50 Jahre

Olympischer Sportclub

München e.V.

1966 bis 2016

Unser Ehrenvorsitzender

Langjähriger 1. Vorsitzender

und

Leiter der Abteilung Fechten

Josef Weiß

Erster Vorsitzender: Matthias Aust
Abt. Moderner Fünfkampf
Vereinszugehörigkeit seit 1985
E-Mail: osc-muenchen@mail.de

Zweiter Vorsitzender: Fred Simnacher
Abt. Eissport
Vereinszugehörigkeit seit 2002
E-Mail: fred.simnacher@gmx.de

Dritte Vorsitzende: Marianne Holzinger
Abt. Turnen
Vereinszugehörigkeit seit 1986
E-Mail: kassenwart-osc@outlook.de

Schriftführer: Marcus Cappellaro
Abt. Fechten
Vereinszugehörigkeit seit 1991
E-Mail: MCa@cappellaro.eu

OSC MÜNCHEN

Psychomotorik
Stärkung von Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit
OSC MÜNCHEN

MODERNER
FÜNFKAMPF
OSC
MÜNCHEN

50 Jahre Olympischer Sport Club München

OSC München

Im Gründungsjahr 1966

Erste Vorsitzende:
1966—1995 Gerhard Hübner
1995—2014 Josef Weiß
2014— Heute Matthias Aust

Aktuelle Abteilungen

Badminton
Eissport
Fechten
Fußball
Gymnastik
Moderner Fünfkampf
Psychomotorik
Tanz
Turnen
Volleyball

OSC München e.V. Abteilung Kinderturnen Moosach

Wie alles anfing und sich entwickelte aus der Sicht von Ulrike Weber:

Oktober 1990 zog ich mit meinen vier Kindern (zwei bis sechs Jahre) nach Moosach. Sogleich suchten wir nach Turnmöglichkeiten und fanden eine kleine Mutter-Kind-Gruppe im Schulzentrum an der Gerastraße.

Da die Übungsleiterin in Schwangerschaftsurlaub ging, übernahm ich 1991 die Gruppe mit 15 Mitgliedern. Die Nachfrage stieg rasant an und so wollte ich weitere Gruppen anbieten. Doch der Schwerpunkt des damaligen Vorstandes war die Ausweitung des Leistungssportes. Erst aufgrund eines Briefes einer engagierten Mutter, die auf die Wichtigkeit der Bewegungsangebote im Kleinkindalter hinwies, bekam ich grünes Licht für weitere Gruppen. So kamen fast jährlich ein bis zwei neue Gruppen hinzu, immer eine Jahrgangsstufe höher und zusätzliche Mutter-Vater-Kind-Gruppen. Da die Hallenkapazitäten in der Geraschule begrenzt waren, wich ich auf den von den Vereinen unbeliebten Freitagnachmittag und Abend aus. Bei den Eltern und Schulkindern wurde das Angebot jedoch begeistert wahrgenommen. Gerade bei den Freitagsangeboten stieg auch die Beteiligung der Väter erfreulich an.

Kürzlich traf ich einen jungen Mann, der mich lächelnd begrüßte und meinte: „Ich kann mich noch genau an meine Sportstunden erinnern. Der Freitag war für mich immer ein ganz besonderer Tag. Spielst du immer noch das Lied „1,2,3 im Sauseschritt“?“

Die Sportstunden gestaltete ich nach psychomotorischen Prinzipien und nicht leistungsorientiert. Dies wird bei unserem heutigen Angebot beibehalten.

Die Kinder sollen Spaß an der Bewegung erfahren und Lust auf mehr bekommen. Bei den Jüngeren beginnen und enden wir mit einem Lied. Durch dieses vertraute Ritual erhalten die Kleinsten Sicherheit und freuen sich beim Betreten der Turnhalle bereits darauf. Es ist für mich immer wieder bezaubernd mitanzusehen, mit welcher Konzentration und Begeisterung schon Einjährige versuchen im Rhythmus mit zu wippen und sich die Armbewegungen dazu abzuschauen. Anschließend wird eine kleine Sequenz mit Alltagsmaterialien oder Kleingeräten angeboten. Dabei wird der Ideenreichtum der Kinder mit aufgegriffen und umgesetzt. Dies fördert die Kreativität und Feinmotorik. Dann können sich die Kinder beim Geräte-Parcours, der alle grobmotorische Bewegungserfahrungen ermöglicht, austoben. Da ist für jedes Kind etwas dabei. Die Übungsleiterin unterstützt die Kinder, indem sie Tipps für die effektive Bewegungsausführung beim Überwinden eines Gerätes gibt. Wichtig dabei ist, dass sie darauf achtet, auch solche Angebote zu machen, die die Kinder sich wünschen. Ist ein Kind motoviert, lernt es leichter und schneller und kann den Erfolg genießen.

