

Programm & Organisation 2015

TURN- & SPORTVEREIN GRÜNWALD

Koronarsport
 Sonderbeitrag €5,20
 Abteilungsleitung Klaus Kahle 089 64919550
 Ärztliche Betreuung Dr. Ingrid Kux
 Übungsleiterin Ruth Kleiser 089 64911029
 Renate Gnensch 0151 19120085
 Mi. 17:30-19:00 GFZP Spielhalle

Kraftraum in eigener Verantwortung
 Mo.-Fr. 15:00 - 22:00 Dreifachhalle

Leichtathletik für Kinder
 ab 10 Jahren Ruth Kleiser 089 64911029
 Do. 17:00-18:30 DFH/Sportplatz

Leichtathletik Sportabzeichen (nur im Sommer)
 Ansprechpartner Manfred Wiemann 089/913577

Nordic Walking
 10er Karte für 30€ Rosemarie Bartel 089 6411507
 Di. 9:00-10:15 Treffpunkt Waldparkplatz Tölzer Straße
 Fr. 9:00-10:15 Treffpunkt Waldparkplatz

Senso Fitness
 Sonderbeitrag € 16,00 pro Monat
 !!! Begrenzte Teilnehmerzahl !!!
 mehr Infos bei Trainerin: Rosemarie Bartel 089 6411507
 Mi. 9:30-10:30 GFZP Gymnastikraum

Rückengymnastik (mit Rückenschule)
 Sonderbeitrag 1Std. € 8,00 2 Std. € 11,00
 Abteilungsleitung Katharina Kessler 089 6412385
 Übungsleiterin Sonja Fischer 089 89398754
 Übungsleiterin Katharina Zellinger 089 839310770
 Mo. 9:00-10:00 Rückengymnastik GS Gym.-Raum
 10:00-11:00 Rückengymnastik GS Gym.-Raum
 19:00-20:00 Rückengymnastik GS Gym.-Raum
 Mi. 9:00-10:00 Rückengymnastik GS Gym.-Raum
 10:00-11:00 Rückengymnastik GS Gym.-Raum
 18:00-19:00 Rückengymnastik GFZP Aerobicraum

Schwimmen
 Sonderbeitrag € 10,00 monatlich
 Abteilungsleitung Joachim Harrer
 Übungsleiter Anita Wohllaib, Stefanie Hepp, Beate Hanken, Gireg Werner
 Di. 16:00-17:00 Schwimmkurs Fortgeschrittene*
 17:00-18:00 Sportschwimmen Jugend 1*
 18:00-19:00 Sportschwimmen Jugend 2*
 19:00-20:00 Sportschwimmen Jugend *
 21:00-22:00 Sportschwimmen Erwachsene
 Do. 17:00-18:00 Schwimmkurs Fortgeschrittene*
 18:00-19:00 Sportschwimmen Jugend*
 20:00-21:00 Sportschwimmen Erwachsene
 *nicht in den Schulferien! Anmeldungen sind nur per Email möglich! Bitte schreiben Sie an: info@tsv-gruenwald.de
 Keine Anfängerkurse! Warteliste für Aufnahme!

Tanz und Ballett
 Sonderbeiträge 1 Std./45 Min € 16,00 1½ Std. € 21,00
 3 Std. € 33,50 max. € 36,00
 Abteilungsleitung Isabella Blum 0173/3704743
 isabella.blum@tsv-gruenwald.de

Ballett
 Di. 16:00-17:00 Ballett 6-8 Jahre GS Ballettraum
 17:00-18:30 Ballett ab 13 Jahren GS Ballettraum
 Mi. 10:00-11:30 Ballett Erwachsene GS Ballettraum
 Fr. 15:30-16:30 Ballett 8-10 Jahre GS Ballettraum
 16:30-18:00 Ballett ab 13 Jahren GS Ballettraum

