

Zeitschrift für das Turnen mit den Mitteilungen des Österreichischen Turnerbunds

UNSER



# TURNEN



DIE NEUE ÖTB APP



NOVEMBER – Windmond 2020

# AKTION!



### Softshelljacke m./o. Kapuze

Damen	S-XXL	<b>50,-</b>
Herren	S-XXXL	
Kinder	10-12	<b>40,-</b>



### Glastrinkflasche ab **5,-**

Füllmenge: 500ml, Größe:  
6 x 22 cm  
Logodruck möglich, Preis auf Anfrage



### Kulturtasche ab **15,-**

27 x 12 x 19,5 cm  
ab 15 Stk. Rabatt auf Anfrage



### Trainingsjacke m. Kapuze

Damen	34-48	<b>49,-</b>
Herren	S-XXXL	
Kinder	128-164	<b>45,-</b>



### Sporttasche

Größe S	49 x 23 x 25 cm	<b>17,-</b>
Größe M	61 x 29 x 28 cm	<b>21,-</b>
Größe L	70 x 32 x 34 cm	<b>25,-</b>

### ÖTB Anhänger

mit LOGO zentral (oder indiv. Motive) mit  
der Möglichkeit den Vereinsnamen oder dgl.  
max. 30 Buchstaben darauf zu lasern.  
925 Silber-Anhänger ø 17mm mit Kängeru-  
lederband (braun od. schwarz) auf Anfrage

ab **34,-**



Bestellungen & Informationen jederzeit unter:

ÖTB Bundesgeschäftsstelle  
Linzerstraße 80a  
4050 Traun

Tel & Fax: 07229 / 65 224  
Email: [gst@oetb.at](mailto:gst@oetb.at)  
Homepage: [www.oetb.at](http://www.oetb.at)



## S.4 Erfolge und Berichte

Österreichische Leichtathletikmeisterschaften der Masters 2020

## S.5 Turnerapotheke

Mit pflanzlichen Waffen gegen Viren kämpfen

## S.6 Bund

Eine App für das Turnen

## S.8 Kultur

Totengedenken

## S.9 Erfolge und Berichte

26 Jahre Obmann Gerald Stutz

## S.10 Gesundheit

4 Wege zu unserem Herzen – ganzheitlich betrachtet

## S.11 TÄk – Turnen und mehr

Eindrücke zum 3 Teil der Jugendvorturnerausstellung vom 10.-11.10.2020 in Villach

## S.12 TÄk – Turnfachliches

Krafttraining – Jackpotfit

## S.15 Erfolge und Berichte

84. Bergturnfest des ÖTB Turnverein Judenburg in St. Anna am Lavantegg

## S.16 Vereinsnachrichten

Titelbild:

Robert Minichmayr

Offenlegung i. S. des Art. 1, § 25 MedienG und Impressum Unser ÖTB-Turnen. Bundeszeitung des ÖTB. Blattlinie: Zeitschrift für das Turnen und Verbands- und Vereinsmitteilungen des ÖTB. Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Österreichischer Turnbund (ÖTB). Vorstand: Peter Ritter, Bundesobmann; Karin Nessizius, 1. Bundesobmann-Stellvertreterin; Roland Tulzer, Bundeswart für Diet- und Kulturwesen; Jürgen Rieger, Bundessäckelwart; Michael Bachmayer, Bundesturnwart; Georg Watschinger, Bundesjugendwart. Für den Inhalt verantwortlich: Bundesobmann Peter Ritter; Schriftleitung: Viktoria E. Dorfner; Anschrift von Schriftleitung, Sekretariat und Bundesvorstand: ÖTB-Bundesgeschäftsstelle, 4050 Traun, Linzer Straße 80a. Tel.: 07229/65224, Fax: 07229/65224-4, E-Mail: btz@oetb.at, Internet: <http://www.oetb.at>. Druck: Friedrich VDV GmbH & Co KG, Zamenhofstr. 43-45, 4020 Linz. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen die Meinung des Verfassers dar und müssen sich nicht mit jener des ÖTB decken. Personenbezogene Bezeichnungen wie z. B. »Turner« umfassen Männer und Frauen bzw. Knaben und Mädchen gleichermaßen

## VORWORT

Fritz Aichhorn  
*Sprachrohr*

Georg Watschinger  
*Bundesjugendwart*



## TURNEN – Digital am Turnboden!

Wir unterstützen digital, was Vereine immer wieder beschäftigt:

- Turn10-Übungen korrekt zusammenstellen, speichern und mit den Vorturnern teilen;
- Fast nebenbei erledigt ihr die aktuell strengen COVID-19 Dokumentationspflichten in der Turnstunde;
- Amtswalter erhalten eine aktuelle Vereinsübersicht;
- Aktivitäten (intern/extern) werden zentral gepflegt und kommuniziert;
- Meldungen zu Wettkämpfen werden erleichtert;

Das neue online Programm „TURNEN – App für Bewegung im Verein“ ist kinderleicht zu bedienen und enthält viele hilfreiche und spannende Funktionen.

Die App ist ein sichtbarer Schritt des ÖTB in die Digitalisierung und gibt seinen Vereinen ein jederzeit erweiterbares Werkzeug in die Hand, individuell und auf den jeweiligen Verein abgestimmt.

Näheres zu den Funktionen und zur Verwendung erfährt ihr im Blattinneren.

Wir wünschen euch viel Freude mit der Nutzung und freuen uns auf Rückmeldungen aller Art (Verbesserungen, Erweiterungen).

Interessierte Vereine bekommen in der Geschäftsstelle (in Absprache auch online) alle Infos zur Aktivierung.

Einzelnutzung unter [app.oetb.at](http://app.oetb.at) als Smartphone-App und auch online auf PC und Laptop.

Gut Heil!

Fritz Aichhorn

Georg Watschinger

# ÖSTERREICHISCHE LEICHTATHLETIK- MEISTERSCHAFTEN DER MASTERS 2020



Am 19. und 20. September 2020 fanden unter strengen Auflagen wegen Covid-19, aber bei schönem Wetter die Österreichischen LA-Meisterschaften der Masters in St. Pölten statt. 20 TurnerInnen aus 6 Vereinen waren dabei am Start und sehr erfolgreich. 12 Staatsmeistertitel sowie 17 zweite und 8 dritte Plätze konnten errungen werden. Sehr beachtlich auch die Leistung von Elfriede

Fuchs vom ÖTB Judenburg, die mit immerhin 100 Jahren – in Worten einhundert Jahren – einen neuen Europarekord in ihrer Altersklasse mit 3,18m im Kugelstoßen erzielen konnte. Stärkster Verein war der ÖTB-Wien/LA mit 8 Teilnehmern. Vielleicht können wir auch andere Turngeschwister ermutigen, nächstes Jahr bei den Masters dabei zu sein.

Text & Bilder: Hans Watzek



## ERGEBNISLISTE

BARTL Genoveva	ÖTB Judenburg	1. Platz	W 80	Kugelstoß	6,44 m
FUCHS Elfriede	ÖTB Judenburg	1. Platz	W 100	Kugelstoß	3,18 m
GÖTZ Dominik	ÖTB-Wien/LA	1. Platz	M 35	Weitsprung	5,71 m
GÖTZ Dominik	ÖTB-Wien/LA	1. Platz	M 35	Speer	40,62 m
WATZEK Christine	ÖTB-Wien/LA	1. Platz	W 55	Hochsprung	1,20 m
WATZEK Christine	ÖTB-Wien/LA	1. Platz	W 55	Kugelstoß	8,69 m
WIELAND Karl	TV Scheibbs	1. Platz	M 60	200m	28,03 sec.
WIELAND Karl	TV Scheibbs	1. Platz	M 60	400m	63,79 sec.
WIELAND Karl	TV Scheibbs	1. Platz	M 60	Weitsprung	4,85 m

Die Bundesjugend des ÖTB  
und der ÖTB-TV St. Georgen im Attergau laden Euch herzlich ein zum

# 6. Neujahrsvolkstanzfest des ÖTB

am Samstag, dem 9. Jänner 2021, um 19:30 Uhr

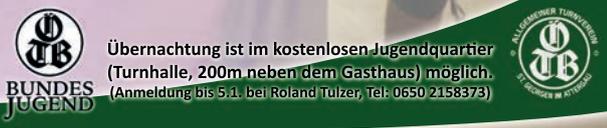
im Kirchenwirt  
Attergaustraße 23, 4880 St. Georgen im Attergau.

Es spielt für Euch die  
Salzkammergut Geigenmusi.

Etwaige Corona-bedingte Veränderungen oder eine Absage  
werden kurzfristig bekanntgegeben.

Rückfragen dazu sind bei  
Matthias Herzog (ÖTB-TV St. Georgen, 0676 / 87 82 10 077)  
oder bei Roland Tulzer (Bundesjugend, 0650 / 21 58 373)  
möglich.

