



# Das Periskop

Vereinsnachrichten des FC Puchheim  
im Juni 2018  
Erweiterte Ausgabe unter [fc-puchheim.de](http://fc-puchheim.de)



## Puchheimer Marathongruppe läuft für alle, die nicht laufen können

Laufe für die, die es nicht können. Das ist das Motto des „Wings for Life World Run“, eines globalen Lauf- und Rollstuhl-Events, bei dem weltweit zur gleichen Zeit gestartet wird. Das Besondere des Wettbewerbs ist, dass es keine Ziellinie gibt, die Wettkämpfer also nicht dem Ziel entgegen laufen, sondern dass die Ziellinie in Form des „Catcher Cars“ jedem Läufer und jeder Läuferin „nachrennt“ oder besser nachfährt – bis einer nach dem anderen langsam, aber sicher eingeholt („erwischt“) ist. Ein Teilnehmer beendet den Lauf, wenn er/sie vom „Catcher Car“ (die fahrende Ziellinie) überholt wird. Der „Catcher Car“ startet weltweit zur gleichen Zeit und wird an jedem Ort mit modernster Technik synchronisiert.

Der „Car“ nahm in München (wie überall sonst auf der Welt) seine Verfolgung 30 Minuten nach dem Start der Läufer auf mit 15 km/h Geschwindigkeit. In

München war das um 13.30 Uhr. Um 14.30 Uhr erhöhte sich die Geschwindigkeit auf 16 km/h, um 15.30 Uhr auf 17 km/h, um 16.30 Uhr auf 20 km/h. Um 18.30 Uhr schließlich wurde zum letzten Mal die Geschwindigkeit auf dann 35 km/h erhöht. Im „Car“ befindet sich das Zeitmessgerät. Beim Überholvorgang erfassen die Messgeräte im „Catcher Car“ die individuellen Zeitnahme-Chips an den Startnummern der Läufer. Damit ist das persönliche Ziel erreicht. Die Ergebnisse werden nach Distanz und nicht nach Zeit gereiht. Nicht derjenige wird Sieger, der der Schnellste war, sondern derjenige, der am weitesten kommt. Eine für alle Läufer ungewohnte, aber sehr



spannende Wettkampfmethodik. Je nach individueller Laufgeschwindigkeit beginnt jeder Teilnehmer früher oder später „in den Rückspiegel“ zu sehen – wann kommt der „Catcher Car“ und wie weit schaffe ich es noch?

Aber das wichtigste bei dem Lauf ist: Alle Teilnehmer laufen für die, die es nicht können. Denn 100 Prozent der Startgelder des „Wings for Life World Run“ fließen direkt an die gemeinnützige „Wings for Life“-Stiftung, die mit Hilfe von Spendengeldern Forschungsprojekte zur Heilung von Rückenmarksverletzungen unterstützt. Die administrativen Kosten des weltweiten Events und der Stiftung werden vom Organisator des Laufs (Firma Red Bull) und weiteren Sponsoren getragen. „Laufend helfen zu können!“ – das wollten natürlich auch 17 Sportler aus der Marathongruppe des FC Puchheim. In erster Linie unterstützen, aber auch selbst miterleben, war ihr Ziel.

Die Puchheim Marathonläufer waren also am Sonntag, 6. Mai 2018, in München dabei, als sich weltweit über 100000 Läufer zeitgleich auf eine Strecke ohne Ziellinie begaben und so weit liefen, wie sie es schafften. Im Münchner Olympiazentrum waren bei blauem Himmel, Sonnenschein und Temperaturen um 23 Grad über 10400 Teilnehmer am Start. Ein aufregendes und verbindendes Gefühl. Den Puchheimer Läufern machte es riesigen Spaß, bei diesem etwas anderen Lauf dabei zu sein. Die Puchheimer Distanzen lagen zwischen 9 und 33 Kilometer.

