



SPORT  
**UNION**  
WÄHRING

HEFT 01  
APRIL 2008

# SPORT SPIEL SPASS

VEREINSZEITUNG DER  
TURN- UND SPORTUNION WÄHRING



## KINDER- TURNEN MIT SPASS

### Aus dem Inhalt:

Die Lizenz zum Managen

Was ist eigentlich noch cooler als vor dem Computer zu sitzen?

Wozu eine Jugendseite?

20 Jahre Vereinsriegenmeisterschaft

Ein voller Erfolg



für unsere  
Jugend

bei der  
Vereinsriegenmeisterschaft  
2007



*DI Erik Förtsch*

## **Sehr geehrte Damen und Herren! Liebe Kinder!**

Bisher erhielten Sie einmal jährlich die Informationen der Turn- und Sportunion Währing zugesandt. Ab 2008 wird unsere neue Vereinszeitschrift mit vielen Informationen, Berichten und Wissenswertem aus unserem Verein dreimal pro Jahr erscheinen.

Es ist vorgesehen, die Zeitschrift jeweils im April, August und Dezember heraus zu geben. Im August, vor Beginn des neuen Turnjahres, wird sie Ihnen zugeschickt, an den beiden übrigen Terminen wird sie auf den Turnplätzen verteilt werden.

Zusammen mit unserer Homepage [www.sportunion-waehring.at](http://www.sportunion-waehring.at) wollen wir die Kommunikation innerhalb der Turn- und Sportunion Währing verbessern und Ihnen mehr als bisher das Vereinsgeschehen auch außerhalb der von Ihnen besuchten Plätze nahe bringen.

Anlässlich dieser ersten Ausgabe hat sich dankenswerterweise der Herr Bezirksvorsteher von Währing, Direktor Karl Homole, bereit erklärt, Grußworte an Sie zu richten.

Weiters finden Sie künftig in jeder Ausgabe in der Mitte des Heftes, eventuell zum Herausnehmen, unser aktuelles Übungsangebot mit den Turnzeiten und Turnplätzen, die Telefon-Nummern der Platzleiter und der Vereinsleitung sowie die Mitgliedsbeiträge.

Es wird regelmäßig eine Jugendseite, Anregungen für Spiele, sowie Berichte von einzelnen Turnplätzen geben und fallweise Ratschläge aus dem Bereich der Gesundheitsgymnastik. Wir werden Ihnen auch im Lauf der Zeit alle unsere Übungsleiterinnen und Übungsleiter vorstellen.

Wir hoffen, dass Ihnen unsere neue Zeitschrift gefällt. Wenn Sie Anregungen, Verbesserungsvorschläge oder Beiträge haben, schreiben Sie uns bitte, senden Sie uns ein e-mail, oder rufen Sie uns an. Adressen und Telefon-Nummern finden Sie im „Impressum“ auf Seite 24.



## 23X „FIT FÜR ÖSTERREICH-QUALITÄTSSIEGEL“ FÜR DIE UNION WÄHRING

von Susanne Förtisch

Haben Sie gewusst, dass sich 60% der österreichischen Bevölkerung wenig bis gar nicht bewegt? Das ist doch eigentlich sehr verwunderlich, denn der positive Effekt von Sport auf das körperliche Wohlbefinden ist ja bekannt: Sport senkt den Blutdruck, stärkt das Immunsystem, mindert das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall, wirkt Übergewicht, Diabetes oder Osteoporose erfolgreich entgegen und kräftigt die Muskulatur, die den Bewegungsapparat stützt und Haltungsschäden verhindert. Bewegung ist Leben!

Um mehr Bewegung zu den Menschen zu bringen, haben das Bundeskanzleramt und die Österreichische Bundessportorganisation (BSO) die Initiative „FIT FÜR ÖSTERREICH“ ins Leben gerufen. Das Ziel: gesundheitsorientierte Bewegung im Breitensport in Verbindung mit ausgewogener Ernährung zu fördern. Kooperationspartner sind allen voran die Sport-Dachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION, die ja eine breite Auswahl an Sportprogrammen für alle Altersgruppen anbieten.

Jene Übungsangebote, die gesundheitsorientiert und durch ihr hohes Niveau und die hervorragende Betreuung qualitativ hochwertig sind, wurden von Bundeskanzleramt und BSO mit dem Qualitätssiegel „Fit für Österreich“ ausgezeichnet. Dieses Siegel wird nur bei Erfüllung bestimmter Kriterien vergeben und steht somit für geprüfte Qualität. Eine wertvolle Orientierungshilfe also! Um die hohe Qualität zu sichern, ist auch für die laufende Aus- und Weiterbildung der Übungsleiter gesorgt.



Die SPORTUNION WÄHRING bietet Ihnen 23 Übungsprogramme, die das „Fit für Österreich“-Qualitätssiegel tragen. Ob Kräftigung des Bewegungsapparates, ganzheitliches Training, Entspannung, oder mit ausdauerfördernder Wirkung für das Herz-Kreislaufsystem – für jeden Bedarf ist das Passende dabei!

Unser Übungsprogramm finden Sie auf Seite 12/13.

