

Zeitschrift für das Turnen mit den Mitteilungen des Österreichischen Turnerbunds

UNSER



TURNEN



JUGENDOLYMPIADE

JACKPOT.FIT



DEZEMBER - Eismond 2019

Die turnFESTbörse!



ALT DER BRAUCH
JUNG DIE GÄSTE



Bei Fragen zum Volunteering stehen wir dir natürlich jederzeit gerne unter
+43 (0)7229 / 65 224-14
oder auch unter
buero@bundesturnfest.at
zur Verfügung.

Ihr kommt nicht aufs Turnfest, weil ...

- ... ihr nicht genügend Betreuer habt?
- ... ihr nicht genügend Turnkleidung habt?
- ... ihr keine Mannschaft zusammenbringt?

GEMEINSAM SCHAFFEN WIR DAS!

WIR

- ... stellen Betreuer zur Verfügung ...
- ... vermieten Turnkleidung ...
- ... koordinieren, dass eure Turngeschwister, eure Vereinsjugend mit denen eines anderen Vereines gemeinsam antreten können ...

WEIL JEDER EIN RECHT HAT, TURNFEST ZU SEIN!

Und so funktioniert's:

Bedarf an festkanzlei@bundesturnfest.at melden.

WICHTIG: Die Betreuerbörse ist für Vereine gedacht, die überhaupt nicht auf das Turnfest fahren würden, nicht für Vereine, die es bequemer haben wollen.

Zumindest eine Begleitperson (zB Elternteil) muss gestellt werden. Der durch die Börse gestellte Betreuer ist turnfesterfahren und betreut den Verein tagsüber, geht mit der Mannschaft zu den Wettkämpfen und Veranstaltungen, usw. Die Betreuung erfolgt nicht über Nacht.

Wir freuen uns über Freiwillige, die wir im Rahmen der Börse vermitteln können.

Euer Organisationsteam!



2020 WELS

16.-19. JULI
Bundesturnfest



4	Erfolge und Berichte
	Jugendolympiade (European Youth Olympic Festivals) in Aserbaidschan, RB L17 & 5. Badener Volkstanzfest
6	Verschiedenes
	Turnerpotheke
8	Friedrich Ludwig Jahn
	Erfolgreiche DTB-Tagung in Stuttgart
10	Breitensporttage
	Breitensporttage in Villach
11	Gesundheit
	Besser Leben mit weniger Müll - Teil 2
12	Turnakademie
	Stundenbild Gesundheitsprogramm JACKPOT
17	Turnfestgeschichte
	Die ersten Sieger - Rückschau auf die ÖTB-Bundesturnfeste
18	Vereinsnachrichten
22	Ankündigungen
23	Termine

*Bundesmeisterschaften 2019
in Wels; TV Bad Hall
Foto: Marlene Ortmayr*



Offenlegung i. S. des Art. 1, § 25 MedienG und Impressum Unser ÖTB-Turnen. Bundesturnzeitung des ÖTB. Blattlinie: Zeitschrift für das Turnen und Verbands- und Vereinsnachrichten des ÖTB. Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Österreichischer Turnerbund (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

Roland Tulzer
Bundesdietwart



Das Jahr vergeht, die Zeit verrinnt...

Im Dezember vollzieht sich gewohnheitsgemäß jene gesellschaftliche Konsumekstase, über die man allorts debattieren hört, der sich aber dennoch niemand vollends zu entziehen vermag. „Ihr Kinderlein, kommet!“ säuselt folgerichtig aus den Kaufhauslautsprechern und ist dabei bloß eine maskierte marktwirtschaftliche Kampfansage. Selbstgemachtes ist genauso aus der Mode wie Mäßigung und Verzicht. Man darf gespannt sein, welche menschlichen Bedürfnisse der Konsum noch zu befriedigen in der Lage sein soll.

Unser Turnen darf diesem Phänomen antipodisch gegenüber gestellt werden. Im ach so stillen Dezember scheint dies noch mehr als sonst unterzugehen. Wir selbst gestalten unseren Verein und haben nicht selten unser Herz in ihn gesenkt. Gemeinschaft verlangt Mäßigung; Ehrenamt bedeutet Verzicht. Die anonym konsumierte Turnstunde mit Beitrag nach Kostenrechnung ist nicht unser Ziel. Mit diesem Wertebild können wir uns in der stillsten Zeit gut aufgehoben fühlen und uns bewusst machen, wie bedeutsam unser Vereinsleben ist.

Vor uns steht ein neues Jahr mit vielen Aufgaben, im Bund vor allem mit dem Bundesturnfest. Ich wünsche allen Turngeschwistern, in der Besinnlichkeit auch unseren Turnerbund nicht zu vergessen, seinen Nutzen für jedes Mitglied zu sehen und die Verbundenheit als einen Wert an sich zu verstehen.

Gut Heil!

Roland Tulzer
Bundeswart für Diet- und Kulturwesen

Turnakademie

Rückblick L 17

Höchst intensiv wurde am Sonntag, 10. November in der Vereinsturnhalle des ÖTB Turnverein Linz geturnt. 16 KursteilnehmerInnen aus 7 Vereinen bildeten sich beim Turntechnikkurs mit Katharina Wieser und Wolfgang „Beme“ Neumayer fort. Begleitet wurden sie dabei von über 25 ihrer Schützlinge, die alle fleißig bei der Sache waren.

Katharina und Beme gelang es Trainer und Aktive in lockerer Atmosphäre und sehr fokussiert davon zu überzeugen, dass mit der Geduld für Basisarbeit und der Konzentration auf die Kernbewegungen Salto rw. und Flick, Spagatsprünge und Stemmen am Barren kein Problem darstellen.

Begeistert waren die Teilnehmer von dem Format dieser Fortbildung: Die Arbeit mit den eigenen Turnerinnen und Turnern, das aktive Üben der Hilfegriffe und das direkte Feedback der Referenten ist ein Paket, das Lernfortschritte sicherstellt und den Transfer in die eigenen Turnstunden sehr einfach ermöglicht. Fortsetzung erwünscht!



Text & Fotos: Katharina Wieser

Jugendolympiade „Team-Wettkampf“

in Aserbaidshan im Juli 2019

Österreichs Junioren Nationalteam mit unserem Paul Schmölzer an vorderster Front, Askhab Matiev aus Tirol und Elias Mayer aus Vorarlberg gelang beim Europäischen Olympischen Jugendfestival in Baku ein Ergebnis an der absoluten Obergrenze des Erwartbaren. Platz 17 für unsere Athleten unter 52 Nationen ist eine sensationelle Leistung, die in Österreich im Kunstturnsport ihresgleichen sucht und auch in unserer Vereinsgeschichte einmalig ist.

Auf die Frage des Reporters in einem TV-Interview in Aserbaidshan, wie es ihm bei seiner Premiere bei dieser „Olympiade“ gegangen ist, hat Paul geantwortet: „Ich habe mich sehr stolz gefühlt den österreichischen Adler an der Brust zu tragen.“ Wir sind auch stolz auf unseren Vorzeigeturner und wünschen für die bereits jetzt anstehenden weiteren internationalen Wettkämpfe (Future Cup Linz, 21 Nationen, 4 Kontinente Ende November 2019) alles Gute und weiterhin viel Erfolg.



Text & Fotos: Anna Danninger

Volkstanzfest

ÖTB Jahn Baden



Fotos: Turnerjugend ÖTB Baden

So schnell geht es. Wir, der ÖTB Jahn Baden, haben bereits zum 5. Mal das Badener Volkstanzfest veranstaltet. Bereits im März 2019 begannen wir eifrig mit der Planung und Organisation. Jedem wurde eine Aufgabe zugeteilt und los ging es: Werbung machen, Tombolapreise organisieren, Plakate gestalten, Flyer verteilen und, und, und.

Dennoch hat sich die harte Arbeit auch dieses Jahr wieder gelohnt. Denn auch dieses Jahr war unsere Volkstanzfest ein voller Erfolg, wir konnten einen wunderschönen Abend mit lieben Freunden und Bekannten verbringen. So wie auch die Jahre davor gab es wieder eine großartige Tombola und auch eine Cocktailbar mit sehr leckeren Erfrischungen. Besonderes Highlight war das Spielkartentanzspiel, das es so noch nie gab. Jeder Gast des Festes bekam drei Spielkarten, welche er im Laufe des Abends an seine Tanzpartner übergeben konnte, sofern er der Meinung war, dass diese es würdig seien, eine seiner Karten zu erhalten. Die Gewinner, die mit den meisten Karten, erhielten das erste „Goldene Tanzpärchen“.

Voller Freude blicken wir auf diesen gelungenen Abend zurück, der uns noch lange in Erinnerung bleiben wird. Wir hoffen alle Gäste hatten ebenfalls einen schönen Abend und kommen nächstes Jahr wieder nach Baden um mit uns zu tanzen und zu feiern.

Danke an alle, die diesen Abend ermöglicht haben und in der Organisation mitgewirkt haben.

Gut Heil,
Eure Turnjugend vom ÖTB Jahn Baden

Richtigstellung

Richtigstellung zum Artikel „Symbole und Rituale bei unseren Festen“, BTZ-Ausgabe 11/19, S. 8f.

Es handelt sich beim genannten Artikel ausschließlich um die Meinung des Autors und nicht um die des ÖTB. Der ÖTB sieht seine Symbole als Teil seiner (nicht immer unproblematischen) Geschichte. Weder die politische Ausrichtung noch der Inhalt der Symbole oder die Aussagen der Zeit Anfang des 20. Jahrhunderts dürfen aber unreflektiert in die Gegenwart übernommen werden, sondern sind im Kontext der damaligen Zeit zu sehen. Eine Übertragung dieser Inhalte – wie zB auf der Fahne im Artikel abgebildet – auf das heutige Wirken des ÖTB lehnen wir kategorisch ab.