Fotos: Klaus Schäfer/Text: FCP

## **Welt-Tai-Chi-Tag – zum ersten Mal im FC Puchheim**

Immer am letzten Samstag im April findet der Welt-Tai-Chi-Tag statt. Dort präsentieren Tai-Chi-Gruppen in aller Welt diese jahrhundertealte Bewegungskunst aus China der Öffentlichkeit und tragen somit zur weiteren Verbreitung bei. Dieses Jahr wurde der Tag zum 20. Mal weltweit begangen. Premiere aber hatte der Tai-Chi-Tag am 28. April 2018 in der Karateabteilung des FC Puchheim. Aus diesem Anlass veranstalteten die beiden erfahrenen Übungsleiter Christian Pürkner und Marion Strobel einen zweistündigen Workshop innerhalb der Abteilung, in dem sie eine kleine Auswahl aus Qi-Gong-Übungen und Figuren der Peking-Form zusammengestellt hatten.

Warum macht die Karateabteilung jetzt auch Tai-Chi? Die drei Sparten der Abteilung, Karate, Kobudo und Tai-Chi, können auf eine gemeinsame Historie von über 2000 Jahren zurückblicken. Die Kampfkunst Tai-Chi wird von der chinesischen Bevölkerung als Bindeglied zwischen Wissenschaft, Kunst, Philosophie und Medizin gesehen. Heute wird Tai-Chi als innere Kampfkunst bezeichnet. Im Vordergrund steht nicht wie im sportlichen Zweikampf die Übung von Kampftechniken. Ziel ist es vielmehr, den eigenen Körper und den Geist als eine Einheit in Harmonie mit der Natur zu erkennen. Das lässt erahnen, dass der Kampf gegen sich selbst der schwierigste sein kann. Darüber hinaus ist die sanfte Bewegungskunst eine schonende Methode zur Stärkung der Muskulatur. Die langsame Übungsweise kann beruhigend auf den Geist wirken und zu mehr Entspannung im Alltag beitragen.

Der Deutsche Karate Verband ist seit Ende 2016 bundesweit offizieller Vertreter für Tai-Chi im DOSB. Er bietet deutschlandweit eine einheitliche Ausbildung und die Möglichkeit, sich innerhalb eines staatlich anerkannten Verbandes zu organisieren.

Nach der Sommerpause beenden Christian und Marion die dreistufige Lizenzausbildung zum Tai-Chi-Trainer. Ab Oktober 2018 ist dann eine dauerhafte Tai-Chi-Gruppe geplant.

Informationen gibt es im neuen



Programmheft des FC Puchheim und auf der Homepage der Abteilung. Interessierte können sich vorab unter [karate@fc-puchheim.de](mailto:karate@fc-puchheim.de) vormerken lassen.

Foto: Christian Pürkner/ Text: Marion Strobel

## Gemütliche Radtour zu den neuen Maibäumen

Die gute Idee vom letzten Jahr war eine Wiederholung wert. Hans Berger steuerte auch heuer mit seiner gemütlichen Mittwoch-Radgruppe neu aufgestellte Maibäume in den umliegenden Ortschaften an. Jeder Maibaum zeigte sich in seinem eigenen Charakter. Die erste Station war der imposante Olchinger Baum. Die weiteren Anlaufpunkte: Esting, Germlinden, Maisach, Germerswang, Malching, Fürstenfeldbruck und Emmering. Überall gab es lustige, alt-ehrwürdige und lehrreiche Details an den Maibäumen und den Taferln zu entdecken. Esting präsentierte sich zudem mit seinem kleinen, liebewürdigen Schloss. Daneben hatte die Gemeinde den Maibaum platziert. Die Radgruppe konnte sogar die alte Schlosskapelle besichtigen. In Maisach schmückt jetzt der Maibaum den neu gestalteten Rathausplatz. Die Fürstenfeldbrucker haben ihren Baum ebenfalls um



DIE GERMLINDNER lassen Trachtler um ihren Maibaum tanzen. In Germerswang erklärt sich der Maibaum selbst. Auf seine Taferl hat es auch eine Schweinshaxen samt Weißbier geschafft.

ein paar Meter versetzt und jetzt am Rand des Volksfestplatzes aufgestellt. Der alte Baum dient nun als urige Sitzgruppe (siehe Foto rechts).