Nach und nach versuchte ich die an mich herangetragenen Wünsche von Kindern und Eltern umzusetzen.

So entstand 1996 Eine Freizeitfußballgruppe ohne Pflichtspiele am Wochenende. Hier können Kinder, die gerne Fußball spielen, aber in den Fußballvereinen den Leistungsanforderungen nicht standhalten können und/oder wollen mit Freude Fußball spielen. Wenn ich die Kinder eine Zeit lang beobachte, machen auch sie ganz individuell große Fortschritte. Nicht selten nehmen daran auch Kinder teil, die bereits in einem speziellen Verein spielen. Auf meine Frage „warum sie auch hierher kommen“, erhielt ich oft die Antwort, „weil es hier so Spaß macht“.

June Wall-Darchinger eröffnete zwei Tanzgruppen. Die Kinder präsentieren begeistert zweimal im Jahr den Eltern ihr Können in einer Vorstellung.

Vorübergehend gab es auch eine Volleyballgruppe und eine professionell angeleitete Walking-Gruppe. Mangels Halle bzw. Übungsleiterin wurden sie leider eingestellt.

Seit 2014 finden in Moosach einmal pro Woche zwei Psychomotorik Kurse statt. Hier erhalten Kinder in einer Kleingruppe von maximal acht Teilnehmern eine spezielle auf sie abgestimmte Bewegungs- und Verhaltensförderung. Die Kinder entwickeln sich in ihrer Ich-, Sach- und Sozialkompetenz weiter und stärken so ihren kognitiven, sozialen und körperlichen Bereich.

Auch Eltern kamen auf mich zu und fragten mich, ob ich nicht für sie vormittags Gymnastik anbieten könnte. So gab ich zwei Jahre im Pfarrsaal eine Fitnessstunde vorwiegend für die Mütter des angrenzenden Kindergartens, dann wechselte ich ins Freizeitheim Mooskito und es kam eine wirbelsäulenfreundliche Gymnastikstunde dazu. Zeitweise fanden die Stunden auch im Hacklhaus statt. Seit der Eröffnung des Pelkovenschlössls im Jahr 2004 sind wir im Mai des gleichen Jahres dorthin gewechselt. Zusätzlich wurde die Gruppe „Fit ab 60“ neu aufgebaut, die mir sehr ans Herz gewachsen ist. Hier hoffe ich noch länger als Übungsleiterin tätig sein zu können! Schließlich werde auch ich älter!

Durch die vielen Stunden in der Geraschule pflegte ich auch einen regen Austausch mit den Sportlehrern in diesem Schulzentrum. So entstanden in Zusammenarbeit mit Herrn Schimmer im Jahr 2000 Badmintongruppen. Sie sind seit 2009 eine selbstständige Abteilung in unserem Verein und können etliche Erfolge aufweisen. Weiterhin viel Erfolg!

Seit Herbst 2007 beschäftigen wir einen FSJler (freiwilliges Soziale Jahr), der uns bei der Vereinsarbeit unterstützt und vor allem Badmintongruppen übernimmt. Nach zwei Jahren übernahm hierfür Herr Schimmer die Organisation, was meine Arbeit um einiges erleichterte.

Momentan betreue ich 750 Mitglieder, die Übungsleiterinnen und organisiere die Hallen und Sportgruppen.

Es gibt 24 Gruppen, die bei den Teilnehmern das Alter von 1 bis 82 Jahre abdecken, wobei die Kinder deutlich überwiegen. Acht hoch qualifizierte Übungsleiterinnen und ein Fußballtrainer leiten diese Gruppen. Zwei zusätzliche oft sehr kurzfristig angeforderte „Springerinnen“ Petra Msechu und Uschi Wagner stehen uns zur Verfügung, so dass keine Stunden abgesagt werden müssen, außer die Turnhalle wird von der Schule gebraucht. Schön finde ich es auch, dass ehemalige Helferinnen inzwischen Übungsleiterscheine gemacht haben und auch Stunden geben. Für die Unterstützung durch unserer Schüler/Innen Anne Keller, Martin Plöckl und Paula Schäfer besonders in den Gruppen der 3-5-Jährigen gilt unser besonderer Dank!

Folgende Übungsleiter/Innen sind in meiner Abteilung und leisten hervorragende Arbeit:

Julia Chaudhuri (beurlaubt wegen Schwangerschaft) wir wünschen dir alles, alles Gute!

Martina Darchinger

Barbara Darchinger

Kaplonek Jannis

Marion Schäfer

Lucie Trinerova: pausiert wegen Prüfungen an der Uni. Viel Erfolg!

