

DAS SPORTANGEBOT HERBST/WINTER 2025/26

Geschäftsstelle:

SV Lohhof e.V., Bezirksstraße 27, 85716 Unterschleißheim

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag: 09.00 – 11.00 Uhr

Donnerstag: 17.00 – 19.00 Uhr

In den Schulferien ist die Geschäftsstelle geschlossen.

Dringende Anfragen in dieser Zeit bitte an verwaltung@svlohhof.de

Tel.: 0 89 / 3 10 15 90 · Fax: 0 89 / 31 00 96 99

E-Mail: verwaltung@svlohhof.de · Internet: www.svlohhof.de



DAS SIND WIR:

Präsidium

Präsidentin	Weinzierl	Brigitte	0 89 / 3 10 77 95
Vizepräsident	Schneiders	Stefan	0172 / 855 53 24
Schatzmeister	zurzeit nicht besetzt		
Schriftführer	Corinna Schuster		corinna.schuster@svlohhof.de

Abteilungsleiter

Badminton	Walter	Maximilian	maximilian.walter@svlohhof.de
Cricket	Ganesan	Arun Karthik	arun.ganesan@svlohhof.de
Fußball	Riedl	Stephan	stephan.riedl@svlohhof.de
Herzgruppe	Hamann	Ursula	0 89 / 43 66 04 75
Kampfsport	Maier	Hans-Dieter	0172 1016685; hans-dieter.maier@svlohhof.de
Leichtathletik	Klimke	Daniela	0176 / 811 503 06
Rehasport	Koczy	Sebastian	0 89 / 37 97 96 90
Rolling Wheels	Stellwag	Thomas	0 89 / 3 17 18 66
Schwimmen	Wolf	Georg	0 89 / 20 33 86 34
Tennis	Pichler	Otto	0171 / 750 45 12
Tischtennis	Preischl	Wolfgang	0 89 / 3 10 23 63
Turnen	von der Grün	Patrick	patrick.vondergruen@svlohhof.de
Volleyball	Benner	Lars	0172 / 298 66 23

DORT FINDET IHR UNS:

BallhausForum

Familienzentrum:

FOS/BOS:

Freizeitbad aquariUSH:

Ganghoferhalle:

Gymnasium:

Mehrzweckhalle:

Michael-Ende-Halle:

Nelkenhalle:

Realschule:

Rolling Wheels Skatepark:

Rupert-Egenberger-Halle:

Saal „Am Weiher“:

Sehbehindertenzentrum:

Sporttreff am aquariUSH:

Tennisanlage Lohhof:

Tennispark Unterschleißheim:

Vereinsturnhalle:

Hans-Bayer-Stadion:

Anna-Wimschneider-Str. 3 / Ecke Landshuter Str.

Alexander-Pachmann-Str. 40

Südliche Ingolstädter Straße 1

Hartmut-Hermann-Weg 2 (im Sportpark)

Grundschule USH an der Hans-Carossa-Straße 2

Carl-Orff-Gymnasium, Münchner Ring 6

Grundschule USH an der Johann-Schmid-Str. 11

Michael-Ende-Grundschule USH, Raiffeisenstr. 27 (steht nicht zur Verfügung wegen Neubau)

Mittelschule USH, Johann-Schmid-Str. 11/Ecke Nelkenstr.

Therese-Giehse-Realschule, Münchner Ring 8

Ludwig-Pettinger-Weg 1 (im Sportpark)

Sonderpädagogisches Förderzentrum USH, Fichtenstr. 15

Am Weiher 26

Sehbehinderten- und Blindenzentrum Südbayern, Pater-Setzer-Platz 1

Hartmut-Hermann-Weg 2 (im Sportpark)

Hartmut-Hermann-Weg 1 (im Sportpark), Tel.: 089 / 3103166

Tennispark Unterschleißheim: Anna-Wimschneider-Str. 7 (hinter dem BallhausForum), Tel.: 089 / 3104050

Johann-Schmid-Str. 11, Eingang zwischen Musikschule und Grundschule

(hinter dem Haus der Vereine bzw. neben der Mehrzweckhalle)

Stadionstraße 1

SPORTANGEBOT DER ABTEILUNGEN

Rot gekennzeichnete Angebote sind besonders für die Generation 50+ geeignet!

Abteilung Fußball:

- Fußball Jugend (25 € im Monat)

- Fußball Herrenmannschaft

Abteilung Turnen:

(36 Euro/Jahr, Sonderbeitrag für alle Aktiven bei Gerätturnen, Rhönrad, Cheerleading; 12 Euro/Jahr für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre, die nicht zur obigen Gruppe gehören)

Spaß an Bewegung:

- Spaß an Bewegung:

- Kinderturnen (bis Vorschulalter)

- Jugendsport (von 7 - 18 Jahren)

Wettkampf ist das Ziel:

- Gerätturnen männlich und weiblich

- Rhönradturnen (für alle Altersgruppen)

- Cheerleading (in 3 Altersgruppen)

- Gymnastik (Fitness für alle Erwachsene)

- **Präventionssport (verschiedene vorbereitende Angebote)**

- S-Klasse-Sport (Beweglichkeit und Fitness für IHN)

Das Stundenangebot im Erwachsenenbereich ist altersunabhängig.

Abteilung Tischtennis:

- **Tischtennis für Erwachsene**

- Kinder- und Jugendtraining

- **Freies Spiel**

Abteilung Tennis:

(140 Euro/Jahr für Erwachs., 70 Euro/Jahr für Jugendliche, Auszubildende, Studenten bis 24 Jahre, das dritte und jedes weitere minderjährige Mitglied einer Familie ist vom Sonderbeitrag befreit)

- Tennis

- Anfänger und Fortgeschrittene

- Mannschaftswettkampf, Turniere und freies Spiel

- Kinder- und Jugendtraining

- Ballschule Heidelberg für die Kleinsten

- Tennisschule mit Training für alle Altersklassen und Spielstärken

- 4 Hallenplätze im Winter (2 mit Granulatbelag, 2 in Traglufthalle mit Sandbelag)

Abteilung Leichtathletik:

(20 Euro/Jahr für alle Kinder bis 18 Jahre)

(50 Euro/Jahr für Startpassinhaber U23)

- Kinderleichtathletik (U8/U10)

- Lauftraining für Jedermann

- Lauftraining (ab 11 Jahre)

- Leichtathletik (9 - 11 Jahre)

- Leichtathletik (12 - 13 Jahre)

- Leichtathletik (ab 14 Jahre)

- **Kraftraumtraining**

- Kraftraumtraining Jugend Wettkampf

- (14 Jahre)

