



DEIN VEREIN

ANGEBOTE & WERTE



HANDBALLTISCHTENNISLEICHTATHLETHIKKAMPFSPOKTURNENBASKETBALLVOLLEYBALLSTOCKSCHÜTZEN

UNSER VEREIN

TSV ISMANING

LIEBE*R SPORTFREUND*IN,

wir freuen uns, Dir mit dieser Broschüre unser Angebot, unsere Events und unsere Werte vorzustellen. Du kannst Dir auf den folgenden Seiten von unserem Leitbild und von unseren acht Abteilungen einen tollen Eindruck verschaffen. Zusätzlich findest Du die richtigen Ansprechpartner*innen und weitere Infos zu den Abteilungen. Viel Spaß beim Lesen, wir freuen uns Dich kennenzulernen – sei es als Sportler*in, neuer Helfer*in, Trainer*in oder Fan. Willkommen in der Familie des TSV Ismaning!

Die goldenen Werte des Vereins

In jeder Wettkampfstätte des TSV befindet sich unser Werte-Banner. Wir richten mehrmals im Jahr Werte-Workshops aus und unsere Trainer*innen behandeln unser Leitbild nachhaltig und altersgerecht in den Übungsstunden des TSV. Wir versuchen so Klein und Groß unsere Werte zu vermitteln und neben der sportlichen Ausbildung auch unserem sozialen Auftrag best-möglich gerecht zu werden.

Mach doch mit!

Wenn Du mitmachen willst, sprich uns gerne an! Egal ob als Sportler*in oder Helfer*in, als Trainer*in, Schiedsrichter*in oder in der Organisation – wir brauchen Deine Unterstützung! Wir freuen uns Dich kennenzulernen.

UNSERE WERTE

VERANTWORTUNG

Wir setzen uns keine Grenzen, aber klare Regeln und helfen uns gegenseitig!

RESPEKT

Wir behandeln unser Umfeld, wie wir selbst behandelt werden wollen!

FAIRNESS

Wir wollen Erfolg, aber nicht um jeden Preis!

TOLERANZ

Willkommen sind alle, die unsere Werte leben und weitergeben!

GEMEINSCHAFT

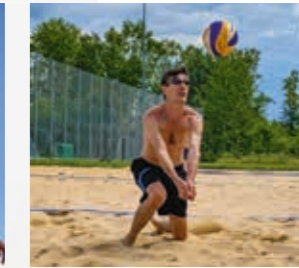
Wir sind ein Team und halten zusammen!

Abteilung VOLLEYBALL

Die Abteilung Volleyball besteht aktuell aus einer Erwachsenen-Mixed-Mannschaft. In der Freizeitliga Oberbayern Ost wurden zuletzt 2 Aufstiege in Folge und damit der Durchmarsch von der 3. in die 1. Liga gefeiert.

Neben dem sportlichen Erfolg steht vor allem der Spaß im Vordergrund. Bei sommerlichen Temperaturen verlegen wir das Training gern auf den Beachvolleyballplatz. Seit einigen Jahren wird auch ein Beachvolleyball-Turnier organisiert und macht allen Teilnehmern immer viel Freude.

Darüber hinaus wollen wir auch im Jugendbereich wieder aktiv werden. Probier's aus. Wir freuen uns.



Trainingszeiten:

Freitag 18:30 - 20:30Uhr

Ort:

Realschule, An der Torfbahn 5

Kontakt:

volleyball@tsv-ismaning.de



Abteilung

TISCHTENNIS

Wer Ping sagt, muss auch Pong sagen!

Wir spielen mit 4 Erwachsenenmannschaften und 2 Jugendmannschaften in verschiedenen Bezirksklassen im Bezirk Oberbayern-Nord.

Und egal ob Anfänger*in, Fortgeschrittene*r oder Pro – die Tischtennisabteilung des TSV Ismaning freut sich auf euch.



