

SPORT MAIC



Inhalt:

News

BEWEGT GESUND

Wir stellen vor

**Kongress
FIT FÜR ÖSTERREICH**

**Kooperation mit
Schulen**

Jiu Jitsu

Geräturnen

Impulsseminar

ACTION DAY

Hauptversammlung

Turncamp

Weihnachtswünsche

Termine

Liebe Sportfreunde !



Bei der Hauptversammlung am 12.11.2009 wurde ich einstimmig zur neuen Obfrau der SPORTUNION LEOPOLDAU gewählt. Bereits als Kind habe ich in unserem Verein den Sport kennen und lieben gelernt.

Ich danke für das erwiesene Vertrauen und möchte gerne gemeinsam mit dem Vorturnerteam an der Weiterentwicklung unseres Vereins arbeiten.

Aktiv im Sport, Aktiv im Leben, Sport als Schlüssel zur Gesundheit, das sind Schlagworte, die wahrscheinlich viele Menschen aus unserem Programm kennen.

Für die Vereinsleitung war es immer wichtig, möglichst vielen Personengruppen Zugang zum Sport bieten zu können. So entstand aus dem ursprünglich kleinen Turnverein, dem hauptsächlich Gerätturner und Turnerinnen angehörten, nach vielen Erneuerungen der Verein, den wir heute kennen.

In unserem Verein soll Sport für alle möglich sein. Leistung und Fitness schließen einander nicht aus. Wettkampfsport kann parallel zu Gesundheitssport laufen. Alles hat seine Berechtigung und für jeden passt etwas Anderes. Ich bin froh, dass wir so viele Sparten anbieten können und schätze jeden Einzelnen und seine Arbeit. Besonders wichtig ist mir, dass sich in unserem Verein jeder wohl fühlt.

Bei der Hauptversammlung war auch der Präsident der SPORTUNION WIEN, Hofrat Prof. Walter Strobl, von unserem Schwung und unserer Gemeinschaft beeindruckt. Danke an alle, die dabei waren!

Dynamisch bleiben möchte ich gerne als Motto mit auf den Weg in die nächsten Jahre nehmen!

Marina Jaro
(Obfrau)



NEWS - NEWS - NEWS

!!! ACHTUNG !!! ÄNDERUNGEN BEI DEN TRAININGSZEITEN

Gerättturnen

Freitag 18:00 - 19:45 Uhr
Sporthalle 21., Pastorstraße 29

Jiu Jitsu

Freitag - Training
Kinder ab 6. J. 18:00 - 19:15 Uhr
Kinder ab 10 J. 19:15 - 20:30 Uhr
Erw. + Jugend 20:30 - 21:45 Uhr
Sporthalle 21., Pastorstraße 29

Qi Gong

Mittwoch 17:30 - 18:45 Uhr
VS 22., Brioschiweg 1

Wirbelsäulengymnastik

Mittwoch 18:45 - 19:45 Uhr
VS 22., Brioschiweg 1

Badminton

Montag 19:15 - 20:45 Uhr
HS 21., Aderklaaer Straße 2
großer Saal



WETTKAMPFTRAINING FÜR TURN10 am Donnerstag in der HOG

Diese 3. Trainingseinheit ist für eine kleinere Gruppe von Turnerinnen gedacht und dient zur Verbesserung der Kürelemente, um bei Wettkämpfen weiterhin beste Platzierungen zu erreichen.

In den letzten Wochen war der Besuch dieser Einheit leider sehr schwach.

Um diese Trainingsstunden mit Erfolg und Effizienz weiterzuführen, wäre es notwendig, dass die ausgewählten Kinder diese Einheit auch regelmäßig besuchen.

Wolfgang ist bestrebt, diese Mädchen entsprechend zu fördern, jedoch ist eine Mindestanzahl von 6 angemeldeten Turnerinnen unbedingt erforderlich.