Übernachtung ist im kostenlosen Jugendquartier  
(Turnhalle, 200m neben dem Gasthaus) möglich.  
(Anmeldung bis 5.1. bei Roland Tulzer, Tel: 0650 2158373)



## TURNER-APOTHEKE

Mag. pham. Dr. Ulla Kassegger  
Turnverein »Jahn« Gratwein



### MIT PFLANZLICHEN WAFFEN GEGEN VIREN KÄMPFEN

Es gibt zahlreiche pflanzliche Arzneimittel, die sich eignen, virale Atemwegsinfekte zu bekämpfen bzw. zu lindern. Zusätzlich kann es allerdings bei viralen Erkrankungen auch zu bakteriellen Sekundärinfektionen kommen.

An erster Stelle sei **Echinacea purpurea**, der **Rote Sonnenhut**, genannt. Er stammt ursprünglich aus der Medizin der Indianer Nordamerikas. Zubereitungen aus dem Sonnenhut wirken nicht nur antiviral, sondern auch immunstimulierend und entzündungshemmend. Es werden Präparate in Form von Tropfen, Säften und Globuli angeboten.

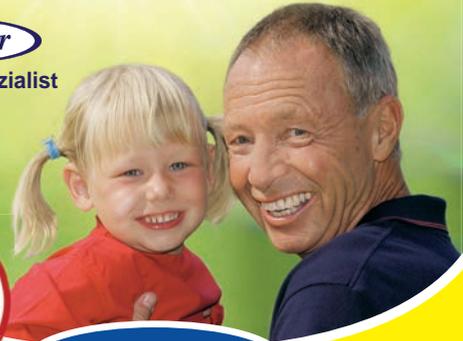
Daneben wird die **Kapland-Pelargonie**, auch als **Umckaloabo** bekannt, eine Pflanze aus Südafrika, empfohlen. Sie zeigt ebenfalls antivirale und antibakterielle Wirkungen. Zusätzlich kurbelt sie die körpereigenen Abwehrkräfte an. Die Kapland-Pelargonie enthält als Hauptinhaltsstoffe verschiedene Cumarine, wie das Umckalin sowie Gerbstoffe, meist Proanthocyanidine. Daneben findet man auch Flavonoide, wie Quercetin, und ätherisches Öl. Verwendung finden meist wässrig-alkoholische Extrakte.

Die **Zistrose**, eine traditionelle Heilpflanze ursprünglich aus dem mediterranen Raum stammend, wirkt nicht nur antiviral und antibakteriell, sondern auch antioxidativ. Als Wirkstoffe kommen hier die enthaltenen Polyphenole in Frage.

Als nächstes sei der **Grüntee** erwähnt. Hier werden die Teeblätter von **Camellia sinensis**, im Gegensatz zu schwarzem Tee, nicht fermentiert. Es wird empfohlen 4 - 5 x täglich mit Grüntee zu gurgeln. Um eine bestimmte Konzentration an Katechinen, den wirksamkeitsbestimmenden Inhaltsstoffen, zu gewährleisten, sollten standardisierte Pulverextrakte in heißem Wasser aufgelöst, verwendet werden.

Zum Schluss wird noch auf die **Süßholzwurzel**, lateinisch **Glycyrrhiza glabra**, eingegangen. Sie besitzt immunmodulatorische und entzündungshemmende Effekte. Für diese Wirkung wird das enthaltene Saponin Glycyrrhizin verantwortlich gemacht. Gemeinsam mit den ebenfalls enthaltenen Flavonoiden wirken Zubereitungen aus der Süßholzwurzel außerdem schleimverflüssigend, schleimlösend, krampflösend und entzündungshemmend.

**Dr. Fischer**  
Ihr Tonika-Spezialist



Qualität aus ÖSTERREICH

Für Jung und Alt

## In Zeiten wie diesen:

**biomont plus**  
unterstützt Ihr Immunsystem!

Mit den enthaltenen Vitaminen C und D3 sowie den Spurenelementen Zink und Selen trägt **biomont plus** zur **Stärkung unseres Immunsystems** bei!

Für die ganze Familie!



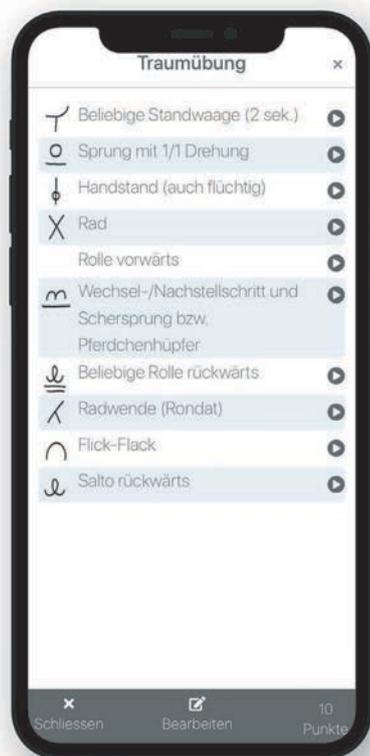
Nahrungsergänzungsmittel. Nahrungsergänzungsmittel stellen keinen Ersatz für abwechslungsreiche Ernährung dar. Eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

**PHARMONTA**  
Dr. Fischer GmbH  
A-8112 Gratwein-Sträßengel

bezahlte Anzeige

# Eine App für das Turnen

Mit der neuen App „TURNEN – App für Bewegung im Verein“ beschreitet der ÖTB den Weg in die Digitalisierung. Wir haben eine Plattform gleichsam für Turner, Vorturner und Vereinsverantwortliche geschaffen. Die klare Ausrichtung liegt bei allen „Aktiven“ am Turnboden. Die App bietet aber auch für „passive“ Vereinsmitglieder interessante Möglichkeiten. Im Fokus steht der gesamte Verein. Die Nutzung der ÖTB-App TURNEN steht allen ÖTB-Vereinen und ihren Mitgliedern kostenlos zur Verfügung.



## FÜR AKTIVE TURNER

Turn10-Übungen auf PC oder Handy selbst zusammenstellen und bearbeiten.

Übungsvideos und Anerkennungskriterien zu jedem Element auf einen Klick ansehen.

Leistungsfortschritt beobachten und Wettkampfergebnisse dokumentieren.

Alle Turnstunden im Kalender auf einen Blick.

Zu Vereinsveranstaltungen mit einem Klick anmelden.



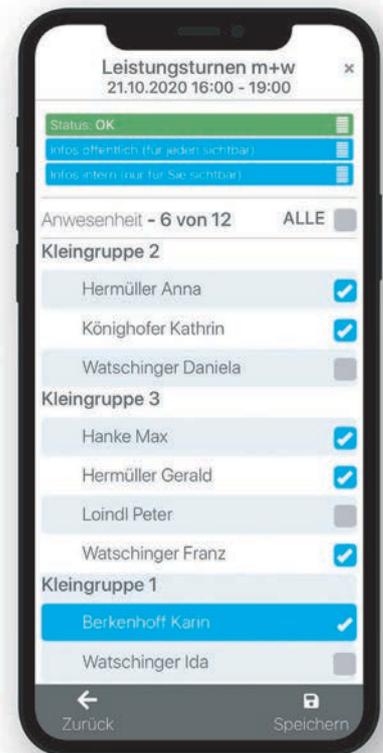


## FÜR VORTURNER

Turnstunden verwalten und Informationen mit der Riege per App teilen.

Anwesenheiten bei Turnstunden per Klick kontrollieren.

COVID-Dokumentation auf einen Klick.



## FÜR OBLEUTE

Einfache Übersicht über Deine Mitglieder inkl. Im-/Export (Excel-Format,...).

Vorturner den Riegen zuteilen, Berechtigungen verteilen.

COVID-Vorschriften spielend erfüllen.

Veranstaltungen erstellen, Informationen teilen, Nachbarverein einladen.

Ganze Riegen auf einen Klick zu Wettkämpfen anmelden.

E-Mails auf Knopfdruck an die Mitglieder senden.

Mehr Infos zur Implementierung der App in den Vereinsbetrieb:

app@oetb.at

Download:  
App Store (iOS)  
Google Play (Android)

app.TURNEN.at



# TOTENGEDENKEN

## WANDRERS NACHTLIED

*Der du von dem Himmel bist,  
Alles Leid und Schmerzen stillest,  
Den, der doppelt elend ist,  
Doppelt mit Erquickung füllest,  
Ach, ich bin des Treibens müde!  
Was soll all der Schmerz und Lust?  
Süßer Friede,  
Komm, ach komm in meine Brust!*

~ Johann Wolfgang von Goethe

**Wir gedenken aller verstorbenen  
Turngeschwister und senden ihnen  
einen Gruß in Zuneigung und  
Dankbarkeit.**

## 26 JAHRE OBMANN GERALD STUTZ



Nach über 26 Jahren als Obmann des größten Vereins von Neumarkt/Umgebung übergab am 25. September 2020 Konsulent Gerald Stutz die Obmannschaft des ÖTB Neumarkter Turnvereins 1904 an seinen Nachfolger Dr. Gernot Lehner.