Dieses Selbstverständnis kommt mit dem genannten Artikel aber nicht zum Ausdruck – im Gegenteil. Die erforderliche Reflexion fehlt vollständig. Bei allen Vereinsmitgliedern, die dadurch in Erklärungsnot geraten sind, möchte ich mich aufrichtig entschuldigen.

Peter Ritter
Bundesobmann

Tussimont

ERKÄLTUNGSSERIE

Die natürliche Hustenhilfe!

bezahlte Anzeige



Für die ganze Familie

Inhaltsstoffe:

- Thymian
- Senegawurzel

Schleimlösend bei Erkältungen

rein pflanzlich



Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren
Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

PHARMONTA
Dr. Fischer GmbH
A-8112 Gratwein-Stratzgang

TURNER-APOTHEKE

Mag. pharm. Dr. Ulla Kassegger
Turnverein „Jahn“ Gratwein



Notfallapotheke für die Feiertage

Statt die Adventzeit genießen zu können, leiden viele von uns an meist harmlosen, aber unangenehmen Gesundheitsproblemen. Gerade zu den Feiertagen mutet man dem Körper zu viel zu: Stress, üppiges Essen, zu viele Süßigkeiten, erhöhter Alkoholkonsum und zu wenig Bewegung.

Hier ein „Sortiment der kleinen Beschwerden“ in der fröhlich-stressigen Weihnachtszeit mit ein paar Tipps für die „Feiertagsapotheke“:

Gallenbeschwerden werden meist durch zu fette Speisen hervorgerufen und machen sich durch stechende, kolikartige Schmerzen im Oberbauch bemerkbar. Bei diesen Anzeichen werden pflanzliche Tropfen gegen Magen-, Darm- und Gallenbeschwerden empfohlen.

Blähungen und Völlegefühl können starke Schmerzen bis hin zu Koliken verursachen. Am besten nimmt man hier Kautabletten, die der übermäßigen Gasbildung entgegen wirken und die bereits erwähnten Magentropfen ein.

Auch **Sodbrennen** als Folge von zu üppigen Mahlzeiten, reichlich Alkohol oder übermäßigem Nikotingenuss, begleitet uns oft in der geruchlosen Zeit. Arzneimittel, die sich als Schutzfilm über die Magenschleimhaut ziehen oder solche, die die Säure neutralisieren, bringen rasche Hilfe.

Bei **Verstopfung** reichen oft schon leichte Abführmittel aus, um die Verdauung wieder in Gang zu bringen.

Kopfschmerzen oder Migräneattacken sind leider gerade zu den Feiertagen keine Seltenheit. Klassische Schmerztabletten oder spezielle Migränemittel sollte man daher ebenfalls vorrätig haben.

Dem **Kater am Tag danach**, der sich durch einen Brummschädel, übermäßigen Durst, Sodbrennen, Kopfschmerzen, Muskelschwäche und einer allgemeinen Kreislaufschwäche bemerkbar macht, rückt man mit Schmerztabletten, Basenpulver und Kreislauftropfen zu Leibe.



Frohes Fest

WEIHNACHTSAKTION

Danke an

Unterstützer, Helfer, Ehrenamtliche, Vorturner, Jugend, Nachwuchs an alle, die die ÖTB Familie unterstützen und für sie da sind!

Mit Unterstützung unserer Partner ist es uns gelungen, dass du oder dein Verein, diese Artikel, zu einem besonders günstigen Preis erwerben kannst.



Trainingsjacke m. Kapuze

Damen	34-48	49,-
Herren	S-XXXL	
Kinder	128-164	45,-



Kulturtasche

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

ab 19,-



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 Kängerulederband (braun od. schwarz) auf Anfrage

ab 34,-



Softshelljacke m./o. Kapuze

Damen	S-XXL	60,-
Herren	S-XXXL	
Kinder	10-12	50,-

Bestellungen & Informationen unter:

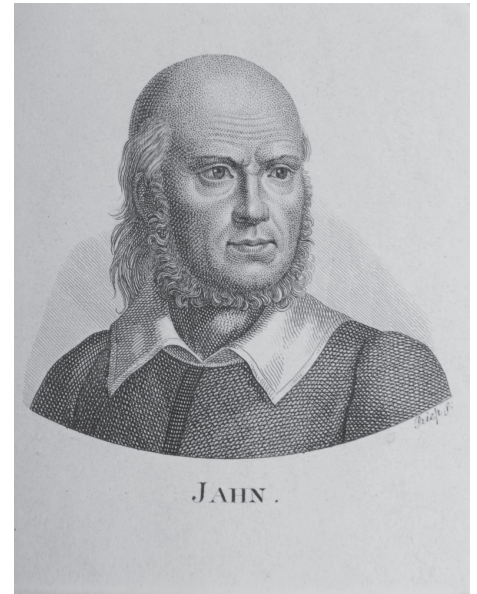
ÖTB Bundesgeschäftsstelle, Linzerstraße 80a, 4050 Traun; Tel.Nr.: 07229 / 65 224 Email: gst@oetb.at www.oetb.at

DTB-Tagung in Stuttgart

Jede Zeit umreißt ihr Bild von Jahn

Zu einem großen Erfolg wurde die Tagung, die der Deutsche Turner-Bund (DTB) zusammen mit der Jahn-Gesellschaft Mitte Oktober in Stuttgart durchführte. Rund 40 Interessierte waren dabei. Die Leitung lag in den Händen von Prof. Dr. Annette Hofmann (Vizepräsidentin des DTB) und Dr. Josef Ulfkotte (Präsident der Jahn-Gesellschaft). Auch Dr. Alfons Hölzl, der Präsident des DTB, gab den Versammelten die Ehre: Er verknüpfte die Diskussion über das „richtige“ Jahn-Bild mit den gleichzeitig in der benachbarten Martin-Schleyer-Halle stattfindenden Weltmeisterschaften im Kunstturnen.

In den elf Vorträgen und den Diskussionen ging es darum, Orientierung zu schaffen angesichts der Tatsache, dass der „Turnvater“ immer wieder Anlass zur Auseinandersetzung gibt und dass jede Zeit ihr Bild von Jahn umriss und umreißt. Immerhin bekennt sich der DTB in § 1 seiner Satzung klar zu Jahn („pflegt das von Friedrich Ludwig Jahn begründete deutsche Turnen“). Und immerhin ist die Jahn-Gesellschaft nach § 2 ihrer Satzung auf ein hoch gestecktes Ziel ausgerichtet: „das Leben und Wirken des Gründers der Turnbewegung in Deutschland, Friedrich Ludwig Jahns, und seines Umfeldes zu erforschen, seine Bedeutung in Geschichte und Gegenwart zu interpretieren, sein Erbe zu bewahren und zu verbreiten.“



Der junge Jahn
(Abb.: Jahn-Museum Freyburg)

Die Impulse, die von der Hasenheide ausgingen

Deutlich wurde, dass man sich ohne Bedenken zu Jahn bekennen kann, weil vom Turnen in der Hasenheide Impulse ausgingen, die bis heute wirken. Und was Jahns politisches Wirken betrifft, so könne man nicht einfach aus heutiger Sicht ein Urteil fällen, sondern man müsse immer den historischen Kontext einbeziehen. Drei Beispiele aus den Vorträgen: Prof. Dr. Michael Krüger (Münster) warf in seinem Beitrag über „Die Bedeutung von Turnen und Sport in der Erinnerungskultur in Deutschland“ die Frage auf, mit welchem Leben wir heute Begriffe wie Vaterland, Muttersprache, Heimat, volkstümlich füllen. Als unumstritten sieht er die mit Jahns Wirken eng verknüpften Farben Schwarz-Rot-Gold: Sie müssten als richtungweisend gelten, weil sie die „Wahrzeichen“ von Freiheit und Demokratie sind.

Und Prof. Dr. Hans-Jürgen Schulke (Hamburg), der Jahn als „Gründer der modernen Vereinssportbewegung“ porträtierte: Es sei als eine Erfolgsgeschichte einzustufen, was 1811 auf der Hasenheide begann, etwas Ganzheitliches, eine soziale Bewegung, geprägt durch eine organisatorische Offenheit, die von der intensiven internen Kooperation bis zur Mobilisierung der Öffentlichkeit reichte.

Gefühle und Emotionen, Gemeinschaft und Identität

Einen Aspekt, den wir normalerweise beim Blick auf die frühe Turnbewegung nicht für wichtig halten, eröffnete die Emotionsforscherin Angela Luise Heinemann (Essen): Welche Rolle spielten Gesang und Gefühl in dem „Gemeinschaftskonzept“ Jahns? Klare Aussage: Das Geschehen auf der Hasenheide ließ in Zeiten ungewisser Zukunft ein Wir-Gefühl entstehen, das für die jungen Menschen, die sich da versammelten, völlig neue Erlebnisse ermöglichte. Singen (Lieder als „Ausdruck einer neuen Identität“), Wandern, Fest und Feier ließen eine „turnerische Gesinnung“ wachsen, die auch heute noch erfreulich vielfältig im Vereinsalltag zu beobachten ist.

Welchen Jahn wollen wir? Dieser Leitgedanke prägte die Diskussion. Es wurde deutlich, dass wir noch lange nicht zu einem Ende kommen in der permanenten Auseinandersetzung mit dem „Turnvater“; der ja eher ein „Turnbruder“ war: In seiner wirkungsmächtigsten Zeit war er ganz jung, 1811 war er 33 Jahre alt.

Text: Hansgeorg Kling

Österreichische Breitensporttage in Villach



Am Samstag, den 09. November 2019 im Zuge des bewehrten Stufenwettkampfes des Villacher Turnvereins machten wieder die „Österreichischen Breitensporttage“ Station in der Villacher Turnhalle.