Jugendtraining:

Dienstag und Donnerstag 18:00 – 19:30 Uhr

Erwachsenentraining:

Dienstag und Donnerstag 19:30 – 22:00 Uhr

Ort: Osterfeldhalle, Oskar-Messter-Straße 2

Kontakt: markus.kaplan@tsv-ismaning.de



WARUM DU UNBEDINGT TISCHTENNIS SPIELEN SOLLTEST:

TISCHTENNIS KANN JEDER

Es ist ein Sport für Körper und Geist. Und somit ein Sport für jeden, ob jung oder alt, klein oder groß, dick oder dünn – egal. Es gibt kaum körperliche oder altersbedingte Einschränkungen. Tischtennis bringt jeden mit Spaß an seine ganz individuelle Leistungsgrenze.

TISCHTENNIS IST GESUND

Kaum ein Sport verursacht so wenig Verletzungen im Amateurbereich wie Tischtennis. Zudem gilt er in Deutschland als Gesundheitssport. Dieser Titel wurde dem Sport nach einer Studie der Uni Magdeburg verliehen. Die Forscher*innen belegten in der Studie eine positive Wirkung auf das Herz-Kreislaufsystem.

TISCHTENNIS MACHT SCHLAU

Jugendliche, die regelmäßig Tischtennis spielen, haben bessere Schulnoten. So das Ergebnis einer Studie des Zentrums für Gesundheit der Deutschen Sporthochschule Köln. Grundsätzlich führt regelmäßige Bewegung zu einem 0,5 Punkte besseren Notendurchschnitt. Angeführt wird die Liste von Kindern und Jugendlichen die Tischtennis spielen. Sie teilen sich mit Turnern einen Gesamtdurchschnitt von 2,0 Punkten.

TISCHTENNIS – SCHNELLER GEHT'S NICHT

Zumindest unter den Rückschlagsportarten. Zuweilen erreichen Profispieler*innen mit dem Ball Geschwindigkeiten bis zu 180 km/h. Das ist absolute Spitze und sogar schneller als Badminton.

Probier's aus!

Abteilung

BASKETBALL



Unsere Basketballabteilung kann auf eine lange Geschichte beim TSV Ismaning zurückblicken. Wir bieten in allen Altersgruppen sowohl für Mädchen als auch für Jungs Training auf unterschiedlichem Niveau an. Unsere Kleinsten starten spielerisch, mit kleinem Ball und auf niedrigere Körbe. In mehreren Altersklassen haben wir zwei Teams, um sowohl Spaß zu gewährleisten als auch Ehrgeiz zu wecken.

Insgesamt haben wir zurzeit neun Jugendteams, eine Damen- und drei Herrenmannschaften. Rund 120 Jugendliche und 80 Erwachsene spielen bei uns in 12 Mannschaften Basketball. 18 Trainer*innen sichern ein abwechslungsreiches Training, bei dem vor allem der Spaß in Vordergrund steht.

Wir freuen uns über alle, die Basketball gerne mal ausprobieren möchten und laden Euch herzlich ein, einfach mitzumachen.



Abteilungsleitung:

Maren Kelp, Tel. 0179/5090322

Ort:

Realschule, An der Torfbahn 5

Kontakt:

basketball@tsv-ismaning.de



Folgt uns auch auf
Facebook & Instagram

@basketballismaning



Abteilung TURNEN

Die Turnabteilung mit ihren ca. 650 Mitgliedern bietet ein vielseitiges, abwechslungsreiches und qualifiziertes Bewegungsprogramm für Jung und Alt.

Die Abteilung Turnen gliedert sich in vier Bereiche:

Kinderturnen

(ab ca. 1,5 Jahren bis zur 4. Klasse Grundschule)

Wir vermitteln Bewegungserfahrung, körperliche sowie geistige Fähigkeiten, Fantasie und Kreativität, aber auch soziale Kompetenz mit Hilfe von Alltagsmaterialien, Klein- sowie Großgeräten.



