

Vorsitzender: Markus Böhme

Schatzmeisterin: Nicole Edlfurtner
Technischer Leiter: Daniel Winkler
Sportliche Leitung: M. Brähler, P. Göll

Geschäftsstelle:
 Tatjana Edlfurtner / Nadja Eichstädter
 Tel. 08121/ 973897
 Plieninger Str. 22, 85586 Poing

E-Mail: info@sg-poing.de
Homepage: www.sg-poing.de
 Sprechzeiten nach Vereinbarung

| Basketball | | | | | | |
|--|--------------|------------|-------------|---------|---|-------------------------|
| Mannschaften kein Spielbetrieb: | | | | | | Kontakt |
| Jungen / Mädchen | U12 | Mittwoch | 15:30-17:00 | DFH-A | Thomas Malisch | 0151 / 40655531 |
| Jungen / Mädchen | U16 & U18 | Mittwoch | 19:00-20:30 | RSH-2 | Sebastian Dehmel | 0157 / 74740278 |
| Freizeit - Mixed | Alle | Mittwoch | 20:30-22:30 | RSH-2 | Josef Holzheu | 08121 / 99060 |
| Jungen / Mädchen | U10 Gruppe 1 | Freitag | 15:00-16:30 | RSH-2 | Jana Hanebuth | jana.hanebuth@gmail.com |
| Jungen / Mädchen | U12 | Freitag | 16:00-17:30 | TGG | Fred Elm & Nina Vukusic | 0152 / 31788646 |
| Jungen / Mädchen | U10 Gruppe 2 | Freitag | 16:30-18:00 | RSH-2 | Jana Hanebuth | jana.hanebuth@gmail.com |
| Jungen / Mädchen | U14 & U16 | Freitag | 17:30-19:00 | TGG | Fred Elm & Nina Vukusic | 0152 / 31788646 |
| Mannschaften Spielbetrieb: | | | | | | Kontakt |
| Jungen / Mädchen | U12 | Montag | 18:00-19:30 | DFH | Moritz Eichin & Daniel Hegewald | 01525 / 6981091 |
| Herren | volljährig | Montag | 20:00-22:00 | RSH-1 | Gunther König | 0179 / 1135953 |
| Jungen / Mädchen | U14 | Dienstag | 17:00-18:45 | RSH-2 | Philipp Gützlaff & Isabella Steinberger | philipp@guetzlaff.com |
| Jungen / Mädchen | U16 | Dienstag | 18:45-20:30 | RSH-2/3 | Thomas Malisch | 0151 / 40655531 |
| Jungen / Mädchen | U18 | Dienstag | 20:00-21:30 | RSH-3/2 | Jochen Hegewald | 0162 / 5203660 |
| Mädchen | U18 weiblich | Mittwoch | 17:00-19:00 | RSH-2 | Salu Tadi | sbtadi@googlemail.com |
| Jungen / Mädchen | U12 | Mittwoch | 17:00-19:00 | DFH-A | Moritz Eichin & Daniel Hegewald | 01525 / 6981091 |
| Jungen / Mädchen | U14 | Donnerstag | 17:00-18:45 | RSH-1 | Philipp Gützlaff & Isabella Steinberger | philipp@guetzlaff.com |
| Jungen / Mädchen | U16 | Donnerstag | 19:00-21:00 | RSH-2 | Thomas Malisch | 0151 / 40655531 |
| Jungen / Mädchen | U18 | Donnerstag | 19:00-21:30 | DFH-B | Jochen Hegewald | 0162 / 5203660 |
| Mädchen | U18-weiblich | Donnerstag | 20:00-22:00 | TGG | Salu Tadi | sbtadi@googlemail.com |
| Herren | volljährig | Donnerstag | 20:30-22:00 | DFH-A/B | Gunther König | 0179 / 1135953 |
| Herren / Jungen / Mädchen | ALLE | Freitag | 20:00-22:00 | TRS | Salu Tadi | sbtadi@googlemail.com |

| Handball: | | | | | | Kontakt |
|------------------|-----------------|--------|-------------|-------|---------------|----------------|
| Jungen / Mädchen | 5. - 10. Klasse | Montag | 17:00-18:30 | RSH-3 | Heike Walther | 972370 |