Kreativer Kindertanz
 Do. 15:45-16:30 Kinder ab 4 J. GS Ballettraum
 16:30-17:15 Kinder ab 4 J. GS Ballettraum
 17:15-18:00 Kinder ab 5 J. GS Ballettraum

Jazz-Dance
 Mo. 17:30-18:30 Jazz Funk 1 ab 11 J. GS Ballettraum
 18:30-19:30 Jazz Funk 3 ab 14 J. GS Ballettraum
 19:30-21:00 Jazz Advanced GS Ballettraum
 Di. 18:30-19:30 Modern ab 12 J. GS Ballettraum
 19:30-20:30 Jazz Basic GS Ballettraum
 Mi. 16:00-17:00 Jazz Kids ab 9 J. GS Ballettraum
 17:00-18:00 Jazz Funk 2 ab 12 J. GS Ballettraum
 18:00-19:00 Contemporary ab 13 J. GS Ballettraum
 19:00-20:15 Jazz Mittelstufe GS Ballettraum

Yoga
 Sonderbeitrag € 21,00
 Mi. 20:15-21:30 Yoga GS Ballettraum

Trampolin
 Sonderbeitrag € 9,00
 (Voraussetzung 2 Jahre Leistungsturnen)
 Abteilungsleitung Sabine Schratzenstaller
 Di. 17:00-20:00 eingeteilte Gruppen (ab 8Jhr.) Dreifachhalle
 Do. 17:00-19:30 eingeteilte Gruppen Dreifachhalle

Tischtennis
 Abteilungsleitung Manfred Wiemann 089 913577
 Donnerstagsgruppe Walter Westermeier 089 6414717
 Mo. 18:00-19:30 Schüler + Jugendl. GS Turnhalle
 19:30-22:30 Herren + Wettkampf GS Turnhalle
 20:15-22:30 Freizeit GS Gym.-Raum
 Do. 20:15-22:30 Hobby + Freizeit GS Gym.-Raum
 Fr. 18:00-19:30 Schüler + Jugendl. GS Turnhalle
 19:30-22:30 Herren + Wettkampf GS Turnhalle

Triathlon/Duathlon
 Sonderbeitrag € 8,00
 Abteilungsleitung Dr. Martin Eisele 089 69989845
 Übungsleiter Thorsten Rebek 0163 2834774
 Di. 20:00-21:00 Schwimmen GFZP Schwimmbad
 Do. 19:00-20:00 Schwimmen GFZP Schwimmbad
 Laufen / Radln nach Vereinbarung

Turnen
 Abteilungsleitung Manfred Wiemann 089 913577

Kinder- und Jugendturnen
 Übungsleiterin Ingrid Liebelt 0160 5294857
 Abteilungsbeitrag € 6,00 Leistungsturnen*
 Mo. 15:30-16:30 Kinderturnen 4-7 J. DFH
 16:30-18:00 Kinderturnen 7-14 J. DFH
 16:30-18:00 Sportspielstunde 6-10 J. DFH
 16:30-18:00 *Leistungsturnen Mädchen DFH
 Di. 16:00-18:00 Leistungsturnen Jungen GS Turnhalle
 16:30-18:30 *Leistungsturnen Mädchen GS Turnhalle
 Mi. 16:30-18:00 Turnen Jungen 5-7 J. DFH
 Do. 15:00-16:00 Kinderturnen 4-7 J. DFH
 16:00-17:30 *Leistungsturnen Mädchen I DFH
 17:00-19:30 *Leistungsturnen Mädchen II DFH
 17:00-18:15 Leichtathletik Einführung DFH
 18:15-19:30 Akro., Einrad, Jonglage 10-18 J. DFH
 Fr. 16:30-18:00 Leistungsturnen Jungen GS Turnhalle