Geräteturnen weiblich und männlich (ab 1. Klasse und aufwärts)

In diesem Sektor wird ein höheres Trainings- und Leistungsziel angesetzt. Ziel ist es, an Turngeräten Übungen nach vorgegebenen Kriterien (Technik und Haltung) in verschiedenen Verbindungen auszuführen. Durch Fleiß, Disziplin und Hilfsbereitschaft entwickeln die Kinder Selbstbewusstsein und stärken ihre Charaktereigenschaften.

Hip-Hop (ab Vorschule bzw. 1. Klasse und aufwärts)

Hip-Hop ist ein Mannschaftssport. Hier zählt der Zusammenhalt der Gruppe, das gemeinsame Erarbeiten von Choreografien, die gegenseitige Unterstützung und der Teamgeist. Jeder hat eine Verantwortung für die Gruppe, aber auch für sich selbst, die Choreografien zu trainieren, regelmäßig am Training teilzunehmen und über sich hinauszuwachsen.

Group Fitness

Diese Stunden sind für die breite Allgemeinheit. Wir haben pfiffige, powerreiche und gesundheitsorientierte Stunden. Wir fördern Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer, Koordination, Sensomotorik und Entspannung.

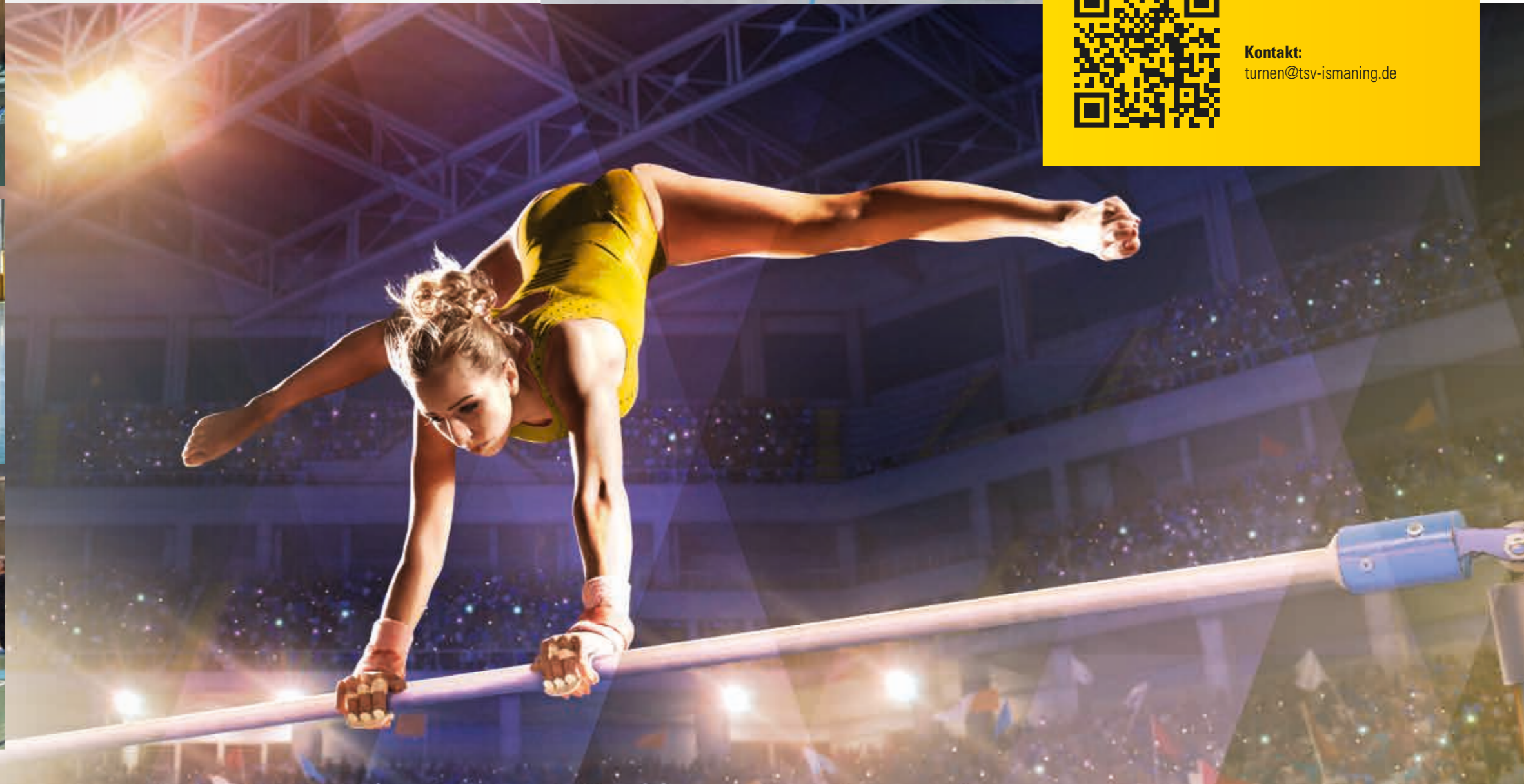


Zusätzlich bieten wir ein Kursangebot – auch für Nichtmitglieder – an: **OutdoorFitness – Das Training** ist eine Kombination aus Kraft- und Ausdauertraining mit Kleingeräten und kann sowohl für Anfänger/innen, als auch für Fortgeschrittene angepasst werden. Und sogar bei „schlechtem Wetter“ macht Sport an der frischen Luft unglaublichen Spaß!

Auch außerhalb der regulären Sportstunden sind unsere Gruppen aktiv. Wir unterstützen die traditionellen Veranstaltungen der Gemeinde wie den Volksfesteinzug und den Volkstrauertag. Wir organisieren und nehmen an Veranstaltungen (Circus Krone, Skyline Park, Auftritte an Faschingsfeiern und Sommerfesten) teil. Manche Gruppen pflegen zusätzlich auch das gesellige Beisammensein.



