

Kostenfrei durch die Deutsche Post an alle Haushalte mit Tagespost sowie durch Auslegen in diversen Geschäften  
in den Gemeinden Garching, Ismaning und Unterföhring.

# REGIONAL *Journal*

4. Ausgabe • Februar / März 2026

GARCHING - ISMANING - UNTERFÖHRING



25 JAHRE RESTAURANT DIONYSOS –  
GRIECHISCHE GASTFREUNDSCHAFT  
IN ISMANING!

Wir verwöhnen Sie mit traditionellen griechischen  
Spezialitäten, frischem Fisch, Grillgerichten und  
feinen Vorspeisen.



**RESTAURANT DIONYSOS**

Grünfleckstraße 1,

85737 Ismaning

Telefon 089 99637844

info@dionysos-ismaning.de

[www.dionysos-ismaning.de](http://www.dionysos-ismaning.de)



# MODERNSTE BYD-TECHNOLOGIEN

- für Jeden das passende Modell

100% ELEKTRISCH



JETZT  
PROBEFAHRT  
BUCHEN



HYBRIDE POWER



Steigen Sie ein beim BYD-Händler in Ihrer Nähe

BUILD YOUR DREAMS

Der tatsächliche Energieverbrauch unter realen Bedingungen hängt von Fahrweise sowie Beschaffenheit der Strecke ab, von Außentemperatur, Betrieb von Heizung und Klimaanlage sowie von der Zuladung. Die angegebenen Reichweitenwerte wurden nach WLTP ermittelt. Maßgeblich sind die Werte des tatsächlich konfigurierten Fahrzeugs. Energieverbrauch kombiniert ist abhängig vom Fahrzeugmodell, CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 0 g/km; CO<sub>2</sub>-Klasse: A



Auto-Center Auenstraße Ismaning GmbH  
Auenstraße 1  
85737 Ismaning



Jetzt Probe fahren

## Regionale Produkte & Dienstleistungen – nur einen Wimpernschlag entfernt

Auto Center Auenstraße	Seite 2
C & C Eis GmbH	Seite 10
Dionysos	Seite 1
Fricke E-Bike GmbH	Seite 8
Gemeinde Unterföhring	Seite 11
Haus für Sicherheit Hazler	Seite 7
Johanniter	Seite 6
Kreissparkasse München-Starnberg-Ebersberg	Seite 5
Malteser	Seite 10
Mei Wirtshaus	Seite 11
Signal Iduna	Seite 12
Stadt Garching	Seite 4



REGIONAL *Journal*

**Florian Bergener**  
Ihr Mediaberater vor Ort  
0176 / 761 330 76  
f.bergener@reba-verlag.de

**und das Büro in Freising:**  
**REBA-Verlag**  
Gutenbergstraße 11, 85354 Freising  
081 61 / 490 06-0  
info@reba-verlag.de, www.regional-journal.de

## Anzeigen-/Redaktionsschlüsse 2026

Ausgaben	Red.- und Anzeigenschluss jeweils bis 12:00 Uhr	Erscheinungs- termin/Verteilung
Mai/Juni	Donnerstag, 7. Mai	22. – 28. Juni
Juli/August	Freitag, 3. Juli	20. – 24. Juli
Sept./Okt.	Freitag, 25. September	12. – 16. Oktober
Nov./Dez.	Freitag, 13. November	30. Nov. – 4. Dez.



REGIONAL *Journal* online  
www.regional-journal.de



### 1111 JAHRE GARCHING

## Auftakt in ein ganz besonderes Jubiläumsjahr

Mit einer fröhlichen Auftaktveranstaltung hat die Stadt Garching am 14. Februar 2026 offiziell ihr Jubiläumsjahr „1111 Jahre Garching“ eingeläutet – und hunderte Bürgerinnen und Bürger kamen zum Rathausplatz, um gemeinsam und bei bester Stimmung den Beginn eines ganz besonderen Festjahres zu feiern.

In seiner Ansprache würdigte der Erste Bürgermeister Dr. Dietmar Gruchmann die lange Geschichte Garchings, welches im Jahr 915 erstmals urkundlich als „Gouvirihinga“ erwähnt wurde: „1111 Jahre Geschichte bedeuten 1111 Jahre Zusammenhalt, Entwicklung und Gemeinschaft – von den Anfängen als bäuerlich geprägte Siedlung bis hin zur modernen Wissenschafts- und Hochschulstadt!“

Im Anschluss sorgte das Garchinger Blasorchester mit einem besonderen musikalischen Beitrag für Begeisterung: Ein eigens konzipiertes 1111-Sekunden-Konzert erfüllte den Rathausplatz rund 18 Minuten lang mit festlichen Klängen. Traditionell und schwungvoll ging es weiter mit dem Auftritt der Kirchheimer Schäffler. Mit ihrem Tanz und dem traditionellen Reifenschwung begeisterten sie das Publikum, das sich um die Darbietenden drängte.

Pünktlich ab 11:11 Uhr – wie sollte es anders sein? – konnten sich die Besucherinnen und Besucher dann über von der Stadt Garching ausgegebene Jubiläumskrapfen und tolle Losgewinne freuen.