Eltern-Kind-Turnen
 Übungsleiterin Sabine Schratzenstaller, Evi Kohlenz
 Mo. 15:30-16:30 eingeteilte Gruppen 2-3 Jahre Dreifachhalle
 Mi. 16:00-17:00 eingeteilte Gruppen 2-3 Jahre GS Turnhalle
 Do. 10:00-11:00 eingeteilte Gruppen 1-3 Jahre Dreifachhalle
 Do. 15:30-16:30 eingeteilte Gruppen 2-3 Jahre Dreifachhalle

Männer Freizeitsport
 Abteilungsleitung Alfred Stahl 089 641710
 alfred.stahl@tsv-gruenwald.de
 Di. 20:30-22:30 Erwachsene GS-Turnhalle

Volleyball
 Abteilungsleitung Uwe Braun 089 6412487
 Mo. 10:00-11:30 Damen, Spiel Dreifachhalle
 Do. 19:30-22:30 Mixed, Sport und Spiel Dreifachhalle



Der Verein mit dem Sportprogramm für alle.

Vereinsvorstand

Ehrevorsitzender	Dr. Ulrich Börm	089 6415252
Vorsitzende	Dr. Christine Paeschke	089 6413226
Stellvertreter	Richard Laeverenz	089 6417325
	Willi Mühlbauer	089 64911530
Frauenwartin	Stefanie Hepp	0176 63708383
Schatzmeister	Dr. M. Eisele	
Technischer Leiter	Manfred Redl	privat 64939871
	technischer_leiter@tsv-gruenwald.de	
	Mobil 0172 8696123	
Schriftführer	Walter Hornauer	Büro 089 6495565-6
Pressewart	Nadja Wojak	Mobil 0160 95947085
	nadja.wojak@gmx.de	

Geschäftsstelle Anmeldung und Auskunft

in der Helmi-Mühlbauer-Halle Dreifachhalle
Dr.-Max-Straße 20 82031 Grünwald Eingang Keltenstraße
Mo - Do 16.00 bis 19.00 Uhr

Telefon 089 6414270
089 64916212
Fax 089 6410675

Email: geschaeftsstelle@tsv-gruenwald.de
info@tsv-gruenwald.de

Vereins-Gaststätte in der Helmi-Mühlbauer-Halle

Familie Achatz 089 64167740

Hausmeister

Harald Vorwerk 089 6412396 0172 8367671

Beiträge seit 1.1.2002, monatlich

Kinder und Jugend	€ 4,10
Rentner	€ 4,10
Erwachsene	€ 5,20
Ehepaare	€ 9,20
Familien	€ 12,30
Aufnahmegebühr	ein Monatsbeitrag
zzgl. monatl. Abteilungsbeitrag falls vorhanden	

Bankverbindung

VR Bank München Land
IBAN: DE17701664860000225002 BIC:GENODEF1OHC

Bankverbindung

Kreissparkasse München Starnberg
IBAN: De702501500022218655 BIC: BYLADEM1KMS

Impressum

Programminfo des Turn- und Sportvereins Grünwald e.V.
Ausgabe 2015 Geschäftsstelle

Therapeutische-Gymnastik

Abteilungsbeitrag	€ 7,00	siehe auch im Internet Osteoporose
Kontakt	Heinz Gress	089 32604403
Übungsleiterin	Marianne Mayer	089 6893391
	Therese Jocher	
Do. 9.30-10.30	Aktiv-Programm	GS Gym.-Raum