Es ist finanziell nicht vertretbar, wenn der Trainer wegen eines Mädchens 17 km Anreiseweg auf sich nehmen muss.

Die verbindliche Teilnahme bitte sofort bei Wolfgang oder Martha anmelden.



Fachärztin für physikalische Medizin und Rehabilitation
Ärztin für Allgemeinmedizin
Manuelle Medizin

Dr. Martina Angst

Wien 21, Leopoldauer Platz 3
Tel.: 0664 399 75 90
E-mail: m.angst@inode.at

Wahlärztin für Alle Kassen
Termine nach telefonischer Vereinbarung



AGNES APOTHEKE

MAG. PHARM.
ERWIN HAIDMAYER KG
JERUSALEMGASSE 30
A-1210 WIEN
HG WIEN, FN 299945 x
TEL.: 01/257 12 71
FAX: 01/257 12 71 - 20
E-Mail: agnes.apotheke@nexta.at

BEWEGT GESUND

Das Rezept zur aktiven Vorsorge in Wien

- macht Spaß
- ist auch für Bewegungseinsteiger
- fördert Ihre Gesundheit und steigert Ihr Wohlbefinden
- schont den Geldbeutel



BEWEGT GESUND ist ein Projekt der WGKK und FIT FÜR ÖSTERREICH - eine Initiative des Sportministeriums, der Österreichischen Bundessportorganisation (BSO) und der Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION.

Ab sofort ist Bewegung auf Rezept möglich.

Voraussetzung dafür ist, dass Sie die Vorsorgeuntersuchung bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt durchführen lassen.

Bei Vorliegen bestimmter Risikofaktoren, kann Ihnen Bewegung verschrieben werden. Dadurch können Sie für wenig Geld eines der vielen Bewegungsprogramme von **FIT FÜR ÖSTERREICH** in Anspruch nehmen.

Die **Wiener Gebietskrankenkasse** gewährt bei regelmäßiger Teilnahme einen **Zuschuss** zu den Kurskosten bis zu 35.- Euro pro Jahr.

Einen aktuellen Überblick über alle Bewegungsangebote finden Sie unter **www.bewegtgesund.at**.

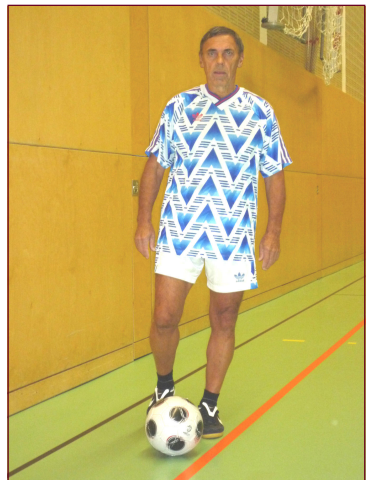
WER KENNT IHN NOCH NICHT ?

Fitness kennt kein Alter, unsere Bewunderung kennt keine Grenzen!

Die Rede ist von unserem 68-jährigen Mitglied **Ferdinand Faast**, der wöchentlich seine Fitness mit großem Enthusiasmus beim Fußball vorführt. Kondition und Mobilität kommen nicht von ungefähr.

Er trainiert nebenbei auch noch in einem Boxstudio. Ferdinand ist sicher ein Vorbild für unsere jüngeren Mitglieder und ein Ansporn für all jene, die etwas für ihre Befindlichkeit und damit ihrem Körper etwas Gutes tun wollen.

Wir sind stolz, Ferdinand in unserem Verein zu haben und zollen seiner Einstellung hohe Achtung !



KONGRESS FIT FÜR ÖSTERREICH

23. - 25. Oktober 2009 in Saalfelden

Der Kongress hatte heuer
den Schwerpunkt

ÖSTERREICH GESUND BEWEGEN.