Mit fast einem halben Jahr Verspätung konnte die Hauptversammlung am 25. September 2020 im Turnerheim Neumarkt mit knapp 80 Teilnehmern abgehalten werden. Unter den Gästen befanden sich zahlreiche Mitglieder, aber auch viele Ehrengäste, wie Bürgermeister Herbert Ollinger aus Neumarkt und Bürgermeister Gottfried Pauzenberger aus Kallham, so-

wie die Spitzen des ÖTB Bund und ÖTB OÖ. Nachdem der Turnrat Rechenschaft über die zwei vergangenen Jahre abgelegt hatte wurde der neue Turnrat gewählt.

Zum siebten Obmann der Vereinsgeschichte wurde Dr. Gernot Lehner, bisher Obmann-Stv., gewählt. Für seine 26-jährige ehrenamtliche Tätigkeit als Obmann erhielt Gerald Stutz nette Geschenke von seinem Verein, die „Silberne Ehrennadel des ÖTB Bundesspielmännswesens“ vom ÖTB, von der Marktgemeinde Neumarkt die „Johann-Leeb-Ehrenurkunde“, und die Hauptversammlung ernannte Gerald

Stutz zum Ehrenobmann. In einer Laudatio wurden noch einmal die letzten 26 Jahre in Erinnerung gerufen und mit Standing Ovations verabschiedeten die Mitglieder den scheidenden Obmann.

Der neue Obmann Gernot Lehner startet nun mit seinem Turnrat, bestehend aus erfahrenen Mitgliedern und jungen Funktionären, in eine neue, womöglich völlig andere Zeit. Ein herzliches Dankeschön an alle Menschen, die sich ehrenamtlich in Vereinen engagieren, die mit ihrer Leidenschaft bewegen - ÖTB Neumarkter Turnverein 1904 ... mehr als Bewegung.

**ICH BIN VORBILD.**

**KINDER SIND UNSER ABBILD. ES LIEGT AN UNS ELTERN.**

bezahlte Anzeige

Fam  
oövv  
oö Familienkarte

Was Eltern und Erwachsene ihren Kindern vorleben, prägt sie für ihr ganzes Leben. Im positiven wie im negativen Sinn. Das Familienland Oberösterreich unterstützt Sie mit vielen Ideen für gemeinsame Aktivitäten und ermäßigten Eintritten.

[www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) [f /ooe.familienkarte](https://www.facebook.com/ooe.familienkarte)



## 4 WEGE ZU UNSEREM HERZEN GANZHEITLICH BETRACHTET



**lernleben.at**  
die gesundheits-community

Die 4 Sichtweisen sollen einen ganzheitlichen, holistischen Blick auf das Herz bieten. Sie sollen zusammenführen, denn alle berühren das Herz und somit uns auf ihre Art und Weise. Das Herz will, was das Herz will. Das Herz steht auch für Leidenschaft und Liebe – verschenken wir unser Herz ist das zugleich die größte Liebeserklärung überhaupt.

### **Die Anatomie und Physiologie des Herzens**

Das Herz ist ein Muskel, dessen Hauptaufgabe es ist, unser Blut (5-7 Liter) durch den Körper in ein 100.000 Kilometer langes Arterien- und Nervennetz zu pumpen. Es schlägt an die 100.000 Mal in 24 Stunden – ca. 40 Millionen Mal im Jahr. Es arbeitet noch dazu gegen die Schwerkraft.

Aber das Herz steht für viel mehr. Wenn uns was am Herzen liegt, dann wollen wir jemandem unser Herz ausschütten. Ein gebrochenes Herz heilt kaum, die Narben bleiben ewig.

### **Die Salutogenese auf Herzesebene**

Elemente der Salutogenese – dem Konzept, welches die Entstehung von Gesundheit zu erklären versucht - finden sich in allen Gesund-

heitslehren - von der Traditionell Chinesischen Medizin (TCM) über die Ayurveda bis hin zur Traditionell Europäischen Medizin (TEM). Sie ist ein zentraler Bestandteil der Traditionell Europäischen Medizin. Das alte Wissen der Klostermedizin wirkt bis heute und wird immer wieder neu belebt und auch wissenschaftlich überprüft und belegt. Meine zentrale Figur der TEM ist Hildegard von Bingen. Ihre Lehren, die vor mehr als 900 Jahren entstanden sind, erfreuen sich neuer und großer Beliebtheit. Ihr ging es auch darum, Ungleichheiten auszubalancieren und den Körper mit Hilfe u.a. von Lebensmitteln in einen Zustand zu bringen, damit er sich selber heilen kann.

Für das Herz seien von ihrer Seite her besonders – auch als tägliche Begleiter – hervorgehoben:

- der Galgant, der Ysop und der Diptam als Gewürze,
- der Herzwein (Petersilienwein)
- der Weißdorntee als Getränk

### **3. Der Geist des Herzens**

In der antroposophischen Medizin wird das Herz als Anker für die „Präsenz des Selbst“ und somit als Wahrnehmungsorgan gese-

hen. Auch geht es um Selbstliebe, Stressabbau, Entspannung, Harmonie und Gesundheit – um Achtsamkeit und Resilienz. Somit kann eine Brücke zwischen dem Herzen und den Emotionen, dem Herzen und der Psyche und schließlich zwischen dem Herzen und unserer persönlichen Lebensauffassung und Lebensführung entstehen.

### **4. Die Seele des Herzens**

Das Herz ist das Zentrum von Liebe, Mut, Freude und Traurigkeit – pflege daher dein Herz auch emotional und energetisch. Die Seele des Herzens ist etwas Zartes und Starkes zugleich. Es braucht Liebe und jede Zelle kann lernen. Bruce Lipton (Die intelligente Zelle) beschreibt, dass was wir denken eine große Rolle spielt – und nur ca. 25% seien genetisch vorbestimmt. Wir haben somit einen großen Einfluss auf uns selbst.

Zu erkennen und sich verantwortlich fühlen, dass ich allein dafür sorgen kann, in meiner Umwelt Bedingungen herzustellen, die kurz-, mittel- und langfristig zu meinem Wohlbefinden führen können, ist ein erster Schritt in eine neue Lebensqualität.

Text: Ruth Marignoni – Lernleben  
Fotos: www.lernleben.at

# JUGENDVORTURNERAUSBILDUNG DIPLOMABSCHLUSS IN VILLACH



Vom 10. – 11. Oktober 2020 fand endlich der verschobene 3. Teil der Jugendvorturnerausbildung in Villach statt. 23 TU+TUI, zum Teil schon als Vorturner in ihren Vereinen tätig und welche, die auch zukünftig im Verein tatkräftig mit anpacken wollen, haben sich im dritten Teil nicht nur dem Schwerpunkt der Leichtathletik unterzogen, sondern auch die schriftliche

Abschlussprüfung absolviert. Trotz guter Vorbereitungsstunden die Lehrkräfte Kurt Gruber, Veronika Beuthe und Doris Steiner die Nervosität der TeilnehmerInnen kurz vor der Prüfung sehr. Die Anspannung hielt sich bis zum nächsten Morgen, denn erst da konnten die Ergebnisse bekannt gegeben werden. Umso größer die Erleichterung und Freude bei allen. Alle

haben die Prüfung mit sehr guten Ergebnissen bestanden. Wir wünschen den Vorturnern viel Freude und Erfolg bei der Arbeit mit den Kindern in ihren Vereinen. Ein herzliches Dankeschön gilt Doris für die gute Organisation und die Rundumbetreuung in Villach. Wir kommen gerne wieder ;)...

