicklung des Landes- bzw. Bundesverbandes, des Sportbetriebes in den entsprechenden jeweiligen übergeordneten Verbandshierarchien sowie sonstigen satzungsgemäßen Veranstaltungen der übergeordneten Verbandshierarchien übermittelt der Verein personenbezogene Daten und gegebenenfalls Fotos seiner Mitglieder an diese zur Bearbeitung und Veröffentlichung.
Übermittelt werden an den BL/ SV oder je nach Sportart einen seiner Verbände der Name, Anschrift, Geburtsdatum, Wettkampfergebnisse, Startberechtigungen, Mannschaftsaufstellungen, praktizierte Wettbewerbe, Lizenzen, Vereins- und Abteilungszugehörigkeit sowie bei Vereinsfunktionen auch Telefonnummern, Faxnummern und E-Mail-Adresse.
- Ein Mitglied kann jederzeit gegenüber dem Vorstand des verarbeitenden Verbandes der Veröffentlichung von Einzelfotos seiner Person widersprechen. Ab Zugang des Widerspruchs unterbleibt die Veröffentlichung / Übermittlung und der**

- 5) Verein entfernt vorhandene Einzelfotos von seiner Homepage.
In seiner Vereinszeitung sowie auf seiner Homepage berichtet der Verein auch über Ehrungen und Geburtstage seiner Mitglieder (ggf. andere Ereignisse mit anderen Daten). Hierbei werden Fotos von Mitgliedern und folgende personenbezogene Mitgliederdaten veröffentlicht: Name, Vereins- sowie Abteilungszugehörigkeit und deren Dauer, Funktion im Verein und –soweit erforderlich – Alter, Geburtsjahrgang oder Geburtstag. Berichte über Ehrungen nebst Fotos darf der Verein – unter Meldung von Name, Funktion im Verein, Vereins- sowie Abteilungszugehörigkeit und deren Dauer – auch an andere Print- und Telemedien sowie elektronische Medien übermitteln. **Im Hinblick auf Ehrungen und Geburtstage kann das betroffene Mitglied jederzeit gegenüber dem Vorstand der Veröffentlichung / Übermittlung von Einzelfotos sowie seiner personenbezogenen Daten allgemein oder für einzelne Ereignisse widersprechen. Der Verein informiert das Mitglied rechtzeitig über eine beschriebene Veröffentlichung / Übermittlung in diesem Bereich und teilt hierbei auch mit, bis zu welchem Zeitpunkt ein Widerspruch erfolgen kann. Wird der Widerspruch fristgemäß ausgeübt, unterbleibt die Veröffentlichung / Übermittlung. Andernfalls entfernt der Verein Daten und Einzelfotos des widersprechenden Mitglieds von seiner Homepage und verzichtet auf künftige Veröffentlichungen / Übermittlungen.**
- 6) Vorstandsmitglieder, sonstige Funktionäre und Mitglieder herausgegeben, wie deren Funktion oder besondere Aufgabenstellung im Verein die Kenntnisnahme erfordern. Sonstige Informationen und Informationen über Nichtmitglieder werden von dem Verein intern nur verarbeitet, wenn sie zur Förderung des Vereinszweckes nützlich sind und keine Anhaltspunkte bestehen, dass die betroffene Person ein schutzwürdiges Interesse hat, das der Verarbeitung entgegensteht.
Durch ihre Mitgliedschaft und die damit verbundene Anerkennung der Satzung stimmen die Mitglieder der Erhebung, Verarbeitung (Speicherung, Veränderung, Übermittlung) und Nutzung ihrer personenbezogenen Daten in dem vorgenannten Ausmaß und Umfang zu. Eine anderweitige, über die Erfüllung seiner satzungsgemäßen Aufgaben und Zwecke hinausgehende, Datenverwendung ist dem Verein nur erlaubt, sofern er aus gesetzlichen Gründen hierzu verpflichtet ist. Ein Datenverknüpf ist nicht statthaft.
- 9) Jedes Mitglied hat im Rahmen der gesetzlichen Vorschriften das Recht auf Auskunft Bundesdatenschutzgesetzes (insbesondere §§ 34, 35 BDSG) das Recht auf Auskunft über die zu seiner Person gespeicherten Daten, deren Empfänger und den Zweck der Speicherung sowie auf Berichtigung, Löschung oder Sperrung seiner Daten.