DFH: Dreifachturnhalle
 RSH: Realschulhalle
 BH: Bürgerhaus

MFR: Multifunktionaler Raum
 SRS: Seerosenschule

SZ: Sportzentrum Poing
 TGG: Turnhalle Gebr. Grimm Str

KR: Kraftraum
 TRS: Turnhalle Rathausstraße

| Volleyball | | | | | | Kontakt |
|--------------------|--|------------|-------------|-------|--|-----------------------|
| Allgemein | | Montag | 19:30-22:00 | DFH-A | Wolfgang Spieth | 08121 / 7474 |
| Mixed Mannschaft 3 | | Dienstag | 20:30-22:30 | RSH-3 | Markus Böhme | 0176 / 29306031 |
| Mixed Jugend | | Mittwoch | 17:30-19:00 | RSH-3 | Christian Künzler Ulrich Schäck | chris.kuenzler@web.de |
| Mixed Mannschaft 2 | | Mittwoch | 20:00-22:00 | DFH-C | Christian Tolksdorf | 0172 / 8543718 |
| Mixed Mannschaft 1 | | Donnerstag | 20:00-22:00 | DFH-C | Markus Böhme | 0176 / 29306031 |
| Mixed Jugend | | Freitag | 16:30-18:00 | RSH-3 | Christian Tolksdorf Diana Tolksdorf | 0172 / 8543718 |

| Badminton | | | | | | Kontakt |
|---------------------------|-------------|------------|-------------|---------|-----------------------|-----------------|
| Jugend mit Spielerfahrung | 14-18 Jahre | Montag | 19:00-20:00 | DFH-C | Marvin Maulbetsch | 0152 / 53793341 |
| Erwachsene | | Montag | 19:00-22:00 | DFH-B/C | Gerald Frank | 0176 / 43119656 |
| Erwachsene | ab 18 Jahre | Mittwoch | 18:00-20:00 | DFH-B | Gerald Frank | 0176 / 43119656 |
| Jugend | ab 16 Jahre | Mittwoch | 20:00-21:00 | DFH-B | Adrianna Strodtkötter | 0170 / 8748675 |
| Jugend Fortgeschrittene | 14-20 Jahre | Donnerstag | 19:00-20:00 | DFH-C | Marvin Maulbetsch | 0152 / 53793341 |
| Erwachsene/Jugend | ab 15 Jahre | Samstag | 14:00-17:00 | DFH-B | Asama Shah | 0176 / 36175998 |

| Kindersport | | | | | | Kontakt |
|------------------------|-----------------------|----------|-------------|-------|------------------|--|
| Geräteturnen | 1.- 4. Klasse | Montag | 16:45-18:15 | SRS | Steffi Hey | steffi-hey@web.de |
| Eltern-Kind mal anders | 2 - 3 Jahre | Montag | 15:30-16:15 | DFH-B | Juana Keller | gemeinsamfitpoing@gmail.com |
| Eltern-Kind mal anders | ab 3 Jahre | Montag | 16:15-17:00 | DFH-B | Juana Keller | gemeinsamfitpoing@gmail.com |
| Kinderturnen | 4 – 5 Jahre | Dienstag | 15:30-16:15 | SRS | Steffi Schäck | kinderturnen.steffi.sg.poing@gmail.com |
| Kinderturnen | 5 Jahre - Einschulung | Dienstag | 16:15-17:00 | SRS | Steffi Schäck | kinderturnen.steffi.sg.poing@gmail.com |
| Ballschule | 6 - 8 Jahre | Mittwoch | 17:00-18:00 | DFH-B | Claudia Graßnick | c.claudia.grassnick@gmail.com |
| Sport & Spiel | ab 6. Klasse | Freitag | 15:00-16:30 | RSH-3 | Martina Kilders | sportundspielpoing@gmail.com |
| Kinderturnen Inklusion | 5 -12 Jahre | Freitag | 18:00-19:00 | SRS | Tina Kluge | kinderturnen@kluge.bayern |