Die insgesamt neun Puchheimer Maibaumtouristen brachten es bei ihrer zünftigen Besichtigungsrunde auf gut 35 Kilometer Fahrstrecke. Ein Teil der Gruppe stärkte sich zum Abschluss noch ausgiebig im Alten Wirt zu Emmering.  
Fotos: Hans Berger/Text: Konrad Meyer



## Ein Wander-Telegramm

Mit der S-Bahn nach Weßling, von dort zum Weßlinger See, zum Gut Delling entlang der Eichenallee, zum Bildstock am Antoniusberg (Bild oben) mit toller Aussicht auf den Pilsen- und Ammersee. Weiter zum „Sepperlwirt“ in Meiling zum Mittagessen. Gestärkt geht's weiter nach Grünsink zu einer Marienwallfahrtsstätte des 18. Jahrhunderts. Wetter hat gut durchgehalten. Wir waren 14 Zweibeiner und ein Vierbeiner.

Fotos/Telegramm: Marianne Gaube



**Impressum:** Das erweiterte Periskop gibt es unter [fc-puchheim.de](http://fc-puchheim.de); Tel.: 089-80 74 09; FCP-Vorsitzender: Willy Schäufler; Geschäftsstellenleiter: Hans Tannenberger; Verantwortlich für das Periskop: Konrad Meyer, Tel. 089-8018 81, [konny.meyer@t-online.de](mailto:konny.meyer@t-online.de). Das Periskop erscheint monatlich. Redaktionsschluss: Zwei Tage vor Monatswechsel. Auflage rund 700 Stück. Der Verein geht davon aus, dass Einverständnis mit der Veröffentlichung der Bilder besteht.

## Es lebe der Datenschutz!

In diesen Tagen der „Datenschutzgrundverordnung“ (DSGVO) der Europäischen Union trifft es alle Kleinen besonders hart – vom Handwerksbetrieb bis zum Sportverein. Auch der FC Puchheim stellt sich in diesen Tagen der mühsamen Aufgabe, von absolut allen Mitgliedern mehrere schriftliche Erklärungen einzuholen. Alle Übungsleiterinnen und Übungsleiter sind aufgerufen, ihren Teilnehmern die doppelseitigen Erklärungen zur dreifachen Unterschrift auszuhändigen. Wer noch keinen Erklärungszettel zum Datenschutz erhalten hat, sollte bitte bald in der Geschäftsstelle einen solchen unterschreiben. Die Lage ist durchaus ernst! Der FC Puchheim läuft Gefahr, von irgendwelchen Geschäftemachern abgemahnt zu werden. Bei echten Verstößen gegen die DSGVO drohen saftige Strafen durch den Staat.

Fazit: Macht bitte alle mit und unterschreibt die Datenschutz-Erklärungen. Ihr helft damit auch dem Periskop!  
Text: Konrad Meyer



DIE GEEHRTEN GEBEN SICH DIE EHRE: Gruppenbild im Licht- und Schattenspiel. Das sonnigste Fleckerl erwischte Tiana Witter. Wer findet Bürgermeister Norbert Seidl auf dem Bild?

## Ehrungsabend mit zünftiger Blasmusik

„Heit gibt's a Rehragout“ gehörte zum Repertoire der „Eichenauer Starzl-Musi“ beim Ehrungsabend des FC Puchheim. Obwohl die Musiker klangvoll bayerisch aufspielten, gab es dann doch ein kalt/warmes griechisches Buffet vom Taki. Bevor das gestürmt werden konnte, standen aber die Ehrungen langjähriger Mitglieder (für 10, 20, 30 und sogar 40 Jahre) und Übungsleiter im Mittelpunkt. In Anwesenheit unseres 1. Bürgermeisters Norbert Seidl und der Sportreferentin der Stadt, Marga Wiesner, überreichten Willy Schäufler und Tiana Witter den treuen Sportlern eine Urkunde, eine Ehrennadel und eine FCP-Tasse mit kleinen Leckereien.

