



TSV - Info

Aktiv & Gesund

Sport für Deine Gesundheit

LebeDeinLeben



Engagement ist einfach.



spked.de/engagement

**Wenn einem der Sport
und die Vereine in der
Region am Herzen liegen.**

Wir stehen für gesellschaftliches Engagement und übernehmen Verantwortung dort, wo wir zuhause sind. Deshalb unterstützen wir u.a. die Nachwuchsförderung zahlreicher Vereine im Landkreis – so auch den TSV Taufkirchen.

Wir wünschen viel Spaß & Erfolg!

Wenn's um Geld geht

 **Sparkasse
Erding - Dorfen**

Liebe TSV`ler



ein weiteres erfolgreiches Sportjahr liegt hinter uns, und ich freue mich, Ihnen einen Überblick über die wichtigsten Ereignisse und Entwicklungen in unserem Verein zu geben.

Mitgliederentwicklung: Unser Verein zählt mittlerweile stolze 1650 Mitglieder. Diese beeindruckende Zahl zeigt, dass unser Verein weiterhin wächst und eine wichtige Rolle in unserer Gemeinschaft spielt.

Abteilungen und Übungsleiter: Wir sind stolz darauf, 25 verschiedene Abteilungen zu haben, die eine breite Palette an Sportarten und Aktivitäten anbieten. Dank unserer 56 engagierten Übungsleiter konnten wir ein vielfältiges und qualitativ hochwertiges Trainingsangebot sicherstellen. Ihre Leidenschaft und ihr Einsatz sind das Herzstück unseres Vereins.

Infrastruktur: Unser Verein verfügt über Trainingsmöglichkeiten in der Realschulturnhalle, der Mittelschulturnhalle, dem Beachvolleyballplatz sowie in zwei vereinseigenen Hallen. Diese Infrastruktur ist ein wesentlicher Bestandteil unseres Erfolgs und bietet unseren Mitgliedern die besten Voraussetzungen für Training und Wettkampf. Nur durch die große Zahl an verschiedenen Hallenzeiten haben wir die Möglichkeit unseren vielen Mitgliedern auch die Trainingszeiten bieten zu können.

Erfolge bei Wettkämpfen: Unsere Sportler haben in verschiedenen Disziplinen hervorragende Leistungen gezeigt und zahlreiche Medaillen, Titel und Urkunden gewonnen.

Veranstaltungen: Wir haben mehrere erfolgreiche Veranstaltungen organisiert, darunter Turniere und Vereinsfeste, die die Gemeinschaft gestärkt und neue Mitglieder angezogen haben.

Jugendarbeit: Besonders stolz sind wir auf unsere Jugendarbeit. Durch gezielte Programme und Trainingsmaßnahmen haben wir viele junge Talente gefördert und ihnen die Möglichkeit gegeben, sich sportlich und persönlich weiterzuentwickeln.

Verwaltung: Ein Verein dieser Größenordnung ist nicht mehr so nebenbei zu führen, sondern erfordert von vielen Beteiligten enormen Einsatz und ehrenamtliches Engagement, die weit über das übliche Maß hinausgeht.

Ich möchte mich bei allen Mitgliedern, Übungsleitern, Vorständen und Unterstützern für ihr Engagement und ihre Treue bedanken. Gemeinsam haben wir viel erreicht, und ich bin überzeugt, dass wir auch in Zukunft erfolgreich sein werden.

Mit sportlichen Grüßen,

TSV Vorsitzender
Alwin Ertl



P.S.: Auf den Seiten 106 & 107 findet Ihr eine Übersicht unserer Sportangebote, mit Seitenangaben zu detaillierten Infos.

Vorstandschaft



1. Vorsitzender
Alwin Ertl



Stellv. Vorsitzender
Gerhard Mühlenbeck



Stellv. Vorsitzende
Elfriede Streinz



Jugendleiterin
Gabi Hoijtink



Schatzmeisterin
Petra Müller

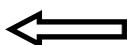


Schriefführerin
Helga Huber



Kassenprüferinnen

Birgit Hayn



Anna Deutsch



Beiräte



Hans Ossner



Christina Holler



Josef Aigner

1. Vorsitzender: Alwin Ertl
Stellv. Vorsitzender: Gerhard Mühlenbeck
Stellv. Vorsitzende: Elfriede Streinz
Schatzmeisterin: Petra Müller
Schriftführerin: Helga Huber
Jugendleiterin: Gabi Hoijtink

Kinderfasching
Samstag 01.02.2025
14:30 - 17:30 Uhr
Bürgersaal Taufkirchen

TSV - Mitglieder -
versammlung
Freitag 11.04.2025
Beginn 19:00 Uhr
TSV Sporthalle

GESCHÄFTSSTELLE

Besetzung der Geschäftsstelle

Jeden Dienstag von 17:30 - 18:30 Uhr, außer in den Ferien



Elfriede Streinz u. Gerhard Mühlenbeck

Tel. 08084 9497300 oder 0160 96249051

Fax: 08084 5026233

E-Mail: geschaeftsstelle@tsv-taufkirchen-1893.de

Homepage: www.tsv-taukirchen-1893.de



MITGLIEDER

Mitglieder (Stand 01.11.2024)			
	männl.	weibl.	ges.
Kinder bis 5 Jahre	69	56	125
Kinder v. 6-13 Jahre	109	197	306
Jugendliche v. 14-17 Jahre	40	79	119
Erwachsene v. 18-26 Jahre	31	65	96
Erwachsene v. 27-40 Jahre	94	147	241
Erwachsene v. 41-60 Jahre	149	220	369
Erwachsene über 61	146	257	403
			1659



Fast 100 Besucher bei der Mitgliederversammlung am 05.04.2024

Alwin Ertl 1. Vorsitzender präsentiert kurz und knackig die Ereignisse des Jahres, es wurde viel gefeiert und auch tolle Siege haben sich die Handballer geholt.

Neuwahlen standen an:

Christoph Puschmann hat die Wahlleitung übernommen und sportlich durchgeführt. Die alte Vorstandschaft hat sich noch einmal bereiterklärt für drei Jahre ihre Ämter zu übernehmen. Aus gesundheitlichen Gründen ist Marion Jörg nach 24 Jahren als Kassenprüferin zurück getreten und hat somit Birgit Hayn den Weg freigemacht. Bei den Beiräten gab es auch eine kleine Veränderung, Karl Bart hat nach 12 Jahren das Amt als Beirat aufgegeben, dafür konnten wir Christina Holler gewinnen.

Die Wahlen gingen zügig über die Bühne, da alle vorgeschlagenen Personen, einstimmig von der Versammlung bestätigt wurden.

Vielen Dank an Alle, die sich wieder bereit erklärten Ämter zu übernehmen.



Ehrung des Prinzenpaars

mit ihren Trainern Gerti und Karl Bart. Die Cool Dance4You und die Dance Girls haben das Prinzenpaar mit ihrem Tanzmusical die ganze Faschingszeit begleitet. Das war schon einmalig, die Kombination der beiden Gruppen. Danke auch an die Eltern für den Fahrdienst während der Faschingszeit.



Taufkirchen – „Wir sind stolz, dass wir zum jetzigen Zeitpunkt mehr als 1600 Mitglieder haben“, freute sich TSV-Chef Alwin Ertl bei der diesjährigen Jahreshauptversammlung.

Im Vorjahr konnte man 81 Neumitglieder zählen. Im Moment sei der Verein der mitgliederstärkste der Gemeinde. Besonders gut gehe der Sportbetrieb, weil wir so „engagierte Leute“ haben, die sich in vielen Bereichen einbringen und wir damit ein Programm für Jung und Alt anbieten können. „Eigentlich florieren alle Abteilungen“.

Das honorierten auch die Mitglieder, die den gesamten Vorstand wiederwählten. Ertl informierte über die Sanierungsarbeiten an der Turnhalle, Unterhaltungsmaßnahmen und Schönheitsreparaturen. Zudem erinnerte er an die Laufveranstaltung „Lauf geht's“ und den Gaudilauf beim Adlberger Markt, das Ferienprogramm und das Sportabzeichen, das jährlich abgenommen werde. Stolz ist der Vorsitzende über das „Inklusive Sport-Miteinander“ im Verein. Inklusion bedeutet, dass jeder Mensch ganz natürlich dazu gehört, egal wie er aussieht, welche Sprache er spricht oder ob er eine Beeinträchtigung hat, jeder kann hier beim Sport oder Freizeit mitmachen“, das sei gelebte Inklusion. Und genau im Breiten- und Gesundheitssport, der vom Kind bis zum Senioren angeboten wird, sieht er die Stärken des TSV.

Mehr als 60 Übungsleiter seien in 26 unterschiedlichen Sportgruppen und Sportmöglichkeiten im Einsatz. „Ohne die vielen Ehrenamtlichen im Verein läuft gar nichts, hier wird nicht Spitzensport, sondern Breitensport betrieben“, betonte er und bedankte sich bei allen Verantwortlichen für ihre außerordentlich gute und vorbildliche Arbeit, vor allem im Jugendbereich.

Dann ehrte Alwin Ertl zusammen mit der Schriftführerin Helga Huber, der stellv. Vorsitzenden Elfriede Streinz und Jugendleiterin Gabi Hoijtink eine ganze Reihe langjähriger Vereinsmitglieder für 25, 40, 50 und 60 Jahre Treue zum Sportverein. Der TSV werde getragen von Gemeinschaftsgeist, Idealismus und Einsatzbereitschaft, sagte er. In einer Zeit voller Hektik und Stress bietet der Verein allen Altersgruppen Gelegenheit, auszuspannen und abzuschalten. Für **25 Jahre** wurden geehrt: Ottmar Aigner, Angela Aigner, Barbara Leiner, Siegfried Reil, Hans und Heidi Osendorfer, sowie Constantin Schönfeld.

Für **40 Jahre**: Tobias Aigner, Peter Christoph Kapustin, Doris Maier, Christina Lainer, Alexander Barthel, Amalie Fiedler, Hannelore Götzberger, Agnes Scharf und Maya Hauer.

Für **50 Jahre**: Fridolin Bichlmeier, Elisabeth Gruber, Heinz Kulse, Karl-Heinz Purschke, Johanna Rej, Ulrike Brunner, Raimund Stiller, Birgit Hayn, Thekla Schroth, Manfred Estendorfer, Friedrich Eibl, Klaus-Dieter Hopp, Walter Spörlein, Annemarie Wörndle, Marianne Peissinger, Jan Olufsen, Cäcilie Olufsen und Siegfried Gehring.

Für **60 Jahre**: Ernst Brunner, Werner Huber und Josef Irl. Auch ehrenamtliche Übungsleiter zeichnete er aus: Laura Friedrich und Ursula Rasthofer für fünf Jahre ÜL Leichtathletik; Rudi Hamburger für zehn Jahre im Tischtennis. Huber Schiller für 15 Jahre im Karate; Heidi Hoffmann für 25 Jahre im Fitness; Gerti und Karl Bart für den Tanzsport. Zudem wurde Marion Jörg für 24 Jahre als Kassenprüferin und Karl Bart für 12 Jahre als Beirat gewürdigt

Auch sportliche Erfolge konnte der Vorsitzende auszeichnen: die Showtanzgruppen "Cool Dance4You" unter der Leitung von Gerti Bart, mit dem Motto Showtime am Broadway und die "Dance Girls" mit ihren Tanzmusical "Eine Reise um die Welt" unter der Leitung von Elfriede Streinz. Die Herren-Handballmannschaft wurde Meister in der Bezirksklasse und die Handball-Damenmannschaft Dritte in der Bezirksklasse nach Wartenberg und Moosburg.

Dann zeichnete er noch langjährige Handballspieler aus: Gottfried Sperr (10 Jahre), Patrick Mühlenbeck (15 Jahre und 10 Jahre Schiedsrichter), Dion Heydemann (15 Jahre) und Tobias Huber für (20 Jahre).

Siehe Foto Handball Ehrung Seite 12

Herzlichen Glückwunsch den Herren - Handball - Meister

die Trainer v. Links :

Alwin Ertl, (1. Vorstand) Dion Heidemann (Spieler),
Mathias Hils, Andreas Habertzettel, (Trainer)
Gerhard Mühlenbeck - Abteilungsleiter Handball



Die Vorstandschaft wurde gewählt



V. links n. rechts Christoph Puschmann Wahlleiter, Beirat Hans Ossner, Kassenprüferin Anna Deutsch
Kassiererinnen Petra Müller, Beirätin Christina Holler, stell. Vorsitzender Gerhard Mühlenbeck
Beirat Josef Aigner, hinten v. rechts n. links: stell. Vorsitzende Elfriede Streinz, 1. Vorsitzender Alwin Ertl
Jugendleiterin Gabi Hoijtink, Schriftführerin Helga Huber, Kassenprüferin Birgit Hayn

Übungsleiter - Ehrungen



Von Links nach rechts: Rudi Hamburger, Ursula Rasthofer, 1. Vorsitzender Alwin Ertl

Folgende Übungsleiter wurden 2024 mit dem Ehrenzeichen des BLSV ausgezeichnet:

Hoffmann Heidi	25 Jahre:	Fitness
Schiller Hubert	15 Jahre:	Karate
Hamburger Rudi	10 Jahre:	Tischtennis
Rasthofer Ursula	5 Jahre:	Leichtathletik
	5 Jahre :	Leichtathletik

Übungsleiter wurden für ihre langjährige Tätigkeit geehrt, da sie die Eckpfeiler des Vereines darstellen und mit ihren Übungsstunden die Vielfalt in unserem Verein ausmachen.

Dankeschön



Hamburger Rudi



Rasthofer Ursula



Friedrich Laura



Hoffmann Heidi



Schiller Hubert

Ehrungen Übungsleiter 2024



Vorsitzender Alwin Ertl ehrte langjährige treue Mitglieder (Vorne v.l.n.r.): Irl Josef, Fritz Eibl, Schroth Thekla, Johanna Rej, Walter Spörlein, Scharf Agnes, Gruber Elisabeth, Raimund Stiller, Birgit Hayn, Otmar und Angela Aigner, Barbara Leiner, Hans Osendorfer, Fridolin Bichlmaier und Alwin Ertl sowie (hinten v.l.n.r.): Ulrike Brunner, Heidi Osendorfer, Doris Maier und Manfred Estendorfer

Die Eingangstüren der TSV Halle & die Tür zur Geschäftsstelle waren auch in die Jahre (35) gekommen so dass wir sie austauschen mussten. Wir hoffen auch, dass sich das bei den Heizkosten auswirkt, weil sich unten an der Tür ein Spalt geöffnet hat und gleichzeitig viel Wärme nach außen dringen konnte. Die neuen Türen sind auch optisch moderner gestaltet. Die Firma Huber hat uns die neuen Türen eingebaut und die kompletten Fenster im TSV eingestellt. Kostenpunkt 12.500,00 €



Neue Eingangstür zur Halle u. neue Tür zur Geschäftsstelle



Das alte Gebäude hat sich im November wieder gesenkt, so dass die Firma Bart Stützpfeiler (siehe Bild) eingebaut hat, um die Dachlast durch Pfeiler abzustützen.

Ehrungen Mitgliederversammlung 2024

Ehrenmitglieder:

Glied Gisela
 Prof. Dr. Kapustin Peter
 Rieß Georg
 Christofori Erich

Ehrenvorsitzende:

Kapustin Maximiliane
 Bayerstorfer Martin

Die Ehrennadel in Gold 50 Jahre wurden vom TSV verliehen an:

50

Bichlmeier Fridolin
 Gruber Elisabeth
 Kulse Heinz
 Purschke Karl-Heinz
 Rej Johanna
 Brunner Ulrike
 Stiller Raimund
 Hayn Birgit
 Schrot Thekla
 Estendorfer Manfred
 Eibl Friedrich
 Hopp Klaus-Dieter
 Spörlein Walter
 Wörndle Annemarie
 Peißinger Marianne
 Olufsen Jan
 Olufsen Cäcilie
 Gehring Siegfried

Die Ehrennadel in Silber 25 Jahre wurden vom TSV verliehen an:

25

Aigner Otmar
 Aigner Angela
 Leiner Barbara
 Reil Siegfried
 Osendorfer Hans
 Osendorfer Heidi
 v. Schönfeld Constantin

Die Ehrennadel in Gold 40 Jahre wurden vom TSV verliehen an:

40

Aigner Tobias
 Kapustin Peter Christoph
 Maier Doris
 Lainer Christina
 Barthel Alexander
 Fiedler Amalie
 Götzberger Hannelore
 Scharf Agnes
 Hauer Maya

Die Ehrennadel in Gold 60 Jahre wurden vom TSV verliehen an:

60

Brunner Ernst
 Huber Werner
 Irl Josef

Herzlichen Glückwunsch!
Vielen Dank für Eure Treue

Ehrentafel des TSV 2024



Ehrungen der beiden erfolgreichen Herren- und Damen- Handballmannschaften des TSV Taufkirchen (Vorne v.l.): Hubert Aigner (stellv. Abteilungsleiter), Ursula Rasthofer, Anne Stummer, Sophia Pregler, Sabrina Josef, Julia Djurdjevic, Elena Bachmaier, Maria Heilmeier, Christine Wolfrum, Theresa Bachmaier und Sarah Aigner (Mitte v.li.): Pregler Sophia, Lena Hellemann, Helena David, Andreas Haberzettl (Trainer Herren), Gottfried Sperr, Reinhard Gössl (Trainer Herren), Andreas Rej, Florian Lehner, Christoph Huber, Tobias Huber, Patrick Mühlenbeck, Max Josef, Alwin Ertl (1. Vorstand), Gerhard Mühlenbeck (2. Vorstand, 1. Abteilungsleiter), (Hinten v.l.): Dion Heydemann, Thomas Anhoffer, Christian Grabmeier, Lars Gössl, Johannes Kröll, Moritz Sladek, Phillip Friedrich, Julian Mühlenbeck, Matthias Hils und Martin Kolbinger



Gottfried Sperr



Tobias Huber



Gottfried Sperr

Patrick Mühlenbeck

Dion Heydemann

Tobias Huber

Verbandsehrenzeichen in Silber für 10 Jahre Spieler

Verbandsehrenzeichen in Silber für 10 Jahre Schiedsrichter

Verbandsehrenzeichen in Gold für 15 Jahre Spieler

Verbandsehrenzeichen in Gold mit Kranz für 20 Jahre Spieler

Ehrung durch den Abteilungsleiter Gerhard Mühlenbeck



Dion Heydemann



Patrick Mühlenbeck





Bestens gerüstet für den Notfall.

Die TSV Trainer u. Mitglieder, praxisnah geschult.

Am 26. Oktober 2024 hat erneut ein *Erste – Hilfe - Kurs* für Trainer und Mitglieder in der TSV Turnhalle stattgefunden.

In Praxis und Theorie konnten **die 17 Teilnehmer/innen** ihre Kenntnisse wieder auffrischen, durch den mit Sachkenntnis und Humor geleiteten **Vortrag des Referenten Dieter Kaiser** nahmen die Teilnehmer viel Wissen mit nach Hause.

Falsch kann man nichts machen

außer man tut nichts..... sprach Referent Dieter Kaiser

Organisiert haben diesen Tag Gerhard Mühlenbeck, Gabi Hoijsink und Elfriede Streinz.



Erster - Hilfe Kurs



In Dankbarkeit und Ehrfurcht
gedenken wir unserer
verstorbenen Mitglieder
des vergangenen Jahres

Forster Hans

Vaas Rudolf

Kerschbaumer Helmut

Schefthaler Alois



Schachtel Johanna

Dimpflmayer Maria

Olufsen Jan

Nagel Gisela

Zellner Josef

Fahnenweihe KSV



150-jähriges Jubiläum der Krieger- und Soldatenkameradschaft

Die Krieger- und Soldatenkameradschaft Taufkirchen (Vils) feierte am 23. Juni 2024 ihr 150-jähriges Gründungsjubiläum mit Segnung der restaurierten Fahne. Die TSV Mitglieder mit ihrer Fahnenbegleitung schmückten den feierlichen Gottesdienst und den Umzug. Anschließend wurde im Bürgersaal noch gebührend gefeiert.



Fahnenweihe FC - Moosen

75-jähriges Bestehen des FC Moosen wurde gebührend gefeiert.

Am Sonntag, den 28.07.24 ist die Fahnenabordnung des TSV mit 12 Teilnehmern nach Moosen gefahren. Der festliche Rahmen wurde durch den Kirchenzug und einer sehr feierlichen & rhythmischen Kirche begleitet.

Leider hat das Wetter nicht so mitgespielt, deshalb wurde die feierliche Kirche im Zelt abgehalten. Danke an Alle die uns unterstützt haben.





*Der TSV Taufkirchen
möchte sich bei der
Sparkasse für die großzügige
Spende von 1000€*

*für die Renovierung & Bau unseres Ge-
rätehauses und Mülltonnenhäuschen
ganz herzlich bedanken .*



*Der TSV Taufkirchen
möchte sich bei der
VR Bank für die großzügige*

Spende von 1000€

*für die Renovierung
ganz herzlich bedanken .*

*Diese Gelder helfen uns die hohen Kosten
etwas leichter zu „stemmen“.*



Sponsoren



Herzlichen Dank an die Fa. REWE und den Kunden, die ihre gesammelten Vereinscheine dem TSV Taufkirchen zukommen haben lassen.

Dafür bekamen wir Sportgeräte für den Bereich Gymnastik & Ballspiele.

TSV Taufkirchen/Vils 1893

Wir sagen Danke für eure Unterstützung!

**Die gesetzlichen Krankenkassen bieten:
Geldprämie, Sachprämie oder Verrechnung mit
Gesundheitsleistungen.
Sichert Euch Eure Prämie mit dem
„Gesundheitssport“ im TSV**



Die Bonusprogramme der Krankenkassen haben das Ziel, die Eigeninitiative der Versicherten zu gesundheitsbewusstem Verhalten und zur Vorsorge zu fördern. Im Gegenzug erhalten die Teilnehmer Vergünstigungen in Form von **Barprämien, Sachprämien** oder **Gesundheitsleistungen**.

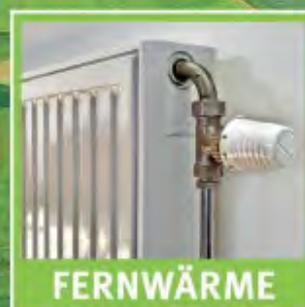
Einige Kassen bieten zwei verschiedene Formen an. Man kann dort wählen, ob man eine kleinere **Barprämie** erhalten möchte oder sich einen größeren Bonus, gegen selbst finanzierte Gesundheits- und Vorsorgemaßnahmen verrechnen lässt.

Viele gesetzliche Krankenkassen versprechen ihren Mitgliedern **Geldprämien**, wenn sie am Bonusprogramm erfolgreich teilnehmen. Dabei sind die Auflagen bei einigen Kassen sehr hoch, andere wiederum belohnen die Versicherten bereits für einen verhältnismäßig geringen Aufwand. Für die Kassen sind die Programme eine Chance, gesundheitsbewusste Kunden an sich zu binden. Im Idealfall sollten aber sowohl die Versicherten als auch die Krankenkassen profitieren. Die Versicherten gewinnen neben einem Plus an Gesundheit finanzielle Vorteile, während die Kassen ihre Ausgaben langfristig senken können.