June Wall-Darchinger

Sandra Weber

Marina Weber

Maria Wimmer

Unser momentanes neues Projekt ist, die in Moosach untergebrachten Flüchtlinge in unsere Sportgruppen zu integrieren. Vielen herzlichen Dank für die Unterstützung, die ich von allen Mitarbeiterinnen dabei erfahre und an Sandra, die die Hauptorganisation übernommen hat.
Für die Kinder ist unser sportliches Sommerfest, dass immer unter einem anderen Motto steht wie z.B. heuer unter „Berg und Tal“ ein ganz besonderes Ereignis. Vielen Dank an Sandra, Marina, Martina, Maria und Martin für die tatkräftige Unterstützung in diesem Jahr!

Die Erwachsenen dagegen genießen unser kleines Weihnachtsfest im Pelkovenschlössl bei mitgebrachten Speisen und Getränken. Die vorgetragenen Gedichte, Geschichten und Musik stimmen uns freudig und fördern das Miteinander.

Alle Sportsfreunde sind bei all unseren Veranstaltungen immer herzlich willkommen!

Für mich bedeutet Sport Freude an der Bewegung und sich dabei und danach wohl fühlen!

In diesem Sinne gratuliere ich dem OSC München e.V.
zu seinem 50. Bestehen
und wünsche ihm für die weiteren 50 Jahre
viel Erfolg in all seinen Abteilungen!

Ulrike Weber

OSC -Turnabteilung

Frau Schipfer hat mich gebeten ein paar Zeilen über die Turnabteilung des OSC (Hübner -Zeit) an Sie zu senden.

Da ich länger verreist war kann ich Ihnen erst jetzt schreiben.
Das Ganze ist ja schon ca. 50 Jahre her und deshalb kann ich teilweise nur ungefähre Angaben machen.

Die Turnabteilung des TSVNN hatte ca. 1964 Probleme passende und ausreichende Trainingszeiten in der Halle des TSV Neuhausen-Nymphenburg zu bekommen.
Daraufhin ging die überwiegende Mehrheit der Abteilung zum OSC, dessen Vorstand Herr Hübner war.
Die Funktion des Abteilungsleiters der Turnabteilung übernahm ich.
Das Training wurde in der Schulturnhalle an der Kapschstraße abgehalten und der OSC stellte der Turnabteilung einen Clubraum im Kellergeschoß in der Pfänderstr. zur Verfügung.
In diesem Clubraum fanden nach dem Training regelmäßig Treffen und kleine Feiern statt.
Die Mitglieder der Turnabteilung nahmen an verschiedenen Wettkämpfen teil (Deutsches Turnfest, Bergturnfest Brixen etc.) und hielten Im Saal der Carl-Duisberg Gesellschaft mehrere Weihnachtsfeiern ab.
So wurden z.B. 1966 im vollbesetzten Saal an der Pfänderstr. Geräteturnvorführungen der Erwachsenen-Abteilung und auch der großen Kinderturnabteilung gezeigt, ein einstudierter akrobatischer "Russentanz" wurde vorgeführt und der Nikolaus verteilte Geschenke.

Leider wurden die Trainingsmöglichkeiten (Benutzung der Schulturnhalle an der Kapschstr.) stark eingeschränkt, sodaß die Turnabteilung, unter meiner Führung, im April 1972 geschlossen zum Post SV wechselte. Der Post SV bot uns in der großen neugebauten Halle nahezu optimalen Trainingsmöglichkeiten mit der entsprechenden modernen Geräteausstattung.

Neufahrn, den 9.12.

Albert Kellerer

Die Turn- bzw. Gymnastikabteilung des OSC
gibt es meines Wissens seit Gründung des Vereins.

Zur Zeit meines Beitritts 1984 stand sie unter der Leitung von Alfred Hutter und umfasste Gymnastikgruppen in Moosach und Neuhausen.
Im Schulzentrum an der Gerastraße wurden seit 1976 zwei Stunden, in der Kapschstraße eine Doppelstunde angeboten.
1990 übernahm ich als Übungsleiter die Stunden in Moosach, ab 1994 auch die Verwaltung der Gymnastikabteilung und wurde Mitglied im Vorstand des OSC.

Seit damals ist die Zahl der Mitglieder sowie das Gymnastikangebot, auch dank Ulrike Weber, in Moosach stark gewachsen. Die Gruppe in Neuhausen hingegen musste auf Grund eines vom Sportamt veranlassten Wechsels der Sporthalle aus Mangel an Teilnehmern aufgelöst werden.
Dieses Los blieb der Gymnastik in Moosach erspart, obwohl ab 2010 die Abendstunden in die Turnhalle der Berufsschule an der Riesstraße verlegt wurden.

Derzeit nehmen ca. 70 Teilnehmer an den Stunden teil.

M. Holzinger

Fechten beim OSC München

Fechten ist die Kunst zu treffen ohne getroffen zu werden.

Dieser im Prinzip einfache Grundsatz wird durch körperliche Agilität, Technik, Taktik und einem hohen Maß an Aufmerksamkeit verwirklicht.