Viele der insgesamt 28 Geehrten berichteten kurz über ihren „Werdengang“ im Verein. Manche haben mehrere Abteilungen durchlaufen,



GERN GESEHENER GAST beim FC Puchheim: Bürgermeister Seidl (ganz links) mit den Tischnachbarn Marga Wiesner, Traude Mandel und Willy Schäufler.

andere sind durchgehend bei einer Sportart geblieben. Alle waren sich einig, dass bei der Vielfalt des FC Puchheim-Angebots jeder das passende finden kann und es vor allem darauf ankommt, immer in Bewegung zu bleiben. Eine Teilnehmerin berichtete, dass sie seit 20 Jahren Mitglied in unserem Fitnessstudio ist. Nachdem sie damals zwei Knieprothesen bekommen hatte, ist es ihr durch regelmäßiges Training unter fachkundiger Anleitung gelungen, wieder problemlos gehen zu können.

Ebenfalls geehrt wurden Heidi Kristen und Norbert Stephan, die schon zehn Jahre unermüdlich als Übungsleiter beim Verein tätig sind.

Noch lange wurden in angeregten Gesprächen Geschichten und Erfahrungen ausgetauscht, bevor man sich „bis bald beim Sport“ verabschiedete. Fotos: Hans Berger/Text: Traude Mandel

## **Wenn die Mütter mit den Kindern . . .**

So geht es bei uns in der Mütter-fit Stunde zu: Die Babys/Kleinkinder beschäftigen sich zum Großteil selbst oder miteinander. Dadurch kommen sie schon in den Genuss der Kleingeräte des FC Puchheim und lernen so ganz nebenbei die große Turnhalle kennen. Wenn nötig, nimmt man mal ein Kind auf den Arm oder stillt sogar zwischendurch. Den Beckenboden nach der Rückbildung noch weiter zu kräftigen ist unter anderem ein Ziel dieser Stunde. Die Schulter und Nackenmuskulatur zu stärken, aber auch zu lockern steht ebenfalls im Vordergrund. Durch das Tragen der Babys sind diese Partien oft überbelastet.

Damit ihr schneller wieder fit werdet, schaut doch einfach mal vorbei. Es finden sich Freundschaften bei den Mamas und den Babys/Kleinkindern. Die Übungsleiterin Karin Kuschel erteilt gerne Auskunft unter Tel. 089 / 80 66 18. Mütter-fit jeden Dienstag von 10.30 bis 11.30 Uhr im Sportzentrum, Halle 1. Foto/Text: Karin Kuschel



### SPRUCH DES MONATS

**Auch im Alphabet kommt die Anstrengung vor dem Erfolg.**

*Kleine Motivation für Euer Training*

## Das LESER-Foto

Dieser Baum steht an der Würm, nur wenige Meter nördlich der Bahnunterführung in Pasing. Er scheint liebevoll das Gelände neben sich zu umarmen.

Leserfoto: Jürgen Storm



Das Periskop veröffentlicht Eure Lieblingsfotos oder Schnappschüsse mit einer kurzen Story dazu. Einsendungen an [konny.meyer@t-online.de](mailto:konny.meyer@t-online.de). Honorar kann die Redaktion leider nicht bezahlen.

### **Bescheid wissen . . .**

**Die rege Teilnahme** der Vereinsmitglieder beim Volksfestinzug hat dem FC Puchheim eine Sondereinnahme beschert. Die Stadt prämierte die gut 200 FCP-Marschierer als stärkste Gruppe mit einer Urkunde und 100 Euro. Somit hat jeder Teilnehmer für seinen Verein 50 Cent „erlaufen“!