24 Kampfrichter bewerteten die Übungen der 249 gestarteten Kinder und Jugendlichen welche von 20 Betreuern unterstützt wurden und sich in den verschiedensten Altersklassen frei nach dem Motto „Gemeinsam für ein aktives, sportliches und gesundes Österreich!“ packende Wettkämpfe um die Erinnerungsmedaillen lieferten. Besonders freuten sich die Veranstalter über die vielen glücklichen Gesichter der Teilnehmer und die neuen Teilnehmer auch über das bereitgestellte Turnsackerl.



Ein herzliches Dankeschön muss hier an das 10-köpfige Computer und Auswertungsteam, sowie den 60 Ehrenamtlichen ausgesprochen werden, die zum Gelingen dieses Wettkampfes ihre Freizeit zur Verfügung gestellt haben. Und auch nächstes Jahr wollen die „Österreichischen Breitensporttage“ wieder Halt in Villach machen.

Wir gratulieren den Siegern herzlich zu ihren jeweiligen Erfolgen:

Siegerliste:

Kinder Jahrgang 2013 bis 201
1. Zauchner Maya

Schülerinnen Jahrgang 2009 bis 2005
1. Tillian Dorothea (Stufe 1)
1. Andritsch Lisa (Stufe 2)

Schülerinnen Jahrgang 2013 bis 2010
1. Sint Helena (Stufe 3)

Schülerinnen Jahrgang 2009 bis 2005
1. Taxer Lilly (Stufe 3)
1. Mazzeeo Alice (Stufe 4)
1. Filipovic Juliana (Stufe 5)
1. Egger Lia (Stufe 6)
1. Fidebauer Carina (Stufe 7)
1. Nikolasch India (Stufe 8)
1. Strasser Jana (Stufe 9)



Fotos: Franz Steiner, Wettkampfleitung: Doris Steiner



SPARKASSE
Oberösterreich

syreta
E-BUSINESS SOLUTIONS
BALDI
SPORTS
FACTORY

erima
PROFESSIONAL TAILOR

GYMTEX
AUSTRIA

Bänfer
SPORTMANIFAKTUR
MOREAU

BINDER
SPORTGERÄTE

ORF

unterstützt durch

Bundesministerium
Öffentlicher Dienst
und Sport

Besser leben mit weniger Müll - Teil 2

In den vergangenen 10 Jahren haben einfach nur dadurch, dass wenige Menschen einiges anders gemacht haben, bereits zahlreiche Initiativen begonnen, die inzwischen weitere Kreise ziehen. – Ein Unternehmensberater unter den Lagerteilnehmern betonte in diesem Zusammenhang, dass wir als Konsumenten einen großen Einfluss haben: Firmen reagieren sehr, sehr rasch auf das Kaufverhalten ihrer Kunden!

Beim Einkaufen von Kleidung ist es uns inzwischen wichtig, unter welchen Arbeitsbedingungen das Gewand hergestellt wird und welche Umweltbelastungen im



Herstellungsprozess entstehen. Dafür braucht man Gütesiegel, denen man vertrauen kann, und es gibt zum Glück bereits einige.

Geld sparen können wir als bewusste Konsumenten in erster Linie, indem wir insgesamt weniger, dafür aber hochwertige und langlebige Produkte kaufen und Nahrungsmittel nicht verderben lassen. Gleichzeitig sollten wir uns aber nicht scheuen, für alles, was wir kaufen, einen fairen (= anständigen) Preis zu zahlen: Also z. B. einen Preis, der die Arbeit des österreichischen Biobauern wertschätzt oder der chinesischen Fabrikarbeiterin ein menschenwürdiges Leben ermöglicht.

Leider geben sich viele große Konzerne nach außen hin einen grünen Anstrich (Greenwashing), obwohl sie alles andere als nachhaltig agieren. Auch bio ist nicht gleich bio und bei technischen Anschaffungen ist es uns oft gar nicht möglich, alle Informationen für eine ökologisch richtige Entscheidung einzuholen. Daher ist es neben allen Bemühungen klimagerecht einzukaufen, vor allem – wie bereits erwähnt – wichtig, weniger zu kaufen!



Bei Geschenken zu Weihnachten oder zu Geburtstagen halten wir uns inzwischen gerne an die Idee Zeit statt Zeug. Und wir haben es selbst erlebt: wenn man beginnt, das eigene Haus zu entrümpeln und manche Dinge nie mehr wieder zu kaufen, bedeutet das nur selten Verzicht und Einschränkung, viel häufiger stellt sich ein Gefühl von Befreiung und Vereinfachung ein. Wir müssen nicht alle Möglichkeiten des Konsums, in Anspruch nehmen. Triebkraft dafür kann auf Dauer (also „mit Nach-

haltungkeit“) unserer Meinung nach nicht Selbstkasteiung oder ein schlechtes Gewissen sein oder der Wunsch nach Perfektionismus. Ganz im Gegenteil, die stärkste Triebkraft ist Freude:

Die Freude daran, dazu beizutragen, dass die eigenen Kinder gesund aufwachsen können. Die Freude daran, das eigene Leben materiell zu vereinfachen. Und die Freude daran, durch viele kleine Initiativen möglicherweise zu weitreichenderen positiven Veränderungen beizutragen.

Wie bei allen Werten, die wir unseren Kindern vermitteln wollen, erreichen wir auch bei den Themen Umweltfreundlichkeit und Nachhaltigkeit am meisten, indem wir ihnen diese Freude vorleben. Dazu gehört auch, dass wir mit den Kindern und Jugendlichen immer wieder ins Gespräch kommen, nicht nur als Eltern, sondern auch als Vorturnerinnen und Vorturner oder als Bekannte.

Wir können die Kinder mitnehmen in verpackungsfreie Geschäfte, mit ihnen Müllsammel-Aktionen durchführen, Filmabende und Diskussionen zu diesen Themen veranstalten... Gleichzeitig dürfen wir auch zulassen, dass die Kinder und Jugendlichen eigene Erfahrungen machen müssen und letztendlich in dieser Welt des uneingeschränkten Materialismus, in der sie nun einmal leben, ihren eigenen Weg finden müssen... hilfreich sind auf jeden Fall befreundete Familien auf ähnlicher Wellenlänge, wie wir es am Lager erleben konnten!

Im Teil 3 dieses Artikels in der nächsten BTZ wird Diemut Stangl von unseren praktischen Erfahrungen berichten:

Wie wir durch Ablehnen, Reduzieren, Wiederverwerten, Recyclen, Kompostieren und Selbermachen unseren Müll im Alltag reduzieren.

Text: Lise Lacheiner



Gesundheitssportprogramm JACKPOT

neues Angebot für Ihren Verein!

1 Semester
kostenlos!

Einstieg
jederzeit
möglich!



Gemeinsam mit dem ASVÖ möchten die Sozialversicherungen ein neues Bewegungsprogramm in Oberösterreich etablieren. Das standardisierte Bewegungsprogramm JACKPOT, für die Zielgruppe der Übergewichtigen oder von Adipositas Grad I – mit und ohne Diabetes Mellitus Typ2 – betroffenen Personen.

Sportvereine können dieses moderne Bewegungsprogramm in ihr Angebot aufnehmen und so der Zielgruppe angehörigen Personen die Möglichkeit bieten, ein speziell auf ihre Bedürfnisse abgestimmtes, körperliches Training zu absolvieren und ihre Gesundheit zu fördern.

Neben dem Erhalt einer finanziellen Vergütung gewinnen Sie dadurch ein von der Wissenschaft evaluiertes und inhaltlich ausgearbeitetes Bewegungsangebot.

Weitere Informationen zum Programm & Anmeldung

Mag. Uta Karl-Gräf
Mozartstrasse 41
4010 Linz
Tel.: +43 50808 9406
E-Mail: jackpot.oee@svagw.at

Eckpunkte

Zielgruppe
Personen mit Übergewicht ab BMI 28 oder Adipositas Grad I – mit und ohne Diabetes Typ 2

Alter
Erwachsene bis 65 Jahre

Ziele

- Unterstützung in der Erfüllung der bayer. Bewegungs-empfehlungen (wöchentlich 150 Min. Ausdauer und 2x muskelkräftigendes Training) durch das vereinsbasierte Gesundheitssportprogramm JACKPOT.
- Gewinnung neuer Vereinsmitglieder

Vereinsangebot
2 Einheiten JACKPOT pro Woche, für mindestens 12 Wochen im Semester.

Unterstützung
Neue Mitglieder, finanzielle Förderung, kostenlose Fortbildung, Kooperation mit Gesundheitssektor.

Wir suchen engagierte Vereine, die im Gesundheitssportsektor ihr Angebot erweitern möchten. Startet gemeinsam mit eurem Sportdachverband das Bewegungsprogramm JACKPOT. Meldet euch bei uns!