| Bouldern | | | | | | Kontakt |
|--------------------|-------------|------------|-------------|-------|---------------|------------------------------|
| Schüler | 13-16 Jahre | Donnerstag | 19:00-20:30 | RSH-1 | Luis Ziegler | luis.ziegler141097@gmail.com |
| Schüler/Erwachsene | ab 16 Jahre | Donnerstag | 20:30-22:00 | RSH-1 | Robin Ziegler | 01577 / 4321767 |

| Tanzen | | | | | | Kontakt |
|--------------------------|----------------------|------------|-------------|-----|-----------------|------------------------------------|
| Kindertanzen | 1. & 2. Klasse | Mittwoch | 16:00-17:00 | SRS | M. Brähler | sgpoing-kindertanz-1.klasse@web.de |
| Showtanz | Jahrgang 2011 - 2013 | Donnerstag | 16:30-17:30 | TRS | Sandra Graßnick | 0157 / 76398498 |
| Jazz GK (Dancing Queens) | 5. - 7. Klasse | Donnerstag | 17:00-18:00 | MFR | Eileen Krieger | 08121 / 7601184 |
| Showtanz (Supernova) | Jahrgang 2009 - 2011 | Donnerstag | 17:30-19:00 | TRS | Sandra Graßnick | 0157 / 76398498 |
| Jazz 1 (Dancing Angels) | ab 8. Klasse | Donnerstag | 18:00-19:00 | MFR | Eileen Krieger | 08121 / 7601184 |
| Kindertanz | 3 - 5 Jahre | Freitag | 14:15-15:00 | MFR | Laura Heitkamp | Laura.Kindertanzen@gmail.com |
| Kindertanz | 3 - 5 Jahre | Freitag | 15:00-15:45 | MFR | Laura Heitkamp | Laura.Kindertanzen@gmail.com |
| Kindertanz | Vorschulkinder | Freitag | 16:00-17:00 | SRS | Laura Heitkamp | Laura.Kindertanzen@gmail.com |

| Krafraum | | | | | Kontakt |
|-----------------|------------|-------------|----|----------------------|----------------------|
| Damen | Montag | 08:00-09:00 | KR | Sabine Reisinger | 80616 |
| Damen u. Herren | Montag | 10:00-11:00 | KR | Hans Prenninger | 79657 |
| Damen u. Herren | Montag | 18:00-20:00 | KR | Cihan Erben | 0160 / 4525935 |
| Damen u. Herren | Montag | 20:00-21:00 | KR | Daniel Winkler | 0160 / 93822227 |
| Damen | Mittwoch | 09:30-11:00 | KR | Hannelore Dittel | 82404 |
| Damen u. Herren | Mittwoch | 17:00-18:00 | KR | Christian Hundhammer | chris_huha@posteo.de |
| Damen u. Herren | Mittwoch | 21:00-22:00 | KR | Florian Zahler | 0152 / 53111699 |
| Damen u. Herren | Donnerstag | 20:00-22:00 | KR | Rudi Gröninger | 0170 / 5471359 |
| Damen u. Herren | Freitag | 17:00-17:45 | KR | Johannes Wagner | 0152 / 03445037 |
| Damen u. Herren | Freitag | 17:45-18:30 | KR | Johannes Wagner | 0152 / 03445037 |
| Damen u. Herren | Samstag | 09:00-11:00 | KR | Günter Badmann | 71969 |
| Damen u. Herren | Samstag | 15:30-16:30 | KR | Berk Ergin | 0160 / 8318322 |
| Damen u. Herren | Sonntag | 15:30-17:00 | KR | Stephan Altes | 089 / 21112274 |

| Boxen | | | | | Kontakt |
|------------------------------|----------|-------------|-----|----------------|-----------------|
| Anfänger u. Fortgeschrittene | Mittwoch | 19:00-20:30 | SRS | Daniel Winkler | 0160 / 93822227 |