Datum

Unterschrift

Sportangebot im Mehrzweckraum im ADH				Herbst/Winter 2022		
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Zeit
08:00 - 08:15					Rücken	08:00 - 08:15
08:15 - 08:30	Energy	Funktions-	Energy		Fit	08:15 - 08:30
08:30 - 08:45	Dance	gymnastik	Dance			08:30 - 08:45
08:45 - 09:00			Johanna		Kerstin Weigert	08:45 - 09:00
09:00 - 09:15		Johanna	Benz			09:00 - 09:15
09:15 - 09:30	Maja Grundei	Benz				09:15 - 09:30
09:30 - 09:45						09:30 - 09:45
09:45 - 10:00						09:45 - 10:00
10:00 - 10:15			Figur&Kraft			10:00 - 10:15
10:15 - 10:30						10:15 - 10:30
10:30 - 10:45						10:30 - 10:45
10:45 - 11:00			Veronika Mezö			10:45 - 11:00
11:00 - 11:15						11:00 - 11:15
11:15 - 11:30						11:15 - 11:30
11:30 - 11:45						11:30 - 11:45
11:45 - 12:00						11:45 - 12:00
12:00 - 12:15						12:00 - 12:15
12:15 - 12:30						12:15 - 12:30
12:30 - 12:45						12:30 - 12:45
12:45 - 13:00						12:45 - 13:00
13:00 - 13:15						13:00 - 13:15
13:15 - 13:30					Ballett	13:15 - 13:30
13:30 - 13:45					Kinder ab 3 Jahre	13:30 - 13:45
13:45 - 14:00						13:45 - 14:00
14:00 - 14:15						14:00 - 14:15
14:15 - 14:30			Ballett			14:15 - 14:30
14:30 - 14:45			Kinder 6-8 Jahre		Ballett	14:30 - 14:45
14:45 - 15:00					Kinder ab 4 Jahre	14:45 - 15:00
15:00 - 15:15		Karate				15:00 - 15:15
15:15 - 15:30		Bonsai A				15:15 - 15:30
15:30 - 15:45		Hirsch teisho-Schule				15:30 - 15:45
15:45 - 16:00		Karate				15:45 - 16:00
16:00 - 16:15		Bonsai F				16:00 - 16:15
16:15 - 16:30	Fußball	Hirsch teisho-Schule	Ballett	Ballzwerg		16:15 - 16:30
16:30 - 16:45		Karate	Kinder ab 8 Jahre	Matthias & Hans	Ballett	16:30 - 16:45
16:45 - 17:00	Norbert	KIDS ab 7J. A			Kinder ab 11 Jahre	16:45 - 17:00
17:00 - 17:15	KungFu Kids	Hirsch teisho-Schule				17:00 - 17:15
17:15 - 17:30		Karate	Andrea Aicher		Andrea Aicher	17:15 - 17:30
17:30 - 17:45		Hirsch teisho-Schule				17:30 - 17:45
17:45 - 18:00	Lutz Ziegele					17:45 - 18:00
18:00 - 18:15		Senioren-sport				18:00 - 18:15
18:15 - 18:30						18:15 - 18:30
18:30 - 18:45		Claudia				18:30 - 18:45
18:45 - 19:00		Sturm				18:45 - 19:00
19:00 - 19:15	Energy	Karate	ZUMBA	Ballett	Skigymnastik	19:00 - 19:15
19:15 - 19:30	Dance	Erwachsene	Kurs	Damen		19:15 - 19:30
19:30 - 19:45	Johanna Benz	Hirsch teisho-Schule	Claudia Weigel		Martina	19:30 - 19:45
19:45 - 20:00					Futterknecht	19:45 - 20:00
20:00 - 20:15		Kick-Box		Andrea		20:00 - 20:15
20:15 - 20:30				Aicher		20:15 - 20:30
20:30 - 20:45				Kundalini		20:30 - 20:45
20:45 - 21:00	KungFu Erwachsene	Kerstin Weigert		Yoga		20:45 - 21:00
21:00 - 21:15						21:00 - 21:15
21:15 - 21:30	Lutz Ziegele					21:15 - 21:30
21:30 - 21:45						21:30 - 21:45
21:45 - 22:00				Andrea Stär		21:45 - 22:00

stecken. Alle sind fleißig dabei und freuen sich auf ein zahlreiches Publikum, das sie mit ihrem Können begeistern dürfen.

Alle Sportbegeisterten, Eltern, Verwandte und Freunde sind herzlich eingeladen sich am **MITTWOCH**, dem 21.12.22 um 17h (Einlass 16.45h) unter dem Motto "Manege frei für ein Miteinander" für ca. 45 min verzaubern zu lassen. Wir freuen uns schon sehr drauf!

Euch allen einen ruhigen Ausklang von 2022 und einen guten Start ins neue Jahr! Never stop moving!

Steffi Bilicky

Abteilung Hallenballsport

Abteilungsleiter:

Thomas Schmidbauer
0151/11170285

Stellvertreter:

Alexander Gottwald
0171/2613167

handball@sc-woerthsee.de

aktuelle Trainingszeiten unter www.sc-woerthsee.de

Mannschaften und Trainer:

Handball

B-Jugend weibl. (2006/07)	Petra Seelig	0176/43647350
C-Jugend weibl. (2008/09)	Christoph Reiff	0151/70880642
D-Jugend gemischt (2010-12)	Thomas Schmidbauer	0151/11170285
E-Jugend gemischt (2012/13)	Thomas Schmidbauer	0151/11170285
Minis gemischt (2013/14)	Sarah Lorenz	0160/2525846
Bambini gemischt (2015-17)	Sarah Lorenz	0160/2525846

Basketball

Jugend und Erwachsene	Alexander Gottwaldt	0171/2613167
Ballzwerge (3-5 Jahre)	Matthias Fiedel	0172/2689729
	Hans-Erdmann v. Roedern	0171/3274375

Handball

SC Wörthsee



Wir suchen Unterstützung in allen Altersklassen!!