Wofür gibt es Bonuspunkte?

Zu beachten ist zunächst, dass man als Versicherter bei den meisten Programmen im Grunde auch finanziell in Vorleistung treten muss. Viele Krankenkassen belohnen z.B. **professionelle Zahnreinigung**, Mitgliedschaften im **Sportverein**, bzw. **Fitnessstudio** oder die **Teilnahme an Gesundheitskursen** mit Bonuspunkten. Die Kosten dafür übernehmen sie aber nicht. Rein finanziell lohnt es sich also kaum, nur wegen eines Bonus' in einen Sportverein einzutreten. Die Bonusprogramme können aber ein zusätzlicher Anreiz sein, wenn man ohnehin regelmäßig Sport treibt oder zur Vorsorge geht.

ENERGIE FÜR TAUFKIRCHEN(VILS)



Ihr lokaler Energieversorger: zuverlässig nachhaltig günstig

Ausführliche Informationen finden Sie unter:

www.gemeindegewerke-taufkirchen.de

**Kundenbüro im Erdgeschoss
am Rathausplatz 3**

Gerne beraten wir Sie persönlich!

**Vereinbaren Sie einfach einen Termin unter
Tel. 080 84 37 39 oder per E-Mail an
info@gw-taufkirchen.de**

Gemeindegewerke Taufkirchen(Vils) GmbH&Co.KG · Rathausplatz 3 · 84416 Taufkirchen(Vils)

TSV Taufkirchen Kinderfasching am Samstag 3. Febr. 2024

Spiel & Spaß mit dem TSV Animationsteam



Einen spannenden Nachmittag erlebten die bunt maskierten Kinder mit ihren ebenfalls fantasievoll kostümierten Eltern.



Clown Pepe (Vorstand Alwin Ertl) und das Animationsteam bestehend aus TSV Übungsleiterinnen, hatte sich wieder allerhand einfallen lassen (Tanz, Spiel & Spaß) Die gutgelaunten Gäste wurden mit Kuchen, Pommes und Getränken bestens versorgt. Eine bunt gemischte Tombola mit großartigen Preisen ließ die Kinderaugen größer werden. Die TSV Tanzgruppen waren zwischen den spannenden Spielen eine wahre Erholung. Mit dabei waren die Dance Bambinis und die Dance Stars, die eine grandiose Tanzshow zeigten.

Der Höhepunkt war dann zum Schluss das Prinzenpaar mit den Cool Dance4You, da bekamen die Kinder glänzende Augen und strahlende Gesichter. Ein bunter Nachmittag ging schnell zu Ende, die Kinder sagten: nächstes Jahr kommen wir wieder, was könnte man sich da als Veranstalter noch mehr wünschen.



Die Parkplatznot !!!

Parken wird immer schwieriger, daher haben wir uns mit der Gemeinde besprochen um neue Parkmöglichkeiten für unsere Mitglieder zu schaffen. Die Firma Bart wurde beauftragt neben der neuen Sporthalle 8 weitere Parkplätze zu bauen. Kostenpunkt ca. 13.500,- €.



Die Außenanlagen haben wir Step bei Step erneuert.

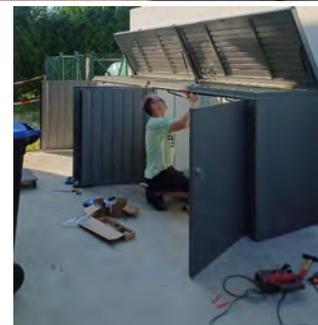
Für die Pflege der Außenanlagen wurde ein Gerätehaus mit Bodenplatte und zwei Mülltonnenhäuser angeschafft. Kostenpunkt ca. 7.500 €.

Jetzt sieht auch der hintere Bereich der Sporthallen sehr gepflegt aus. Die Bäume mussten geschnitten werden da sie durch die Stürme sehr in Mitleidenschaft gezogen wurden. Kostenpunkt 3.800 €.



Es gibt ständig was zu tun!

Die alten Neonlampen in der alten TSV-Halle wurden gegen neue LED-Beleuchtungen getauscht, um zum einen besseres Licht zu haben und um langfristig Energiekosten zu sparen. Die Fa. Zeilbeck hat uns dabei unterstützt.



Trainer — Meeting & Brunch

Nach langer Zeit hat die Vorstandschaft die Trainer/innen wir in die TSV Sporthalle zu einen kleinen Erfahrungsaustausch und zu neues im TSV eingeladen.

Der Sonntagvormittag von 10:00—12:30 Uhr war ideal um sich gegenseitig austauschen. 33 ÜL sind der Einladung gefolgt und hatten sich über die Einladung zu dem Brunch sehr gefreut. Das Essen wurde von den Vorstandsdamen gesponsert, geplant hat diesen Vormittag Elfriede Streinz.

Um die Hohen Reparaturkosten zu verstehen gab es ein Videorückblick wo und was gemacht wurde in 2022 u. 23. Gesamt waren das Ausgaben von ca. 100 000 € für Heizung, Türen und diverse Reparaturen an dem alten Gebäude. Auch die ÜL informierten aus ihren Abteilungen.

Alle bekamen noch ein kleines Dankschön für ihr Engagement und die Unterstützung der Vorstandschaft.

Trainer sind das Herzstück des Vereins.



Good Appetit!



Weiher Konrad 90



Huber Hermine 90



Maier Max 80



Kröll Adolf 85



Haupt Katharina 80



Bachmaier Heidi 90



Hennel Antje 80



Holzner Rita 80



Otmar Zeilbeck 85



Ehm Martha 85



Hutter Nadja 80



Nitzl Rosa 85



Waltraud Kobus 85



Kaltenbrunner Magdalena 80



Gschlößl Centa 85



Miesl Willi 85



Dr. Heydner Dietrich 85



Gruber Elisabeth 80



Forster Anneliese 80



Lohner Peter 85



Glasl Barbara 90



Wildner Anneliese 80



Dietrich Marlies 85



Sonnenholzer Konrad 80



Treffler Walter 80



Bruder Barbara 80



Födisch Irmgard 80



Hoffmann Erika 85



Piebl Rudolf 85



Thiel Gerhard 80

Heigl Manfred 80

Keilhacker Peter 80



Geburtstage

Geburtstage



**Ehrenvorsitzende feiert
80. Geburtstag
Liane Kapustin**



**Ehrenmitglied & Fitnesstrainer
feiert 80. Geburtstag
Erich Christofori**



**Ehrenvorsitzender feiert
90. Geburtstag
Martin Bayerstorfer**



**Ehrenmitglied &
Fitnesstrainerin
Glied Gisela
feiert 85.**



**Klaus Algasinger
Laufrainer feiert
60. Geburtstag**



Herzlichen Dank an Alle,
die den Jubilaren
im Namen der Vorstandschaft die
Glückwünsche überbrachten.

Vor allem unseren fleißigsten Gratulanten

Liane Kapustin, Gisela Glied,
Gabi Hoijtink, Gisela Eitzenberger,
Erich Christofori
und Elfriede Streinz.

Ferienprogramm

Inline Skaten - ein zweitägiges Fahr – und Sicherheitstraining mit Spaßfaktor!

26 Kinder ab 6 Jahren haben sich bei diesem TSV Ferienprogramm angemeldet. Unterrichtet wurde, wie das Fahren mit Inline-Skatern funktioniert. Die richtige Körperhaltung, die richtigen Bewegungsabläufe, das richtige Gleichgewicht und das richtige Üben sind die Grundlagen zum gefahrlosen Fahren mit den Inlinern.



Wer hat es nicht schon mal alleine versucht und ist dann doch schmerzhaft gestürzt? Irgendwann verlässt einen der Mut und man traut sich nicht mehr.

Bremsen, Ausweichen, sicheres Stehen, sind nur einige Übungen und Tipps, die sicheres Fahren ermöglichen. Schnell merkt man, es ist gar nicht so schwierig, wenn man weiß wie.

Alwin Ertl bringt es den Kinder spielerisch, mit unterschiedlichen und lustigen Übungen bei. Gabi Hoijtink, Gerti Bart u. Elfriede Streinz unterstützten die Kinder, die noch nie auf Inlinern gestanden sind.

Mit den verschiedensten Spielen bekamen sie schnell Sicherheit und Freude am Fahren.

Der Kurs dauerte zwei Samstage mit jeweils 1,5 Stunden. Die Teilnehmer/Innen konnten alle nach dem ersten Kurstag bereits alleine fahren und freuten sich sehr darüber.

Am zweiten Kurstag wurde an der Technik gefeilt um die Fertigkeiten auf den Inlinern weiter auszubauen, wobei die Übungen auch immer anspruchsvoller wurden.





Ein großartiger Volksfestauszug von der Realschule bis zur Festhalle mit 140 TSV`lern, aus allen Sparten. Allen voran unsere Fahnenträger Florian Lehner zusammen mit Thomas Thaler, Klaus Algasinger und Erich Christofori.



Vielen Dank an alle Teilnehmer, die hier den TSV Taufkirchen repräsentiert haben. Gemeinsam haben wir noch den Durst im Bierzelt gestillt.



Übungsleiter mit Zusatzausbildung Lizenz „B“ Prävention:



Heidi Hofmann



Gisela Eitzenberger



Erich Christofori



Gisela Glied



Gerti Bart



Elfriede Streinz



Angelika Schatz





Bewegung und viel Spaß!

Jumping Spiel & Spaß war am Mittwoch, 07.08.2024 beim TSV Taufkirchen angesagt.

Viel Freude hatten die Kinder aus Taufkirchen und dem Holzland in zwei Stunden. Das war ein sportlicher Vormittag im TSV Taufkirchen für **58 Kinder** aus Taufkirchen und dem Holzland, die von drei Sport- und Fitnesstrainern betreut wurden.

Auf dem Trampolin (Gerti Bart), mit den Hula--Hoop-Reifen (Elfriede Streinz) und beim Spiel mit (Gabi Hoijtink) hatten die Kinder großen Spaß.

Nach den coolen, aber auch schweißtreibenden Einheiten, gab es zur Stärkung Pizzen. Am Ende gab es noch Obst und Gummibären mit auf dem Heimweg.

Die Kinder waren ausgepowert und begeistert.
Viel zu schnell verging die Zeit.

Organisiert hat den Programmpunkt Gerti Bart



Gerti Bart



Elfriede Streinz



Gabi Hoijtink

Open Air – Kino



Der Wettergott hatte es gut gemeint, eine lauwarmer Sommer-nacht ideal für unsere Veranstaltung.

63 Anmeldungen hatten wir für unser Kino - Event.

Jedes Kind bekam ein Lunchpaket auf seinen Sitzplatz. Die Spannung war groß, bis endlich der lustige Film los ging. Für einen gelungenen Abend im Glitzerlicht sorgten Gerti Bart, Gabi Hoijtink, Alwin Ertl & Elfriede Streinz.

Gut gelaunt, haben wir dann noch mit allen Kids, eine Polonaise um den Sportplatz gemacht.

Alle Kids wurden um 21:15Uhr wieder abgeholt und gingen vergnügt und begeistert nach Hause.



Fliesen & Naturstein

CHRISTIAN WEINHOLD e.K.

Beratung • Verkauf • Fachausstellung • auf Wunsch Verlegung

Nutzen Sie unsere mehr als

40-jährige Erfahrung am Bau!

**Wir zeigen Ihnen verschiedenste Möglichkeiten
wie sie ihr Zuhause gestalten können!**

Ob Sie sich für Rund-, Schnecken-,
Raumspareck-Duschen
oder bodenbündige Duschanlagen
interessieren,
wir haben die richtige Lösung für Sie.

Bauhofstr. 2 • 84416 Taufkirchen (Vils)
Tel: 08084/2991 • Fax: 08084 / -8610
Internet: www.fliesen-weinhold.de
E-Mail: info@fliesen-weinhold.de



AUTO - E. BRANDL e.K.

- seit über 45 Jahren Peugeot Erfahrung -



- Neu- und Gebrauchtwagen
- Leasing und Finanzierung
- Reparaturen aller Fabrikate
- Klimaanlage-Service
- Autoelektrik
- Autoglas



EURO REPAR
CAR SERVICE

Bergstr. 2 Tel. 0 80 84/4 10
84416 Inning am Holz www.auto-brandl.de



**Kindergeburtstag
in der TSV Turnhalle**

Für Kinder ab 10 - 14 Jahre

2 x 4 Spieler, 1 Schiedsrichter.

Das Spiel kann beginnen.

Im Wechsel von 10 Minuten muss jede
Mannschaft versuchen, den Ball so oft
wie möglich ins gegnerische Tor zu bringen.

Schubsen, rammen, überschlagen und auch
zusammenkrachen ist hier sogar
erwünscht und absolut schmerzfrei.

Eine riesige Gaudi für Kinder.

Terminvereinbarung unter:

0160 96249051

Gebühren pro Stunde



Bubble Soccer

Was bieten wir unseren Vereinsmitgliedern?

Der TSV 1893 Taufkirchen (Vils) bietet fast für jeden eine Sportart an. Das beginnt schon bei den Kleinsten im Krabbelalter. Vor allem die Kinder- und Jugendarbeit liegt uns dabei sehr am Herzen. Natürlich haben auch wir bereits früh erkannt, dass Sport treiben und über 50 sein, sich nicht ausschließen müssen!

Wie ihr unseren beiden großen Bereichen **Breiten-** und **Gesundheitssport** entnehmen könnt, sind genau hier unsere Stärken!

Falls jemand eine spezielle Sparte/Abteilung/Sportart vermisst, oder gar selbst eine neue Sportart anbieten möchte, dann wendet euch bitte an die Vorstandschaft des TSV Taufkirchen und sprecht uns zu eurem Anliegen an. Wir sind immer offen für neue Ideen und fördern deshalb auch die Ausbildung unserer Übungsleiter.



Herzlichen Glückwunsch

Bayr. Ehrenamtskarte – Blau

10 Jahre ehrenamtlich tätig im Sportverein, das wurde gebürtig gefeiert.

Bild links: Christoph Puschmann, Gabi Hoihtink Trainerin, Jugendleiterin, Christina Holler Trainerin & Beirätin, Landrat Martin Bayertorfer.

Alle Trainer die mehr als 10 Jahre tätig sind im Verein können sich über das Landratsamt bei Frau Obermeier anmelden für diese Ehrung.

10 Jahre blaue Ehrenkarte

25 Jahre goldene Ehrenkarte



Am Adlberger Sonntag veranstaltete der TSV hinter dem Rathaus zum ersten Mal die **Adlberger Spiele**.

Ab 7 Jahre konnten alle mitmachen.

(Kinder, Eltern, Freunde, Opa, Oma, Tante, Onkel, usw)

Es gab 4 verschiedene Spiele wie Hindernislauf, Wurfball, Ballreise und Pendelstaffel. Dabei traten je 2 Mannschaften gegeneinander an.

Die Spiele wurden erklärt und die Mädln's der Tanzgruppe Cool Dance4You passten als Spielleiter auf, dass nicht geschummelt wurde.

Dann ging es los und mit Begeisterung waren die Kinder dabei.

Leider „trauten“ sich die Erwachsenen nicht.

Die Siegermannschaften aus dem ersten Durchgang traten nochmal gegeneinander an, es wurden die Plätze 1, 2 und 3 ausgespielt.

Die Kleinen konnten, im von Elfriede Streinz & Alwin Ertl wunderschön gestalteten Kleinkind-Parkour, verschiedene, altersgerechte Spiel-Stationen ausprobieren.

2. Bürgermeister Dr. Christof Puschmann kam zur Siegerehrung und überreichte jedem Teilnehmer der Mannschaft auf dem 1. Platz einen Taufkirchner 10er.

Die Teilnehmer auf dem 2. und 3. Platz und jedes Kind, auch die Kleinen bekamen je einen wunderschönen Preis vom TSV Taufkirchen.

Sie freuten sich alle, denn wie gesagt:

„Jeder ist Sieger“, schön dass Ihr dabei wart!

Organisiert wurde das Event von der Übungsleiterin Gerti Bart und den Cool Dance4You.

Herzlicher Dank geht an die Mädln's und Susanne Bart, Evi und Lena Kerscher für ihre Unterstützung.

Alle hatten viel Spaß mit den Bewegungsspielen vom TSV Taufkirchen.





Unsere jüngsten Turnkinder ab 1 Jahr treffen sich jeden

Montag von 16:00 bis 17:00 Uhr in der neuen Realschulturnhalle mit ihren Eltern und Geschwistern um erste Bewegungs- und Spielerfahrungen zu sammeln.

Aus altbekannten Turngeräten lassen sich neue phantasievolle Bewegungs- und Erlebnislandschaften bauen, um die Kinder neugierig zum Erkunden und Ausprobieren anzuregen.

Beim Klettern, Springen und Purzeln über dicke Matten, über schmale Bänke balancieren, werfen mit Bällen oder schaukeln an den Ringen.

So wird jede Turnstunde für die Kinder zu einem Erlebnis

In unserer Turnstunde können die Kinder gut behütet das ausprobieren, was sie eben gerne tun – sich bewegen, turnen und spielen.

Jeder ist uns herzlich willkommen, wir sind inklusiv ausgerichtet.

Danke sage ich allen Eltern für ihre Unterstützung und Hilfe beim Aufbau und Abbau der Gerätschaften.

Neugierig geworden? Dann schaut doch einfach mal vorbei.



Gabi Hoijtink
Telefon 08084
413155



Vertretung
Gerti Bart
08084 2289





Gabi Hoijtink

Telefon 08084 413155

Mobil 0151 11553906

Elfriede Streinz

Vertretung

0160 96249051



Spiel & Spaß ab 7 Jahre

Dienstag von 16:30 - 17:30 Uhr



Spiel & Spaß

Jede Sportstunde ist abwechslungsreich und vielfältig, es wird spielerisch die Kondition der Mädls und Jungs trainiert.

Gerade ein sportlicher Ausgleich ist für erfolgreiches Lernen wichtig.
Der Begriff „Sport“ steht für eine intensive Bewegung von 15 - 30 Minuten am Tag.

Mit Einsatz des Trampolins wird die Kondition der Madls und Jungs trainiert.
Die Tiefenmuskulatur wird gekräftigt.

Somit wird eine aufrechte Körperhaltung unterstützt,
was ein idealer Ausgleich für die Jugendlichen zum langen schulischen Sitzen ist.

Spiel und Spaß auf dem Minitrampolin, sowie auch Völkerball, Einer-Ball, Schatzinsel,
Harry Potter, „Ketten - Fangste“ usw..

Es gibt reichlich Abwechslung in jeder Sportstunde in der TSV Turnhalle

mit der Trainerin Gabi Hoijtink

GRIMM
CHRISTIAN
WERBEAGENTUR

**Wir haben den Blick
für Ihre Werbung!**

Bahnhofstraße 1 - 84416 Taufkirchen (Vils) - Telefon 08084 2119648
www.christian-grimm.com

Mittlerweile existiert unsere Leistungsturngruppe seit 3 Jahren und die Kinder haben bereits sehr große Fortschritte gemacht. Auch der Zulauf an turnbegeisterten Kindern ist ungebrochen. Mittlerweile ist unsere Gruppe auf über 40 Kindern in 2 Gruppen angewachsen, die jeweils 2x pro Woche fleißig trainieren. Dabei werden die Kinder von insgesamt 6 Trainerinnen unterstützt.

Trainiert wird das klassische olympische Turnen mit den Geräten Sprung, Stufenbarren/Reck, Schwebebalken und Boden mit den Pflichtübungen des deutschen Turnerbundes, P-Übungen, sowie das Kürprogramm, bei dem man sich seine Übungen frei zusammenstellen kann. Die Kinder sind begeistert bei den Wettkämpfen auf Landkreis- oder Turngauebene mit dabei. Hier gab es heuer den ersten Erfolg mit einem dritten Platz bei den Landkreismeisterschaften durch Emilia Turra (Jg. 2014) sowie einem 10. Platz durch Lilli Maeß (Jg. 2014)

Während die Großen (ab 8 Jahre) am Boden bereits die ersten Flicks und Saltos springen oder sich am Sprung an einem Handstützüberschlag versuchen, beginnen die Kleinen (5 bis 7 Jahren) mit Rollen und Rädern am Boden oder Aufschwung und Umschwung am Reck.



Trainerin
Sylvia Barth



Trainerin: Christina Holler
Infotelefon 0151 40165589



Zur Zeit werden nur noch Kinder bis 7 Jahren aufgenommen, da die Kapazitätsgrenzen der Trainingszeiten, Hallen und Trainern erreicht wurde. Interessierte Kinder können ein- bis zweimal im Jahr zu einer Schnupperstunde kommen, in der die turnerischen Voraussetzungen, wie Kraft Beweglichkeit und Koordination überprüft werden.

Außerdem sind wir immer auf der Suche nach Trainern, Helfern oder Wettkampfbegleitern, die die Kinder beim Training und Wettkampf unterstützen.

Trainerinnen: Silvia Barth, Verena Hofmann,
Claudia Maeß, Johanna Hofmann, Vroni Hauer, Christina Holler

***Trainingszeiten die Wettkampfgruppe Montags und mittwochs jeweils 17.30 bis 19.00
und die kleinen Montags 16 bis 17 und donnerstags 16 bis 18 Uhr.***





für Kinder u. Jugendliche

Sportbegeisterte Kinder von der 1. bis zur 3. Klasse treffen sich **freitags von 17:00 bis 18:00 Uhr** in der alten Realschulturnhalle.

Bei passendem Wetter findet das Training draußen statt.

Die Kinder und Jugendlichen ab der 4. Klasse trainieren **dienstags von 17:00 – 18:15 Uhr**.

Neben den klassischen Disziplinen, wie Hoch- und Weitsprung, Sprinten und Werfen, wird auch Wert auf Ausdauer und Koordination gelegt. Dabei steht der Spaß an der Bewegung im Vordergrund und jeder hat die Möglichkeit sich individuell zu verbessern. Wer möchte, kann auch erste Wettkampferfahrungen sammeln.

Ein Schnuppertraining ist nach vorheriger Anmeldung gerne möglich



Tainerin Emilia Spieß
01525 1557917



Tainerin Michelle Bischoff



Tainerin Regina Puschmann
0173 3909824





Großer Erfolg für das Taufkirchener Leichtathletik-Team

Am 08.06.2024 stellten die Leichtathleten aus Taufkirchen wieder einmal ihr Können unter Beweis. Bei dem Wettkampf "Kinderleichtathletik 100 Jahre TV Geisenhausen" traten sie als Team an und holten in der U12 den 2. Platz.

In den Disziplinen Weitsprung, 50m Sprint und Medizinballstoß erzielten Magdalena Puschmann, Annabelle Hühn, Annika Renner, Helena Bauer, Nina Lohse, Franziska Puschmann und Ferdinand Hühn super Ergebnisse.

Alle Kinder, einschließlich den beiden fleißigen Wettkampfhelfern Asmara Spieß und Julia Fürmetz, hatten großen Spaß und fiebern schon auf den nächsten Wettkampf hin.



