



SPORT MAIL



VEREINSZEITUNG
Rückblick 2021

Vorwort

**Corona,
aber wir sind da.**



Respekt, Solidarität, Inklusion, Verlässlichkeit, Teamgeist, Fairness. Dafür stehen wir, das sind unsere Werte. Sie wollen wir weitertragen.

Wir wollen der lebendige Sportverein im Gebiet Leopoldau/Großfeldsiedlung im 21. Gemeindebezirk bleiben. Wir wollen weiterhin möglichst viele Personen aller Altersgruppen mit unserem Angebot für regelmäßige Bewegung in der Freizeit begeistern. Wir sehen Bewegung als Schlüssel zu Gesundheit und Lebensfreude. Noch immer, oder gerade jetzt, weil Corona den Stellenwert von ausreichender Bewegung sichtbar macht.

2022 werden wir 75 Jahre alt. Es wäre Zeit, zu feiern und zurückzublicken. Wegen Corona ist das nicht so einfach. Deshalb möchte ich mich heute an dieser Stelle bei allen bedanken, die die Sportunion Leopoldau von den Anfängen bis ins aktuelle Jahr mitgestaltet haben.

Am meisten geprägt haben wohl Willi Geyer und Gerlinde Jaros. Immer für den Sport, doch mit so

viel Herz! DANKE, ihr wart Wegbegleiter! Ich wünsche mir von ganzem Herzen, dass unser Team die Sportunion Leopoldau in diesem Sinne auch in kommenden Zeiten weiterführen kann. DANKE auch all den anderen Freunden und Wegbegleitern!

Was bleibt, ist mutig in die Zukunft zu schauen.

In jeder Sparte stehen die Turnsaaltüren zum Schnuppern – mit den angepassten Maßnahmen zur jeweiligen Lage – offen. Wir freuen uns über ehrenamtliches Engagement, kreative Ideen und alle Personen, die Sport ausüben wollen. Zur Verfügung stehen: Ballsport, Behindertensport (Handicapturnen), Fitnesssport, Gesundheitssport, Kampfsport (Jiu Jitsu), Racketsport (Badminton), Rhythmische Gymnastik, Tanz oder Turnen.

Vielleicht wird es ja doch ein 75-er-Fest geben, wo wir uns persönlich treffen können. Ich habe die Hoffnung noch nicht aufgegeben.

Bis dahin, gute Gesundheit und viel Freude beim Sport,

Karina Jaros

INHALT

Kolumne	S. 4
---------	------

Fitsport	S. 6
----------	------

Rhythmische Gym.	S. 8
------------------	------

Tanz	S. 12
------	-------

Newsflash	S. 14
-----------	-------



Kolumne: *Sportbonus*

... auch in der Sportunion Leopoldau

Eine der Auswirkungen der Corona-Pandemie ist der Rückgang an Vereinsmitgliedern. Durch die Stilllegung der Angebote verlor die Sportunion Leopoldau bis September 2021 etwa 40% der Mitglieder.

Das Sportministerium unterstützt das Comeback des Vereinssports in dieser besonderen Situation durch den Sportbonus, eine Förderaktion für neue und wiedergewonnene Mitgliedschaften.

Der Vorstand der Sportunion Leopoldau beschloss noch im Sommer, an diesem großen Projekt teilzuhaben. Dank gebührt allen, die nun die Mehrarbeit machen und viel Zeit

investieren! Ehrenamtlich! Genaue Dokumentation, neu errechnete Vorschriften, detaillierte Abrechnung, Einreichung.

Nach erfolgter Registrierung auf der Sportbonus-Plattform unsererseits bezahlen unsere neuen Mitglieder einen reduzierten Mitgliedsbeitrag für das Sportjahr 2021/22. Es können nur vor dem 31.12.2021 geleistete Zahlungen berücksichtigt werden, eine spätere Rückerstattung des Mitgliedsbeitrages ist nicht möglich.

Wir freuen uns, wenn die Sportunion Leopoldau nicht zuletzt durch den Sportbonus wieder viele neue Mitglieder gewinnen kann.