Kontakt:
turnen@tsv-ismaning.de



Abteilung

LEICHTATHLETIK

Warum nicht mal zur Leichtathletik?

Der TSV Ismaning bietet in seiner Leichtathletik-Abteilung Sport als sinnvolle Freizeitgestaltung für alle Kinder und Jugendlichen ab 6 Jahren an.

Spiel und Spaß stehen genauso im Vordergrund wie die Weiterbildung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten. Ausgebildete und motivierte Übungsleiter*innen stellen nicht nur die leichtathletischen Fähigkeiten und Disziplinen in den Vordergrund, sondern steigern auch das allgemeine sportmotorische Grundniveau. Das Training in der Gruppe fördert den Teamgeist.

Bei den Erwachsenen beschränkt sich das Training fast ausschließlich aufs Laufen. Egal ob 800 m Sprints, klassische 10 km Läufe, Marathons oder Berg- und Trail-Läufe.

Außerdem gibt's natürlich ein (wirklich anstrengendes) Rumpf-Training, welches für fast jede Sportart Grundvoraussetzung für gute und stabile Leistungen ist. Zweimal wöchentlich gibt es einen Lauftreff.



Die Ismaninger Winterlaufserie hat sich in den letzten 29 Jahren zu einem festen Bestandteil der Laufszenen im Süddeutschen Raum entwickelt und zählt auch zu den größten Winterlaufserien in Deutschland. Die familiäre Atmosphäre, welche trotz der durchschnittlich 1000 Teilnehmer pro Lauf immer noch vorhanden ist, wird von allen Teilnehmern sehr geschätzt.

Die Trainingszeiten der einzelnen Gruppen sind auf der Homepage ersichtlich.