**Basketball für Jugendliche
von 10 - 13 Jahren
montags von
17:00 - 18:30 Uhr
in der alten TSV - Sporthalle**
Wir freuen uns auf dich!

Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



Trainer: Daubitz Sven

0160 8108693



1. Brustpass/ Druckpass



Hütten—Event der Handballabteilung in 2024



Aktivitäten der Handballabteilung

Die Handballabteilung des TSV begreift sich nicht nur als rein sportliche Zweckgemeinschaft, sondern sieht sich als verschworenen Haufen, der auch abseits der Halle was zusammen unternimmt. Die folgenden Zeilen und Bilder sollen einen kleinen Einblick in die gemeinsamen Aktivitäten des vergangenen Jahres geben.

Das größte Zusammentreffen ist unser jährliches, in den Sommermonaten stattfindendes, Abteilungsfest am TSV-Gelände. Jugendspieler mit Eltern und Geschwister, Damen- und Herrenmannschaft, Vorstandschaft, sowie viele Ehemalige treffen nachmittags zum Grillen, Ratschen, Fachsimpeln und Party machen zusammen, wobei sich auch der Nachwuchs in der Halle und auf dem angrenzenden Fußballplatz direkt handballerisch beteiligen darf.

Ein Highlight ist das gemeinsame verlängerte Hüttenwochenende (zuletzt im bayrischen Wald) von Herren und Damen um Pfingsten herum, bei dem auch die jungen Nachwuchsspieler schnell Anschluss an den Erwachsenenbereich finden. Von Donnerstag bis Sonntag wird dort nochmal ordentlich gefeiert und der Mannschaftsgeist gestärkt, bevor im Anschluss die Vorbereitungsphase für die neue Saison ansteht.

In der vergangenen Saison gelang der Herrenmannschaft der (erneute) Aufstieg als Meister in die Bezirksliga. Dieser verdiente Erfolg musste natürlich angemessen begossen werden und so wurde nicht nur von unserem Trainer Matthias Hils ein Grillfest mit Sau ausgerichtet, sondern auch die Meisterschaftsfeier wurde gebührend im Nebenraum des Palazzo im Wasserschloss durchgeführt.

Auf den Auswärtsspielen begleitet uns ein fester Stamm an "Edelfans", die schon manches Mal durch ihre Anfeuerung in der Fremde Heimspielatmosphäre entfacht haben. Zuhause ist die Halle sowieso immer gerappelt voll. Nach den Spieltagen wird dann oft noch gemeinsam in wechselnden Taufkirchener Gaststätten (vorzugsweise beim Emilio, unserem Vereinswirt) gemeinsam gegessen und die Spiele analysiert.

Natürlich sind wir auch immer dabei, wenn ein Vereinsmitglied heiratet. Dann stehen wir Spalier, reichen Rosen und gratulieren dem glücklichen Paar.

Wir freuen uns immer, wenn unsere Handballer Familie Zuwachs bekommt. Wer Interesse hat, dazu zu stoßen, findet auf den umliegenden Seiten alle Infos zu Training und den Mannschaften.

Bericht: Flo





Hallo, wir sind die gemischte F/E-Jugend, Mädchen und Jungs im Alter von 6-11 Jahren.

Da ein Trainerwechsel stattfand und wir unsere geliebte und langjährige Trainerin Kati Gössl leider verabschiedet haben, entschlossen wir uns diese Saison nicht an Turnieren teilzunehmen, sondern uns erst mal richtig kennenzulernen.

Wir sind eine sehr fröhliche und lustige Truppe von ca. 15 Mädchen und Jungs, die alle großen Spaß am Handballspielen haben.

Über alle Neuzugänge freuen wir uns und hoffen euch motivieren zu können, um die Leidenschaft am Handball zu entdecken.

Also, falls du Interesse hast melde dich sehr gerne bei uns!

Unsere Trainingszeiten sind immer Freitags von 14:30 bis 16:00 Uhr in der neuen Realschulturnhalle.

Trainerin

Trainerinnen: Christine Wolfrum: 0170 1972054

wolfrum.christine1@icloud.com

Maria Heilmeier: 0175 6609261

maria@heilmeier-taufkirchen.de



handball.tsv-taufkirchen-1893.de



Seit Anfang des Jahres gibt es beim TSV auch eine männliche D-Jugend. Das bedeutet, dass neben den bereits bestehenden Jugendmannschaften jetzt auch die Jungs dieser Altersgruppe die Chance haben, gemeinsam zu trainieren und sich im Wettkampf zu beweisen. Die Mannschaft hat sich schnell zusammengefunden, und man merkt bei jedem Training, dass die Spieler mit großer Begeisterung dabei sind. Zwölf Spieler haben Spaß am Spiel und kommen regelmäßig zum Training.

Dieses findet immer freitags von 16:00 bis 17:30 Uhr in der Realschulhalle statt, wo fleißig an Technik, Taktik und Kondition gearbeitet wird.

In diesem Jahr haben einige neue Spieler angefangen, die sich schnell in die Mannschaft integriert haben. Es ist eine gute Mischung aus erfahrenen und bald erfahrenen Spielern entstanden, sodass jeder etwas voneinander lernen kann. Die erfahrenen Jungs geben den neuen Spielern wertvolle Tipps und unterstützen sie dabei, ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln. Mit so vielen Spielern ist es manchmal im Training etwas lauter und wilder, vor allem, wenn der Ehrgeiz groß ist und alle zeigen wollen, was sie draufhaben. Doch wenn es darauf ankommt, halten alle gut zusammen und zeigen Teamgeist, der im Sport so wichtig ist

In der kommenden Saison wird die Mannschaft in der Bezirksklasse antreten. Die Vorfreude und Spannung darauf, wie sich die Jungs in dieser Liga schlagen werden, ist bei Spielern, Trainern und Eltern gleichermaßen groß. Es wird eine Herausforderung, aber die Jungs sind motiviert und bereit, ihr Bestes zu geben. Jedes Spiel wird eine neue Gelegenheit sein, sich zu beweisen und als Team weiter zusammenzuwachsen. Wir sind alle gespannt, wie die Saison verlaufen wird und welche Erfolge wir gemeinsam feiern können.

Damit das Team auch in Zukunft gut aufgestellt ist, freuen wir uns immer über neue Spieler. Wenn du Jahrgang 2012 oder 2013 bist und Lust hast, Teil einer tollen Mannschaft zu werden, dann komm gerne vorbei und schau dir das Training an! Wir würden uns freuen, wenn sich noch weitere Spieler finden, die uns verstärken und gemeinsam mit uns Spaß am Fußball haben.



Info:

Trainer: Matthias Hils 0171 8052354

TRAINERIN: | JULIA DJURDJEVIC



handball.tsv-taufkirchen-1893.de



Nach zwei Jahren in der C-Jugend treten unsere Jungs in der Saison 2024/25 erstmals in der höheren Altersklasse – der B-Jugend – an.

Wir zählen weiterhin auf das bewährte Konzept einer Kooperation mit dem TSV Wartenberg. Die Mannschaft setzt sich zu annähernd gleichen Teilen aus Spielern beider Vereine zusammen – und das klappt super!

Mittlerweile hat sich ein tolles Team geformt, welches trotz einiger Abgänge perfekt harmonisiert. So ist es auch nicht verwunderlich, dass man weiterhin eine sehr schlagfertige Truppe stellt, die ohne weiteres eine Jahrgangsstufe weiter oben mithalten kann.

Neu ist diese Saison auch die Besetzung an der Seitenlinie. Thomas Anhoffer und Tobias Huber übernahmen das Traineramt von Julia Djurdjevic. Die beiden spielen selbst noch zusätzlich bei den Taufkirchner Herren und können so sicherlich einige wertvolle Tipps und Tricks an die Jungs weitergeben. Zusammen mit Madlen und Lisa aus Wartenberg bilden sie das vierköpfige Trainergespann der B-Jugend.

Du möchtest Handball ausprobieren? Kein Problem!

Jungs der Jahrgänge 2008 bis 2010 sind jederzeit gerne gesehen. Einfach melden per Email unter info-handball@tsv-taufkirchen-1893.de und wir finden einen Termin für ein Probetraining.

Die Trainingszeiten

montags 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr in Wartenberg

freitags 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr in Taufkirchen.



Info:

Trainer Tobias Huber
0152 26064092





Zur neuen Saison hat es bei den Handballdamen ein paar Veränderungen gegeben. Viele Spielerinnen aus der ehemaligen A-Jugend sind neu dazugekommen, sodass wir uns entschlossen haben, zwei Mannschaften zu melden. Nachdem in der Vorsaison der Aufstieg nur ganz knapp und am grünen Tisch verpasst wurde, wollen wir dieses Jahr mit der ersten Mannschaft einen neuen Anlauf nehmen. Spielerisch überzeugt und verdient hätten es die Damen auf jeden Fall. In der zweiten Mannschaft soll vor allem Spielpraxis gesammelt werden und den vielen jungen Spielerinnen (von denen einige noch in der Jugend spielen dürften) Gelegenheit gegeben werden, sich an die schnellere und härtere Gangart des Erwachsenenbereichs zu gewöhnen.

Auch auf der Trainerbank gab es einige Wechsel. So hat Patrick Mühlenbeck das Amt an Manfred Scholz übergeben. An dieser Stelle nochmals ein Danke an Mühle für die vergangenen beiden Jahre. Der Mane hat schon vor etlichen Jahren die Damen sehr erfolgreich trainiert und ein paar bekannte Gesichter von damals sind immer noch dabei. Als Co- und Hauptverantwortlicher für die Damen II Mannschaft zeichnet sich Maximilian Josef verantwortlich. Des Weiteren unterstützen Andrea Wegmann und Anne Stummer die beiden Trainer. Als Torwarttrainer wird Nadine Prediger bei den Damen aktiv sein. Florian Lehner bleibt dem TSV als Torwarttrainer für alle Handballmannschaften des TSV Taufkirchen erhalten

Wer Jahrgang 2007 oder älter ist und Interesse am Handballsport hat, ist herzlich eingeladen zu einem unverbindlichen Probetraining vorbeizuschauen.

Wir freuen uns immer über neue Gesichter! Unsere Trainingszeiten sind

Dienstag und Donnerstag von 18:45 Uhr bis 20:15 Uhr in der neuen Realschulturnhalle.



handball.tsv-taufkirchen-1893.de



TRAINER:

SCHOLZ MANI 0162 5220340,

Josef Max 0160 90362495



Mit einer hervorragenden Leistung beendeten die Herren Handballmannschaft die Saison 2023/24. Schon ab März stand fest, dass die Mannschaft die Spielsaison als Tabellenführer und Meister abschließen werden. Somit war der verdiente Aufstieg in die Bezirksliga endlich vollzogen.

Die neue Saison beginnen wir gestärkt durch die mentale Vorbereitung im jährlichen Trainingslager. Hier meditieren wir im Schulterschluss mit unserer Damenmannschaft und stärken unseren Teamgeist durch gemeinsames Kochen, Genießen und Feiern. Aber auch das Trainieren von Reaktion und Kondition findet bei dem vielfältigen Spielangebot viel Zuspruch. Wie jedes Jahr war der Aufenthalt im niederbayerischen Haidmühle ein voller Erfolg.

Das Vorbereitungstraining für die neue Saison wird, wie auch im Vorjahr, von Andreas Rej gestaltet. Mit einem straffen und perfekt durchorganisiertem Trainingsprogramm trimmt er die Mannschaft auf Bezirksliganiveau.

Erste Trainingserfolge zeigten sich bereits im Auftaktspiel der Saison, dass wir für uns entscheiden konnten.

An dieser Stelle auch noch einen großen Dank an unsere treue Fangemeinschaft. Wenn wir hier weiterhin so unterstützt und angefeuert werden, werden wir unser Ziel, den Klassenerhalt in der oberen Tabellenhälfte auch schaffen.

Handball-Interessierte ab 17 Jahren sind in der Realschulturnhalle herzlich willkommen. Du triffst uns am besten zu unseren

Trainingszeiten Dienstag und Donnerstag jeweils 20:00 Uhr



Trainer: Andreas Haberzettl, Mathias Hils, Reinhard Gössl

Hubert Huber Schreinerei

Bau Innenausbau Möbel nach Maß



Vötting 2
84416 Taufkirchen/Vils
Telefon: 08084/2674
Telefax: 08084/8026
Mobil: 01718223977
info@schreinerei-hubert-huber.com
www.schreinerei-hubert-huber.com



PHYSIOTHERAPIE TOBIAS SCHEDIWY

- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Massagen
- Wärmebehandlung

Kirchlern 4, 84416 Taufkirchen (Vils)
Tel. 08084 5624286
Mail: tobias.schediwy@outlook.de

Optik Scheuerer

BRILLEN | KONTAKTLINSEN | AUGENGESUNDHEIT

Die passende Brille
finden Sie bei uns!



Landshuter Straße 41 | 84416 Taufkirchen (Vils)
Telefon 08084 3388 | augenoptik-scheuerer@t-online.de

www.optik-scheuerer.de

Auch wir als Volleyballabteilung des TSV Taufkirchens haben dieses Jahr so Einiges geleistet.

In Hallen-Saison 2023/2024 konnten wir erfolgreich den zweiten Platz in der Tabelle mit 25 Punkten sichern.

Falls ihr Interesse an den künftigen Spielen und deren Ausgang habt, schaut gerne unter ost.volleyball-freizeit.de vorbei!

Doch schon inmitten der noch laufenden Saison, begannen wir im Februar mit dem Umbau unserer Beachvolleyball- Plätze im Waldbad.

Mit tatkräftiger Unterstützung von einigen Vereinsmitgliedern, vielen Sponsoren und der Gemeinde konnten wir mithilfe von Bagger und Radlader unserer alten Anlage zu neuem Glanz verhelfen.

Die Außenanlagen wurden hergerichtet, mit neuer Einfassung zum Parkplatz, haufenweise neuer Beachvolleyball-Sand wurde verteilt und unsere Beach- Hütte bekam eine Duschwand.



Ein besonderes Highlight sind auch die neu installierten Flutlichtmasten fürs Beachen im Dunkeln.

Der Großteil davon wurde von uns in Eigenleistung erledigt, somit ein herzliches Dankeschön, an jeden freiwilligen Helfer!

Schaut gerne bei uns vorbei, immer mittwochs in der Realschulturnhalle
um 19:30—22:00 Uhr,

oder im Sommer auf unserer Beachanlage im Waldbad um 18:00Uhr.



Tolle Leistung, herzlichen Dank für den Einsatz



Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein

Volleyball



Trainer : Falko Weiße Tel.: 0151 61441214 &
Hans Leipfinger Tel.:0172



beachvolleyball_taufkirchen



**Montags bewegen wir uns gemeinsam.
Dehnen, Kräftigen und Koordinationsübungen dürfen bei keinem Training fehlen.
Wer rastet der rostet, das ist nicht nur ein Sprichwort, das ist schon nach kürzeren Pausen sichtbar.**

Die Beweglichkeit gehört ständig trainiert.

Bewegung macht den Kopf frei, macht gute Laune und somit hat das auch positive Auswirkungen auf die Gesundheit.

**Wir treffen uns am Montag von 18:30 - 20:00 Uhr
in der Realschulturnhalle neu.**

**Eure Judith Aschauer
Ich freue mich auf euch!**



**Vertretung
Wieschalka Jolanta**



**Judith Aschauer
0170 3036446**



Gehirnjogging im Alltag

Im Alltag muss man oft Höchstleistungen erbringen – nicht nur körperlich, sondern auch geistig. Perfektes Training für unser Gehirn sind grundsätzlich alle Bewegungen, die die Sensibilität und Motorik unserer Füße und Hände ansprechen. Warum? Weil diese Körperteile im Gehirn von einer besonders großen Fläche repräsentiert werden. Deshalb sind wir auch in der Lage, mit Händen oder Füßen feinere Bewegungen auszuführen als z. B. mit dem Knie.

Das Sportprogramm des TSV bietet Trainingsübungen fürs Gehirn, bei jedem Stunden-Angebot, ob Tanz, Fitness, Ballsport, Kampfsport..., immer wird auch das Gehirn bei den Trainings gefördert & trainiert!



Wann: Jeden Montag 16:30-18:00 Uhr

Wo: TSV Sporthalle

Was: Workout, Bodystyling,
Ausdauertraining,
Bauchtraining, Krafttraining,
Stretching.

Wie: Mit lateinamerikanischen
Tanzschritten,
teilweise mit Toning Sticks
und Latino Musik.

Was : Step = Ausdauertraining;
Herz – Kreislauftraining;
Fettverbrennung;
Training der Bein- und
Gesäßmuskulatur.

**Ich freue mich auf Euren
Besuch.
Bis bald, Eure Rita Kinnigkeit**

08084 3940

01522 5325187



**Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein**



Gesundheitssport



„Gesundheitssport“ ist ein Überbegriff. Dieser umfasst alle organisierten Sportangebote, die sich der allgemeinen Gesundheitsförderung widmen. Hierzu zählen: Sport zur Prävention, Sport zur Rehabilitation, therapeutischer Sport, aber auch Entspannungstraining und Stressmanagement. Gesundheitssportliche Aktivitäten finden einen breiten Anwendungsbereich. Sie wirken nicht nur vorbeugend, sondern auch regenerierend und stärkend. Mit ihnen können die weit verbreiteten Zivilisationskrankheiten – schwaches Sozialverhalten, ein falsches Körpergefühl, Haltungsschäden, aber auch Herz-Kreislauf-Erkrankungen unter anderem behandelt werden. Mit der Teilnahme am Gesundheitssport wird ein Ausgleich zum Berufsalltag oder eine Ergänzung zu Freizeitaktivitäten geschaffen. Bewegung sollte vermehrt in die eigene Lebensführung integriert werden, um den allgemeinen Gesundheitszustand zu erhalten oder zu verbessern. Allerdings soll Gesundheitssport von den Teilnehmern nicht als ein weiteres „Muss“ wahrgenommen werden. Stattdessen sollen durch sanfte Bewegungsübungen, aber auch Sportspiele der Spaß und die Freude an Bewegung entdeckt und verstärkt werden. Die gesundheitssportlichen Aktivitäten sollten immer gesundheitsfördernd sein und keine Risiken für die Teilnehmer bergen. Deshalb müssen die Inhalte und Methoden auf den einzelnen Teilnehmer, auf dessen gesundheitlichen Zustand, auf das Alter und die Bewegungsverhältnisse abgestimmt sein.

Realschulturnhalle – alt, Dienstag 19:00 - 21:00 Uhr
Training für weibliche und männliche Sportbegeisterte
Info: 0175 2255401 Fredi Wolff



LIEBL

Feinkost | Genuss | Metzgerei

Ihr Fachgeschäft im Herzen von Taufkirchen!

Landshuter Str. 11 ♦ 84416 Taufkirchen/Vils
Telefon: 08084 / 36 18 ♦ Email: info@metzgerei-liebl.de

Metzgerei - Feinkost - Imbiss - Partyservice - Liefersdienst

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag
06.30 - 18.00 Uhr
Samstag
06.30 - 12.00 Uhr

**Fleisch- und
Wurstautomat:**

**24h
GEÖFFNET**



Jetzt auch auf Instagram.
Folgen Sie uns doch:
@Metzgerei Liebl



Georg Brenninger u. Sohn

Lagerhaus—Baustoffe

Heizöl—Diesel-Tankstelle

Hohenpolding, Tel. 08084/2382





Viele denken, "Ich bewege mich ja den ganzen Tag genug", übersehen dabei aber, dass viele dieser Bewegungen sehr einseitig sind und zu Fehlbelastungen führen können. Das wollen wir mit unseren Gymnastikstunden ausgleichen, die Verkürzungen der Muskulatur aufdehnen, sie kräftigen und unser Gleichgewicht wieder ins Lot bringen. Das Ziel der Übungen ist es auch, die Beweglichkeit zu verbessern und Verspannungen zu lösen.

Mit Musik und wechselnden Trainingsgeräten gestalten wir die Stunden so, dass es abwechslungsreiche und kurzweilige Übungseinheiten sind.

Seit September 2023 war ich leider aus gesundheitlichen Gründen nicht in der Lage, die Stunden abzuhalten. Die Montagsgruppe wurde dankenswerter Weise von den Übungsleiterinnen Gisela Glied und Heidi Hoffmann bis zum Sommer 2024 weitergeführt. Ab September 2024 wird die Montagsgruppe abwechselnd von Heidi Hoffmann und mir geleitet.

Hier nochmal ein ganz herzliches Dankeschön an Gisela Glied und Heidi Hoffmann für die Vertretung in dieser Zeit.

Die Mittwochsgruppe fiel in diesem Zeitraum leider aus. Jetzt habe ich mich schweren Herzens dazu entschlossen, diese Gruppe ganz einzustellen, da inzwischen zu wenig Teilnehmerinnen vorhanden sind. Ich hoffe sehr, die Damen, die noch aktiv sein wollen, finden in einer der vielen anderen Gruppen in unserem Verein oder auch bei uns am Montag Vormittag eine Gemeinschaft, in der sie sich wohlfühlen. Wir hatten eine sehr schöne Zeit miteinander und ich möchte mich auf diesem Weg nochmal herzlich dafür bei den Mittwochsdamen bedanken und wünschen euch allen weiterhin alles Gute.

Ich bedanke mich bei allen Teilnehmerinnen herzlich und wünsche euch eine gute Zeit und viel Gesundheit.

Wir treffen uns Montag von 9:00 bis 10:00 Uhr

in der TSV-Halle

Bei Interesse einfach vorbeischaun!



Info:

08084 257687

Gisela Eitzenberger





Gisela Glied
Info 08084 462



Es ist erwiesen

wer sich gern bewegt und Sport treibt steigert seine Lebensqualität.
Wir trainieren abwechslungsreich mit Reifen, Softball, Pezziball, Hanteln, Theraband, Pilatesring, Rubberbänder, Faszien mit und ohne Rolle, also jede Stunde ein bisschen anders.

Nach so einem Training darf auch die Entspannung nicht fehlen.
Wer hat Lust mitzumachen? Es sind noch Matten frei !

Wir trainieren jeden Mittwoch um 20:00- 21:00 Uhr
in der TSV -Spiegelhalle

Bei meinen Teilnehmer/innen , bedanke ich mich herzlich für ihre Treue.
Bleibt gesund.





Beweglich bleiben bis ins hohe Alter

Sitzgymnastik für die **Golden Girls** kann dabei helfen, auch im Alter noch beweglich zu bleiben. Das Sitzen auf einem Stuhl entlastet dabei den Körper und schont die Kräfte. Gymnastische Übungen im Sitzen eignen sich auch für viele Menschen die im Rollstuhl sitzen. Sitzgymnastik: Nicht nur für Senioren.

Sitzgymnastik für Senioren ist für viele ältere Menschen eine Möglichkeit Sport zu machen, obwohl die körperliche Leistungsfähigkeit schon stark abgenommen hat.

Sie trainiert Koordination, Beweglichkeit, Ausdauer und Fitness. Der Vorteil ist, dass der Körper durch das Sitzen entlastet wird und daher mehr Energie für die Übungen zur Verfügung steht.

