

Vorstandsvorsitzender: Markus Böhme

Sportliche Leitung: M. Brähler, R. Krause
Schatzmeister(-in): Sina Waibl
Technische Leitung: Johann Flachs

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 / Damen	U12	Mittwoch	15:30-17:00	DFH-A	Moritz Eichin	01525 / 6981091
Freizeit - Mixed	Alle	Mittwoch	20:30-22:30	RSH-2	Josef Holzheu	08121 / 99060
Jungen / Damen	U10 Gruppe 1	Freitag	15:00-16:30	RSH-2	Jana Hanebuth	jana.hanebuth@gmail.com
Jungen / Damen	U12	Freitag	16:00-17:30	TGG	Fred Elm & Lana Vukusic	0152 / 31788646
Jungen / Damen	U10 Gruppe 2	Freitag	16:30-18:00	RSH-2	Jana Hanebuth	jana.hanebuth@gmail.com
Jungen / Damen	U14-U18	Freitag	17:30-19:00	TGG	Fred Elm & Lana Vukusic	0152 / 31788646
Mannschaften Spielbetrieb:						Kontakt
Jungen / Damen	U12	Montag	18:00-19:30	DFH	Moritz Eichin & Daniel Hegewald	01525 / 6981091
Herren	volljährig	Montag	20:00-22:00	RSH-1	Sebastian Jäger	01575 / 2851860
Jungen / Damen	U14	Dienstag	17:00-18:45	RSH-2	Gunther König	0179 / 1135953
Jungen / Damen	U16	Dienstag	18:45-20:30	RSH-2/3	Thomas Malisch	0151 / 40655531
Jungen / Damen	U18	Dienstag	20:00-21:30	RSH-3/2	Jochen Hegewald	0162 / 5203660
Jungen / Damen	U12	Mittwoch	17:00-19:00	DFH-A	Moritz Eichin & Daniel Hegewald	01525 / 6981091
Damen	U14 weiblich	Mittwoch	17:00-19:00	RSH-2	Jochen Hegewald	0162 / 5203660
Damen	ab U18	Mittwoch	19:00-20:30	RSH-2	Salu Tadi	sbtadi@gmail.com
Jungen / Damen	U14	Donnerstag	17:00-19:00	RSH-2	Gunther König	0179 / 1135953
Jungen / Damen	U16	Donnerstag	19:00-21:00	RSH-2	Thomas Malisch	0151 / 40655531
Jungen / Damen	U18	Donnerstag	19:00-21:30	DFH-B	Jochen Hegewald	0162 / 5203660
Damen	ab U18	Donnerstag	20:00-22:00	TGG	Salu Tadi	sbtadi@gmail.com
Herren	volljährig	Donnerstag	20:30-22:00	DFH-A/B	Sebastian Jäger	01575 / 2851860
Jungen / Damen	U12	Freitag	18:00-19:00	SRS	Moritz Eichin & Daniel Hegewald	01525 / 6981091
Herren / Jungen / Damen	ALLE	Freitag	20:00-22:00	TRS	Salu Tadi	sbtadi@gmail.com

Handball						Kontakt
Jungen / Mädchen	5. - 10. Klasse	Montag	17:00-18:30	RSH-3	Luca Mauro	lucaelijamauro@outlook.de
Jungen / Mädchen	1. - 4. Klasse	Mittwoch	16:00-17:00	DFH	Maria Kiel	sgpoingkinderhandball@gmail.com

Volleyball						Kontakt
Allgemein		Montag	19:30-22:00	DFH-A	Wolfgang Spieth	08121 / 7474
Mixed – Jugend (01.05. – 31.10.)		Dienstag	18:00-20:00	DFH-A	Christian Tolksdorf Diana Tolksdorf	0172 / 8543718
Mixed Mannschaft (01.08. – 15.09.)		Dienstag	20:30-22:30 20:00-22:00	RSH-3 DFH-C	Markus Böhme Leonardo Belfiori	0176 / 29306031
Mixed Kinder / Jugend		Mittwoch	17:00-19:00	RSH-3	Ulrich Schäck Stefan Haini	volleyball.sgpoing.jugend.mi@gmail.com
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 Leonardo Belfiori	0176 / 29306031
Mixed Kinder / 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	Marlene Barz	0176 / 32560451
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
Erwachsene/Jugend	ab 15 Jahre	Sonntag	11:30-13:30	RSH	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	Vanessa Ziehn	gemeinsamfitpoing@gmail.com
Eltern-Kind - mal anders	Ab 3 Jahre	Montag	16:15-17:00	DFH-B	Vanessa Ziehn	gemeinsamfitpoing@gmail.com
Kindersport	6 – 8 Jahre	Mittwoch	17:00-18:15	SRS	Juana Keller	turnen.sg@web.de
Ballschule	6 – 8 Jahre	Mittwoch	17:00-18:00	DFH-B	Celine Freund	0173 / 5172702
Sport & Spiel	ab 6. Klasse	Freitag	15:00-16:30	RSH-3	Martina Kilders	sportundspielpoing@gmail.com
Kinderturnen	5 Jahre - Einschulung	Freitag	15:00-16:00	RSH-1	Steffi Schäck	kinderturnen.steffi.sg.poing@gmail.com
Kinderturnen	4 – 5 Jahre	Freitag	16:00-17:00	RSH-1	Steffi Schäck	kinderturnen.steffi.sg.poing@gmail.com