**Die Geschäftsstelle des FCP** hat im Sportzentrum an der Bürgermeister-Ertl-Straße folgende Öffnungszeiten: Dienstag: 16 bis 18 Uhr, Mittwoch: 9 bis 12 Uhr und Donnerstag: 17 bis 19 Uhr. Kontaktmöglichkeiten bieten ferner der Anrufbeantworter unter Tel. 089-80 74 09 oder die E-Mail-Adresse [info@fc-puchheim.de](mailto:info@fc-puchheim.de).  
Text: Konrad Meyer

### **Nachtrag zum Volkslauf**

Petrus hatte ein Einsehen. Nachdem vergangenen Herbst der Stadtlauf wegen eines Sturms buchstäblich abgeblasen werden musste, meinte es Petrus am 22. April 2018 fast zu gut. Bei tropisch anmutenden Wetterverhältnissen wagten sich gut 150 Athleten auf die Strecken zwischen 800 Metern und 10 Kilometern. Vor allem die 10-Kilometerläufer hatten mit der Hitze zu kämpfen, da ihr Start gegen Mittag hin verschoben werden musste. Dafür bewiesen die Zuschauer große Ausdauer. Insbesondere die Kinder, die am Vormittag ihr Rennen bestritten hatten, unterstützten

die Langstreckler durch begeistertes Anfeuern und ein langes Wasserbecher-Spalier im Start-/Zielbereich.

Den Hauptlauf über 10 Kilometer entschied Adam Jankowski in 38:07 Minuten für sich, gefolgt von Thomas Marohn (PTSV Rosenheim) in 39:01 und Maximilian Schropp in 39:18 Minuten. Bei den Damen war Claudia Metzger vom FC Puchheim die Schnellste. Mit 42:55 Minuten war sie Gesamtsechste über diese Strecke. Zweite wurde Evi Stelzer in 47:36 Minuten, gefolgt von Claudia Ullrich in 48:57 Minuten.

Auf der 4-Kilometer-Strecke siegte der 19-jährige Äthiopier Hassan Adem souverän in 15:02 Minuten. Schnellste Dame war auch hier wiederum die Puchheimerin Claudia Metzger, die sich mit 16:06 Minuten noch schnell für den 10-Kilometer-Lauf aufwärmte. Bei den Jugendlichen distanzierte der 15-jährige Puchheimer Raphael Bock (LG Würm Athletik) die Konkurrenz in 8:53 Minuten. Alle weiteren Ergebnisse sind einsehbar unter:

<https://ladv.de/veranstaltung/detail/14855/14.-Puchheimer-Volkslauf-Puchheim.htm>

Ganz herzlichen Dank an dieser Stelle wieder an Horst Kramer vom Kreisboten/Merkur, der eindruckliche Bilder von diesem Sportereignis eingefangen und Online gestellt hat.

Text: Ilona Spalinger

Anmerkung der Redaktion: Aus technischen Gründen konnte der obige Bericht der Leichtathleten nicht mehr in das Mai-Periskop eingestellt werden. Er wird hiermit gerne nachgereicht.

## **FC Puchheim beim Stadtradeln dabei**

Das Stadtradeln in Puchheim hat am 17. Juni 2018 um 14 Uhr mit der Auftakttour „Rundumadam“ (vom Grünen Markt) begonnen und dauert bis zum 7. Juli. Es wird auch in diesem Jahr spannend werden, ob die Sportfreunde Puchheim oder der FC Puchheim die meisten Kilometer eintragen können. Im letzten Jahr waren die Sportfreunde mit 20767 Kilometer knapp vor den „Körperfahrern FC Puchheim“ mit 20306 Kilometer.

Deshalb wäre es schön, wenn alle Vereinsmitglieder, die radeln, mitmachen und sich bei unserem Team „Körperfahrer FC Puchheim“ anmelden. Wer noch nicht dabei war, muss sich bei [www.stadtradeln.de](http://www.stadtradeln.de) der Stadt Puchheim und dem Team „Körperfahrer FC Puchheim“ registrieren.

Foto: FCP/Text: Bernhard Harles

Die Körperfahrer unterwegs im Landkreis Fürstfeldbruck. So nebenbei liefern wir hier das perfekte Datenschuttfoto!