*BV Karl Homole*

## Sehr geehrte Mitglieder der Turn- und Sportunion Währing,

Vereine wie Ihrer sind ein unverzichtbarer Teil des Freizeitangebots in einem Bezirk und tragen somit wesentlich zur Lebensqualität bei. Der soziale und auch gesundheitspolitische Beitrag ist dabei nicht hoch genug einzuschätzen!

Diese Arbeit wird aber erst durch den persönlichen Einsatz der einzelnen Vereinsmitglieder mit Leben erfüllt.

Dass Sie diese neue, toll gestaltete Vereinszeitschrift in Ihren Händen halten können, ist ein Produkt eben dieses Engagements, für das ich Ihnen im Namen des Bezirks herzlich danke.

Ihnen allen wünsche ich für die Zukunft weiterhin viel Erfolg. Sollten Sie Unterstützung brauchen, steht Ihnen meine Tür, wie in der Vergangenheit auch, selbstverständlich offen.

Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'K. Homole', with a long horizontal line extending to the right.

## DIE LIZENZ ZUM MANAGEN

*Ein Bericht von Susanne Förtsch*

Schon 23 Turnplätze der Union Währing sind mit dem Qualitätssiegel „Fit für Österreich“ ausgezeichnet – das sind fast alle unserer Angebote, für die das Qualitätssiegel vergeben wird (nicht vorgesehen ist es für Leistungsturnen und Jazz-Dance)! Neben bestimmten Anforderungen hinsichtlich des Übungsangebots wird bei diesen Turnplätzen vor allem eine hohe fachliche Qualifikation der jeweiligen Übungsleiter vorausgesetzt.

Die Verleihung der Qualitätssiegel war für den Verein aber noch an eine weitere Bedingung geknüpft: Mindestens ein Vereinsfunktionär muss die BSO (Bundessportorganisation) Sportmanager-Basis-Ausbildung absolvieren. Diese Voraussetzung hat die Union Währing nun gleich doppelt erfüllt: Im November 2007 haben Christa Prelesnik und ich diesen Kurs, der aus drei Modulen besteht, abgeschlossen. Im Modul „Organisation“ standen zunächst als Grundlage der Aufbau und die Struktur des österreichischen Sports im Allgemeinen und von Vereinen im Besonderen im Mittelpunkt. Jede Menge Anregungen gaben uns anschließend die Schwerpunkte Leitbildentwicklung und Pressearbeit: Wofür steht unser Verein, und welche Ziele verfolgt er? Und wie kann man mit aktiver Pressearbeit am besten die Aktivitäten des Vereins bei der gewünschten Zielgruppe bekannt machen? Sehr wertvoll waren auch die praktischen Übungen, bei welchen die Körpersprache und Rhetorik von uns angehenden Basis-Sportmanagern analysiert wurden.

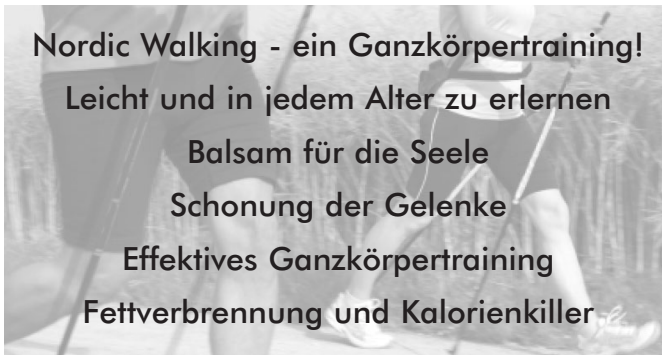
Beim zweiten Modul – „Recht und Finanzen“ – rauchten kräftig unsere Köpfe: Vereinsrecht, Haftungsrecht, Vereinsbesteuerung, Lohnsteuer und Sozialversicherung bei Vereinen als Arbeitgeber, Eingangs-/Ausgangsrechnung im Sportverein. Neben der Erkenntnis, dass es eine gute Entscheidung war, weder Jus noch Wirtschaft zu studieren, und der zweiten Erkenntnis, dass das Steuerrecht für Vereine hauptsächlich aus (vereinfachten) Ausnahmen besteht, konnten wir aus diesem Modul vor allem Ideen mitnehmen, wie zukünftig einmal Buchhaltung und Abrechnung erleichtert werden könnten.

Besonders interessant war dann auch das Modul „Marketing“ mit dem Schwerpunkt Sportsponsoring: wie errechnet man den Marktwert eines Vereines, wie erstellt man Sponsorpakete und arbeitet Sponsorverträge aus und wie werden Sponsoren richtig betreut, waren neben intensiven Brainstormings über mögliche Werbemöglichkeiten die Inhalte unseres letzten Moduls. Wir freuen uns schon darauf, einige der Anregungen praktisch umzusetzen.

Die Zertifikate für die BSO Sportmanager Basis-Lizenz wurden am 19. Dezember 2007 feierlich im Haus des Sports überreicht.

# NORDIC WALKING

mit Roswitha Koch



## Gesundheitsaspekte:

**Nordic Walking** ist 40 – 50% effektiver als Walking ohne Stöcke und steigert den Kalorienverbrauch (Vergleich: Walking 280/Kcal/h, Nordic Walking 400 Kcal/h).

