

Zeitschrift für das Turnen mit den Mitteilungen des Österreichischen Turnerbunds

UNSER

TURNEN



UNSERE BERGTURNFESTE

SOMMERAUSKLANG



OKTOBER - Weinmond 2019



ALT DER BRAUCH
JUNG DIE GÄSTE

TURNFEST 2020 WELS

Worauf ihr euch freuen könnt



Eröffnung

Wann: Donnerstag, 16. Juli 2020, 20:30h

Wo: Stadtplatz (Schlechtwetter:Festzelt)

(Tracht erwünscht) Die Turnfeststadt heißt uns willkommen und so begehen wir die Eröffnung im Herzen von Wels am Stadtplatz. Wettkämpfer, Betreuer, Kampfrichter, Spielleute, Gäste und Besucher werden das Stadtzentrum bevölkern. Der gemeinsame Festakt markiert den Beginn von vier Tagen „jung in alter Freude“.



Jugendsommernacht

Wann: Freitag, 17. Juli 2020, 20:00h

Wo: Vereinsgelände des Welser Turnvereins

Ein lauer Abend, gute Freunde und hervorragende Stimmung. Bei vielen Stationen für Geschicklichkeits- und Spaßbewerbe, aber auch einfach nur zum Entspannen an der Saftbar sind alle Jugendlichen eingeladen, die Turnfeststimmung unter sich zu genießen.

Festabend

Wann: Freitag, 17. Juli 2020, 19:00h

Wo: Turnhalle des Welser Turnvereins

(Tracht erwünscht) Für Turner und Betreuer, für Eltern und Gäste, für jeden Neugierigen zeichnet der Österreichische Turnverband ein Bild von seiner Arbeit, seinen Erfolgen und seiner Einzigartigkeit. Mehr als nur ein Schauturnen.

Turnertreff im Takt

Wann: Freitag, 17. Juli 2020, 20:30h

Wo: Festzelt

Der Ausklang zum Festabend. Gemütliche Festzeltstimmung abseits vom Riegenlaufplan. Traditionell und auch modern begleitet uns an diesem Abend der Neumarkter Spielmannszug. Die Jugendlichen sind unmittelbar vor dem Festzelt bei der Jugendsommernacht ebenso gut unterhalten.

Auftakt zum Volkstanzfest

Wann: Samstag, 18. Juli 2020, 18:30h

Wo: Volksgarten (vor der Stadthalle)

(Tracht) Vom Treffpunkt im Volksgarten aus gehen wir gemeinsam am Mühlbach entlang zur Südseite des Minoritenklosters. Vor dieser beeindruckenden Kulisse lassen wir den Volkstanzabend mit einer kurzen Darbietung und mit gemeinsamen Gedanken zum Sinn unseres Turnens beginnen. Dann formieren wir uns unmittelbar als Auftänzer und ziehen paarweise am Stadtplatz ein.



Volkstanzfest

Wann: Samstag, 18. Juli 2020, 19:30h

Wo: Stadtplatz

(Schlechtwetter: Messehalle)

(Tracht) Zu den bewährten Klängen der legendären Citoller Tanzgeiger schwingen wir mitten im Zentrum das Tanzbein bis kurz vor Mitternacht. Der ganze Stadtplatz ist Tanzfläche, und die historischen Fassaden die passende Kulisse für diesen festlich ausgelassenen letzten Turnfestabend.



Schlussfeier

Wann: Sonntag, 19. Juli 2020, 13:00h

Wo: Stadtplatz (Schlechtwetter: Messehalle)

Ein würdiges Ende von vier Tagen an ernstem Wettkampf und heiterem Rahmenprogramm. Eine würdige Siegerehrung kürt unsere Besten und der gemeinsame Abschied ist auch Symbol unseres Danks an die Turnfeststadt und den Welser Turnverein. Was bleiben wird sind unzählige Erinnerungen.



2020 WELS 16.-19. JULI
Bundesturnfest



2	Bundesturnfest 2020
	Worauf ihr euch beim BTF freuen könnt!
4	Brauchtum
	Die Zeit der Bergturnfeste
6	Verschiedenes
	Turnerapotheke; Blumensprache bei Karl Heinrich Waggerl
8	Turngeschichte
	Turnfestsieger Teil 1
10	Gesundheit
	Immunsystem
12	Turnakademie
	Leistungsvoraussetzungen
14	Turnersee
	Rückblick Sommerausklang
16	Erfolge und Berichte
	Bianca Frysak berichtet...
19	Vereinsnachrichten
23	Ankündigungen
24	Termine

Titelbild: Bergturnfest
©Scheuringer Stefan



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; 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

Peter Ritter
Obmann des ÖTB



**Geschätzter BTZ-Leser
– liebe Turngeschwister!**

Der Beginn ist der
wichtigste Teil der Arbeit!

Platon, griechischer Philosoph

Mit diesem Spruch wende ich mich an Euch alle, die mit uns gemeinsam auf ein erfolgreiches und großartiges Bundesturnfest 2020 in Wels hinarbeiten. Das neue Turnjahr hat bereits begonnen und in den Vereinen herrscht wieder reger Turnbetrieb in allen Riegen! Ich bitte die Vereinsleitung und alle Vorturner schon jetzt, für die Teilnahme am Bundesturnfest im Juli 2020 aktiv zu werben und das vielseitige Angebot an Teilnahmemöglichkeiten anzubieten.

Ein Turnfest bietet jedem Verein die Möglichkeit eines gemeinsamen Erlebens und stärkt die Gemeinschaft über Jahre hinaus.

Der Turnfestausschuss hat sich bemüht, ein familienfreundliches und erlebnisreiches Programm für Jedermann anzubieten und wir wünschen uns, dass dieses Turnfest ein unvergessliches Erlebnis für alle Teilnehmer wird. Dieses Ziel erreichen wir nur gemeinsam, daher bitte ich Euch um volle Unterstützung und um rechtzeitigen Beginn mit den Vorbereitungen. Auf ein Wiedersehen beim Bundesturnfest in Wels 2020 freut sich schon jetzt

Peter Ritter

Euer Bundesobmann
Peter Ritter

Unsere Bergturnfeste, ein Jubiläum



Die Bergturnfeste sind zweifellos ein besonderes Kennzeichen des Turnens. Und gerade auch eine Stärke des Österreichischen Turnerbundes (ÖTB). Noch heute könnte man von Österreich als einem „Land der Bergturnfeste“ sprechen. 1987 gab es 27 von ihnen, 30 Jahre später ist die Zahl um die Hälfte zurückgegangen: ihre Attraktivität hat nachgelassen, auch ist der Aufwand, den die Verantwortlichen aufbringen müssen, damit das Fest gelingt, erheblich.

2019 feiern sie ein Jubiläum: In diesem Herbst ist es 175 Jahre her, seit es das erste Bergturnfest im deutschsprachigen Raum gab. 1844 wurde das Feldberg-Turnfest im Taunus (auch: Feldbergfest) als das älteste von ihnen ausgetragen. Für die damalige Zeit ein Ereignis: Den 200 aktiven Turnern standen 6000 Zuschauer gegenüber.

Unsere Turnfeste sind - wie könnte es anders sein - eine „Erfindung“ Friedrich Ludwig Jahns (1778 – 1852), des „Turnvaters“. Er widmet ihnen in seinem „Deutschen Volkstum“ (1810) ein eigenes Kapitel als Volksfeste. Was er zu ihnen ausführt, gilt auch heute noch: „Festlichkeit ist Erheben über das gemeine Leben, Herauskommen aus der Alltäglichkeit,... Frei steht der Mensch dann als ein Wesen, das auf Freude ein öffentliches unveräußerliches Recht hat“.