Mit der Auftaktveranstaltung ist die Stadt Garching offiziell in ihr Jubiläumsjahr gestartet. Über das gesamte Jahr hinweg sind zahlreiche weitere Aktionen geplant.

*Text: Stadt Garching*



Auftakt-Veranstaltung

„1111 Jahre Garching“ am 14.02.2026



## JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG DER FREIWILLIGEN FEUERWEHR GARCHING

## Rückblick und Ehrungen

Am 25. Januar 2026 fand die traditionelle Jahreshauptversammlung der Freiwilligen Feuerwehr Garching statt. Zum ersten Mal erstattete der neue Kommandant, Dominik Eberle, den Bericht über das vergangene Jahr 2025. Die Mannschaftsstärke der Feuerwehr Garching hat sich 2025 um 4 Mitglieder verringert auf 125 Aktive, davon 19 Frauen. Die Jugendfeuerwehr Garching umfasst 21 Jugendliche, davon 7 weiblich. Die Jahreshauptversammlung ist zugleich immer ein würdiger Rahmen für Ehrungen und Beförderungen durch den Kommandanten.

## Für ihre aktive Dienstzeit wurden geehrt:

- 10 Jahre aktiver Feuerwehrdienst: Severin Brösamle
- 30 Jahre aktiver Feuerwehrdienst: Thomas Erler
- 40 Jahre aktiver Feuerwehrdienst: Heiner Hegering, Marcus Heidel, Florian Baierl



**Aufgrund der Leistungen in der Freiwilligen Feuerwehr Garching und nach erfolgreicher Teilnahme an den vorgesehenen Ausbildungen konnten befördert werden:**

- Feuerwehrmann: Alexander Haid, Luca Soldo
- Hauptfeuerwehrmann: Markus Zeilhofer

- Löschmeister: René Eskandar, Dr. Tobias Chemnitz
- Hauptlöschmeister: Patrick Schlesinger

*Stefan Holzhauser, Johannes Hegering, Sachgebiet Presse- & Öffentlichkeitsarbeit, Freiwillige Feuerwehr Garching*

## BASEBALLVEREIN GARCHING ATIMOMICS

## Baseball-Saison startet wieder im Atomics-Ballpark

Das Wintertraining der Garching Atomics neigt sich dem Ende zu – und mit den steigenden Temperaturen geht es für uns bald wieder nach draußen! Ab dem Frühjahr trainieren wir wieder in unserem Atomics-Ballpark (Schleißheimer Str. 40, 85748 Garching) neben den Trainingsplätzen des VfR Garching. Jetzt ist der perfekte Zeitpunkt, um Baseball auszuprobieren: Wir freuen uns jederzeit über neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer beim Probetraining. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, die Ausrüstung wird gestellt – einfach Sportkleidung mitbringen und loslegen!

Egal ob Kind, Jugendlicher oder Erwachsener – bei uns sind **alle Altersstufen ab 6 Jahren** willkommen. Vom Einstieg bis zum ambitionierten Ligabetrieb ist für jeden etwas dabei. **Kommt vorbei – wir freuen uns auf neue Gesichter!** Infos & Anmeldung zum Probetraining: [www.garching-atomics.de/trainingszeiten](http://www.garching-atomics.de/trainingszeiten). Oder per Mail an: [mail@garching-atomics.de](mailto:mail@garching-atomics.de)

*Text: Leon Jäckel, Fotos: Leon Jäckel, Antoniya Stefanova*





# DIE STADT HAT DEN JOB

Komm' ins Team als:

## Bauhandwerker (m/w/d)

zur Abwicklung von Baumaßnahmen am Baubetriebshof

Alle Details zum Jobangebot sowie alle Infos zur Arbeitgeberin Stadt Garching mit ihren attraktiven Benefits für Mitarbeitende im öffentlichen Dienst findest Du unter [www.karriere-garching.de](http://www.karriere-garching.de)





TUM GARCHING

## Lebensretter auf vier Beinen

13 Hunde hecheln um die Kühltürme der Forschungs-Neutronenquelle FRM II. Was zunächst nach Massen-Gassigehen aussieht, hat einen sinnvollen Hintergrund: Die BRH Rettungshundestaffel Erdinger Moos e.V. übt die Vermisstensuche.



Lucy nimmt von einem Stück Stoff in einer Plastiktüte den Geruch der gesuchten Person auf, den ihr Frauchen Tanja Kosjak vor die Schnauze hält.

Lucy verfolgt eine heiße Spur. Frauchen Tanja Kosjak hatte der schwarzen Mischlingshündin eine durchsichtige Tüte vor die Schnauze gehalten. Darin ein Stück Stoff von der gesuchten Person. „Von außen betrachtet sieht es so aus, als gingen sie nur spazieren“, erklärt Ella Hufnagel, Ausbildungsleiterin der BRH-Rettungshundestaffel und Ausbilderin im Mantrailing. Doch mit dem speziellen Arbeitgeschirr hat der Hund das Sagen, nicht das Frauchen.