**Nordic Walking** verbessert die Herz- und Kreislaufleistung und kräftigt gleichzeitig die Oberkörpermuskulatur (löst Muskelverspannungen im Schulter- und Nackenbereich).

**Nordic Walking** entlastet den Bewegungsapparat um bis zu 30% und ist daher besonders geeignet für Personen mit Knie- und Rückenproblemen (Beste Outdoor-Sportart zur Rehabilitation nach Sportverletzungen).

**Nordic Walking** steigert durch den aktiven Einsatz der Atemhilfsmuskulatur die Sauerstoffversorgung.

**Nordic Walking** ist Walken, Stretching, Kraftübungen mit Stöcken.

**Nordic Walking** ist sehr leicht erlernbar!

**Wann?** Von Freitag, **07.03.2008**, bis Freitag, **20.06.2008**

**Treffpunkt:** 1160 Wien, Heschweg 100  
(Steinhofgründe, Eingang Feuerwache)

**Zeit:** 17.00 Uhr bis 18.15 Uhr

**Kosten:** auf Anfrage bei Trainerin Roswitha Koch Tel: 0699/1985 97 55

## „IMMER JEDEM RECHT GETAN, IST EINE KUNST DIE KEINER KANN!“

*Gedanken von Anton F. Neuber*

In einer Zeit, in der immer mehr Menschen nicht wissen, was sie mit ihrer Zeit anfangen sollen, in der die Langeweile und die Suche nach Zeitvertreib einen erheblichen Stellenwert im Denken einnehmen und in der das Gefühl der Langeweile weite Kreise zieht, erscheinen sportliche Aktivitäten als ideale Form der Beschäftigung.

Nicht nur, dass dabei die Muskeln trainiert werden und ein gesunder Geist bekanntlich gerne in einem gesunden Körper wohnt, auch das Bewusstsein, dass Erfolg mit Anstrengung verbunden ist und man sich den Erfolg auch erarbeiten muss, kann durch Sport gefördert werden.

Dass man das Sportangebot aber auch ganz anders verstehen kann, liegt auf der Hand. Spaß und Spiel sollen im Vordergrund stehen! Vergnügen ist das Schlagwort! Nicht Anstrengung und Mühe!

Nun stellt sich die Frage, mit welcher Erwartung der jeweilige Teilnehmer zum Training kommt. Möchte er/sie etwas erreichen, oder einfach mit Freunden Spaß haben? Ist die Motivation zum Training zu gehen der Wunsch den nächsten Wettkampf zu gewinnen, oder genügt es schon die Übungen einigermaßen hinzubekommen und mit einer Gruppe von Gleichgesinnten einfach einen schönen Abend zu verbringen.

Beide Beweggründe haben natürlich ihre Berechtigung. Es muss nur von vornherein für alle Beteiligten klar sein, zu welcher Gruppe man gehören möchte und welche möglichen Ergebnisse damit verbunden sind.

Steht die Leistung im Vordergrund, ist die Motivation der Teilnehmer wohl eher aufrechtzuerhalten, wenn auch das Training nach einem System erfolgt, das Erfolge möglich macht. Ein gewisses Maß an Systematik ist dann wohl unumgänglich und auch die Planung der Trainingsschritte erfordert dann erheblich mehr Aufmerksamkeit. Umgekehrt verlangt das Ziel zu gewinnen aber auch von den Teilnehmern selbst erheblich mehr Wille sich zu dem Ziel zu bekennen und die Konsequenz aufzubringen, die Zeit der Trainingseinheiten auch zum Training zu nutzen.

Steht der Spaß im Vordergrund und ist von vornherein klar, dass ein Wettkampf zwar eine feine Sache ist, aber eher der olympische Gedanke



„dabei sein ist alles“ im Vordergrund stehen soll, dann ist eine Planung von Trainingseinheiten mit System wohl nicht wirklich erforderlich. Es genügt, sich unmittelbar vor der Trainingseinheit kurz zu überlegen, wozu die anwesenden Turnerinnen und Turner heute wohl am ehesten Lust haben. Allerdings muss dann allen Teilnehmern auch bewusst sein, dass es nicht darum geht zu gewinnen. Andernfalls gibt es beim Wettkampf lange Gesichter und schnell Frustration, anstatt Spaß und Begeisterung.

Es ist schwer, alle die zum Training kommen optimal zu fördern und das zu bieten, was sie vom Training erwarten. Jedenfalls herzlichen Dank an die Trainer und Betreuer die sich so viel Mühe geben und trotz vielfältiger Vorstellungen und Interessen versuchen, die Leistungen und die sportliche Motivation der Turnerinnen und Turner zu fördern und aufrechtzuerhalten.



Latusch 2007



Was ist eigentlich

# noch cooler

als vor dem  
Computer zu sitzen?

Zum Beispiel:

**Klettern, Ballspielen, den Barren bezwingen,**  
so nebenbei einen **Salto springen,**  
um die **Reckstange wirbeln,**  
über einen 1m hohen **Kasten springen,**  
und **tolle Freunde finden!**

Und wo gibt's das??

Beim **Spiele**n und **Geräteturnen** für **6 - 10-jährige Buben**  
im Turnsaal, 1180 Wien, Schopenhauerstraße 79,  
jeden Mittwoch von 18.00 – 19.30 Uhr.  
Im ersten Stock geht's richtig los!