BEHIND THE SCENE BEIM AUSTRIAN DANCE CUP 2021



36 JAHRE *FUN-ROBIC*

Nach 36 Jahren schließe ich meine Einheit Fun-Robic vormals Be-sik und bedanke mich für die schöne Zeit als Trainerin. Alle Teilnehmer (ganz wenig Herren) haben mir immer ein gutes Gefühl gegeben und mir hat meine Einheit mit 90 Minuten unheimlich Spaß gemacht. Ich konnte mich am Sportplatz immer verwirklichen und wurde von den Obfrauen perfekt unterstützt. Dafür ein großes Danke.

Es gab Jahre mit nur 5 Teilnehmern, aber die Stunde fand Anklang und ich hatte in den besten Zeiten auf meiner Liste fast 30 Mitglieder.

Viele Choreographien habe ich gesponnen und manchmal sind meine Damen mit mir verzweifelt, wenn mein Temperament mit mir durchging. Sorry dafür.

Trotzdem haben mir meine lieben Damen tatsächlich Jahrzehnte lang



die Treue gehalten. In den letzten Jahren sind zu den Müttern auch noch die Töchter dazu gekommen.

Durch die große Wende CORONA habe ich mich entschlossen meine Einheit aufzugeben und mich meiner zweiten Leidenschaft Step Aerobic

zu widmen. Nachdem auch Hula Hoop derzeit sehr aktuell ist, starte ich eine neue Einheit: Step & Hula

Ich freue mich auf viele weitere sportliche Jahre im Verein mit vielen Freunden.

Monika



RHYTHMISCHE GYM.



An dieser Stelle berichten wir normalerweise über die Teilnahme an Wettkämpfen und Erfolge, die dabei erzielt werden konnten. Leider haben wir ein weiteres Jahr hinter uns, das nicht „normal“ war, daher skizziere ich einmal, was wäre, wenn es kein Corona gäbe.

Ein normales Sport- und Wettkampfsjahr beginnt für mich im Jänner damit, alle notwendigen Vorbereitungen für die Bestellung der Wettkampfanzüge zu treffen (die Termine für die Wettkämpfe im laufenden Schuljahr wurden schon im Jänner des jeweiligen Vorjahres ausgesucht und sind somit

schon lange im Voraus festgelegt). Das bedeutet: Alle Mädchen probieren die Anzüge in verschiedenen Größen, um individuell die richtige Größe notieren zu können. Die Bestellung muss bis Ende Februar aufgegeben werden, damit die Anzüge zeitgerecht vor dem ersten Wettkampf im Mai eintreffen.

Über die Weihnachtsferien haben wir bereits Musikstücke ausgesucht, Übungen erstellt und die Mädchen in Gruppen eingeteilt. Dann starten wir im Training mit dem Einstudieren der Duos/Trios bzw. Gruppenübungen. Zwei oder drei bzw. vier bis sechs



Mädchen erlernen gemeinsam – je nach Altersklasse – eine Übung mit oder ohne Geräten. Dies beschäftigt uns das restliche Sportjahr bis zu den Wettkampfterminen.

Parallel dazu begleitet mich die Organisation der Wettkämpfe ab etwa Anfang April.

Der erste Wettkampf ist vereinsintern, hier treten also nur Mädchen an, welche die Rhythmische Gymnastik bei der Sportunion Leopoldau besuchen. Man könnte auch sagen, dass dies ein erster Probelauf für all jene ist, die zum ersten Mal an einem Wettkampf teilnehmen. Aber auch die älteren Gym-

nastinnen schätzen diese Chance, um vor Publikum zu zeigen, was sie können. Der zweite Wettkampf ist gemeinsam mit anderen Vereinen.

Hier haben alle die Möglichkeit, sich auch mit anderen Mädchen zu messen – und auch wir Übungsleiterinnen schätzen den Austausch mit anderen Vereinen im Rahmen dieses freundschaftlichen Wettkampfes.