- Leichtathletik Wettkampfgruppe

- **Nordic Walking**

- Nordic Running

- Sportabzeichen Training für Erwachsene

Abteilung Cricket:

- Cricket- Jugendliche (80 Euro/Jahr)

- 3 Cricket-Herrenmannschaft (Red, Black, White)

Abteilung Kampfsport:

(30 Euro/Jahr)

- **Hanbo-Jutsu**

- Judo

- Karate

- Ju-Jutsu

- **Kendo**

- **Capoeira**

Abteilung Volleyball:

(12 Euro/Monat für aktive Mitglieder und 5 Euro/Monat für passive Mitglieder)

- Beachvolleyball

- Volleyball

Abteilung Schwimmen:

(25 Euro/Jahr, Wettkampfbeiträge)

- **Bewegungstraining**

- Schwimmen:

Kinder und Jugendliche (verschiedene Jahrgänge), **Erwachsene** sowie entsprechende Wettkampfgruppen

Abteilung Badminton:

- Kinder- und Jugendtraining

- Leistungstraining für

Mannschaftsspieler (30 € im Jahr)

- Freies Spiel

Abteilung Rehasport:

- Schwimmen für Sehgeschädigte:

- Kinder und Jugendliche, Freizeit- und Leistungssportförderung

- Goalball

Abteilung Herzgruppe:

- Koronarer ambulanter Herzsport

Abteilung Rolling Wheels:

- BMX

- Skateboard

- Stunt Scooter

- Inline Skates

Gesundheitsport:

(auch für Nichtmitglieder)

Präventionsangebote

- **Osteoporose**

- **Hatha-Yoga**

- **Hatha-Yoga - „Atem-Yoga“**

- **Präventive Gesundheitsgymnastik**

- **nach Pilates**

- **Bewegungstraining zur Förderung des Muskel- und Skelettsystems**

- **Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining**

- **Body in Balance**

Rehabilitationsangebote

- **Wirbelsäule, Knie- und Hüftgelenke,**

- **Endoprothesen**

- **Krebsnachsorge**

Neue Mitgliedsbeiträge ab 01.01.2025: Aufnahmegebühr: 15 Euro; Grundbeitrag/Jahr derzeit für Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre: 66 Euro; Erwachsene: 120 Euro; Senioren und Seniorinnen ab 65 Jahren: 100 Euro.

Ab dem dritten Kind: beitragsfreie Mitgliedschaft, Abteilungen mit Sonderbeitrag sind gekennzeichnet.

SV Lohhof von A bis Z

Ausgabe 54 • September 2025

HINWEIS ZU DEN SPORT-ANGEBOTEN & TRAININGSZEITEN:

Die Sporthalle der Michael-Ende Schule steht uns seit Pfingsten 2023 wegen Neubau der Schule nicht mehr zur Verfügung. Daher ist die Verfügbarkeit von Trainingszeiten in Sport-hallen leider eingeschränkt/kritisch. Bitte seid solidarisch und meldet Zeiten die nicht mehr benötigt werden an: sportreferent@svlohhof.de

BADMINTON:

Badminton ist die Wettkampfform des beliebten Federballspiels. Es handelt sich um einen ganzjährigen, bewegungsintensiven Hallensport. Ein leichter Schläger & Ball sorgen für schnelle Erfolgserlebnisse und spektakuläre Ballwechsel. Kontakt für Schnupper-training (Kinder, Jugend & Erwachsene): Maxi Walter, maximilian.walter@svlohhof.de Ihr findet alle Informationen zu unserem Trainingsangebot auf unserer Homepage: <https://www.svlohhof-badminton.de>

WER? Kontakt zur Abteilungsleitung
Badminton bitte per Kontaktfor-mular auf unserer HP.

BEACHVOLLEYBALL:

Baggern, Schmettern, Pritschen - ein rasantes Spiel auf Sand begeistert Hunderttausende. Sobald sich die ersten Frühlingsgefühle kund-tun, wühlen die „Beacher“ schon wieder den Sand um. Und davon haben wir genug. Dank der Unterstützung der Stadt Unterschleißheim entstanden neben den Anlagen mit 2 Spiel-feldern am örtlichen See sowie im Lohhofer Valentinspark auf der Jugendsportanlage am aquariUSH 6 Beachvolleyballfelder. Mit ein bisschen Glück trifft man dort sogar die wahren Cracks, die im Sommer auf der bayerischen oder deutschen Beachvolleyball-Tour unter-wegs sind. Vielleicht kann man sich ja den ein oder anderen Trick noch anschauen.

ABTEILUNG: VOLLEYBALL

WO/WANN? Bitte telefonisch anfragen
WER? Ansprechpartner Beach:
Alexander Schuster,
Tel: 0160 / 543 21 02
alexander.schuster@lohhof-volleyball.de

BMX /DIRTBIKE:

Der neue Rolling Wheels Skatepark 2.0 „Der Platz“, wie der Rolling Wheels Park unter den Locals heißt, hat ein völlig neues Gesicht bekommen. 3.000 Quadratmeter komplett in Ortbeton ausgestaltet, zeitgemäß und wartungsarm, und mit Beleuchtung. Die offizielle Einweihung erfolgte im Sommer 2022. Und dann wären da ja noch die spektakulären Sonnenuntergänge, die einem die After-Ses-sion-Erfrischung versüßen. Wenn Du mit der Beschreibung nichts anfangen kannst, kein Problem, Anfänger sind bei uns stets willkommen. Das Befahren des Parks ist nur mit professionellem Sportgerät gestattet (BMX, Slopestyle, Dirtbike u.ä.). Ausschließlich Plas-tik Pedale, Alu- oder Plastik Pegs, keine Reflektoren, Schutzbleche oder Ständer am Bike. Geschlossene Lenkerenden. Bei uns ist Helmpflicht!

ABTEILUNG: ROLLING-WHEELS
<https://rolling-wheels.net>

WO? Ludwig-Pettinger-Weg 1
(im Sportpark)
WANN? Tagesaktuelle Öffnungszeiten
<https://rolling-wheels.net/eintritt/>
EINTRITTSPREISE:
Jugendliche & Erwachsene:
6,- Euro
Zuschauer: frei
Leih BMX : 5,- Euro/Std
Leih-Helm: 1,- Euro/Tag
WER? Philip Staudigl,
Tel.: +49 162 / 386 71 19
philip.staudigl@svlohhof.de

CAPOEIRA:

Capoeira stammt aus Brasilien und ist eine Mischung aus Kampfsport und Tanz mit afrobrasilianischen Wurzeln. Die Bewegungs-elemente werden wie beim Aerobic-Training durch gemeinsame Bewegung zur Musik erlernt. In der Capoeira Angola werden die Grundelemente aus Jinga, Angriffen und Aus-weichbewegungen spielerisch kombiniert. Durch das Capoeira-Training wird Ausdauer, Kraft und Schnelligkeit, sowie Koordination und Rhythmus-Gefühl geübt. Der Höhepunkt ist die Roda, bei der eine Gruppe von Capoeiristas einen Kreis bilden, Musik spielen und singen, wahren jeweils zwei im inneren des Kreises (der Roda) miteinander spielen. Trainieren kann man ab sechs Jahren.