Aerobic/Fitness

Abteilungsbeitrag	€ 10,00 für Aquarobic* € 5,00
Zumba**	
Abteilungsleiter	Stefanie Hepp
0176 63708383	
Übungsleiter	Renate Gnensch 0151 19120085
	Anja Booth 0173 2533481
	Daniela Sahdo 0179 8121270
	Doris Ruhland 0172 7068918
	Heike Kladek
	Helli Frenz
0174 6768586	
0179 2953803	
Mo. 8:00- 9:00	Aquarobic* GFZP Schwimmbad
11:00-12:00	Flexi Bar GS Gymnastikraum
18:00-19:00	Aerobic Dreifachhalle
19:15-20:15	Aquarobic* GFZP Schwimmbad
20:30-21:30	Fitness/Bodystyling Dreifachhalle
Mi. 8:00- 8:45	Aquarobic* GFZP Schwimmbad
8:45- 9:30	Aquarobic* GFZP Schwimmbad
18:00-19:00	Zumba Dreifachhalle
19:00-19:30	Bodystyling/Pilates Dreifachhalle
Do.18:30-19:30	Zumba** GS Ballettsaal
Fr. 09:00-10:00	Aquarobic* GFZP Schwimmbad
18:00-18:45	Aerobic/Step Dreifachhalle
18:45-19:30	Bodystyling Dreifachhalle

Badminton

Abteilungsleiter	Manfred Redl 0172 8696123
	manfred.redl@tsv-gruenwald.de
Mi.19:30-22:30	Aktive & Freizeitspieler Dreifachhalle
Fr. 19:30-22:30	Aktive & Freizeitspieler Dreifachhalle

Baseball Softball

Abteilungsbeitrag	Schüler/Studenten € 13,90
	Geschwister/Erwachsene € 12,80
Abteilungsleiter	Jessica Hinrainer
	n.wojak@jesters.de
Aktuelle Trainingszeiten	der Jesters erfahren Sie im Internet unter: www.jesters.de

Mo. 17:30-19:00	U13 Girls	GFZP
Di. 17:00-19:30	Ladies	GFZP
Do. 17:00-19:30	Ladies	GFZP
Fr. 14:30-16:30	Kids Tossball	GFZP
16:30-18:00	Jugend	GFZP

Basketball

Abteilungsbeitrag	€ 7,30	
Abteilungsleiter	Michael Honig 089 64957976	
	michael.honig@tsv-gruenwald.de	
Mo.18.00-19.30	U17 w, U15 w, Anfänger	Gymnasium
19.30-21.00	U18 m und Damen	Gymnasium
Mi. 20.30-22.00	Herren	Gymnasium
Fr. 18.30-20.00	U14 w, U12 Mixed	Gymnasium
20.00-22.00	Herren	Gymnasium

Judo

Abteilungsbeitrag	€ 12,00
Übungsleiter	Anton Bühl 1.Kyu 089 74004944
Mo.14:30-16:00	Kinder/Jgd./Anf. 1 GS Gym.-Raum
16:00-17:30	Kinder/Jgd./Fortg. 1 GS Gym.-Raum
17:30-19:00	Kinder/Jgd./Fortg. 2 GS Gym.-Raum
Fr. 14:30-16:00	Kinder/Jgd./Anf. 1 GS Gym.-Raum
16:00-17:30	Kinder/Jgd./Anf. 2 GS Gym.-Raum
17:30-19:00	Kinder/Jgd./Fortg. 1 GS Gym.-Raum

Ju-Jutsu

Abteilungsbeitrag	€ 6,50
Übungsleiter	Alex Monn, 2.Dan 08170 997730
	Peter Reichel, 1.Kyu 089 6903095
Di. 18:00-20:15	Jugendl.ab 14 J. +Erw. GS Gym.-Raum
Do.17:00-20:00	Freies Training GS Gym.-Raum

Karate

Abteilungsbeitrag	€ 6,00	info@karate-gruenwald.de
Deutscher Karate Verband	jährl. Beitrag € 15,00 bis 14Jahre	
Deutscher Karate Verband	jährl. Beitrag € 20,00 ab 14Jahre	
Ansprechpartner	Peter Henkel, 2. Dan 089 6991619	
	Max Obermaier,2.Dan 089 18922655	
Di .17:30-19:00	Kinder	GS Turnhalle
19:00-20:30	Jugend/Erwachsene	GS Turnhalle
20:30-21:00	Oberstufe	GS Turnhalle
Do.17:15-18:30	Kinder	GS Turnhalle
18:30-20:00	Jugend/Erwachsene	GS Turnhalle
20:00-21:30	Freies Training	GS Turnhalle
laufend Kurse:	schnupperkurs@karate-gruenwald.de	
Mehr Informationen	http://www.karate-gruenwald.de	