Lucy nimmt Witterung auf und zieht Tanja Kosjak hinter sich her. „Wir führen die Hunde dahin, wo die Person zuletzt gesehen wurde“, erklärt die Tierärztin und Hundeführerin. Nun läuft Lucy zu einem Bürogebäude der Neutronenquelle. Vor der Tür bleibt sie stehen. Sie wartet geduldig, bis ihr geöffnet wird. Im wärmeren Inneren akklimatisiert sich Lucy nur kurz und folgt dem Geruch nach rechts durch eine Glastür. Dann führt sie zielsicher in ein Besprechungszimmer, in dem sich ein weiterer Hundeführer versteckt hat. Sie hat gefunden, wonach sie suchen sollte.

Mehr als 30 Einsätze hat der Verein 2025 absolviert „Wir machen das alle ehrenamtlich“, betont Ella Hufnagel. „Wir üben zwei Mal die Woche. Und da freuen wir uns natürlich, wenn wir immer wieder an andere Orte kommen.“ So war der FRM II ein Zufallstreffer. Neben Wäldern sind auch Industrieflächen interessante Ziele für die Rettungshundestaffel.

Text und Fotos: Andrea Voit, FRM II / TUM



Die Mantrailing-Truppe der Rettungshundestaffel Erdinger Moos vor dem Atom-Ei (v. l.): Ella Hufnagel mit TnT, Petra Bluhme mit Joey, Konrad Past mit Sunny, Birgit Past mit Rosa, Sabine Reisinger mit Kira und Tanja Kosjak mit Lucy.



## Renovierung geplant?

Sie ziehen um und können nicht alles mitnehmen? Bitte denken Sie rechtzeitig an die **MÖBELBÖRSE ISMANING!** Wir vermitteln gut erhaltene Möbel und funktionierende Elektrogeräte, sofern diese noch mindestens zwei Wochen beim Spender bleiben können.

Wir freuen uns auf neue Angebote unter der Mailadresse **moebelboerse-ismaning@web.de** oder telefonisch unter 089 / 96 04 88 85 (bitte auf die Mailbox sprechen!).

## Das Leben genießen.



### Gut für die Region.

Wir engagieren uns für die Menschen in unseren Landkreisen. Denn dem Vertrauen unserer Kunden verdanken wir unser kontinuierliches Wachstum. Für eine Region, in der es sich zu leben lohnt.

[www.kskmse.de](http://www.kskmse.de)

Weil's um mehr als Geld geht.



Kreissparkasse  
München  
Starnberg  
Ebersberg

## BOWLINGVEREIN UNTERFÖHRING

## 3x Gold und beeindruckende Leistungen bei der Bayerischen Meisterschaft der Jugend und Junioren!

Bei der Bayerischen Meisterschaft im Einzel 2025/2026, die vom 24. bis 25. Januar 2026 stattfand, hat die Jugend vom BVU ihre Klasse unter Beweis gestellt. Nach einem spannenden Vorlauf in der Max Munich Bowling in Brunnthal am Samstag und dem Finale im Dream Bowl Palace in Unterföhring am Sonntag können wir stolz auf unsere Ausbeute blicken: 3x Gold und zahlreiche Top-Platzierungen.

In drei Altersklassen standen unsere Spieler ganz oben auf dem Treppchen:

- Leonard Vogt (Jugend C): Leonard dominierte seine Klasse von Beginn an. Nach 12 Spielen lag er mit 1925 Pins und einem Schnitt von 160,42 souve-

rän auf Platz 1. Im Finale sicherte er mit 305 zu 231 Pins hochverdient die Goldmedaille.

- Leopold Heiming (Jugend B männlich): Mit einer starken Gesamtleistung von 2129 Pins (Schnitt 177,42) zog Leopold in die Endrunde ein. Im Finale gewann er zwei von drei Spielen und holte sich mit insgesamt 546 Pins in der Finalserie die Goldmedaille.
- Robin Tucker (Jugend A männlich): Robin zeigte eine überragende Konstanz und zog mit 2518 Pins und einem Schnitt von 209,83 ins Halbfinale ein. Im Finale sicherte er sich mit 627 Pins und einem Schnitt von 209 die dritte Goldmedaille für unseren Club.

Auch bei den Mädchen gab es beachtliche Leistungen, auch wenn diese leider nicht in einer Medaille endeten.

Wer Interesse am Bowling (egal welchen Alters) hat, kann sich gerne bei uns unter [www.meinbv.de](http://www.meinbv.de) melden.

*Text: Bowlingverein Unterföhring*



*v. l. n. r.: Leonard Vogt, Julian Lauchner, Anja Hofer, Robin Tucker, Thalea Heiming, Leopold Heiming, Eric-Pascal Böhm, Marlon Loheyde*



## „Der Fairtrade Kanal“ erklärt...

Wir in Ismaning haben es richtig gut! Mit mehr als 15 Hofläden haben wir vor Ort eine wirklich große Auswahl an frischen, saisonalen Produkten, die quasi direkt neben unserer Haustür wachsen.

Nun gibt es aber auch Lebensmittel, die wir sehr gerne haben, die aber klimabedingt nicht bei uns vorkommen: Kaffee, Tee, Schokolade und tropische Früchte sind Beispiele dafür. Diese Naturprodukte kommen in den meisten Fällen aus Ländern, wo es keine Mindestlöhne für die Erzeuger und auch keine Umweltstandards gibt.