ABTEILUNG: KAMPFSPORT
FÜR WEN? Kinder ab 6 Jahre
Jugendliche ab 12 Jahre
Erwachsene
WO/WANN? Bitte telefonisch anfragen
WER? Florian Mast
Tel.: 0176 / 229 745 44

CRICKET:

Cricket ist ein Schachspiel, das auf offenen Feldern mit 22 Spielern gespielt wird. Dieser Sport vermittelt Sportlichkeit, Freundschaft, Wettbewerb, lehrt schließlich ein wenig über das Leben. Neugierig geworden? Komm zu uns.

ABTEILUNG: CRICKET
<https://www.cricket-lohhof.com/>

FÜR WEN? Jugendliche ab 8 Jahre
WO/WANN? Bitte telefonisch anfragen
WER? Akther Jahan Khan
Tel.: 0176 / 550 182 18

FÜR WEN? Erwachsene (ab 18)
WO? Sporttreff am aquariUSH
WER? Wir kommunizieren digital, d.h. alle Informationen und Cricket spezifischen Anmeldungen erfol-gen online zum Nutzen der Mit-glieder und Fans. Jeder ist ein-geladen. Wir trainieren mittwochs und freitags von 16.30 bis 19 Uhr. Unsere Spiele finden in der Regel Sa und So statt. Alle Einzelheiten findet ihr auf unserer Website.
E-Mail: cricket@svlohhof.de

FUSSBALL:

Die Abteilung Fußball hat drei Senioren-Mann-schaften in unterschiedlichen Spielklassen und Jugend-Mannschaften in allen Altersklassen vom 4. bis zum 18. Lebensjahr. Zusätzlich gibt es AH-Mannschaften in Spielgemeinschaften

mit dem SV Riedmoos und dem SC Inhauser Moos.

E-Mail: fussballjugend@svlohhof.de,
Homepage: www.svlohhof.de/fussball

GESUNDHEITSSPORT:

(Auch für Nichtmitglieder)

Präventionsangebote:

- Allgemeines Gesundheitstraining – ein kraft- und ausdauerorientiertes Programm für die Gesundheit

- Stabilisationstraining an Geräten

- Haltung und Bewegung durch Ganzkörper-training

- Body in Balance

Bewegungstraining zur Förderung des Muskel- und Skelettsystems

Manche Krankenkassen übernehmen bei regelmäßiger Teilnahme rückwirkend bis zu 80 % der Kursgebühr!

Rehabilitationsangebote:

- Wirbelsäule, Knie- und Hüftgelenke, Endo-prothesen

- Krebsnachsorge

Die Teilnahme ist über eine von Ihrer Kran-kenkasse genehmigte ärztliche Verordnung (Rezept) ohne Zuzahlung möglich.

Informationen zu den Kursen erhalten Sie in der Geschäftsstelle des SV Lohhof e.V. und auf der Homepage:

OSTEOPOROSE:

Selbsthilfegruppen für Osteoporose-Erkrankte im VdK-Kreisverband und SV Lohhof. Osteo-porose gilt heute als „Volkskrankheit“, die in Form von (spontanen) Knochenbrüchen vor allem ältere Frauen beeinträchtigt. Weltweit ist sie die häufigste Knochenerkrankung. Der Einfluss vom Sporttreiben auf den Knochen wurde in den letzten Jahren zunehmend positiv bewertet und ergänzt die Standardbehandlung (Ernährung, zusätzliche Kalziumgaben, Östro-genzufuhr in der Postmenopause). Selbst bei Hochbetagten zieht der Knochen aus einem Training Nutzen. Über die Teilnahmegebühren erkundi-gen Sie sich bitte bei Frau Krimmer!

TROCKENGYMNASTIK

WASSERGYMNASTIK

WO/WANN? Bitte telefonisch anfragen

WER? Johanna Krimmer,
Tel.: 0 89 / 310 16 21 und
0175 / 753 02 16

www.svlohhof.de/gesundheits-sport

HANBO JUTSU:

In Japan ist der Hanbō als Koryu-Waffe bekannt. Dort wird im Kukishin Ryu (etwa im 14. Jahrhundert) und im Hontai Yōshin-ryu trainiert. Besonders bekannt ist dabei das Kukishin Ryu. Es wird auch in den Schulen des Jujutsu, noch trainiert, die auf Takamatsu Toshitsugu zurückgehen (Bujinkan, Jinenkan und Genbukan). Der Hanbō wurde 1575 von Nagafusa Kuriyama ins Curriculum des Kukishin Ryu aufgenommen. Die Geschichte dazu: In einem Kampf wurde sein Speer vom geg-nerischen Schwertkämpfer zerschlagen. Er kämpfte mit dem Rest des Schaftes weiter und konnte seinen Gegner damit besiegen. Speziell in Deutschland wurde der Hanbō als weitere Waffe etabliert, da diese Waffe eine gute Ergänzung zum Karate- und Jujutsutrai-ning bildet. Die Vorteile des Hanbō sind im

Nahkampf zu finden, wo man neben effektiven Hebel- auch Stoß- und Schlagtechniken anwenden kann. Entsprechend sind außerhalb des Nahkampfes Distanzwaffen wie der Bō dem Hanbō in der Regel überlegen, da sie über eine größere Reichweite verfügen.

Hanbo Jutsu wird bei SV Lohhof seit drei Jahren trainiert. Inzwischen haben die ersten Mitglieder ihre Dan-Prüfung erfolgreich abgelegt.

