

29.09.2022

TV PLANEGG-KRAILLING E.V.



TV NEWS #27

9 ABTEILUNGEN, 1 VEREIN
WIR HALTEN EUCH AUF DEM LAUFENDEN

ENERGIE SPAREN: WIR BITTEN UM EURE MITHILFE!

Liebe Mitglieder,

die Energiekrise - mit ihren nicht vorherhersehbaren steigenden Kosten für Gas und Strom - betrifft leider auch unseren Verein. Um den Verbrauch und die Kosten so gering wie möglich zu halten, **benötigen wir die Mithilfe aller Mitglieder:**

- **Nutzt bitte das Licht in den Hallen/ Umkleiden nur, wenn es dringend notwendig ist**
- **Achtet darauf, dass Türen und Fenster geschlossen bleiben, um keine warme Luft nach außen fließen zu lassen**
- **Vor und nach den Stunden bitte stoß lüften und während des Trainingsbetriebs die Fenster geschlossen halten**
- **Die Nutzung der Duschen auf das Mindeste zu reduzieren**



Bitte geht alle mit offenen Augen durch das Gelände, um nicht-notwendiges Licht abzuschalten oder offene Fenster/Türen zu schließen.

Vielen Dank!

AIKIDO/KARATE - HOCKEY - LEICHTATHLETIK - RADSPORT -
TAEKWONDO - TENNIS - TRIATHLON - TURNEN - (BEACH)VOLLEYBALL

TV-PLANEGG-KRAILLING.DE

TRAINER/HELPER (M/W/D) FÜR UNSERE LEICHTATHLETIK-KINDER 6-8 JAHRE GESUCHT

In dieser Trainingsgruppe werden die Mädchen und Buben spielerisch an die Grundlagen der Leichtathletik herangeführt: Laufen, Werfen und Springen – und damit wird auch die Basis für fast alle Sportarten gelegt.

Anna, unsere langjährige Trainerin dieser Gruppe, ist in ihre Heimat zurückgekehrt. Deshalb sind jetzt Bärbel und Alex alleine für das Leichtathletik-Training unserer 6 bis 8-jährigen Kinder verantwortlich.

Jeden Dienstag in der Schulzeit von 16:00 bis 17:00 Uhr kümmern sie sich um eine lebendige Gruppe, im Sommer im Freien auf dem Platz des TV, im Winter oder bei schlechten Wetter in der TV-Halle.

Wir suchen dringend in der Nachfolge für Anna eine dritte Person als TrainerIn oder HelferIn, der/die mit Kindern arbeiten will.



Gerne schon erfahrene TrainerInnen, aber auch Mütter oder Väter, die sportlich interessiert sind, als HelferIn, sie arbeiten wir gerne ein.

Ideal ist diese Aufgabe für **künftige oder aktuelle Lehramtskandidaten**, für die sich hier eine tolle Erfahrung im Umgang mit Kindern bietet und die zusätzliche Möglichkeit auf diese Weise einen Trainer-Schein zu erwerben – unterstützt vom TV.

Und ein kleines Honorar für jede Stunde gibt es natürlich auch.

Da bei jedem Training immer nur zwei Verantwortliche da sind, biete eine dritte verantwortliche Person die Möglichkeit der Absprache, wer jeweils am nächsten Dienstag beim Training dabei ist.

„Zwei aus drei“, das hat bisher bestens funktioniert.

Damit wird für alle drei auch ein persönlicher Freiraum zum Dienstag-Training geschaffen.



Wer ist interessiert?

Meldungen, Anfragen, weitere Erklärungen
bei Michael Fuchs, Abteilungsleiter Leichtathletik im TV.

**Kontakt: 089/ 8599517 oder
michael@fuchs-planegg.de**

oder auch über die Geschäftsstelle des TV.

Wir von der Leichtathletik-Abteilung
freuen uns über jede Anfrage!