Vielfalt, Erlebnis, Gemeinschaft

Jahn sah sie als Volksfeste. Das bedeutet: Vielseitigkeit des Geschehens,

Text: Hansgeorg Kling
Fotos: Scheuringer S.





neben den Wettkämpfen auch gemeinsames Singen, Musizieren, Wandern, Übernachten im Zelt. Heute gilt es, die Attraktivität des Programms zu erhalten. Die Verantwortlichen greifen Neuerungen auf (Trends), sie bringen Tradition mit Zukunftsorientierung in Einklang. Generell können wir als Kennzeichen der Bergturnfeste festhalten: die Vielseitigkeit des Angebots, den Bezug zur Natur: raus aus den Hallen, Bewegung im Freien, Naturerlebnis, uriges Umfeld, die Förderung des Gemeinschaftsgefühls, das Familiäre, das Erlebnishafte: gegen die allgemeine Übersättigung an Freizeitangeboten, gegen unsere Bequemlichkeit.

Das Politische der ersten Turnfeste

Anders als vor 200 und 175 Jahren sind die Turnfeste heute bei weitem nicht mehr so politisch. Diejenigen, die sich 1811 und in den Jahren danach auf der Hasenheide, 1844 auf dem Feldberg versammelten, die Studenten, Gymnasialschüler und Handwerker, also die Jugend des aufgeklärten, liberal gesonnenen Bürgertums, waren nicht nur im Sinne der turnerischen Vielseitigkeit aktiv, sondern sie kamen auch zusammen, weil sie mit der herrschenden Obrigkeit nicht übereinstimmten.

Die Turnfeste entstanden aus den „Denktagen“ an bestimmte wichtige politische Ereignisse, z. B. dem Jahrestag der Völkerschlacht bei Leipzig. Es ging den fortschrittlich Denkenden im Lande um nichts Geringeres als um die Einheit und Freiheit des Vaterlandes. Bei näherem Hinsehen kann man feststellen, dass die Bergturnfeste (so wie die Turnfeste generell) in ihrem Wesenskern die gleichen geblieben sind, insbesondere mit ihrem Programm. Sehr bald schon gewannen die auch heute üblichen gemischten Mehrkämpfe ihren hohen Anteil. Dabei wurden die „volkstümlichen“ mit Laufen, Springen, Werfen (wie schon bei Jahn auf der Hasenheide) immer beliebter. Sie waren teilweise wild zusammengesetzt, z. B. mit Weithochspringen, Stabweitspringen, Steinstoßen, Ballschleudern, Baumstamm-Weitwerfen. Gleich blieben auch: ihr Charakter als Fest, das „Rahmen“-Programm, das Singen und der Volkstanz, das Familiäre, das Miteinander. Vor allem aber sind sie ein Heraus aus dem Alltag, ein Erlebnis. Jahn sagte: „Befreiung des Herzens von Daseinssorgen“. Wir sollten alles tun, damit das so bleibt.

Unsere Bergturnfeste

16.06.2019

62. Bergturnfest Piesting

16.06.2019

73. Bergturnfest auf dem Jauerling

23.06.2019

Jugendbergturnfest Bisamberg

30.06.2019

Plesch Bergturnfest

21.07.2019

57. Wildensee – Bergturnfest

08.09.2019

51. Bergturnfest am Kohlreith

14.09.2019

Bergturnfest in
St. Anna Lavantegg

15.09.2019

Bergturnfest Wildegg

29.09.2019

41. Bergturnfest
Micheldorf/Ratschn

06.10.2019

Zistel Bergturnfest

06.10.2019

23. Bergturnfest „Eisernes Tor“



„Der Rittersporn“

Blumen-
sprache bei
Karl Waggerl

Als Georg mit dem Drachen focht,
da hat der Wurm es noch vermocht,
dass er ihm mit dem letzten Biss
das Sporenrad vom Stiefel riss.
Der Heilige, so arg versucht,
hat nicht gefächert, nicht geflucht,
und dafür wuchs, zu seinem Ruhme,
aus jedem Sporn die blaue Blume.

Text: Wiener Sprachblätter/
Annelies Glander



TURNER-APOTHEKE

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



Vitamin B1

Vitamin B1, auch **Thiamin** oder **Aneurin** genannt, wurde vor etwa 100 Jahren als erstes Vitamin entdeckt. Es gehört neben Riboflavin, Pyridoxin oder auch Pantothenensäure zum **Vitamin-B-Komplex** und ist für die Funktion des Nervensystems unentbehrlich. Thiamin ist ein wasserlösliches Vitamin von charakteristischem Geruch. Aufgrund der Wasserlöslichkeit wird es sehr schnell aus dem Körper „ausgeschwemmt“. Bei Überdosierungen kommt es daher nur schwer zu Anzeichen von Nebenwirkungen. Zu beachten ist auch, dass es sich bei Vitamin B1 um ein **hitzeempfindliches Vitamin** handelt, d.h. es wird beim Kochen zerstört. Thiamin ist vor allem in Weizenkeimen, Sonnenblumenkernen, Hefe, Sesam, aber auch in Vollkorngetreide, Nüssen, Fleisch und in vielen Gemüsearten enthalten.

Säuglinge benötigen von diesem Vitamin zwischen **0,2 und 0,4 mg**, Kinder ab 1 Jahr und Erwachsene zwischen **0,6 und 1,4 mg** pro Tag. Ein erhöhter Bedarf an Vitamin B1 besteht bei erhöhtem Energieumsatz, wie bei zB bei der Ausführung von Schwerstarbeiten, in der Schwangerschaft und Stillzeit und während fieberhafter Infekte, aber auch bei hohem Alkoholkonsum, Hypertonie oder Diabetes mellitus. Eine **Avitaminose** (völliges Fehlen eines Vitamins im menschlichen Körper) von Thiamin führt zur **Beriberi-Krankheit**, die heute nur mehr selten vorkommt. Sie ist durch neurologische Störungen, Herzinsuffizienz und Muskellähmung gekennzeichnet.

Wesentlich häufiger treten leichtere Formen eines Vitamin B1 Mangels auf, so zB:

- Atemnot und Herzrasen
- Müdigkeit, Reizbarkeit bis hin zu Depressionen
- verminderte Merkfähigkeit und Konzentrationsstörungen
- häufige Kopfschmerzen
- verringerte Produktion von Antikörpern bei Infektionen
- Muskelschwäche, Muskelkrämpfe

Ausgewogene und gesunde Ernährung mit Vollkorn- statt Weißmehlprodukten, ein verminderter Zucker- und Alkoholkonsum können dem vorbeugen. Betreffend passender Vitaminpräparate sollte man sich in der **Apotheke** beraten lassen.

Ginkgo Lecithin plus

+ B-Vitamine, Vitamin E
+ Folsäure, Biotin

- Mit Vitalstoffen für Körper und Geist
- Nussig-cremiger Geschmack
- Ohne Koffein!

Auch das Gehirn braucht Nahrung!

Für geistige Fitness

Exklusiv in Ihrer Apotheke!

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

PHARMONTA
Dr. Fischer GmbH
A-8112 Gratwein-Staßberg

Great
Place
To
Work®

Beste
Arbeitgeber

ÖSTERREICH

2019

bezahlte Anzeige

- ★ Flexible Arbeitszeiten
- ★ Homeoffice Möglichkeit
- ★ Spannende IT-Projekte
- ★ Weiterbildungsmöglichkeiten
- ★ Tolle Kolleginnen und Kollegen

SEI TEIL DER DIGITALEN ZUKUNFT ÖSTERREICHS

Wir verstärken unser Team in Leonding und Ranshofen

Gestalte mit uns zukunftsorientierte IT-Lösungen
für Österreichs Mittelstandsunternehmen.