ABTEILUNG: KAMPFSPORT

WO/WANN? Ballhaus Forum

Dienstag 21:00 – 21:45 Uhr

WER? Hans-Dieter Maier,
0172 101 66 85

HERZGRUPPE:

Bereits in den 50er-Jahren wurde erkannt, dass dosiertes Ausdauertraining einen positiven Einfluss auf den Krankheitsverlauf der koronaren Herzerkrankung hat. In den folgenden Jahrzehnten stellte sich durch weitere Studien heraus, dass sich auch die Schulung der Koordination, Kraft, Beweglichkeit, Entspannungsfähigkeit und Körperwahrnehmung förderlich auf das Wohlbefinden der Herzpatienten auswirkt. Die Gymnastikstunde wird von einem speziell ausgebildeten Übungsleiter gehalten und steht unter ärztlicher Kontrolle. Voraussetzung für die Teilnahme an einer Herzgruppe ist ein Belastungs-EKG und die Zustimmung von Arzt und Krankenkasse.

Achtung: Bitte unbedingt vorher telefonisch anmelden. Aktuell gibt es eine Warteliste.

ABTEILUNG: HERZGRUPPE

WO/WANN? Donnerstag

1. Gruppe: 19:00 bis 19:55 Uhr

2. Gruppe: 20:05 bis 21:00 Uhr

WER? Uschi Hamann,
Tel.: 089 / 436 604 75

INLINE SKATES:

Der neue Rolling Wheels Skatepark 2.0 „Der Platz“, wie der Rolling Wheels Park unter den Locals heißt, hat ein völlig neues Gesicht bekommen. 3.000 Quadratmeter komplett in Ortbeton ausgestaltet, zeitgemäß und wartungsarm und mit Beleuchtung. Die offizielle Einweihung erfolgte im Sommer 2022. Und dann wären da ja noch die spektakulären Sonnenuntergänge, die einem die After-Session-Erfrischung versüßen. Wenn Du mit der Beschreibung nichts anfangen kannst, kein Problem, Anfänger sind bei uns stets willkommen. Das Befahren des Parks ist nur mit professionellem Sportgerät gestattet. Bei uns ist Helfpflicht!

ABTEILUNG: ROLLING-WHEELS

<https://rolling-wheels.net>

WO? Ludwig-Pettinger-Weg 1
(im Sportpark)

WANN? Tagesaktuelle Öffnungszeiten
<https://rolling-wheels.net/eintritt/>

EINTRITTSPREISE:

Jugendliche & Erwachsene:

6,- Euro

Zuschauer: frei

Leih-Helm: 1,- Euro/Tag

WER? Philip Staudigl,
Tel.: +49 162 / 386 71 19
philip.staudigl@svlohhof.de

JUDO:

Judo beansprucht auf Grund seiner vielseitigen Judo beansprucht auf Grund seiner vielseitigen Techniken den gesamten Organismus, fördert Kraft und Ausdauer. Dieser anspruchsvolle und vielseitige Sport ist eine Herausforderung für jede Altersstufe. Der Begründer, Jigoro Kano, verstand Judo als Kulturform sowohl in physischer als auch geistiger und moralischer Hinsicht. Der Begriff „Judo“ sinngemäß ins Deutsche übersetzt bedeutet „sanfter Weg“. Es wird heutzutage sowohl als Wettkampf- als auch als Breitensport betrieben.

ABTEILUNG: KAMPFSPORT

FÜR WEN? Kinder 5 - 7 Jahre (Anfänger)

FÜR WEN? Kinder 8 - 10 Jahre (Anfänger)

FÜR WEN? Kinder (Fortgeschrittene, ab weiß-gelb)

FÜR WEN? Jugendliche (11 - 14 Jahre)

FÜR WEN? Erwachsene (ab 15 Jahre)

WO/WANN? Bitte telefonisch anfragen

Ansprechpartner:

Kinder Judo: Ingrid Zeilinger

Tel.: 089 / 370 535 66

E-Mail ingrid.zeilinger@svlohhof.de

Jugend und Erwachsene Judo:

Christian Zeilinger,

Tel.: 089 / 370 535 66

Hans-Dieter Maier

Abteilungsleitung

Tel.: 0172 101 66 85

JU-JUTSU:

Das 1969 in Deutschland aus den Budoarten Judo, Hanbo Jutsu nach DJJV, Jiu-Jitsu und Karate entwickelte Ju-Jitsu ist ein realistischer und effektiver Selbstverteidigungssport für jeder- frau und jedermann. Wurf-, Hebel-, Würge- und Schlagtechniken versetzen den Jutsuka in die Lage, sich immer und überall gegen einen oder mehrere Angreifer zu verteidigen. Dabei zieht sich das Prinzip, „mit geringem Aufwand, großen Nutzen zu erzielen“, wie ein Leitfaden durch die Techniken des Ju-Jutsu.

ABTEILUNG: KAMPFSPORT

FÜR WEN? Jugendliche ab 16 Jahre und Erwachsene

WO/WANN? Ballhaus Forum

Dienstag: 19:30 – 21:00 Uhr

Donnerstag: 19:30 – 21:00 Uhr

WER? Hans-Dieter Maier,
Tel.: 0172 101 66 85

KARATE (SHOTOKAN-KARATE-DO):

Im Karate Dojo Edo des SV Lohhof wird ausschließlich traditionelles Shotokan-Karate-Do trainiert. Die sprichwörtliche Übersetzung „Der Weg der leeren Hand“, weist auf den defensiven Charakter dieser Kampfkunst hin. Neben der physischen Ausbildung, die auf die Verbesserung von Kraft, Ausdauer und Koordination abzielt, wird größter Wert auf die traditionellen Aspekte dieser Kampfkunst gelegt. Disziplin, Einhaltung der Etikette und Kampfgeist gehören zu den angestrebten Eigenschaften eines Karateka - genauso wie z.B. Respekt und Hilfsbereitschaft. Unabhängig von Alter und Geschlecht ist es für fast jeden möglich, sich mit dieser Kampfkunst zu beschäftigen. Im Kindertraining

werden Kinder (ab 10 Jahren) spielerisch an die Kampfkunst herangeführt.

Weitere Infos:

www.karatedojooedo-muenchen.de

ABTEILUNG: KAMPFSPORT

FÜR WEN? Kinder, Jugendliche und Erwachsene ab 10 Jahre

FÜR WEN? Kinder 10 bis 14 Jahre und Unterstufe

WANN? Montag 18.30 – 20.00 Uhr
Donnerstag 18.45 – 20.00 Uhr

FÜR WEN? Erwachsene

Wann? Montag: 18.30-20.30 Uhr
Donnerstag 18.45-21.15 Uhr.

WO? Nelkenhalle

Andy Schnirel,

Tel.: 0151 / 113 149 77

Bianca Trautwein,

Tel.: 0172 / 823 49 88,

bianca.berrang@svlohhof.de

Karate-Anfängerkurse für Kinder und Erwachsene finden in der Regel 1 x pro Jahr statt. Diese beginnen nach zum neuen Schuljahr (Oktober). Infos gibt es bei Andy Schnirel (Telefon 0151 / 113 149 77).