Die Vorbereitungen für die Wettkämpfe umfassen: Zusammenstellung aller Helfer (Kampfrichter, Betreuung der Musikanlage, Ansager, Buffet, Bild- und Videoaufnahme,...), Erstellung der Wertungsblätter, Startlisten, Abläufe,

Designen von Urkunden, Bestellung von Medaillen, Erstellung der Ausschreibung und Einladung anderer Vereine, Einrichten der Playliste für den Wettkampf und vieles mehr. Es kommt also eine Reihe verschiedener Aufgaben zusammen, damit ein solcher Wettkampf überhaupt funktionieren kann.

Dass sich all die Mühe und monatelange Arbeit im Turnsaal und abseits davon gelohnt hat, sieht man spätestens dann, wenn alle Mädchen ihren Eltern, Verwandten und Freunden stolz präsentieren können, was sie ein Schuljahr lang gelernt haben. Nach den Wettkämpfen geht es in die Sommerpause.

Mit Beginn des kommenden Schuljahres starten auch wir wieder mit unserem Training. Nun kommen viele neue Interessierte und wir müssen nach einer dreiwöchigen Aufnahme-phase entscheiden, wer das entsprechende Potenzial mitbringt, um bei uns mitmachen zu können. Im Herbst geht es dann darum, den Kindern die Grundlagen der Rhythmischen Gymnastik zu vermitteln, sodass ab Jänner mit neuen Übungen losgelegt werden kann.

Und wieder beginnt ein neues Sport- und Wettkampfjahr...

So also sieht eigentlich ein normales Sportjahr bei uns aus. Die Realität ist, wie wir alle wissen, momentan eine ganz andere und viele, die 2019, 2020 oder 2021 bei uns neu begonnen haben, kennen diesen Ablauf noch gar nicht und hatten teilweise noch

nicht einmal die Chance, eine ganze Übung zu erlernen. Denn die „neue Normalität“ besteht momentan darin, dass wir alle paar Wochen mit neuen Vorgaben seitens der (Stadt-) Regierung konfrontiert sind, oder überhaupt den Präsenstrainingsbetrieb einstellen müssen.

In diesem Jahr hat sich gezeigt, dass das Training online zum Überbrücken eines kurzen Zeitraumes, wie es Ende November bis Mitte Dezember der Fall war, relativ gut geeignet ist; denn Bewegung unter eingeschränkten Möglichkeiten ist immer noch besser als gar keine Bewegung. Aber monatelang nur vor dem Laptop oder Handy zu trainieren, wie es im vergangenen Schuljahr der Fall war, als uns der Lockdown von Anfang November 2020 bis Mitte Mai 2021 begleitete, ist definitiv kein adäquater Ersatz für das Training im Turnsaal, wo uneingeschränkt gelaufen, gesprungen und Geräte geworfen werden können.

Ich würde mir für alle unsere Gymnastinnen wünschen, dass wir im restlichen Schuljahr einen durchgehenden Trainingsbetrieb im Turnsaal aufrechterhalten dürfen. Dass alle die Möglichkeit haben, gemeinsam eine Übung zu erarbeiten und zu perfektionieren. Dass am Ende des Schuljahres Wettkämpfe unter halbwegs normalen Bedingungen möglich sind. Und dass den Erinnerungen vergangener Jahre wieder neue hinzugefügt werden können. Nach zwei Jahren Ausnahmezustand hätten dies alle verdient.



*Denn: Die Bewegung unserer Kinder ist für deren Gesundheit ebenso wichtig und sollte endlich einen höheren Stellenwert bekommen!
Danke an mein Team, das trotz aller Herausforderungen motiviert bleibt und stets zusammenhält.*

Kerstin

TANZ



DANCESQUAD AUSTRIAN DANCE CUP

Das Dancesquad Team nahm dieses Jahr erstmals am Austrian Dance Cup teil, welcher von 10. bis 12. September statt fand. Teammitglied Lilli war so lieb, ihre Erlebnisse für uns festzuhalten.