PROJEKTRÄGER





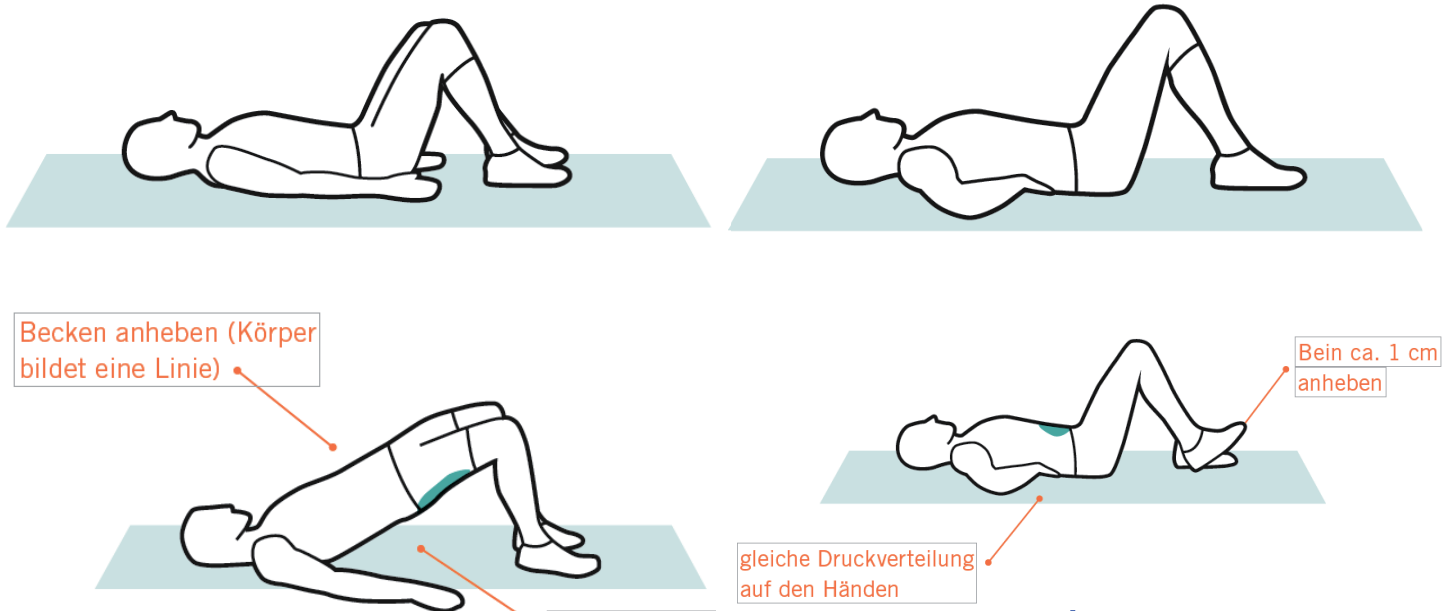
Geänderte Öffnungszeiten

Die Bundesgeschäftsstelle ist von
20.12.2019 bis 06.01.2020
geschlossen.

Wir wünschen frohe Weihnachten und
freuen uns auf ein erfolgreiches
turnerisches Jahr 2020!

Krafttraining

Stationstraining



1. BRÜCKE

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 wird das Becken im Wechsel angehoben und wieder abgesenkt, ohne es komplett auf der Unterlage abzulegen. Es ist darauf zu achten, dass das Becken nur soweit angehoben wird bis der Körper von den Schultern zu den Knien eine Linie bildet.

DIFFERENZIERUNG: + Nach Anheben des Beckens abwechselnd das linke und rechte Bein langsam wegstrecken, bis die Wiederholungszahl pro Bein erreicht wird.

MATERIAL: Unterlage

BEANSPRUCHTE MUSKULATUR: Bein- und Gesäßmuskulatur

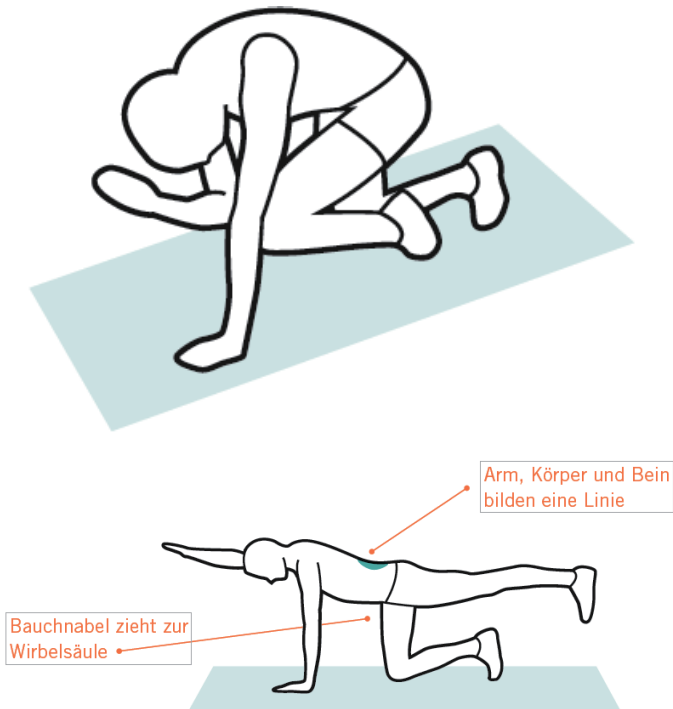
2. BEINHEBER

AUSGANGSPOSITION: Die Übung findet in Rückenlage mit angewinkelten Beinen statt. Der Knieabstand ist hüftbreit. Der Kopf liegt auf der Unterlage auf. Die Hände werden unter die Lendenwirbelsäule gelegt, um die neutrale Position des Beckens zu kontrollieren.

ÜBUNGSANFÜHRUNG: Aus der Ausgangsposition wird unter Anspannung der tiefen Bauchmuskulatur (M. transversus abdominis) abwechselnd ein Bein ca. 1 cm von der Unterlage angehoben ohne die Muskelspannung zu verlieren. Da es sich um eine schwierige Übung handelt, soll zur Hilfestellung das äußere Muskelkorsett locker bleiben und das Innere Muskelkorsett angespannt werden, indem der Bauchnabel zur Wirbelsäule gezogen wird. Bei der Übung ist darauf zu achten, dass der Druck des Beckens auf beiden Händen gleich ist und während der Übung unverändert bleibt.

MATERIAL: Unterlage

BEANSPRUCHTE MUSKULATUR: Bauchmuskulatur



3. DIAGONAL STRECK

AUSGANGSPOSITION: Die Übung findet im Vierfüßlerstand statt. Die Knie befinden sich unterhalb der Hüftgelenke und die Hände unterhalb der Schultern. Der Bauchnabel zieht in Richtung der Wirbelsäule, um eine Hohlkreuzbildung zu vermeiden. Der Blick ist auf die Unterlage gerichtet, um eine gerade Halswirbelsäule zu gewährleisten. Das linke Knie und der rechte Ellbogen werden unterhalb des Körpers zusammengeführt.

ÜBUNGS AUSFÜHRUNG: Aus der Ausgangsposition wird der rechte Arm langsam nach vorne und gleichzeitig das linke Bein nach hinten gestreckt, bis der Körper eine Linie bildet. Die Streckung wird kurz gehalten und dann Ellbogen und Knie wieder unter dem Körper zusammengeführt. Nach Erreichen der Wiederholungsanzahl wird die Übung mit dem linken Arm und rechten Bein durchgeführt. Bei dieser Übung ist auf eine durchgehende Anspannung der tiefen Bauchmuskulatur und die Position des Beckens zu achten. Es ist wichtig, dass das Becken die neutrale Position beibehält und nicht auf einer Seite absinkt.

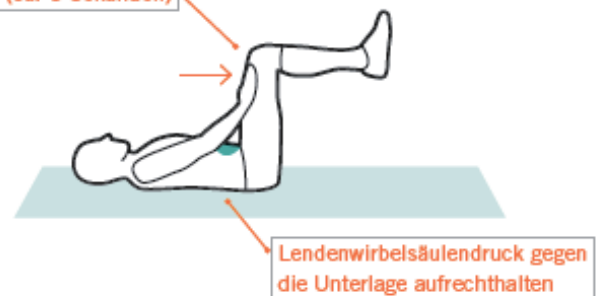
DIFFERENZIERUNG: + Die Zehenspitze des Standbeins von der Unterlage abheben.

MATERIAL: Unterlage

BEANSPRUCHTE MUSKULATUR: Untere Rückenmuskulatur



Hände drücken fest gegen das Knie (ca. 5 Sekunden)



4. BIDRÜCK

AUSGANGSPOSITION: Die Übung findet in Rückenlage mit angewinkelten Beinen statt. Die Arme liegen entspannt neben dem Körper und der Kopf ist auf der Unterlage abgelegt.

ÜBUNGS AUSFÜHRUNG: Unter Anspannung der tiefen Bauchmuskulatur werden die Beine nacheinander langsam angehoben, bis der Knie- und Hüftwinkel 90° betragen. Bei dieser Übung drücken die Hände unterhalb der Knie fest gegen die Oberschenkel. Die Endposition wird ca. 5 Sekunden lang gehalten, die Spannung kurz gelöst und dann für die nächste Wiederholung wiederaufgebaut. Es ist darauf zu achten, dass der Druck der Lendenwirbelsäule gegen die Unterlage aufrecht bleibt.

MATERIAL: Unterlage

BEANSPRUCHTE MUSKULATUR: Bauchmuskulatur



Text & Fotos:
www.jackpot.fit

bmoeds.gv.at

Kinder gesund bewegen 2.0

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG DES BMöDS

Foto: © stock.adobe.com/lakov Filimonov

 Bundesministerium
Öffentlicher Dienst
und Sport



fitsportaustria.at

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt: Kinder und Jugendliche sollten täglich mindestens 60 Minuten aktiv sein!

Früh übt sich! Je früher die Weichen für ein aktives Leben der Kleinen gestellt werden, desto besser.

Bewegung wirkt! Bewegung und Sport fördern die Gesundheit und den Lernerfolg.

„Kinder gesund bewegen 2.0“ ist eine gemeinsame Initiative von Kindergärten, Volksschulen und Sport, um die 2–10-Jährigen in Bewegung zu bringen.

Das Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport unterstützt das Projekt „Kinder gesund bewegen 2.0“.

Mehr dazu unter kindergesundbewegen.at

MITEINANDER MEHR BEWEGEN.

ASKÖ 

ASVO 

SPORT
union 

p-format

Rauchmelder retten Leben!

Wenn Sie schlafen, werden Sie das Feuer nicht sehen, nicht schmecken oder riechen.
Aber Sie können es hören! Rauchmelder retten Leben, lauter Alarm statt stiller Tod.
Mehr Information finden Sie unter: www.rauchmelder-ooe.at

Eine Initiative Ihres Sicherheitslandesrats.
www.sicherheitslandesrat.at



Sicherheit
Landesregierung
Oberösterreich

WEIHNACHTSAKTION

JETZT - 50 % RABATT!!!