Wenn Ihr jetzt Lust bekommen habt....

**...kommt einfach zu einer Schnupperstunde vorbei.**

Für weitere Auskünfte steht unsere Platzleiterin  
Christa Prelesnik gerne zur Verfügung  
Tel. 0660/ 1241001



## Mitgliedsbeiträge pro Schuljahr:

### Einzelplätze:

- Gesundheitsgymnastik, Eltern und Kind, Nordic Walking € 85,-
- Kinder, Jugendliche bis 14 Jahre € 50,-
- Waldlauf mit Stretching (5 Monate) € 40,-
- Hip-Hop-Jazz (Jugendliche ab 12 Jahre) € 60,-
- alle übrigen Sparten, Ladies' Jazz € 70,-

### Kombi-Beitrag:

- damit können alle Plätze, ausgenommen Nordic Walking, beliebig oft benutzt werden € 120,-

### Familienkarte:

- Ab dem dritten Familienmitglied - **50%** (welches Mitglied diese Vergünstigung in Anspruch nimmt, bleibt Ihnen überlassen),  
**3. Kind und weitere Kinder gatis.**

## Telefon-Nummern der Platzleiter:

Maria Ablinger	480 23 43	Susen Mayer	317 98 57
Mag. Tom Ballik	890 45 72	Schahpour Mehvar	0664/417 78 54
I. Bender-Schindler	0664/357 73 07	Linda Ohner	0660/315 20 25
Kurt Bender	486 71 43	Christa Prelesnik	0660/124 10 01
Thomas Bender	0664/548 82 15	Dr. Peter Riedl	02244/345 93
Elisabeth Daneczek	0664/334 44 07	Uschi Schaffarz	914 97 14
Susanne Förtsch	0664/868 69 57	Mag. Eva Tagesen	0660/440 62 45
Marie-Christin Friedl	470 27 90	Stefanie Urban	0699/1 195 20 91
Roswitha Koch	0699/1 985 97 55	Susanne Valenta	952 42 12
Silvia Kreczy	0650/985 03 15	F. Rikal (RG 18)	0650/210 89 54
Landesverband	512 74 63-0		

### Für allgemeine Auskünfte:

#### **Gertraud u. DI. Erik Förtsch (Obmann),**

1140 Wien, Linzerstraße 412/7/2, Tel. 416 53 51 oder 0676/76 83 501

### Wettkämpfe, Veranstaltungen:

**Kurt Bender** (Sportreferent), Tel./Fax 486 71 43;

**Christa Prelesnik**, Tel. 0660/124 10 01







# ÜBUNGSANGEBOTE 2007/2008

## GYMNASTIK

für **Damen und Herren** (wenn nicht anders angegeben)




### GESUNDHEITSGYMNASTIK

	Wirbelsäulengymnastik	Mo	18.30-19.30	Schop. 79/Part.	Uschi Schaffarz
	Rückenfitness mit Pilates	Do	18.45-19.45	Schop. 79/1.St.	Roswitha Koch
	Entspannungsgymnastik (Progressive Muskelentspannung nach E. Jacobson)	Do	19.45-20.45	Schop. 79/1.St.	Roswitha Koch
	Gesundheitsgymnastik	Do	19.45-20.45	Scheib. 63	Mag. Eva Tagesen



### FIT-GYMNASTIK

	Fitness und Kondition	Mo	19.30-21.00	Schop. 81	Mag. Thomas Ballik
	Bodywork	Di	18.45-19.45	Scheib. 63	Mag. Eva Tagesen
	Herrengymnastik mit Basketball	Mi	19.30-21.00	Schop. 81	Dr. Peter Riedl
	Bauch-Bein-Po / Damen	Mi	19.45-21.00	Schop. 79/Part.	Susanne Förtsch
	Fit & Gesund - Bodywork	Mi	19.45-21.00	Schop. 79/1.St.	Iris Mayer-Dohnal
	Bauch-Bein-Po mit Stretching	Do	18.45-19.45	Scheib. 63	Mag. Eva Tagesen

### WELLNESS-GYMNASTIK

	Musikgymn. mit Gesund- heitsgymnastik / Damen	Mo	19.45-21.00	Schop. 79/Part.	Uschi Schaffarz
	Wellnessgymnastik	Di	19.45-20.45	Scheib. 63	Mag. Eva Tagesen
	Joyrobic	Mi	18.30-19.30	Schop. 79/Part.	Maria Ablinger








### Wohlfühlprogramm „Lebensfreude á la carte“:

	Wellnessgymnastik	Mo	9.00-10.00	A.-Grün-G. 10/P.	Susen Mayer
	Senioren 55+	Do	17.30-18.30	Schop. 79/1.St.	Roswitha Koch

### Abkürzungen der Turnplätze:

- Scheib. - 18., Scheibenbergstraße
- Schop. - 18., Schopenhauerstraße
- A.-Grün-G. - 18., Anastasius-Grün-Gasse
- Abt-Karl-G. - 18., Abt-Karl-Gasse
- Parham. - 17., Parhamerplatz