Wir freuen uns auf Dich!

Alle Infos findest du unter www.unit-it.at/jobs

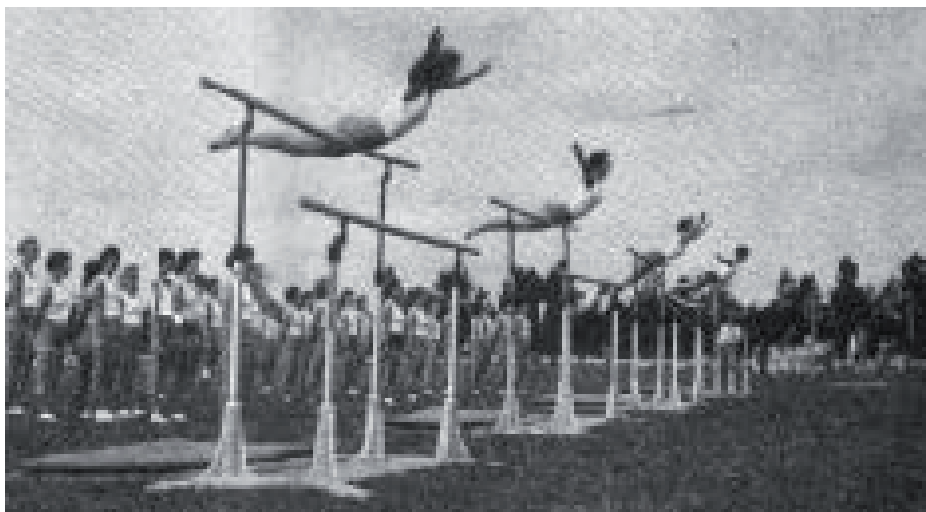
[unit]IT

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.

Den Alten zur Erinnerung und den Jungen als Ansporn werden in den nächsten Ausgaben von „Unser Turnen“, die Turnfestsieger und die ersten Plätze im Vereinswettturnen sowie im Wimpelwettstreit der Jugend aller vergangenen zwölf Bundesturnfeste angeführt.

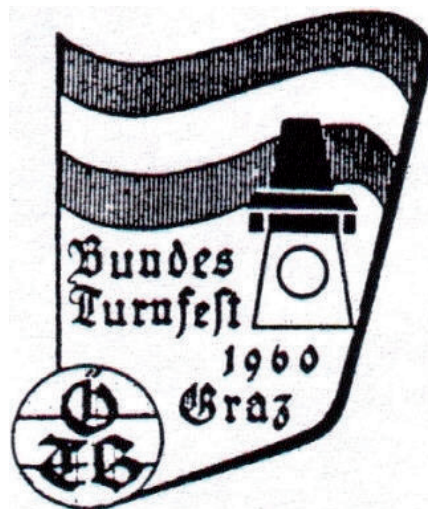


Quelle: ÖTB Turnfeste - Günter Atzmanning



1. ÖTB Bundesturnfest 13. - 15. Juli 1956 Wels

TFS: Otto Haase, ATV Graz
TFS: Ingeborg Ceipel, TV Wattens
VWT I TU: TV Ried 1848 - ÖTB
VWT I TI: TV Ried 1848 - ÖTB
WWS A: ÖTB TV Linz
WWS B: ÖTB Allg. TV
Wien Leopoldstadt
WWS C: Turn und
Sportverein Mondsee



2. ÖTB Bundesturnfest 13. - 17. Juli 1960 Graz

TFS: Otto Haase, ATV Graz
TFS: Erika Heide, ÖTB TV Linz
VWT I TU: ÖTB TV Linz
VWT I TI: TV Ried 1848 - ÖTB
WWS A: ATV Graz
WWS B: keine Mannschaft
in Siegerliste
WWS C: keine Mannschaft
in Siegerliste



3. ÖTB Bundesturnfest 13. - 17. Juli 1966 Innsbruck

TFS: Karl Stoiber, Welser TV 1862
TFS: Gerda Peroutka, Kapfenberger
TV
VWT I TU: TV Ried 1848 - ÖTB
VWT I TI: TV Ried 1848 - ÖTB
WWS A: ÖTB TV Linz
WWS B: Verein Grazer Turnerschaft
WWS C: ÖTB TV Münzkirchen 1881

bmoeds.gv.at

Kinder gesund bewegen 2.0

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG DES BMöDS

Foto: © stock.adobe.com/ Robert Kneschke

 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 

Das Immunsystem

Verstehen & unterstützen

Es schützt uns gegen alle Fremdorganismen wie Viren, Bakterien oder nicht funktionstüchtige Zellen. Unser Immunsystem setzt sich aus zahlreichen Abwehrmechanismen zusammen und lässt sich in ein angeborenes (unspezifisches) und in ein erworbenes (spezifisches) Immunsystem einteilen.

Angeborenes (unspezifisches) Immunsystem

Dieses dient als rasch einsetzende Erstverteidigung und ist unspezifisch gegen alle verschiedenen Eindringlinge gerichtet. Dringt z.B. ein Keim durch einen Schnitt in die Haut ein, wird er sofort von Makrophagen (Fresszellen = weiße Blutkörperchen) abgefangen. Diese sondern verschiedene Zytokine (Proteine) ab, um weitere Makrophagen herbeizuschaffen = zelluläre Antwort. Am Schluss einer Immunantwort räumen Makrophagen die übrig gebliebenen Proteinhüllen auf und der Ort des Geschehens verbleibt ohne weitere Spuren.

Erworbenes bzw. erlerntes (spezifisches) Immunsystem

Im Gegensatz zum angeborenen Immunsystem muss die spezifische Abwehr erworben werden. Das heißt, unsere körpereigene Abwehr entwickelt sich im Laufe unseres Lebens. Um spezifische Abwehrstoffe bilden zu können, muss jedoch die Art des Eindringlings zuerst genau bestimmt werden, daher setzt die spezifische Abwehr langsamer ein. Nach der Identifikation von Viren, Bakterien, Parasiten oder anderen Fremdstoffen werden zielgerichtete Antikörper (Immunglobuline) gebildet. Nach jeder Abwehrreaktion bilden sich Gedächtniszellen, welche bei erneutem Kontakt mit demselben Erreger eine schnelle Gegenwehr gewährleisten. Nach jedem überstandenen Infekt geht das Immunsystem gestärkt hervor. Das Immunsystem ist ein in sich geschlossenes Netzwerk, welches auf äußere und innere Veränderungen reagiert. Es reagiert z.B. auf Erreger, aber auch auf Hormone und die Psyche. In einem Regelkreis kann kein einzelner Wert verändert werden, ohne dass sich alle anderen Akteure dieses Systems mitverändern. Es ist wie bei einem großen EDV-Netzwerk. Das Immunsystem ist ein Netzwerk, welches wiederum im Netzwerk des Zell-, Organ- und Gesamtsystems des Menschen eingebunden ist und dieses wiederum im erweiterten Netzwerk der Umwelt sowie dem der Welt und des Universums.

Was wirkt sich negativ auf unser Immunsystem aus:

Stress:

Wir unterscheiden zwischen Eustress und Distress. - Eustress ist positiver Stress und nur von kurzer Dauer. - Distress ist negativer Stress und meist chronisch. Er ist problematisch für unser Immunsystem (z.B. Überforderung am Arbeitsplatz, in der Schule oder zu Hause, und zwar für längere Zeit). Distress beeinträchtigt sowohl das erworbene als auch das angeborene Immunsystem.

Ungesunde Ernährung:

Zu viel Zucker und Fett (also säurelastige Ernährung) hat zu wenig Anteil an Vitaminen, Spurenelementen und Mineralstoffen. Um eine optimale Funktion der Immunzellen zu gewährleisten ist die ausreichende Zufuhr dieser Vitalstoffe mittels einer ausgewogenen Ernährung unbedingt notwendig.