Schultertasche
Rot oder Marine



statt 29,- € nur
14,50 €

Sporttasche
Rot oder Marine



statt 36,- € nur
18,- €

Bestellungen & Informationen unter:

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

in Zusammenarbeit mit:

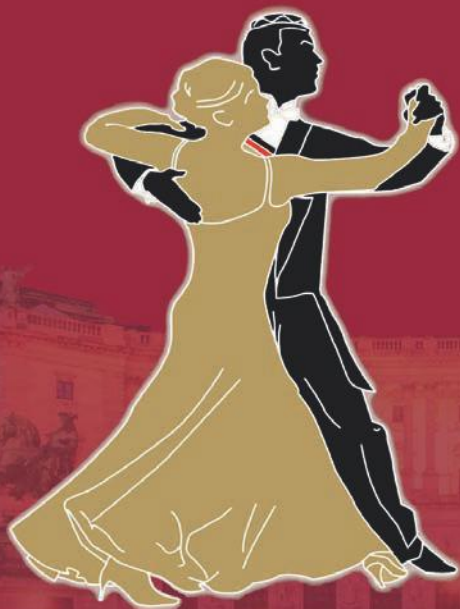


AKTION
gültig solange
der Vorrat reicht!



Wiener Akademikerball

in den Festsälen der Wiener Hofburg



Freitag,
24. Jänner
2020

8.

Karten-, Logen- und Tischbestellungen

Rathausplatz 8/3/9, 1010 Wien

Tel.: +43 (0) 664 358 99 25

Fax: +43 (0) 664 77 358 99 25

www.wiener-akademikerball.at



ICH BIN VORBILD.

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



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 Eintritt.

www.familienkarte.at  [/oe.familienkarte](https://www.facebook.com/oe.familienkarte)



bezahlte Anzeige

Eine Rückschau auf die ÖTB-Bundesturnfeste

Die ersten Sieger

Unsere Bundesturnfeste gelten als Höhepunkte im Verbandsleben. Jedes einzelne davon bleibt den Teilnehmern in besonderer Form in Erinnerung und die Geschichten, die noch in den Köpfen sind, würden Bücher füllen.

Quelle: ÖTB Turnfeste - Günter Atzmanning



Schauturnen



Jugend beim Mannschaftswettkampf



Festgymnastik im Stadion

7. ÖTB-Bundesturnfest 09. - 13. Juli 1986 Krems

TFS: Kurt Gruber, TV Ried 1848 -
Irene Binder, Grazer Turnerschaft
JTfB: Christian Horschinegg,
Erster Wiener TV
JTfB: Manuela Binder, ÖTB TV
Langenzersdorf 1893
VWT I TU: TV Ried 1848 - ÖTB
VWT I TI: TV Ried 1848 - ÖTB
WWS A: ÖTB TV Linz
WWS B: ÖTB TV Langenzersdorf 1893
WWS C: ÖTB TV Bad Hall

8. ÖTB Bundesturnfest 08. - 14. Juli 1991 Graz

TFS: Christoph Aichinger, ÖTB Linz
TFS: Susanne Derflinger,
ÖTB Turnverein Bad Hall
JTfB: Gregor Kienbacher,
Spittaler TV 1872 im ÖTB
JTfB: Michaela Nutz Allg. TV Graz
VWT I TU: TV Ried 1848 - ÖTB
VWT I TI: TV Ried 1848 - ÖTB
WWS A: TV Ried 1848 - ÖTB
WWS B: Salzburger Turnverein
WWS C: ÖTB TV Bad Hall

9. ÖTB Bundesturnfest 08. - 14. Juli 1996 Krems

TFS: Werner Bohaty, ÖTB TV Bad Hall
TFS: Karin Nessizius, TV Kitzbühel
JTfB: Klaus Fischer,
ÖTB Allg. TV Taufkirchen/ Pram
JTfB: Antje Zinnhobler,
ÖTB TV Schärding 1862
VWT I TU: TV Ried 1848 - ÖTB
VWT I TI: TV Ried 1848 - ÖTB
WWS A: ÖTB TV Linz
WWS B: ÖTB TV Schärding 1862
WWS C: Salzburger TV

Vereinsnachrichten

Oberösterreich

TV Bad Ischl

Bergturnfest: Am 13. Oktober 2019 war wieder unser Bergturnfest am Hoisenrad. Bei herrlichem Herbstwetter fanden die Bewerbe statt. Wir waren eine sehr gemischte Riege. Die einstigen Jungturnerinnen hatten schon ihren Nachwuchs mitgebracht und so der Jugend einen Einstieg in das Flair eines Turnfestes in freier Natur vermittelt. Alle waren mit Eifer dabei. Das Hüttenmenü schmeckte und nach der Siegerehrung wurden die errungenen Plätze gefeiert.

Stuttgart: Am 05. und 06. Oktober 2019 war eine 12 köpfige Gruppe des Turnvereins Bad Ischl 1867 in Stuttgart, um dort die Turn-WM hautnah mitzuerleben. Man startete ganz standesgemäß mit dem Besuch der „Sprungbude“, einer 6000m² großen Trampolinhalle, in der man selbst ordentlich dazu lernen konnte. Am Abend ging es zur Turnshow „Salto Mondiale“. Die internationale Besetzung sorgte für vielfältige Auftritte. Wir sahen ein modernes Varieté der Extraklasse, eine freche Mischung aus Urban, Streetstyle, Parkour und Turnen im Theaterhaus Stuttgart – einfach atemberaubend! Der nächste Tag wurde vollständig in der Hanns-Martin-Schleyer-Halle verbracht, wo die Turn-WM stattfand und zugleich die Qualifikation für die Olympischen Spiele in Tokyo. An jenem Sonntag traten die Herren der Österreichischen Mannschaft zum Wettkampf an und wurden vom ÖTB Bad Ischl natürlich ordentlich angefeuert. Magische Momente, die das Herz aller Beteiligten etwas höher schlagen ließen und definitiv einen Motivationsschub gaben. Die Stimmung bei einer Turn-WM hautnah erleben zu können fanden alle Teilnehmerinnen toll, besonders weil sich der Ischler Turnverein an den Kosten beteiligte.

Familienwanderung am 26. Oktober 2019: Heuer erkundeten wir auf der „Via Salis“ den Themenweg des Salzbergbaues in der Ortschaft Perneck in Bad Ischl. Das Wetter war uns hold und so konnten wir die Ausführungen unseres Führers in der Natur richtig genießen. Es wurde vom Leben der Bergarbeiter berichtet, die in den Stollen des Salzbergbaues ihr mühseliges Arbeitsleben fristeten. Eine Gruppe Idealisten aus dieser Gegend hatte in den letzten Jahren alle 19 Stolleneingänge renoviert und diesen Themenweg geschaffen. Es war wirklich interessant etwas aus der Zeit um 1563, dem Anschlag des 1. Stollens vor Ort, zu erfahren. Im Gasthaus in Perneck wurde dann das gemeinsame Mittagsmenü noch so richtig gefeiert und über das Gesehene und anderes geplaudert.

ÖTB TV Braunau



Erfolge: Erfolgreiches Wettkampfwochenende für die Turnerinnen und Turner des ÖTB TV Braunau. Bei den 11. Bundesmeisterschaften Turn10, die am 26. Oktober 2019 in Wels stattfanden, erreichten alle qualifizierten Wettkämpfer/innen des ÖTB TV Braunau hervorragende Platzierungen. In der Klasse AK 12 Basisstufe wurde Julia Offenhuber mit 96,75 von 100 Punkten Erste und somit Bundessiegerin. Mit nur 0,25 Punkten Rückstand wurde Patricia Prodan in der gleichen Klasse Zweite. In der Klasse AK 16 Oberstufe belegte Carina Kirchmair Rang 12. Bundessieger wurden außerdem Jonas Pichler in der AK 12 und Lukas Skripac in

der AK 10. 2. Ränge erreichten Felix Sperl in der AK 16 und Samuel Herejk in der AK 14. Dritter wurde Simon Herejk in der AK 12.

Foto 2 v.l. Jonas Pichler, Felix Sperl, Lukas Skripac und Simon Herejk (privat)

Turn10: Rekordbeteiligung bei den 10. österreichischen Turn 10 Meisterschaften am 16. und 17. November 2019 in Ried im Innkreis. Insgesamt 800 Jugendliche und Junggebliebene turnten in 200 Teams in verschiedenen Altersklassen um den österreichischen Mannschaftsmeistertitel. Der ÖTB Braunau stellte 2 Mannschaften und kann zurecht stolz sein auf die Leistung der Turnerinnen und Turner. Die Mannschaft AK 13 Mix mit Julia Offenhuber, Patricia Prodan, Jonas Pichler und Simon Herejk errang mit 291,75 von möglichen 300 Punkten mit großem Abstand Rang 1 und wurden somit österreichischer Meister in ihrer Klasse. Die Mannschaft AK 18 Mix mit Daria Bujor, Anja Renzl, Samuel Herejk und Felix Sperl erreichte mit dem ausgezeichneten Rang 3 auch einen Stockerlplatz.

Turnverein Gmunden 1861

Turnermusicausflug in das

Lesachtal: Das naturbelassene Tal Europas, das Tal der 1000 Mühlen (die Lesachtaler Brotherrstellung zählt zum Immateriellen Welterbe) und eine beeindruckende Umgebung und Landschaft. Die Turnermusi aus Gmunden vom Turnverein 1861 fühlte sich in der Unterkunft von Wanderniki von Beginn an sehr wohl. Der Wirt, selbst ein begeisterter Musikant, war bei den Abendveranstaltungen mit von der Partie. Eine fachkundige Mühlenführung mit fünf ober-schlächtigen Radmühlen und die Besichtigung der Wallfahrtskirche in Maria Luggau, das sehenswerte Geigenmuseum in Liesing werteten den Ausflug zu einem Erlebnis auf. Gesang mit Jodler und viel musikalische Unterhaltung waren ein fester Be-

standteil des Wochenendes im Lesachtal.