Trainingszeiten (in der Schulsporthalle):

Bambinis gemischt (Jahrgang ab 2016)
Dienstag 16:30 – 17:30 Uhr

Minis gemischt (Jahrgang 2014 – 2016)
Dienstag 16:30 – 17:30 Uhr

E-Jugend gemischt (Jahrgang 2012 - 2014)
Dienstag 17:30 – 19:00 Uhr

D-Jugend gemischt (Jahrgang 2010 – 2013)
Donnerstag 17:30 – 19:00 Uhr

C-Jugend (weibl.) (Jahrgang 2008 – 2010)
Montag 18:00 – 19:30 Uhr
Donnerstag 19:00 – 20:30 Uhr

B-Jugend (weibl.) (Jahrgang 2006 – 2007)
Dienstag 19:00 – 20:30 Uhr

Wir freuen uns schon auf dich!! Komm einfach mal vorbei!!

Infos: Thomas Schmidbauer (handball@sc-woerthsee.de) (Handy: 01511/1170285)
Petra Seelig (handball@sc-woerthsee.de) (Handy: 0176/43647350)

Abteilung Volleyball

Abteilungsleiter:

Marco Sommer
0152/03056997

Stellvertreterin:

Christine Tromler
0152/51044544

volleyball@sc-woerthsee.de

aktuelle Trainingszeiten unter www.sc-woerthsee.de

Mannschaften und Trainer:

ab 10 Jahre	Marco Sommer	0152/03056997
	Claudia Friedel	08153/8653
Erwachsene	Marco Sommer	0152/03056997

Volleyball-Jugendtraining boomt – wir suchen Trainer-Verstärkung

Das Ende der Sommerferien läutete das Training der Jugend ein. Mit positivem Erstaunen mussten Übungsleiterin Claudia Friedel und Abteilungsleiter Marco Sommer, die derzeit das Training leiten, feststellen, dass die kleine Halle (1/3-Feld) nicht mehr ausreicht. Denn inzwischen sind 18-20 Jugendliche regelmäßig beim Training, was eine Aufteilung in zwei Gruppen erforderlich macht. Daher wurde kurzerhand, sportlich und kooperativ mit den Handballern die Hallenseite getauscht, die seit letzter Saison auf den anderen zwei Hallendritteln trainiert hatten.

Für unsere Volleyball-Abteilung ist diese Entwicklung äußerst erfreulich und wir



werden versuchen, diesen wertvollen Nachwuchs nach und nach in die Erwachsenen-Trainingsgruppe zu integrieren. Natürlich ist es nicht einfach, mit nur zwei Übungsleitern auf zwei Spielfeldern 18-20 Jugendliche zu betreuen. Daher möchten wir hier noch einmal an Eltern mit Volleyball-Background oder Jugendspieler appellieren, als Übungsleiter Teil unseres Teams zu werden. Mit vereinten Kräften wäre es durchaus realistisch, unsere Jugend noch gezielter individuell zu fördern und in näherer Zukunft auch eine Wettkampfmannschaft zu bilden. Die Übungsleiter müssten kein perfektes Volleyball beherrschen. Es

genügt, Grundkenntnisse vermitteln zu können und Spaß am Training mit Jugendlichen mitzubringen. Übungsleiter beziehen natürlich eine Aufwandsentschädigung/Übungsleiter-Honorar durch den Verein.

Bitte meldet euch daher bei uns unter: volleyball@sc-woerthsee.de oder kommt einfach zum Training: Immer montags von 18:30 bis 19:30 Uhr.

Mixed-Mannschaft gut aufgestellt, Freizeittraining läuft parallel

Mit Start der Saison 2022-2023 stand für die neu formierte Mixed-Liga-Mannschaft die neue Herausforderung an, sich in der A-Klasse, der höchsten Spielklasse in der Oberbayerischen Mixed-Liga, zu etablieren. Dabei wurde als internes Ziel ausgegeben, dass sich das Team im Mittelfeld der Tabelle platziert.