5 Vertreter aus unserem Verein haben sich angemeldet.

Man konnte aus 82 Arbeitskreisen je 4 zweistündige Einheiten für die sportliche Praxis auswählen und ausprobieren. Wir haben unsere Schwerpunkte auf ganz unterschiedliche Praxiseinheiten gelegt. Besonderen Anklang fand:



Ropeskipping, Spielerisches Ausdauertraining für Kinder, Viele Kinder - 1 Lehrer, Kampf-, Rangel- und Tobespiele, Coole Tanz-Hits für Kids, Hip Hop mit Mr. Move It, Polysportives Bewegungslernen im Element Wasser.

Nächstes Jahr wird es wieder einen **FIT FÜR ÖSTERREICH Kongress** in Saalfelden geben.

Termin: **22. - 24. Oktober 2010**

Diese Veranstaltung ist wert, schon jetzt im Kalender vorgemerkt zu werden.

KOOPERATION MIT SCHULEN

Wir freuen uns, dass es gelungen ist, mit der Volksschule Wien 21., Hanreitergasse ein ganz tolles Projekt auf die Beine zu stellen. Gemeinsam mit der sehr engagierten Lehrerin, **Frau Ilse Pfeiffer**, wurde **NORDIC WALKING** für alle 14 Klassen organisiert.

Elternverein und Direktion übernahmen Teilkosten der kindgerechten Nordic Walking Stöcke. Unser Verein stellte **Niki** als ausgebildete Trainerin zur Verfügung.

Kinder und Lehrer sind begeistert, Bewegung ein ganzes Jahr lang auf diese neue Art kennenzulernen.

Hinter diesem Projekt

KINDER GESUND BEWEGEN steht die finanzielle Unterstützung durch das SPORTMINISTERIUM und die Aktion **FIT FÜR ÖSTERREICH**.



JIU JITSU

Am 24. und 25.10.2009 fand die dies-jährige Österreichische Meisterschaft im Duo-System und Fighting in Maria Enzersdorf statt.

Wir waren mit 4 Paarungen im Duo vertreten und konnten durch die hervorragenden Leistungen unserer Kids nebenstehende Platzierungen erzielen:

Es war für uns alle ein sehr anstrengendes Wochenende, weil die Kämpfe unserer Kids bereits am frühen Vormittag stattfanden, wir jedoch danach stundenlang auf die Siegerehrung warten mussten.

3. Platz

Schandl Philipp - Reil Nino

5. Platz

Shaban Ekram - Majerczyk David

5. Platz

Boyko Stanislav - Kässmann Simon

7. Platz

Velasquez Kervy - Sperlich Richard

Wir möchten auf diesem Weg den Eltern, Geschwistern etc. unserer Teilnehmer noch einmal ganz herzlich für ihre unendliche Geduld danken.

Bernhard u. Petra

Beim **ACTION - DAY** am 26.9.2009, in der Pastorhalle, haben unsere Teilnehmer der Jiu Jitsu-Einheiten sehr effektiv ihre Fertigkeiten demonstriert. Dieses Können spiegelt sich auch in den Ergebnissen bei den Wettkämpfen wider. Die Vereinsleitung dankt den verantwortlichen Trainern für ihr Engagement und wünscht allen weiterhin viel Erfolg!



GERÄTTURNEN

SPORTUNION WIEN

TURN10 - Mannschafts-Landesmeisterschaft 2009 - 17. Oktober 2009



AK8 - Basisstufe

4. Platz - 171.700 Punkte
Kerstin Koutsky, Alina Kelz
Anna Bauer, Jennifer Schiller



AK10 - Basisstufe

1. Platz - 180.000
Jakob Dietrich, Alexander Willert
Lukas Janu



AK10 - Basisstufe

1. Platz - 201.500
Anika Steinschaden
Iva Kovacevic
Alica Novoszel
Viktoria Typptel



AK18 - Basisstufe

2. Platz - 227.250
Doris Muzik
Petra Lebersorger
Bianca Bednar
Beatrix Müller



AK13 - Oberstufe
1. Platz - 202.000
Nina Dietrich
Michaela Jaros
Sandra Hengsberger

**Gratulation allen
Wettkämpfern !**

IMPULSSEMINAR

Das Impulsseminar für Kinder- und Jugendlichen im September in St. Pölten war wieder ein voller Erfolg.