Allg. Turnverein Leonding im ÖTB

Aus dem Vereinsleben: Wie jedes Jahr wurde auch heuer wieder die Einwinterung der Tennisanlage vorgenommen. Anfang November begann der Arbeitsdienst, wobei die Tennisplätze, die Faustballfelder sowie die Beachvolleyballanlage winterfest gemacht wurden. Herzlichen Dank nochmals an alle Helfer!

TV Mettmach-Neundling 1908

Erfolg: Bereits im Mai qualifizierten sich unsere drei Jungturner des TV Mettmach-Neundling 1908 für die am 26. Oktober 2019 ausgetragene ÖTB Turn 10 Bundesmeisterschaft in der Raiffeisen Arena Wels. Bei ihrer ersten Teilnahme zeigten Emil Hofmann und Nils Burgstaller in der Klasse AK 10 Basisstufe Nervenstärke und erturnten den hervorragenden 4. und 7. Rang.



Eine grandiose Leistung zeigte Simon Lettner in der Klasse AK 14 Basisstufe. Simon erturnte an 7 Geräten mit 135,25 von 140 Punkten den ersten Rang und ist somit Bundessieger in seiner Altersstufe. Unsere Vorturner Franz Hofmann und Christian Fellner sind besonders stolz, da alle drei ihr Können und Talent unter Beweis stellen konnten. Am Sonntag, 8. Dezember 2019 um

14:00 Uhr findet das traditionelle Weihnachtsschauturnen unseres Turnvereins unter dem Motto „Farben Vielfalt“ in der NMS Mettmach statt. Hierbei werden unter anderem unsere drei Bundesmeisterschaftsteilnehmer einen Auszug aus ihrem Programm zum Besten geben!

ÖTB Micheldorf

Knütteln - der Klassiker der Funktionsgymnastik ÖTB Kirchdorf vs ÖTB Micheldorf. Ein gemütliches und doch sehr spannendes Turnier um die Münchner Weiße im Gasthof Schöllhuber. Die letzten warmen Strahlen verschönten das Spiel. Gewonnen hat Micheldorf.



Turnverein Ried 1848

Top Platzierungen ... bei den ÖTB Bundesmeisterschaften in Wels. Bei den ÖTB Bundesmeisterschaften in Wels gingen 6 Turnerinnen und Turner für den Turnverein Ried 1848 an den Start. Wie bereits im Vorjahr erkämpfte sich Lisa Schwendtner den 1. Platz und darf sich Bundesmeisterin und sogar Bundessiegerin (höchste erturnte Punktezahl) nennen. Anna Mühlbacher, Julia Schwendtner und Fabian Moser holten in ihren Altersklassen den Vizemeistertitel. Ralf Seebacher erlangte den 3. Rang und Lukas Putz den 9. Platz.



TV Steyr

Bei den Turn10 Bundesmeisterschaften am 26. Oktober 2019 in Wels haben Thomas Riedl einen 1. Rang und Tobias Söser einen 3. Rang erreicht. Moritz Holzleitner, Julian Lindlgruber und Peter Huebner sind im guten Mittelfeld zu finden. Ein deutlicher Hinweis, dass die Jungturner wieder auferstanden sind. Bravo.

Staatsmeisterschaft im Kunstturnen: Am vergangenen Wochenende, 9./10. November 2019, fand in Graz der Höhepunkt der österreichischen Kunstturnsaison, die Staatsmeisterschaft im Kunstturnen, statt. 127 Kunstturnerinnen und Kunstturner aus allen neun Bundesländern kämpften um die wichtigsten heimischen Titel im Grazer Raiffeisen-Sportpark. Greta Moser ging in der Allgemeinen Klasse für den Turnverein Steyr an den Start und belegte den 5. Rang! Herausragend vor allem die Leistung am Boden, wo sie die zweitbeste Wertung erreichen konnte.

Vorläufiges Ende der 3. Bauetappe ist die Fertigstellung der neuen Brüstung auf der Galerie am 8. November. Steyrer Stadtmeisterschaft im Trampolinspringen am 9. November: Zwei erste Plätze von Amelie Wansch und David Rosner! Näheres lesen wir in der nächsten Ausgabe.

Vorschau:

15.12.: Weihnachtsschauturnen
22.12.: Wintersonnenwende/Julfeier am Damberg



Salzburg

TV Aigen

Zistel-Bergturnfest: Am 6. Oktober 2019 fand das 135. Zistel-Bergturnfest statt, heuer end-

lich wieder einmal bei trockenen Wetterverhältnissen.

Aus 21 Vereinen konnten 132 Teilnehmer gewertet werden. Auch die Turnerinnen und Turner vom TV-Aigen (12 Kinder und 2 Erwachsene) gaben ihr Bestes und hatten viel Spaß beim Weitspringen, Laufen und Ballwerfen. 1. Rang: Yvonne Kübler (AK 35-39), Helmut Walchhofer (AK 80-99), Petruzzella Clara (AK 2-4), 2. Rang: Maximilian Schirnhofner (AK 5-6), Gregor Einzenberger (AK 7-8), 3. Rang: Florentina Schreilechner (AK 9-10), 4. Rang: Mathilda Schreilechner (AK 9-10), Rafael Kastner (AK 7-8), Kilian Riedl (AK 9-10), 6. Rang: Florentina Deutner (AK 5-6), Nora Deixler (AK 7-8), Kheira Deixler (AK 9-10), 7. Rang: Valentina Deutner (AK 7-8), 9. Rang: Laura Bardosch (AK 9-10)



TV Grödig 1910

Prellball-Turniertag: Am 2. November 2019 veranstaltete der TV Grödig in der Sporthalle Josef-Preis-Allee den zweiten internationalen Prellball-Turniertag. Am Vormittag wurde ein Master-Turnier mit zehn Mannschaften aus Deutschland und Österreich ausgetragen. In diesem Jahr siegte die Mannschaft des VfL München. Den 2. Platz errang die Wiener Mannschaft 1 des ÖTB-Ottakringer TV 1884, Platz 3 belegte ÖTB Kaiser-Ebersdorf 1907 aus Wien. Nach der Mittagspause startete das Los-Mix-Turnier. Hier werden Spieler und Spielerinnen aller Spielklassen zu Mannschaften zusammengelöst. Dieses Turnier wird ausgetragen, um den Nachwuchs im Prellballsport zu fördern. Da uns die Mannschaft des VfL München

aus Termingründen bereits am Mittag wieder verlassen musste gab es in der Sporthalle eine kleine Siegerehrung für die Mannschaft des VfL München. Alle anderen Spieler und Spielerinnen, Mitreisende und Helfer wechselten zur Siegerehrung zum Simmerl-Wirt nach St. Leonhard. Hier fand der Turniertag mit einer Tombola nach der Siegerehrung seinen Ausklang. Alle Teilnehmer zeigten sich sehr zufrieden und freuen sich schon auf das kommende Jahr. Der TV Grödig 1910 bedankt sich recht herzlich bei Bürgermeister Herbert Schober und der Gemeinde Grödig für die gute Zusammenarbeit und Unterstützung. Unser weiterer Dank geht an die Raika Grödig und an alle weiteren Sponsoren. Meinen großen Dank auch an Traudi, Edith, Volker und Hans, die an diesem Turniertag wieder kräftig mitgearbeitet haben. Weiter geht mein Dank an alle Unterstützerinnen (Kuchen, Tombola).



Niederösterreich

Turngau NÖ

Der 40. Turntag des Turngau NÖ am 9. November 2019 stand unter dem Leitgedanken:

„Wir gehen mit euch gemeinsam!“ 50 Boten aus 18 niederösterreichischen Vereinen fanden den Weg nach Krems/Hollenburg. „Gemeinsam“ spürten wir alle schon beim Mittagessen, wo bei gutem Essen Zeit zum Plaudern war. „Euch“ erlebten wir Amtswalter, als wir jedem der Boten ein Namensschild an die Brust hefteten und dabei manch humorvoller Wortwechsel entstand. „Mit“ Sekt und Brötchen startete der Turntag im Freien mit Blick auf die Donau, wo auch

das Gruppenfoto aufgenommen wurde. Auf einander zu „gehen“ zur feierlichen Eröffnung Vertreter vom ÖTB Gumpoldskirchen und vom ÖTB TV Krems 1862, um die Turngau NÖ Fahne zu übergeben. Musikalisch umrahmt wurde die Übergabe von Musikern der Stadtkapelle Traismauer. „Wir“ begleitete uns durch die nächsten rund zwei Stunden, bis Bundesgeschäftsführer Peter Hametner das „Wir“ am Ende in seiner kurzen Rede noch einmal zusammenfasste: Wir, das sind der Bund, die Landesverbände, die Vereine, die Vorturner und jeder einzelne Turner. Moderator Andy Weber begrüßte Bundesobmann Peter Ritter, Bundesgeschäftsführer Peter Hametner, den Turnrat des Turngau NÖ mit Obmann Georg Zahradnik, den ehemaligen Obmann des Turngau NÖ Hermann Lang, die Vertreter der Bezirke Desiree Fenböck, Heinz Zimmermann und Wolfgang Viernstein und den Gastgeber, den Obmann des ÖTB TV Krems 1862, Helmut Schandl.

Ehrenzeichen des ÖTB Turngau Niederösterreich in Gold erhielten: Alfred Gutmann, Roland Lackinger, Norbert Schneider, Silvia Slavicek, Wolfgang Viernstein. Ehrenzeichen des ÖTB Turngau Niederösterreich in Silber erhielten: Thomas Hofbauer, Herbert Losert, Josef Maier, Alexandra Stiebler, Georg Zahradnik.