Am Freitag um 8.30 Uhr trafen wir uns beim Hauptbahnhof. Mit dabei waren die Trainerinnen Birgit und Bianca, und vom Dancesquad Team Evelina, Emilia, Anna, Vanessa, Tijana, Iris und ich. Von dort startete unsere Reise zum Austrian Dance Cup 2021. Wir fuhren mit dem Zug hin und waren gegen Mittag dann in Bad Ischl. Gleich nach dem Check-In und einem Mittagssnack funk-

tionierten wir unsere Hotelzimmer in Styling-Räume um und machten uns fertig für unseren großen Auftritt. Dann hieß es nur mehr proben, proben, proben. Um 18 Uhr war es dann so weit! Wir hatten die Startnummer 1 und eröffneten mit unserer Performance die Meisterschaft! Es war unglaublich spannend. Wir gaben alles und noch mehr und genossen trotzdem unseren Auftritt. Adrenalin pur!

Und das, obwohl kein Publikum zugelassen war, aber wir wussten, dass alle im Livestream mitfieberten. Dann hieß es für Vanessa – sie performte ein Solo – schnell umziehen

und ihr Solo proben. Bei Startnummer 19 war sie dran und tanzte mit unglaublich viel Ausdruck und Energie ihren selbstchoreographierten Tanz. Respekt!

Nachher gingen wir zu McDonald's und waren rechtzeitig wieder da, um uns die Siegerehrung – wegen Corona leider nur über den Livestream – anzuhören. Die Spannung stieg. Wir belegten den 2. Platz in der Kategorie MTV Commercial und Vanessa bekam die Goldmedaille!!

Nach diesem ereignisreichen Tag waren wir doch alle froh, in unseren Betten im Hotel Sandwirt zu liegen.

Am nächsten Tag hatten wir die Gelegenheit, Solos oder Duos für die nächste Meisterschaft zu erarbeiten und hatten viel Spaß dabei.

Außerdem gab es ein Fotoshooting mit unseren coolen Outfits. Am Sonntagabend begann unsere Heimreise mit dem Zug und ein bisschen Wehmut und einem starken Teamgeist im Gepäck.

Ich kann nur sagen: dieses Wochenende war ein großartiges Erlebnis mit viel Spaß, das ich nie vergessen werde!

Lilli



Newsflash

UNSERE NEUEN ÜBUNGSLEITERINNEN STARTEN DURCH

Urban Kids Dance

Dieses Jahr hatten Alexandra und ich die Möglichkeit eine eigene Gruppe zu übernehmen. In unserer Gruppe befinden sich Kinder im Alter von 5 bis 8 Jahren. In Urban Dance Kids lernen die Kinder Tanz und Rhythmus, begleitet von Spiel und Spaß. Diese ersten paar Monate haben uns und den Kindern einen großen Spaß gemacht und wir freuen uns auf viele weitere Tanzstunden.



Maja (oben) & Xandi (unten)



RE-START IN DER SPORTUNION LEOPOLDAU

Chronologie der Corona-Pandemie-Folgen

Jänner	Lockdown
Februar	Lockdown
März	nur Outdoortraining möglich, Turnsäle geschlossen
April	Lockdown
Mai	Erste Öffnung für den Sport
Juni	Öffnung für den Sport
Juli, August	Ferien
September	Sport für alle möglich
Oktober	Erste Einschränkungen
November	Lockdown
Dezember	Lockdown, dann Öffnung für den Sport

Ganz klar erkennbar, es war 2021 nicht viel Platz für Sport. Es ist zu verstehen, dass in so einer Situation nicht alle Mitglieder bleiben.

Auch die Übungsleiter*innen sahen sich neuen Herausforderungen gegenüber. Maskenpflicht, Hygienekonzepte, Registrierung der jeweiligen G-Nachweise, Desinfektion der Geräte, mit all den neuen Umständen musste man erst vertraut werden.

Die Leitung der Sportunion Leopoldau stellte es den Übungsleiter*innen ab der Öffnung der Turnsäle seitens der MA51 frei, ob und unter welchen Umständen sie ein Training abhalten würden. Uns war wichtig, dass sich Trainer*innen nicht unter Druck gesetzt fühlen und mit Freude und Sicherheit arbeiten können. So erklärt sich, dass nicht in allen Sparten die gleichen Öffnungsschritte gesetzt wurden.