Fechten entwickelt daher körperliche und geistige Fähigkeiten wie z.B. Reaktionsvermögen, Schnelligkeit und Geschicklichkeit.

Im Gegensatz zu körperbetonten Kampfsportarten steht hier die Kraft nicht im Vordergrund. Dafür ist das Fechten eine der wenigen Kampfsportarten, wo ein Angriff oder eine Verteidigung realistisch durchgeführt werden kann bzw. muss, ohne dass der Gegner verletzt wird.

Wir bilden in angenehmer Atmosphäre Hobby- und Leistungs-Fechter aller Alterstufen in den Waffen Florett, Degen und Säbel aus.

Münchner Süden:
jeden Dienstag von 18.00 Uhr bis 19.30
in der Turnhalle der Bernerschule,
Bernerstr. hinter dem Sparkassenhochhaus.

Dieses Training ist für Kinder und Jugendliche ausgelegt, die Fechten als Freizeit- und Ausgleichssport mit gelegentlichen Turnierbesuchen betreiben.

Münchner Westen:

Berufsbildungszentrum
Rießstrasse
Donnerstags von 18:00 bis 20:00 (Training für alle Altersklassen)
Das Training ist für Kinder und Jugendliche, sowie für Erwachsene ausgelegt. Bei diesem Training treffen sich Freizeit und Turnierfechter. Die Fechter können in einem weiten Rahmen ihre Betätigunsfelder an einem Trainingsabend selbst bestimmen. Neben den Möglichkeiten an Gruppenunterricht und Freifechten teilzunehmen werden Turnierfechter auf die kommenden Wettkämpfe vorbereitet. Jeder Fechter kann also z.B. bei dem Training für Turnierfechter teilnehmen oder leichtere Trainingsformen wählen. Somit bestimmt jeder Fechter pro Trainingsabend seinen Einsatz und damit sein Lerntempo selber.

Unsere Erfolge bei größeren Turnieren

2. Platz Qualifikationsturnier Ingolstadt 2013/Damen/Degen/B-Judend

3. Platz Qualifikationsturnier Ingolstadt 2013/Herren/Degen/A-Judend

3. Platz Qualifikationsturnier Ingolstadt 2013/Damen/Degen/A-Judend

86. Platz bei internationalem A-Jugen Qualifikationsturnier Herren/Degen/A-Judend (196 Teilnehmer) in Friedrichshafen 2013 (Punkte für Deutsche Rangliste!)

3. Platz Qualifikationsturnier Frankfurt 2013/Damen/Degen/B-Judend (beste bayerische Fechterin)

1. Platz Bayerische Meisterschaft in Buchlohe 2013/Damen/Florett/B-Jugend
3. Platz Bayerische Meisterschaft in Buchlohe 2013/Damen/Florett/Schüler
1. Platz Qualifikationsturnier München 2013/Damen/Degen/B-Judend
10. Platz Paul-Aust Gedächtnisturnier (Marathon-Turnier) 2013/Herren//Degen/Aktive
1. Platz Bayerische Meisterschaft in Augsburg 2012/Damen/Degen/B-Jugend
1. Platz Bayerische Meisterschaft in Augsburg 2012/Damen/Degen/Schüler
8. Platz Bayerische Meisterschaft in Augsburg 2012/Damen/Degen/B-Jugend
2. Platz Bayerische Meisterschaft in Würzburg 2012/Damen/Florett/B-Jugend
5. Platz Bayerische Meisterschaft in Würzburg 2012/Damen/Florett/Schüler
2. Platz August-Degen-Turnier in München 2012/Herren/Degen/B-Jugend
7. Platz August-Degen-Turnier in München 2012/Damen/Degen/B-Jugend
Münchner Stadtmeister in München/2012/Herren/Degen/Aktive
1. Platz Oberbayerische Meisterschaft in Oberammergau 2011/Damen/Degen/Schüler
1. Platz Bayerische Meisterschaft in München 2011/Damen/Degen/Schüler
2. Platz Bayerische Meisterschaft in München 2011/Damen/Degen/Schüler
3. Platz Bayerische Meisterschaft in München 2011/Damen/Degen/Schüler
1. Platz Oberbayerische Meisterschaft 201/Damen/Degen/Schüler

Die Badmintonabteilung des OSC München

Die Badmintonabteilung des OSC München wurde im Jahr 2001 gegründet. Was zunächst aus dem Kern einer ehemaligen Schülermannschaft des Gymnasium München Moosach mit 15 Gründungsmitgliedern beschaulich initiiert wurde, hat sich mittlerweile zu einer der größeren Badmintonabteilungen in Oberbayern mit rund 90 aktiven Mitgliedern entwickelt.