Es ist schön zu sehen, dass auch das gemeinsame Training mit der Herrschinger Mixed-Mannschaft, die selbst in der Gruppe B spielt, funktioniert und damit das Trainings-Niveau deutlich gestiegen ist. Der Erfolg kann sich bisher sehen lassen, die Mannschaft konnte von drei bestrittenen Spielen zwei deutlich gewinnen:

SC Wörthsee - SV Esting (H)	0:3 (14:25,21:25,20:25)
SC Wörthsee - VSST Günzlhofen-O.	2:1 (25:11,25:22,23:25)
SC Wörthsee - Gautinger SC	3:0 (25:21,25:21,25:9)

Spielberichte können gern auf den folgenden Seiten nachgelesen werden:

<https://volleyball-rockt.de/saisonaufaktspiel-gegen-sv-esting/>

<https://volleyball-rockt.de/erster-heimsieg-in-a-liga-abwehr-steh/>

<https://volleyball-rockt.de/erste-mannschaft-wieder-erfolgreich/>



Wer sich mal ein Spiel der ersten Mannschaft anschauen möchte, kann gern in die Halle kommen – der Eintritt ist frei! Alle Termine dazu auf <https://volleyball-rockt.de/> oder einfach auf das Banner „Heimspiel“ am Zaun beim Fußballplatz/Hauptstraße achten.

Freizeitvolleyball: Zweite Mannschaft geplant! Wir brauchen noch Mitspielerinnen!

Mit 10 – 14 Spielerinnen und Spielern ist das Training der Freizeitgruppe erfreulich gut besucht, wir würden uns aber auch über noch mehr Neu-Volleyballer oder Reentry-Spieler/innen freuen. Am Trainingsabend beginnen wir mit Technik-Einheiten, gehen aber dann schon schnell zum Spielen über. So ist gewährleistet, dass jede/r technisch dazulernt und dennoch der Spaß am Spiel nicht zu kurz kommt. Um aber auch hier schon Nachrücker für die erste Mannschaft zu fördern oder sogar auf Sicht eine zweite Mannschaft zu formieren benötigen wir vor allem mehr Spielerinnen. Kommt also bitte gerne einfach ins Training und erlebt am besten schon den nächsten Trainingsabend in der Wörthsee-Arena mit. Wir trainieren jeden Montag von 19:30 bis 22:00 Uhr.



So ist gewährleistet, dass jede/r technisch dazulernt und dennoch der Spaß am Spiel nicht zu kurz kommt. Um aber auch hier schon Nachrücker für die erste Mannschaft zu fördern oder sogar auf Sicht eine zweite Mannschaft zu formieren benötigen wir vor allem mehr Spielerinnen. Kommt also bitte gerne einfach ins Training und erlebt am besten schon den nächsten Trainingsabend in der Wörthsee-Arena mit. Wir trainieren jeden Montag von 19:30 bis 22:00 Uhr.

An advertisement for Augustiner am Wörthsee. At the top is a logo of a building with trees. Below it, the text reads "Augustiner am Wörthsee" and "Servus vom Wörthsee!". The main text describes the location and offers: "Wir, die Familie Weiß, freuen uns, euch seit dem 01. November 2018 im Augustiner am Wörthsee als neue Gastwirte zu begrüßen. Schaut 's vorbei, probiert 's uns aus, lacht, trinkt und feiert mit uns. Ob unsere erstgebrühten Weißwürst, unser hausgemachter süßer Senf, hausgebackene Kuchen und Brotsorten – wir sind hoch motiviert Euch ein einmaliges bayrisches Erlebnis zu präsentieren." Below this is the text "Wir freuen uns auf Euren Besuch, Familie Weiß & Team". The advertisement is surrounded by a collage of images: a woman in a floral dress, a boat on the lake, a woman in a swimsuit, a sunset over the water, a man and woman standing by a tree, a beer, and a plate of food. At the bottom, the contact information is provided: "Augustiner am Wörthsee · Seepromenade 1 · 82237 Wörthsee · 08153 987 909 1 office@augustineramwoerthsee.de · www.augustineramwoerthsee.de".

Alle Volleyball-Artikel: Marco Sommer

Abteilung Fitness im ADH

Abteilungsleiterin:

Marion Fiedel
08153/887979

Stellvertreterin:

Kerstin Weigert
0174/1911853

fitness-im-adh@sc-woerthsee.de

aktuelle Trainingszeiten unter www.sc-woerthsee.de

Montag

Energy-Dance	08:15 - 09:30	Maja Grundei	0151/20683379
Energy Dance	19:00 - 20:30	Johanna Benz	08153/990577

Dienstag

Funktionsgymnastik	08:15 - 09:15	Johanna Benz	08153/990577
Seniorenspport	18:00 - 19:00	Claudia Sturm	08143/1326
Kickbox-Aerobic	20:00 - 21:15	Kerstin Weigert	0174/1911853

Mittwoch

Energy-Dance	08:30 - 09:45	Johanna Benz	08153/990577
Kinder-Ballett (6-8 J.)	14:00 - 15:30	Andrea Aicher	0171/9990311
Kinder-Ballett (ab 8 J.)	16:00 - 17:30	Andrea Aicher	0171/9990311