Davon profitieren nicht nur Senioren. Auch gehbehinderte Menschen können im Sitzen leichter trainieren. So haben Körper und Geist gleichermaßen etwas von der Trainingseinheit.

Riesenspaß haben wir jeden Mittwoch durch Bewegungsübungen mit den verschiedensten Sportgeräten. Da wird auch die Reaktion bestens trainiert und nebenbei auch noch die Gesichts-Lach-Muskeln.

Lachen ist gesund!

Wir freuen uns über jede/jeden **NEUE/N**, der mit uns beweglich bleiben/werden will.



Mittwoch von 19:00 - 20:00 Uhr in der TSV Turnhalle

Älter werden ist nichts für Feiglinge!

**Trainerin
Gabi Hoijtink
0151 1553906**



*Wir bedanken uns bei den
fleißigen Teilnehmerinnen für
den Spaß bei den
Sportstunden*

Gabi & Elfriede



**Trainerin
Elfriede Streinz
0160 96249051**



Erich Christofori
Info: 08084 2916



Josef Aigner
Info: 08084 1300



Sport ist im Alter aus verschiedenen Gründen wichtig.

Einerseits trägt Seniorensport zum gesunden physischen Zustand bei, andererseits stärkt er auch das geistige Wohlbefinden. Regelmäßige Bewegung kann dazu beitragen, dass ältere Menschen gesünder altern und selbstständig und fit bleiben. Sport hat positive Effekte auf die Fitness, Gesundheit, seelisches Wohlbefinden und geistige Leistungsfähigkeit.

Körperliche Aktivität senkt das Risiko für verschiedene Erkrankungen. Für Sport ist man nie zu alt, es kommt lediglich darauf an, für sich selbst die richtige Sportart zu finden. Dabei soll es vor allem um Spaß an der Bewegung gehen und weniger der Leistungsgedanke im Vordergrund stehen. Den regelmäßige körperliche Bewegung hat deutliche Vorteile, stärkt Muskulatur, Knochen, Herz und Gefäße, Beweglichkeit und Ausdauer. All das versuchen wir in unserer Sportgruppe zu realisieren.

Wir treffen uns jeden Mittwoch von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr in der TSV-Turnhalle.

Bei uns gibt es keine Ferienunterbrechungen. Ab Juli bis Ende August sind wir mit dem Fahrrad unterwegs. Die Einkehr in einen Biergarten zum Auffüllen des Flüssigkeitsverlustes gehört zum Programm. Mit einer besinnlichen Weihnachtsfeier wird das Jahr beendet.

Wer Lust verspürt für seine Gesundheit im Alter etwas zu tun, ist jederzeit willkommen.

Fitness, Gesundheit, seelisches Wohlbefinden und geistige Leistungsfähigkeit.

Körperliche Aktivität senkt das Risiko für verschiedene Erkrankungen.

Für Sport ist man nie zu alt, es kommt lediglich darauf an, für sich selbst die richtige Sportart zu finden. Dabei soll es vor allem um Spaß an der Bewegung gehen und weniger der Leistungsgedanke im Vordergrund stehen.

Denn regelmäßige körperliche Bewegung hat deutliche Vorteile, stärkt Muskulatur, Knochen, Herz und Gefäße, Beweglichkeit und Ausdauer. All das versuchen wir in unserer Sportgruppe zu realisieren.

Wir treffen uns jeden Mittwoch von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr in der TSV-Turnhalle.

Bei uns gibt es keine Ferienunterbrechungen. Ab Juli bis Ende August sind wir mit dem Fahrrad unterwegs. Die Einkehr in einen Biergarten zum Auffüllen des Flüssigkeitsverlustes gehört zum Programm.

Mit einer besinnlichen Weihnachtsfeier wird das Jahr beendet.

Wer Lust verspürt für seine Gesundheit im Alter etwas zu tun, ist jederzeit willkommen.

Josef Aigner und Erich Christofori





E - Bike Treff

Die Umstellung vom Standardfahrrad auf das E-Bike erfordert das Kennenlernen der speziellen Technik. In der Gruppe wird unter fachkundiger Anleitung der Umgang mit dem E-Bike erlernt und bei Touren gefestigt.

Im weiteren Verlauf sollen die Teilnehmer Spaß an der Bewegung entwickeln und korrekte Fahrtechniken erlernen. Das gemeinschaftliche Tourenfahren dient zur Entwicklung einer guten Gruppendynamik.

Bewegung an der frischen Luft, Gelenke werden geschont

Trainiert wird:

- ⇒ Koordination
- ⇒ Gleichgewichtssinn
- ⇒ Ausdauer

Wir freuen uns über jeden Teilnehmer.

Treffpunkt am Donnerstag um 14:00 Uhr,
An der TSV Sporthalle, bei schönem Wetter.

Erich Christofori
Info: 08084 2916



VELDEN · TAUFKIRCHEN · VILSBURG
CACTUS
BESTECHENDE MODE

OBERW ALLNER
MODEERLEBNIS IN VELDEN
CHIC · STIL VOLL · MODISCH

WWW.SOLIVER.COM

IMMER DIE AKTUELLEN TRENDS!

CACTUS

Erdinger Str. 5

84416 Taufkirchen/Vils

Unsere Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag

09:30 – 18:00 Uhr

Samstag

09:30 bis 15:00 Uhr

Tel: 08084 946977

Senioren sport 60+bis über 90



Was heißt Seniorensport? Körperliche und geistliche Ertüchtigung.

In unserer Übungsstunde legen wir die Schwerpunkte auf richtiges Atmen, Gymnastikübungen für alle Gelenke und Muskeln, sowie Stärkung für Herz und Kreislauf.

Wir beginnen mit Schrittfolgen und Armbewegungen zur Durchblutung und zur Kreislauf Anregung. Im Sitzen und Stehen setzen wir alle Muskeln und Gelenke von Kopf bis Fuß in Bewegung dazu benutzen wir die Übungsgeräte, dabei fördern wir Koordination, Ausdauer und Balance. Zum Ende der Stunde machen wir nochmal Atemübungen und Entspannungsübungen.

Auch das gesellige pflegen wir, durch Besuch im Biergarten und einer besinnlichen Jahresabschlussfeier.

Ein Dank auch an alle Mitglieder. Die regelmäßig und mit Freude mitmachen.

Wer Interesse hat, unserer lockeren Gruppe beizutreten, ist immer recht herzlich willkommen.

Wir Frauen und Männer treffen uns immer
montags von 16 bis 17 Uhr in der alten Realschulturnhalle.



Trainer:
Erich Christofori
08084 2916

Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



Deutsches Sportabzeichen für

Menschen mit Behinderung

Kinder und Jugendliche und Erwachsene

Das Deutsche Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung bietet eine sportliche Betätigung für alle, die mindestens eine der Voraussetzungen mit einem Nachweis/Gutachten erfüllen:

- dauernder Grad der Behinderung (GdB) von 20 und mehr
- Endprothesen oder
- Besuch einer Schule mit entsprechendem Förderschwerpunkt
- bzw. Einrichtung für Menschen mit Behinderung (z.B. Werkstatt)



Das Deutsche Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung wurde 2018 gründlich überarbeitet. So wurden nicht nur die Behindertenklassen, sondern auch die Leistungswerte überprüft, angepasst und teilweise neu erstellt.

Die Behindertenklassen wurden teilweise neu definiert, sprachlich überarbeitet und zur besseren Verständlichkeit mit Beispielen versehen.

Die Einteilung erfolgt in 10 Behinderungsklassen nach funktioneller Beeinträchtigung und geht von A – allgemeine Beeinträchtigung bis J – Kleinwuchs.

Alle Untergruppen sind von leicht (I) bis schwer (III) angeordnet.

Die „Fachärztliche Bescheinigung und Haftungserklärung“ wurde ebenfalls überarbeitet. Zukünftig muss nicht mehr ein/e Facharzt/Ärztin aufgesucht werden.

Die Bescheinigung kann auch vom behandelnden Arzt/Ärztin ausgefüllt werden.

Dies führt dazu, dass es sich um eine „Ärztliche Bescheinigung und Haftungserklärung handelt.“ Der Nachweis über den Schwerbehindertenausweis, über ärztliche Atteste ist nicht möglich, da diese keine Information über die spezifische Behinderung und Zusammensetzung des GdB beinhalten.

Eine Mitgliedschaft in einem Verein ist keine Voraussetzung.

Nachweis der Schwimmfähigkeit ist verpflichtend.

Wer sich angesprochen fühlt und mit der Erfüllung der einzelnen Bedingungen ein gutes Maß an Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination erreichen will, wendet sich an:

Josef Aigner 08084 1300

Erich Christofori 08084 2916

Christina Holler 0151 40165589



TSV TAUFKIRCHEN
FAN SHOP

NEU

Jetzt gleich reinschauen!
tsvtaufkirchen.myteamshop.de





Yoga ist eine mehrere tausend Jahre alte philosophische Lehre mit Ursprung in Indien. Über die Jahre hat der Yoga sich weiterentwickelt und an westliche Bedürfnisse angepasst.

Das Ziel von Yoga ist es, menschliches Leiden zu überwinden und einen friedvollen und gleichmütigen Geist zu kultivieren.

Dies soll erreicht werden durch **Atemsynchrone Bewegungen**, tanzähnliche Sequenzen und grenzenlose Kreativität

Termine sind wie folgt:

***Dienstags 20:00 - 21:15 Uhr in der alten Sporthalle der TSV Turnhalle mit Nina**

***Mittwochs 10:00 - 11:30 Uhr im Spiegelsaal der TSV Turnhalle mit Rita**

Equipment:

Matten und Blöcke sind vorhanden

Ein großes Handtuch oder eine Decke bringst du bitte von zuhause mit.



Nina Wegmann
0151 50794329



Rita Kinnigkeit
0152 25325187



Judith Aschauer
0170 3036446



Elfriede Streinz
0160 96249051





Wer im Alltag und im Sport beweglich, vital und schmerzfrei bleiben will sollte etwas für sein Bindegewebe tun!

Diese Erkenntnis setzt sich in den letzten Jahren in Physiotherapie, Sportwissenschaft und Medizin mehr und mehr durch. Denn das muskuläre Bindegewebe – **die sogenannten Faszien** – spielt eine große Rolle **für Wohlbefinden, Beweglichkeit, Leistungsfähigkeit und Gesundheit**. Sie übertragen die Kraft der Muskeln, kommunizieren mit dem Nervensystem, dienen als Sinnesorgan, sorgen für Schutz und Stoffaustausch der inneren Organe.

Die Faszien bilden die Grundlage für eine schöne Körperform.

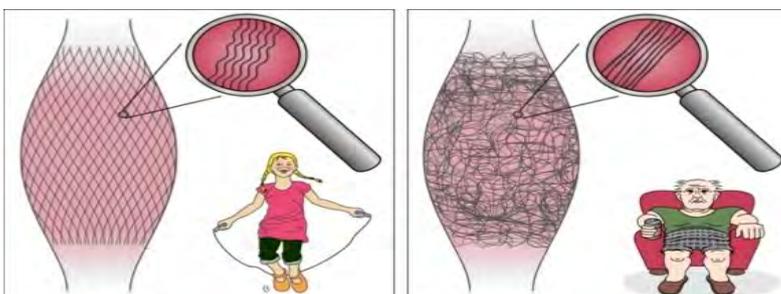
Was man bisher nur Muskeln zutraute, kann auch das Bindegewebe.

Es reagiert auf Belastung und Reize und wenn Faszien verfilzen oder verkleben, können Schmerzen und Bewegungsprobleme die Folge sein.

Die Faszien sollten deshalb gezielt trainiert werden.

Wie sich die neuen Erkenntnisse in ein praktisches Übungsprogramm für den Alltag umsetzen lassen, zeigen Ihnen unsere geschulte

Präventionssport- u. Fitness-Trainerinnen Elfriede & Heidi



Trainierte Faszien

Untrainierte Faszien, verfilzt



Heidi Hoffmann
Präventionstrainerin
Info: 0157 71385031



Elfriede Streinz
Präventionstrainerin
Info: 0160 96249051
oder 08084 7512



Auch heuer bestand für die Taufkirchner Bevölkerung wieder die Möglichkeit, das Deutsche Sportabzeichen abzulegen. Von Anfang Juli bis Ende August standen die Sportabzeichen Prüfer jeden Donnerstagabend auf dem Leichtathletikplatz der Realschule zum Training und zur Abnahme bereit. Das Team aus Erich Christofori, Josef Aigner, Ursula Rasthofer und Christina Holler nahmen die Leistungen ab und standen außerdem mit Tipps und Ratschlägen zur Verfügung.

Das deutsche Sportabzeichen ist ein Angebot des deutschen olympischen Sportbundes zur Einstufung des individuellen Fitnesslevels.

Dabei werden explizit Breitensportler und auch Nicht-Sportler angesprochen. Das Sportabzeichen besteht aus den vier Kategorien Schnelligkeit, Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Für jeden dieser genannten Bereiche wählt man eine Übung aus den Sportarten Leichtathletik, Turnen, Schwimmen oder Radfahren, so dass es sehr individuell zusammengestellt werden kann und daher jeder etwas findet und seine beste Leistung abrufen kann. Zusätzlich muss jeder seine Schwimmfähigkeit für ein erfolgreiches Bestehen nachweisen. Dafür einen großen Dank an die DLRG, die uns hier im Waldbad stets tatkräftig unterstützt.

Neben der öffentlichen Abnahme konnten auch wieder viele Kinder aus der Abteilung Turnen und Leichtathletik im Rahmen ihres Trainings das Sportabzeichen ablegen. Ebenso waren wir im Taufkirchner und im Holzland Ferienprogramm vertreten, wo auch wieder viele Kinder teilnahmen.

Viele Kinder und Erwachsene stellten sich bereits zu wiederholtem Male den Anforderungen, jedoch hatten wir auch einige Erstteilnehmer. Da das Sportabzeichen nach einem dreistufigen System in Gold, Silber und Bronze aufgeteilt ist und sich alle zwei Jahre die Anforderungen ändern, ist es für alle jedes Jahr eine neue Herausforderung und Motivation dabei zu sein. Wir hoffen, dass alle nächstes Jahr genauso motiviert dabei sind und noch viele Freunde und Bekannte mitbringen.



Josef Aigner



Erich Christofori



Ursula Rasthofer



Holler Christina

Sportabzeichen

LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

FRISEURTEAM SCHOLZ OHG

Attinger Str. 7 - 84416 Taufkirchen
Tel. 08084/1208 - www.friseur-scholz.de

Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



H **EIGL** was
Rolladenbau · GmbH sonst?!

Wir bieten: Rollladen - Markisen - Rolll Tore

Roßmais 1 · 84416 Taufkirchen/Vils
Tel. (08084) 2333 · Fax (08084) 8582

www.heigl-rolladenbau.de

MALEREI

WÖRNDLE

PATER-RUPERT-MAYER-SIEDLUNG 20

84416 TAUFKIRCHEN (VILS)

TELEFON (08084) 432 · TELEFAX 8933

info@malerei-woerndle.de

Peter Wörndle · Pater-Rupert-Mayer-Siedlung 20 · 84416 Taufkirchen (Vils)



Das vergangene Jahr war von Gürtelprüfungen geprägt! Zunächst stellten sich 11 Taufkirchner Karatekas in der Stilrichtung Kyokushin Budo Kai, einem der härtesten und realistischsten Kampfsystem weltweit, einer sehr anstrengenden Farbgurtprüfung. Die 11 Prüflinge bestanden den Test unter Prüfer, Trainer und Dojoleiter Sensei Heinz Kulse 4. Dan, nach teilweise über einem Jahr Vorbereitungszeit, mit sehr guten Leistungen. So beheimatet das Dojo Taufkirchen jetzt 5 neun Braungurträger, 5 neue Blaugurträger und einen neuen Gelbgurträger. Das Karate-Dojo Taufkirchen hat aber jetzt auch einen neuen Schwarzgurträger. Helmut Zimmer hat die Prüfung zum 1. Dan im Kyokushin Budo Kai Karate bestanden. Er hatte sich ein Jahr lang intensiv auf diese Herausforderung vorbereitet. Anschließend durchlief er drei Monaten lang einen regelrechten Prüfungsmarathon mit zahlreichen Prüfungseinheiten. Wie in diesem Kampfstil vorgeschrieben, musste Helmut Zimmer alle Prüfungsinhalte aller Gürtelgrade, vom weißen bis zum ersten schwarzen (1. Dan) zeigen. Das Kyokushin Budo Kai ist ein Vollkontaktsystem, das neben Schlag- und Tritt-Techniken auch Wurf- Hebel- und Würgetechniken beinhaltet. Das Prüfungsgremium bestand aus Shihan Walter Wenzel, 7. Dan Kyokushin Budo Kai aus Hohenlinden und Sensei Heinz Kulse, 4 Dan. Kyokushin Budo Kai aus Taufkirchen. Das Karate-Dojo Taufkirchen gratuliert allen Prüflingen sehr herzlich.

Osu, Sensei Heinz Kulse



Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



Trainer:

Heinz Kulse

Info: 0171 1290002



**Jeden Dienstag treffen sich die Taekwondo'ler in 2 Gruppen zum Training.
Von 16.15 Uhr bis 17:45 Uhr trainieren „die Kleinen“ und die Anfänger, von
17:45 Uhr bis 19:00 Uhr die Fortgeschrittenen.**

Durch diese Gruppeneinteilung können wir individuell auf jeden Einzelnen eingehen.

In der 1. Gruppe können wir, in einem gemäßigten Tempo, noch sehr viel vormachen und „zurechtbiegen“ und die Grundelemente anschaulich unterrichten. Das Tempo in der 2. Gruppe ist um einiges gesteigert und die Ansprüche sind höher angesetzt.

Die Philosophie des Taekwondo's ist, jeder hilft jeden. Denn auch für einen werdenden Schwarzgurt ist es von Bedeutung, die Seite des Trainers zu Kennen.

Immer vor den Sommer- und Weihnachtsferien findet ein Lehrgang mit anschließenden Prüfungen statt.

Die Gürtel-Prüfungen im Sommer waren eine harter, aber voller Erfolg.

Inzwischen sind beide Gruppen des TSV mit hohen Graduierungen bestückt. Das bedeutet auch viel und schweißtreibende Arbeit für die beiden Trainer Petra Reiter und Axel Pall.

Pall 4. DAN macht derzeit seinen Übungsleiterschein C beim BLSV und trainiert beide Gruppen, im Wechsel mit Übungsleiterin Reiter, welche nächstes Jahr ihre Prüfung zum 4. DAN ablegen wird.

Wir möchten uns bei allen Trainierenden für ihr jahrelanges Durchhaltevermögen bedanken.

Eure Trainer Petra und Axel



Kinder:

Dienstag

16:15 - 17:45 Uhr

Erwachsene:

Dienstag

17:45 - 19:00 Uhr



Trainer: Axel Pall



Trainerin:

Petra Reiter

0151 21831859



Eine sehr gute Saison 2023/2024 spielten alle drei Herren Mannschaften. Die erste Mannschaft belegte in der Bezirksklasse B , Gruppe 1 den zweiten Platz. Die Stärke der Mannschaft um Hans Ossner (Mannschaftsführer) Helmut Hinterwimmer, Christian Scholz und Markus Erb ist, das sie fast immer komplett spielten und gleichmäßig gute Leistungen zeigten. Ein Dank an die Spieler Robert Held, Josef Irl und Peter Geisperger , die je einmal ausgeholfen haben.

Die zweite Mannschaft wurde in der Bezirksklasse C, Gruppe 1 ebenfalls zweiter. Ein tolles Ergebnis das zum Aufstieg in die Bezirksklasse B berechtigte. Nach eingehender Beratung verzichteten sie jedoch.

Stammspieler waren, Robert Held, Ludwig Stumbaum, Josef Irl, Rudi Graf (Mannschaftsführer) und Peter Geisperger.

Danke an Christian Reindl der dreimal und an Christian Scharl der einmal ausgeholfen hat.

Auch die dritte Mannschaft kämpfte sich in der Bezirksklasse D, Gruppe 1 auf den zweiten Platz, der den Aufstieg in die Bezirksklasse C möglich macht. Sie wollen den Sprung in die nächst höhere Liga wagen und spielen in der kommenden Saison 24/25 in der Bezirksklasse C wo auch die zweite Mannschaft spielt. Sie werden es schwer haben, aber trotzdem viel Glück. Folgende Spieler waren für die dritte Mannschaft im Einsatz. Franz Gill, Peter Geisperger, Otto Dafinger, Joachim Konkol, Klaus Hopp, Christian Reindl, Christian Scharl, Peter Kirsten (Mannschaftsführer) und Peter Lohmeier.

Danke an alle Spieler für ihren Einsatz und eine erfolgreiche und vor allem verletzungsfreie Saison 2024/2025.

Der TSV Familie alles Gute und bleiben sie gesund.



Abteilungsleiter & Trainer
Hans Ossner
Info: 08743 2335
0171 8010333

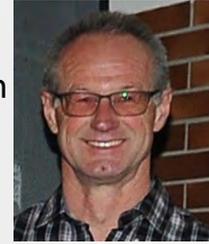


Peter Kirsten
0172 7009217

Jeder, der Lust darauf hat Tischtennis zu spielen oder es einmal ausprobieren möchte, kann am Donnerstag von 17:00 - 19:00 Uhr bei uns vorbeischauen.

Wir sind eine gemischte Mannschaft von Damen und Herren und würden uns freuen, mit Euch (egal ob jung oder älter) ein Spiel zu machen.

Lasst uns gemeinsam den Alltagsstress vergessen.



Dann bis bald,

Euer Rudi Hamburger

Infotelefon: 0151 28726976



Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein

Freizeit - Tischtennis



Liebe SportlerInnen,

wir wünschen Euch viel Motivation und eine verletzungsfreie Saison.

Denkt immer daran:

„Einmal mehr aufstehen als hinfallen.“

Wir sind für Eure Gesundheit da!

Jörg Heider (Apotheker, Inhaber) **Ulla Schreff** (Apothekerin, Filialleitung) **Franz Stuckenberger** (Apotheker)

Inhaber Jörg Heider – Landshuter Str. 41 - 84416 Taufkirchen - 08084/ 258814 - info@vitalisapotheke.com



Treffpunkt: jeden Freitag 8:30 – 9:30 Uhr

TSV – Halle - Parkplatz

Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



Sich regen bringt Segen,

schon nach 20 min walken werden Glückshormone ausgeschüttet und das hebt die Laune.

Außerdem sorgt Bewegung für eine bessere Durchblutung des Gehirns und regt den Fettstoffwechsel an.

Nordic-Walking ist bei jedem Wetter möglich und stärkt nebenbei das Immunsystem.

Wer jetzt Lust bekommen hat, mal mit zu gehen, ist herzlich eingeladen.