Nachdem im Jahr 2001 erstmals eine Aktivenmannschaft am Spielbetrieb der Münchener Bezirksklasse B teilgenommen hat, stellten sich nach einigen intensiven Trainingsjahren bald erste sportliche Erfolge ein: So konnte diese Mannschaft im Spieljahr 2004/05 das erste Mal aufsteigen. In der Saison 2007/08 nahm der OSC München dann erstmals mit zwei Aktivenmannschaften am Spielbetrieb teil. Eine dritte Mannschaft folgte in der Saison 2009/10. Währenddessen schaffte die erste Mannschaft in dieser Zeit den Sprung bis in die Bayernliga und scheiterte in der Saison 2010/11 erst in der Relegation zur Regionalliga. Seitdem ist diese Mannschaft konstant in der Bayernliga vertreten. Auch die zweite Mannschaft des OSC München spielt nach einigen Aufstiegen nun seit der Saison 2011/12 in der Bezirksoberliga. Die dritte Mannschaft befindet sich aktuell in der Bezirksklasse A.

Aufstieg und Aufstiegsfeier

Weiterhin nehmen eine Jugendmannschaft (U 19 und U 17) und eine Schülermannschaften (U 15) mit großer Begeisterung regelmäßig am Spielbetrieb teil.

Neben den Erfolgen mit den Mannschaften, haben sich auch schon zahlreiche Einzelerfolge bei oberbayerischen und bayerischen Ranglistenturnieren eingestellt. So konnte z.B. Michael Herbert zwei zweite Plätze bei der bayerischen Meisterschaft 2008 in der Spielklasse U 19 erzielen. Noch etwas erfolgreicher war Mai Nguyen 2008 mit ihrem dritten Platz bei der Südostdeutschen Meisterschaft im Dameneinzel und 2009 mit zwei ersten Plätzen auf der bayrischen Meisterschaft. Doch auch danach ist eine neue starke Jugend herangewachsen. Mit Sonja Deißenböck, Sonja Karl und Manuel Satzger waren in Bayern wieder drei Spieler des OSC gut vertreten. Zu den Erfolgen zählten neben zahlreichen Podestplätzen über mehrere Jahre auch bayrische Meistertitel und die Teilnahme an der (südost-)deutschen Rangliste. Auch bei den kleinen im U13-Bereich haben wir Talente, die auf den Oberbayerischen Ranglisten regelmäßig die vordersten Platzierungen erringen. Seit einigen Jahren nehmen die Jugendspieler des OSC an einem internationalen Badmintonturnier in Meran teil, bei dem auch schon einige Podestplätze erkämpft werden konnten.

Einen großen Anteil an den vielen Erfolgen hat unsere mittlerweile traditionell gute und engagierte Saisonvorbereitung und das intensive Training bei dem ehemaligen Bundesligaspieler Markus Ewald. Wir hoffen, die Zukunft der Badmintonabteilung auch weiterhin mit großem Erfolg gestalten zu können, wobei wir großen Wert auf unsere Jugendarbeit legen. Das zeigt sich unter anderem in unserem Kooperationsprojekt Schule und Verein.

Abteilungsleiter Badminton des OSC München:
Franz Schimmer

50 Jahre Olympischer Sport Club München

OSC München
Im Gründungsjahr 1966

Mit dabei der Moderne Fünfkampf

Über die Entstehung und Entwicklung der Sportart Moderner Fünfkampf

Der Fünfkampf hat seinen Ursprung in der Antike, wobei er immer wieder Veränderungen in der Zusammensetzung der einzelnen Disziplinen erfahren hat. Die wohl ältesten Disziplinen dürften der Kurz- und Langstreckenlauf, das Ringen und der Faustkampf sowie das Pferderennen bzw. das Wagenrennen gewesen sein.

Die Festlegung zur Moderne, zu den heute ausgeführten Disziplinen, entstammt der Neuzeit. Baron Pierre de Coubertin, der Begründer der Olympischen Spiele der Neuzeit, wollte die Tradition des antiken Penthatlon (Diskuswurf, Weitsprung, Speerwerfen, Laufen, Ringen) wieder aufnehmen und der beginnenden Spezialisierung des Sports mit einem besonders vielseitigem Wettkampf entgegenwirken. Auf sein Betreiben hin wurde der Moderne Fünfkampf 1912 erstmals in das olympische Programm aufgenommen.

In der Zeit der Entstehung wurde der Wettkampf an fünf Tagen ausgetragen, heute häufig nur noch an zwei Tagen. Im Werben um mehr Akzeptanz bei den Zuschauern und Medien wird bei besonderen Sportveranstaltungen (Weltmeisterschaften und Weltcups) dieser an einem Tag durchgeführt.