## KINDERTURNEN UND GERÄTTURNEN

	Eltern-Kind-Turnen	Do	15.00-16.00	Scheib. 63	Susen Mayer
	Kinder 4-6 Jahre	Do	16.00-16.50	Scheib. 63	Stefanie Urban, Marie-Christin Friedl
	Kinder 6-10 Jahre	Do	16.50-17.40	Scheib. 63	Stefanie Urban, Marie-Christin Friedl
	Kinder 4-6 Jahre	Mi	17.00-18.00	Schop. 79/1.St.	Susanne Valenta
	Knaben 6-10 Jahre	Mi	18.00-19.30	Schop. 79/1.St.	Christa Prelesnik
	Mädchen 6-10 Jahre	Mo	18.00-19.30	Schop. 79/1.St.	I. Bender-Schindler
	Männl. Jugend 10-14 J.	Mi	18.00-19.30	Schop. 81	Kurt Bender
	Weibl. Jugend 10-14 J.	Mo	18.00-19.30	Schop. 81	Elisabeth Daneczek



### Leistungsturnen Kinder, Turner und Turnerinnen ab 14 Jahre

	Di u. Fr	19.00-21.00	Abt-Karl-G. 13	Schahpour Mehvar Silvia Kreczy und Thomas Bender
--	----------	-------------	----------------	--

## TANZ UND SPIEL

Hip-Hop-Jazz (ab 12 J.)	Do	17.40-18.45	Scheib. 63	Linda Ohner
Ladies Jazz	Mo	19.45-21.00	Schop. 79/1.St.	Linda Ohner
Bunte Sport- und Spielstunde (ab 16 Jahre)	Mi	20.00-21.40	Parham. 18/TS 1	Silvia Kreczy

## WALDLAUF / NORDIC WALKING

-  Waldlauf mit Stretching Do 18.00/19.00 Raum Pötzleinsdorf Mag. Thomas Ballik  
**September, Oktober, April bis Juni.**  
Erster Treffpunkt im Frühjahr: 3. 4. 2008, 18 Uhr, Parkplatz Neustifter Friedhof Tor 1
-  Nordic Walking Fr 17.00-18.15 16., Heschweg 100 Roswitha Koch  
(Steinhofgründe)  
**September bis November, März bis Juni, bei jedem Wetter**

 „Fit für Österreich“ – Qualitätssiegel





## 20 JAHRE VEREINSRIEGENMEISTERSCHAFTEN

von Erik Förtsch

Seit 1989 nimmt die Turn- und Sportunion Währing regelmäßig an den Wiener Sportunion-Vereinsriegenmeisterschaften teil. Diese finden alljährlich im März statt und sind ein Wettbewerb für den Breiten-Turnsport. Spitzenturner sind nicht zugelassen, es werden aber dennoch sehr ansehnliche Leistungen geboten.

Sieger ist jener Verein, der mit seinen Mannschaften (Riegen) die meisten Punkte erzielt. In den 19 Bewerben bis 2007 waren maximal 4 Riegen – jeweils 2 Leistungsstufen männlich und weiblich – zulässig. In jeder Riege turnten bis zu 6 Turner/innen, von denen auf jedem Gerät die 4 besten gewertet wurden. Geturnt wurden Kürübungen auf Sprungtisch (früher Sprungkasten) und Boden, sowie auf Reck und Barren bzw. Schwebebalken und Stufenbarren. Außer der Vereinswertung gibt es noch eine Riegen- und eine Einzelwertung.

Die Turn- und Sportunion Währing hat diese Riegenmeisterschaften, an denen alle Wiener Union-Turnvereine teilnehmen können, bisher

**3x gewonnen (1995 – 1996 – 2007), war  
4x Zweiter (1993 – 2002 – 2004 – 2006) und  
5x Dritter (1997 – 1999 – 2001 – 2003 – 2005).**

Eine bemerkenswerte Erfolgsgeschichte!

Nur 2 Sportunion-Vereine in Wien sind vom Gesamtergebnis her noch besser als wir: Mariahilf und West Wien mit insgesamt 8 bzw. 7 Siegen. Alle anderen Vereine haben deutlich weniger 1., 2. und 3. Plätze als wir erreicht.

Verantwortlich für diese Erfolge sind in erster Linie unser Sportreferent Kurt Bender, Schahpour Mehvar





und in früheren Zeiten der schon verstorbene Pepi Schmidt, aber natürlich auch alle anderen, die mit den Riegen trainieren, sowie 2 Generationen von (Jung-)Turnern und (Jung-)Turnerinnen.

Von unserem 1. Platz im Jahr 2007 können Sie Bilder auf Seite 2 so wie weitere Fotos auf unserer Homepage [www.sportunion-waehring.at](http://www.sportunion-waehring.at) sehen.

Die Vereinriegelmeisterschaften 2008 wurden erstmals nach einem völlig neuen Modus und mit einem völlig neuen Turnprogramm („Turn10!“) ausgeschrieben. Es können nun wesentlich mehr Riegen antreten; die Riege besteht nun mehr aus 4 Mitgliedern, von denen die 3 besten gewertet werden. Das Turnprogramm gilt nun einheitlich für alle Verbände und für ganz Österreich.

Natürlich müssen wir uns an die „Feinheiten“ und Besonderheiten des neuen Programmes erst gewöhnen!