Donnerstag

Ballett Damen (Kurs)	19:00 - 20:30	Andrea Aicher	0171/9990311
Wohlfühl-Yoga	20:30 - 22:00	Andrea Starr	

Freitag

Rucken Fit	08:00 - 09:15	Kerstin Weigert	0174/1911853
Kinderballett (ab 3 J.)	13:15 - 14:30	Andrea Aicher	0171/9990311
Kinderballett (ab 4 J.)	14:30 - 16:00	Andrea Aicher	0171/9990311
Kinderballett (ab 11 J.)	16:00 - 17:45	Andrea Aicher	0171/9990311
Skigymnastik	19:00 - 20:00	Martina Futterknecht	0162/2165454

Externe Angebote

ZUMBA		Claudia Weigel	0170/4325259
WingTsun Selbstverteidigung fur Kinder			0176/56899450
Karate teisho		Jonas Hirsch	0151/52300203

Erwachsenensport im Albrecht-Deyhle-Haus

Warum lange Wege fahren?
Zeit und Geld ist hier zu sparen
Sport vor Ort im ADH
Viele Kurse gibt es da!



Bewegung hält uns alle fit,
Drum kommt zahlreich und macht mit.
Mit Schwung, Elan und auch mit Kraft
Nach dem Training gut geschafft
Sport produziert ein Glücksgefühl
Wie jedes Hobby, jedes Spiel
Stärkt die Muskeln und den Geist
Doch das wissen alle meist
Denn beim Dehnen, Schwitzen, Strecken
Können wir die Lebensgeister wecken
Am besten oft und auch von Dauer,
denn das Alter liegt auf der Lauer.
Bewegung ist von hohem Wert
Ist wissenschaftlich abgeklärt
Schaut gleich mal rein in das Programm
Und gehört ab morgen zum Teilnehmerstamm!



Marion Fiedel

Gelungener Start der tanzBar

tanzBar

TANZKURS & BAR



Immer am 2. Freitag im
Monat ab 19:30 Uhr.

 Hier im
ADH

Zur Eröffnung der ersten **tanzBar** am 11. November waren alle Drinks gemixt, die Tische und Stühle hinausgetragen, die Discokugel ließ die Lichter durch den (noch) leeren Raum tanzen... Und mit einem Schlag füllte sich das Vereinsheim mit vielen tanzbegeisterten und neugierigen Leuten zwischen 20 und 84 (Rudi war auch da!). Das war eine wunderbare Überraschung! Auch konnten



Die freundliche Segelschule am Wörthsee

Sportschifffahrtschule Wörthsee
Peter Gastl; Inh. Peter Hopmann

Praktische und Theoretische Ausbildung zu Segel- und Motorbootführerscheinen
Bootsverleih mit Segel-, Tret-, Ruder-, und Elektrobooten

82237 Steinebach; Seestraße 63; Tel. 08153/7650

Wörthsee Immobilien GmbH



Gabriele Prester

08153 / 78 28

Ihr Immobilienmakler vor Ort!

www.prester-woerthsee-immobilien.de

**Einfach Geld
wie eine
SMS versenden.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.



Sende Geld an Freunde und Verwandte
mit Kwitt über die VR-BankingApp.

Einfach. Sicher. Kontaktlos.

vrsta.de/kwitt

 **VR Bank**
Starnberg-Herrsching-Landsberg eG

CA controller akademie®

Lernen von den Spezialisten. Profitieren im Job.



Controlling

Accounting & Finance

Unternehmensführung

Information Management

Soziale Kompetenzen



NEUES WISSEN

Für beste Performance.

200.000 begeisterte Teilnehmer. Praxisorientiert seit 48 Jahren.

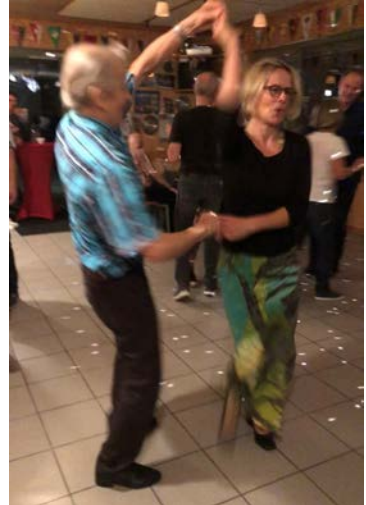
Die CA controller akademie ist der Full Service-Anbieter für Ihre betriebswirtschaftliche Weiterbildung. Unser Seminarportfolio richtet sich dabei an Profis und Einsteiger, aber auch an Fachkräfte und Assistenzen, die sich als Nicht-Controller praxisnahes Controllingwissen aneignen wollen. Denn in Zukunft werden nur die Unternehmen langfristig erfolgreich sein, deren Mitarbeiter geschultes Fachwissen besitzen und über soziale Kompetenz verfügen.

Wir machen Sie fit.