1975 DMM Bronze OSC Aust, Werner, Siegling, Huber

Teilnahme an Olympischen Spielen	
	1976 Gerd Werner
	1992 Ulli Czermak
Teilnahme an Weltmeisterschaften	
	1973/78 Gerd Werner Silbermedaille
	1978 Klaus Fritsch „
	1991 Uli Czermak Staffelweltmeister
Militärweltmeisterschaften	
	1974 Gerd Werner Weltmeister
	1977 Gerd Werner Weltmeister
Weltmeisterschaften der Masters	1992/98/04 Teamweltmeister.
	1996-02 Paul Aust 4x Vize
	WM2004 Paul Aust Weltmeister
Europameisterschaften der Masters	2003 Paul Aust Europameister
Europapokalsieger	1994/95/96/97/00,02,03,04 Paul Aust
Deutsche Meisterschaft Biathle	2002 Martin Döhler Vizemeister
	2002 Kim Strohal Vizemeister Jug. E
	2005 Claudia Stark Deutschemeisterin

Biathlon: Bei den offenen Bayerischen Meisterschaften der Reservisten in Ruhpolding nahmen Paul Aust, Dieter Czermak, Armin Schüppel, Boiris Lehmann teil.
Paul Aust, 10 Jahre dabei, konnte mit dem 2. Platz wieder an frühere Erfolge, 1. Platz 1996 und 2000, anknüpfen.

v.l. Paul Aust, Dieter Czermak, Roland Schönhaar, Boris Lehmann, Armin Schüppel

Internationale NRW Masters in Neuß

5 Kampf Georg Meyer	3.Pl.
4 Kampf Dr. Elisabeth Michael	2.Pl.

Welche Voraussetzungen sind für die Ausübung dieser Sportart erforderlich?

- Zunächst eines nicht: Es ist kein eigenes Pferd erforderlcih.
- Gute Vorraussetzungen sind die bereits erwähnten Eigenschaften.
- Sportkleidung
  Für alle Anfänger ist eine meist vorhandene Sportkleidung ausreichend.
  Laufen: Sporthose, Trikot, Trainingsanzug, Laufschuhe
  Schwimmen: Badehose oder Badeanzug, Schwimmbrille, Bademütze.
  Reiten: Gummistiefel, Reitkappe, Jeans, Jacke.
  Schießen: Hose, Pulli, Jacke bzw. Trainingsanzug, Sportschuhe.
  Fechten: Sporthose, Trikot, Trainingsanzug, Hallenschuhe + Leihausrüstung
- Bei Kindern und Jugendlichen sollten die Eltern der Ausübung des Sportes Ihrer Kinder fördernd gegenüber stehen.

Mit welchem Alter beginnt eine Ausbildung?

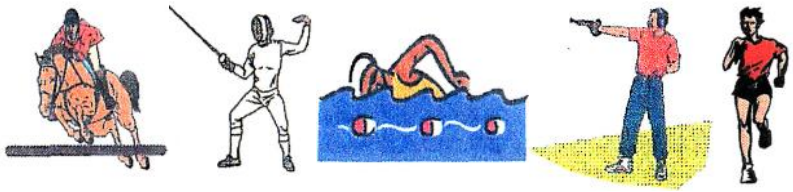
- Für einen Beginn gibt es keine Regel.
  Um die Kinder und Jugendlichen in keiner Weise zu überfordern, wird der Trainingsaufwand und das Wettkampfangebot altersgerecht allmählich gesteigert und auf alle 5 Disziplinen ausgedehnt.

- Wettkampfmöglichkeiten beginnen
  ab 10 Jahren mit den Disziplinen Laufen - Schwimmen - Schießen
  (das Schießen ist in diesem Alter mit engen Sicherheitsauflagen verbunden)
  mit 13 Jahren kommt die Disziplin Fechten hinzu
  mit 15 Jahren und älter bestreiten die Jugendlichen dann alle 5 Disziplinen

Wie lange wird dieser Sport ausgeübt?

Wer einmal Gefallen an diesem schönen Sport gefunden hat, kann diesem sehr lange aktiv ausüben. Auch auf Wettkämpfe braucht eer dabei nicht zu verzichten. Für Aktive über 40 J., die sog. „Masters“, werden Deutsche Meisterschaften und sogar Weltmeisterschaften ausgetragen. Ahne Zweifel eine reizvolle und langfristige sportliche Perspektive:

Von den „Minis“ zu den „Masters“



Bratislava Cup und Europacup 14.5.06

5 Kampf Dieter Czermak 10. Pl.

4 Kampf Elisabeth Michael 2. Pl.

Dieter der Motivator

2.v.li. OSC mit Gerd Werner, Paul Aust, Dieter Czermak
Dieter in Aktion

Nachwuchsteam mit Trainer Matthias Aust re.