Edith Greilmeier
Info: 08084 7117

Peter Reiter



Fernseh • HiFi • VIDEO • SAT

Atting 2 • 84416 Taufkirchen (Vils)
Telefon (08084) 94213

Philips Consumer Electronics



IK

INGRID KRATZER
WEINE - GETRÄNKE

EMAIL:
IK@WEIN-INGRID-KRATZER.DE

TELEFON:
08084 - 258611

LANDSHUTER STRASSE 44 - 84416 TAUFKIRCHEN (VILS)



Bewegen in der Natur

Nordic Walking stärkt das allgemeine Wohlbefinden und ist ein gesunder Weg bei regelmäßiger Teilnahme Stress abzubauen, und durch die körperliche Fitness auch die geistige Fitness anzuregen.

Es stabilisiert das Immunsystem und macht rundum fit,
wir gehen **jeden Samstag von 16.00 bis 17.00 Uhr**.

Treffpunkt ist jeden Samstag um 16 Uhr beim Edeka Markt am Bürgerpark,
wir freuen uns über jeden neuen Teilnehmer.



Gisela Glied
08084 462

Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



Erich Christofori
08084 2916



Wir wünschen
stets viel Spaß am
Sport und tierisch
viel Gesundheit



Tierarztpraxis
Dr. C. Aigner
Vöttinger Str. 14
84416 Taufkirchen
Tel. 08084/257337

MARIA'S
BLUMENWERKSTATT
Floristik für jeden Anlass

Inh. Maria Liebl
Hierlhof 4 · 84416 Taufkirchen
Tel. 08084 3431



Service

Hofstätter

**EURO
MOBIL**
RENT-A-CAR



**Nutzfahrzeuge
Service**

TÜV und DEKRA im Haus

- Scheibenreparaturen
- Reifenservice
- Klimaservice
- Fahrwerksvermessungen
- Unfallinstandsetzung
- für alle Fabrikate

Auto Hofstätter e.K. · Erdinger Straße 28½ · 84416 Taufkirchen
Telefon 08084 1244 · www.auto-hofstaetter.de · email: info@auto-hofstaetter.de



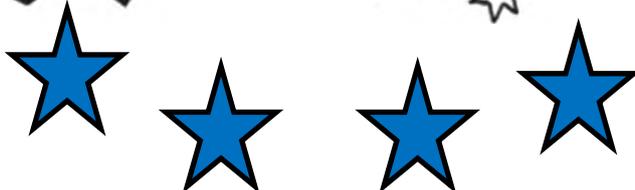
Donnerstag von 19:00 - 20:00 Uhr
Von Ende Oktober bis Anfang März

Info: 0160 96249051

Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



Skigymnastik



St. Bernhard Apotheke

Bodo Lebek

Landshuter-Str. 4 1/2
84416 Taufkirchen/Vils
Telefon (0 80 84) 76 49

Immer einen Schritt voraus...

Das kleinste Fitness-Studio der Welt.

Der Pro-X-Walker ist ein hochwertiges Sportgerät, das **IHR** Walking- und Fitnessstraining ergänzt oder als eigenständige Walkingvariante viele Vorzüge aufweist.

Konstruiert für höchste Beanspruchung drinnen wie draußen. Unempfindlich gegen Regen und Schmutz! Getestet und für gut befunden von Freizeitsportlern und Wissenschaftlern.

Sportler, Mediziner und Ergonomen waren mit dem PRO-X WALKER unterwegs. Ihre Erfahrungen und Wissen stecken in diesem Gerät. Der Pro-X-Walker ermöglicht ein sanftes Ganzkörpertraining.

Das handliche Gerät trainiert gleichzeitig und gelenkschonend Arm-, Schulter- und Rückenmuskulatur. Und das im Stehen, im Gehen oder beim sportlichen Walken im Wald, auf dem Laufband, in der Arbeitspause sowie zu Hause auf der Gymnastikmatte oder vor dem Fernseher.

Ideal ist der Pro-X-Walker auch für den Urlaub, denn er überzeugt durch sein geringes Gewicht von jeweils nur 120g pro Handgerät. Außerdem lässt er sich in wenigen Sekunden in der Multifunktions tasche verstauen.

Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



Trainerinnen:

Gerti Bart

Gabi Hoijtink

Tel: 08084 2289

08084 413155

Mobil: 01577 4361600

0151 1553906



PRO-X WALKER 
... immer einen Schritt voraus!

Wie funktioniert der Pro-X-Walker? Zwei handliche Griffe sind über je ein dünnes Seil links und rechts an einem Spezialgürtel befestigt. Bewegen sich die Arme nach vorn, ziehen sie das Seil gegen den Widerstand aus den Griffen. Bei der Rückbewegung rollt sich das Seil auf, während Arme und Schultern den Abwärtszug bremsen. Handling, Gefühl und Effekt sind ähnlich wie beim Training mit Nordic Walking Stöcken.

Übungen für alle wichtigen Muskelgruppen ergänzen das Training.

Den positiven Effekt des Pro-X-Walkers auf Oberarm-, Schulter- und Rückenmuskulatur hat das Institut für Sport- und Bewegungswissenschaft der Universität Stuttgart in einer Studie nachgewiesen.



Nordic Walking

am Mittwoch ab 18:45 Uhr

Parkplatz TSV Halle
während der Sommermonate in Breitenweiher



Trainerinnen:
Gerti Bart

Tel: 08084/2289
Mobil: 015774361600



Gabi Hoijtink

08084 413155
01511553906

Nordic - Walking

Die gesundheitlichen Effekte von Nordic Walking sind mehr als positiv:

1. Bringt den Stoffwechsel und die Fettverbrennung auf Touren.
Je nach Intensität des Trainings werden zwischen 400 und 500 Kilokalorien verbrannt.
2. Mit Nordic Walking findest du einen sanften (Wieder-)Einstieg in den Sport.
Das Walking-Training ist gesundheitlich sehr effektiv:
Verspannungen werden gelöst, die Muskeln geformt, der Fettabbau gefördert, der Stoffwechsel verbessert und dein allgemeines Wohlbefinden steigt rapide an.
3. Beim Nordic Walking setzt du einen Großteil der Skelettmuskulatur ein, womit du das Risiko, an Osteoporose zu erkranken, deutlich senkst.
4. Das Herz-Kreislaufsystem wird verbessert, der Blutdruck reguliert sich, Stress wird abgebaut.
5. Das Immunsystem wird nachhaltig gestärkt.

Wichtig dabei ist die richtige Durchführung des Stockeinsatzes. Deshalb ist es von Vorteil mit einem Trainer zu gehen. Das machen wir bei fast jedem Wetter und genießen die Natur im Wechsel der Jahreszeiten. Das Ratschen und Lachen kommt auch nicht zu kurz und wir haben neben dem Training viel Spaß miteinander. Wir freuen uns über jeden der mit uns wakt.



Blumen Herl

Schweinhub 4 – 84416 Taufkirchen/Vils - Telefon 08084/3459

Zimmerpflanzen, Beet & Balkonpflanzen, Grabpflanzen, Beerdigungs-Schalen, Geschenkartikel

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9 -12 Uhr/14-18 Uhr, Sa. 9 -12 Uhr

Tom´s Gemüse-&
Inh. Thomas
-Salat & Gemüsejungpflanzen
-Saisonales & Regionales

Kaufen dort wo es



Blumenland
Ölschläger, Schweinhub 4

Gemüse

wächst



FÜRMETZ
WERKSTATTSERVICE

INKLUSIVE TÜV UND SICHERHEITSPRÜFUNGEN
**WERKSTATTSERVICE FÜR
ALLE PKW UND LKWS**

WERKSTATTSERVICE.FUERMETZ.NET



FÜRMETZ
LOGISTIK

SEIT ÜBER 75 JAHREN
**WIR LEBEN
LOGISTIK**

FUERMETZ-LOGISTIK.DE



FÜRMETZ
TANK

TANKEN SIE DAS „GEWISSE ETWAS“ MEHR
**TANKSTELLE, BISTRO &
WASCHSTRASSE**

TANK.FUERMETZ.NET



Unsere Helfer und Trainer vielen Dank!

LAUFgeht's!

LAUFgeht's!

10km Abschlußlauf

TSV Taufkirchen (Vils)

Nach 10 Wochen Training war es soweit, der 10km Lauf startete am Sonntag 16. Juni 2024.

Bestes Laufwetter, bestens vorbereitete Läufer- u. Walker/innen die sich darauf freuten, aber auch zweifelten, ob sie die Strecke schaffen. Auf dem Rundkurs a) 2,5 km wurden sie begleitet von den Trainern, die Ihre Teilnehmer mit Erfahrung, Geduld, Humor und einem bewährten Trainingsplan durch die 10 Wochen führten.

Die Radbegleiter Sepp Aigner und Erich Christofori, sowie weitere Streckenposten sorgten für die Sicherheit der Teilnehmer.

Mitlaufende Familienmitglieder und weitere Läufer/Walker brachten eine bunte Mischung auf den Rundkurs, während externe Angehörige und Freunde mit großen Beifall und Anfeuerungsrufen für Stimmung sorgten.

Das Laufen macht glücklich macht war zu sehen, denn trotz der Anstrengung gab es nur lachende Gesichter und im Ziel große Freude und Stolz es geschafft zu haben.

Heilpraktiker und Dornspezialist Jörg Althaus war mit einem Stand vor Ort dabei, was viele nutzten um sich zu informieren.

Für einen reibungslosen Ablauf der 10 Wochen und des Abschlusslauf sorgten Gerti Bart mit Ihrem Lauftrainer- und Helferteam mit großer Unterstützung der Vorstände des TSV, Alwin Ertl und Elfriede Streinz.



LAUFgeht's! 2023

Übersicht der Trainer für die verschiedenen Laufgruppen und die Nordic-Walker



Ertl
Alwin



Hoijtink
Gabi



Greimel
Karin



Aigner
Karoline



Petri
Wolfgang



Rasthofer
Ursula



Müller
Petra



Petri
Vicky



Kohwagner
Marion



Algasinger
Klaus



Streinz Elfriede
Sie unterstützt
auch bei der Planung,
und Organisation



Schatz
Angelika



Super organisiert von
Abteilungsleiterin
und Trainerin
Bart Gerti



LAUFgeht's Trainer



**Praxis für Naturheilkunde
Jörg Althaus
Heilpraktiker**

**Rückenprobleme
naturheilkundlich behandeln**

- *DORN-Therapie
- *Schröpfen
- *Akupunktur

Käthe-Kruse-Str. 2
84416 Taufkirchen (Vils)
Tel: 0 80 84 – 4 13 92 57
www.heilpraktiker-althaus.de



Wir sind auf Bewegung programmiert

Die meisten von uns verbringen den größten Teil des Tages im Sitzen. Wir benutzen die modernen Fortbewegungsmittel, den Fahrstuhl, die Rolltreppe, fallen vom Autositz in den Schreibtischstuhl oder auf das Sofa - und das Bewegungskonto gerät weiter in den roten Bereich.

Unser Körper ist jedoch für ein Leben mit Bewegung programmiert. Ohne Bewegung können sich unser Skelett, die Muskulatur und die inneren Organe nicht ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgen. Langsam aber sicher, degeneriert unser Körper. Wir werden anfälliger für Krankheiten, erholen uns schlechter von Belastungen.

So sind viele Zivilisationskrankheiten auch auf Bewegungsmangel zurückzuführen. Dazu gehören Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck, Übergewicht oder chronische Rückenbeschwerden. Die meisten Menschen wissen, dass sie sich zu wenig bewegen. Doch scheinen sich regelmäßige sportliche Aktivitäten nur schwer in den Alltag integrieren zu lassen.

Quelle: Diplom-Sportwissenschaftler Joachim Fuchshuber

Es ist besser, Gesundheit zu erhalten, als Krankheit zu heilen!

Allianz 

Götzberger & Eibl oHG

Marktplatz 1

84416 Taufkirchen/Vils

TEL.: 08084/2424

agentur.goetzberger-eibl@allianz.de



Alwin Ertl
0151
54404022



Wolfgang Petri
0171 7795413



Du möchtest durch Bewegung an der frischen Luft den Stress des Tages hinter dir lassen?
Kannst Dich aber allein nicht aufraffen, da **dich dein** innerer Schweinhund auf der eigenen Wohnzimmerecouch festhält?

Nimm all Deine Kraft zusammen, rei dich los und komm am Montag um 19:00 Uhr nach Taufkirchen zum Laufftreff des TSV.

Wolfgang und Alwin, die beiden Trainer freuen sich auf **dich**.

Unser Ziel ist nicht das leistungsorientierte Training, sondern der Spaß und die Freude am Laufen in Gesellschaft.

Du hast jeden Montag die Wahl, ob Du mit Wolfgang oder mit Alwin laufen willst.

Die Laufstrecken die wir aussuchen, sind teils flach, teils hügelig, jedoch für jede Läuferin bzw. Läufer zu bewältigen.

Du wirst sehr schnell feststellen, dass dein innerer Schweinehund mit jedem Montag, an dem Du mit uns lufst kleiner wird, und deine Kondition und die Freude deine Mitläufer zu treffen zunimmt.

Für Fragen stehen wir Dir gerne zur Verfügung.



Hybrid-Lauftraining

= Laufen und dazwischen Kräftigungsübungen für Bauch, Beine, Po, Schultern, Rücken, Waden

LAUF 21!

Wer hat Lust.....



Algasinger Klaus
08084 8394
0159 05813740

LAUF geht's! 2025

Info:

siehe Homepage TSV

Start: Montag 17.03.2025 19:00 Uhr
Parkplatz TSV Halle

Abschlusslauf : Montag den 26.05.2025

Start Walker 18:30 Uhr,

Start Laufer 19:00 Uhr

Info: Gerti Bart : Tel. 08084 2289, 0157 74361600

Freitag 18:00 - 19:00 Uhr
TSV Sporthalle



Trainerin: Gerti Bart

08084 2289
 0157 74361600

Email: gerti.bart@gmx.de



SwingFit, das Training mit dem Mini Trampolin

Fitness mit dem Trampolin verbindet
 Cardio-, Kraft- und Balance Training,
steigert die physische und psychische Leistungsfähigkeit
 und macht **Spaß!**

Du wirst ausgeglichener, beweglicher, Deine motorischen
 Fähigkeiten sowie Koordination und Balance werden geschult.
 Du trainierst **den gesamten Körper**, Deine Ausdauerleistung
 verbessert sich und die Rumpfmuskulatur wird gestärkt.
 Schon beim „Einswingen“ lässt Du den Alltag hinter Dir,
 die Intensität des Trainings kannst Du selber steuern
 und die Bewegung genießen.

Jeder kann es ausprobieren, es gibt keine Altersgrenze.

Schau vorbei, ich freu mich.



Wir sind für Sie da,
damit Ihnen die Energie nie ausgeht ...



**Elektro
Zeilbeck**

Ihre Partner rund um Sat-Antennen, Hausgeräte,
Installation, PV-Anlagen, EDV-Netzwerke, Kundendienst
und Beleuchtung.

Elektro Zeilbeck

Dorfener Str. 16, 84416 Taufkirchen (Vils)

Tel. 08084 2329, info@elektro-zeilbeck.com



**Kommen, schauen,
begeistert sein!**

Wir planen Ihre Küche,
Badmöbel oder Ess- und
Wohnbereich, individuell
und abgestimmt auf Ihre
Bedürfnisse!

Ihre Vorteile bei uns:

- Qualitätsprodukte zu vernünftigen Preisen!
- Rundumservice von A-Z
- Persönlicher Ansprechpartner

lebensraum
LACHNER.

Küche | Bad | Planung

Richard Lachner – Erdinger Straße 28 – 84416 Taufkirchen an der Vils
Tel. 08084/25 70 27 – Mobil 0171/800 21 46 – www.lebensraum-lachner.de

*Wir wünschen allen
Sportlern
des TSV Taufkirchen
sowie den
Freunden und Gästen
unseres Hauses
einspannendes,
gesundes
und glückliches Jahr*



Restaurant – Pizzeria

PLAKA – ATHEN

Griechische Spezialitäten / Pizza
Geöffnet von 11.30 – 14.30 und 17.30 – 1.00
Uhr.

Kein Ruhetag.

Warme Küche bis 24.00 Uhr.

Alle Gerichte auch zum Mitnehmen.

Inh. Fam. E. Parapanis

Dorfener Str. 12 ½, 84416 Taufkirchen

Tel. (08084/2458)



In unserer Stunde bieten wir einen Mix aus Dance- und Kraft-Workout an.

Im ersten Teil trainieren wir unser Herz-Kreislauf-System zu mitreißenden Rhythmen mit schweißtreibenden Choreografien.

Im zweiten Teil folgt ein Kraftzirkel, in dem alle wichtigen Muskelgruppen gestärkt werden.

Zum Abschluss gibt es eine kurze Dehn-Einheit.

Wann: immer donnerstags von 18 bis 19 Uhr

Wo: im Spiegelsaal der TSV-Halle

Wir freuen uns über jeden, der Spaß an der Bewegung hat und gerne schwitzt!

Dani und Gitta



Ihr habt Lust zu schnuppern? Einfach kommen oder Infos unter Dani (0175 2056732) oder Gitta (0179 4769496)





Das Qualitätssiegel des organisierten Sports – SPORT PRO GESUNDHEIT

Allerorts springen einem die verschiedensten Güte-, Prüf- und Qualitätssiegel ins Auge. Doch nicht immer wird klar, nach welchen Gesichtspunkten das jeweilige Zertifikat vergeben wurde.

Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT hingegen steht für Transparenz.

Es hat klar definierte **Ziele** und **Kriterien** und schafft Orientierung im Dschungel der zahlreichen, mittlerweile auch von kommerziellen Einrichtungen angebotenen Programmen des Gesundheitssports. Es hilft Interessenten, aber auch Ärzten und Krankenkassen bei der erfolgreichen Suche nach dem passenden Gesundheitskurs und unterstützt die Turn- und Sportvereine bei der Bildung eines gesundheitsorientierten Profils.

Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT, welches gesundheitsorientierte Sportangebote auszeichnet, wurde vom DOSB gemeinsam mit der Bundesärztekammer entwickelt. Auch die Siegel PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB des Deutschen Turner-Bundes und „Gesund und fit im Wasser“ des Deutschen Schwimm-Verbandes gehören zur Dachmarke SPORT PRO GESUNDHEIT.

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass sich ein großer Prozentsatz der Gesundheitskosten durch Prävention vermeiden lässt. Zugleich ist unstrittig, dass Bewegung und Sport zentrale Bestandteile einer erfolgreichen Prävention sind.

SPORT PRO GESUNDHEIT verfolgt daher kurzfristige Ziele wie die Stärkung von physischen und psychosozialen Gesundheitsressourcen sowie die Verminderung von Risikofaktoren. Im Kern zielen die Bemühungen von SPORT PRO GESUNDHEIT aber auf eine langfristige Bindung an gesundheitsportliche Aktivität sowie die Bildung einer eigenen Gesundheitskompetenz, auf eine Nachhaltigkeit also, die sich im Idealfall im lebenslangen Sporttreiben äußert.

In besonderem Maße gilt dies für Menschen, die nie oder lange nicht mehr Sport getrieben haben. Sie auf ihrem Weg vom „Nicht-Sportler“ zum „Präventionssportler“ zu begleiten, ist Anspruch und Ansporn zugleich.

Um diesen Ansprüchen gerecht zu werden, erfüllen sowohl die Kurse, die mit dem Siegel SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet werden, wie auch deren Übungsleiterinnen und Übungsleiter, als auch die anbietenden Vereine bestimmte

Qualitätskriterien.

Qualitätskriterium 1: Zielgruppengerechtes Angebot

Standardisierte Programme

Es muss deutlich werden, dass die Gesundheitsprogramme ein eigenständiger Angebotsbereich für bestimmte Zielgruppen, Zielsetzungen und Inhaltsbereiche sind. Die Kernziele des Gesundheitssports sollten durchgängig durch Inhalte und Methoden in den Kursen umgesetzt werden. Deshalb basieren alle Kurse auf dem evaluierten Programm SPORT PRO GESUNDHEIT oder auf im Rahmen von SPORT PRO GESUNDHEIT anerkannten standardisierten Programmen.

Diesen Programmen liegen Kursmanuale sowie Teilnehmermaterialien zugrunde. Die Übungsleiterinnen/Übungsleiter werden in die Programme eingeführt.

Angebotsprofil:

Das Angebot muss einem der Bereiche „Herz-Kreislauf“, „Muskel-Skelettsystem“, „Entspannung / Stressbewältigung“ oder „Allgemeiner Präventionssport“ zugeordnet werden können.

Zielgruppe

Die Zielgruppe, an die sich das Angebot schwerpunktmäßig richtet, ist zu benennen. Insbesondere muss zwischen Kindern und Jugendlichen, Erwachsenen sowie älteren Menschen differenziert werden. Weiterhin sollten das Geschlecht, die Bewegungsbiografie und das Lebensumfeld berücksichtigt werden.

Qualitätskriterium 2: Qualifizierte Leitung

Übungsleiterausbildung "Sport in der Prävention"

Die Übungsleiterinnen / Übungsleiter, die Gesundheitssportprogramme im Verein umsetzen, sind wesentliche Garanten für die Qualität dieser Programme.

Die Ausbildungsrichtlinien des Deutschen Olympischen Sportbundes bilden die erforderliche Grundlage zur Qualifikation von Leiterinnen und Leitern gesundheitsorientierter Sportangebote. Die Leiterin / der Leiter eines Gesundheitssportangebotes verfügt über die Übungsleiterausbildung

"Sport in der Prävention" auf der 2. Lizenzstufe.

Verantwortlich umgesetzt werden die diesbezüglichen Aus- und Fortbildungen in den Landessportbünden und den Sportverbänden.

Die Ausbildung gliedert sich in eine Basisausbildung (mind. 120 UE) und in darauf aufbauende Profilbildungen (mind. 60 UE).

Die Ausbildungsprofile können mindestens einem der Bereiche „Herz-Kreislauf“, „Muskel-Skelettsystem“, „Entspannung / Stressbewältigung“ oder „Allgemeiner Präventionssport“ bzw. einer der Zielgruppen „Kinder und Jugendliche“, „Erwachsene“ oder „ältere Menschen“ zugeordnet werden.

Mit dem Erwerb der Lizenz ist der Ausbildungsprozess nicht abgeschlossen. Durch regelmäßige Fortbildungen (mind. 15 UE innerhalb von 4 Jahren) sollen Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten vertieft und der Informationsstand der Übungsleiterinnen / Übungsleiter aktualisiert werden.



DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND



Schwing Dich in Form



Trainerin: Gerti Bart
08084 2289
0157 74361600
Email:
gerti.bart@gmx.de

Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



Jeden Dienstag

von 20:00 - 21:00 Uhr

SMOVEY

Das Wort „SMOVEY“ ist eine Zusammensetzung aus den englischen Wörtern „swing“ (schwingen), „move“ (sich bewegen) und „smile(y)“ (lächeln). Und das beschreibt ziemlich genau, wofür die Schwingringe da sind.

SMOVEY ist sowohl für Ausdauertraining als auch Krafttraining geeignet.

In jeder Hand halten wir einen SMOVEY. An den Handinnenseiten und an den Handrücken befinden sich die Reflexpunkte fast aller Organe und Drüsen. SMOVEY stimuliert durch feine Vibrationen diese Punkte und wirkt sich positiv auf die entsprechenden Organe und Drüsen aus.