Damit unser Planet geschützt wird und alle Landwirte, egal wo auf der Welt, vom Verkauf ihrer Erzeugnisse gut leben können, wurde das Label Fairtrade eingeführt. Dahinter stecken Richtlinien für eine faire Entlohnung, das Verbot von Kinderarbeit und der Verzicht auf genveränderte Organismen.

Was genau hinter dem Begriff Fairtrade steckt, erklärt das Video „Das Fairtrade-System“, zu sehen auf dem YouTube-Kanal von Fairtrade Deutschland.

Wo es bei uns in Ismaning fair gehandelte Produkte gibt, erfahren Sie unter [ismaning.de/fairtrade](http://ismaning.de/fairtrade).

Interesse an einer Fairtrade-Partnerschaft mit der Gemeinde Ismaning? Schreiben Sie uns eine E-Mail an [fairtrade@ismaning.de](mailto:fairtrade@ismaning.de).

*Text: Gemeinde Ismaning  
Foto: Fairtrade Deutschland e.V. / Christoph Köstlin*

## Der Johanniter-Hausnotruf

Zuhause und unterwegs ein gutes Gefühl

**Rufen Sie uns an,  
wir beraten Sie gerne!**

Mehr Informationen unter:  
**089 7201 1260**

**Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.**  
Regionalverband München  
Schäftlarnstr. 9, 81371 München



**JOHANNITER**

NEUE REIHE | TEIL 3 VON 5

**GANZHEITLICH GESUND LEBEN**  
Impulse für Körper, Geist & Seele

## Gedanken zur Ruhe bringen

Nicht immer ist es der volle Terminkalender, der uns stresst – oft ist es der volle Kopf. Wenn Gedanken kreisen und der Fokus verloren geht, hilft Stille. Eine kurze Meditation kann da Wunder wirken – ganz ohne komplizierte Technik.

Schon wenige Minuten reichen, um Abstand zum Gedankenstrom zu gewinnen. Mini-Meditationen lassen sich einfach in den Alltag integrieren – im Büro, in der U-Bahn oder zu Hause.

Ihre Elif Yildizoglu aus Putzbrunn

**MEIN TIPP FÜR  
ZWISCHENDURCH**

Schließen Sie für eine Minute die Augen. Spüren Sie Ihre Füße. Atmen Sie tief ein und aus. Beobachten Sie den Atem, ohne ihn zu verändern. Gedanken dürfen kommen – und weiterziehen. Es geht um Präsenz, nicht Perfektion.



© gftusk - stock-adobe.com

## ZUKUNFT UNTERFAIRING

Zukunft UnterFAIRing  
Netzwerk für nachhaltigeres Leben

## Netzwerk für nachhaltigeres Leben

Bei unserem Reparaturcafé „UnterFAIRRepair“ in der vhs Unterföhring, Werkstatt 2 versuchen ehrenamtliche Helfer gemeinsam mit Euch, kaputte Gegenstände wieder zum Laufen zu bringen. **Kommt gern am Samstag, den 13. Juni 2026, von 15:00 bis 17:30 Uhr spontan vorbei.** Wartezeiten könnt Ihr bei Kaffee und Kuchen verbringen.

**HINWEIS:** Ab sofort bitte Anmeldung für Fahrräder und Textilien unter [unterfairepair@zukunft-unterfairing.de](mailto:unterfairepair@zukunft-unterfairing.de)

**JETZT VORMERKEN: Unterföhringer Hofflohmkt.** Am Sonntag, den 5. Juli 2026 von 14:00 bis 17:00 Uhr findet unser 6. Hofflohmkt statt. Ob auf dem Hof, im (Vor-)Garten oder in der Garage – bei einem Hofflohmkt lernen sich Nachbarn und Bummelnde kennen und erhalten Einblicke in die schönen Ecken Unterföhrings. Die Gemeinschaft kann wachsen, Müll wird vermieden und Vorhandenes weiter genutzt! Auch dieses Jahr wird es wieder eine Übersichtskarte mit allen Ständen geben. Ihr möchtet selbst mit einem eigenen Stand auf Eurem Grundstück oder Innenhof dabei sein? Ab 1. April gibt es alle Infos unter [www.zukunft-unterfairing.de](http://www.zukunft-unterfairing.de).

Ihr möchtet Euch bei einbringen oder habt Fragen, Anregungen und Wünsche? Wir sind erreichbar per Mail unter [info@zukunft-unterfairing.de](mailto:info@zukunft-unterfairing.de)!

Euer Netzwerk Zukunft UnterFAIRing



**Haus für Sicherheit**

**HAZLER**  
**Schlüsseldienst & Sicherheitstechnik**

Das Haus für Sicherheit München ist ein seit 1984 geführter Familienbetrieb, welcher ein umfassendes Dienstleistungsangebot für Sie bereitstellt. **Wir begrüßen Sie herzlich an unserem Standort in Ismaning.**

**HAZLER**  
**Schlüsseldienst & Sicherheitstechnik**  
Münchener Straße 61  
85737 Ismaning  
Telefon 089/300 15 30  
[info@hfs-muenchen.de](mailto:info@hfs-muenchen.de)  
[www.hfs-muenchen.de](http://www.hfs-muenchen.de)

Ihr seriöser Familienbetrieb

**Einbruchschutz – Panzerriegel, Zusatzschloss etc.**

Schützt Ihr Zuhause effektiv vor Einbrüchen und erhöht die Sicherheit Ihrer Familie.