ERFOLGE BEI DEN BAYRISCHEN UND DEUTSCHEN LEICHTATHLETIKMEISTERSCHAFTEN DER SENIOREN

„No sports“ oder „Sport ist Mord

--> wir wissen, dass das nicht stimmt!

Einen weiteren Beweis dafür hat unsere **Senioren-Sportlerin Irene aus der Sportabzeichengruppe des TV** erbracht.

Als „Spätberufene“ hat sie im Alter von 57 Jahren vor 3 Jahren im Rahmen des Trainings für das Deutsche Sportabzeichen ihre Leidenschaft für die leichtathletischen Wurfdisziplinen entdeckt: Kugel, Diskus und Speer.

Zusätzlich zum Training in unserer Gruppe hat sie sich einer professionellen Trainingsgruppe von Almut Brömmel in Augsburg angeschlossen - Olympiateilnehmerin 1956 und 1960 und mehrfache deutsche Meisterin im Speerwurf des TSV 1860 München - für 60'er-Fans: damals war 1860 führend in der deutschen Leichtathletik!

Dieses konsequente Training hat für Irene Früchte getragen und die Freude am Wettkampf geweckt.

Nach ersten Erfolgen 2020 und 2021 hat Irene heuer beachtliche Platzierungen erreichen können:

Bei den **Bayrische Seniorenmeisterschaften** errang Irene **drei Vizemeister-Titel mit der Kugel, dem Diskus und dem Speer** und einen guten **4. Platz mit dem Hammer**.

Damit **qualifizierte** sie sich für die **Deutschen Seniorenmeisterschaften am 17./18.9.2022 in Erding**.
Gegen starke Konkurrenz konnte sie hier **2 Stockerplätze** erringen:

3. Platz mit der Kugel (8,43m)
3. Platz mit dem Speer (20,98m, oberbayerischer Rekord)

Abgerundet wurden diese Erfolge mit dem Vizemeistertitel bei den Bayrischen Werfer Mehrkampfmeisterschaften (ein Fünfkampf mit Speer, Diskus, Kugel, Hammer und Gewicht).

Es versteht sich von selbst, dass Irene im TV heuer bereits in Folge das 6. Deutsche Sportabzeichen in Gold errungen hat.



Wir von der Leichtathletikabteilung des TV und besonders von der Sportabzeichengruppe sind stolz auf Irene und gratulieren ganz herzlich zu diesen großartigen Erfolgen.

CONGRATULATIONS



AIKIDO/KARATE - HOCKEY - LEICHTATHLETIK - RADSPORT -
TAEKWONDO - TENNIS - TRIATHLON - TURNEN - (BEACH)VOLLEYBALL

TV-PLANEGG-KRAILLING.DE

**Sonntag
Special**

9. Oktober



**Dance Workshop für Teens*
ab 7 Jahre
mit Maria**

16:00 - 17:30 Uhr



**Workout - Tabata*
mit Latifa**

Figurtraining, mit Spaß und Ausdauer

16:30 - 17:30 Uhr



**Line Dance*
mit Ute**

17:00 - 18:00 Uhr

Preis pro Special:
Mitglieder 5 €; Gäste 12 €

**Anmeldung unter utef-tv-pl-krailling@outlook.de
www.tv-planegg-krailling.de**

WIR SUCHEN DICH

**Kursleiter*in
für
Donnerstag
18 Uhr Modern Dance
19 Uhr Hip Hop**

am Sportplatz 1, 82152 Krailling

Melde dich gerne
unter 0157-36638258
oder utef-tv-pl-krailling@outlook.de



NEUES SPORT ANGEBOT
FÜR KINDER 6-10 JAHRE

LAUFSCHULE, KOORDINATION & SPIEL

Donnerstags, 16:00-17:00 Uhr
TV Halle 1

Komm einfach vorbei,
Christine und die Triathlon Abteilung
freuen sich auf dich!