Diesmal war alles auf einen Tag konzentriert, so dass keine zusätzlichen Nächtigungskosten anfielen.

Aus unserem Verein waren 17 Vorturner bei dieser Schulung und jeder konnte Ideen, Technik und Wissen für seine Einheiten mitnehmen.

Die Turner konnten bei **A.Fries** und **R.Schall** ihr Können am Mini-Trampolin, am Barren, Reck und Kasten testen. Die Polarexpedition, das Dschungelspiel und der Gefängnisausbruch waren Spiele für Großgruppen die besonders die Ausdauer und Kondition fördern.



Die Tänzer erhielten Anregungen für Hip Hop und Street-Dance von **E.Wöll**.



U.Gatol und **C.Grüger** begeisterten die Eltern-Kind-Vorturner.



Die Jiu Jitsu Trainer konnten sich von überall etwas holen.

Unsere Anerkennung für die gewohnt gute Organisation und die fachliche Kompetenz gilt dem gesamten Team in St.Pölten, an der Spitze **Prof.Werner Kulhanek** und **Ingolf Wöll**.



ACTION - DAY

Der 26.9.2009 war ein Tag der offenen Tür und eine Einladung an alle, um unsere sportlichen Programme kennenzulernen. Alle Sparten unseres Vereins demonstrieren in der Pastorhalle Musterstunden zum Mitmachen.

Wenn Sie selbst dabei waren, schildern Sie bitte in Ihrem Bekanntenkreis wie vielseitig Bewegung sein kann.

1 Gratis-Schnupperstunde ist jederzeit möglich.



HAUPTVERSAMMLUNG 2009

Die Hauptversammlung alle drei Jahre unterliegt einerseits einem konservativem Muster und soll andererseits Dynamik und Schwung für die Zukunft der UNION LEOPOLDAU ausstrahlen.



Folgende Personen wurden bestätigt oder als neue Funktionäre gewählt:

Vorstand

Obfrau: Karina JAROS
Ehrenobfrau: Gerlinde JAROS
Schriftführerin: Gerti PRAIS
Kassenwart: Ing. Robert JAROS
Kassenwart-Stv.: Christian FUGER

Rechnungsprüfer: Gertrude HAUSCH
Karl HAUSCH

Fachwarte

Geräturnen: Martha MAYERHOFER
Gymnastik: Maria KRIEGL
Kinder-Fitness: Steffi SANDTNER
Rhythm.Gym.: Lucia RAJNICOVA
Ballspiele: Dr. Robert NEZHYBA
Jiu Jitsu: Christian DECHANT

Der Präsident der SPORTUNION WIEN, Herr Hofrat, Prof. Walter Strobl, überreichte im Zuge der Hauptversammlung das **Ehrenzeichen der SPORTUNION in Bronze** an 5 verdiente Vorturner:

Christian Dechant, Andreas Kern, Romana Muzik, Peter Petz und Veronika Skallak



Ein Lob den Tänzern, die durch ihre powervolle Einlage alle zum Mitmachen animiert haben.

Das Redaktionsteam gratuliert der neuen Vereinsleitung und wünscht viel Energie und Ausdauer bei der Umsetzung neuer Ideen.

TURNCAMP - BAD HALL - 1 WOCHEN IM AUGUST 2009

Das war ein toller Sommer!

Ich bin 11 Jahre alt und turne schon immer gerne. Heuer bin ich zum 1. Mal alleine auf ein Turncamp gefahren. Die Kinder waren zwischen 6 und 16 Jahre alt, 28 Mädchen und 1 Bub. Ich war die Einzige aus Wien, die Anderen kamen aus Salzburg, Oberösterreich, Niederösterreich und Deutschland.