Text & Fotos: Veronika Beuthe

## Airtrackaktion

### Airtrack Airgym HP 20 – 12,0 m

HP 20 mit 20 cm Höhe, mind. 2 Ventile, Tragegriffe (Anzahl je nach Größe der Bahn), Flauschband an den Stirnseiten, Tragetasche, 1 Gebläseset, 3 Jahre Garantie



statt 4.269,00 € nur

**3.599,00 €**

### Airtrack Airgym HP 33 – 12,0 m

HP 20 mit 33 cm Höhe, mind. 2 Ventile, Tragegriffe (Anzahl je nach Größe der Bahn), Flauschband an den Stirnseiten, Tragetasche, 1 Gebläseset, 3 Jahre Garantie



statt 4.699,00 € nur

**4.219,00 €**

Preise inkl. 20% MwSt.; zzgl. Frachtkosten 110,00 pro Bahn

Bestellungen & Informationen jederzeit unter:

ÖTB Bundesgeschäftsstelle Tel & Fax: 07229 / 65 224  
Linzerstraße 80a Email: gst@oetb.at  
4050 Traun Homepage: www.oetb.at

in Zusammenarbeit mit:

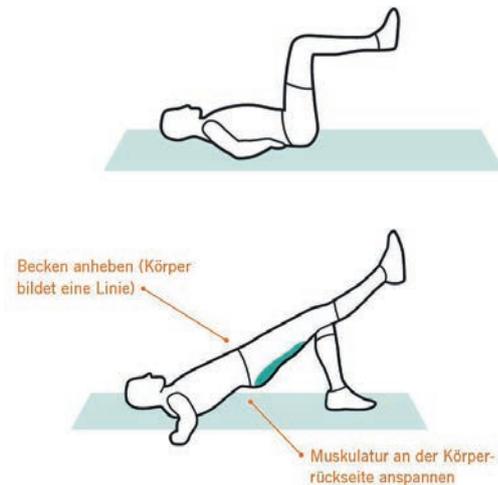


**AKTION**  
gültig bis  
10.12.2020



# KRAFTTRAINING

## FERSE LANG



### AUSGANGSPOSITION:

Die Übung findet in Rückenlage statt. Die Hände werden unter die Lendenwirbelsäule gelegt, um die neutrale Position des Beckens zu kontrollieren. Unter Anspannung der tiefen Bauchmuskulatur wird ein Bein nach dem anderen angehoben, bis der Knie- und Hüftwinkel  $90^\circ$  beträgt.

### ÜBUNGSANFÜHRUNG:

Abwechselnd wird die rechte und linke Ferse langsam parallel zur Unterlage nach vorne geschoben und wieder zurückgeführt. Das Bewegungsausmaß sollte nur so groß sein, wie die Bauchspannung gehalten werden kann.

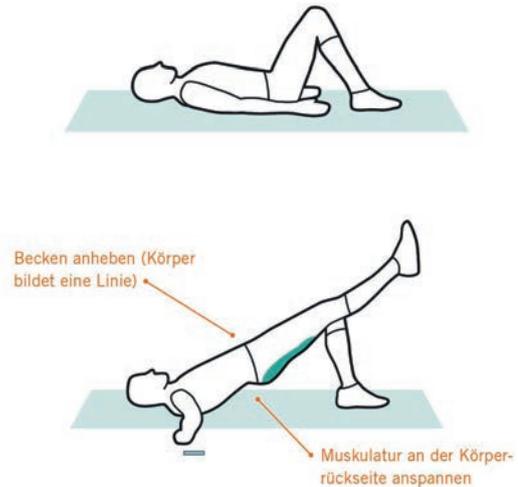
### MATERIAL:

Unterlage

### BEANSPRUCHTE MUSKULATUR:

Bauchmuskulatur

## BRÜCKE MIT BEINHEBEN



### AUSGANGSPOSITION:

Die Übung findet in Rückenlage mit angewinkelten Beinen statt. Der Knieabstand ist kleiner als hüftbreit. Die Arme liegen entspannt neben dem Körper und der Kopf liegt auf der Unterlage auf.

### ÜBUNGSANFÜHRUNG:

Unter Anspannung der Muskulatur an der Körperrückseite werden das Becken und das rechte Bein angehoben, die Spannung kurz gehalten und dann wieder abgesenkt, ohne die Unterlage zu berühren. Im zweiten Durchgang des Kraftzirkels wird die Übung mit dem anderen Bein durchgeführt. Es ist darauf zu achten, dass das Becken nur soweit angehoben wird, bis der Körper von den Schultern zum gestreckten Bein eine Linie bildet.

### DIFFERENZIERUNG:

– Durchführung der Übung ohne ein Bein anzuheben.

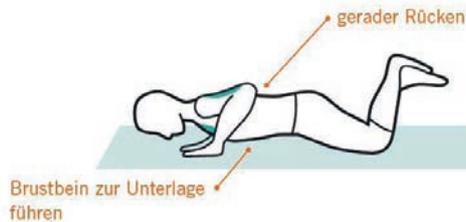
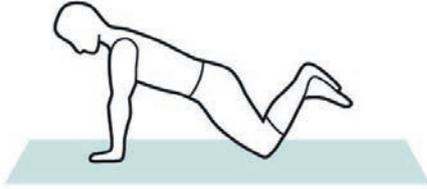
### MATERIAL:

Unterlage

### BEANSPRUCHTE MUSKULATUR:

Bein- und Gesäßmuskulatur

## KNIELIEGESTÜTZ



### AUSGANGSPOSITION:

Ausgangsposition ist eine Liegestützposition auf den Knien. Die Hände liegen unterhalb der Schultern auf der Unterlage auf und die Hüfte ist gestreckt. Die Bauchmuskulatur ist angespannt, sodass der Rücken gerade bleibt und eine Hohlkreuzbildung vermieden wird.

### ÜBUNGS-AUSFÜHRUNG:

Die Arme werden gebeugt und das Brustbein so nah wie möglich zur Unterlage gebracht. Dabei zeigen die Ellbogen zur Seite. Anschließend den Oberkörper wieder vom Boden wegdrücken, bis die Arme gestreckt sind. Es wird empfohlen, beim Beugen der Arme einzuatmen und beim Hochdrücken auszuatmen.

### DIFFERENZIERUNG:

- + Durchführung von Liegestütz mit gestreckten Beinen.
- Die Hände näher an die Knie stellen und die Hüfte beugen.
- Alternativ: Liegestütz gegen die Wand oder auf einer Erhöhung.

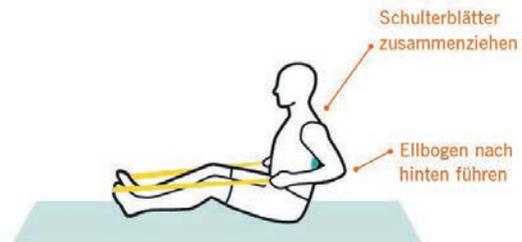
### MATERIAL:

Unterlage

### BEANSPRUCHTE MUSKULATUR:

Brustmuskulatur

## RUDERN SITZEND



### AUSGANGSPOSITION:

Die Übung findet im Langsitz statt. Das Theraband ist in der Mitte der Fußsohle angebracht. Die Hände halten das Theraband gestreckt in Vorhalte und das Band ist gut gespannt.

### ÜBUNGS-AUSFÜHRUNG:

Die Ellbogen und Schultern ziehen möglichst weit nach hinten. Die Ellbogen werden dabei gebeugt und nahe am Körper geführt. Im Anschluss werden die Arme wieder in die Ausgangsposition zurückgeführt. Es ist darauf zu achten, dass in der Endposition die Schulterblätter aktiv zusammengezogen werden und während der Übungsausführung der Rücken gerade ist.

### DIFFERENZIERUNG:

Die Intensität kann über die Farbe des Therabands angepasst werden.

### MATERIAL:

Unterlage, Theraband

### BEANSPRUCHTE MUSKULATUR:

Latissimus



Text & Bilder: [www.jackpot.fit](http://www.jackpot.fit)

» WIR STELLEN SICHER,  
DASS DAS UNFALLRISIKO SO GERING  
WIE MÖGLICH GEHALTEN WIRD.«

**Dipl.-Ing. Pietsch & Ing.Dr. Weindorfer Prüfgesellschaft m.b.H.**

Ingenieurbüro für Maschinenbau  
[www.dieaufzugspruefer.at](http://www.dieaufzugspruefer.at)

Qualitätsmanagement EN ISO 9001  
Akkreditierte Stelle für Aufzüge

**Aufzüge**

Vorprüfungen  
Behördenverfahren  
Abnahmeprüfungen  
Wiederkehrende Prüfungen  
Aufzugswärter Einschulungen  
Inspektion von Brandfallsteuerungen



**Prüfungen**

Tore & Türen  
Pressen, Stanzen  
Krane, Kettenzüge  
Förderanlagen, Stetigförderer  
Hebebühnen, Ladebordwände  
Betriebsanlagenprüfung §82b GewO

**Sicherheits- und Gesundheitsmanagement  
ÖSTERREICHWEIT. SICHERHEIT.**

4910 Ried, Brauhausg. 4, [www.dieaufzugspruefer.at](http://www.dieaufzugspruefer.at), [info@dieaufzugspruefer.at](mailto:info@dieaufzugspruefer.at)

## 84. BERGTURNFEST DES ÖTB TURNVEREIN JUDENBURG IN ST. ANNA AM LAVANTEGG

Rund 80 TeilnehmerInnen aus der Steiermark und Kärnten konnte Obmann DI Boris Sueng bei strahlendem Wetter beim traditionellen Bergturnfest in St. Anna am Lavantegg begrüßen, bei dem sich WettkämpferInnen ab 5 Jahren in den unterschiedlichsten leichtathletischen Disziplinen maßen.