Schlafmangel:

Unser Immunsystem arbeitet nach einem Tag/Nacht-Rhythmus. Morgens sind die Immunzellen weniger aktiv. Über den Tag ist das Immunsystem hauptsächlich damit beschäftigt, Einflüsse von außen abzuwehren um Infektionen zu vermeiden. In der Nacht regeneriert sich das Immunsystem. Ca. um 4 Uhr früh erreicht die Aktivität bestimmter weißer Blutzellen ihren Höhepunkt. Wird diese Regeneration durch Schlafmangel unterbrochen, kann dies zu einer Schwächung des Immunsystems führen.

Was wirkt sich positiv auf unser Immunsystem aus:

- 3x wöchentlich Sport oder Bewegung, jeweils ½ - 1 ½ Std. lang
- Gesunde Ernährung, zum Großteil aus Gemüse und Obst (basenlastig – sehr wenig Fleisch, Wurst, Zucker und Alkohol)
- Lange Essenspausen (optimal 14-16 Std. keine Nahrungsaufnahme)
- Mindestens 8 Std. Schlaf pro Nacht
- Distress vermeiden (Perfektionismus!)
- Wechselduschen (Kneipp)
- Hygiene – Hände waschen

Text: Herta Sonnleithner
Fotos: pixabay.com



BUNDESJUGENDTREFFEN 2019

WELS 15. - 17. NOVEMBER

Lerne deine Turnfeststadt kennen!

Infos & Anmeldung:
www.oetb.at

ab 16 Jahren

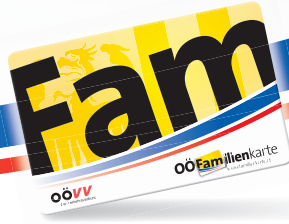


 ÖTBjugend  oetb_bundesjugend



ICH BIN VORBILD.

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


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  /ooe.familienkarte



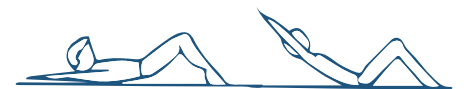
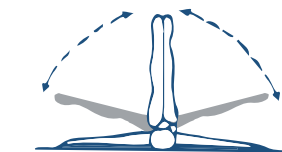
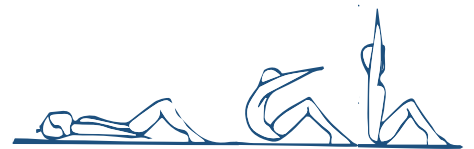
bezahlte Anzeige

Leistungsvoraussetzungen

Mittelkörper für das Gerätturnen

A. Übungen für die Rumpfvorderseite

1. Aus der Rückenlage (RL) rund hochziehen, Arme in der Seite, rund wie C+ – wie ein Bogen.
2. Rundes Aufrollen aus der RL, Beine sind angestellt. Rund wie ein Ball hochrollen, Kopf bleibt zwischen den Armen, strecken – »Mach dich ganz groß!«, dann werden wir wieder rund wie eine Katze und rollen uns Wirbel für Wirbel zurück, bis wir wieder in der Ausgangslage sind (AL)
3. RL Beine 90° anheben und Knie 90° beugen, Arme senkrecht zur Decke, den Kopf heben und rund aufrollen bis die Hände über die Knie streifen, langsam zurück zur AL.
4. RL Beine angestellt, Arme in Seithalte, wir heben den Oberkörper und die gebeugten Beine ins C+ hoch. Nun die Beine strecken und wieder beugen, langsam zurück in die AL.
5. Seitlage (SL) heben zum Seitunterarmstütz, Bauch fest, Po fest, Hüfte hoch halten und 180° offen lassen, 30 sec. halten.
6. Stabile SL mit hoher Schulter, festem Po und Bauch, Beine ganz fest zusammen pressen, Beine und Oberkörper heben und senken, zur Stabilisierung kann der obere Arm vor dem Bauchnabel am Boden stützen.
7. RL, Arme in der Seite Handinnenflächen schauen zur Decke, Beine senkrecht und gestreckt, die Beine pendeln nach rechts und links ohne dabei den Boden zu berühren und immer mit 90° zum Oberkörper – der »Scheibenwischer«.
8. »Das Brett« – der Unterarmstütz, Ellbogen sind unter der Schulter oder noch weiter vorne, Bauch fest, Po fest, Daumen schauen nach oben, 30 sec halten.
9. Wechsel zwischen »Brett und Spinne«. Aus dem Unterarmstütz Arme strecken und dabei hochdrücken ins C+ senken in AL oder halten.
10. RL, Beine gebeugt, Kopf hoch, Arme hoch, nun möglichst mit geradem Rücken heben und senken.
11. Aus der Kutscherstellung, runder Rücken, Beine gebeugt, Kopf zwischen den Armen und in Verlängerung der Wirbelsäule (WS), strecken bis zum ganz geraden Rücken und wieder zurück.

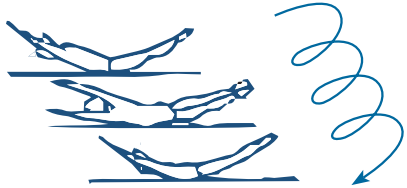


B. Übungen für die Rumpfrückseite

- 12.** Bauchlage (BL) Schultern langsam vor und zurück schieben, dann schnell. Der Bauchnabel wird zur WS zurückgezogen, so dass unter deinem Bauch eine Ameisenstraße durchwandern kann, ohne dabei zerdrückt zu werden.
- 13.** BL, Bauch fest, Po fest, Kopf bleibt in Verlängerung der WS, Oberkörper heben und halten, Daumen einmal zueinander schauend, im zweiten Durchgang nach oben schauend.
- 14.** BL, Bauch und Po fest, Achselhöhlen zum Boden drücken, Beine zusammengepresst heben und halten.
- 15.** BL wie oben, jedoch Oberkörper und Beine gleichzeitig heben – sollten gleich hoch sein.
- 16.** BL, Beine 90° gebeugt, Knie fest zusammendrücken, Füße im Flex, die Fersen schieben zur Decke und halten.

**C. Komplexere Übungen für den Mittelkörper**

- 17.** Zappelfilipp – BL Bauch und Po fest, Kopf bleibt zwischen den Armen, rechter Arm und linkes Bein ziehen nach oben und umgekehrt (Kraulen), einmal mit Daumen zueinander, einmal mit Daumen nach oben.
- 18.** Krumme Baumstammrolle – RL ins C+ gehen und eine ganze Drehung nach rechts und links. In SL, BL, SL, und RL kurz verharren – immer die Spannung wie ein Bogen halten, Beine und Arme bleiben fest, immer in der Luft und zusammengepresst.
- 19.** Wurm vw. – BL Beine anziehen, Bauch fest, über den Rundrücken (Katzenbuckel) mit gestreckten Armen vorrollen, Oberschenkel, Hüfte und Bauch langsam senken, dabei rutschen die Hände weiter nach vorne wieder zur BL.
- 20.** Wurm rw. – BL mit Spannung im Bauch und Po werden die Arme zum Körper gezogen, aus der Überstreckung wirst du rund, dabei hebt sich die Hüfte, der Po schiebt zurück und die Beine strecken sich nach hinten weg.



Alle Übungen sollten in spielerischer Form mit den Kindern trainiert werden.

Alle Übungen sind geführt zu üben, das heißt ein bewusstes Erleben und Spüren des eigenen Körpers. (Spürst du schon deine Muskeln? Wo spürst du sie? ...) Lob und Erfolg sind die größten Motivatoren für unsere Jungturner und Jungturnerinnen.