AIKIDO/KARATE - HOCKEY - LEICHTATHLETIK - RADSPORT -
TAEKWONDO - TENNIS - TRIATHLON - TURNEN - (BEACH)VOLLEYBALL

TV-PLANEGG-KRAILLING.DE

Ziel ist der gemeinsame Spaß am Sport! Es sollen spielerisch Grundlagen in den drei Teildisziplinen des Triathlons gelegt werden (mit dem Schwerpunkt auf der Ausbildung der koordinativen Fähigkeiten, sauberer Technik und guter Grundschnelligkeit) ohne mit großem Leistungsdruck kleine "Ironzwerge" zu züchten.

Voraussetzungen: müssen nicht viele erfüllt sein. Die Kinder sollten allerdings schon sicher schwimmen können (egal welche Lage) und ein Fahrrad (egal welches, am Besten jedoch ein Mountainbike, auf dem sie sich wohl fühlen) mit Helm, ein paar Lafschuhe, Badeanzug und Schwimmbrille haben. Für das Landtraining selbst müssen die Kinder natürlich keine Schwimm-Voraussetzungen erfüllen!

Alter: ab ca 5/6 Jahren - wer Lust hat, ist willkommen und kann jederzeit mal vorbeikommen!
Ideal wären sportbegeisterte Kinder mit Schwimmerfahrung.

Veranstaltungen: Wir wollen gemeinsam auch mal was Nettes unternehmen, Ausflüge bzw. den ein oder anderen Wettkampf.

Trainingszeiten:

- Lauftraining / Hallentraining (Winter)
- Outdoortraining / Lauftraining / Radtraining SCHÜLER (Sommer)
- Donnerstag 16:00- 17:00 (Halle 1, bzw. draußen)

Schwimmtraining:

- Daran wird gerade gearbeitet.
- Mindestvoraussetzung Seepferdchen und sicheres Schwimmen.

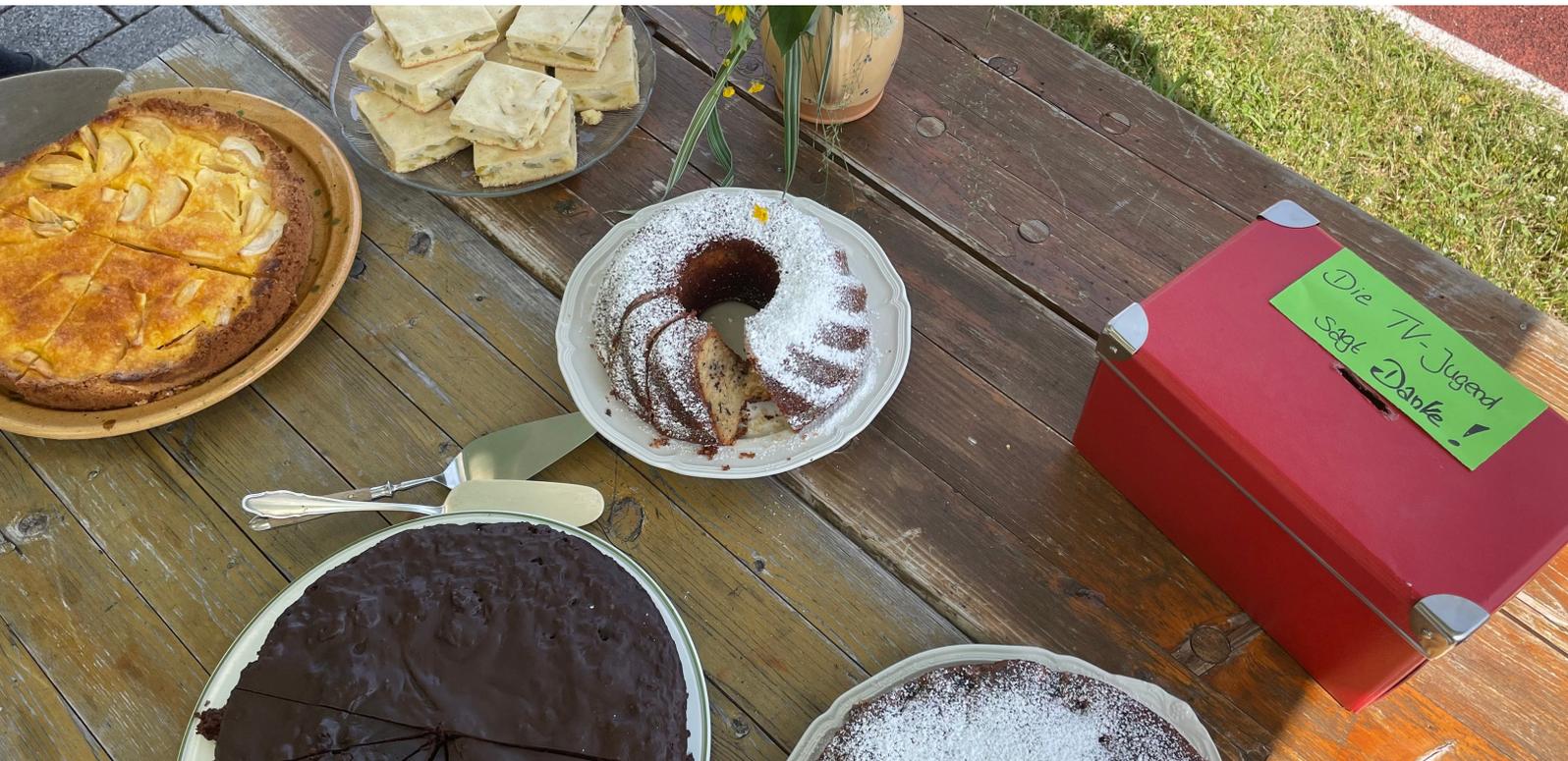
Während der Ferien findet das Training nur nach vorheriger Absprache statt.