Die traditionellen Bergturnfest-Bewerbe Jugend-Fünfkampf und Erwachsenen-Fünfkampf gewannen Stephan Sueng (ÖTB TV Judenburg) sowie Alexander Wachernig vom ÖTB Turnverein Friesach, den Ger-Zielwurf-Sieg holte die Mannschaft „Alte Herren“ des ÖTB TV Friesach nach Kärnten.

Die gleichzeitig abgehaltenen Vereinsmeisterschaften in Leichtathle-

tik des ÖTB Turnverein Judenburg entschieden in den Jugendklassen wie schon 2019 Katharina Buchsteiner und Stephan Sueng für sich, bei den Erwachsenen Genoveva Bartl und Herfried Fuchs.

Die weiteren Klassensieger: Elina Stark, Emma und Klaus Körbler (ÖTB TV Friesach), Kian und Markus Kozak (TV Jahn Gratwein), Fritz Gossar (ATUS Judenburg), Miriam Peiner, Sylvie und Andrea Eglauer; Günter Peroutka (Kapfenberger TV), Fritz Schnabl (Klagenfurter TV), Thomas Vouk (ATV Leoben), Dieter Kamensek (PSV Leoben), Birgit Kornsteiner, Christian Böhmüller, Hubert Buchsteiner und Josef Bodor (vereinslos), Genoveva Bartl, Katharina

Buchsteiner, Hannes Cebul, Gudrun und Lena Duschek, Herfried Fuchs, Carola Georg und Roland Katschnig, Kerstin Kogler, Benedikt Odelga, Gerda Peroutka, Waltraud Rieser-Gossar, Mathis Sailer, Sophie Sprung, Stephan Sueng, Fabian Zechner (alle ÖTB Turnverein Judenburg)



# AKTION

**GYMNOVA MAGNESIUM FLÜSSIG 250ml**  
Flüssiges Magnesium mit 99,8% Alkohol (Desinfektionsmittel)



**16,90 €**

Preis pro Flasche,  
exkl. Versandkosten

Bestellungen & Informationen unter:

ÖTB Bundesgeschäftsstelle  
Linzerstraße 80a, 4050 Traun  
Tel & Fax: 07229 / 65 224  
Email: [gst@oetb.at](mailto:gst@oetb.at)  
Homepage: [www.oetb.at](http://www.oetb.at)

in Zusammenarbeit mit:



**AKTION**  
gültig solange  
der Vorrat reicht!



# OBERÖSTERREICH

## TV Bad Ischl

**Bergturnfest:** Am 04. Oktober 2020 versammelten sich Jung und Alt in Perneck, um gemeinsam die einstündige Wanderung ins Hoisnrad anzutreten. Oben angekommen ging es gleich mit einem tollen Wettkampf weiter. Man konnte seine Leistungen bei Weitsprung, Kugelstoßen, Wettlauf und Schleuderball messen. Mittags gab es eine ordentliche Stärkung vom Hüttenwirt „Hans“. Bei kaiserlichem Wetter konnte im Anschluss noch die Siegerehrung durchgeführt und die gemeinsame Zeit genossen werden.



## TV Gmunden 1861

**Silberne Kulturmedaille für Gernot Gföllner:** Am Dienstag, dem 6. Oktober 2020, wurde unserem Obmann Tbr. Gernot Gföllner die silberne Kulturmedaille des Landes O.Ö. durch Landeshauptmann Mag. Thomas Stelzer überreicht. In der im Steinernen Saal des Landhauses durchgeführten Feier wies der Landeshauptmann in seiner Laudatio auf die zahlreichen aktiven Tätigkeiten in der Brauchtums- und Heimatpflege hin: Sei es als jahrelang Mitwirkender bei der Goiserer Klarinettenmusi, bei der Salzkammergut Geigenmusi, der Turnermusi oder als Sänger bei den Hollerschnapszuzlern, als Leiter von vielen Volkstanzkursen und -abenden an Schulen und Vereinen, Gestalter von Feiern, Maibaumsetzen, Sonnwendfeiern, Passenführer beim Glöcklerlauf, Pascherseminaren, Singkreis-

leiter und Herausgeber von Liederbücherln. Dazu noch seit 2004 Obmann unseres Turnvereines Gmunden 1861. Herzlichen Glückwunsch zu dieser verdienten Ehrung seitens des Landes OÖ.



**Geburtsstagsfeiern bei der Turnermusi:** Die Turnermusi nimmt gerne einen Anlass wahr, um ein gemeinsames Spiel zu organisieren. Im September konnte die Musi auf der Gis, im Alexander-Brennerheim des TV Linz zu Ehren von Tbr. Hannes Schneiderbauer zur Geburtsstagsfeier aufspielen und das sehr zur Freude des Jubilars. Noch dazu war die Ernennung zum Ehrenmitglied beim Turnverein Linz 1862 ein weiterer Grund zur Gratulation.

Noch im selben Monat war ein weiteres Mitglied der Turnermusi zu feiern. Tbr. Hias Schwarzgruber wurde beim Bauer im Schlag ebenfalls gebührend zum 40er gratuliert. Anscheinend war für Hias der Wechsel von der Geige zum Kontrabass kein Problem.



**Liachtbratlmontag ein Pflichttermin:** Beides gehört zusammen, der Liachtbratlmontag und ein Bratl in der Rein. Unbestritten gibt es das beste Bratl beim Tbr. Hain im Gasthaus Silberfuchs am Flachberg. Am ersten Montag nach Michaeli ist es im Salzkammergut der Brauch, sich zu einem gemeinsamen Bratl zu versammeln. Dass dann anschließend die Lebensfreude nicht zu kurz kommt ist Usus für die Gmundner Turngemeinschaft.

## ÖTB Grieskirchen

**Jahreshauptversammlung 2020:** Nach den gewohnten Punkten wurden heuer zwei ganz besondere Menschen des Vereins zu Ehrenmitgliedern ernannt. Unsere Eva ist von Kindstagen im Verein und seit gefühlten Jahrzehnten eine sehr gute Turnwartin. Für ihre besonderen Leistungen und ihr Engagement für den Turnverein bekam Eva die Ehrenmitgliedschaft überreicht. Als zweites neues Ehrenmitglied dürfen wir unserem „Haus- und Hofwart“ Alfred Huemer gratulieren – für besondere Leistungen für den Turnverein und speziell auch für den Spielmanszug Grieskirchen. Als Mitglied seit 1970 stemmte unser Fredl viele wichtige leitende Aufgaben, wie z.B. 1984-1993 als SZ-Leiter und seit 1996 als Stabführer. Wir dürfen uns bei Eva und Fredi auf diesem Weg noch einmal bedanken und ganz herzlich gratulieren.



## Allg. Turnverein Leonding im ÖTB

**Aus dem Vereinsleben:** Im Eiltempo durch fünf Jahrzehnte bewegten sich Leondinger Turngeschwister bei einem „Nostalgie-nachmittag“ im September. Zufällig aufgetauchte, alte Filme von Schauturnen und Übungsstunden, sowie bislang unbekannte Fotos wurden digitalisiert, chronologisch geordnet und für eine Vorführung auf einem Großbildschirm aufbereitet. Im Turnerheim in Ruffing machten sich die junggebliebenen Frauen und Männer dann auf eine fröhliche Zeitreise durch fünf Jahrzehnte. Zuerst wurde jener Turnschwestern und Turnbrüder gedacht, die leider nicht mehr unter uns sind. Danach ging es - zumindest „virtuell“ - auf Jahnwanderungen, zu Schauturnen, Gau- und Bundesturnfesten, Vereinsausflügen, Volkstanzabenden und Meisterschaften. So mancher Großvater von heute entdeckte ein kompromittierendes Jugendfoto von sich, und die Omi erkannte sich in dem hübschen, jungen Ding im knappen Turnanzug beim Schauturnen wieder. Anekdoten und Erlebnisse wurden erzählt und Erinnerungen aufgefrischt, die für viel Frohsinn und Lachen sorgten. Dazwischen und am Ende

stimmten wir alte Turnerlieder an und stärkten uns am kalten Buffet.

Am Ende waren sich alle einig: bis zum nächsten „Nostalgie-treffen“ warten wir nicht fünfzig Jahre!