Beim Wettbewerb am 30. März 2008 erreichten wir den 3. Platz in der Vereinswertung.

Der nächste Turn-Wettbewerb ist die  
**Turn10!-Einzelmeisterschaft**  
 der Sportunion Wien  
 am **Sonntag, 27. April 2008** im  
**USZ Auf der Schmelz 6, 1150 Wien.**

Die näheren Details erfahrt Ihr auf den Turnplätzen!

# Frühjahrswanderung

## Semmering-Kampalpe

Sonntag, 18. Mai 2008

**Treffpunkt:** 7.15 Uhr Ecke Gersthoferstraße – Kreuzgasse (Busspur 10 A)

**Abfahrt:** 7.30 Uhr

Route: Semmering – Pinkenkogel – Kampalpe - Spittal am Semmering. Je nachdem ca. 7 oder 10 km. Jause mitnehmen!

**Preis:** Erwachsene € 15.-

Jugend bis 10 Jahre frei, bis 16 Jahre € 10,-

**Anmeldung:** Kurt Bender, Tel. 486 71 43,  
e-mail: [kurt.bender@tele2.at](mailto:kurt.bender@tele2.at)

**Einzahlung:** Auf den Turnplätzen oder per Erlagschein:  
TURN und SPORTUNION WÄHRING  
PSK KTO 1953998, BLZ 60000

Gäste herzlich willkommen!  
Auf Euer Kommen freut sich wie immer

*Kurt*

*Anmeldung ab sofort möglich!*



Hohe Wand, 2006

# HERBSTAUSFLUG 26. OKTOBER 2007, HINTERALM

von Kurt Bender

## Afrika, Namibia, Donnerstag, 11. Oktober 2007

Ich sitze am Rücksitz unseres Allrad Nissan und schaue in die endlose Weite des Namib Naukluft Park. Immerhin hat er die Größe der Schweiz. Grau-schwarze Schotterebenen und einzelne Inselberge ziehen vorbei.

Wir sind heute Nachmittag von Walvis Bay aufgebrochen und haben ca. 200 Kilometer vor uns. Von der Eintönigkeit etwas ermüdet, lehne ich mich bequem zurück und meine Gedanken wandern in die ferne Heimat.

Ich denke an unseren Herbstausflug, der in 15 Tagen stattfinden soll. Hoffentlich hat Birgit alle Leute erreicht. Wird der Bus voll sein? Ich habe wie immer knapp kalkuliert.

Es ist ein zweischneidiges Schwert. Einerseits wollen wir viel Jugend dabei haben. Andererseits komme ich dann nicht auf die Fahrtkosten, da sie ja weniger bezahlen. Aber bis jetzt ist es immer gut gegangen.

## Wien, Montag, 22. Oktober 2007

Wir sind von der Wüste in eine Winterlandschaft gekommen.

Anruf zur Hüttenwirtin am Hinteralmhaus: „Wie sind die Verhältnisse bei euch?“

Die Antwort: „Ich mache sie aufmerksam, es liegt mindestens ein halber Meter Neuschnee“.

(Schluck). Was tun? Ich beschließe es trotzdem zu wagen. Den geplanten Aufstieg von Frein lasse ich fallen. Wir werden den Alplgraben im Auf- und Abstieg gehen.

Birgit hat gute Arbeit geleistet. Der Bus ist voll.

## Freitag, 26. Oktober 2007 (Nationalfeiertag)

Pünktliche Abfahrt. Ich stehe vorne im Bus und blicke auf die relativ schütter besetzten Reihen zurück. Nur keine Panik, sage ich mir: „Es steigen ja wie immer noch einige Leute zu“.

Nun einige sind tatsächlich zugestiegen und die Situation hat sich zumindest optisch gebessert.

Nachdem Birgit das Fahrgeld eingesammelt hat und ich nach einem notwendigen „Spendenaufruf“ das Geld beisammen habe, kann ich mich beruhigt zurücklehnen.

Natürlich kann ich auch die Leute verstehen, die bei so viel Schnee den Mut verlieren und das „Hangerl“ werfen.

## Scheiterboden, 10 Uhr, Abmarsch

Nach einem kurzen Aufenthalt im Freinerhof ist es so weit. Wir stapfen los. Auf einer Wegtafel steht „Alplgraben Hinteralmhaus: 1 1/2 Std.“ (Auch bei normalen Bedingungen, für normale Wanderer, eine Phantasiezeit!) Das Wetter ist gut, zwar keine Sonne, aber nicht kalt.

Die Kolonne zieht sich auseinander. Manche gehen die Markierung, andere bleiben auf der Forststraße. Der Schnee wird mehr, je höher wir kommen (logisch). Bei einer Rast warten wir zusammen. Essen, trinken, fotografieren. (Siehe auch die Bilder auf unserer Homepage [www.sportunion-waehring.at](http://www.sportunion-waehring.at))

Und dann kommt unser Star. Martin, ganze 5 Jahre, kommt vor seiner Mutter angestapft. Alles selber gegangen. Bravo!

Auf der Hochfläche angelangt, kommen wir in dichten Nebel. Gespenstisch tauchen die Hütten auf. Wir, die letzten haben es geschafft: 3 Stunden.