Es war cool! Kennt ihr eine Schnitzelgrube? Das ist eine tiefe Grube im Turnsaal, die mit vielen Schaumstoffwürfeln gefüllt ist. Man kann alle Sprünge trainieren, ohne Angst zu haben, dass man sich verletzt.

Wir waren in 4 Leistungsgruppen auf 4 Trainer aufgeteilt. Je nach Größe gab es die „Erbsen“, die „Radieschen“, die „Karotten“ und die „Gurken“.

Wenn jemand am Balken noch kein Rad konnte, haben die Trainer immer geholfen. Wenn einer vom Stufenbarren oder vom Reck Blasen auf den Händen hatte, durfte man bei einer anderen Gruppe, zum Beispiel Trampolinspringen.

In der Mitte der Woche stellten uns die Trainer die Aufgabe, je einen Tanz mit Akrobatikteilen für den Abschlussabend selbst zusammenzustellen. Es gab jeden Abend viel zu lachen. Geschlafen wurde am Boden mit Schlafsack und Iso-Matten, gleich neben dem Turnsaal. Um ½ 10 sollte Ruhe sein!!

Bitte liebe Trainer sagt uns bald den neuen Termin für das Turncamp 2010! Ich fahre nächstes Jahr sicher wieder mit. Wollt ihr auch mitkommen? Sagt es bitte weiter, es war wirklich cool!

Michaela, ein begeistertes Turnkind

Die UNION LEOPOLDAU wird in der 2. Ferienwoche im Juli 2010 sicher wieder einen polysportiven Sommerkurs in Güssing anbieten. Infos werden per Folder Ende Jänner auf allen Turnplätzen verteilt.

**FROHE WEIHNACHTEN
UND
EIN GUTES NEUES JAHR**

*wünscht allen Mitgliedern,
Sportfreunden und Sponsoren*

**DIE VEREINSLEITUNG
DER SPORTUNION LEOPOLDAU**



Termine

22.12.09 **Adventstunde für Kinder aller Sporteinheiten**

Treffpunkt: 18 Uhr vor der Pastorhalle

24.12.09 15 Uhr **Krippenandacht für Kinder - Kirche Hl.Kreuz**

24.12.09 - 6.1.10 **Weihnachtsferien - kein Vereinsbetrieb**

28.- 30.12.09 10 - 12 Uhr **Ferienspiel**

der Stadt Wien in der Pastorhalle

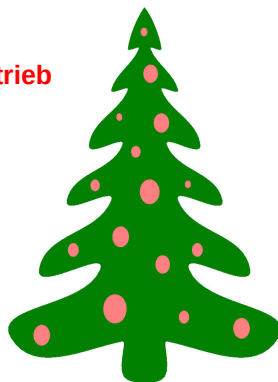
4. + 5.1.10 10 - 12 Uhr **Ferienspiel**

der Stadt Wien in der Pastorhalle

1.- 6.2.10 **Semesterferien - kein Vereinsbetrieb**

1.- 5.2.10 10 - 12 Uhr **Ferienspiel**

der Stadt Wien in der Pastorhalle



In jeder Beziehung zählen die Menschen.



**Österreichische Post AG
Info.Mail Entgelt bezahlt**

Impressum:

Herausgeber, Eigentümer und Medieninhaber
SPORTUNION LEOPOLDAU (ZVR-Nr.118300254)

Beiträge in dieser Ausgabe von:

G.Jaros, K.Jaros, P.Pischtiak, Ch.Fuger

verantwortlich: Gerlinde Jaros

alle: 1210 Wien, St. Michaelgasse 13/7

e-Mail: verwaltung@sportunion-leopoldau.at

Nächste Ausgabe: April 2010

Redaktionsschluss: 6. März 2010