**Schließanlagen – mechanisch und elektronisch**

Maximale Kontrolle über Zugänge – für private und gewerbliche Gebäude.

**Elektronische Zutrittskontrollen**

Schaffen Sie Sicherheit und Flexibilität durch individuelle Zugangsberechtigungen.

**Briefkastenanlagen**

Sorgen für sicheren Postempfang – robust und modern gestaltet.

**Schlüsseldienst – Schlösser und Schlüssel aller Art**

Schnelle Hilfe bei verlorenen Schlüsseln – rund um die Uhr verfügbar.

**Wartung von Brandschutztüren und Feststellanlagen**

Regelmäßige Wartung sorgt für zuverlässigen Brandschutz und rechtliche Sicherheit.

## Mit SQLab fest im Sattel

Wir verlosen je einen Sattel der Modelle 614 Ergo ERGOWAVE® und 602 ERGOLUX® active 2.1 vom Premiumhersteller SQLa.

Melden Sie sich dazu bei uns per E-Mail unter [info@reba-verlag.de](mailto:info@reba-verlag.de) und dem Kennwort „Sattel 614“ oder „Sattel 602“, Ihrer Satteltbreite und Ihrer Adresse.

**Teilnahmeschluss: 22. April 2026.**

### SQLab 614 ERGOWAVE® – Der Gravelstapel für lange Tage im Sattel

Gravel bedeutet Freiheit: neue Wege entdecken, stundenlang unterwegs sein und sich auf jedes Terrain einlassen. Genau dafür wurde der **614 ERGOWAVE®** entwickelt.

Die charakteristische **ERGOWAVE®-Form** unterstützt eine stabile Sitzposition auf langen Distanzen. Die erhöhte Stufe im hinteren Bereich sorgt für Halt und ermöglicht eine effiziente Kraftübertragung aufs Pedal. Gleichzeitig reduziert die abgesenkte Sattelnase den Druck auf empfindliche Strukturen im Dammbereich – ein entscheidender Vorteil, wenn die Strecke länger und das Gelände rauer wird.

In Kombination mit der **active-Technologie** folgt der Sattel der natürlichen Tretbewegung und unterstützt die Beckenbewegung. Das entlastet die

Bandscheiben und sorgt für mehr Komfort – selbst auf langen Gravel-Abenteuern. Ein Sattel für alle, die lange Strecken lieben, neue Linien suchen und auch abseits des Asphalt nicht auf Ergonomie verzichten wollen.

### Highlights

- ERGOWAVE®-Form für optimale Druckverteilung und effiziente Kraftübertragung
- Entlastete Sattelnase reduziert Druck im sensiblen Dammbereich
- active-Technologie unterstützt die natürliche Beckenbewegung
- Entwickelt für lange Gravel-Distanzen und wechselndes Terrain



Bitte beachten Sie die **Teilnahmebedingungen**: Der Gewinner erklärt sich damit einverstanden, einen **kurzen Text und ein Bild** zum Erhalt des Gewinns an uns zu senden, der in der nächsten Ausgabe **veröffentlicht** wird. Die Kontaktdaten der Gewinner werden an die Firma SQLab weitergeleitet. Die Adressdaten aller Teilnehmer werden nach Ermittlung des Gewinners gelöscht. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung des Gewinns möglich.






















## E-Bikes Gravel Dreiräder Lastenräder Werkstatt



**JETI**Bikes

e-motion e-Bike Welt München - Nord  
 Durachweg 8, 85737 Ismaning  
 089 215 466 911  
[muenchen-nord@emotion-ebikes.de](mailto:muenchen-nord@emotion-ebikes.de)



**e-motion**  
DIE E-BIKE EXPERTEN



© Mirko Vitali - stock.adobe.com

## SQlab 602 ERGOLUX® active 2.1 – Komfort für entspannte Touren

Wer entspannt unterwegs ist, möchte vor allem eines: bequem sitzen – auch über viele Stunden hinweg. Genau dafür wurde der **602 ERGOLUX® active 2.1** entwickelt.

Die zweistufige **ERGOLUX®-Form** sorgt für eine besonders große Auflagefläche der Sitzknochen und verteilt den Druck gleichmäßig. Die leichte Stufe im hinteren Bereich stabilisiert das Becken und gibt Halt, während die abgesenkte Sattelnase den Druck im empfindlichen Dammbereich reduziert. Das Ergebnis ist ein deutliches Plus an Komfort – selbst auf langen Touren.

Dank der **active-Technologie** folgt der Sattel der natürlichen Tretbewegung. Die seitliche Flexibilität unterstützt die Beckenbewegung beim Pedalieren, entlastet den unteren Rücken und erhöht den Sitzkomfort spürbar. Ein Sattel für alle, die entspannt unterwegs sein möchten – komfortabel, ergonomisch und ohne Kompromisse.