Buchung oder Informationen unter:

+49 (0)8153-88974-0 oder www.controllerakademie.de

sich alle paarweise zusammentun, einige waren ohne Partner gekommen und es ging alles auf. Wir haben gleich losgelegt mit einem Tanz, der **Friesenrock** heißt. Die Füße brauchten dabei keine Aufmerksamkeit, es gibt keine schwierigen Schrittfolgen, sondern nur Drehungen und Verwickelungen über die Arme. Es herrschte heitere Konzentration, sogar die Weiterleitung an den nächsten Partner wurde gut verkraftet. Ich hatte das Gefühl, wir alle haben es genossen zusammen zu sein, uns zur Musik zu bewegen, zu trinken und zu schwatzen. Es spricht alles dafür, die **nächste tanzBar** in Angriff zu nehmen und wieder zu tanzen! Das wäre dann am **9. Dezember um 19.30 Uhr** im ADH (gleicher Ort, gleiche Zeit). In der nächsten



Altmeister Rudi Niembs mit Maja

Kursstunde würde ich gerne noch einmal den Friesenrock festigen und etwas vertiefen, damit die ersten vielversprechenden Ansätze nicht verloren gehen! Für diejenigen, die das letzte Mal nicht dabei waren, gibt es eine kleine Einführung und Anleitung über die „alten Hasen“ vom letzten Kurs...



Gemütlicher Ausklang an der „tanzbar“

nach so langer Durststrecke! Wer mag, kann auch ChaCha, Rumba oder Jive zu verschiedenen Songs tanzen. Andere Tänze wie Salsa, Wiener Walzer oder Tango werden eher selten kommen, aber sicher gern mal auf Wunsch gespielt.

Ich freue mich auf die nächste **tanzBar** mit Euch!

Maja Grundei

WingTsun Selbstverteidigung seit Nov. 2022 endlich auch für Erwachsene!

Seit nun fast drei Jahren gibt es im SC Wörthsee WingTsun Selbstverteidigungstraining für Kinder und für Jugendliche. Nun ist es endlich auch für die Erwachsenen soweit. Das Training für die Erwachsenengruppe startete erfolgreich am Montag den 21.11.22 und wird auch zukünftig jeden Montag stattfinden. Für Erwachsene wird die Selbstverteidigung im Bündel aus Escrima und WingTsun trainiert. Beides sind Kampfkunst-Systeme die rein auf die Selbstverteidigung ausgelegt sind. Dies steht im Gegensatz zu den bekannten Kampfsportarten, die eigentlich auf die Ausübung in sportlichen Wettkämpfen mit Regeln hintrainieren.

Die Trainingszeiten sind **Montags im ADH-Gebäude:**

17:00 - 17:45 Uhr **W!T Kids** (5 - 10 Jahre)

18:00 - 18:45 Uhr **W!T Teens** (10 - 16 Jahre)

20:30 - 21:15 Uhr **Escr!ma** (ab 16 Jahre)

21:15 - 22:00 Uhr **W!ngTsun** (ab 16 Jahre)



Was Ist W!ngTsun und Escr!ma?

In der wirklichen Selbstverteidigung wird man nicht, wie im sportlichen Wettkampf von Regeln, der Einteilung in Gewichtsklassen und dem Verbot von Gegenständen/Waffen geschützt. Das Ziel der Selbstverteidigung ist es sichere Techniken für einen Ernstfall auf der Straße zu erlernen und dabei auch gegen stärkere und/oder bewaffnete Angreifer handeln zu können. Trainiert wird dafür in einer sicheren Atmosphäre mit situativen Methoden, die nahezu kein Verletzungsrisiko in sich bergen.

Escrima legt den Fokus auf die Selbstverteidigung gegen und/oder mit Alltagsgegenständen, welche als Waffen verwendet werden können. Wing Tsun hin-



gegen legt den Schwerpunkt auf die waffenlose Selbstverteidigung. Diese Schwerpunktsetzung der zwei Systeme ergänzt sich bestens, um optimal für alle Situationen vorbereitet zu sein. Zusätzlich führt aufgrund der ähnlichen Grundprinzipien, die Kombination aus beiden Kampfkünsten zu noch schnelleren und besseren Lernerfolgen in den einzelnen

Systemen. Deshalb werden die zwei Systeme bei Erwachsenen meist zusammen trainiert.

Nicht zuletzt geht es aber natürlich auch um den Spaß an der Bewegung und der sozialen Begegnung. Es ist ein Hobby, das in freundschaftlicher Atmosphäre ausgeübt wird, Spaß bereitet und dennoch in einem hypothetischen Fall der Fälle den entscheidenden Unterschied machen kann.

Persönliche Vorteile durch das trainieren von Selbstverteidigung?

Wer regelmäßig trainiert, steigert dadurch nachhaltig sein Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein. Dadurch kann man Stress-Situationen beenden, ohne körperlich tätig werden zu müssen. Wer ein selbstbewusstes Auftreten hat, kann Gefahren vermeiden, bevor sie entstehen.