Dipl.-Päd. Tschw. Martina Füreder,
ÖTB Turnverein Bad Hall

Ein Sprung ins kalte Wasser



Unsere Freunde erzählten uns vom Sommerausklang am Turnersee. Offen für Neues und voller Erwartung fuhren wir nach Kärnten zum „Ferienlager“.

Täglich um 6.45 Uhr weckten uns die Klänge der Trompete, Ziehharmonika oder Schwegel zum Morgenturnen.

Danach ging's zum Schwimmen in den warmen Turnersee.

Nach dem gemeinsamen Tagesbeginn und dem Frühstück um 8 Uhr war gemeinsames Singen von 9 - 10 Uhr angesagt. Wir turnten, sangen, jodelten, tanzten, stickten, wanderten oder wir schwammen im Turner-





see. Jeder suchte sich aus, wo er am liebsten mitmachen wollte.

Thema der Woche war: 30 Jahre Fall des eisernen Vorhanges. In drei verschiedenen Vorträgen hörten wir Berichte über die damalige Situation in Rumänien, Albanien und Berlin bzw. Erlebnisse von dieser besonderen Zeit im Jahr 1989.

Beim Orientierungslauf im Wald sowie bei den Bewerben beim spielerischen Wettkampf waren unsere Talente gefordert und wir hatten viel Spaß dabei. Eine Schifffahrt am Völkermarkter Stausee ermöglichte uns in froher Runde zu singen, zu plaudern und die Kärntner Landschaft zu genießen.

Es war einfach ein tolles Programm für Geist, Körper und Seele.

Die gute Küche im Haus und die frohe Gemeinschaft der gesamten Gruppe tat uns sehr gut. Wir haben uns in dieser Woche mit diesen lieben Menschen sehr wohl gefühlt.

Als „Freunde des Turnersees“ führen wir reich beschenkt von dieser Woche nach Hause.



Bis zum nächsten Sommerausklang am Turnersee grüßen Euch

Elisabeth und Ferdinand Richter, Zwingendorf

Bianca Frysak berichtet!

Neapel, Szombathely, Paris, ...

Die Universiade fand Anfang Juli in Neapel statt, unmittelbar nach den European Games in Minsk, von denen ich auch direkt weiter nach Italien gereist bin. Da ich leider zu der Zeit noch mit Rückenschmerzen zu kämpfen hatte, war meine Vorbereitung für die beiden Großevents alles andere als optimal und ich habe leider meine Leistung nicht vollständig abrufen können.

Der Sprung ist mir sehr gut gelungen, am Stufenbarren, Balken und Boden passierten mir dann jedoch (teils ungewohnte) Patzer, die mich im Endeffekt fünf Punkte gekostet haben. Am Ende schaute Platz 30 unter 47 Starterinnen heraus. Nichts desto trotz habe ich den Wettkampf und das ganze Event rund um den Wettkampf unheimlich genossen - es war so toll bei der Eröffnungszeremonie in das riesige Stadion einzumarschieren und ich nehme viele tolle Erinnerungen von dort mit!

Der Weltcup in Szombathely fand vergangenes Wochenende statt und ich habe an drei Geräten, dem Stufenbarren, Balken und Boden, teilgenommen. Besonders stolz bin ich auf meinen 12. Platz am Boden und meinen 15. Platz am Balken, den ich mir mit einer sturzfreien Übung erkämpft habe. Auf mein erstes Weltcup-Finale muss ich leider noch warten, denn es kommen nur die besten 8 Turnerinnen pro Gerät in



das Finale, aber ich komme meinem Ziel schon immer näher! Der Stufenbarren ist mir dieses Mal leider misslungen, aber Gott sei Dank bin ich im Bezug auf meinen Rücken wieder völlig schmerzfrei und kann nun ungehindert im Training noch mehr trainieren, damit es nächstes Mal besser klappt!

Kommendes Wochenende bin ich bei einem weiteren Weltcup, dieses Mal in Paris. Ich freue mich besonders drauf, denn die Franzosen machen daraus immer ein riesiges Spektakel, zu dem ca. 15.000 Zuschauer erwartet werden! Dementsprechend kommen zu diesem Wettkampf üblicherweise auch noch stärkere Gegner, daher wird es dort nochmal schwieriger, einen Finalplatz zu erturnen. Ich werde aber natürlich mein Bestes geben und freue mich schon riesig darauf!

Text & Foto: Bianca Frysak

Kennst du schon unsere ÖTB Leihartikel?

Alle ÖTB – Leihartikel stehen dir kostenfrei zur Verfügung, ausgenommen davon sind die Versandkosten. Versandkosten (bis 30kg) ca. 5,90€

Mit Bestellung der Leihartikel erklärst du dich mit unseren AGBs (www.oetb.at) einverstanden.

Informationen und Rückfragen jederzeit gerne an:
ÖTB Bundesgeschäftsstelle Tel: 07229/65224
 Linzerstraße 80a | 4050 Traun Email: gst@oetb.at
 ZVR-Nr.: 46 96 34 927

Einfach und schnell!

Fehlt dir noch das eine oder andere Utensil für deine Veranstaltung?
 Gerne stellen wir dir ein kostenloses und individuelles Paket zur Verfügung!

10 ÖTB Fahne
 11 Österreich-/Bundesländerfahne
 12 ÖTB Roll-Up
 13 Transparente (nicht abgebildet)
 14 Schwingfahnen (nicht abgebildet)
 15 Beachflags (nicht abgebildet)

01 Schlagball Leder mess 80g
02 Absprungholz klein & groß
03 Stoppuhr
04 Startblock
05 Startklappe
06 Kugel 3kg, 4kg, 5kg, 6kg, 7,25kg
07 Maßband 10-100m
08 Heuler
09 Maßbandhalter

16 Armschleife
17 Schürze
18 Warmweste Gr. XL und Gr. M
19 Startnummer

20 Beschilderung
21 Handschuhe
22 Wasserkanister 20L, 10L, 5L fahrbär
23 Erste Hilfe Rucksack
24 Megafon
25 Lampe
26 Kübel
27 Feuerlöscher

28 Laptop/iPad
29 Drucker

Leihen statt Kaufen!

TURNANZÜGE

ZUM EXKLUSIVEN SONDERPREIS - AB 4 STÜCK GÜLTIG!

 Triangle statt 109,- € nur 99,- €	 Amethyste statt 105,- € nur 95,- €	 Rubis statt 59,- € nur 55,- €	 Saphir statt 59,- € nur 55,- €	 Topaze statt 56,- € nur 52,- €
--	---	--	---	---

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
 solange der
 Vorrat reicht



Weltspartag.

Wir glauben an Ihre Zukunft – finanziell abgesichert
 von der Kindheit bis ins hohe Alter.