AIKIDO/KARATE - HOCKEY - LEICHTATHLETIK - RADSPORT -
TAEKWONDO - TENNIS - TRIATHLON - TURNEN - (BEACH)VOLLEYBALL

TV-PLANEGG-KRAILLING.DE

TV-CAFÉ



TV-CAFÉ



Da unser Senioren Café gut angenommen wird,
öffnen wir ab Oktober die Türen für alle.
Jede und jeder ist willkommen -
unsere Senioren, Mamas & Papas, die auf ihre Kinder warten,
TV Mitglieder und Nicht-Mitglieder.
Die Kuchenauswahl wird jedem gefallen, da sind wir uns sicher!

Kaffee, Tee & Kuchen*

Dienstag, 25. Oktober
Dienstag, 22. November

von 15 - 17 Uhr



bei schönem Wetter vor dem TV Vereinsheim
bei schlechtem Wetter in der ehemaligen Gaststätte

Wir freuen uns auf eine gesellige Runde.

Es ist keine Voranmeldung notwendig.

Kein TV Mitglied?

Überhaupt kein Problem, bei uns sind alle willkommen!

*auf freiwilliger Spendenbasis - zugunsten der TV Jugend

AIKIDO/KARATE - HOCKEY - LEICHTATHLETIK - RADSPORT -
TAEKWONDO - TENNIS - TRIATHLON - TURNEN - (BEACH)VOLLEYBALL

TV-PLANEGG-KRAILLING.DE

SPIELBERICHT 2. BUNDESLIGA VOLLEYBALL DAMEN



Arbeitssieg in Freisen

Dank einer geschlossenen Teamleistung am Samstagabend konnten die Planeggerinnen mit zwei hart erarbeiteten Punkten im Gepäck die Heimreise aus dem Saarland antreten.