Das Wissen, einen Angriff jederzeit beenden zu können, verschafft ein echtes Gefühl der Sicherheit. Zusätzlich steigert das Training die körperliche Fitness und verbessert das eigene Körpergefühl.

Das Training in der AMAC-Schule im SC Wörthsee

Das Selbstverteidigungstraining im SC Wörthsee gehört zum AMAC-Dachverband München. Dies ist ein Verband von Kampfkunstschulen mit fünf Standorten in und um München. Ein Mitglied in einer dieser Schulen, kann auch in allen anderen Schulen bis zu 6mal die Woche ohne Aufpreis trainieren. Das Training in Wörthsee wird von Sihing Lutz Ziegele geleitet. Er ist ein junger Trainier, der WingTsun schon seit mehr als 10 Jahren macht und seit mehr als 4 Jahren als Ausbilder in anderen AMAC-Schulen tätig ist.



Selbstverständlich gibt es die Möglichkeit sich das Training in zwei unverbindlichen und kostenlosen Probetrainings anschauen zu können. Ein Probetraining, sowie der Einstieg ist auch ohne Vorkenntnisse jederzeit möglich, sofern in der jeweiligen Gruppe noch Platz ist.

Lutz Ziegele

Abteilung Tischtennis

Abteilungsleiter:

Günter Strobelt
0175/5636341

Stellvertreter:

Bernd Werner
0176/42962551

tischtennis@sc-woerthsee.de

aktuelle Trainingszeiten unter www.sc-woerthsee.de

Mannschaften und Trainer:

8 – 18 Jahre
Erwachsene

Balint Szava
Günter Strobelt

0157/38267999
0175/5636341

Ein ereignisreicher Herbst...

liegt hinter den Spielern der Tischtennisabteilung. Der Spielbetrieb läuft auf Hochtouren. Die erste Mannschaft findet sich mit 8:4 Punkten im gehobenen Mittelfeld. Team II ist sogar noch ungeschlagen (siehe Bildbericht). Auch die 3. Mannschaft kann mit 10:4 Punkten auf einen überaus erfolgreichen Saisonstart zurückblicken. Beide Jugendmannschaften stehen in ihren Spielklassen wie erwartet im Mittelfeld.



Gut lachen hat Robin Schaal (r.) der nicht nur mit Phil Choe (l.) einen neuen Trainingspartner gewonnen hat, sondern aufgrund seiner jüngsten Spielstärkesteigerung ab 2023 auch schon in den Erwachsenen Spielbetrieb integriert wird.

Zusätzlicher Trainer

Mit Mark Lesser hat im September ein weiterer Trainer seine Arbeit aufgenommen, was die Vielfalt und Qualität im Jugendtraining weiter verbessert hat.

Turniererfolge

Die herausragenden Ergebnisse konnten die Spieler der Abteilung bei Einzelturnieren erzielen. Anton Stünz erreichte beim bayerischen TOP 14 Tur-



Ein Quartett ohne Fehl und Tadel: Die 2. Herrenmannschaft konnte im bisherigen Saisonverlauf alle ihre sechs Spiele gewinnen und liegt klar auf Aufstiegskurs.
(v.l.n.r.) Stefan Büttner, Teja Ulrich, Markus Warth und Günter Strobel

nier in Thannhausen einen überragenden 7. Platz in seinem Jahrgang. Linus Rathert wurde ungeschlagener Sieger bei der Minimeisterschaft der 11-jährigen, aber auch einige Ergebnisse bei den Erwachsenen lassen aufhorchen: Thorsten Lewalter und Günter Strobel wurden völlig überraschend Bezirksmeister im Doppel der Klasse bis 1400 Punkte. Beim gleichen Turnier in Peiting gelang Stefan Büttner in der Klasse bis 1250 Punkten die Qualifikation zur bayerischen Meisterschaft in Bogen/Ndb.

Günter Strobel



Invasion in Wolfratshausen: Nicht nur neu eingekleidet, sondern auch zahlenmäßig von allen Vereinen am stärksten vertreten - die 10 Wörthseer Jugendlichen, die Anfang Oktober um einen Startplatz zur Bezirksmeisterschaft gekämpft haben.

NEU: Lauftraining beim SC Wörthsee

Liebe Sportlerinnen und Sportler des SC Wörthsee,

einige von euch werden mich vermutlich schon kennen. Ich heiße **Maximilian Krumm**, wohne seit 12 Jahren in Wörthsee und bin Sportwissenschaftler, ehemaliger Triathlet und organisiere inzwischen hauptverantwortlich den Wörthseetriathlon.



Ab dem neuen Jahr habt ihr die Möglichkeit an einem Lauftraining mit mir teilzunehmen. Treffpunkt ist jeden Sonntag um 9 Uhr am ADH. Los geht's am 8. Januar 2023!