In der Hütte geht es schon hoch her. 50 Leute in dem kleinen Raum. Der Ofen wird belagert. Viele haben nasses Schuhwerk. Die Stimmung ist trotzdem einmalig gut. Martin ist schon wieder draußen, beim Schneemann bauen.

Mit einem problemlosen Abstieg und einem vorzüglichen Essen im Freinerhof geht ein Tag zu Ende, der bestimmt vielen in (hoffentlich) guter Erinnerung bleiben wird.

Zum Abschluss möchte ich allen Treuen dafür danken, dass sie sich immer wieder überwinden und die „Mühsal“ meiner Wanderungen auf sich nehmen.





# DIE JUNGE SPORTUNION

## EURE JUGENDSEITE

von Silvia Kreczy



Hallo und willkommen  
auf der ersten Kinder- und Jugendseite unserer neuen Vereinszeitung!

### Wozu eine Jugendseite?

Ein großer Teil unserer Vereinsmitglieder sind Kinder und Jugendliche, die in den vielen verschiedenen Turn-, Tanz- und Spielstunden Spaß haben und viel Neues lernen. Für euch haben wir hier Platz geschaffen, damit ihr euch untereinander besser vernetzen könnt, ihr erfahrt, was in der Sportunion eigentlich so alles für junge Sportbegeisterte los ist, und wohin ihr euch wenden könnt, wenn ihr Fragen, Probleme oder neue Ideen rund um den Verein habt.

Diese Seite soll aber nicht nur eine Seite für euch sein, sondern auch von euch werden. Also wenn euch etwas einfällt, worüber ihr gerne schreiben wollt, oder Fragen über den Sport und den Verein habt, oder mir einfach nur sagen wollt worüber ihr gerne mehr lesen wollt, dann schreibt mir eine Mail oder einen Brief. Ich bin aber nicht nur Betreuerin dieser Seite sondern auch eure Jugendreferentin im Vereinsvorstand. Unterstützt werde ich dabei von Anton Neuber. Unsere Aufgabe ist es, eure Interessen bei den Vereinsbesprechungen zu vertreten. Auch versuchen wir das Freizeitangebot der Union Währing jugendgerechter zu gestalten. Damit wir dies aber auch gut machen können, brauchen wir eure Mitarbeit! Schreibt uns eure Ideen und eure Vorstellungen eines Vereins, der ideal für Kinder und Jugendliche wäre. Egal ob ihr realistische, umsetzbare Verbesserungsvorschläge habt, oder einfach nur vor euch hin träumt - lasst es uns wissen - und keine Sorge: auf dieser Seite veröffentlichen wir nur, was ihr auch dafür vorgesehen habt.

Erreichen könnt ihr mich immer unter:  
Silvia Kreczy, Weißgasse 44/26, 1170 Wien  
oder per e-mail: [silvia.keksi@gmx.at](mailto:silvia.keksi@gmx.at)

*Ich freu mich auf eure Nachrichten!*

## Sport- und Freizeittipps

Du bist mindestens 16 Jahre alt, bist begeisterter Ballspieler oder Ballspielerin und hast Lust auf abwechslungsreichen Sport, bei dem du auch mal was Neues ausprobieren kannst? Dann schau doch mal bei unserer **Sport- und Spielstunde** vorbei! Infos findest du im Programmteil. Der Einstieg ist jederzeit möglich, ganz egal ob du sportlicher Profi bist, oder dich einfach mal wieder mehr bewegen möchtest. Was bei uns zählt ist vor allem der Spaß, und nicht verbissene Leistung.

Wer in den Sommerferien im August noch nichts vorhat, dem kann ich das **Sportlager Tandalier** in Salzburg empfehlen. Dort verbringen ca. 100 Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 9 und 15 Jahren zwei bis drei sportliche, actionreiche und erholsame Ferienwochen.

Mehr Infos gibt es auf [www.tandalier.at](http://www.tandalier.at) oder direkt bei mir.

Wie ihr wahrscheinlich wisst, gehört die Union Währing zum **Landesverband der Sportunion Wien**. Die haben wiederum eine eigene Jugendvertretung, die richtig viel für Kinder und Jugendliche tut und anbietet. Also wer Lust hat sich mit anderen jungen Sportlichen zu treffen, Aus- und Weiterbildungen speziell für Jugendliche oder für die Jugendarbeit zu machen, oder auf eines der vielen Ferienlager mitzufahren, der sollte die Homepage [www.jugend.sportunion.at](http://www.jugend.sportunion.at) durchstöbern.

Viel Freude und Spaß damit!

*Mit sportlichen Grüßen*

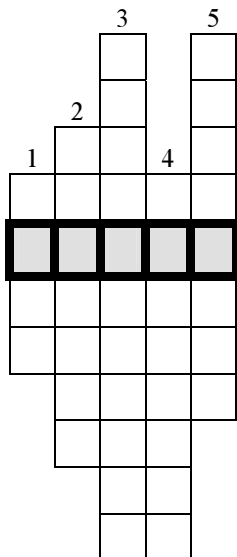
*Silvia*





# Rätselseite

by Tom



Um die Ecke gedacht  
Mit etwas Fantasie wirst du  
auf die gefragten 5 Begriffe  
(Tipp: es handelt sich um 3  
Städte und 2 Länder) kommen!