Kontakt:

Abteilungsleiter: Florian Steyer
florian.steyer@tsv-ismaning.de

Jugendleiter: Manfred Holzmer

Unsere Trainingsorte:

Sommer: Sportpark Ismaning
Winter: Realschulturnhalle, Osterfeldhalle,
Turnhalle am Kirchplatz



Folgt uns auch auf Instagram
@tsv_ismaning_leichtathletik

Abteilung STOCK SCHIESSEN

Unser Sport ist so interessant, da er von Schülern, wie auch älteren Leuten (unserer ältestes Mitglied ist 91) gespielt werden kann. Wir sind eine lustige Truppe von 37 Mitgliedern.

Unsere Jugend zeigte bereits einige Erfolge, sie wurde Deutscher Meister, sowohl in der Mannschaft als auch im Einzelwettkampf.

Die Damen spielten bereits in der 1. Bundesliga, derzeit schießen sie im Winter in der Bayernliga und im Sommer in der Landesliga und Bezirksoberliga.

Unsere Herren sind ebenfalls sehr erfolgreich, sie spielten bereits in der 2. Bundesliga. Derzeit findet man sie in der Bayernliga und Bezirksliga.



Wir betreiben unseren Sport in der Stocksporthalle im Sportpark. Wir haben zwei Herren-, zwei Damen-, drei Mixed- und eine Jugendmannschaft.

Wir freuen uns immer über neue, nette Leute. Hast du Lust, dann komm einfach mal vorbei!

Trainingszeiten:

Donnerstag 18:30 - 20:30 Uhr

Ort:

Stocksporthalle im Sportpark

Kontakt:

claudia.bruse@tsv-ismaning.de



Abteilung HANDBALL



Die „Isar Devils“, der Spitzname der Handballer, bieten ein vielfältiges Programm. Ab 2,5 Jahren geht's in den „Bewegungsteufeln“ mit einer Bewegungs- und Ballschule nach Vorbild der Heidelberger-Ballschule los.

Im Kinderbereich ab 5 Jahren vermitteln wir eine umfassende, motorische Grundausbildung. Step by Step wird's dann immer handballspezifischer. Am Ende stehen unsere Seniorenteams, wo die ersten Mannschaften in der Bayernliga/Landesliga aktiv sind. Wir stehen für eine Philosophie, jugendliche Talente bestmöglich zu fördern. Dazu haben wir alle Mannschaften meist doppelt besetzt.

Wir haben mehrmals renommierte Auszeichnungen und Preise unseres Verbands für unsere Jugendarbeit und Wertevermittlung bekommen. Vom Deutschen Handball Bund (DHB) wurden wir für ausgezeichnete Jugendarbeit als erster Verein Bayerns zertifiziert.

Rund 430 Jugendliche treiben bei uns in 24 Mannschaften Sport, 48 Trainer, davon 33 mit Lizenz sichern eine qualitativ hochwertige Ausbildung. Seit 2021 können wir unseren Sport in der neuen Halle im Sportpark, der „Isarena“ ausüben.

Im Sommer gehen wir in den Sand, dem „Isarbeach“ im Sportpark Ismaning. Beachhandball ist fester Bestandteil unserer Vereinsphilosophie. Wir organisieren im Juli seit 2002 die drei größten Beachhandballevents in Bayern und haben dabei nicht nur viel Spaß, sondern sind auch mehrmaliger deutscher Meister im Beachhandball geworden.

Unsere Abteilung wächst gerade über diese Events eng zusammen, man hilft, man grüßt und man kennt sich – und natürlich feiern wir auch mal gerne zusammen und bleiben nach unserem Sport gemeinsam sitzen. Wir schätzen unsere Gemeinschaft und freuen uns, wenn du dabei sein willst!



