

# PING PONG



Mitteilungsblatt

des Hobby Centre Vienna

<https://www.hobbycentrevienna.wixsite.com/hobbycentrevienna>

FREIE PRESSE

ZVR-Zahl: 600632294

NUMMER 137

Als Manuskript gedruckt

Dezember 2018

## QUO VADIS SPG. TTC SPAR/HCV?

**Mit Saisonende muss sich die Spielgemeinschaft TTC Spar/ Hobby Centre Vienna ein neues Spiellokal suchen. Beide Vereine haben eine leidvolle Geschichte bei der Suche nach neuen Spielstätten hinter sich.**

Im Jahr 2017 feierte der HCV sein 25-jähriges Jubiläum. Gemeinsam mit seinem Vorgängerverein Globus/ Volksstimme existiert unser Verein nun über 70 Jahre.

Eine bewegte Geschichte. Man begann im Speisesaal des Globus-Verlags am Höchstädtplatz im 20. Bezirk auf 2, später 3 Tischen. Zuletzt hatte man eine Halle mit 6 Meisterschaftstischen zur Verfügung. Zur besten Zeit spielten 10-12 Mannschaften der allgemeinen Klasse (davon 3 Damen-Staatsliga-Mannschaften) und einige Nachwuchsteams für den Verein.

Nach dem Ende des Globus-Verlags wechselte man in die UKJ-Halle in der Kirchstetterngasse in Ottakring. Viele ehemalige Globusianer gingen damals nicht mit, neue SpielerInnen kamen zum Verein. Als man im Jahr 2011 zu TTC Spar nach Altmannsdorf wechselte, hatte der HCV nur mehr 5 Herren-Mannschaften.

Auch innerhalb der Spielgemeinschaft gab es anfangs einen Abwärtstrend. Spieler verließen den Verein. Das Problem des Zusammenhalts war bei nur 2 Tischen sehr schwierig zu bewältigen.

Durch die unermüdlichen Bemühungen des Vorstandes und ganz besonders unseres Spieler-Vertreters Marek Szorc, gelang es allerdings in der vergangenen Saison, unsere polnische Community weiter zu vergrößern und eine schlagkräftige Truppe zusammen zu stellen.

Nun folgt eine neue Herausforderung für die Gemeinschaft des HCV. Ein mögliches Spiellokal am anderen Ende von Wien, z.B. in Floridsdorf-Stammersdorf, bedeutet für viele Spieler eine wesentlich längere Anreise zu den Heimspielen und zum Training.

Wird die so toll gewachsene Gemeinschaft diese große Herausforderung bewältigen? Gelingt es möglichst alle SpielerInnen zusammen zu halten?

### Reflexionen vom 07.12.2018

Siegfried A. Klemetsch

Liebe Freunde,

der HCV muss wieder einmal übersiedeln. Die Frage die sich den Mitgliedern jetzt stellt ist: Bleiben wir mit TTC Spar in der Spielgemeinschaft, oder suchen wir, was sehr schwierig sein dürfte, eine andere zentralere Lösung für unsere Mitglieder?

Wenn wir jetzt eine PLUS/ MINUS-Liste erstellen, würde die wohl so aussehen:

**Minus:** Sehr weite Anreise eventuell bis nach Stammersdorf, für viele sehr mühsam!

**Plus:** 1.) Die neue Halle wird 4 Tische zur Verfügung haben. Es wird also künftig die Möglichkeit geben, auch bei Meisterschaftsspielen nebenbei zu trainieren. Das fördert die Gemeinschaft.

2.) Die Spielgemeinschaft ist in den letzten Jahren toll zusammengewachsen, sowohl die Vorstände beider Vereine als auch die Spieler haben ein freundschaftliches kollegiales Verhältnis aufgebaut.