Pause nach Klitschkoart

früh übt sich

4 Weltmeister v.l. Gerd Werner, Ute Schiffmann, Dr. Elisabeth Michael, Paul Aust

OSC München erfolgreich bei der WM im Modernen 5 K

Bei den Master-Weltmeisterschaften in Usti nad Labem CZ wurde die Ottobrunnerin Dr. Elisabeth Michael Weltmeister im 4 Kampf. Im Staffelwettbewerb der 5 Kämpfer holte das deutsche Team mit dem Ottobrunner Paul Aust und dem Putzbrunner Gerd Werner (Olympiateilnehmer 1976) die Bronzemedaille. Im 5 Kampf lief es für Paul Aust nicht rund, das Losglück bei der Pferdewahl war ihm nicht holt, er konnte mit dem Pferd nur wenige Punkte erreichen, so das er, bis da auf Titelkurs liegend, seinen WM -Titel nicht verteidigen konnte, somit ging die Meisterschaft in die Ukraine. Der Moderne Fünfkampf ist in den verschiedenen, auch gegensätzlichen Disziplinen, Schwimmen, Laufen Schießen (LP), Fechten und Reiten, ein Sport mit 5 Sieben, da kann man schon mal hängen bleiben. Die Sportgruppe, die m Sportzentrum der Uni Bw in Neubiberg von Paul Aust trainiert wird, war mit 5 OSC Sportlern nicht nur zahlenstärkstes Team, sondern auch bestens vorbereitet, ist sie doch mit diesen Erfolgen ein der erfolgreichen Teams der Weltmeisterschaft.

Das die Mehrkämpfer auch in den Einzeldisziplinen erfolgreich sind zeigen folgende Ergebnisse,
Pia Fischhaber belegt den 2. Platz beim Münchner USC Ranglistenturnier im Degenfechten
5. Platz in Erfurt bei den Mitteldeutschen Meisterschaften

40 Jahre Moderner Fünfkampf

Der Ottobrunner Paul Aust gewinnt die Int. German Master Games 2006

42 Teilnehmer aus 6 Nationen waren beim Europa-Pokal Wettkampf und OSC Jubiläumsturnier am Start. Es war der letzte große Test vor der Weltmeisterschaft im September. Der Gesamtsieger wurde der Organisator des Wettkampfs Paul Aust. Im 4.Kampf siegte Dr. Elisabeth Michael und Mattias Aust, Dieter Czermak wurde im 5 K. 3. in seiner Altersklasse, Dr. Georg Meyer 2. und Gerd Werner 3. in der Ak 2. Alle gehören der OSC Trainingsgruppe an der Uni Bw München an, die von Paul Aust seit 30 Jahren trainiert wird Der Moderne Fünfkampf sucht nicht nur junge Nachwuchssportler, sondern auch Masternachwuchs ab 30 Jahre.

40 Jahre zurück, Eckehard Henning li. Abteilungsgründer M5K mit Paul Aust dem späteren Leiter

40 Jahre Moderner Fünfkampf

Ehrenpreisübergabe durch den 1. Vorsitzenden Josef Weiß

Austrian Masters und Europa Cup Finale in Wiener Neustadt
14./15.10.2006

5 Nationen und über 30 Teilnehmer waren am Start, beim letzten Wettkampf der Fünfkämpfer. Nach der Weltmeisterschaft war es ein angemessener Jahresausklang, aber für den einen oder anderen war es noch eine kleine WM - Revanche

4 Kampf:	1. Pl.	Paul Aust
4 Kampf: Da.	2. Pl.	Dr. Elisabeth Michael
5 Kampf:	13. Pl.	Dr. Georg Meyer

Weltmeister E..ichael 2006 und P. Aust 2004 auch erfolgreich im Europapokal

Dr. Elisabeth Michael aus Ottobrunn gewinnt den Europa Pokal 2006

Mit glanzvollen Leistungen aus 5 int. Wettkämpfen im Modernen 4 Kampf, kann die Ottobrunnerin ihren Leistungen den Gewinn des WM Titels in Usti nad Labem CZ noch mit dem Europacup krönen .Ein 2. Platz bei den Austrian Masters reichte zum Gesamtsieg. Paul Aust Ottobrunn nach 8 maligem Einzelsieg seit 1994, nun 3. in der Mannschaft, beide starten für den OSC München . Wieder zeigte sich die Stärke der Trainingsgruppe der Uni Bw München

Kultusminister Schneider würdigt Pionier des Modernen Fünfkampfs

Auszeichnung für den Ottobrunner Paul Aust

„Jeder ehrenamtliche Einsatz ist ein Zeichen von Solidarität“: Mit diesen Worten lobte Kultusminister Siegfried Schneider in der Münchner Residenz 77 Persönlichkeiten, die sich durch den Sport verdient gemacht haben. Schneider betonte: „Wer im Dienste anderer handelt, leistet sich selbst einen guten Dienst, denn Engagement macht Lust aufs Leben.“ Einer der 77 Geehrten ist der Ottobrunner Paul Aust und Sportlehrer an der Uni Bw München. „ Sie gehören zu den Pionieren des Modernen Fünfkampfs in Bayern“, hob der Kultusminister hervor.