Umso mehr bemühen wir uns, wenn geöffnet ist, die besten Bedingungen zu schaffen. Wir wollen unsere Werte, Respekt, Solidarität, Inklusion, Verlässlichkeit, Teamgeist und Fairness im Turnsaal wieder erlebbar machen. Unser Motto „Bewegung als Schlüssel zu Gesundheit und Lebensfreude“ soll uns wie selbstverständlich begleiten.

Ein Blick auf unsere Homepage zeigt, was alles bei uns möglich ist. Einem **RE-Start** steht nichts im Wege. Wir wollen aber Raum nicht nur für **RE-Start** geben, sondern auch für **NEU-Start!** *Wir freuen uns auf weitere, sportliche Ideen, die zu unserem Konzept passen. Einfach schreiben!*



NEUE EINHEIT: STEP & HULA

Donnerstag, 19:30-20:45, 21., Zehdengasse 9



Im September waren wir schon alle gespannt ob es einen „normalen“ Turnbetrieb geben wird. Voller Vorfreude auf meine neue Einheit habe ich schon im Sommer zahlreiche Hula Hoop Reifen eingekauft. Einige fleißige Mitglieder haben schon vorab begonnen mit dem Reifen zu Üben.

Nach unserem erfolgreichen Start (mehr als 15 Teilnehmer) steigern wir uns jede Woche mit den Step-Choreografien und beim Hulern können wir schon einige Moves. Der Reifen fällt fast nicht mehr hinunter.

Ich kann es gar nicht erwarten, dass der nächste Donnerstag kommt. Wir freuen uns immer auf neue Gesichter.

Monika

WAS IST STEP&HULA?

Wir wollen beim neuen Trend dabei sein und unsere „Mitte“ mit viel Spaß in Form bringen. Mit mitreißender Musik werden wir unsere Taille in Bewegung bringen. Nach einem ca. halbstündlichen Warm up mit dem Hula-Reifen geht es weiter mit einer Step Aerobic Einheit mit leichten Choreographien.

Je nach Fortschritt der Teilnehmer kann diese auch mit fortgeschrittenen Elementen erweitert werden. Ein Cool down rundet unsere Stunde ab und wir wollen alle mit der Freude an Bewegung anstecken.

Bitte den Hula Reifen selbst mitbringen!



ANGEL TO GO

Seit einigen Jahren gibt es in der Sportunion Leopoldau die Tradition, im Advent eine Person mit dem ANGEL-TO-GO auszuzeichnen.

Der kleine Engel verbleibt ein Jahr lang bei seinem Schützling, dann wird er von diesem einer neuen Person überreicht.

Heuer traf es JULIA vom Turnen.

Liebe Julia,

Es freut mich, dir mitteilen zu können, dass der „Angel-to-go“ nun für ein Jahr dein Begleiter sein wird.

Verdient hast du ihn, weil du dich so besonders für deine Sparte einsetzt und fast nebenbei auch noch die Homegearbeit übernommen hast.

DANKE für den frischen Schwung,
den du ins Turnen bringst!

DANKE für deine unzähligen Versuche,
andere Übungsleiter*innen zu motivieren!

DANKE für deine Bereitschaft zur Fortbildung!

DANKE für deine gute Laune!

DANKE für deine Herzlichkeit!

DANKE für deinen Umgang mit den
dich umgebenden Personen!

DANKE für dein „Dich-Einbringen“ in
die Sportunion Leopoldau!

Möge der „Angel-to-go“ das ein wenig sichtbar machen
und dich das kommende Jahr beschützen!

ALLES, ALLES GUTE.



Impressum:

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

Beiträge in dieser Ausgabe von:

Fuger Monika, Guzvic Maja, Jaros Karina, Siegl Kerstin,
Polster Lilli, Walter Alexandra

Fotos: Kovacs Dominik , Prohaska Erwin (phopro.at)

Layout: Häusler Birgit, Prohaska Erwin (phopro.at)

Verantwortlich: Jaros Karina

1210 Wien, St. Michaelgasse 13/7

e-mail: verwaltung@sportunion-leopoldau.at