### Highlights

- ERGOLUX®-Form für große Sitzknochenauflage und hohen Komfort
- Druckentlastung im Dammbereich durch abgesenkte Sattelnase
- active-Technologie unterstützt die natürliche Beckenbewegung
- Entwickelt für Trekking-, Touring- und E-Bike-Einsätze



## BUDO-CLUB ISMANING E.V.

### Projekttag in der Camerloher Grundschule

Auch in diesem Jahr war der Budo-Club Ismaning wieder am Projekttag der Camerloher Grundschule vertreten. Am Dienstag, den 10.03.2026, wurden von der Grundschule den Schülern die unterschiedlichsten Themen angeboten, an denen sich der Budo-Club Ismaning e. V. mit den Abteilungen Aikido, Judo, Kummooyeh und Tang Soo Do beteiligt hat. In insgesamt 10 Einheiten wurden Schnupperlehrgänge zu den im Budo-Club Ismaning e. V. angebotenen Kampfsportarten durchgeführt.



Über 100 Schüler nutzten die Gelegenheit eine Disziplin aus dem Angebot unseres Vereins näher kennen zu lernen. Und daran hatten nicht nur die Kinder, sondern auch die Trainer einen Riesenspaß.

Gleichzeitig zu dem Projekttag fand auch die Schuleinschreibung statt. Ein Informationsstand in der Aula der Grundschule wurde von einer unserer Aikido-Trainerinnen betreut. Somit hatten Eltern auch gleichzeitig die Gelegenheit sich über unseren Verein zu informieren. Der Verein bedankt sich auch im Namen der Grundschule bei unseren Trainern, die sich für diese Veranstaltung die Zeit genommen haben, um den Projekttag der Schule mitzugestalten.

Weitere Informationen zu unseren Trainingszeiten und generell zum Budo-Club Ismaning e. V. mit den dort ausgeübten Kampfkünsten und Abteilungen finden Sie unter [www.budo-club-ismaning.de](http://www.budo-club-ismaning.de). Dort finden Sie auch unser Kurzformular für ein kostenloses Probetraining. Folgen Sie uns auch auf Wir-in-Ismaning, Facebook und Instagram.

*Text: Abteilungsleiter TSD Manfred, Foto: Budo-Club Ismaning e. V.*

## NBH ISMANING / FAMILIENZENTRUM

### Sommerfest im Familienzentrum

#### Einladung an die ganze Nachbarschaft

Das Familienzentrum lädt am **17. Mai von 15:00 bis 18:00 Uhr** zum großen Sommerfest ein. Gefeiert wird im Hof der Nachbarschaftshilfe, Reisingerstr. 27. Große und kleine Besucher können sich auf einen fröhlichen Nachmittag mit Spiel und Spaß, viel Bewegung und kreativen Bastelangeboten freuen. Es gibt Essen und Getränke, und natürlich viel Zeit für Begegnungen und Gespräche in entspannter Atmosphäre. Ob jung oder alt – alle sind willkommen, gemeinsam einen schönen Nachmittag zu verbringen, neue Menschen kennenzulernen und die Angebote des Familienzentrums zu entdecken. **Wir freuen uns auf ein lebendiges Fest für die gesamte Nachbarschaft!**

Eine Übersicht über unsere offenen Angebote (Familientreffs, Eltern-Kind-Gruppen, Beratungen und kreative Aktionen für Kinder) ist auf unserer Homepage zu finden: [www.nbh-ismaning.de](http://www.nbh-ismaning.de)

*Text: Kora Pudelko*

## MALTESER PROJEKT GEGEN ARMUT IM ALTER

## Mit Mahlzeiten-Patenschaften muss niemand Hunger leiden

Bedürftigkeit kann jeden treffen. Schon seit 2009 kümmern sich die Malteser darum, dass auch ältere und hilfsbedürftige Menschen mit geringem Einkommen immer gut versorgt sind. Über eine Malteser Mahlzeitenpatenschaft bekommen Seniorinnen und Senioren in persönlicher und finanzieller Not täglich kostenlos ein warmes und gesundes Mittagmenü. Die Patenschaft wird über Spenden finanziert, greift aber auch auf lokale Zuschüsse und eventuelle Eigenbeiträge zurück. Weitere

Informationen für Spender oder für Interessenten, die eine Mahlzeitenpatenschaft beantragen möchten, gibt es gerne unter 089/85 80 80-200.

Zum zehnjährigen Bestehen der Malteser Mahlzeiten-Patenschaften 2019 konnte das Projekt gegen Altersarmut unter prominente Schirmherrschaft gestellt werden. „Die Armut alter Menschen darf uns nicht ungerührt lassen“, sagt Paul Breitner. Der ehemalige Fußballprofi engagiert sich in vielen Bereichen tatkräftig für Menschen, die auf Hilfe angewie-



Walter Reisinger freut sich: Paul Breitner besucht regelmäßig als Schirmherr der Malteser Mahlzeitenpatenschaften Bedürftige.

sen sind – jetzt auch als Schirmherr für die Malteser Mahlzeiten-Patenschaften.