Zu Beginn des Matches war ein Abtasten beider Mannschaften zu beobachten und das Spiel war bis zur zweiten technischen Auszeit relativ ausgeglichen. Bis Kim-Marie Schwan den SSC Freisen mit einer Aufschlagserie zum Satzball führte und der erste Satz schließlich mit 25:19 an die Freisenerinnen ging.

Im zweiten Satz berappelten sich die Mädels vom TVPK schnell wieder und das Spiel gewann an Qualität, wobei sich kein Team deutlich absetzen konnte. Zum Schluss konnte der TV Planegg-Krailling, mit Lucia Kaisers druckvollen Aufschlägen, den Satz auf ihr Konto verbuchen.

Der dritte Durchgang ging ausgeglichen weiter, wobei die Mädels vom TVPK stets einem kleinen Rückstand hinterherlief. In der hart umkämpften Schlussphase des Satzes konnten sich die Bayern bis zum 24 beide herankämpfen, gaben den Satz jedoch mit 26:24 an den SSC Freisen ab.



Im vierten Satz konnten die Planeggerinnen erstmals zeigen, wo es diese Saison spielerisch hingehen kann, wenn sie die im Training erarbeiteten Elemente konstant auf das Feld bringen. Dementsprechend deutlich ging der Satz mit 25:14 an Planegg-Krailling.

In der Verlängerung erholten sich die Freisenerinnen schnell vom vierten Satz und fanden wieder besser ins Spiel. Die Mädels aus Planegg-Krailling konnten sich mehrmals leicht absetzen, gaben den Vorsprung jedoch immer wieder aus der Hand. Der letzte Ballwechsel war sinnbildlich für die Schlussphase des Spiels: Hart umkämpft mit dem glücklicheren Ende für den TV Planegg-Krailling.

Als Wertvollste Spielerin wurde Tatjana Palamarenko auf der Seite des SSC Freisen ausgezeichnet. Lucia Kaiser wurde für ihr hervorragendes Spiel für den TV Planegg-Krailling mit der goldenen MVP-Medaille ausgezeichnet.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass am Samstagabend ein spannendes Spiel auf teilweise hohem Niveau beider Teams gezeigt wurde. Die Planeggerinnen werden im Training jedoch weiter hart dafür arbeiten, um in Zukunft auch an den Spieltagen konstanter in jedem Element zu spielen. Der Sieg war letzten Endes das hart erarbeitete Resultat einer geschlossenen Teamleistung.





SPIELPLAN 2.BUNDESLIGA VOLLEYBALL DAMEN

HEIMSPIEL am 1.Oktober!

Sa, 01.10.22 19:00	6015	3	🏠	Planegg-Krailling	Dingolfing	Feodor-Lynen-Gymnasium	i
Sa, 08.10.22 19:00	6003	1	🏠	Planegg-Krailling	Lohhof	Feodor-Lynen-Gymnasium	i
Sa, 15.10.22 16:00	6137	23		VCO Dresden	Planegg-Krailling	Schulsporthalle des Sportschulzentrum	i
So, 16.10.22 16:00	6024	4		Grimma	Planegg-Krailling	Muldentalhalle	i
Sa, 29.10.22 19:00	6027	5	🏠	Planegg-Krailling	Wiesbaden II	Feodor-Lynen-Gymnasium	i
So, 13.11.22 16:00	6034	6		Unterhaching	Planegg-Krailling	Bayernwerk Sportarena	i
Sa, 19.11.22 15:00	6037	7		Vilsbiburg II	Planegg-Krailling	Ballsporthalle Vilsbiburg	i
Sa, 26.11.22 19:00	6045	8	🏠	Planegg-Krailling	Bad Soden	Feodor-Lynen-Gymnasium	i

Die Mannschaft freut sich auf zahlreiche Zuschauer und Zuschauerinnen.



AMAZON SMILE

amazonsmile

Amazon Smile + Dein Einkauf = Unterstützung des Vereins

0,5%

deines Einkaufs spendet amazon an unseren Verein.