BIATHLE

Sommer - Winter
Laufen - Schwimmen - Laufen
Ein neues Sportmodell jetzt auch in Deutschland

Sommerbiathle

Jugend B und C	1000m Laufen - 100m Schwimmen - 1000m Laufen
Senioren, Junioren, Jugend A:	1500m Laufen - 200m Schwimmen - 1500m Laufen
Wettkampfablauf:	durchlaufend

Winterbiathle

Jugend B und C:	1500m Laufen - 100m Schwimmen
Senioren, Junioren, Jugend A:	3000m Laufen - 200m Schwimmen

Wettkampfablauf: Pause zwischen den Einzeldisziplinen,
Die in den Einzeldisziplinen erzielten Zeiten werden addiert.

TRIATHLE

Der Triathle verbindet die beiden von physischer Ausdauer und Willenskraft geprägten Disziplinen Schwimmen und Laufen mit einer dritten, die von den Athleten hohe Konzentration und feinmotorische Präzision abverlangt dem Schießen. Abgeleitet ist diese Wettkampfform von der des Modernen Fünfkampfes.
Der gewählte und nachstehend beschriebene Modus des Wettkampfes bietet frühzeitig bis in seine Endphase den Betrachtern wie auch den Wettkämpfen selbst einen aktuellen Vergleichsstand.

Kurzstrecken - und Q-Wettkampf für den Verfolgungswettkampf (5 Kampf)

200m Freistilschwimmen - Luftpistolenschießen (10m, 2x5 Schuss auf Klappscheiben - 1500m Laufen

Wettkampfablauf:
- Freistilschwimmen 200m
- Schießen 5 Schuss, nach Handicapstart entsprechend der erzielten Schwimmzeit
- Laufen 500m, Streckenverlängerung 80m je Fehlschuss
- Schießen 5 Schuss Streckenverlängerung 80m je Fehlschuss
- Laufen 1000m, Zieleinlauf = Platzierung

Verfolgungswettkampf

Reiten, Fechten, 400 m Freistilschwimmen - Luftpistolenschießen (10m, 4x5 Schuss auf Klappscheiben) - mit 3000m Laufen

Wintermehrkampf
Fünfkampf - Vierkampf

Der Moderne Fünfkampf / Winter verbindet die Disziplinen Riesenslalom und Skilanglauf mit den Ganzjahresdisziplinen Schießen, Fechten und Reiten. 1948 wurde dieser Wettkampf bei den Olympischen Spielen in St. Moritz durchgeführt, internationale Vergleichskämpfe in dieser Sportart werden weiterhin regelmäßig veranstaltet.

Ski alpin:	Riesenslalom
Skilanglauf:	10 km Skating
Schießen:	Luftpistole (10 m, 20 Schuß)
Fechten:	Degen
Reiten:	Springparcours (zugeloste PPferde, nur Fünfkampf)

40 Jahre OSC München

Das Jubiläumsjahr war Anlass genug, um auch im Fechten Flagge zu zeigen. Der Fechtsport gehörte nicht gleich mit zu den Gründungsdisziplinen, aber Paul Aust (Turnierleiter) weiß noch zu berichten, wie sich insbesondere das Degenfechten, aus dem Modernen Fünfkampf heraus schon ein Jahr später entwickelte.

Josef Weiß, Vereinsvorsitzender und ein Urgestein des Bayerischen Fechtsports, führte in den Jahren alle Waffen in die Fechtabteilung ein. Sein Turniergedanke ein Degenturnier in allen Altersklassen durchzuführen fand großen Anklang, so waren insgesamt 55 Fechter am Start. Zum Abschluss gab es für alle nach bayerischer Tradition ein Leberkäsessen.
Ergebnis: 1 Junioren, Daniel Born, Jug A Maximilian Barth
beide OSC München
Beide OSC München

Bild: mit dabei li. Weltmeister und Olympiasieger Volker Fischer

Jahresergebnisse 2006

Moderner 5 / 4 Kampf

Int. German Masters

1. Paul Aust	5 K	Int. Gesamtwertung
2. Georg Meyer	5 K	AK2
3. Gerd Werner	5 K	AK2
3. Dieter Czermak	5 K	Ak3
1. Elisabeth Michael	4 K	Ak1
1 . Matthias Aust	4 K	Mezzo Kl.

Weltmeisterschaft

3. Paul Aust, Gerd Werner 5 K Staffel

1. Elisabeth Michael 4 K Weltmeister

50 Jahre OSC München e.V. 2016

5. Paul Aust Gedächtnisturnier 2016 das vor Jahren als OSC Generationenturnier begann.

DMM 1975 Bronzemedaille OSC München

li. Gerd Werner, Jürgen Siegling,
Wolfgang Huber, Paul Aust

OSC Team 1972