Tanzen						Kontakt
Showtanz (Supernova)	Jahrgang 2009 - 2012	Montag	18:15-19:30	SRS	Sandra Graßnick	0157 / 76398498
Kindertanzen	1. & 2. Klasse	Mittwoch	16:00-17:00	SRS	M. Brähler	sgpoing-kindertanz-1.klasse@web.de
Showtanz (Starlight)	Jahrgang 2012 - 2015	Donnerstag	16:30-17:30	TRS	Sandra Graßnick	0157 / 76398498
Showtanz (Supernova)	Jahrgang 2009 - 2012	Donnerstag	17:30-19:00	TRS	Sandra Graßnick	0157 / 76398498
Kindertanz	3 - 5 Jahre	Freitag	14:30-15:30	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

Kraftraum						Kontakt
Damen	Montag	08:00-09:00	KR	Sabine Reisinger		08121 / 80616
Damen u. Herren	Montag	10:00-11:00	KR	Hans Prenninger		08121 / 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 u. Herren	Mittwoch	08:00-09:30	KR	Heike Walther		08121 / 972370
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	16:00-17:00	KR	Jaron Andrä		jaronandrea@gmail.com
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	13:00-14:00	KR	Lena Medve		medve.leni@gmail.com
Damen u. Herren	Samstag	15:30-16:30	KR	Berk Ergin		0160 / 8318322
Damen u. Herren	Sonntag	14:00-15:30	KR	Rufus Steger		rufus.steger@gmail.com
Damen u. Herren	Sonntag	15:30-17:00	KR	Stephan Altes		089 / 21112274

Bouldern						Kontakt
Schüler	13-16 Jahre	Donnerstag	19:00-20:30	RSH-1	Robin Ziegler	01577 / 4321767
Schüler/Erwachsene	ab 16 Jahre	Donnerstag	20:30-22:00	RSH-1	Robin Ziegler	01577 / 4321767

DFH: Dreifachturnhalle
RSH: Realschulhalle
BH: Bürgerhaus

MFR: Multifunktionaler Raum
SRS: Seerosenschule

SZ: Sportzentrum Poing
TGG: Turnhalle Gebr. Grimm Str

KR: Kraftraum
TRS: Turnhalle Rathausstraße

Gymnastik & Fitness für Erwachsene						Kontakt
Work-out und Step	Montag	09:00-10:00	MFR	Sabine Behnke	221831	
Rückenfit	Montag	18:00-19:00	Bürgerhaus Raum 4	Andrea Werler	mantelflicker@hotmail.com	
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	19:45-21:15	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	
Seniorengymnastik/ 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	Donnerstag	20:10-21:15	SRS	Torsten Brähler Thomas Hey	0175 / 4623903
Rennradausfahrten	Alle	nach Absprache		Straße	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	16:30-18:00	DFH SZ	Sylvie Kaiser	254069
Laufftreff	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 / Robert Müller	Carina.uhl.06@gmail.com
Kinderleichtathletik	U8	Dienstag	17:00-18:30	SRS SZ	Daniela Stewens / Andrea Werler	0179 / 5103307
Schüler/Jugend	U14	Dienstag	18:00-20:00	DFH SZ	Regine Uhl / Sarah Jäger	08121 / 973039
Schüler/Jugend	U16	Dienstag	18:00-20:00	DFH SZ	Nico Krieger / Karin Ertl	nicolas.krieger@tum.de
Krafttraining	U16 / U18 / U20	Dienstag	19:00-20:30	KR	Rolf Kistner / Chrischi	79425
Mittel-/Langstrecke	ab U16	Mittwoch	18:30-20:30	SZ	Markus Gützlaff	0173 / 3525701
Laufrtraining	Erwachsene	Mittwoch	18:30-20:30	SZ	Markus Gützlaff	0173 / 3525701
Triathlon - Laufrtraining	Alle	Mittwoch	18:30-20:30	SZ	Patrick Göll	0173 / 3596065
Kinderleichtathletik	U8	Donnerstag	16:00-17:30	SRS SZ	Petra Bluhme / Claudia Graßnick	973347
Kinderleichtathletik	U10	Donnerstag	17:00-18:30	RSH-2	M. Oberpriller / S. Olesch / K. Müller	01514 / 2405745
Kinderleichtathletik	U12	Donnerstag	17:00-18:30	RSH-3 SZ	Carina Uhl / Conny Holländer	Carina.uhl.06@gmail.com
Schüler/Jugend	U16	Donnerstag	18:00-20:00	TGG SZ	Nico Krieger / S. Olesch / K. Müller	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 / Carina Uhl	08121 / 973039
Schüler/Jugend	U18 / U20	Freitag	18:00-20:00	RSH SZ	Josef Holzheu / Rolf Kistner	99060
Krafttraining	ab U16	Samstag	17:30-19:30	KR	Josef Holzheu / Chrischi	99060

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

Boxen						Kontakt
Anfänger u. Fortgeschrittene	Mittwoch	19:00-20:30	SRS	Domen Golob		0172 / 8993731

Jahresbeiträge ab 01.01.2025 Anmeldegebühr pro Anmeldung: 20,00 €			
Erwachsene	Kinder / Jugendliche / Studenten / Auszubildende / Empfänger vom Bürgergeld / Behinderte (ab 60%) / Asylberechtigte	Familien	Senioren / Rentner ab 67. Jahren
84,00 €	42,00 €	192,00 €	72,00 €