Wenn ihr bei smile.amazon.de einkauft, unterstützt Amazon den TV mit 0,5% der Einkaufssumme, ohne jegliche Kosten für den Käufer.

So gehts: Statt Amazon.de, smile.amazon.de öffnen und als unterstützende Organisation TV Planegg Krailling auswählen.

Unterstützt wird: TV Planegg K... | Coupons | Gratis-Versand | Gutscheine | Amazon Basics | Drogerie & Körperpflege | Erneut kaufen | FC Chelsea vs OSC Lille

Ihre AmazonSmile-Übersicht

Jeder Cent zählt

Wenn Millionen von Menschen über AmazonSmile einkaufen, kommen schnell große Summen zusammen.

Bitte beachten Sie: Die Aktualisierung mit zusätzlichen Beträgen, welche durch Sonderaktionen von AmazonSmile generiert wurden, kann mehrere Monate dauern.



Sie haben noch kein Guthaben generiert.

[Wie Sie AmazonSmile-Guthaben generieren können](#)

0,00 €

Stichtag: 21. Februar 2022



Aktuell gewählte Organisation
TV Planegg Krailling e.V.
hat erhalten



Sobald Sie diese Organisation einmal mit einem Einkauf unterstützt haben sehen Sie hier den Gesamtbetrag, welchen AmazonSmile der Organisation bisher ausgezahlt hat.

Aktuell gewählte Organisation

[Eine andere Organisation wählen](#)

TV Planegg Krailling e.V.

Sitz: Krailling, BY

AmazonSmile ist ein einfacher Weg für Sie, mit jedem Einkauf über Amazon einer sozialen Organisation ihrer Wahl etwas Gutes zu tun – ohne zusätzliche Kosten für Sie oder Ihre Organisation.

Sie können unter Tausenden von Organisationen wählen, die Sie unterstützen können.

Bei Verwendung der Amazon App: Über das Suchfeld "Amazon smile" eingeben und dann den Anweisungen folgen, um den TV als Organisation zu hinterlegen und dadurch die "Smile" Funktion aktivieren.

DANKE, dass ihr den TV auf diesem Wege unterstützt. Gerne dürft ihr den Link natürlich auch mit Familie & Freunden teilen.



AIKIDO/KARATE - HOCKEY - LEICHTATHLETIK - RADSPORT -
TAEKWONDO - TENNIS - TRIATHLON - TURNEN - (BEACH)VOLLEYBALL

TV-PLANEGG-KRAILLING.DE

TRIATHLON: SCHWIMMEN RAD UND LAUF

TRIATHLON
PLANECC TV KRAILLING

11/12 – 18 Jahre im Schuljahr 2022/23



DU ...

- ... SCHWIMMST gerne und willst einfach auch im Wasser noch besser und schneller werden
- ... bist gern DRAUSSEN in der Natur mit dem RAD unterwegs und trittst gern in die Pedale
- ... magst und machst gern die ganze LEICHTATHLETIK
- ... und willst einfach WISSEN, wie das alles zusammenhängt und
- ... wie man das auch spannend und abwechslungsreich KOMBINIEREN kann
- ... möchtest mit (DEINEN) FREUND*INNEN und SPORTKAMERAD*INNEN, die den gleichen Blick haben und die in vielem so denken wie Du, MEHR und NEUES entdecken
- ... bist zwischen 11/12 Jahre und 18 Jahre alt

DANN ... bist Du bei uns genau richtig!

All' das haben wir für Dich! Schau' einmal vorbei bei einer unserer Trainingsstunden, die auf die ganze Woche verteilt sind. Ob beim Schwimmen, beim Cycling, bei einer Radausfahrt oder beim Landtraining mit Lauf, Spielen, Koordination & Athletik...