1. Lokal für Wiederkäufer
2. Zufriedenheit mit dem Geldinstitut
3. Frau Putin fragt ihren Mann wie einen Hund
4. Das Gewicht des Arche-Erbauers bestimmen
5. Frage, ob du ein Schwimmbecken verspeist



Um welche **Kindergeschichten** handelt es sich hier wohl?

Ein schiffbrüchiger Engländer wird von Zwergen misshandelt, fällt unter Riesen und wird schlussendlich gerettet.

Ein kleiner musikalischer Junge und seine Tierfreunde erlegen mit Hilfe seines Großvaters und mehrerer Jäger ein wildes Raubtier.

Um welche **Tiere** handelt es sich hier wohl?

KOKILORD  
DREPF  
SÄNIBAMEER  
ERDALPO  
FARGIEF  
SHWULDONF



## Kopfnüsse

Alle Personen, die beide Kopfnüsse bis Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe (13. Juni 2008) knacken, werden hier in einer Ehrentafel erwähnt!

- 1) Von 9 gleich aussehenden Kugeln ist eine etwas schwerer als die anderen. Mit einer Balkenwaage sollst du mit 2 Wägevorgängen herausfinden, welche die schwerere Kugel ist. Wie musst du vorgehen??
- 2) Gleiche Buchstaben entsprechen gleichen Ziffern:

S	E	N	D
M	O	R	E
M	O	N	E
Y			

Lösungen bitte mailen an:  
[thomas.ballik@inode.at](mailto:thomas.ballik@inode.at)

(Auflösungen und alle „Knacker“ im nächsten Heft)

### Lösungen der Seite 21:

**Um die Ecke gedacht:** Kuba / Bangkok / Wladiwostok / Norwegen / Istanbul ergibt Union

**Kindergeschichten:** Gullivers Reisen, Peter und der Wolf

**Tiere:** Krokodil, Pferd, Ameisenbär, Leopard, Giraffe, Wolfshund

## KARTENSPIELEN EINMAL ANDERS

STAFFELAUFWÄRMSPIEL MIT KARTEN

### Benötigtes Material:

Einen Satz Rummy Spielkarten (52 Blatt)



Christa Prelesnik

Es werden zwei Staffeln gebildet. Jede Gruppe darf sich aus dem Kartenstapel eine Karte ziehen z.B. Herz Bube. Ziel des Spieles ist, die noch fehlenden Buben (Pick, Treff und Karo) zu finden.

Die anderen Karten werden verdeckt in der Saalmitte entlang der Mittellinie aufgelegt. Jeweils ein Kind aus der Staffel darf jetzt zur Mittellinie laufen, 1 Karte aufdecken und nachsehen, ob diese die benötigte Karte ist. Wenn nicht, wird diese wieder verdeckt an den Platz zurückgelegt. Nachdem das Kind zurückgelaufen ist, darf das nächste starten.

Gewonnen hat die Staffel, die als erste alle vier Karten gesammelt hat.



Schnappschüsse  
von unserem  
**G'schnas**

am 25. Jänner 2008  
im Martinschlössl





## Impressum:

### Medieninhaber und Herausgeber, Verleger:

Turn- und Sportunion Währing, Linzerstraße 412/7/2, 1140 Wien  
e-mail: [office@sportunion-waehring.at](mailto:office@sportunion-waehring.at)

### Redaktionsteam:

Kurt Bender, DI Erik Förtsch, Susi Förtsch, Ing. Gerald Mayer

Information für Mitglieder und Freunde der Turn- und Sportunion Währing  
Namentlich gekennzeichnete Texte müssen nicht (unbedingt) die Meinung der  
Redaktion wiedergeben.

Redaktions- und Anzeigeschluss für Heft 02: 13. Juni 2008

Druck: Druckerei Emil Echsel (Günter Biasi)

### Kontaktdaten:

#### Für allgemeine Auskünfte:

Gertraud u. DI. Erik Förtsch (Obmann),  
1140 Wien, Linzerstraße 412/7/2, Tel. 416 53 51 oder 0676/76 83 501

#### Wettkämpfe, Veranstaltungen:

Kurt Bender (Sportreferent), Tel./Fax 486 71 43  
Christa Prelesnik, Tel. 0660/124 10 01

Währing



## Tombola-Spenden für das G'schnas der Turn- u. Sportunion Währing am 25. Jänner 2008

<b>Bank Austria – Creditanstalt</b>	1180, Währinger Straße 109-111
<b>Binder – Schramm Haushaltswaren</b>	1180, Währinger Straße 140
<b>Daldosch – Gesunde Schuhmode</b>	1180, Gentzgasse 135-137
<b>Hartliebs Bücher</b>	1180, Währinger Straße 122
<b>Haushaltswaren Riel und Stein</b>	1180, Währinger Straße 107
<b>Optiker Rentzsch</b>	1180, Währinger Straße 127
<b>Raiffeisenbank</b>	1180, Währinger Straße 110
<b>HYPO – Bank, Filiale Hütteldorf</b>	1140, Linzerstraße 402
<b>Papier Lehensteiner</b>	1140, Linzerstraße 412
<b>Postamt 1144 Wien – Hütteldorf</b>	1140, Hüttelbergstraße 2