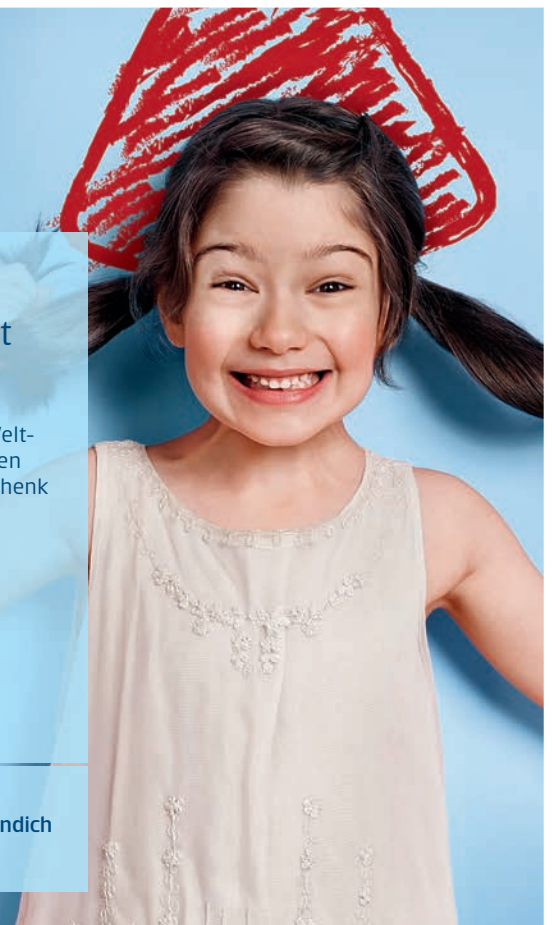


Am 31. Oktober ist Weltspartag! Wir laden Sie zum Weltspartag herzlich in unsere Filiale ein. Neben attraktiven Angeboten zum Thema Sparen gibt es ein kleines Geschenk als Dank für Ihre Treue.
 Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Miriam Wallnöfer
 Regionaldirektorin Sparkasse OÖ
 Filiale Leonding
 Ruffling Straße 1 (ab 25.10.2019)
 T 05 0100 - 45632

SPARKASSE
 Oberösterreich

#glaubandich



Oberösterreich

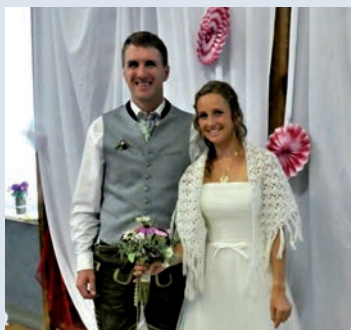
TV Bad Ischl 1867

Geburtstag: Am 13. August 2019 feierten wir 4 runde Geburtstage. Da trafen wir uns beim „Kreul“ im Hochdraxleck. Wir verbrachten einen netten Abend mit unseren Jubilarinnen, die uns mit einigen köstlichen kalten Platten bewirteten.

Wanderung: Am 31. August 2019 waren wieder einige Turnerinnen der Dienstagriege auf den Sandling Almen. Zu Ehren von Gundi Frommlet, die zum 80er diese Wanderung geschenkt bekam. Es war ein langer und schöner Tag. Das Wetter und die Stimmung waren toll.



Hochzeit: Am 7. September 2019 hat unsere Kathi geheiratet. Sie ist im Turnverein groß geworden, hat bei vielen Wettkämpfen teilgenommen und sich im Verein engagiert. Nun ist sie ab Turnbeginn Vorturnerin der „Eltern Kind Riege“ und wird ihren kleinen Ferdinand auch schon an das „Turnen“ heranführen. Ihre Hochzeitsfeier hatte sie in der Turnhalle abgehalten, die für die Gäste wunderschön geschmückt war. Wir wünschen ihr und ihrem Bernhard „Alles Gute, Glück und ein langes, erfülltes Eheleben!“



Vorschau: am 26. Oktober 2019 findet unsere Familienwanderung in der näheren Umgebung statt.

ÖTB TV Gmunden 1861

Jahnwanderung: 125km in fünf Tagen und dazu unglaubliche 2500 Höhenmeter bewältigten die Gmundner Jahnwanderer zum Ziel nach Grein im Strudengau. Der Weg führte über den Magdalenenberg, Waldneukirchen, Dietach, Strengberg zum Zielort. Hervorragend vorbereitet durch die „Erkunder“ wurden die Tagesziele gut aufgeteilt und dazu Rastplätze, Gasthäuser und Mostbauern ausfindig gemacht. Beeindruckend war nicht nur der immer weiter entfernte Blick zum Traunstein, sondern auch die Vielfalt der oberösterreichischen Landschaft. Überraschende Begegnungen, Zeit für Gespräche, lustige Abendunterhaltungen zeichnen auch eine Wanderung in der Gemeinschaft aus. Dank gebührt Tbr. Rainer Gruber und seinen Mitarbeitern für die Organisation und den Turngeschwistern in Grein, die als Gastgeber die Jahnwanderung zu einem Erlebnis gemacht haben.



ÖTB TV Grein

Jahnwanderung: Als wir im Frühjahr 2018 gefragt wurden, ob wir im August 2019 Zielort der Jahnwanderung sein wollen, waren wir zunächst sehr skeptisch und trauten uns diese Aufgabe eigentlich nicht zu. Nach ein paar Sitzungen und konkreten Überlegungen entschlossen wir uns dann doch diese große Herausforderung anzunehmen. Ein intensives Jahr der Vorbereitung



zahlte sich schlussendlich aus und wir wurden mit einer gelungenen Veranstaltung belohnt! Wir sagen DANKE zu den 475 Teilnehmern, von denen viele einen sehr weiten Anmarsch in Kauf nahmen. Wir gaben unser Bestes, um die Blasen und anderen Wehwehchen schnell vergessen lassen zu können! Wir bedanken uns für die gute Zusammenarbeit mit dem ÖTB OÖ und die reibungslose Abwicklung der Wettkämpfe.

Und ganz besonderer DANK gilt unseren Sponsoren und den ca. 100 freiwilligen Helfern, die dazu beigetragen haben, dass diese Jahnwanderung ein Erfolg wurde. Besonders hervorzuheben sind an dieser Stelle unser Chefkoch Temper Manfred und seine rechte Hand Kranzer Ilse, die zusammen mit ihren Helfern 3 Tage lang für das leibliche Wohl gesorgt haben und zu Recht großes Lob ausgesprochen bekommen. Bei der Schlussfeier konnten der Greiner Bürgermeister Rainer Barth und Landtagspräsident Viktor Sigl begrüßt werden und nach ihren wertschätzenden Worten die besondere Stimmung miterleben. Und einige von uns haben Lust bekommen, auch wieder einmal bei einer Jahnwanderung teilzunehmen. „Schau ma moi...“

Turnzeiten:

Kleinkinder - Samstag, 9.30 Uhr
VS 1./2. Kl. - Montag, 15.00 Uhr
VS 3./4. Kl. - Siehe Schaukasten
Buben - Freitag, 18.00 Uhr
Mittelschüler - Montag, 17.30 Uhr
Jugend - Freitag, 18.00 Uhr
Laufen - Info unter

0664/ 5437117

Schigymnastik - Donnerstag, 18.30 Uhr in HIT Grein

Schigymnastik: Von Ostern bis Schulanfang heißt das Sommerprogramm „Nordic Walking“. Karl Wegerer erkundete jede Woche mit einer Gruppe von 10–12 Personen die herrlichen Wege in Grein und Umgebung. Mit einem gemeinsamen Fischessen wurde das Ende eingeläutet und mit Schulanfang startete wieder die Schigymnastik im Turnsaal der NMS, wobei dieses Ganzkörpertraining mit Ausdauer-, Kraft- und Dehnungsübungen auch „Nicht-Schifahrern“ zu empfehlen ist!

ÖTB TV Kirchdorf 1884

Landesturnfest Weyer: Die Friesur muss beim Wettkampf sitzen, 8-Kampf am Freitag, Singen und Tanzen am Samstag und abends das Volkstanzfest - alleine waren wir nicht. Ein Wimpelwettstreit aus den Vereinen Kirchdorf, Micheldorf und Enns! Ein Wagnis, ein Abtasten, ein immer näher kommen - auch wenn 70 km zwischen den Orten liegen - ein Austausch von Fachwissen, ein Wettkampf ohne Verletzungen und zum Schluss eine ganz nette zusammengewachsene Gemeinschaft, mit viel Lachen und „action“ vor allem wegen der Vorturner Manni und Reschi.