### Wer kann eine Mahlzeiten-Patenschaft beantragen?

Eine Mahlzeiten-Patenschaft beantragen kann grundsätzlich jeder, der über 60 Jahre alt oder aufgrund von Krankheit oder Behinderung beeinträchtigt ist und eine der folgenden Voraussetzungen erfüllt: Der Antragsteller bezieht Sozialhilfe oder Grundsicherung, hat einen Berechtigungsschein der Tafel oder eine Sozialcard. Oder aber nach Abzug der Miete bleiben weniger als 600 Euro monatlich zum Leben.

### Wo erfahre ich mehr über die Mahlzeiten-Patenschaften?

Interessenten, die eine Mahlzeiten-Patenschaft beantragen möchten, wenden sich bitte an das zentrale Kundenbüro der Bezirksgeschäftsstelle des Malteser Hilfsdienstes, Bahnhofstr. 2a, 82166 Gräfelfing, Tel.: 089/85 80 80-0, E-Mail: [mahlzeitenpatenschaften.graefelfing@malteser.org](mailto:mahlzeitenpatenschaften.graefelfing@malteser.org) Informationen gibt es auch bei jeder anderen Malteser Dienststelle und im Internet unter [www.mahlzeitenpatenschaften.de](http://www.mahlzeitenpatenschaften.de)

Text: Malteser Hilfsdienst, Foto: Julia Krill

# OsterFerien

nur hier

- Täglich frisches Eis
- Leckere Eisbecher
- Kaffee und Kuchen




 [www.eisdiele-unterfoehring.de](http://www.eisdiele-unterfoehring.de)  
 [mrundmrs\\_unterfoehring](https://www.instagram.com/mrundmrs_unterfoehring)  
 Ahornstr.2, 85774 Unterföhring



## Im Alter daheim und trotzdem nicht allein...

... mit dem Malteser Menüservice

- täglich über 70 frisch gekochte Gerichte von herzhaft über vegetarisch bis püriert
- absolute Flexibilität durch schockgefrostete Gerichte
- Sie bestimmen, wann Sie essen möchten
- keine Vertragsbindung und keine Mindestabnahmemenge




.... und mit dem Malteser Hausnotruf !

**Schnelle Hilfe mit K(n)öpfchen**

- Notrufzentrale 24 Stunden an 365 Tagen im Jahr erreichbar
- Zuverlässiger und professioneller Bereitschaftsdienst
- Moderne Technik mit leichter Bedienung
- Keine versteckten Zusatzkosten




Foto: Lena Kirchner

Malteser Hilfsdienst gemeinnützige GmbH Tel: 089 85 80 80 - 200



Foto: Klaus Mellenhörn

## FRÜHLINGS-KULTUR IN UNTERFÖHRING

Einen bunten Strauß vielfältiger Kulturveranstaltungen gibt's im Bürgerhaus Unterföhring zu entdecken: Am Sonntag, 12. April, rückt große Filmmusik in den Mittelpunkt, wenn Schauspielerin und Sängerin Antje Rietz gemeinsam mit ihrer Pocket Big Band Henry Mancinis Welterfolge wie der „Der rosarote Panther“ und viele weitere große Revuenummern präsentiert – ein außergewöhnlicher Konzertabend. Klassische Töne folgen am Freitag, 17. April: In der Kulturaula der Grundschule widmet sich Pianistin Nini Funke in einem virtuos- en Klavierabend Märchen, Mythen und Legenden

mit Werken von Schubert, Brahms, Chopin und Liszt. Am Mittwoch, 22. April, inszeniert Christian Springer in „2026 meets 1926“ gemeinsam mit Michael Altinger, Christian Tramitz, Christine Eixenberger und weiteren prominenten Schauspielern eine eindringliche Lesung mit Zeitdokumenten über den Aufstieg der NSDAP vor 100 Jahren.

**Infos und Karten unter**

[www.buergerhaus-unterfoehring.de](http://www.buergerhaus-unterfoehring.de)

**Bürgerhaus**Unterföhring

# Mei Wirtshaus'

**Echt bayerisch, echt guad!**  
Regionale Schmankerl und zünftige Biergarten- Atmosphäre!

**Tatarenhut  
Genuss für  
Freunde am  
Tisch grillen**

**AUSGEZEICHNETE  
BAYERISCHE  
KÜCHE**  
Ausgezeichnet vom Staatsministerium

**Kegelbahn**

**089 / 20350608**  
[www.mei-wirtshaus.de](http://www.mei-wirtshaus.de)  
[info@mei-wirtshaus.de](mailto:info@mei-wirtshaus.de)  
Hohe-Brücken-Str. 29 • 85748 Garching-Hochbrück

*Jeden Sonntag Tanz mit Livemusik ab 15:00 Uhr*

## Impressum

### Herausgeber:

REBA-VERLAG GmbH  
Gutenbergstraße 11, 85354 Freising  
Telefon 0 81 61 / 490 06-0  
[info@reba-verlag.de](mailto:info@reba-verlag.de), [www.reba-verlag.de](http://www.reba-verlag.de)  
in Zusammenarbeit mit den erwähnten Einrichtungen, Vereinen, Institutionen und Einzelpersonen.