| Judo | | | | | Kontakt |
|------------------------------|------------|--------|-------------|-----|----------------------------------|
| Anfänger u. Fortgeschrittene | ab 6 Jahre | Montag | 16:30-18:00 | TGG | Arnulf Kisslinger nulf@gmx.de |

| Gymnastik & Fitness für Erwachsene | | | | | Kontakt |
|---|------------|-------------|----------------------------|--------------------|-------------------------------|
| Work-out und Step | Montag | 09:00-10:00 | MFR | Sabine Behnke | 221831 |
| Pilates | Montag | 18:00-19:00 | Bürgerhaus Raum 4 | Sabine Behnke | 221831 |
| Work-out / Fitness | Montag | 19:00-20:00 | MFR | Nicole Edlforthner | 0157 / 73831783 |
| Yoga | Montag | 19:30-21:00 | SRS | Sabine Nannemann | yoga.poing@gmail.com |
| Fun for fit-Fasciales Work-out | Montag | 20:00-21:00 | BH | Jutta Scholz | 0157 / 58846368 |
| Rundumfitness für Sie & Ihn | Montag | 20:00-21:30 | RSH-3 | Torsten Brähler | t.braehler@gmx.net |
| Yoga ab 60 Jahre | Dienstag | 09:00-11:00 | MFR | Sabine Nannemann | yoga.poing@gmail.com |
| Latin-Work-out | Dienstag | 18:30-19:30 | SRS | Laura Heitkamp | Laura.Latin.Workout@gmail.com |
| Yoga | Dienstag | 19:30-21:00 | SRS | Sabine Nannemann | yoga.poing@gmail.com |
| Step- Aerobic | Mittwoch | 19:00-20:00 | DFH-A | Katja Stanisic | stani4@web.de |
| Bleib fit! Ausgleich und Bewegung für Jedermann(frau) | Mittwoch | 19:00-20:00 | Bürgerhaus Raum 4 | Cornelia Funk | 82627 |
| Work-out | Mittwoch | 20:00-21:00 | DFH-A | Sabine Behnke | 221831 |
| Herrenfitness | Mittwoch | 20:00-22:00 | RSH-3 | Alexander Vogl | 975824 |
| Pilates | Donnerstag | 08:00-09:15 | Bürgerhaus Raum 4 | Petra Ziegler | pittziegler@gmail.com |
| Pilates | Donnerstag | 09:15-10:30 | Bürgerhaus Raum 4 | Petra Ziegler | pittziegler@gmail.com |
| Pilates | Donnerstag | 10:30-11:45 | Bürgerhaus Raum 4 | Petra Ziegler | pittziegler@gmail.com |
| Gymnastik | Donnerstag | 18:00-19:00 | SRS | Steffi Brenninger | 82252 |
| Gymnastik mit Hanteln und Band | Donnerstag | 19:00-20:00 | SRS | Steffi Brenninger | 82252 |
| Work-Dance-Step | Freitag | 08:05-09:05 | MFR | Katja Stanisic | stani4@web.de |
| Wirbelsäulen-gymnastik | Freitag | 09:30-10:30 | Bürgerhaus Raum 4 | Katja Stanisic | stani4@web.de |
| Senioren-gymnastik/ Tanz im Sitzen | Freitag | 09:30-11:00 | Vereinsraum Anzinger Str.1 | Birgit Heitkamp | 772709 |
| Hula-Hoop-Fitness | Freitag | 17:00-18:00 | SRS | Laura Heitkamp | Hula.hoop.by.laura@gmail.com |
| YIN YOGA | Freitag | 18:30-19:30 | Online | Katja Stanisic | stani4@web.de |
|  ZUMBA | Sonntag | 18:00-19:00 | MFR | Katja Stanisic | stani4@web.de |

ZUMBA® und die Logos von Zumba Fitness sind Markenzeichen von Zumba Fitness, LLC.

| Velo Club | | | | | Kontakt | |
|-------------------|------|-------------------|-------------|-----|-------------------------------|-------------------------|
| Stabi-Training | Alle | Dienstag | 18:45-20:00 | DFH | Thomas Hey | 0175 / 4623903 |
| Rennradausfahrten | Alle | Nach Vereinbarung | | SZ | Torsten Brähler Thomas Hey | veloclub-SGPoing@web.de |