## Neumarkter TV

**Vereinswanderung:** Am 27. September 2020 trafen sich fast 30 Turngeschwister zu einer kleinen Vereinswanderung. In einer guten Stunde wanderten wir ins nahe Gütting zum Heimatmuseum. Nach der netten Führung gab es eine gemütliche Jause, ehe wir uns wieder auf den Heimweg machten. Die erste Veranstaltung unseres neuen Obmannes Gernot Lehner wurde mit Wetterglück belohnt und einer Wiederholung steht nichts im Wege!



## TV Steyr

**Turnen mit Abstand:** Da es nicht zum erhofften Abklingen von Covid-19 gekommen war, wurde von Obfrau Gabi Mayrhofer mit den Vorturnern und Vorturnerinnen ein geänderter Turn-

plan verfasst, unter dem Motto: „Turnen mit Abstand“. Durch sorgfältige Trennung der Umkleidemöglichkeiten, Einteilung des Zutritts und der Wege in der Halle, durch Verkleinerung der einzelnen Turngruppen auf maximal 10 Personen, Schaffung von Unterteilungen in der reichlich großen Turnhalle, der notwendigen Erhöhung der Anzahl der Vorturner und strenge Hygieneregeln wurde es möglich, den Turnbetrieb anlaufen zu lassen. Natürlich gab und gibt es Unzufriedene, denen die schrankenlose Nutzung des breiten Turnprogrammes eingeengt wurde. Aber der Verein steht auf dem Standpunkt: Lieber ein eingeschränkter Turnbetrieb als ein Unglück durch Infektion mit den unübersehbaren Folgen. Der Berichterstatter hat die getroffenen Einteilungen mit Bildern dokumentiert. Für den Verein bedeutet die neue Lage auch finanzielle Einbußen. Teilweise fallen Turnstunden ganz aus, teilweise muss Einbezahltes rückerstattet werden. Zu einer gewissen Unsicherheit hat auch die Umstellung auf ein neues System zur Mitgliedererfassung geführt.

**Wandertag:** Am Sonntag, dem 4. Oktober 2020 haben wir den verschobenen Wandertag nachgeholt. Ziel war die gemütliche Alm „Freithofberg“ in nicht ganz 1000m Seehöhe. Die Wanderung war kurz, der Tag war schön, das musste zu einer ausgiebigen Gemütlichkeit auf der Heimfahrt führen. Dreizehn Turngeschwister waren mit von der Partie.

#### Vorschau:

14.-15. November 2020: Trampolin Staatsmeisterschaft i. d. Stadthalle

13. Dezember 2020: Julfeier/Wintersonnenwende (möglich auch am 20. Dezember 2020)

#### Kein Schauturnen



## TV Traun

**Faustball:** Die ÖTB-Damen sind MEISTER! Mit einer souveränen und abgeklärten Leistung gegen die beiden Mannschaften aus SU Raika Zwettl - Faustball und FBC LINZ AG Urfahr

konnten die Damen in rot zwei sichere Siege erreichen und sich somit den erst zweiten Bezirksmeistertitel einer Damemannschaft in der Vereinsgeschichte des ÖTB Traun sichern. Ohne die tolle Unterstützung aus dem Verein, von Trainern, Eltern und treuen Fans wäre eine solche Leistung nicht möglich gewesen und wir bedanken uns von ganzem Herzen für den Support. Inzwischen wurden die Aufstiegsspiele abgesagt, was bedeutet, dass die ÖTB Damen automatisch die nächste Saison in der höheren Liga, der Landesliga, bestreiten werden.



#### Gratulation:

##### 80 Jahre

Heidi Eigruber  
Dkfm. Rudolf Radlingmayr

##### 70 Jahre

Wolfgang Waldmann  
Ernst Hattenberger

##### 60 Jahre

Margit Moser

**Reise: Der Männersparverein Globetrotter in München.** Eine günstigere Reiseweche Anfang September hätten wir nicht

finden können, wenn wir die Corona-Entwicklung ab Mitte September bis heute im Großraum München betrachten. Der Spartarif der ÖBB trennte uns schon in Linz in zwei Gruppen bis Salzburg, ehe wir wieder gemeinsam weiter reisten. In Traunstein ging die E-Lok ein und wir mussten in einen Regionalzug umsteigen. Es sollte der einzige Minuspunkt der Woche sein. Ob Viktualienmarkt, Stadtrundfahrt, Olympiapark mit Olympiaturm und dem gegenüberliegenden BMW-Museum, die ersten beiden Tage vergingen wie im Flug. Hoch interessant war die kompetente Führung durch die Bavaria Filmstadt in der Größe von vergleichsweise 50 Fußballfeldern. Je nach Interesse beeindruckte uns das Deutsche Technikmuseum zwischen zwei und fünf Stunden auf sechs Etagen. Die Marienkirche, der Dom zu München, konnte eingeschränkt besucht werden. Das Münchner Rathaus war zwar offen, doch für Besucher gesperrt. Während der gemütlichen Rückfahrt ohne weitere Stopps oder Lokwechsel war die einhellige Meinung, München war eine Reise wert, wir haben viel gesehen bei dichtem Programm, doch gesehen haben wir noch nicht alles. Für kommendes Jahr ist eine Bootsreise in der Mecklenburgischen Seenplatte angedacht.

**Tennis:** Am Samstag, dem 26. September 2020, spielten die ermittelten Finalisten der in den Sommermonaten ausgetragenen Vereinsmeisterschaft. Es gab keine Überraschungen, die Favoriten haben mit folgenden Ergebnissen überzeugt:

Damen Doppel: Deinhammer/Flickinger

Herren Doppel: Ramel/Hög

Mixed Doppel: Schinkinger/Djukic

Damen Einzel: Poldi Hinterschuster

Herren Einzel: Georg Djukic

## Allg. Turnverein 1889 Vöckabruck

**Danksagung:** Fredi Schützeneder ist seit 1971 Mitglied des Allgemeinen TV 1889 VB. Seine sportliche Karriere begann er jedoch im TV Perg, wo er über mehrere Jahre sowohl auf Bezirks- als auch auf Landesebene viele Erfolge feierte (12 Staatsmeistertitel) und später sogar ins Faustballnationalteam berufen wurde. Fredi war jedoch auch ein sehr guter Turner, was er bei verschiedenen Veranstaltungen unter anderem auch am Hochreck zeigte. 1968 legte er die Prüfung zum Landesvorturner ab. Nach dieser sportlich sehr aktiven Zeit

engagierte sich Fredi in vielen Bereichen unseres Vereins

- Seit 26 Jahren ist er Mitglied des Turnrates und betreut die Schaukästen
- Er gestaltete beeindruckende Bühnenbilder für unsere Großveranstaltungen und war für die Saaldekorationen mitverantwortlich
- Er unterstützte unsere Flohmärkte und Sonnwendfeiern stets tatkräftig
- Er war Mitbegründer und Organisator der Jahnwanderungen in unserem Verein
- Und er stand auch bei traurigen Anlässen als Fahnenbegleiter stets bereit, unseren verstorbenen Turnvereinsmitgliedern die letzte Ehre zu erweisen

Im Namen des Turnvereins 1889 VB bedanken wir uns ganz herzlich für dein langjähriges Engagement!



Greti Smolik ist seit dem Jahr 1973 Mitglied des Allgemeinen Turnverein 1889 VB. Als sie gleich beim Turnfest 1990 im Hauptausschuss für die Festorganisation mitarbeitete, beeindruckte sie bereits durch ihre gewissenhafte Arbeitsweise. Als 1998 die Einführung der EDV in unserem Verein begann, übernahm Greti den größten Teil der damit verbundenen Arbeiten. Im Jahr 2002 wurde sie Mitglied des Turnrates und übernahm fortan die Funktion als Schriftwartin und die komplette Mitgliederverwaltung des Vereins. Trotz anfänglicher Bedenken setzte sie in dieser Funktion vor drei Jahren auch die Umstellung auf das Bank-Einzugsverfahren der Mitgliedsbeiträge weitgehend um. Neben dieser Tätigkeit war Greti auch in der Hauptorganisation der Flohmärkte des Vereins. Weiters war sie bis zum Jahr 2014 bei vielen Veranstaltungen, wie z.B. Schauturnen oder Sonnwendfeiern,

für den Gastronomiebereich verantwortlich. Für die erbrachten Leistungen und das große Engagement für unseren Verein bedanken wir uns recht herzlich!