Ich kann jetzt nur meinen Standpunkt hier darstellen, aber ich muss ganz ehrlich sagen, dass es mir sehr schwer fallen würde auf Spieler des HCV, aber auch auf viele Spieler des TTC Spar künftig verzichten zu müssen. Mein persönliches großes Ziel ist es, möglichst alle SpielerInnen zu motivieren, dem neuen Standort eine Chance zu geben. **Es kann eine sehr große Chance sein.**

Mein Wunsch wäre es, wenn möglichst alle Vereinsmitglieder diese Chance ergreifen, um nach einer Spielsaison ein hoffentlich positives Resümee ziehen zu können.

Die Diskussion zu diesem Thema beginnt sofort und sollte rasch geführt werden, um der Zukunft eine Chance geben zu können.

# Die Meisterschaft verläuft erwartungsgemäß!

Der Herbsdurchgang der Meisterschaftssaison des Wiener Tischtennis-Verbandes läuft wie man es erwarten durfte.

**HCV 1** (SSH 2) muss wie erwartet einen harten, teils auch unglücklichen Verlauf in Kauf nehmen. So hat man sehr viele Spiele im 5. Entscheidungssatz im Nachspiel verloren. Mit etwas mehr Glück könnte man bereits alle Sorgen los sein und einen sicheren Mittelfeldplatz belegen.

Hervorzuheben ist die hervorragende Leistung von Claudia Dala, die anfangs noch selbst an ihrer Spielstärke für die 2. Klasse zweifelte, aber mit tollen Spielen Runde für Runde zu begeistern verstand. Martin Hülferting und Siegfried A. Klemetsch tragen dazu bei, den Klassenerhalt zu sichern.

**HCV 2** (SSH 4) wusste von Start weg, dass der Erhalt der 3. Klasse eine schwierige, fast unlösbare Aufgabe sein wird. Routinier Bogdan Sobarnia liefert eine gute Saison ab. Seine beiden Mitstreiter David Szwaliec und Mathias Haidvogel müssen dem hohen Niveau dieser Klasse noch Tribut zollen.

**HCV 3** (SSH 5) startete mit dem klaren Ziel in die Saison den Aufstieg in die 3. Klasse zu schaffen. Keine leichte Aufgabe wie sich herausstellte. Marek Szorc, Hubert Kosnik und Zoran Petkovic

wurden ihrer Rolle aber gerecht und liegen bis dato verdient auf einem Aufstiegsplatz.

**HCV 4** (SSH 8) ist die Mannschaft mit dem größten Spielerkader. Als Mannschaftskapitän wurde hier Spar-Routinier Harald Haas gewonnen. Ein weiser Schritt wie sich zeigte. Harald managt seine Truppe wirklich großartig.

So kamen alle SpielerInnen zum Zug und ein sicherer Mittelfeldplatz scheint dieser Mannschaft nicht zu nehmen zu sein.

Mit Zugpferd Pawel Zurawski, Frantisek Szymaniec, Dariusz Szwaliec, Wolfgang Rammel, Traude Klemetsch, Harald Haas, Rafal Szajbel und Comebacker Thomas Tobolski spielten nicht weniger als acht Aktive in dieser erfolgreichen Mannschaft.

Danke Harald für deinen tollen Einsatz!

**HCV 5** (SSH 10) mit Andreas Lehensteiner, Roberto Marcucci, Pia Paolini, Michael Plocar und Karl Magenbauer kann sich auch heuer große Hoffnung auf den Aufstieg aus der Gruppe 7 machen. Besonders Andreas Lehensteiner rockt diese Gruppe und ist nicht zu stoppen.

Wir danken unseren Unterstützern und suchen noch weitere Sponsoren.



Inhaber:  
**Dir. Jürgen König**

A - 1080 Wien  
Josefstädter Straße 58  
☎ 01/409 30 17  
☎ + Fax 01/409 30 18

<https://www.reisekoenig.at>

E- Mail: [siegfried.klemetsch@reisekoenig.at](mailto:siegfried.klemetsch@reisekoenig.at)

**ING** 

<https://www.ing.at>



<https://www.tischtennisbedarf.at/xt/>

Sponsoranfragen an: [siegfried.klemetsch@gmx.at](mailto:siegfried.klemetsch@gmx.at)

Weitere Informationen auf unserer Homepage:

<https://www.hobbycentrevienna.wixsite.com/hobbycentrevienna>

## Tischtennis – gesundes Rückschlagspiel für alle Altersgruppen



Tischtennis ist die fünftbeliebteste Sportart der Welt und eine der beliebtesten Ballsportarten überhaupt. Das temporeiche Rückschlagspiel gilt als perfekter „Gesundheitssport“, fördert er doch Herz, Kreislauf und Konzentration in jedem Alter. Kaum eine andere Sportart lässt sich so problemlos und ohne große Vorkenntnisse und Investitionen in teures Equipment spielen – und dass zu jeder Jahreszeit.