DFH: Dreifachturnhalle
RSH: Realschulhalle
BH: Bürgerhaus

MFR: Multifunktionaler Raum
SRS: Seerosenschule

SZ: Sportzentrum Poing
TGG: Turnhalle Gebr. Grimm Str

KR: Kraftraum
TRS: Turnhalle Rathausstraße

| Leichtathletik – LG Sempt | | | | | | Kontakt |
|-----------------------------|-----------------|------------|----------------------------|-------------|-----------------|------------------------|
| Kinderleichtathletik | U10 | Montag | 17:00-18:00 | DFH SZ | Sylvie Kaiser | 254069 |
| Mittel-/Langstrecke | ab U16 | Montag | 17:30-19:00 | SZ | Markus Gützlaff | 0173 / 3525701 |
| Lauftreff | Erwachsene | Montag | 18:30-20:00 | SZ | Steffi Hey | steffi-hey@web.de |
| Schüler/Jugend | U16 / U18 / U20 | Montag | 18:30-20:00 18:00-20:00 | RSH-3 SZ | Patrick Funk | 221655 |
| Schüler/Jugend | U16 / U18 / U20 | Montag | 18:30-20:00 18:00-20:00 | RSH-3 SZ | Karin Ertl | 089 / 90199298 |
| Kinderleichtathletik | U12 | Dienstag | 16:30-18:00 | TRS | Carina Uhl | 08121 / 973039 |
| Kinderleichtathletik | U8 | Dienstag | 17:00-18:30 | SRS SZ | Daniela Stewens | 0179 / 5103307 |
| Schüler/Jugend | U14 | Dienstag | 18:00-20:00 | DFH SZ | Regine Uhl | 08121 / 973039 |
| Schüler/Jugend | U16 | Dienstag | 18:00-20:00 | DFH SZ | Nico Krieger | nicolas.krieger@tum.de |
| Krafttraining | U16 / U18 / U20 | Dienstag | 19:00-20:30 | KR | Rolf Kistner | 79425 |
| Mittel-/Langstrecke | ab U16 | Mittwoch | 18:30-20:30 | SZ | Markus Gützlaff | 0173 / 3525701 |
| Lauftraining für Erwachsene | Erwachsene | Mittwoch | 18:30-20:30 | SZ | Markus Gützlaff | 0173 / 3525701 |
| Triathlon - Lauftraining | Alle | Mittwoch | 18:30-20:30 | SZ | Patrick Göll | 0173 / 3596065 |
| Kinderleichtathletik | U8 | Donnerstag | 16:00-17:30 | SRS SZ | Petra Bluhme | 973347 |
| Kinderleichtathletik | U10 | Donnerstag | 17:00-18:30 | RSH-2 | Barbara Büscher | 0163 / 6035590 |
| Kinderleichtathletik | U12 | Donnerstag | 17:00-18:30 | RSH-3 SZ | Carina Uhl | 08121 / 973039 |
| Schüler/Jugend | U16 | Donnerstag | 18:00-20:00 | TGG SZ | Nico Krieger | nicolas.krieger@tum.de |
| Triathlon - Radfahren | Alle | Donnerstag | ab 18:30 | SZ | Patrick Göll | 0173 / 3596065 |
| Schüler/Jugend | U14 | Freitag | 18:00-20:00 | RSH | Regine Uhl | 08121 / 973039 |
| Schüler/Jugend | U18 / U20 | Freitag | 18:00-20:00 | RSH SZ | Josef Holzheu | 99060 |
| Krafttraining | ab U16 | Samstag | 11:00-13:00 | KR | Rolf Kistner | 79425 |

| Jahresbeiträge | | |
|--------------------------------------|---|----------|
| Anmeldegebühr pro Anmeldung: 20,00 € | | |
| Erwachsene | Kinder / Jugendliche / Studenten / Auszubildende / Empfänger vom Bürgergeld / Behinderte (ab 60%) / Asylberechtigte | Familien |
| 60,00 € | 30,00 € | 144,00 € |