KENDO:

Das heutige Kendo hat sich aus dem traditionellen Schwertkampf der Samurai entwickelt. Ziel der japanischen Kampfsportart ist die Achtung zwischenmenschlicher Beziehungen und der Würde des Menschen. So wird die Kampferfahrung des Menschen zur Förderung des Gemeinschaftssinns und zur Stärkung des eigenen Verantwortungsbewusstseins ausgerichtet. Im Training gelangt der Mensch zur Einheit von Geist-Schwert-Körper, die im Kampf erst einen Treffer („Ippon“) ermöglicht. Mit Kendo findet der Mensch seine Mitte und bleibt darin. Auch bei Frauen wird Kendo immer beliebter, in Deutschland machen sie rund ein Drittel der Kendo-Sportler aus. Mit dem Shinai (Bambusschwert) und in Rüstung können sich die Sportler in einem echten Kampf messen. Ein weiterer wichtiger Bestandteil des Kendo ist die Kata, in der mit dem Bokuto (Holzschwert) ohne Rüstung mit einem Gegner traditionelle überlieferte geübt werden. Hier werden die Schläge gestoppt.

ABTEILUNG: KAMPFSPORT

FÜR WEN? Jugendliche und Erwachsene (ab 14 Jahre)

WO/WANN? Nelkenhalle

Freitag 19:30 bis 21:30 Uhr

WER? Hubert Berrang,

Tel. 0171 / 926 84 88

LAUFTREFF FÜR JEDERMANN:

Das Training ist sowohl für Laufanfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet.

ABTEILUNG: LEICHTATHLETIK

WO/WANN? <http://www.svlohhof.de/index.php/trainingszeiten>

WER? Michael Leistner,
leichtathletik@svlohhof.de

LEICHTATHLETIK FÜR KINDER:

ABTEILUNG: LEICHTATHLETIK

FÜR WEN? U8 6-7 Jahre

WO/WANN? <http://www.svlohhof.de/index.php/trainingszeiten>

WER? Nils Reichenbach
leichtathletik@svlohhof.de
FÜR WEN? U10 8-9 Jahre
WO/WANN? <http://www.svlohhof.de/index.php/trainingszeiten>
WER? Sophie Niebauer
leichtathletik@svlohhof.de
FÜR WEN? C-Schüler Wettkampf
10-11 Jahre
WO/WANN? <http://www.svlohhof.de/trainingszeiten-leichtathletik>
WER? Florian Troll,
leichtathletik@svlohhof.de
FÜR WEN? Nichtwettkämpfer
ab 11-14 Jahre - Just for fun
WO/WANN? <https://www.svlohhof.de/trainingszeiten-leichtathletik>
WER? Erin Beyer
leichtathletik@svlohhof.de
FÜR WEN? Nichtwettkämpfer
ab 15 Jahre - Just for fun
WO/WANN? <https://www.svlohhof.de/trainingszeiten-leichtathletik>
WER? Stephanie Vogel
leichtathletik@svlohhof.de

LEICHTATHLETIK WETTKAMPFGRUPPE:

Hürden, Ballwurf, Speer, Weitsprung,
Mittelstrecke, Hochsprung, Kugel usw.

ABTEILUNG: LEICHTATHLETIK
FÜR WEN? ab 12 Jahre
WO/WANN? <https://www.svlohhof.de/trainingszeiten-leichtathletik>
WER? Marlene Escherle,
leichtathletik@svlohhof.de

LAUFTRAINING FÜR KINDER (ab 12 Jahre):

Das Training soll Aufbau für Wettkämpfe sein.

ABTEILUNG: LEICHTATHLETIK
WO/WANN? <https://www.svlohhof.de/trainingszeiten-leichtathletik>
WER? Michael Leistner
leichtathletik@svlohhof.de

KRAFTTRAINING (ab 14 Jahre):

ABTEILUNG: LEICHTATHLETIK
WO/WANN? <https://www.svlohhof.de/trainingszeiten-leichtathletik>
WER? Tobias Wallner
Tel.: 0151 / 144 286 11

KRAFTTRAINING JUGEND BASIC LA (AB 14 JAHRE)

ABTEILUNG: LEICHTATHLETIK
WO/WANN? <https://www.svlohhof.de/trainingszeiten-leichtathletik>
WER? Stephanie Vogel
leichtathletik@svlohhof.de

NORDIC RUNNING (ab 20 Jahre):

Intensives Ganzkörpertraining für den engagierten Freizeitsportler! Nach dem Aufwärmen bewegen wir uns im Grundlagenausdauerbereich mit eingebauten Intervallen, Körperkräftigung und Dehnen runden die Stunde ab.

ABTEILUNG: LEICHTATHLETIK
WO/WANN? <http://www.svlohhof.de/index.php/trainingszeiten>
WER? Tobias Wallner
Tel.: 0151 / 144 286 11

NORDIC WALKING FÜR SENIOREN (ab 50 Jahre):

Nach dem Aufwärmen bewegen wir uns im Komfortbereich, Körperkräftigung und Dehnen runden die Stunde ab.

ABTEILUNG: LEICHTATHLETIK
WO/WANN? <https://www.svlohhof.de/trainingszeiten-leichtathletik>
WER? Tobias Wallner
Tel.: 0151 / 144 286 11

SCHWIMMEN:

Die Kinder und Jugendlichen sind in verschiedene Gruppen nach Leistungsvermögen und Alter eingeteilt. Voraussetzung für die Teilnahme am Übungsbetrieb ist die Bewältigung einer Bahn (25 m) ohne Schwimmhilfe! Alle Übungsstunden (jeweils 45 Minuten) finden im „aquariUSH“ in Unterschleißheim statt. Nähere Informationen erhalten Sie bei: Georg Wolf, Abteilungsleiter, Tel.: 089 / 20 33 86
34 Wettkampfgruppen für Kinder, Jugendliche sowie Erwachsene - Trainingszeiten auf Anfrage. Da unsere Angebote sehr beliebt sind, führen wir eine Warteliste.

SCHWIMMEN – BEWEGUNGSTRaining

Zusätzlich zum Schwimmtraining bieten wir ein Bewegungstraining in der Sporthalle an.