Vom Einsteiger bis hin zur ambitionierten Läufer*in/Triathlet*in ist jeder herzlich willkommen! Ich werde das Training so organisieren, dass jede/jeder von euch entsprechend seinem Niveau gefordert wird. Gewisse Trainingsinhalte werden wir alle gemeinsam absolvieren (z.B. Technik-, Kraft- und Koordinationstraining, barfuß laufen, Stretching) und dabei gemeinsam viel Spaß haben! Beim reinen "Lauftraining" könnt ihr euch einer Gruppe mit passendem Fitnesslevel anschließen.

Ein Training könnte beispielhaft so aussehen:

- Einlaufen in den Gruppen
- anschließend gemeinsames Lauf ABC und Infos zur Technik
- danach Kraftausdauertraining bergauf (schnelle Gruppe 5x, mittlere Gruppe 4x, langsame Gruppe 3x)
- Auslaufen in den Gruppen
- abschließend gemeinsames Stretching/Faszientraining/Rumpfkraftigung im ADH

Nach dem Training seid ihr herzlich eingeladen noch mit in den See zu springen ("Wim Hof" lässt grüßen!). Meiner Erfahrung nach, das beste Mittel für eine schnelle Regeneration und ein Top Immunsystem! (:

Herzliche Grüße,
Maxi

32. Silvester-Lauftreff 2022

Rund um den Wörthsee



Wir starten wieder durch!

Jeder kann mitmachen beim „letzten Lauf des Jahres“
Keine organisierte Veranstaltung!

**Start am Rathaus in Steinebach
am 31. Dezember um 12 Uhr mittags.**

Glühwein und Platzerl bitte selbst mitbringen!
Warme Sachen zum Überziehen nach dem Lauf nicht vergessen!

Die Strecke ist ca. 11 km lang.
Keine Zeitnahme! Jeder läuft so schnell / langsam er mag.
Keine Urkunden. Keine Verpflegung unterwegs.
Gelaufen wird bei jedem Wetter.

Weitere Informationen von Gerd Lackmann
Tel. 0172 – 8 16 84 92 E-Mail: gerd.lackmann@aegmbh.de

Wichtige Adressen

Postanschrift u. Vereinsheim:

Sport-Club Wörthsee e.V.
Etterschlager Str. 103
82237 Wörthsee
Tel. 08153/8262 (Gastraum ADH)

Geschäftsstelle:

Leitung: Marion Fiedel
Tel. 08153/887830

Telefonzeiten:
Mo. 08:00 - 12:00 Uhr
Do. 16:00 - 20:00 Uhr

geschaeftsstelle@sc-woerthsee.de

Bankverbindungen:

Kreissparkasse München Starnberg
IBAN: DE29 7025 0150 0430 8962 25
BIC: BYLADEM1KMS

VR-Bank Starnberg-Herrsching-Landsberg eG
IBAN: DE77 7009 3200 0006 7009 77
BIC: GENODEF1STH

Vorstand:

1. Vorsitzender:

Norbert Strangfeld
Tel. 0177/7852820
erstervorstand@sc-woerthsee.de

Kassier & Beitragsverwaltung:

Matthias Fiedel
Tel. 08153/887979
kassier@sc-woerthsee.de

2. Vorsitzender:

Hans-Erdmann von Roedern
Tel. 0171/3274375
zweitervorstand@sc-woerthsee.de

Schriftführerin:

Irmi Schmidt
Tel. 08153/987763
schriftfuehrer@sc-woertsee.de

3. Vorsitzende:

Inge Strohmeier
Tel. 08153/8689
drittervorstand@sc-woerthsee.de

Öffentlichkeitsarbeit:

Christine Haak
Tel. 0163/3180868
oeffentlichkeitsarbeit@sc-woerthsee.de

Impressum:

Herausgeber
Redaktion
Hersteller
Auflage

Sport-Club Wörthsee e.V.
Alexander Dittrich
Gauck GbR, Schöngeising
900 je Quartal

Änderungen vorbehalten – redaktion@sc-woerthsee.de
Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 5. März 2023

Mitgliedsbeiträge

Kinder und Jugendliche bis 24 Jahre Funktionsträger und Übungsleiter	70,00 €
Erwachsene ab dem Jahr in dem das 25. Lebensjahr vollendet wird	120,00 €
passive Mitglieder	60,00 €
ab dem 3. Kind unter 25 Jahre	beitragsfrei

Aufnahmeantrag und Datenschutzerklärung befinden sich in der Heftmitte und auf unserer Internetseite www.sc-woerthsee.de



**Der SC Wörthsee e.V. wünscht allen Mitgliedern,
Freunden und Gönnern ein gesegnetes Weihnachtsfest,**



schöne Feiertage, viel Gesundheit!



**sowie einen gelungenen Start
in das Neue Jahr 2023**





50 1970-2020
JAHRE
SOYER

www.soyer.de