Der Herausgeber behält sich das Recht vor, Leserbriefe und gelieferte Textbeiträge (und Bilder) nicht, gekürzt oder nur in Auszügen zu veröffentlichen. Anonyme Zuschriften werden nicht berücksichtigt. Alle gelieferten Artikel erscheinen unter der ausschließlichen Verantwortung der Autoren, sie stellen keine Meinungsäußerung der Redaktion bzw. des Herausgebers dar.

### Konzept und Realisierung:

REBA-VERLAG GmbH  
© by REBA-VERLAG GmbH  
Für Druckfehler, falsche oder unterlassene Eintragungen wird keine Haftung übernommen. Nachdruck –

auch auszugsweise – sowie die fotomechanische Wiedergabe und Speicherung in elektronischen Medien ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers gestattet. Die Verwendung der Anzeigen zur Veröffentlichung außerhalb dieser Publikation ist ohne schriftliche Genehmigung des Verlages unzulässig und strafbar.

© Fotos: Bei den erwähnten Einrichtungen, Vereinen, Institutionen und Einzelpersonen – bei allen Lieferanten. Für Urheber- und Bildrechte sowie Datenschutzansprüche Dritter sind ausschließlich die Text- und Bildlieferanten verantwortlich. Bei sämtlichem zugesandtem Material (Texte, Bilder, Logos etc.) gehen wir von der Einwilligung zur Veröffentlichung und der Richtigkeit als auch Korrektheit rechtlicher Ansprüche aus.

Advertorials sind von Firmen finanzierte Textbeiträge.

**Auflagenhöhe:** 8.500 Exemplare

**Druck:** Schmidl Druck + Medien GmbH  
Hofer Straße 1, 93057 Regensburg

**Verteilung:** Per Post an alle Haushalte mit Tagespost in Garching, Ismaning und Unterföhring sowie zur Auslage in gut frequentierten Geschäften.

### Informationen zur Herstellung:

- Papier chlor- und säurefrei, aus nachhaltiger Forstwirtschaft (FSC)
- Mineralölfreie Bio-Farben
- CO<sub>2</sub>-neutral produziert



Druckprodukt mit finanziellem  
**Klimabeitrag**  
ClimatePartner.com/11222-2505-1003

**Gender-Hinweis:** Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern in diesem Bürgerjournal ab und zu die männliche Form verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter. Die verkürzte Sprachform hat nur redaktionelle Gründe und beinhaltet keine Wertung.



Seit über 38 Jahren Ihr  
verlässlicher Partner für  
Versicherungen und Vorsorge:

**SIGNAL IDUNA**  
Bezirksdirektion Jürgen Stöhr

**„Welches Gefühl haben Sie, wenn Sie an Ihre Versicherungen denken? Glauben Sie, dass alles passt oder wissen Sie es? Mein Anspruch ist: Sie wissen, dass alles passt – Punkt.“**

Jürgen Stöhr, Bezirksdirektor

Dieses Zitat ist nicht nur ein Satz, sondern das Versprechen, das wir Ihnen geben. In einer Welt voller Unsicherheiten bieten wir Ihnen seit 1988 als starker Partner die Gewissheit, daß Sie und Ihre Werte bestens geschützt sind.

### **Ein Team, dem Sie vertrauen können!**

Unser Fundament ist ein starkes Team aus engagierten und gewissenhaften Experten, die Ihnen sowohl im Innen- als auch im Außendienst zur Seite stehen. Ob es um eine schnelle und unkomplizierte Schadenregulierung geht, die wir in den meisten Fällen direkt vor Ort für Sie übernehmen, oder um eine umfassende Beratung zu Ihrer Vorsorge – wir sind da, wenn Sie uns brauchen.

Unser Teamgeist und die langjährige Erfahrung jedes Einzelnen von uns sind Ihr Vorteil. Wir hören zu, verstehen Ihre Bedürfnisse und finden gemeinsam die passenden Lösungen.

### **Unsere Expertise für Ihre Sicherheit**

Wir bieten Ihnen eine ganzheitliche Beratung und Betreuung in allen Versicherungsfragen. Zu unseren Schwerpunkten gehören

Gesundheit	Krankenversicherungen ob als Zusatz zur GKV oder privatversichert.
Vorsorge	Private und betriebliche Altersversorgung
Absicherung	Schutz für private und gewerbliche Sachwerte, Cyberversicherung, Rechtsschutz.
Fahrzeuge	Umfassender Schutz für Ihr Kfz.

Unsere zahlreichen zufriedenen Kunden und die hervorragenden Bewertungen bestätigen unseren Weg: Wir sind erst zufrieden, wenn Sie es sind.

### **Lassen Sie uns ins Gespräch kommen**

Ob digital, telefonisch oder persönlich in unseren Agenturen in Ismaning und Aying – wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen und Sie von uns zu überzeugen. Vereinbaren Sie gerne einen Termin und lassen Sie uns gemeinsam dafür sorgen, daß bei Ihnen alles passt.

Ihre Bezirksdirektion Jürgen Stöhr



SIGNAL IDUNA  
Bezirksdirektion Jürgen Stöhr  
Gutenbergstr. 6, 85737 Ismaning,  
Tel. 089 / 32 60 12 50,  
[bezirksdirektion.stoehr@signal-iduna.net](mailto:bezirksdirektion.stoehr@signal-iduna.net)