Egal ob im Freibad, im Park oder an einem der öffentlichen Tische oder zur kälteren Jahreszeit in einer der Tischtennishallen oder Vereine – Tischtennis hat immer Hochsaison! Und dass Sport, Spiel, Spaß und Bewegung die besten Mittel sind, um einen Ausgleich zum täglichen Stress zu finden und sich Gesundheit zu erhalten ist längst kein Geheimnis mehr.

Tischtennis, liebevoll auch Ping Pong genannt, ist die schnellste Rückschlagsportart der Welt – mit bis zu 180 Stundenkilometern fliegt der Ball der Profis hin und her. Bei den unzähligen Hobbyspielern geht es allerdings nicht ganz so rasant zu. Ein Sieg ist Tischtennis in jedem Fall – hier lesen Sie mehr über die vier wichtigsten Siege die Sie bei diesem beliebten Spiel jedenfalls erzielen.

**1. Sieg – ein Sport für jedermann** Es gibt kaum eine Sportart die ‚niederschwelliger‘ zu erlernen und auszuüben ist, als Ping Pong: Tischtennistische finden sich an vielen öffentlichen Plätzen, und es ist recht einfach, den Sport kennenzulernen und sich bis zu einem gewissen Grad selbst bei zu bringen. Das Gute daran: „schädliche“ Auswirkungen, wie es sie bei manchen anderen Sportarten bei falscher Technik (Tennis, Golf, Gerätetraining,..) gibt, sind beim Tischtennis de facto ausgeschlossen. Der sportliche und gesundheitliche Nutzen wird aber unter fachkundiger Anleitung sicher rascher und besser erzielt – wie so oft: wer die Technik beherrscht, profitiert am Meisten.

**2. Sieg – es macht einfach Spaß!** Egal ob man zu zweit spielt, ein Doppel zu viert oder ‚zu mehr‘ ein ‚Ringerl‘ – Tischtennis macht auch Hobbyspielern Spaß! Wer es jedoch professioneller mag und sich mit Anderen messen will, dem empfehlen wir den Beitritt zu einem Club oder Verein – nicht umsonst ist Tischtennis eine der beliebtesten Vereinssportarten. Und natürlich steigt auch

die Motivation und der Ehrgeiz wenn man regelmäßig mit Gleichgesinnten trainiert.

### 3. Sieg – „Gesundheitssport“ für vielseitiges

**Training** Unter „Gesundheitssport“ versteht man Sportarten, die sowohl der Prävention, als auch der Rehabilitation dienen – und Tischtennis ist ein wunderbarer Gesundheitssport. Laut Sportmedizinern gibt es beim Tischtennis zudem so gut wie keine Einschränkungen – weder Alter noch gesundheitliche Vorbelastungen betreffend: Tischtennis verbessert das Konzentrations- und Reaktionsvermögen, koordinative Fähigkeiten (Hand – Augen Koordination) und damit insgesamt die Beweglichkeit. Während des gesamten Spiels ist man ständig in Bewegung: Das bei guten Spielern typische ‚Tänzeln‘ auf den Fußballen um rasch genug nach rechts oder links springen zu können, ist ein wunderbares Herz Kreislauftraining ohne übermäßige Belastung der Gelenke.