Die Vibrationen wirken jedoch auch unmittelbar auf unsere Bewegungsmuster. Muskeln lockern und entspannen sich, unsere Balance und Koordination verbessern sich, ebenso unsere Haltung und Stabilität. Musik, egal ob Rock, Pop, Salsa..., Tanzschritte dazu, das sorgt für gute Laune, ein Lächeln im Gesicht, und die Trainingsstunde vergeht wie im Flug.

Das Training mit den Smovey– Ringen ist für jede Alters- und Zielgruppe geeignet.



Jeden Dienstag
von
20:00 - 21:00 Uhr
im Wechsel

SlashPipe

Die Slashpipe ist einfach gesagt ein Rohr aus Kunststoff welches mit Wasser befüllt ist. Durch die mitgelieferten Griffschlaufen lässt sich diese in verschiedenen Positionen greifen, wodurch viele verschiedene Übungen damit möglich sind.

Das besondere an der Slashpipe ist das Wasser, Diese Wasserbewegung und die daraus resultierende ungleichmäßige Gewichtsverteilung muss der Körper ausgleichen. Der Effekt des Wassers aktiviert ganz von allein die tieferliegende Muskulatur die mit gewöhnlichem Training nicht erreicht wird.

Durch die Instabilität und der Ausgleichsbewegungen des Körpers ist das Training mit der Slashpipe als Ganzkörpertraining zu betrachten, inklusive Herz-, Kreislaufkräftigung.

Die körperliche Bewegung beim Tanzen fördert unter anderem die Ausdauer, Koordination, Elastizität, Muskelkraft, die Gelenkigkeit, trainiert das Gleichgewichtsgefühl und die Balance.

Rhythmische, koordinierte Bewegungen regen die Bildung neuer Synapsen im Gehirn an und tragen zur Förderung der Denkfähigkeit bei.

Tanzen ist jedoch mehr als körperliche Bewegung. Tanzen ist darüber hinaus die Möglichkeit, sich und seine Gefühle auszudrücken.

Der Körper schüttet beim Tanzen einen Cocktail von Glückshormonen aus, was für gute Stimmung sorgt. Außerdem bewegt Musik auf ganz vielen verschiedenen Wegen: Sie löst Emotionen aus, weckt Energie, motiviert, bringt Menschen zusammen und ruft Erinnerungen wach.

Wer es probieren mag: Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, die Tänze und die Schritte werden erklärt und wiederholt. Etwas Geduld mit sich selbst sollte man mitbringen, Fehler - über die lachen wir.

Einen Partner? Brauchst Du nicht,



Trainerin: Gerti Bart

Tel: 08084 2289

Mobil: 0157 74361600

Email: gerti.bart@gmx.de

Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



Jeden Dienstag 19:00 - 20:00 Uhr



Neu dabei - Tanja



Jeden Mittwoch 15:00 - 16:00 Uhr



Wir tanzen:
Cha, Cha, Cha, Rumba, Tango, Walzer,
Kreistänze, Line Dance, Polka, Folklore,
Boogie, Fox...



**Unsere „Blumenfee“ Anneliese
bereichert unsere Stunden
mit Blumenschmuck
der Jahreszeit entsprechend
Herzlichen Dank!**



Trainer
Modern Line-Dance
Alwin Ertl
0151 54404022

Donnerstag von

20:00 - 21:00 Uhr, TSV Turnhalle

Line Dance wird alleine ohne festen Partner in einer Gruppenformation oder in Linien hinter- und nebeneinander getanzt.

Die Line Dance Tänze sind oft passend auf ein bekanntes Lied choreografiert. Sie bestehen aus einer vorbestehenden Schrittfolge, die sich nach 32, 48 oder 64 Schritten wiederholen. Paartänze sind ebenfalls möglich.

Es gibt 2-wall und 4-wall Tänze. Das heißt, die Schrittfolgen werden entweder in 2 oder in 4 Richtungen getanzt. Es gibt die Unterscheidung zwischen Line Dance, Modern Line Dance und Catalan Style.

Für wen ist Line Dance geeignet?

Line Dance ist Training für Körper und Geist. Die Tänze haben schnell erlernbare Schrittfolgen und sind für Interessierte ohne Tanzerfahrung als auch für fortgeschrittene Tänzerinnen und Tänzer bestens geeignet.

Einfach vorbei schauen und Spaß beim Tanzen haben.

Einsteiger sind jederzeit willkommen.





CLIQ®
eCLIQ –
die völlig
neuartige
elektronische
Schließanlage



www.assaabloy.com/cliq

Premium

ASSA ABLOY
KOMPETENZPARTNER
Zutrittslösungen
CLIQ WEB

PANNERMAYR
alles bestens

Obere Stadt 8
84137 Vilsbiburg
Tel. +49 (08741) 9607-31
info@pannermayr.de
www.pannermayr.de



Experience a safer
and more open world

Intensive Aktivierung der Muskelfasern, was gegen Zellulitis hilft und somit zur Hautstraffung führen kann. Zusätzlich kann der Stoffwechsel angekurbelt, Körperfett abgebaut und die Muskeln gestärkt werden und das, ohne sich dabei besonders anzustrengen.

So wirkt das Training mit dem Vibro Board bis in die Bauch- und Rückenmuskulatur.

Ein Training mit dem Vibro Board bedeutet:

Effektives Muskeltraining mit vielen positiven Nebeneffekten zur körperlichen Ertüchtigung, Steigerung des Stoffwechsels, Kräftigung der Körpermuskulatur, wirkt gegen Zellulitis, was eine Verbesserung des allgemeinen Fitnesszustandes und der Figur zur Folge hat.

Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



Die Intensität kann man selbst bestimmen:

Steht man in der Mitte des Boards ist es wie Gehen, einen Schritt raus ist es wie Joggen, außen ist es wie Laufen.

Die Körpermitte muss angespannt sein, das Kiefer locker, beim Training mit dem Board.

Mittwoch von 9:00 - 10:00 Uhr
Donnerstag von 19:00 - 20:00 Uhr
Von Okt. - März, 14 tägig donnerstags
von 20:00 - 21:00 Uhr
Elfriede Streinz 0160 6249051
Gerti Bart 08084 2289 oder 0157 7436 1600

Vertretung: Monika Tiller

Vibro - Board

RAKKA - gesunde Fitness mit Spaßfaktor

Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination, Schnelligkeit
und Spaß!



Womit? Mit Microperlen befüllte Raktoren (Schwunghanteln)

Wie? Heiße Rhythmen, flotte Musik und Spaß

Ganzkörpertraining mit erhöhtem Kalorienverbrauch



Wo? **TSV Spiegelhalle oder im Freien**

Wann? **dienstags 19:00 - 20:00 Uhr**

Info: **Anna Deutsch Tel.: 08084 5626766**



Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein

REAKTIV Training - Know How aus dem Spitzensport



Reaktivkraft Training ist eine der effektivsten Kräftigungstrainingsformen, die es gibt. Das Prinzip dabei ist, dass Kraftstöße (IMPULSE) produziert werden, die die Muskulatur zu einer reflektorisch schnellen Anspannung veranlassen.

Durch die Entwicklung spezieller reaktiv Hanteln, "RAKTOR" genannt, ist das reaktive Training nun auch für Fitness- und Gesundheitssportler nutzbar.

Alle Personen, unabhängig von ihrem Leistungsniveau, trainieren damit Ihre gesamte Muskulatur sowie das Bindegewebe in geschützten Gelenken.



Reaktives Training = Effektiv - trainiert den gesamten Körper in kürzester Zeit.

Reaktives Training = Training der Tiefenmuskulatur mit Gelenkschutz

IHR VERSICHERUNGS- UND FINANZMAKLER
in Taufkirchen (Vils) und Umgebung



VERSICHERUNGEN
VORSORGE

FINANZIERUNGEN
KAPITALANLAGEN



Dorfener Straße 25 • 84416 Taufkirchen (Vils)
Telefon 08084 9081710 • Fax 08084 9081713

Tobias Stießberger
info@taufkirchner-versicherungsdienst.de



THOMAS SCHREITER
INNENAUSBAU
Trockenbau & Bodenbeläge



Mit uns werden
Ihre **Wohn(T)räume** Wirklichkeit

Innenausbau vom **Keller** bis
zum **Dachgeschoß**

Ihr Trockenbauer und Bodenleger hier in Taufkirchen ☎ 08084 3831

Lohner
SPEDITION

Schlossfeldstraße 7
84416 Taufkirchen/Vils
Tel: 080 84 / 94 88-0
Fax: 080 84 / 94 88-22
E-mail: info@lohner-spedition.de



RUPERT BART Baugeschäft

Gerüst
Transporte
Schalung
Verputze
Wärmedämmung

Neubau · Ausbau · Sanierung

Bart GmbH · 84416 Taufkirchen (Vils) · Bahnweg 7
Tel. 08084 - 946355 · Fax - 946353 · www.bart-bau.de





Mit Freude treffen sich unsere jüngsten Tanzkinder ab 4 Jahren jeden Dienstag, von 15:15 – 16:15 Uhr in der TSV Halle. Mit viel Spaß lernen unsere jüngsten Tänzer/innen die Musik zu lieben und mit Freude zu tanzen.

Sie lernen Bewegungsabläufe und Tanzschritte. Tanzen fördert die Koordination und das Rhythmusgefühl. Für ihre Auftritte beim Kinderfasching, Adlberger Markt und auf dem Sinnflutfestival in Erding trainierten sie mit viel Fleiß.

Neugierig geworden und Interesse geweckt? Einfach vorbei kommen.

Danke an die Eltern für ihr Vertrauen und den Bambinis weiterhin viel Spaß und Freude.



Trainerin:
Gabi Hoijtink
08084 413155
0151 11553906



Angela Aigner
unterstützt liebevoll
das Training



Trainerin:
Gabi Hoijtink
08084 413155
0151 11553906

Die Dance Stars ab 7 Jahre treffen sich jeden Donnerstag von 16:00 – 18:00 Uhr mit viel Spaß und Freude beim Tanzen in der TSV Turnhalle.

Gemeinsam suchen wir das Motto und die Musik für unsere Auftritte aus.

Mit Spaß, Freude und Begeisterung lernen sie die Choreografie zur moderner, aktueller Musik.

Die Gruppe trainiert für verschiedene Auftritte.

Neugierig???

Einfach mal vorbei kommen.

Den Eltern vielen Dank, für die Unterstützung und den Dance Stars weiter viel Spiel und Freude.





Ursprünglich entstanden in den USA

Der Fokus liegt auf den tänzerischen Elementen und nicht

auf den akrobatischen

wie bei den Cheerleadern

Sehr erfolgreicher und beliebter Sport auf internationaler Ebene

Pompoms



Infos und Anmeldung

Sonja Mittermaier

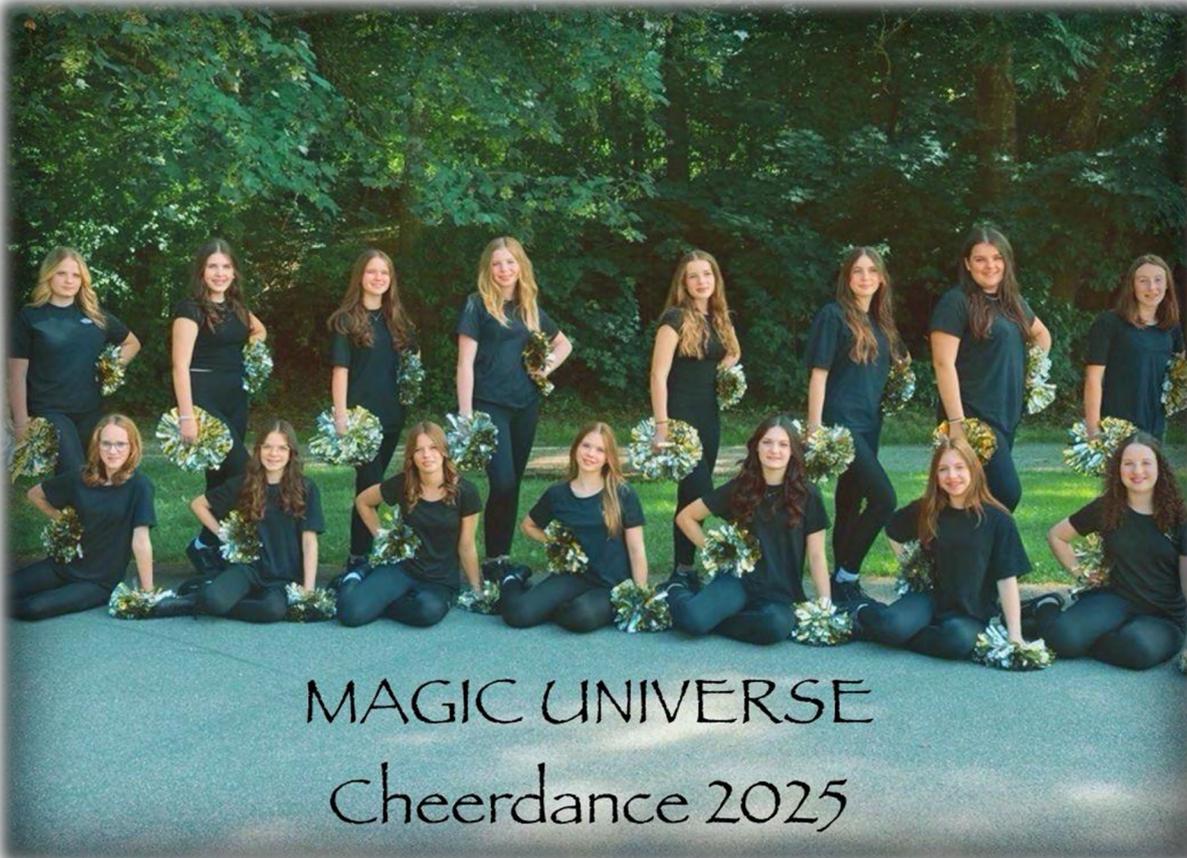
017632862599



Magic Power

6-12 Jahre,

Freitag 15:00 – 16:15 Uhr



Die beiden Gruppen wurden 2023/2024 gegründet
und trainieren immer freitags in der TSV Halle

Magic Universe ab 12 Jahre, Freitag 16:15 – 17:30 Uhr

Unterstützt werde ich im Training von Laura Baumgartner und Sarah Deutsch

Infos und Anmeldung

Sonja Mittermaier

017632862599





Die Moonlights bestehen aus 18 Mädels zwischen 9 und 13 Jahren, die Freude am Tanzen haben.

Seit September 2022 trainieren wir jeden Freitag von 15:00Uhr bis 16:30 Uhr in der Spiegelhalle.

Mit unserer diesjährigen Show

„Dschungelfieber“,

entführen wir das Publikum für 10 Minuten in einen Dschungel mit Affen, Papageien, Löwen und Elefanten.



Verena Pyrkosch

Sophie Häusler

0152 02961927

Sara Pfeuffer





Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



**Jeden dritten Sonntag im Monat, treffen sich Tanzbegeisterte
in der TSV Spiegelhalle von 10:00 -12:00 Uhr,**

Begrüßt werden die Teilnehmer von Marion & Winfried mit einen Gläschen Sekt.

Beschwingt tanzen sich die Teilnehmer durch die Vielfalt
der Tanzstile vom Discofox, Walzer, Cha Cha, Rumba,
Boogie Woogie, Westcoast, Tango und vieles mehr.

Jeder der Lust am Tanzen hat einfach vorbei schauen,
auch für Nichtmitglieder.

Info: Marion & Winfried Saller

01573 6343928

01578 6992587



Swing Sunday

Heizungs- und Sanitärbau

Gerold Wildner GmbH

Gewerbering 3

84416 Taufkirchen/Vils

Telefon: 0 80 84 /4 13 33-0

Telefax: 0 80 84/4 13 33-20

info@wildner-haustechnik.de

www.wildner-haustechnik.de



WILDNER

WÄRME | WASSER | LUFT | UMWELT

Dance Girls

Gemeinsam haben wir das Thema für die Show ausgesucht. Musik und Tänze haben wir miteinander in einem Dreivierteljahr zusammengestellt und einstudiert.

Wir tanzen Boogie Woogie, Rock`n Roll, Free Style, Hip Hop, Showtanz und Modern Dance.

Der 2fache Kostümwechsel lässt die Show kurzweilig werden.

Thema der Show 2024/25

Die Goldenen 20er



12 tanzbegeisterte Mädln`s treffen sich jeden Mittwoch von 18:00 - 20:00 Uhr in der TSV Turnhalle und denken sich gemeinsam neue Tanzschritte und neue Choreographien mit Spaß und Freude aus. Wir freuen uns über Neuzugänge.

Dance Girls



Alwin
Ertl

Unterstützung bei den akrobatischen Elementen & Musik schneiden

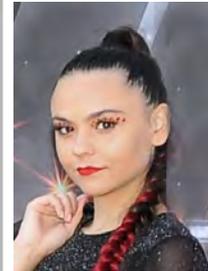


Gebucht werden kann die Gruppe bei: Trainerin
Elfriede Streinz:

0160
96249051

Cool Dance4You!

„THIS HOUSE IS ON ROCKING“



Trainerin:
Patricija Papic
Tel: 0162 4140452



Trainerin:
Gerti Bart
Tel: 08084
2289
mobil:
0157 74361600

Nach einer sehr erfolgreichen Saison mit unserem Prinzenpaar, mussten die Cool Dance4You einen großen Umbruch verarbeiten: Vier Tänzerinnen wollten sich verändern und Karl legte sein Showtanz-Traineramt nieder.

Wir fragten uns aufhören oder neu durchstarten und entschieden uns für letzteres.

Patricija stieg als Trainerin ein und wir freuten uns über zwei neue Tänzerinnen, Julia und Asmara, sowie einen Tänzer, Jakub. Er hatte uns schon kurzfristig bei den Auftritten mit dem Prinzenpaar als Blues Brother unterstützt.

Unsere drei Neuen sind eine große Bereicherung für unsere Gruppe.

Alle zusammen erarbeiteten wir eine tolle Show mit coolem Kostüm.

Wir rocken die Bühne und unser Publikum!!!



Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein



Die Cool Dance4You:

Candeloro Francesca, Fürmetz Julia, Ivanova Eva
Leber Laurena, Magdalena, Seraphina, Mezzoiuso Noemy,
Papic Patricija, Spieß Asmara, Jakub Stepniewski, Vaas Emily

Wir sind ein Highlight auf jedem Fest, z. B. Faschingsball, Geburtstag, Hochzeit, Schulabschlussball, Firmenjubiläum wir freuen uns sehr darauf, unsere coole, abwechslungsreiche und fetzige Show für Sie zu tanzen. Anfragen bitte an Gerti Bart oder Patricija Papic

Fielmann schenkt Tänzern neue Shirts

Allen Grund zum Strahlen hat das Cool Dance4You Team des TSV 1893 Taufkirchen (Vils) über das Engagement von Fielmann.

Deutschlands größter Augenoptiker schenkt den talentierten Tänzerinnen und nun auch einem Tänzer neue Shirts. Am Samstag dem 21. September 2024, überreicht Christian Kehrer, Fielmann Niederlassungsleiter in Erding, dem Cool Dance4You Team auf dem Vereinsgelände das neue Outfit. Die Trainerinnen Gerti Bart und Patricija Pasic sowie das gesamte Team bedanken sich herzlich für die Unterstützung und sind begeistert vom schicken Dress: „Wir freuen uns riesig über das großzügige Geschenk von Fielmann. Gerade ein einheitliches Erscheinungsbild ist für die Geschlossenheit des Teams und unseren sportlichen Erfolg sehr wichtig.“ Das Cool Dance4You Team im Alter von 13 bis 18 Jahren bietet ein breites Spektrum an Tanzstilen, darunter Rock´n´ Roll, Boogie, Showtanz, Twirling – ergänzt durch Kostümwechsel während der Show. Im Jahr 2024 begeistern sie das Publikum in bis jetzt 39 Auftritten auf Faschingsbällen, Hochzeiten, Firmenfeiern, Abschlussbällen.....

Fielmann investiert in die Zukunft junger Menschen und engagiert sich im Sport für den Nachwuchs. Weit mehr als 40.000 Kinder- und Jugendliche spielen und wetteifern heute in Fielmann – Trikots. Niederlassungsleiter Christian Kehrer erklärt: „Als Familienunternehmen übernehmen wir Verantwortung für unsere Kunden, unsere Mitarbeiter und die Gesellschaft. Wir denken langfristig, Investitionen in die Gemeinschaft sind für uns Investitionen in die Zukunft“

Erding September 21. Sept. 2024



Wir bedanken uns herzlichst bei der
Fa. Fielmann, vertreten durch Hr. Christian Kehrer, Niederlassungsleiter
in Erding, für unsere neuen T-Shirts

Bürgerball der Gemeinde Taufkirchen (Vils) mit Inthronisation des Prinzenpaares am 12.01.2024

Ein festlich in weiß, gold, schwarz geschmückter ausverkaufter Bürgersaal, elegante, erwartungsvolle und gutgelaunte Ballgäste, das alles war ein perfekter Rahmen für dieses besondere Ereignis in Taufkirchen (Vils).

Hr. Bürgermeister Stefan Haberl begrüßte die Ballgäste und freute sich, dass es nach 14 Jahren wieder ein Prinzenpaar gibt: Prinzessin (Sinseder) Theresa I. vom Wendelstein, Prinz (Stein) Markus vom Lang z´Hochöd.

Die beiden stellten sich in einer launigen Rede den Gästen vor und freuten sich auf ihre Regierungszeit.



Nach der Schlüsselübergabe und auf Grund des kurzen Fasching installierten sie gleich ein neues Gesetz: Nachdem die Regentschaft nun in unseren Händen liegt, ergeht zugleich folgender **Erlass**: Am Faschingsdienstag haben alle im Rathaus Bediensteten, als Zwerge verkleidet zu erscheinen und lustig zu sein. Zudem haben sie an diesem Tag die verantwortungsvolle Aufgabe, sich um Herrn Bürgermeister Stefan Haberl zu kümmern, der als Schneewittchen verkleidet, an alle Rathaus Mitarbeiter Faschingskrapfen zu verteilen hat!



Aus terminlichen Gründen wurde diese Aktion am Unsinnigen Donnerstag mit einer Bürgersprechstunde des Prinzenpaares durchgeführt, alle hatten riesig Spaß, sogar Landrat Martin Bayersdorfer ist zur Sprechstunde gekommen.

Ebenso wünschen wir, dass die gute Seele des Hauses, Frau Bauer Renate, als böse Stiefmutter verkleidet, im Rathaus erscheint und mit allen auf Instagram zusammen ein Foto postet.



Inthronisation

Unsinniger Donnerstag

Als erster Höhepunkt starteten die Dance Girls mit ihrer Reise um die Welt und entführten das Publikum in verschiedenen Kostümen und Tänzen in die fernen Länder. Sie bekamen begeisterten Applaus mit geforderter Zugabe. Die Spannung stieg.



Endlich war es soweit, die Cool Dance4You begleiteten ihr Prinzenpaar.