WO/WANN? Bitte anfragen
WER? Sabine Riedel

Wenn Sie noch mehr Informationen benötigen, dann besuchen Sie unsere Homepage:
<http://www.svlohhof.de/schwimmen>

SEHBEHINDERTE UND BLINDE:

Die Sportarten Schwimmen und Judo sind für Sehgeschädigte ideale Individualsportarten, weil sie als Freizeit- und Wettkampfsportart betrieben werden können. Daneben findet sich im Angebot als Mannschafts- und Ballsportart eine Goalballgruppe. Bei allen Gruppen handelt es sich derzeit um Kinder- und Jugendgruppen.

ABTEILUNG: REHASPORT
WAS? Schwimmen I (Fortgeschrittene)
WO/WANN? <http://www.svlohhof.de/index.php/abteilung-reha-sport>
WAS? Schwimmen II (WK-Training)
WO/WANN? <http://www.svlohhof.de/index.php/abteilung-reha-sport>

SKATEBOARD:

Der neue Rolling Wheels Skatepark 2.0 „Der Platz“, wie der Rolling Wheels Park unter den Locals heißt, hat ein völlig neues Gesicht bekommen. 3.000 Quadratmeter komplett in Ortbeton ausgestaltet, zeitgemäß und wartungsarm und mit Beleuchtung. Die offizielle Einweihung erfolgte im Sommer 2022. Und dann wären da ja noch die spektakulären Sonnenuntergänge, die einem die After-Session-Erfrischung versüßen. Wenn Du mit der Beschreibung nichts anfangen kannst, kein Problem, Anfänger sind bei uns stets willkommen. Das Befahren des Parks ist nur mit professionellem Sportgerät gestattet. Bei uns ist Helmpflicht!

ABTEILUNG: ROLLING-WHEELS
<https://rolling-wheels.net>
WO? Ludwig-Pettinger-Weg 1
(im Sportpark)

WANN? Tagesaktuelle Öffnungszeiten
<https://rolling-wheels.net/eintritt/>

EINTRITTSPREISE:
Jugendliche & Erwachsene:
6,- Euro
Zuschauer: frei
Leih-Skateboard: 2,- Euro/Std.
Leih-Helm: 1,- Euro/Tag

WER? Maximilian Amougou,
Tel.: +49 1516 / 845 32 32,
E-Mail: maximilian.amougou@svlohhof.de

SPORTABZEICHENTRAINING FÜR ERWACHSENE (ab 21 Jahre):

Training der leichtathletischen Disziplinen: Laufen, Werfen, Springen mit Aufwärm- und Dehnungsübungen.

ABTEILUNG: LEICHTATHLETIK
WO/WANN? Bitte telefonisch anfragen
WER? Henry Halbig, Tel.: 089 / 321 12 89

STUNT SCOOTER:

Der neue Rolling Wheels Skatepark 2.0 „Der Platz“, wie der Rolling Wheels Park unter den Locals heißt, hat ein völlig neues Gesicht bekommen. 3.000 Quadratmeter komplett in Ortbeton ausgestaltet, zeitgemäß und wartungsarm und mit Beleuchtung. Die offizielle Einweihung erfolgte im Sommer 2022. Und dann wären da ja noch die spektakulären Sonnenuntergänge, die einem die After-Session-Erfrischung versüßen. Wenn Du mit der Beschreibung nichts anfangen kannst, kein Problem, Anfänger sind bei uns stets willkommen. Das Befahren des Parks ist nur mit professionellem Sportgerät gestattet. (Keine Klapp-, Elektro- oder City-Scooter). Bei uns ist Helmpflicht!

ABTEILUNG: ROLLING-WHEELS
<https://rolling-wheels.net>
WO? Ludwig-Pettinger-Weg 1
(im Sportpark)
WANN? Tagesaktuelle Öffnungszeiten
<https://rolling-wheels.net/eintritt/>

EINTRITTSPREISE:
Jugendliche & Erwachsene:
6,-Euro
Zuschauer: frei
Leih-Scooter: 3,- Euro/Std.
Leih-Helm: 1,- Euro/Tag
WER? Maximilian Amougou
Tel.: +49 1516 / 845 32 32
maximilian.amougou@svlohhof.de

TENNIS:

Die Freunde des Tennissports haben in der Stadt Unterschleißheim die Möglichkeit, auf 2 Anlagen ihrem Sport nachzugehen. Beide Anlagen gehören zur Abteilung Tennis des SV Lohhof; sie können von Mitgliedern und Gästen genutzt werden. Seit vielen Jahren genießt die konsequente Förderung von Kindern und Jugendlichen in unserem Club oberste Priorität. Doch neben dem Tennissport legen wir auch größten Wert auf ein funktionierendes Clubleben mit zusätzlichen Freizeitangeboten. Besonders die Integration neuer Mitglieder wird bei uns seit Jahren durch die Organisation von Kennenlern-Turnieren, Mixed-Turnieren, Damentagen, Radtouren, Herbstwanderungen und geselligen Veranstaltungen in unserem Clubheim gefördert. An den Medienrun- den des Bayerischen Tennisverbandes nehmen wir

mit über 20 Mannschaften in allen Altersklassen teil (von den Bambinis bis zu den „reiferen Jahrgängen“). Wir richten diverse LK-Turniere aus, ebenso wie hochklassig besetzte Turniere mit DTB-Ranglistenstatus oder die jährlichen Stadtmeisterschaften unter dem Namen „Lohhof Open“. Schauen Sie einfach bei uns vorbei, testen Sie als Gast unsere Tennisplätze oder buchen Sie ein Probetraining bei unserer Tennisschule. Bei uns gibt es weder Wartelisten noch Aufnahmegebühren oder sonstige Selektion. Sie sind bei uns jederzeit herzlich willkommen!

In den Oster- und Sommerferien finden Tenniscamps geleitet durch die Dejan Malic Tennis Academy statt.

ABTEILUNG TENNIS:

Otto Pichler (Abteilungsleiter):
0171 / 750 45 12
Folke Reusch (Sportwartin):
0171 / 304 94 93
Olga Ksandinova (Tennishalle):
0152 / 215 811 87
Jochen Pallauf (Jugendleitung):
0151 / 573 754 68
Thomas Elsner (Ballschule): 0160 / 446 78 98
Tennis Academy: 0176 / 434 44 40 34
Hallenbuchungen: www.ebusy.tennis-lohhof.de
Internet: www.tennis-lohhof.de
E-Mail: kontakt@tennis-lohhof.de

ANLAGE TENNIS LOHHOF (TL):

WO? Hartmut-Hermann-Weg 1
(im Sportpark)
Telefon: 089 / 3 10 31 66
Unsere wunderschöne, parkähnliche Anlage am Hartmut-Hermann-Weg ist mit 11 Sandplätzen, davon 3 mit Flutlicht, einem Allwetterplatz, einer Tenniswand, Zweifeldhalle (gelenkschonender Teppichboden mit Granulat) sowie 2 Sandplätzen in einer hochmodernen Traglufthalle ausgestattet. Sie liegt ganz in der Nähe des Hans- Bayer-Stadions und des Freizeitbades aquariUSH. Den kleinen Durst oder den großen Hunger versorgt das Team vom Cafe und Restaurant Waldblick unter der Leitung von Marija Pavlovic.