Der Turnrat des ÖTB Turngau NÖ wurde einstimmig für die nächsten zwei Jahre gewählt: Obmann: Georg Zahradnik, Obmann Stv: Gerhard Angeler, Schriftwart: Gerda Hoffmann-Polz, Schriftwart Stv: Sandra Fürst, Säckelwart: Heide-Maria Dutzler, Säckelwart Stv: Monika Freibauer, Turnwart: Roland Dutzler, Turnwart Stv: Susanne Rinner, Dietwart: Herwig Kroat, Dietwart Stv: Andy Weber, Jugendwart: Rainer Schwertführer,

Jugendwart Stv: Marina Eglseer, Beirat: Hans Erwin Angeler, Beirat: Birgit Waldhans
Text & Bild: Heide-Maria Dutzler



ÖTB TV Amstetten 1879

Hauptversammlung: Am 11. Oktober 2019 fand die Hauptversammlung des ÖTB TV Amstetten 1879 statt. 24 Personen folgten dem Einladungsschreiben. Unser bestehender Turnrat wurde durch 3 neue Mitglieder (Tanja Schlanhof, Andrea Eglseer und Silvia Brunner) verstärkt. Franz Kastner kehrt als Obmannstellvertreter nach zwei Jahren Pause wieder zurück. Linde Erhardt verlässt nach langjähriger Tätigkeit den Turnrat. Besonders freuten wir uns über die zahlreichen Ehrungen, die wir durchführen durften: 3x 25 Jahre, 4x 40 Jahre und 1x 60 Jahre Mitgliedschaft. Unseren treuen Vorturnerinnen und Turnratsmitgliedern Linde Erhardt und Traude Zatl wurde die Ehrenmitgliedschaft als Dank für ihren unermüdlichen und langjährigen Einsatz verliehen. ÖTB Turnverein Neusiedl/Zaya

Herbstwandertag: Vergangenen Sonntag, den 20. Oktober 2019 war der Herbstwandertag des ÖTB Turnverein Neusiedl/Zaya. Eine Runde über den Anninger bei Mödling war von unserer Wanderwartin geplant und gut vorbereitet. Bei schönem Herbstwetter mit Hochnebel und Sonne waren wir im Naturpark Föhrenberge unterwegs. Charakteristisch für den Naturpark sind die schirmförmigen Schwarzföhren die Fürst Johann I. von Liechtenstein unter mühevoller und schwerster Arbeit pflanzen ließ. Start und Ziel war beim Waldgasthof „Bockerl“, An der goldenen

Stiege. Nach kurzem Anstieg gelangten wir zur Ruine Burg Mödling. Nach Besichtigung wanderten wir hinunter zum Gasthof Föhrenhof und zur Meiereiwiese, die ein beliebtes Motiv für Maler, Künstler und Fotografen ist. Bereits gut eingegangen wanderten wir nun durch den Wald bergauf bis zum Anninger Schutzhaus. Hier waren wir zum Mittagessen angemeldet und wir stärkten uns mit „Schopfbrat“, „Schnitzer“, „Topfenschmarren“ etc. Auf dem Vierjochkogelweg ging es im Gänsemarsch nun wieder talwärts. Wir gelangten zu einem riesigen Steinbruch, wanderten entlang von Weingärten und mit Blick auf Gumpoldskirchen und Guntramsdorf kamen wir zum „Richardhof“. Ein Kaffee und ein Getränk schmeckten uns bei dieser Einkehr im City & Country Club am Golfplatz und der Pferderanch sehr gut. Am Beethoven-Wanderweg marschierten wir zur „Breiten Föhre“ und schließlich zurück zum Ausgangspunkt „Bockerl“. Ohne Abschluss-Einkehr konnten wir natürlich nicht nach Hause fahren. 15 Personen erwanderten 15 km, machten ca. 21.000 Schritte mit 421 Höhenmetern. Wanderwartin, Katharina Bohrn

TV Neulengbach

Turnerhochzeit: Unsere langjährige Vorturnerin, ehemalige Jugendwartin und Turnwart-Stellvertreterin Jasmin Al Nakeeb heiratete im Sommer ihren Robert. Jasi ist nicht nur eine unersetzliche Stütze unseres Vereins, sondern war auch viele Jahre Jugendwartin des ÖTB Turngau NÖ. Als solche leitete sie einige Kinderlager am Turnersee, wobei sie schon damals von Robert tatkräftig



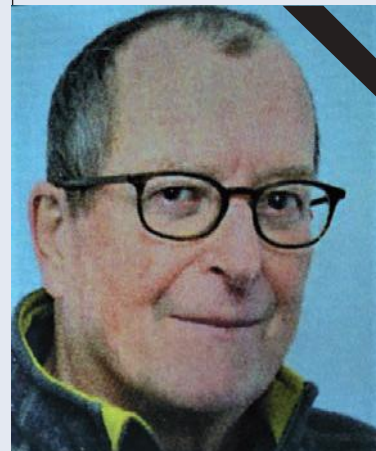
unterstützt wurde. Das Glück vervollkommnet Sohn Ilias. Wir gratulieren herzlichst der jungen Familie Gollmann!

Erfolg für Alrun Dutzler: Bei den diesjährigen Bundesmeisterschaften Turn 10 des ÖTB in Wels trat für den ÖTB-Turnverein Neulengbach 1888 Alrun Dutzler im 5-Kampf in der Altersklasse 16 an. Alrun hatte einen großartigen Wettkampf und erzielte mit 95,750 Punkten den hervorragenden 3. Platz, nur 1 Punkt hinter der Siegerin. Ihr nächstes Ziel ist der Aufstieg in die Oberstufe um dort ihr Talent unter Beweis stellen zu können.



ÖTB Turnverein Lützwitz 1880

Trauer: Am 31. August 2019 ist unser Turnbruder Dkfm. Otmund Sadler völlig unerwartet im 79. Lebensjahr von uns gegangen.



Viele Turngeschwister nahmen bei der Trauerfeier in der vollbesetzten Bürgerspitalkirche und bei der anschließenden Urnenbeisetzung am Stadtfriedhof von ihm Abschied. Turnbruder Otmund war seit 1956 Mitglied und wurde 2017 mit dem goldenen Ehrenzeichen für 60 Jahre Treue zum ÖTB und unserem Lützwitz geehrt. Er war bis zuletzt ak-

tiv bei unseren Turnabenden und war über Jahrzehnte in der Vereinsführung tätig. Von 1989 bis 1996 war er Schriftwart, von 1981 bis 1987 und von 1993 bis zuletzt war er Säckelwart und hat unsere Finanzen bestens verwaltet. Lieber Otmund! Wir grüßen Dich ein letztes Mal mit unserem Turnergruß "Gut Heil!"

Herbstausflug: Unser Herbstausflug führte uns diesmal nach Gmunden und 41 Teilnehmer fuhren mit der Seilbahn auf den Grünberg. Wir genossen die herrlichen Ausblicke vom Baumwipfelpfad und dem Aussichtsturm. Nach einer guten Stärkung auf der Grünbergalm ging es mit der Seilbahn ins Tal zum See und wir erlebten eine sehr schöne Schiff-Rundfahrt am Traunsee. Den Ausklang unseres Ausflugs feierten wir im Gasthof zur Hohen Linde bei Pettenbach und mit dem Bus ging es dann wieder Richtung Heimat.

Wien

Erfolg: Toller Erfolg bei den Wiener Landesmeisterschaften im Kunstturnen, unsere jungen Turnerinnen und Turner schlugen sich hervorragend. Beide Junio-

renmeister siegten mit großem Abstand und gewannen auch die Einzelgeräte - Alfi alle (Boden, Pferd, Ringe, Sprung, Barren, Reck) und Nicol Stufenbarren, Balken und Boden.

Hier die erfreulichen Ergebnisse: Juniorinnen: 1. Nicol Wimmer (TV-Kagran), 3. Lara Argentais (TSV-Jedlesee); Elite: 1. Xenia Samstag (MTV-Hernals); Nachwuchs 2: 1. Amelia Holecek; L.E.: 2. Zara Alfod (MTV-Hernals), 3. Helene Richter (MTV-Hernals), 5. Lea Walli (TV-Kagran), 6. Larissa Szanwald (PHTV); Nachwuchs 1: 3. Valentina Frint (MTV-Hernals), 4. Melanie Czesak (TSV-Jedlesee), 5. Annabell Gungal (TSV-Jedlesee), 7. Marlene Schiller (TV-Kagran), 10. Katharina Altenbuchner (TV-Kagran); Junioren: 1. Alfred Schwaiger (PHTV), 2. Elvis Baccolini (PHTV)

Erfolg: Schöner Erfolg bei den österreichischen Staatsmeisterschaften im Kunstturnen für Wien! Bianca Frysak / TV – L.E. Bronze im Mehrkampf und 2 x Gold - Balken und Boden, Silber am Stufenbarren – Elite, Nicol Wimmer / TV Kagran 2 x Gold - Sprung und Boden - Juniorinnen, Mannschafts-Bronze im Mehrkampf

durch Bianca Frysak, Nicol Wimmer, Lara Argentais / TSV-Jedlesee, Beatrice Stitzl / PHTV, Xheni Dymishi / PHTV – Bronze Pauschenpferd - Elite, Alfred Schwaiger / PHTV – Ringe – Junioren

TV Wien-Favoriten

Trauer: Dkfm. Paul Mrkvicka ist am 31. Oktober 2019 im Alter von 85 Jahren für immer von uns gegangen. Paul war der Gründer der Favoritner Basketballabteilung und hat diese über viele Jahrzehnte geleitet. Dank seines unermüdlichen Einsatzes konnten wir zahlreiche Erfolge feiern wie - Jahrelange Teilnahme an der Basketball Bundesliga B - 4 x Wiener Basketballmeister - Sieger im Basketball Österreichisches Bundesturnfest - Sieger im Basketball Deutsches Bundesturnfest

Er war auch über lange Zeit



Basketballfachwart des Wiener Turngaus und Säckelwart beim TV Wien Favoriten. Wir werden Paul Mrkvicka für immer als Vater des Favoritener Basketballs und als Freund, für den Teamgeist und Kameradschaft immer im Vordergrund standen, in Erinnerung behalten.