Allg. ÖTB TV Leonding

Turnerhochzeit: Unser Obmann Tbr. Karl-Heinz Täubel hat sich getraut. Am 7. September 2019 gaben sich Iris und Karl-Heinz in der Martinskirche in Linz das Jawort. Viele Turngeschwister waren bei der Trachtenhochzeit zugegen und feierten danach im Linzer Schloss das frisch ver-

mahlte Paar.

Aus dem Vereinsleben: Mit einer Vielzahl an Angeboten startet der ÖTB Leonding in die neue Turnsaison. Insgesamt umfasst das reichhaltige Angebot des ÖTB Leonding bereits über 20 verschiedene Sportangebote.

ÖTB TV Schärding 1862

Vorschau: Kathreintanz 23. 11. 2019 - Eine der lustigsten Veranstaltungen im Turnerjahr ist der traditionelle Kathreintanz. „Kein schöner G'wand“ spielen nur für diese Veranstaltung in dieser Konstellation und freuen sich ebenso wie wir auf diesen Termin. Wichtig dabei ist, dass nicht jeder Tanzen muss, weil schon alleine der Musi zuzuhören ein Genuss ist. Nicht jeder muss Tanzen können, weil jeder Tanz vorgezeigt wird und leicht nachzumachen ist. Nicht jeder braucht einen Partner mitzunehmen, denn wer tanzen mag, der findet einen Partner am Kathreintanz.



ÖTB TV Steyr 1861

Jahnwanderung: Die heurige Jahnwanderung von 14. bis 18. August 2019 führte uns im Gegensatz zu vorigem Jahr in die Nähe: Grein. 14 Wanderer brachten noch am Abend des 14. August 2019 die kurze Etappe bis Ernstshofen hinter sich, um am folgenden Tag Wallsee und tags darauf den Zielort zu erreichen. Die Zelte waren bald auf der Wiese neben einer leerstehenden Fabrik errichtet. Das Gebäude diente auch der Abwicklung des Geschehens am Wettkampfort. Dem Verfasser erst einmal wegen heftigen Re-

gens am Hochlecken in Erinnerung, fand die Siegerehrung wegen der drückenden Hitze in der großen Halle statt. Alle Wanderer mit Ausnahme der Alterswanderer haben an einem Wettkampf teilgenommen, was aber bei der Siegerehrung nicht so sehr zum Ausdruck gekommen ist, weil nur die ersten Sieger aufgerufen worden waren. Es sind Thomas Riedl im Jahnzehnkampf Jugend B und Gabi Mayrhofer im Dreikampf AK 8. Dahinter wurden viele vordere Plätze von Steyrern besetzt. Diese Wanderung gehörte mit 455 Teilnehmern im Gegensatz zu früheren zu den eher schwach besuchten. Der TV Steyr erreichte in der Vereinswertung den 14. Platz von 28 Vereinen. Drei Turngeschwister haben das schwere Gepäck transportiert. Auch haben Turngeschwister die Veranstaltung finanziell unterstützt.



Turnstart: Am 16. September 2019 war Turnbeginn. Durch den neuen blauen Turnboden und den neuen hellen Rollvorhang haben Turnende nun das Gefühl, in einer neuen Halle zu sein. Es ist das Ergebnis der 3. Bauetappe der nun 5-jährigen Generalsanierung unserer Turnhalle. Nicht, dass es nichts mehr zu tun gäbe, aber jetzt muss der Verein einmal durchatmen. Die Arbeiten haben eine Stange Geld gekostet und wären ohne die Unterstützung durch die Stadt Steyr und das Land Oberösterreich nicht zu stemmen gewesen. Ein herzlicher Dank den Förderern! Natürlich hat der Verein auch Eigenmittel gehabt.

Vorschau:

9. November: Offene Trampolin Stadtmeisterschaft
15. Dezember: Schauturnen
22. Dezember: Julfeier

Allg. ÖTB TV

St. Georgen im Attergau

Anturnen und Neugestaltung

Turnerwiese: Das gemeinsame Anturnen in der zweiten Schulwoche ist mittlerweile ein Fixpunkt und kaum noch aus unserem Terminkalender wegzudenken. Dazu marschierten auch heuer wieder alle Turnkinder mit ihren Eltern von der Attergauhalle zur Turnerwiese, wo die Jugendwarte bereits ein buntes Programm mit verschiedenen Stationen vorbereitet hatten. Angekommen auf der Turnerwiese zählten wir dieses Mal über 100 Teilnehmer, die aufgeteilt in 5 Gruppen die Stationen Standweitsprung, Kugelstoß, Sackhüpfen und Bankziehen bravourös absolvierten. Am Ende ging die Gruppe „Die wilden Hühner“ als Siegermannschaft hervor. Das Anturnen eröffnete aber dieses Mal nicht nur das Turnjahr, es war zugleich die Einweihung der neu erbauten Steinarena auf der Turnerwiese. Das Kernstück dieser Arena ist die Feuerstelle in der Mitte, die reichlich Platz zum Grillen bietet. Zum langen Ausharren verleitet die Steinmauer um die Feuerstelle, die zugleich eine Sitzmöglichkeit darstellt. Die neue Arena machte dieses Anturnen und vor allem das abschließende Grillen zu etwas ganz Besonderem, das uns sehr vorfreudig auf viele weitere schöne Feierstunden auf unserer Turnerwiese stimmt.



Allg. TV ÖTB Traun 1920

Turnen/Leichtathletik: vom 29.

Juli bis 2. August 2019 fand heuer wieder unsere Ferienwoche statt. Diese wurde vom Kulturforum Traun unterstützt. Wir freuen uns über neue Turner. Danke an Daniela Entmayr und unseren Obmst. Dieter Schinkinger.

Tennis: Erfolgreich veranstaltet und vorbereitet wurde mit einem harmonischen Team das schon traditionelle Hermann Schenk Gedekturnier am 10. August 2019. 16 Doppelmannschaften auf 4 Plätzen in 4 Gruppen kämpften auf hohem Niveau um den Einzug in die Flnspiele.



1. Würtz Josef mit Partner Alfons Lang; 2. Würtz Peter mit Partner Hollaus Wolfgang; 3. Plaimer/Redlinger; 4. Kronberger/Koblinger

Jahnwanderung: Bevor unsere 19-köpfige Wandergruppe am Donnerstag, den 15. August 2019 von unserem Turnerheim startete, hatten wir noch den TV Haag am Hausruck und den TV Neumarkt zu bewirten. Beide Vereine machten in Traun Station zum Übernachten. Wir Trauner bedanken uns bei unserem Jahnwanderwart Dieter, der unsere Übernachtungsquartiere beim TV Enns, in der Mehrzweckhalle von Mitterkirchen, sowie Frühstück vor Ort organisierte. Folgende Ergebnisse konnten wir im Jahndreikampf erzielen:

1. Platz Gahleitner Veronika AK 11
1. Platz Schinkinger Dieter AK II
2. Platz Caligagan Philipp Allg. K
3. Platz Hofstätter Walter AK 8
4. Platz Hög Heike AK 6
2. Platz Schinkinger Heidi

Im kommenden Jahr ist das Ziel bei unseren Nachbarn in Leonding.

Turnen/Bergwandern: Unser Vorturner Dieter hatte die Seniorenturnstunde mit seinen „Jungturnern“, Altersdurchschnitt über 70, auf die Tau- plitz-Alm zum Wochenende 31.8./1.9. zur 6 Seenwan- derung geladen und konnte mit 100 % Teilnahme rechnen. So- gar eine Steirische Harmoni- ka und ein Akkordeon waren mit von der Partie zum Gestal- ten eines musikalischen Hüt- tenabends auf der Grazer Hüt- te, am Fuße des Schneiderkogel und der Sturzhahnsüdwand.