Kontakt:

Kinderbereich:

Sabine Novakovic
kinder-handball@tsv-ismaning.de

Jugend - und sportl. Leitung:

Antje Perse & Elke Haeffner
sport-handball@tsv-ismaning.de

Sponsoring und Marketing:

Franz Deimel
sponsoring-handball@tsv-ismaning.de

gs-handball@tsv-ismaning.de
www.handballismaning.de



Folgt uns auch auf
Facebook & Instagram
@handballismaning



Abteilung

KAMPFSPORT



Kampfsport! Ein Wort, viele Klischees.

Wir tun alles, um nicht diesen Klischees zu entsprechen. Kampfsport ist mehr als nur zwei Kämpfende in einem Ring. Das Wichtigste in unserem Sport ist Kontrolle.

Kontrolle über den eigenen Körper und über das eigene Verhalten! Wir wollen ein Bewusstsein dafür schaffen, was es bedeutet, Kampfsport zu betreiben und einen verantwortungsvollen Umgang mit den eigenen Fähigkeiten vermitteln.

Unser Ziel ist es, Kampfsport in die breite Masse zu bringen und die Freude an dieser Sportart weiter zu geben.

Wir sind eine kleine Abteilung mit rund 100 Mitgliedern und 5 Trainern, hoffen aber unsere Kampfsport-Familie weiter ausbauen zu können.

Kinder ab 5 Jahren führen wir langsam an den Kampfsport heran. Der Hauptfokus liegt hierbei auf Spaß an der Bewegung, Spaß am Sport und Spaß an der Gemeinschaft. Durch Kampfsport-spezifische Inhalte bauen Kinder ihre motorischen Grundfähigkeiten aus und lernen sich zu behaupten. Zusätzlich fördert der Kampfsport die Entwicklung eines stärkeren Selbstbewusstseins.

Ab 12 Jahren rückt Kickboxen in den Mittelpunkt. Neben Schlag- und Tritttechniken an Polster und Boxsack trainieren wir auch taktisches Vorgehen und defensives Bewegen. Wer möchte, kann sein Können beim Sparring austesten oder auf Wettkämpfen mit anderen Kickboxern vergleichen.

„Alles kann, nichts muss“ ist hierbei unser Motto: auch wer einfach nur aus Spaß am Kickboxen kommt, ist herzlich willkommen!

Kickboxen hat keine Altersgrenze: Neues lernen und über sich hinauswachsen kann bei uns jeder! Wenn Du Lust hast, Teil unserer Kampfsport-Familie zu werden, melde Dich bei uns!

Abteilungsleiter
Matthias Krismer

Kontakt:
matthias.krismer@tsv-ismaning.de
Tel.: 01515/3672379



GUTSCHEIN
3x GRATIS Training

1 Monat gratis Training bei Abschluss einer Mitgliedschaft am ersten Trainingstag!

clever fit
Für Dich das Beste.

clever fit Ismaning
Oskar-Messter Str. 25, 85797 Ismaning
Tel. 089 - 37943404

clever-fit.com


Apotheke
Dr. Aurnhammer



**Wir sind in allen Gesundheitsfragen
 immer für Euch da!**



Apotheke Dr. Aurnhammer
 Bahnhofstraße 26 · 85737 Ismaning
 Tel: 089 - 96 86 88 · info@apotheke-ismaning.de

www.apotheke-ismaning.de

vrbank-ihn.de
 0 89 86095-0
 info@vrbank-ihn.de



**Engagement
 zeigen**

**Morgen
 kann kommen.**
Mit unserem dem Vöng Bank

Gemeinsam mehr erreichen
 Wir als regional verwurzelte
 Genossenschaftsbank fühlen uns mit
 unserer Heimat verbunden. Seit
 Jahrzehnten fördern wir mit großem
 Einsatz kulturelle, sportliche und
 soziale Vereine und Institutionen in
 unserer Region.



VR-Bank Ismaning
Hallbergmoos Neufahrn eG 

 **Wasser**
Strom
Erdgas
Wärme

*Alles aus
 einer Hand!*