ANLAGE TENNIS PARK UNTERSCHLEISSHEIM (TPU):

WO? Anna-Wimschneider-Str. 7
(hinter dem BallhausForum)
Telefon: 089 / 3 10 40 50
Unsere Anlage „TPU“ liegt hinter dem BallhausForum (neben dem Hotel Infinity). 8 gepflegte Sandplätze stehen jedem Mitglied und Gästen fast immer ohne Wartezeit zur Verfügung. Um das leibliche Wohl kümmert sich im Vereinsheim „Königs“ mit wunderschöner Terrasse unsere Wirtin Vera Juric.

TISCHTENNIS:

Tischtennis wird von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen auch bis ins hohe Alter ausgeübt. Jeder kann mitmachen, auch wenn man nicht an Wettkämpfen teilnehmen will. Wir können bis zu 18 TT-Platten in unserer modernen Sporthalle aufstellen, so dass alle zum Spielen kommen. Das Training findet, getrennt nach Jugend und Erwachsene regelmäßig an 2 Tagen in der Woche und teilweise auch an Samstagen statt. Ein Einstieg für Interessierte sowie Freizeit- und Hobbyspieler ist jederzeit möglich. Insgesamt 4

lizenzierte Trainer betreuen den Sportbetrieb der Abteilung. Sonderbeiträge werden nicht erhoben.

ABTEILUNG: TISCHTENNIS

WO? Ganghoferhalle
FÜR WEN? Erwachsene
WANN? Di. und Do. je 20:00 – 22:00 Uhr
FÜR WEN? Jugend
WANN? Di. ab 17:00 bis 20:00 Uhr und
Do. 17:30 – 20:00 Uhr
WER? Wolfgang Preischl (Abteilungsleiter)
Tel.: 089 / 310 23 63,
wolfgang.preischl@svlohhof.de
Oleksandr Oryekhov (Jugendleiter)
Tel.: 0176 / 993 007 76 und
0813 / 391 875 30

TURNEN:

Seit 1955 gibt es die mittlerweile mit Abstand größte Abteilung des Sportvereins Lohhof e.V. in Unterschleißheim. Turnen ist vielseitig und hervorragend als sportliche Grundausbildung für Alle geeignet. Unser angebotenes Sportprogramm beinhaltet neben dem Gerät- und Rhönradturnen auch eine Vielfalt von Gymnastik- und Fitnessstunden. Haben wir Euer Interesse geweckt? Dann schaut bei uns auf unsere Abteilungshomepage vorbei und nehmt Kontakt mit unseren Übungsleitern auf. <https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen> oder schickt uns eine Mail an turnen@svlohhof.de

KINDERTURNEN

Spartenleitung: Petra Golega,
petra.golega@svlohhof.de
Nähere Infos auf der Homepage <https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/kinderturnen>

ELTERN-KIND-TURNEN

ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? 1 – 3 Jahre
WO/WANN? Vereinsturnhalle/ Ganghoferhalle

VORSCHULTURNEN

ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? 3 – 6 Jahre
WO/WANN? Mehrzweckhalle/
<https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/kinderturnen>
ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? 4 – 6 Jahre
WO/WANN? Ganghoferhalle/
<https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/kinderturnen>

JUGENDSPORT-TURNEN

Spartenleitung: Michael Rupprecht,
michael.rupprecht@svlohhof.de
Nähere Infos auf der Homepage <https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/jugendturnen>

POWER TEENIES

ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? Mädchen / Teenies ab 13 Jahre
WO/WANN? Nähere Infos auf unserer Homepage: <https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/jugendturnen>

SPORTABZEICHEN FÜR KINDER

Das Sportabzeichen wird für bestimmte sportliche Leistungen verliehen. Es wird in turnerischen, leichtathletischen und schwimmerischen Disziplinen je nach Altersklasse und in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden

abgenommen. Es gelten die Vorschriften des Deutschen Olympischen Sportbundes für das Deutsche Sportabzeichen Jugend ab 6 Jahre.

ABTEILUNG: TURNEN

WO/WANN? Nähere Infos auf unserer Homepage: <https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/jugendturnen>

Ab 05.02.2024 legen wir unsere Zumba Kurse für Teens und Erwachsene zusammen. Wir starten jetzt gemeinsam um 18.30 Uhr in der Mehrzweckhalle. Nähere Infos auf unserer Homepage: <https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/gymnastik>

ZUMBA ® TEENS

FÜR WEN? ab 13 Jahre
WO/WANN? Mehrzweckhalle/ Montags
Nähere Infos auf unserer Homepage:
<https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/jugendturnen>

GERÄTTURNEN

Spartenleitung Gerätturnen weiblich:
Friederike Mertes -
friederike.mertes@svlohhof.de
Spartenleitung Gerätturnen männlich:
Adolf Strobl -
adolf.strobl@svlohhof.de

Wettkampforientiertes Gerätturnen für Mädchen und Jungen

Zum Gerätturnen weiblich gehören die vier olympischen Geräte: Sprung, Schwebebalken, Stufenbarren und Boden. Zum Gerätturnen männlich gehören die sechs olympischen Geräte: Boden Seitpferd, Ringe, Sprung, Barren und Reck. Die Mädchen **im Alter ab 5 Jahren und Jungen ab 6 Jahren** trainieren regelmäßig mindestens zwei Mal pro Woche und nehmen je nach Leistungsstärke an Mannschafts- und Einzelwettkämpfen teil wie z.B. Kreisjugendsportfest oder fahren zu Turnfesten.

ABTEILUNG: TURNEN

FÜR WEN? Jungen **ab 6 Jahre** und Mädchen ab 5 Jahre, je nach persönlicher Entwicklung

WO/WANN? Per E-Mail anfragen:

Für Jungen:
alexander.eder@svlohhof.de
Für Mädchen:
friederike.mertes@svlohhof.de
Näheres auch: <https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/geraettturnen-m-w>

TeamGym

TeamGym kommt aus Skandinavien und besteht aus den Disziplinen Bodengymnastik, Tumbling und Trampet. Alles wird zusammen im Team auf Musik geturnt.