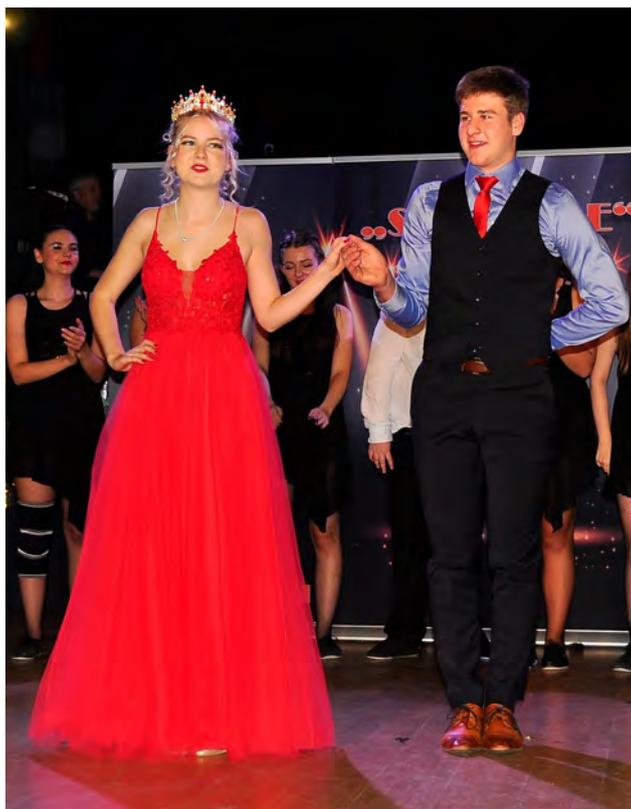
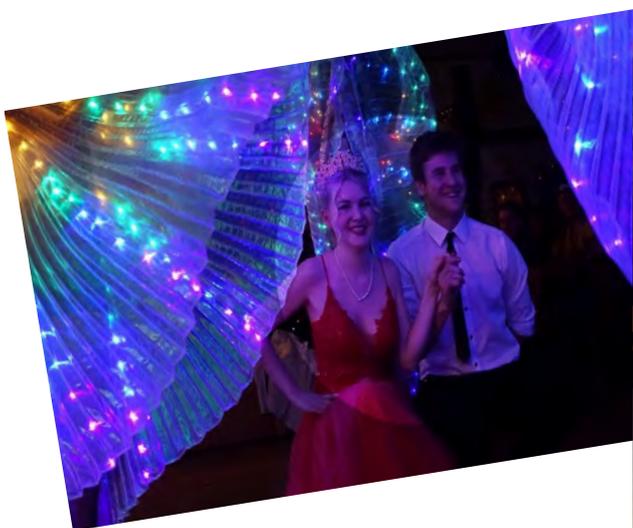
Der Tanz des Prinzenpaares „L.O.V.E.“ beschreibt die Liebe und wurde sehr harmonisch, gekonnt, und mit Hebefiguren präsentiert.

Im Anschluss wurden Orden verliehen an: Hr. Bürgermeister Haberl, Hr. Altbürgermeister und stellvertretender Landrat Hr. Hofstetter, Hr. Alois Sinseder (ein Taufkirchner Faschingsurgestein und der Opa der Prinzessin), Hr. Pyrkosch, Vorstand der VR Bank, Hr. Ertl Alwin und Fr. Elfriede Streinz, Vorstände TSV Taufkirchen und an Gerti & Karl Bart, Trainer des Prinzenpaares und Cool Dance4You.

Das Prinzenpaar bedankte sich herzlich bei den Sponsoren für die Unterstützung: Fürmetz Logistik, Allianz Versicherungsagentur Götzberger/Eibl, Fa. Lebensraum Lachner, Fa. Lohner Spedition, Fa. Hilger Erdbau Großschaffhausen, Fa. Wildner, Fa. Stöckl Radlcenter, Tierarztpraxis Dr. Aigner, Fa. Weinhold Fliesen, Fa. Highflyer Hr. Rable, Friseurteam Scholz Fr. Scholz, Fa. Schwarzbözlbau Hr. E. Keilhacker, Zahnarztpraxis Dr. Götz, Metzgerei Liebl Fam. Baumgartner, Maria Liebl (Blumenwerkstadt), Bäckerei Mautner, Martin's Backstube, Hr. Pyrkosch VR-Bank, Sparkasse Taufkirchen Fr. Müller. Den anwesenden Sponsoren Hr. Fürmetz sen., Hr. Götzberger sen., Hr. Weinhold Christian wurde ebenfalls ein Orden überreicht.

Dann war „SHOWTIME“

Die Cool Dance4You und das Prinzenpaar boten eine coole Show zu mitreißender Musik. Sie verabschiedeten sich mit dem Song Hungry Eyes (Dirty Dancing) und leuchtenden Wings. Das restlos begeisterte Publikum forderte eine Zugabe und die „Blues Brothers“ kamen in Gestalt von Prinz Markus I. mit Jakob, Prinzessin Theresa I. und den Cool Dance4You.



Mit seinem Sprung in den Spagat oder einer Rückwärtsrolle bekam Prinz Markus I. Begeisterungsrufe und tosenden Applaus.

Berichte v. Gerti Bart

Inthronisation

Prinzenwagen mit Theresa & Markus

Herzlichen Dank, an die Fam. Sinseder und die Fam. Feichtmeier die,
mit Unterstützung der Fam. Stein in zahlreichen Stunden
den schönen Wagen gezaubert haben.



Na? Lust?



LOIPFÜHNER
Ski und Sport

Loipführer Ski und Sport • Wambach 30 • 84416 Taufkirchen/MIs
Tel: 08084/2303 • Fax: 08084/94 167 • ski-sport@loipfuehrer.de

Kehraus des TSV Taufkirchen am Faschingsdienstag

mit Gardefestival
und der Verabschiedung des Prinzen-
paares Theresa I. vom „Wendelstein“
und
Markus I. vom „Lang z' Hochöd“

Nach langer Zeit gab es in Taufkirchen wieder einen Kehraus, ausgerichtet vom TSV Taufkirchen, bestens organisiert von Fr. Elfriede Streinz, die unterstützt wurde von vielen Mitgliedern des TSV.

Die Taufkirchner kamen zahlreich, viele maskiert und bestens gelaunt.

Im wunderschönen, in Schwarz und Gold dekorierten Bürgersaal startete um 15:30 Uhr das Fest mit der Schwindkirchener Burschengarde.

Der Kehraus wurde bereichert durch die Tanzgruppen aus Taufkirchen, die Flashlights und die Little Flashlights. Aus Steinkirchen die Danceperados, aus Velden die Future Dancers, aus Grüntegernbach die Zampalinas und die Magic Dancer. Die Dorferer Faschingsdeife mit der Ü50 Garde trat auf, aus Oberndorf die 2Steps, aus Wartenberg die Dance Unitet, die TSV Tanzgruppe Moonlights.

Die Dance Girls starteten als vorletzte Gruppe ihre spannende „Reise um die Welt“.

Das Prinzenpaar mit ihren Cool Dance4You und der wunderschönen Show „SHOWTIME“ bildeten den Schluss des gelungenen Tages.

Für das Prinzenpaar Theresa I. vom Wendelstein und Prinz Markus I. vom Lang z' Hochöd ging eine ereignisreiche fünfte Jahreszeit mit vielen schönen Erlebnissen zu Ende.

Sie verabschiedeten sich mit launigen Worten, mit einem lachenden und einem weinenden Auge und gaben dem Bürgermeister Hr. Stefan Haberl den Rathaus Schlüssel zurück.

Den Cool Dance4You und den Dance Girls wurde mit einem Orden, feierlich überreicht vom Prinzenpaar, für die schöne Zeit gedankt.

Es gab noch ein herzliches Danke von Gerti Bart an die Eltern der Prinzessin Bernhard und Silvia Sinseder und an die Eltern des Prinz Thomas und Angela Stein.

Ein großer Dank ging an den TSV, Hr. Alwin Ertl, Fr. Elfriede Streinz, sowie an die Helfer des Kehraus.

Ein weiteres Danke ging an den Onkel und Taufpaten der Prinzessin Hr. Leo Feichtmeier und seinem Sohn Anton für den wunderschönen Faschingswagen und ganz besonders an Karl Bart für die sehr große Unterstützung in jeder Hinsicht.

Dann tanzte das Prinzenpaar zum allerletzten Mal ihren Tanz, die Show mit den Cool Dance4You und wurde von den begeisterten Gästen, die ein Spalier bildeten, verabschiedet.



Das war das Faschingsprinzenpaar 2024





Die Vorteile des Tanzens:

Ein Fest für Körper und Seele. Tanzen ist weit mehr als nur eine unterhaltsame Freizeitbeschäftigung – es ist eine Kunstform, die Körper und Geist in Einklang bringt. In unserer schnelllebigen Welt, in der Stress und Hektik oft an der Tagesordnung sind, bietet das Tanzen eine wunderbare Möglichkeit, dem Alltag zu entfliehen und sich selbst auszudrücken. Hier sind einige der vielen Vorteile, die das Tanzen mit sich bringt.

1. Körperliche Fitness: Tanzen ist ein hervorragendes Workout, das verschiedene Muskelgruppen aktiviert und die Ausdauer steigert. Egal, ob Sie sich für Ballett, Hip-Hop, Salsa oder Gesellschaftstanz entscheiden – jede Tanzform fördert die Beweglichkeit, Kraft und Koordination. Regelmäßiges Tanzen kann helfen, das Herz-Kreislauf-System zu stärken und das Risiko von chronischen Krankheiten zu verringern.

2. Geistige Gesundheit: Tanzen hat auch positive Auswirkungen auf die mentale Gesundheit. Es fördert die Ausschüttung von Endorphinen, den sogenannten Glückshormonen, die Stress abbauen und die Stimmung heben. Viele Menschen berichten von einem Gefühl der Zufriedenheit und des Wohlbefindens nach einer Tanzstunde. Zudem kann das Erlernen neuer Tanzschritte die kognitive Funktion unterstützen und das Gedächtnis trainieren.

3. Soziale Interaktion: Tanzen ist eine wunderbare Möglichkeit, neue Menschen kennenzulernen und soziale Kontakte zu knüpfen. Ob in einer Tanzschule, bei einem Tanzabend oder in einem Verein – das gemeinsame Tanzen schafft eine besondere Verbindung zwischen den Menschen. Es fördert Teamgeist und Gemeinschaftsgefühl und kann sogar Freundschaften fürs Leben entstehen lassen.

4. Kreativer Ausdruck: Tanzen ist eine Form der Kunst, die es uns ermöglicht, unsere Emotionen und Gedanken auszudrücken. Durch die Bewegung können wir Geschichten erzählen und Gefühle transportieren, die manchmal schwer in Worte zu fassen sind. Diese kreative Entfaltung kann sehr befreiend sein und das Selbstbewusstsein stärken.

5. Lebensfreude: Nicht zuletzt bringt Tanzen einfach Freude! Die Musik, die Bewegung und das Zusammensein mit anderen Menschen schaffen eine positive Atmosphäre, die ansteckend ist. Egal, ob Sie alleine tanzen oder mit anderen – es ist eine wunderbare Möglichkeit, den Alltag hinter sich zu lassen.

**Unsere Trainingszeiten sind Mittwoch von 20:15 Uhr – 22.00 Uhr
in der TSV – Turnhalle.**



Unger.Birgit@gmx.net
Johann.Schwarzmeier@gmx.de
 Telefon 08081 552405



Gerti & Karl Bart
08084 2289
0157 74361600



Elfriede Streinz
& Alwin Ertl
08084 7512
0160 96249051

Der Boogie-Woogie-Tanz ist eine sehr gesellige Art, Spaß zu haben. Dank der mitreißenden und schwungvollen Musik ist Boogie-Woogie nicht bloß eine Vermengung aus Tanz und Sport, sondern Lebensgefühl, Hobby, Ausdrucksfreude, Fitness, Ausgleich und eine hervorragende Art, gemeinsam den Alltag zu vergessen.

Boogie-Woogie zeichnet sich hauptsächlich durch seine unglaubliche Spritzigkeit und Vielseitigkeit in der Fußarbeit aus, während der Oberkörper des Tänzers meist lässig und ruhig aussieht.

Dies erfordert Körperbeherrschung, Koordination, Kondition, Körpergefühl, Gleichgewichtsfähigkeit und Bewegungsfluss.

Rhythmik ist eine Basis für das Tanzen und mit Musikinterpretation fasziniert Du die Zuschauer. Beides erfordert Erlernen und Üben.

Besonderen Wert legen wir auf die Basic's. Mit speziellen Übungen verbessern wir die Wahrnehmung des Partners, denn was der Herr nicht führt, tanzt die Dame nicht.

Damit wir Trainer dabei auf dem neuesten Stand bleiben, sind wir an 4 Wochenenden im Jahr in Passau bei Christiane und Dieter Stanowski. Die ehemaligen Bundestrainer bieten ein einzigartiges Weiterbildungskonzept im Bereich Grundschrift -Technik, Eigendynamik und vieles mehr an. Gerti & Karl sind auch jede Woche bei deren Online-Training dabei.

So gerüstet ist unser Training abwechslungsreich, neue Figuren werden erlernt und bekanntes wiederholt. Mit kurzweiligen Lernmethoden vermitteln wir die Tanztechnik.

Super Musik, von Karl und Alwin aufgelegt, bringt die Füße und den Körper zum Swingen.

Wer Lust verspürt mitzumachen,
alle 14 Tage treffen wir uns am Freitag um 20:30 Uhr, in der TSV Spiegelhalle



Disco Fox

Tanzen tut Körper und Seele gut ☺

Jeden 1. Sonntag im Monat in der Vereinsturnhalle von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr treffen sich viele leidenschaftliche Foxtänzer zum Übungsabend um neue Figuren und Kombinationen zu lernen. Jede Figur wird genau erklärt, so dass alle gut mitmachen können.

Neue Teilnehmer sind immer herzlich willkommen, einfach mal vorbeischaun.

Für Anfänger bietet der TSV Grundkurse an. (3 Abende)

Danach können die Teilnehmer schon einige gängige Figuren tanzen und beim Übungsabend einsteigen.

Inklusiver
Sport – miteinander im
Verein




Vertretung:
Elfriede Streinz
& Alwin Ertl

Trainer:

**Maria Scharlach
& Florian Brenninger**

Maria	0160 1896925
Florian	0152 2866229
Elfriede	0160 96249051





Boogie Woogie Kurs

für Beginner und Wiederholer
mit Gerti & Karl



Sonntag 19.01 / 26.01. / 02.02. / 09.02. 2025

Boogie Woogie ist ein Tanz,
der viel Lebensfreude vermittelt.
Lasst euch überraschen,
wie viel Spaß Boogie bereitet.

von 10:30 - 12:00 Uhr

Info und Anmeldung: Gerti & Karl Bart

08084 2289 01577 4361600

0160 96249051

Die bunte Welt des „TSV-Sports“.

Gib Deinem Körper die Chance,
mit Fitness gesund zu bleiben!

Unsere Übungsleiter freuen sich auf Deinen Besuch!

Discofox - Grundkurs

mit Maria & Florian

Sonntag 20.04. / 27.04.2024 von 18:30 - 20:00 Uhr

04.05.2025 von 17:00 -18:30 Uhr

3x 1,5 Std - Kursblock

Kursgebühren

Info und Anmeldung : 08084 7512 oder 0160 96249051



*Disco – Fox ist der Tanz, der zu
fast jeder Stimmungsmusik
getanzt werden kann und den so
ziemlich jede Tänzerin und jeder
Tänzer auf einer Party oder
einem Fest beherrschen sollte.*



Hochzeits-Kurse für Gäste & Brautpaare

Flitter Dance - Grund - Kurs

5x 1,5 Std. Kursblock

Der klassische Hochzeits-Tanzkurs mit Walzer, Discofox, Cha Cha Cha, einfach alles, um an diesem besonderen Tag auch auf dem Parkett zu glänzen.

mit Birgit & Jonny, Sonntag

09.03. / 16.03. / 23.03. / 30.03. / 06.04.2025

von 10:00 - 11:30 Uhr

Kursgebühren

Info und Anmeldung : 08084 7512 oder 0160 96249051



Brautpaartraining – Discowalzer

**Termin bitte nachfragen
(Sonntag von
18:30 Uhr bis 20:00 Uhr)**

Info und Anmeldung:

**Elfriede Streinz und Alwin Ertl
0160 96249051 oder 08084 7512**

**Einzeltraining für
Brautpaare oder.....**



Fit für das Tanzparkett

Spezial Kursangebot:

Ab 5 Paaren stimmen wir gerne mit Euch die Termine ab, die für Euch am besten passen.

Boogie Woogie, Discofox, Flitter Dance, usw.

Auf Euren Besuch freuen sich unsere Trainer:

Gerti & Karl, Jonny & Birgit, Maria & Florian, Marion & Winfried,



Fitness und Bewegung mit den neuesten Trend-Sport-Geräten im TSV



Hoop Reifen

- Hält den Körper fit und gesund
- Macht den Kopf frei und bringt Dich ins Hier und Jetzt
- Stärkt deine Körpermitte, Schulter, Bein und Armmuskulatur
- Verbindet deine beiden Gehirnhälften und fördert die Konzentration
- Stärkt das Herz-Kreislauf-System und erhöht die Ausdauer
- Verbessert Gleichgewicht, Geschicklichkeit und motorische Fähigkeiten



Drum-Sticks

Es werden die Schultern, der Bizeps, der Trizeps und die Unterarme trainiert. Der Schwerpunkt liegt beim Trommeln und Tanzen mit Drum-Sticks. Diese ungewöhnliche Kombination dient dem Abbau von Stress und ist für alle Altersklassen geeignet. Drum-Sticks können mit, aber auch ohne, einen Pezziball eingesetzt werden. Dies fördert die Koordination und die Beweglichkeit.



Hand-Pratzen

Ideal für Schlag- und Trefferübungen mit einem Partner. So hat Ihr Trainingspartner optimale Kontrolle über das Schlagpolster. Obendrein können Verletzungen vermindert werden. Zusätzlich bietet die reißfeste Hand-Pratze eine ideale Plattform für Schlag- und Trefferübungen..



Shinai -Bambusschwert

Ende des 18. Jahrhunderts wurde in den japanischen Fechtschulen das Bambusschwert eingeführt, weil es auch mit dem Holzschwert noch zu vielen Verletzungen kam.

Das Shinai ist ein Trainingsschwert aus Japan, das noch in den alten japanischen Schwertschulen entwickelt wurde.

Bei den Übungskämpfen geht das Shinai kaputt und nicht der Gegner. Es wurde extra Bambus als Material gewählt, um schwere Verletzungen im Training auszuschließen.



Vibro Board

Dabei werden **Muskelkontraktionen** forciert, die unter anderem den Muskelaufbau fördern. Das Besondere hierbei ist, dass viel mehr Muskelkontraktionen ausgeführt werden, als beim normalen Training. Der Grund dafür ist der hohe Frequenzbereich, mit dem die Vibrationsplatten arbeiten.

Obwohl man sich nicht aktiv bewegt, fühlt man sich nach dem Training ausgelaugt, hat am nächsten Tag Muskelkater und spürt, dass das Vibrationstraining etwas gebracht hat.

Das ist: Gleichgewichtstraining, die Gelenke werden gestärkt, die Muskulatur gekräftigt, der Stoffwechsel angeregt, die Durchblutung und die Fettverbrennung gesteigert.



Medizinball mit Handeingriffe 2kg / 3kg / 4kg

um Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit zu optimieren.

GYM- Loop



Das neue Trainingsband zum Muskelaufbau und Training des Ober- und Unterkörpers, sowie der Schultermuskulatur

- Formt und strafft den ganzen Körper (speziell die Oberarme, Bauch, Beine, Po)
- Trainiert die Tiefenmuskulatur erhöht die Fettverbrennung, steigert die Ausdauer
- Löst Verspannungen (Nacken, Schultern, Rücken), erhält die Beweglichkeit und mobilisiert
- Stärkt die Knochenstruktur (Osteoporose-Prophylaxe)
- Fördert den Lymphfluss (Entgiftung/ Entschlackung)
- Verbessert die Koordinationsfähigkeit (Sturzprophylaxe, Verbindung der rechten und linken Gehirnhälfte)
- Lindert neurologische Erkrankungen (Parkinson, Arthrose, Alzheimer, Multiple Sklerose)

SMOVEY- Vibroswing



Zwei mittelgroße, je ein halbes Kilo schwere Ringe, die bei Bewegung ein geheimnisvolles Surren von sich geben. Die SMOVEY`s sehen vielleicht unspektakulär aus, doch in ihnen steckt viel Schwung. Das Trainingsgerät eignet sich zur Mobilisierung und Kräftigung, aber auch Entspannung des Körpers, ist ein wirkungsvolles Fitness-Programm zum Körperstraffen, für eine gekräftigte und entspannte Muskulatur, für mehr Beweglichkeit und Ausdauer.

Das Training erzeugt generell ein positives Körpergefühl.

Slashpipe

Gymnastik- und Fitnessstraining absolvieren und so den ganzen Körper stabilisieren, Gleichgewichtstraining und vieles mehr ist mit der Slashpipe möglich

- Ganzkörper -Trainingsgerät für alle Fitnesslevel
- Zum Entspannungs-, Gleichgewichts-, Sensomotorik-, Koordinations- und Krafttraining

Nur 3,1 kg schwer und 116 cm lang gefüllt mit gefärbten Wasser orange oder blau.

Flexi- Bar



Beim Flexi-Bar-Training arbeiten tief- und medial liegender Rückenstrecker, die gesamte Bauchmuskulatur sowie der Beckenboden gegen die auf den Körper wirkende Schwingung. So wird aktiv der Flexi-Bar durch kleine rhythmische Bewegungen mit der Hand zur Schwingung gebracht und zugleich passiv die Tiefenmuskulatur gestärkt, indem der Körper auf die Schwingungen reagiert.

Speziell entwickelte Übungen mit dem Flexi-Bar fördern Kraft, Ausdauer und Koordination, stabilisieren die Wirbelsäule und beugen Rückenschmerzen und Bandscheibenproblemen vor. Außerdem führt das Training zu: Haltungsverbesserung, Bindegewebsfestigung, Muskeldefinition, Fettverbrennung, Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, Ausgleich muskulärer Dysbalancen. Darüber hinaus ist der Flexi-Bar ein Therapiegerät für Rücken- und Gelenkerkrankungen, wozu auch Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich, Probleme im Bereich Lendenwirbelsäule und Hüfte, sowie Arthrose in Schulter, Hüfte und Wirbelsäule zählen.

Brasil



Setzt auf das schlaue Zusammenspiel von Stabilisation, Bewegung und Rhythmus.

Mit kleinen Noppenhanteln, den sog. „Brasil“, die mit einem Blei-Sand-Gemisch gefüllt sind, wird die Tiefenmuskulatur in kleinen Trainingseinheiten gezielt beansprucht.

Mittels minimalen Bewegungsamplituden kann durch die spezielle Füllung eine reflektorische Anspannung des gesamten Rumpfes erreicht, sowie die Figur definierter und gestrafft werden.