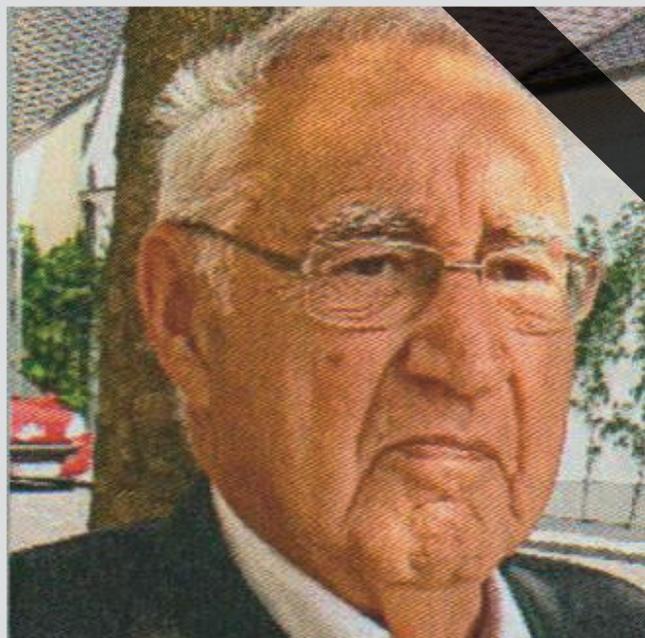


## NIEDERÖSTERREICH

### ÖTB TV Gumpoldskirchen

**Abschied von Tbr. Gustav Pischl:** Anfang Oktober – kurz vor seinem 90. Geburtstag – verschied unser langjähriger Heimwart im Landeskrankenhaus Mödling. 1970 dem ÖTB Gumpoldskirchen beigetreten und von Beginn an Begleiter auf allen Bergturnfesten, Bundes- und Gauturnfesten, wo er mit seiner Kamera seine Familie und die vielen Erfolge der Gumpoldskirchner Turner festhielt. In der Zeit von 1994 bis 2015 kümmerte er sich als Heimwart um die Reinlichkeit des Gymastikraumes, der Garderoben und sanitären Einrichtungen. Fehlerhafte Beleuchtungskörper wurden prompt ausgetauscht und in den Wintermonaten programmierte er die Heizung, abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse der jeweilig turnenden Gruppe. Nicht zu vergessen ist sein Einsatz in den Wintermonaten mit Schneefall: Die Gehsteige auf Jubiläumsstraße und Schillerstraße, sowie der Zugang zum Turnerheim wurden pünktlich vom Schnee geräumt und auch gegen Glatteis gestreut.

Erst mit dem Abbruch des Turnerheimes, das dem Neubau der Normturnhalle weichen musste, beendete er seine Tätigkeit im Turnrat und trat seinen wohlverordneten „Ruhestand“ an. Bis in die letzte Zeit galt sein Interesse den Aktivitäten des ÖTB Gumpoldskirchen und er freute sich über die Erfolge unserer Leistungsgruppe bei den diversen Wettkämpfen, die erst durch den Neubau der Normturnhalle möglich wurden.



Ein letztes Gut Heil !

## SALZBURG

### Turnverein Grödig 1910

**Jahreshauptversammlung:** Zur Jahreshauptversammlung 2020 des TV Grödig am 9. September 2020 durften wir unsere Vereinsmitglieder diesmal im Gemeindesaal begrüßen.

Susi Schlager, unsere „alte“ und wieder gewählte Obfrau, führte durchs Programm. Es wurden Berichte von den Amtswaltern vorgetragen. In allen Bereichen dürfen wir uns freuen, dass es unserem Verein gut geht. Im November 2019 wurde das Prellball-Turnier veranstaltet. Es spielten wieder Mannschaften aus Österreich und Deutschland mit. Auch das alljährliche Weihnachtturnen der Kinder war gut besucht und eine tolle Leistungsschau.

Auf Grund der Covid-19 Pandemie ist der Turnbetrieb komplett zum Erliegen gekommen.

Bei der Wahl des neuen Vorstandes gab es einige Veränderungen. Danke den ausgeschiedenen langjährigen Vorständen und ein herzliches Willkommen dem neuen Vorstand.

Auch heuer war es uns eine Ehre, einigen Vereinsmitgliedern zur 50-jährigen Vereinszugehörigkeit zu gratulieren. Die Auszeichnungen wurden von unserer Obfrau Susi und Obmann Stv. Gerhard Mlekusch an Erika Mlekusch, Erika Konrad und Elfriede Wimhölzl überreicht. Leider an diesem Tag nicht anwesend waren Elfriede Großschädl, Erna Forsthofer, Ursula und Peter Fuchs und Josef Schweinberger, die Urkunden werden persönlich nachgereicht. Danke euch für die langjährige Treue und Unterstützung im TV Grödig.



## WIEN

**ÖTB-Wien Turntag:** Am 17. Oktober 2020 fand der ÖTB-Wien Turntag in der Turnhalle des TV Liesing statt. Die Amtswalter berichteten über die vergangene Amtsperiode, die durchwegs positiv bewertet wurde. Die Wettkämpfe und Veranstaltungen wurden in gewohnter Weise durchgeführt und erfreuten sich regen Zuspruchs. Mit der Veranstaltung ÖTB-Wien Zukunft wurden wichtige Entscheidungen und Weichenstellungen für die weitere Arbeit in Wien gestellt und bereits mit der Umsetzung begonnen. Besonders emotional war der Bericht unseres Turnwartes Thomas Purker, der nach 20 Jahren erfolgreicher Arbeit als Turnwart ab sofort dem ÖTB-Wien als Obmann Stv. zur Verfügung steht. Für seine Verdienste erhielt Thomas vom ASVÖ Wien, vertreten durch Tbr. Peter Deringer, das goldene Ehrenzeichen verliehen. Mit Friederike Pietsch konnte eine engagierte neue Nachfolgerin gefunden werden. Für ihre besonderen Verdienste um den ÖTB-Wien wurde Tschw. Birgit Kretschmer vom Ersten Wiener Turnverein die Ehrenmitgliedschaft verliehen. Die neue ÖTB-Wien Leitung

unter Obmann Werner Schultes wurde mit überwältigender Mehrheit gewählt und somit der in den letzten Jahren beschrittene Weg bestätigt. Der Dank gebührt allen Turngeschwistern, die bereit waren und sind, ihre Freizeit in den Dienst des ÖTB-Wien zu stellen. Mit den motivierten und positiven Schlussworten des Obmannes und dem Auszug der ÖTB-Wien Fahne endete ein harmonischer und würdiger Turntag.



Bildbeschreibung:

Die neu gewählte ÖTB-Wien Leitung

Von li: Friederike Pietsch - Turnwart, Berthold Opitz – 2. Obmann Stv., Werner Schultes – Obmann, Thomas Purker – 1. Obmann Stv., Alexander Haas – Säckelwart, Dietmar Kowarik – Dietwart, Harald Richter – Schriftwart, Johannes Schreiner – Dietwart Stv. Heike Rottensteiner, Sigi Purker – Kanzlei, Brigitte Abt – Säckelwart Stv.

Nicht im Bild. Edda Schultes – Jugendwart, Hartwig Kautz, Hartwig Kowarik – Jugendwart Stv., Ingrun Landgraf – Schriftwart – Stv.

## TV Kaiser-Ebersdorf

**Nachruf: Otto Tobisch – Ein Leben für das Jahnsche Turnen**

Am 13. September 2020 hat unser Ehrenobmann Dipl.-Ing. Otto Tobisch im 97. Lebensjahr für immer die Augen geschlossen. Ein langes und ereignisreiches Leben ging zu Ende. Bis zu seinem Tod widmete er sich dem Jahnschen Turnen im ÖTB und nahm regen Anteil am Vereinsleben. Otto Tobisch war schon als Kind im Turnverein aktiv und hat den Umbau einer ehemaligen Malzfabrik in unsere Turnhalle miterlebt und mitgestaltet. Nach seiner Rückkehr aus dem 2. Weltkrieg begann er 1946 das Studium der Gärungstechnik an der jetzigen Universität für Bodenkultur. Otto Tobisch arbeitete konsequent an der Zukunft des Turnvereins Kaiser-Ebersdorf. 37 Jahre lang, von 1957 bis 1994, war Otto Tobisch der Obmann des Turnvereins Kaiser-Ebersdorf. Er war Turner und

Vorturner, selbst aktiv und anleitend. Das Kinderturnen leitete er für 30 Jahre. Leichtathletik und Ballspiele waren seine Schwerpunkte. Große Verdienste erwarb er sich im Kampf um die Rückgabe der unmittelbar nach dem Krieg enteigneten Turnhalle. Durch Beharrlichkeit und vollen Einsatz war es 1973 soweit. 1984 wurde er zum Ehrenmitglied des Wiener Turngaus ernannt. Gemeinsam mit seiner Familie und einer treuen Schar von Wegbegleitern hat er Nachhaltiges geschaffen. Die Turnerei im Sinne Friedrich Ludwig Jahns verstand er stets als Ehrenamt und als treuen Dienst an Volk und Heimat. In diesem Sinne werden wir unserem Ehrenobmann Otto Tobisch ein ehrendes Andenken bewahren. Ein letztes ‚Gut Heil!‘ lieber Turnbruder!