LANDTRAINING

ATHLETIK, KOORDINATION & KONDITIONSTRAINING

(„Winter“, d.h. während der Winterzeit/Zeitungstellung)

Erwachsene, Junior*innen, Jugend ab ca. 15 Jahre (Gruppe A)

Dienstags 18:30 – 20:00 Uhr Turnhalle, Grundschule Martinsried

BAHN-LAUFTRAINING

(„Sommer“; d.h. während der Sommerzeit/Zeitungstellung)

Erwachsene, Junior*innen, Jugend ab ca. 15 Jahre (Gruppe A)

Wer sich beim Laufen verbessern will, der darf auch mal ein bisschen ans Limit gehen und ein paar schnellere Einheiten einbauen. Genau das tun wir bei unserem wöchentlichen Intervall-Training auf der Tartanbahn beim Vereinsgelände. Raus auf die Bahn geht es immer nach Umstellung auf die Sommerzeit, also Ende März bis Mitte Oktober.

Dienstags 18:30 – 20:00 Uhr TV-Sportplatz, Krailling



Fortsetzung > nächste Seite

TRIATHLON: SCHWIMMEN RAD UND LAUF

TRIATHLON
PLANEGG TV KRAILLING

11/12 – 18 Jahre im Schuljahr 2022/23

ATHLETIK, KOORDINATION & KONDITIONSTRAINING

11/12 Jahre bis 15 Jahre (Gruppe B)

Mittwochs 19:00 – 20:30 Uhr Grundschule, Turnhalle Krailling

ATHLETIK, KOORDINATION & KONDITIONSTRAINING

15 bis 18 Jahre (Gruppe A)

Mittwochs 20:00 – 21:30 Uhr TV-Sportplatz/TV-Halle, Krailling

LANDTRAINING in 2 Gruppen

11/12 bis 15 Jahre (Gruppe B) UND ab 15 Jahre (Gruppe A)

Freitags liegt der Fokus auf Rad und Lauf, wobei auch in den Wintermonaten draußen gelaufen wird. Dazu kommen verschieden Athletik-Einheiten und auch das ein oder andere gemeinschaftliche Spiel in der TV-Halle. Und: Mit unseren neuen Indoor-Cycling (Spinning)-Rädern kann zudem jede/r etwas für seine Kondition und Radfitness für den Sommer tun.

Freitags 17:00 – 18:30 Uhr (Gruppe B) ab Nov. 22

TV-Sportplatz/Große Halle

Freitagnachmittags nach Absprache (Gruppe A)

SCHWIMMEN

Das Schwimmen findet in Kooperation mit dem DJK München statt.

ab 12/13 Jahre (nur nach Anmeldung; Mitfahrt im Vereinsbus möglich)

Montags 20:30 – 21:45 Uhr Peslmüllerbad, Peslmüllerstraße 8 (BBG), München-Pasing (auf 4 Bahnen)

Donnerstags 20:00 – 21:30 Uhr Peslmüllerbad, Peslmüllerstraße 8 (BBG), München-Pasing (auf 2 bis 4 Bahnen)

ab 11/12 Jahre (nur nach Anmeldung, Mitfahrt im Vereinsbus möglich)

Samstags 16:00 – ca. 18:00 Uhr Schwimmbäder in der Umgebung nach Absprache

INDOOR CYCLING

Gruppe A und B

Sonntags 16:30 – 18:00 Uhr (ab Nov. 22)

TV Planegg-Krailling / Untere Halle

GEPLANTE FREIZEITEN:

St. Johann/Tirol (Biathlon) im Februar und Juli 2023

Südfrankreich/Israel im August und September 2023



TV Planegg-Krailling

TV Planegg-Krailling – Abteilung Triathlon

Am Sportplatz 1

82152 Krailling

Tel.: (089) 85 711 82

www.tv-planegg-krailling.de/triathlon-ausdauersport/



triteam_tvpk

Kontakt:

Geschäftsstelle des TV Planegg-Krailling

info@tv-planegg-krailling.de

Tel.: (089) 857 11 82

Henrik.Joergens@t-online.de

Tel.: 0171-4912821