Tirol

TV Kitzbühel

Viktoria Gugglberger -Vizemeisterin: Die ÖTB Bundesmeisterschaften T10 brachten dem TV Kitzbühel unerwartete Erfolge. Viktoria Gugglberger wurde in ihren Wettkampfklasse Vizemeisterin und Eric Mair erreichte Rang 3. Nach intensiver Vorbereitung hatten sich sieben Mädchen und 1 Bursche bei den Tiroler Landesmeisterschaften für den Bundesbewerb qualifiziert. Selina Höllwarth und Fiona Riedmann landeten auf dem 4. Rang und Verena Pflügler ergänzte mit einem 5. Rang. Gratulation gilt allen Aktiven und natürlich auch deren Trainerinnen und Betreuerinnen. Im Bild Viktoria Gugglberger beim Spagatsprung auf dem Schwebelbalken.

Liebe Turngeschwister, liebe Freunde des Turnens!

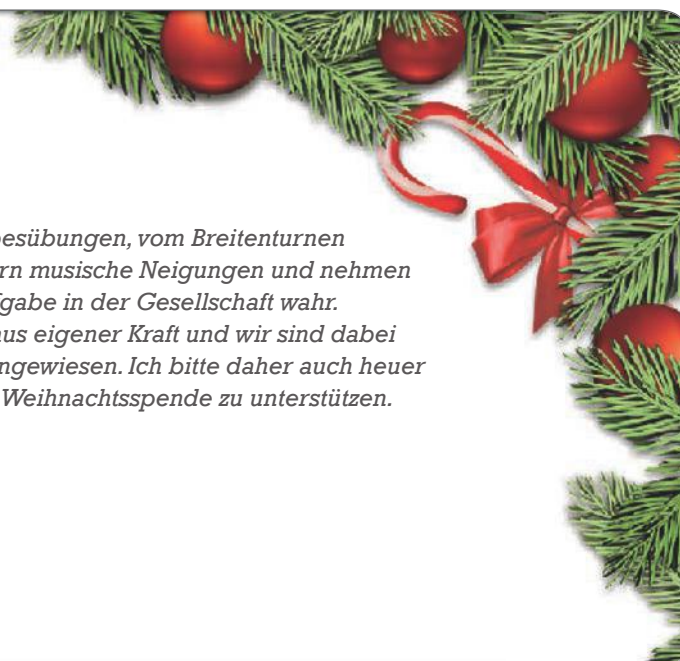
Der Österreichische Turnerbund pflegt eine Vielzahl von Leibesübungen, vom Breitenturnen bis zur gesundheitlich vertretbaren Spitzenleistung. Wir fördern musische Neigungen und nehmen mit gemeinschaftsfördernden Maßnahmen unsere soziale Aufgabe in der Gesellschaft wahr. All diese Leistungen erfüllt der Österreichische Turnerbund aus eigener Kraft und wir sind dabei auf die Hilfe unserer Turngeschwister, Freunde und Gönner angewiesen. Ich bitte daher auch heuer wieder alle Leser unserer Zeitung, unsere Vorhaben mit einer Weihnachtsspende zu unterstützen.

Euer Bundesobmann,
Peter Ritter

Weihnachtsspendenkonto:

IBAN: AT26 2032 0015 0002 5663 BIC: ASPKAT2LXXX

Verwendungszweck: Weihnachtsspende



TURNAKADEMIE – Die nächsten Termine



Nr.	Lehrgangsbezeichnung	Datum	Bundes- land	Lehrgangsort	ÖTB Mitglieder	Nicht - ÖTB - Mitglieder
-----	----------------------	-------	-----------------	--------------	----------------	-----------------------------

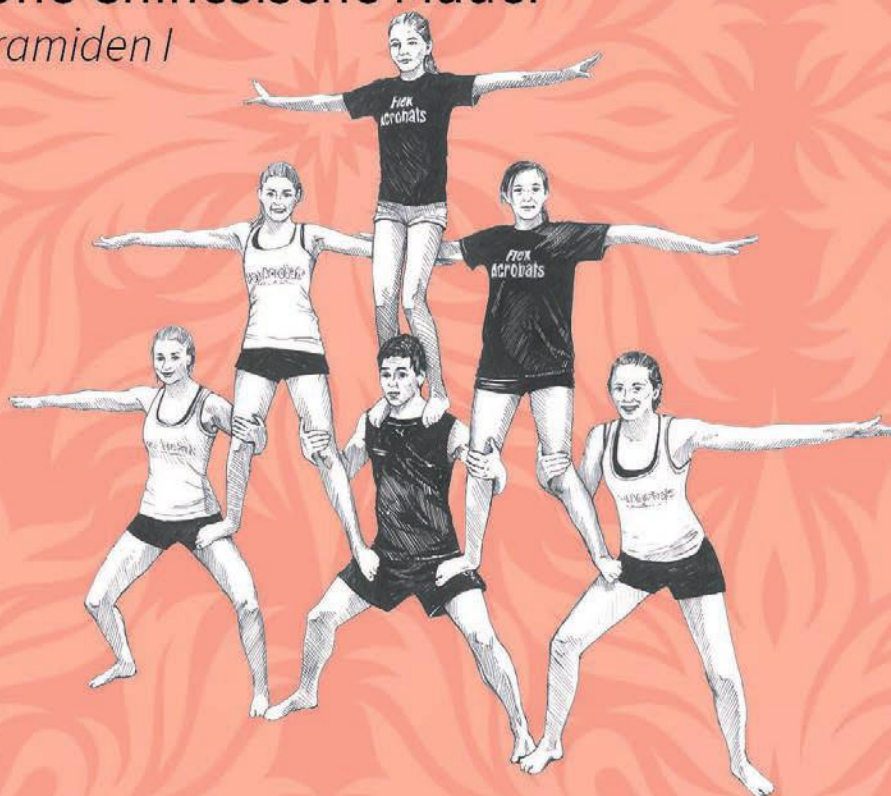
Vorschau 2020

L21.4	ÖTB Turnfesttage: Ernährungsworkshop € 35,- Alles zum Turnfest € 50,- Kampfrichter Ausbildung € 20,-	28.02.- 01.03	W	Liesing	€ 80,- bei allen 3 Kursen	€ 120,- bei allen 3 Kursen
L18	Werkzeugkiste für Vorturner	offen	STMK	Jahn Gratwein	€ 80,-	€ 120,-
L16.3	ÖTB-ÜL Allg. Kinderturnen Teil 3	offen		offen	€ 80,-	€ 120,-
L16.4	ÖTB-ÜL Allg. Kinderturnen Teil 4	offen		offen	€ 80,-	€ 120,-
	ÖTB-Osterlehrgang Anmeldung bereits auf unserer ÖTB-Homepage oder per E-Mail möglich!	offen	KTN	Villach		

Anmeldungen und Informationen ÖTB-Bundesgeschäftsstelle,
E-Mail: tak@oetb.at | Homepage: <http://oetb.at/turnakademie/lehrgaenge/>

36

Hohe Chinesische Mauer Pyramiden I



SB

AK-SE
TV-Z



ÖTB-Veranstaltungen, Wettkämpfe & sportliche Termine

JÄNNER 2020

03.	ÖTB Tirol: Winterlager – Höttinger Bild
11. – 12.	ÖTB Wien: Schießwettkampf ab AK65
11.	5. Neujahrsvolkstanzfest in St. Georgen/Attergau
17.	ÖTB Wien: Singabend
18.	ÖTB Wien: Jugend steigt auf
19.	ÖTB OÖ: TV Linz – Schauturnen
24.	ÖTB Wien: Nachtschirennen – Semmering
25.	ÖTB Ktn.: Villacher TV – Turnerball
26.	ÖTB Ktn.: Villacher TV – Kindermaskenball

TURNERSEE 2020

Werkturnerwoche	26.04. – 01.05.2020
BuFaLa – Familienwoche	26.07. – 04.08.2020
BuKiLa – Abenteuerwoche f. Kinder	05.08. – 14.08.2020
BuKnaLa – Zeltlager f. Burschen	05.08. – 14.08.2020
BuJuLa Gemeinschaftserleben f. JungturnerInnen	05.08. – 14.08.2020
Sommerausklang	05.09 – 13.09.2020

BERGTURNFESTE

63. Bergturnfest Piesting	07.06.
74. Bergturnfest Jauerling	21.06.
75. Bergturnfest Plesch	28.06.
52. Bergturnfest Kohlreith	13.09.
42. Bergturnfest in Micheldorf auf der Ratsch`n	27.09.
24. Bergturnfest „Eisernes Tor“	04.10.
135. Zistel Bergturnfest	04.10.

JAHNWANDERUNGEN

NÖ - Jahnwanderung - Ziel: Pitten	29.-30.08
OÖ - Jahnwanderung - Ziel: Leonding	14.-16.08
Tirol - Jahnwanderung - Wilder Kaiser - Ziel: St. Johann	27.09.

WEITERE VERANSTALTUNGEN

Turnfesttage - Liesing	28.02-01.03.
Bundesturnfest - Wels	16.-19.07

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

5. Neujahrsvolkstanzfest des ÖTB

am Samstag, dem 11. Jänner 2020, um 19:30 Uhr

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

Es spielt für Euch die
Salzkammergut Geigenmusi.

Zuvor treffen wir uns um 16:30 Uhr am
Gipfel des nahegelegenen Buchbergs (Ausblick Jägerstüberl)
zu einer

Feierstunde mit anschließendem Fackelzug.

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

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

**BUNDES
JUGEND**

Die Bundesleitung des ÖTB und die Redaktion
der BTZ wünschen allen Lesern

*Frohe Weihnachten und ein
gutes neues Jahr 2020*

Gut Heil.

Österreichische Post AG, MZ GZ02Z03814M
Bei Unzustellbarkeit bitte zurück an:
ÖTB-Bundesgeschäftsstelle, Linzerstraße 80a, 4050 Traun