## TIROL

### Ein Grieser Schmankerl: Die Turnhalle Anton Schiestl – 1904:

Als ich vor wenigen Wochen durch die Fagenstraße radelte, zog mich plötzlich dieses architektonische Juwel in den Bann, das sich Jahrzehnte lang hinter wuchernden Stauden versteckt hatte und nun in altem Glanz erstrahlt: die „Turnhalle Anton Schiestl“, die im Jahr 1904 in neoklassizistischem Stil errichtet wurde. Der Innsbrucker Anton SCHIESTL (1832 – 1900) gründete 1862 den ersten Bozner Turnverein und war später (1864 – 1900) auch Kommandant der Bozner Feuerwehr. Das schmucke Gebäude wurde zu Beginn als Vereinshaus des „Katholischen Arbeitervereins“ genutzt und später, nach dessen Auflösung 1926 unter dem Faschismus, als Theater. Ab 1965 wurde es als Turnhalle des SSV Bozen-Handball verwendet. 2008 wurde der Bau unter Denkmalschutz gestellt und heuer wurde die mustergültige Sanierung und Renovie-

rung des Gebäudes durch die Gemeinde Bozen abgeschlossen. Heute steht das Gebäude im Eigentum der Stadt Bozen und ist Sitz des SSV Bozen.

Auf die offizielle Eröffnung des Gebäudes freue ich mich schon.

Dr. Rudolf Benedikter



## TV Kitzbühel

**Jahnwanderung mit dem ÖTB Tirol:** Obwohl der Turnbeginn mit Schwierigkeiten verbunden war, konnte die schon traditionelle Herbstwanderung des ÖTB Tirol plangemäß durchgeführt werden.

Bestens organisiert vom Turnverein St. Johann mit Obmann Oberst Franz Krug und seinem Team erlebten wir einen wunderschönen Herbsttag.

Wanderziel war der Wilde Kaiser, wo drei Wandervarianten angeboten wurden:

Für Gipfelstürmer der Aufstieg zum Ellmauer Tor, für Wanderfreudige der Aufstieg durch herbstlichen Buchenwald zur Gruttenhütte und für die Genusswanderer der etwas sanftere Weg zum Steinkreis und zur Gaudeamushütte.

Über 40 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus den Vereinen Friesen Hötting, Akademische Turnverbindung Innsbruck, St. Johann und Kitzbühel trafen sich auf der Wochenbrunnalm. Alle drei Wandervarianten wurden absolviert.

Zum gemeinsamen Abschluss trafen sich alle Gruppen auf der Wochenbrunnalm.

Das Bild zeigt die Gruppe des TV Kitzbühel.



## KÄRNTEN

### TV Friesach

**Nachruf:** Adi Moser, unser Turnbruder und langjähriger Turnwart - viel mehr „Turnvater“, im Sinne des Wortes - hat uns allzu früh für immer verlassen.



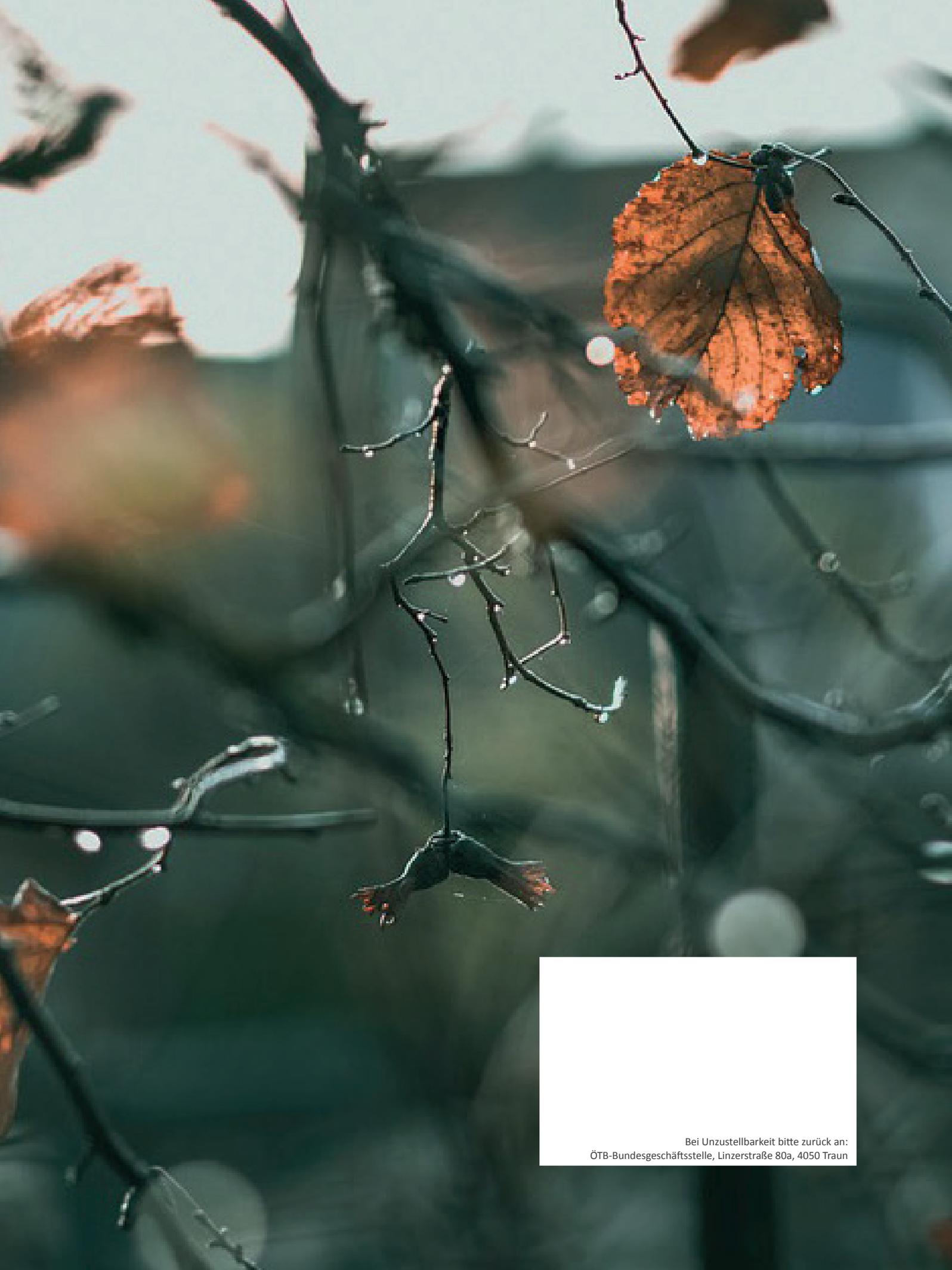
Was der allseits Beliebte für uns war, lässt sich ohnehin nicht in Worte fassen. Mit akribischer Geduld, Ausdauer, Zuversicht, Einfühlungsvermögen und unerschütterlichem Glauben an das Gute hat er junge Menschen gefördert und geprägt, über Generationen hinweg. Er hat sie für Turnfeste, Julfeiern, Sonnwendfeiern, Faschingsaufführungen, Mittelalterfeste vorbereitet und zu Bergturnfesten, Pfingstlagern, Radtouren und Skiausflügen begleitet. Er war ein begnadeter Reimer, Redner, Stimmungsmacher, hielt dadurch die Gemeinschaft zusammen und war vor allem Vorbild in turnerischer und menschlicher Hinsicht. Trotz schwerer Krankheit war er Optimist und Kämpfer bis zur letzten Stunde. Danke für all das, was du für uns und unsere Turngemeinschaft geleistet hast. Der Turnverein Friesach sagt dir ein letztes Gut Heil!

### DTV i. ÖTB St. Jakob i. Ros.

**Volksabstimmungsfeier:** Mit einer beeindruckenden würdigen Feier begingen die St. Jakober Turner das 100-Jahr-Jubiläum der für Kärnten und Österreich erfolgreichen Volksabstimmung vom 10. Oktober 1920. Waren doch damals auch die Turner mit einem Turner-Zug ebenso wie die Farbenstudenten am Abwehrkampf und der dadurch erwirkten Volksabstimmung den Kärntnern hilfreich zur Seite gestanden. In seiner Festrede betonte Tbr. Dr. Bruno Burchhart, dass durch diese Volksabstimmung erstmals das Volk und nicht Fürsten über seine Heimatgrenzen bestimmt und damit auch für Österreich die Karawanken-Südgrenze gesichert hat. Mit einer feierlichen Kranz-Niederlegung endete dieses schöne Fest.

Dr. Bruno Burchhart





Bei Unzustellbarkeit bitte zurück an:  
ÖTB-Bundesgeschäftsstelle, Linzerstraße 80a, 4050 Traun