Tai Chi Chuan

Abteilungsbeitrag	€ 6,00	
Übungsleiter	Hans Westermeier 089 6411900	
	Andreas Purucker 0177 6410938	
	Dietmar Penkert 089 74442429	
Fr. 18:30-19:30	lfd. Kurse/Fortbildung	GS Ballettsaal
Mehr Informationen	http://www.karate-taichi.de	

Qi Gong

Abteilungsbeitrag	€ 9,00	
Übungsleiterin	Sabine Schratzenstaller	
Ansprechpartner	sabine.schratzenstaller@tsv-gruenwald.de	
Mo. 09:45-10:45	Erwachsene	GS Ballettsaal

Fechten

Abteilungsbeitrag	€ 15,00	
Abteilungsleiter	Thorsten Brandt	
	t.brandt@fechten.org	
Di. 18:30-20:30	Fortgeschrittene	GFZP
Mi. 17:00-20:30	Fortgeschrittene/Aktive	GFZP
Do.17:30-19:00	Individualtraining	GFZP
Fr. 15:30-17:30	Anfänger	GFZP

Fußball

Abteilungsbeitrag	Aktive €15,00	Zwerge €25,90
Abteilungsleiter	Paul Seidl	089 6414165
Jugendleiter	Kristijan Prosevc	0174 3459825
	kristijan.prosevc@tsv-gruenwald.de	
Passwesen	Mike Zschäbitz	0151 11969390
Kleinfeldkoordinator	Martin Minks	0176 63824235
Großfeldkoordinator	Kai Schneider	0176 19972921
A-Junioren Jg. 96/97	Stefan Jergus	0171 5237799
B1-Junioren Jg. 98/99	Stefan Greiner	0172 8555805
C1-Junioren Jg.00	Matias Blasenbrenn	0179 7650325
D1-Junioren Jg.02	Jakob Nußberger	0152 56338862
E1-Junioren Jg.04	Franz Bauer	0179 2958990
F1-Junioren Jg.06	Stefan Enax	0176 35730171
Mädchen	Manuel Hofmann	0172 3639548
Zwerge	Kai Oswald	0151 40435930

Gymnastik

Abteilungsleiter	Irmgard Pempel	089 6414706
Übungsleiterin	Christina Birkenholz	089 6414108
	Sabine Schratzenstaller	
	Renate Gnensch	0151 19120085
	Ilona Ziolkowski-Möhl	0897593797
Mo.19:00-20:15	Gym Fit	Dreifachhalle
Di. 9:30-10:30	Allerlei v. Kopf b.Fuß	GFZP Spielhalle
Mi. 9:30-10:30	Fitness für Jedermann	Dreifachhalle
19:00-20:15	Fit bis ins hohe Alter	GFZP Spielhalle
Do. 9:00-10:00	60 Plus Fit in den Tag	Dreifachhalle
15:00-16:00	Seniorengymnastik	GS Gym.-Raum
16:00-17:00	Ausgleichsgymnastik	GS Gym.-Raum
Fr. 9:00-10:00	Fitness für Jedermann	Dreifachhalle

Hockey

Sonderbeitrag	Kinder (unter 17 J.) € 28,00	
	Jugendliche (ab 17J.) € 20,00	
	Erwachsene € 10,00	
Abteilungsleitung	Michael Bork	089 7931306
Sportwart	Richard Laeverenz	089 6417325
Jugendwart	Sebastian Schober (w)	0172 6092077
	Matthias Schott (m)	0172 9500636

Aufgrund der Feld- und Hallensaison variieren die Trainingszeiten. Bitte erfragen Sie telefonisch die Trainingszeiten oder schauen Sie im Internet unter www.gruenwald-hockey.de