Dieses Workout erfüllt alle Ansprüche an ein effektives Bauch-Beine-Po-Training und an ein modernes Rücken- und Gesundheitstraining.

Balance Pad



Die Balance Pads werden für die verschiedensten Anwendungen im Therapie- oder Trainingsbereich verwendet und es werden die unterschiedlichsten Regionen Ihres Körpers trainiert.

Balance, Koordination und der Gleichgewichtssinn sind nur drei der Bereiche, die Sie mit dieser Art der Balancepads trainieren und schulen können.

Das Balance Pad ist aus hochwertigem, dickem Schaumstoff gefertigt und bietet so auch eine ideale Entlastung für die Gelenke. Die spezielle Waffelstruktur ist rutschfest und bietet so einen sicheren Trainingsuntergrund. Bereits wenn Sie das erste Mal die Balance Pads betreten, schulen Sie Ihren Gleichgewichtssinn und Ihre Motorik. Die maximale Belastbarkeit liegt bei 200 kg, was die Balancematte zu einem echten Allrounder im Fitness- und Therapiebereich macht.

So trainieren Sie fast spielend Ihre gesamte Muskulatur im Körper und steigern Leistungsfähigkeit, Kraft und Ausdauer.

Trimilin Swinging



Teilnehmer bestätigen:

Kräftigt die Rücken- und Bauchmuskulatur
Verbessert das Gleichgewicht
Super gestärkter Beckenboden nach Geburt

Die Tiefenmuskulatur wird gekräftigt, somit Unterstützung einer aufrechten Körperhaltung.

Training mit hohem Spaßfaktor :

Stärkt Herz- und Kreislaufsystem
Kräftigt die Muskulatur und Tiefenmuskulatur
Verbessert das Gleichgewicht
Entspannung

Viele positive Effekte:

Gewichtsreduktion, Verdauungsregulation, Verspannungen werden gelöst, Stressabbau, fördert Konzentration, gesteigerter Lymphfluss, Osteoporose-Prophylaxe, stärkt Beckenboden ...

Tu Deinem Körper, Geist und Seele – (also DIR) – was Gutes!!!



Yoga Block



Der Yogablock „yogiblock basic“, aus ultra-leichtem, aber absolut tragfähigem Hartschaum hat eine gute Standardgröße und kann hochkant oder flach verwendet werden.

Der Yogablock ist ein Hilfsmittel, unterstützend für viele Übungen. Er kann helfen, die Haltung so zu justieren, dass kleine Mankos ausgeglichen werden und Fehlausrichtungen in der Haltung entgegengewirkt wird.

Raktoren



REAKTIV Training - know how aus dem Spitzensport

Reaktivkraft Training, mit Fachausdruck auch plyometrisches Training genannt, ist eine der effektivsten Kräftigungstrainingsformen, die es gibt. Das Prinzip dabei ist, dass Kraftstöße (IMPULSE) produziert werden, die die Muskulatur zu einer reflektorisch schnellen Anspannung veranlassen

Durch die Entwicklung spezieller Reaktiv Hanteln, "RAKTOR" genannt, wird das reaktive Training nun auch für Fitness- und Gesundheitssportler nutzbar. Alle Personen, unabhängig von ihrem Leistungsniveau, können damit Ihre Oberflächen- und Tiefenmuskulatur, sowie Bindegewebe in geschützten Gelenken trainieren.

Aktiv bewusst aktiviert und dadurch eine Gegenreaktion provoziert.
Effektiv trainiert effektiv den gesamten Körper in kürzester Zeit.
Intensiv durchdringt die zu trainierende Muskulatur.
Reaktiv Tiefenmuskulatur Training mit Gelenkschutz.

Pro-X



Trainiert gelenkschonend Arm-, Schulter- und Rückenmuskulatur.

Fühlt sich an wie Nordic Walking, ist aber viel flexibler anzuwenden:

Im Stehen, beim Walken, vor dem Fernseher, ...

2 Handgeräte, Zugkraft je 1,0 kg

Ideales Trainingsgerät bei Knieproblemen

für Outdoor Sport und in der Halle

Faszienrollen & Faszienbälle



Wer in Alltag und Sport beweglich, vital und schmerzfrei bleiben will, sollte etwas für sein Bindegewebe tun!

Diese Erkenntnis setzt sich in den letzten Jahren in Physiotherapie, Sportwissenschaft und Medizin mehr und mehr durch.

Denn das muskuläre Bindegewebe – die sogenannten Faszien – spielt eine große Rolle für Wohlbefinden, Beweglichkeit, Leistungsfähigkeit und Gesundheit: Sie übertragen die Kraft der Muskeln, kommunizieren mit dem Nervensystem, dienen als Sinnesorgan, sorgen für Schutz und Stoffaustausch der inneren Organe und bilden die Grundlage für eine schöne Körperform.

Was man bisher nur Muskeln zutraute, kann auch das Bindegewebe: Es reagiert auf Belastung und Reize und wenn Faszien verfilzen oder verkleben, können Schmerzen und Bewegungsprobleme die Folge sein. Die Faszien sollten deshalb gezielt trainiert werden

10 Minuten, zweimal in der Woche genügen!

Wie sich die neuen Erkenntnisse in ein praktisches Übungsprogramm für den Alltag umsetzen lassen, zeigen ihnen unsere geschulten Übungsleiter und Trainer.

Das Oberflächenprofil bleibt allerdings hart, um die Faszien Verklebungen zu lösen.

Zur Aktivierung, Regeneration, Selbstmassage und Entspannung.

Trainingseffekt:

Das wellenförmige Profil sorgt für eine effektive Massage der oberen Faszien Schichten.

Der entstehende Druck durch das eigene Körpergewicht regt die Durchblutung an und löst effektiv Verklebungen, Verspannungen und ungewollte Verhärtungen des Bindegewebes (Faszien).

Im ersten Moment kann es sich ungewohnt und sogar unangenehm anfühlen, aber schon nach kurzer Zeit spürt man den positiven Massageeffekt.

Rubber Bänder, Thera Bänder

Trainingsbereich der Widerstandsbänder ist :
Bauch, Beine und Po.



Pilates - Yoga Ring

Der multifunktionale Pilates-Ring, der viele Übungen zur Straffung von Armen, Beinen, Rücken- und Brustmuskulatur ermöglicht. Der Pilates-Ring bietet Ihnen eine noch größere Bandbreite an Übungen, die Ihren Rücken, Schulter- und Beckenbereich kräftigen! Der Pilates-Ring wird häufig für klassisches Gruppentraining eingesetzt, aber auch im Reha- und Physiotherapie-Bereich gerne genutzt.

Sie können den Ring schwingen, drücken, klemmen, ziehen!

Ist ein Trainingsgerät für die oberen und unteren Extremitäten, sowie den Rumpf (Brust- und Rückenmuskulatur). Durch Erhöhung des Muskeltonus werden Kraft, Beweglichkeit sowie alle konditionellen und koordinativen Fähigkeiten trainiert.



Redondo Ball

Togu Gymnastikball

ideal für die Kräftigung von Bauch, Beine, Po



Gymnastikball, Ø 16cm, 300g ,

abwechslungsreiches Training für die Kräftigung



Fitness Hanteln

ideal für die Kräftigung des Rücken u. der Arme



Pezzi Ball

abwechslungsreiches Training für die Kräftigung



Fitness-Stick

Für eine effektive Trainingsanpassung bietet dieser brandneue „Fitness- Stick“ jede Menge Übungsvarianten mit individuell regulierbaren Belastungsintensitäten. Dank der elastischen Tubes sind Sie in der Lage, nahezu alle Körperpartien zu trainieren..



Fitness auf Stühlen.

Trainiert wird die Beweglichkeit in jedem Alter



Sparte	Name	Vorname
Aerobic / Fit Mix, Yoga	Aschauer	Judith
Aerobic / Fit Mix / Yoga	Wieschalka	Jolanta
Ausgleichsgymnastik / präventive Haltungsgymnastik	Eitzenberger	Gisela
Breitensport / Gesundheitssport	Wolff	Frederik
Jedermann-Fitness / Fit ab 60	Aigner	Josef
Jedermann-Fitness / Fit ab 60 / Walken / E-Bike Training	Christofori	Erich
Wirbelsäulengymnastik / Walking / Yoga	Glied	Gisela
Yoga	Wegmann	Nina
Step - Aerobic - Pilates / Yoga	Kinnigkeit	Rita
Dance Bambini 3 - 4 / 5 - 6 J./ Little Dance Stars / Dance Kids / Eltern-Kind-Turnen LAUF geht`s! / Fitness auf dem Stuhl / Nordic Walking	Hoijtink	Gabi
Discofox	Scharlach	Maria
Discofox	Brenninger	Florian
Gesellschaftstanz / Flitter Dance	Schwarzmeier	Johann
Gesellschaftstanz / Flitter Dance	Unger	Birgit
Brautpaartraining, LAUF geht`s! / Boogietreff/ Discofox/ Inline Skaten/ Hybridlauf/ Modern Line Dance	Ertl	Alwin
Cheerleader	Mittermaier	Sonja
Boogie Treff / Dance Girls / Trimilin Spiel u. Spaß Kids / Yoga / Faszientraining/ Fit- ness a. d. Stuhl / LAUF geht`s! / Brautpaartraining / Vibroboard / Discofox / Abtei- lungsleiterin Tanzsport	Streinz	Elfriede
Gesundheitssport	Wolff	Frederick
Cool Dance4You/ Boogietreff/ Nordic Walkin/ Pro X/ Smovey/ Lauf geht`s/ Tanz a. d. Reihe/ Vibroboard/ Swing Fit m. d. Trampolin/ Abteilungsleiterin Lauf/ Leichtathletik	Bart	Gerti
Swinging - Sunday	Saller	Winfried
Swinging - Sunday	Saller	Marion
Hit - Workout & Kräftigung	Fischbeck	Daniela
Hit - Workout & Kräftigung	Pyrkosch	Brigitte
RAKKA	Deutsch	Anna
Taekwondo	Reiter	Petra
Taekwondo	Pall	Axel
Vertretung Fitness, Faszientraining	Hoffmann	Heidi
Karate	Kulse	Heinz
Karate	Zimmer	Helmut
Geräteturnen, Sportabzeichen	Holler	Christina
Geräteturnen	Barth	Silvia
Leichtathletik,	Puschmann	Regina
Leichtathletik	Bischoff	Michelle
Leichtathletik	Spieß	Emilia
Boogietreff	Bart	Karl
LAUF geht`s!	Kohwagner	Marion
LAUF geht`s!	Müller	Petra
LAUFgeht`s!	Greimel	Karin
LAUF geht`s! / LAUF21!	Algasinger	Klaus
LAUF geht`s! / Abteilungsleiterin Leichtathletik	Bart	Gerti
Lauftreff TSV Taufkirchen läuft / LAUF geht`s!	Petri	Wolfgang
LAUF geht`s!	Aigner	Karoline
LAUF geht`s!	Schatz	Angelika
Walking - Lauf geht`s!	Petri	Vicki
Walking	Greilmeier	Edith

Tischtennis	Kirsten	Peter
Tischtennis	Ossner	Hans
Tischtennis	Hamburger	Rudi
Volleyball	Leipfinger	Hans
Volleyball - Jugend	Weiße	Falko
Basketball	Daubitz	Sven
Handball—Torwarttrainer	Lehner	Florian
Handball—Damen II	Josef	Maximilian
Handball—Damen I	Wegmann	Andrea
Handball —Jugend	Huber	Tobias
Handball —Jugend	Djurdjevic	Julia
Handball —Jugend	Heilmaier	Maria
Handball —Jugend	Wolfrum	Christine
Handball—Herren	Haberzettl	Andreas
Handball—Damen I	Scholz	Manfred
Handball—Herren + Jugend	Hils	Mathias
Handball Kinderhandball	Gössl	Kati
Handball—Damen II + Kinderhandball	Stummer	Anne
Handball stellv. Abteilungsleiter	Aigner	Hubert
Abteilungsleiter Handball	Mühlenbeck	Gerhard

Gutscheine ab 10€ erhältlich.

*Ideales Geschenk für Geburtstag,
Jubiläum, Weihnachten usw.*

Elfriede Streinz

0160 96249051

Email: ertl.alwin@t-online.de

Geschenkgutscheine Kurs – Angebote



84416 Taufkirchen / Vils • Tel. 0 80 84/82 92

www.radl-center-stoeckl.de

Seite	Tag	Uhrzeit	Sportstunde	Wo	Ansprechpartner / Trainer	Telefon	Mobil	Besonderheiten
45	Montag	09:00 - 10:00	Präventive Haltungsausgleichsgymnastik	TSV Turnhalle	Fr. Eitzenberger	08084 257687		
26	Montag	16:00 - 17:00	Eltern-Kind	Realschulturnhalle neu	Fr. Hoijtink	08084 413155	0151 11553906	
28-29	Montag	16:00 - 17:00 17:00 - 19:00	Geräteturnen Wettkampf	Realschulturnhalle alt	Fr. Holler		0151 40165589	
32	Montag	17:00 - 18:30	Basketball	TSV Turnhalle alt	Hr. Daubitz		0160 8108693	
50	Montag	16:00 - 17:00	Senioren-sport 60+	Realschulturnhalle alt	Hr. Christofori	08084 2916		
43	Montag	16:30 - 18:00	Step & Aerobic	TSV Turnhalle alt	Fr. Kinnigkeit	08084 3940	0152 25325187	
42	Montag	18:30 - 20:00	Fit Mix	Realschulturnhalle neu	Fr. Aschauer Fr. Wieschalka		0170 3036446	
58	Montag	20:00 - 22:00	Tischtennis	TSV Turnhalle alt	Hr. Kirsten		0172 7009217	
56	Montag	18:30 - 20:30	Karate	TSV Turnhalle	Hr. Kulse		0171 1290002	
69	Montag	19:00 - 20:00	Lauf Treff - Lauf geht's - Lauf 21 Hybridlauf	Parkplatz TSV Halle	Hr. Petri / Fr. Bart / Hr. Ertl	Bart 08084 2289	0171 7795413 Petri Ertl 0151 54404022	
66-67	Montag	19:00 - 20:00	Lauf 21 Lauf Treff	Parkplatz TSV Halle	Hr. Algasinger	08084 8394	0159 05813740	
36	Montag	18:30 - 20:00	Handball - B - Jugend	in Wartenberg	Hr. Huber		0152 26064092	
27	Dienstag	16:30 - 17:30	Spiel u. Spaß ab 7 Jahre	TSV Turnhalle alt	Fr. Streinz	08084 7512	0160 96249051	
57	Dienstag	16:15 - 17:45	Taekwondo	TSV Turnhalle neu	Fr. Reiter		0151 21831859	
57	Dienstag	17:45 - 19:00	Taekwondo	TSV Turnhalle alt	Fr. Reiter		0151 21831859	
30 - 31	Dienstag	17:00 - 18:15	Leichtathletik ab 4. Klasse	Realschulturnhalle alt	Fr. Puschmann		0173 3909824	
44	Dienstag	19:00 - 21:00	Gesundheitssport	Realschulturnhalle alt	Hr. Wolff	08084 8214		
75	Dienstag	19:00 - 20:00	Tanz aus der Reihe	TSV Turnhalle alt	Fr. Bart	08084 2289	0157 74361600	
78	Dienstag	19:00 - 20:00	Rakka	TSV Turnhalle neu	Fr. Deutsch	08084 5626766	0170 7379178	
74	Dienstag	20:00 - 21:00	SMOVEY & Dance oder Slash Pipe	TSV Turnhalle neu	Fr. Bart	08084 2289	0157 74361600	
52	Dienstag	20:00 - 21:15	Yoga	TSV Halle alt alt	Fr. Wegmann	0151 50794329		
77	Mittwoch	9:00 - 10:00	Vibroboard	TSV Turnhalle alt	Fr. Streinz	08084 7512	0160 96249051	Anmeldung
52	Mittwoch	10:00 - 11:15	Yoga	TSV Turnhalle neu	Fr. Kinnigkeit		0152 25325187	
75	Mittwoch	15:00 - 16:00	Tanz aus der Reihe	TSV Turnhalle neu	Fr. Bart	08084 2289	0157 74361600	
28-29	Mittwoch	16:00 - 17:00 17:00 - 19:00	Geräteturnen Wettkampf	Realschulturnhalle	Fr. Holler		0151 40165589	
87	Mittwoch	16:15 - 18:00	Cool Dance4You	TSV Turnhalle neu	Fr. Bart, Fr. Papic	08084 2289	0157 74361600 0162 4140452	
48	Mittwoch	17:30 - 19:00	Jedermann - Fitness	TSV Turnhalle alt	Hr. Christofori Hr. Aigner	08084 2916 08084 1300		
86	Mittwoch	18:00 - 20:00	Dance Girls	TSV Turnhalle neu	Fr. Streinz	08084 7512	0160 96249051	
47	Mittwoch	19:00 - 20:00	Fitness auf dem Stuhl	TSV Turnhalle alt	Fr. Streinz Fr. Hoijtink	08084 7512 08084 413155	0160 96249051 0151 11553906	
60-64	Mittwoch	18:45 - 19:45	Nordic Walking	Parkplatz TSV Halle	Fr. Bart Fr. Hoijtink	08084 2289	0160 4361600 0151 11553906	

40 - 41	Mittwoch	19:30 - 22:00	Volleyball	Realschulturnhalle neu	Hr. Leipfänger Hr. Weiße	08084 3091	0152 34529943 0151 61447214		
94	Mittwoch	20:15 - 22:00	Gesellschaftstanz	TSV Turnhalle alt	Hr. Schwarzmeier / Fr. Unger	08081 552405	0152 01793850		
46	Mittwoch	20:00 - 21:00	Wirbelsäulengymnastik	TSV Turnhalle neu	Fr. Glied	08084 462		nur bei schönem	Wetter
49	Donnerstag	14:00	E Bike Treff	Parkplatz TSV Halle	Hr. Christofori	08084 2916			
80	Donnerstag	15:15 - 16:15	Dance Bambinis	TSV Turnhalle neu	Fr. Hoitjnk	08084 413155	0151 11553906		
81	Donnerstag	16:00 - 18:00	Dance Stars	TSV Turnhalle neu	Fr. Hoitjnk	08084 413155	0151 11553906		
28 - 29	Donnerstag	16:00 - 18:00	Geräteturnen	Realschulturnhalle alt	Fr. Holler Christina		0151 40165589		
59	Donnerstag	17:00 - 19:00	Tischtennis	TSV Turnhalle alt	Hr. Hamburger		0151 28726976		
72	Donnerstag	18:00 - 19:00	Hit - Workout & Kträftigung	TSV Spiegelhalle	Fr. Pyrkosch / Fr. Fischbeck	0179 4769496	0175 2056732		
62	Donnerstag	19:00 - 20:00	Ski-Gymnastik	TSV Turnhalle alt	Alpenverein		0160 96249051	von Okt. - März	
76	Donnerstag	19:00 - 20:00	Modern - Line Dance	TSV Turnhalle neu	Hr. Ertl	08084 7512	0151 54404022		
77	Donnerstag	19:00 - 20:00 20:00 - 21:00	Vibroboard Winterzeit	TSV Turnhalle alt	Fr. Streinz	08084 7512	0160 96249051		
37	Donnerstag	18:45 - 20:15	Handball Damen I&II	Realschulturnhalle neu	Hr. Scholz Hr. Josef		0162 5220340 0160 90362495		
38	Donnerstag	20:00 - 21:45	Handball Herren	Realschulturnhalle neu	Hr. Habertzettel Hr. Hils Hr. Gössl		www.handball.tsv-taufkirchen-1893.de		
60	Freitag	08:30 - 09:30	Nordic Walking	Parkplatz TSV Halle	Fr. Greilmeier	08084 7117			
84	Freitag	15:00 - 16:30	Moonlight	TSV Turnhalle neu	Fr. Häusler		0175 7686337		
82	Freitag	15:00 - 16:15	Cheerdance	TSV Turnhalle alt	Fr. Mittermeier		0176 32862599		
83	Freitag	16:15 - 17:30	Cheerdance	TSV Turnhalle alt	Fr. Mittermeier		0176 32862599		
34	Freitag	14:30 - 16:00	Handball E+F-Jugend gemischt	Realschulturnhalle neu	Fr. Heilmeier Fr. Wolfrum		0175 6609261 0170 1972054		
35	Freitag	16:00 - 17:30	Handball männl. D-Jugend	Realschulturnhalle neu	Fr. Djurdjevic Hr. Hils		01590 1323420 0171 8052354		
53	Freitag	16:45 - 18:00	Faszien Training & Yoga Workout	TSV Turnhalle neu	Fr. Streinz	08084 7512	0160 96249051		
30 - 31	Freitag	17:00 - 18:00	Leichtathletik 1.-3. Kinder & Jugendliche	Realschulturnhalle alt	Fr. Spieß Fr. Bischoff		0152 51557917		
70	Freitag	18:00 - 19:30	Swing Fit	TSV Turnhalle alt	Fr. Bart	08084 2289	0157 74361600		
36	Freitag	18:30 - 20:00	Handball B - Jugend	Realschulturnhalle neu	Hr. Huber		0152 26064092		
56	Freitag	18:30 - 20:30	Karate	TSV Turnhalle	Hr. Kulse		0171 1290002		
58	Freitag	20:00 - 22:00	Tischtennis	TSV Turnhalle alt	Hr. Ossner	08743 2335	0171 18010333		
95	Freitag	Ab 20:30	Boogietreff	Aktuell TSV Turnhalle neu	Fr. Bart / Hr. Ertl	08084 2289 / 7512	0157 74361600		14tätig
61	Samstag	16:00 - 17:00	Nordic Walking	Parkplatz Edeka/Bürgerpark	Fr. Glied / Hr. Christofori	08084 462	08084 2916		
96	Sonntag	18:30 - 20:00	Disco Fox	TSV Turnhalle neu	Fr. Scharlach / Hr. Brenninger		0160 1896925	Jeden 1. Sonntag	Im Monat
85	Sonntag	10:00 - 12:00	Swing Sunday	TSV Turnhalle neu	Fr. Marion Saller Hr. Winnfried Saller		01578 6992587 01573 6343928	Jeden 3. Sonntag	Im Monat

e@sy
Credit

vr-bank-online.de/easycrredit

Siggi
kann.

Ganz entspannt finanzieren.

Ihr wollt auch können?
Erweitert jetzt euren finanziellen
Spielraum mit easyCredit.

Morgen
kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Sofortkredit mit

finanziellem Spielraum!

Mit easyCredit entspannt finanzieren



VR-Bank
Taufkirchen-Dorfen eG



Taufkirchner

Brautradition seit 1642

Abholmarkt direkt in der Brauerei

- Umfangreiches Sortiment • Verladeservice
- Attraktive Angebote und Aktionen

Do - Sa ab 17:00 Uhr
Sonntag ab 11:00 Uhr



Bräustüberl Taufkirchen

Unsere Schmankerl jetzt auch für Dahoam

Speisekarte unter: www.braeustueberl-taufkirchen.de

Gerne nehmen wir Ihre Anfrage für Familien- und
Geburtsstagsfeiern entgegen - Infos unter 08084/411