**4. Sieg – ein Sport zum Abnehmen** Tischtennis eignet sich auch zum **Abnehmen**: Neben der Stärkung des Herzkreislaufsystems wird auch die Muskulatur aufgebaut. Genau diese beiden Faktoren benötigt man damit möglichst viel Energie verbrannt wird und der Körper Fettreserven angreift und abbaut. Wer hobbymäßig ein wenig fortgeschritten Tischtennis spielt erzielt einen Kalorienverbrauch von ca. 280 Kalorien pro Stunde; ein Profispieler verliert während eines Turniers bis zu 3,5 kg Gewicht pro Wettkampftag. Während eines Satzes verbraucht er damit etwa doppelt so viel Energie wie ein Leichtathlet, der 100 Meter in 10,2 Sekunden läuft.

Doch wo Licht da auch Schatten – natürlich gibt es auch typische ‚Tischtennisverletzungen‘. Es muss aber dazu gesagt werden, dass diese Verletzungen eher für Profispieler typisch sind. Bei Hobbyspielern – vor allem wenn entsprechend aufgewärmt wird und ein regelmäßiges Kraft- sowie Ausdauertraining erfolgt – überwiegen bei Weitem die positiven Effekte.

### Sportmedizinische Gefahren beim Tischtennis – typische Verletzungen

Dass ein falscher Schritt zu Verletzungen des Sprunggelenks führen kann, gilt beim Ping Pong wie im tägliche Leben: einmal dumm Umknicken reicht, und der Knöchel ist beleidigt. Aber auch durch die hohen Beschleunigungskräfte, schnelle Richtungswechsel und abrupte Ausfallschritte sowie die nach vorn gebeugte Grundhaltung kann es im Tischtennis immer wieder zu muskulären Verletzungen und Sehnenansatzverletzungen kommen. Zerrungen und Muskelfaserrisse am Bizeps- und Trizepsmuskel, Muskelverletzungen an den Beinen im Adduktorenbereich oder eine Beleidigung der Lendenwirbelsäule im Bereich der Gleitwirbel sind ebenso wie Schleimbeutelentzündungen im Schulterbereich typische Profiverletzungen.

Quelle: <https://gesund.co.at/tischtennis-gesund-fuer-alle-altersgruppen-26338/>



Liebe Sportfreunde,  
liebe Engagierte in unserem Verein,

gerade zu Weihnachten merken wir, dass Zeit ein wertvolles Gut ist. Und gerade unser Sportverein wird über das Jahr mit „Zeit“, eurer Zeit, sehr reichlich bedacht. Alle Ehrenamtlichen schenken über das Jahr dem Verein und damit den Mitgliedern unzählige Stunden ihrer Freizeit, um diesen in seiner Vielfalt am Leben zu halten bzw. ein Stück weiter zu entwickeln. Jeder ein ganz eigenes Stück, welches ihm am Herzen liegt. Doch erst diese vielen Teilstücke miteinander ergeben unseren Tischtennisverein Hobby Centre Vienna.

Das Jahr 2018 neigt sich dem Ende zu. Auch dieses Jahr wurde wieder mit Herz und Engagement für Tischtennis und für die große Sportlergemeinschaft gelebt und im Trainings- und Spielbetrieb viel geleistet.

Ich wünsche daher allen Mitgliedern, Sportlern, Vorstandsmitgliedern, den aktiv mitarbeitenden SpielerInnen, unseren Freunden, Gönnern und den Sponsoren des HCV **ein Frohes und Gesegnetes Weihnachtsfest**, sowie **einen guten Rutsch ins neue Jahr 2019**.

Unser herzlicher Dank gilt der gezeigten Vereinstreue, dem vielfältigen ehrenamtlichen Einsatz und der Unterstützung für den Verein im vergangenen Jahr.

Für die Weihnachtszeit wünschen wir allen „HCV lern“ und Freunden unserer Spielgemeinschaft Zeit für Ruhe, Harmonie und Wärme in der Familie, sowie für das neue Jahr 2019, vor allem **Gesundheit, Glück und Zufriedenheit**.

Siegfried A. Klemetsch

HCV-Obmann



**Alle HCV-Informationen auf der Homepage:**

**[www.hobbycentrevienna.wixsite.com/hobbycentrevienna](http://www.hobbycentrevienna.wixsite.com/hobbycentrevienna)**