ABTEILUNG: TURNEN

WO/WANN? friederike.mertes@svlohhof.de

CHEERLEADING

Spartenleitung: Jasmin Alexopoulos
jasmin.alexopoulos@svlohhof.de
Nähere Infos auf unserer Homepage
<https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/cheerleader>

ABTEILUNG: TURNEN

FÜR WEN? Für Mädchen und Jungs ab 5 Jahre bis ins Erwachsenenalter
WER? Verena Schierenberg, Hanna Brandl, Jasmin Alexopoulos
WO/WANN? Anfragen an jasmin.alexopoulos@svlohhof.de

RHÖNRADTURNEN

Spartenleitung: Simon Schmidt, simon.schmidt@svlohhof.de
Nähere Infos auf unserer Homepage <https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/rhoenrad>
ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? Mädchen und Jungen aller Altersgruppen
WO/WANN? siehe Homepage

GYMNASTIK

Spartenleitung: Ellen Stamer, ellen.stamer@svlohhof.de
0179 / 127 264 37
Nähere Infos auch auf unserer Homepage <https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/gymnastik>

BellyDanceFitness

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Montag 19:30 – 20:30 Uhr
WO? Ballhausforum
WANN? Mittwoch 19:00 – 20:00 Uhr
WER? maryna.solopova@svlohhof.de

Bodystyling

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Saal am Weiher
WANN? Freitag 9:00 – 10:00 Uhr
WER? anja.suadicani@svlohhof.de

Fit ab 60 für Sie

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Mittwoch 19.00 – 20.00 Uhr
WER? nicola.rupprecht@svlohhof.de

Fitness- & Gesundheitsgymnastik

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Montag 16:30 – 17:30 Uhr
Montag 17:30 – 18:30 Uhr
WER? kerstin.striegl@svlohhof.de

Intense Body Workout

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Saal am Weiher
WANN? Mittwoch 17:30 – 18:30 Uhr
WER? corinna.elbert@svlohhof.de

Zumba ® Teens & Adults

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Montag 18:30 – 19:30 Uhr
WER? sarah.steffens@svlohhof.de

Zumba ®

WO? Mehrzweckhalle
WANN? Mittwoch 20:00 – 21:00 Uhr
WER? dagmar.muenzer@svlohhof.de

PRÄVENTIONSSPORT

Spartenleitung: Monika König, monika.koenig@svlohhof.de,
Tel. 0157 / 720 122 67

Nähere Infos auch auf unserer Homepage <https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/praeventionssport>

Pilates - Gesunder Rücken

WO? Mehrzweckhalle
WANN? Donnerstag 19.10 – 20:10 Uhr
WER? anja.suadicani@svlohhof.de oder Telefon Spartenleitung

Pilates am Morgen

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Saal am Weiher
WANN? Montag 08:15 – 09:15 Uhr
Montag 09:15 – 10:15 Uhr
WER? angela.born@svlohhof.de oder Telefon Spartenleitung

Rückengymnastik

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Dienstag 14:15 – 15:15 Uhr
WER? monika.koenig@svlohhof.de
Tel.: 0157 / 720 122 67
friederike.mertes@svlohhof.de oder Telefon Spartenleitung

Rückengymnastik & Sturzprophylaxe für Senioren

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Dienstag 13:15 – 14:15 Uhr
WER? friederike.mertes@svlohhof.de oder Telefon Spartenleitung

Yoga

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Dienstag 17:45 – 19:15
WER? hanna.brandl@svlohhof.de
barbara.preller@svlohhof.de oder Telefon Spartenleitung

S-KLASSE-SPORT

Spartenleitung: Josef Leitl, josef.leitl@svlohhof.de / Tel. 089 / 310 24 81

Gymnastik und Fitness für Ihn

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Rupert-Egenberger-Halle
WANN? Donnerstag 18.30 - 20.00 Uhr
WER? Robert Klauser, robert.klauser@svlohhof.de oder Telefon Spartenleitung

Nähere Infos: <https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/s-klasse>

Volleyball der Turner

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Ganghoferhalle
WANN? Freitag 18:00 – 20:00 Uhr
WER? Josef Leitl, josef.leitl@svlohhof.de oder Telefon Spartenleitung

Nähere Infos: <https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen/s-klasse>

VOLLEYBALL:

SV Lohhof Volleyball - seit vielen Jahren ein Begriff in Deutschland, ja sogar europaweit. In den 80er-Jahren prägte die Damenmannschaft den deutschen Volleyballsport. Viele berühmte Spielerinnen und Trainer agierten in Lohhof. Der SV Lohhof war der erste deutsche Club, der einen europäischen Wettbewerb

gewann. Darüber hinaus wurde man mehrfacher Deutscher Meister und Pokalsieger. In der kommenden Saison 2025/2026 spielt die 1. Damenmannschaft wieder in der 2. Bundesliga. Doch Spitzenvolleyball muss von einer breiten Basis getragen werden. Deswegen setzt man beim SV Lohhof Volleyball auf die Jugend. Mädchen und Jungen werden von der U12 bis zur U20 professionell betreut und ausgebildet, wobei der Spaß auch nie in den Hintergrund gerät. Unsere Kleinsten beginnen mit ca. 6 Jahren in der Ballschule. Vor allem bei den Jüngsten mussten wir aufgrund des großen Zulaufs Wartelisten einführen! Wir bitten um Verständnis.

ABTEILUNG: VOLLEYBALL

WO? Sporthalle des Carl-Orff-Gymnasiums, Münchner Ring 16 in Unterschleißheim Sporthalle der FOS/BOS Unterschleißheim, Südliche Ingolstädter Straße 1 in Unterschleißheim
WANN? Genaue Trainingszeiten erfahren Sie auf unserer Homepage: www.lohhof-volleyball.de

Ansprechpartner Jugend:

Michaela Pohl, Tel. 0162 / 636 50 65, michaela.pohl@lohhof-volleyball.de

Ansprechpartner Verwaltung / Spielbetrieb:

Martina Banse, Tel. 0172 / 845 94 84, martina.banse@lohhof-volleyball.de

Alle Informationen und Neuigkeiten gibt es auf www.lohhof-volleyball.de

Stand aller Informationen: 04.07.2025

Herausgeber: SV Lohhof, Präsidium
Bezirksstraße 27
85716 Unterschleißheim
Telefon 089 / 310 15 90
Telefax 089 / 310 096 99
E-Mail verwaltung@svlohhof.de

Verantwortlich: Carolin Schlossarek

Erscheinungsweise: zweimal jährlich

Druck: Druck und Verlag
Zimmermann GmbH
Einsteinstraße 4
85716 Unterschleißheim