Niederösterreich

Turngau NÖ

51. Bergturnfest am Kohlreith:



Der verregnete Samstag und die schlechte Wettervorhersa- ge für Sonntag, den 8. Septem- ber 2019 hielt über 60 Turner- innen und Turner nicht davon ab auf den Kohlreith, den Haus- berg der Neulengbacher, zu kommen. Sie wurden mit ei- nem herrlichen Spätsommer- tag mit strahlendem Sonnen- schein belohnt. Wie immer ist die Gemeinschaft und das mit- einander Turnen von Jung - die jüngste Teilnehmerin war noch

nicht einmal 4 Jahre alt - und Alt - die ältesten Wettkämpfer traten in der Altersklasse 75+ an - besonders schön. Wie schon letztes Jahr war die Gruppe der Jugendlichen besonders stark vertreten. Sie kamen bereits am Samstag auf den Kohlreith und verbrachten einen stimmungs- vollen Abend am Lagerfeuer bis der Regen sie in die Zelte trieb. Nach dem reibungslosen Ab- halten der leichtathletischen Wettkämpfe und dem Gelände- lauf maßen sich 10 Mannschaf- ten in Kugel- bzw. Steinstoßen, Standweitspringen und Ger- zielwerfen. Der deutsche Fünf- kampf konnte heuer leider nicht bis zum finalen Ringen ausge- tragen werden. Alle Ergebnisse und viele Fotos findet ihr unter www.tv-neulengbach.at.



Allg. TV Orth a. d. Donau 1913

Jahnwanderung: Zum 4. Mal nahm der Orther Turnverein an der Jahnwanderung teil, heu- er ging es nach Drösing. Waren bisher meist zwei Wanderer unterwegs, machten sich diesmal vier auf den rund 50 km langen Weg. Und das mit Erfolg! Bei der Preisverleihung am Sonntag befürchteten die Orther schon, vergessen worden zu sein, bis sie zu ihrer großen Überra- schung erfuhren, dass sie den 1. Platz von 11 Gruppen errun- gen haben. Nun war die Freude unbeschreiblich und nach einer kurzen Schrecksekunde gratu- lierten auch die Teilnehmer des Turnvereins Baden, die den Be- werb meistens gewonnen ha- ben, herzlich. Ganz euphorisch wurden sofort Pläne geschmie- det, für das nächste Jahr noch

mehr Teilnehmer zu gewinnen, um wieder eine so gute Platzie- rung zu erreichen.



Wien

Wiener Akademischer Turnverein (WATV)

Bergwoche in den Schlad- minger Tauern:

Nicht weni- ger als 26 waren diesmal dabei, die meisten während der gan- zen sonnenüberstrahlten Sep- temberwoche in den Tauern. Standquartier: der anheimeln- de und von Familie Pilz sehr gastfreundlich geführte Gast- hof Michlbauer im Untertal bei Rohrmoos. Gleich mehrere der Tagestouren ließen die Zeit zum erhofften Erlebnis werden. Hö- hepunkte: Der steirische Boden- see und der von wilden Was- serfällen begleitete Weg zur Wödl-Hütte und zum Obersee; der Duisitzkarsee im obersten Obertal mit der Murspitzschar- te; Gasselhöhe und Rippetegg auf der Reiteralm mit dem stei- len Weg hinab zu den drei Seen auf der Ostseite. Die Themen der abendlichen Gespräche reichten bis hin zu neuen Deu- tungen des Weltgeschehens. Auch einen Ansatz zu gemeinsa- mem Singen gab es: beim Rück- blick auf die unwiederbringli- chen Zeiten Helmut Qualtingers.



Die Hans-Wödl-Hütte ist er- reicht: Rast am Obersee, Blick

auf die Hochwildstelle (Foto: Roth)

Salzburg

Grödig

Wildsau Dirt Run: Drei Damen vom Verein versuchten sich heu- er beim Wildsau Dirt Run in St. Leonhard. Auf einer Strecke von etwa 5km waren etliche Hinder- nisse zu bewältigen. Vom Klet- tern, Balancieren bis zum Tauchen in Matschwasser war alles dabei. Zwischendurch waren auch Passa- gen, die mehr an Bergsteigen er- innerten als an Laufen. Susi, Steffi und Katrin hat der Lauf unter dem Motto „go Gatsch or go Home“, trotz der Anstrengung bei 30 Grad Außentemperatur sehr viel Spaß gemacht. Das Ziel erreichten die drei zusammen und liegen mit ih- rem Ergebnis genau im Mittelfeld der Teilnehmer.



StrongmanRun: Ein Mitglied un- serer Volleyballmannschaft ver- suchte sich heuer beim Strong- man Run in der Flachau. Es wird gemunkelt, dass es einer der här- testen Läufe ist die es gibt. Alle die bei diesem Lauf im Ziel an- kommen sind gefeierte „Finisher“, da bei weitem nicht jeder das Ziel erreicht. Christof kam auf der un- gefähr 20km Runde mit 40 Hin- dernissen als 26ster ins Ziel. In seiner Gruppe schafften insge-



samt 182 Teilnehmer den Ziel-
leinlauf. Christof liebt die He-
rausforderung und freut sich
schon aufs nächste Jahr!

Tirol

TV Kitzbühel

Sonnwendendfeuer im Regen:
Traditionell findet das Sonnen-
wendfeuer beim TV Kitzbühel
auch am Sportplatz statt. So kö-
nnen auch die weniger Bergfreu-
digen bei der Feier dabei sein.
Wie schon des Öfteren war wie-
der einmal Regen als unsympa-
thischer Begleiter dabei.
Trotzdem brachten wir ein be-
achtliches Feuer zustande und
unsere Obfrau Nora verstand es,
mit stimmigen Texten uns in fest-
liche Stimmung zu versetzen.
Im trockenen und warmen Ver-
einsheim gab es dann die pas-
senden Lieder samt Jause und
geselligem Ausklang.



Kitzbüheler Wappengartl für Turnverein und Trachtenverein:

An besonders attraktiver Stelle in
Kitzbühel gibt es das Wappengartl,
das jedes Jahr einem jubelnden
Verein gewidmet ist. Heuer gab
es zwei Jubelvereine, die sich das
Gartl teilten. Stadtgärtner Mettler
hat es verstanden mit tausenden
Pflanzen ein wirklich sehenswer-
tes Bild zu schaffen, das beiden
Vereinen zur Ehre gereicht.



Kärnten

Villacher TV

Nachruf Luciano Zancolo: Mit
Bestürzung und Trauer muss-
ten wir zur Kenntnis nehmen,
dass Luciano Zancolo nach kur-
zer schwerer Krankheit unse-
re Turngemeinschaft für immer
verlassen hat. Anton Högl und
Luciano Zancolo gemeinsam auf
der Bühne: Villacher Fasching
1976. Luci – wie er im Verein
genannt wurde – kam 1967 zum
Villacher TV. Er begann als akti-
ver Turner, der den Verein nicht
nur bei Wettkämpfen, sondern
auch bei den Auftritten beim
Villacher Fasching sowohl sei-
nerzeit mit der Faschingsriege
von Kurt Kastunig als auch mit
dem SZ. 1976 übernahm er mit
Rosi Schneider und später mit
ihrer Tochter Gerlinde bis 2007
die Leitung des SZ. Auf Grund
seiner hilfreichen und verlässli-
chen Art wurde er schon früh in
den Turnrat berufen, in dem er
verschiedene Funktionen aus-
übte und dem er im wahrsten
Sinne des Wortes „bis zu seinem
Lebensende“ angehörte. Er leis-
tete nicht nur im Turnrat wert-
volle Arbeit, sondern er war
auch sonst jederzeit bereit zu
helfen, wenn es nötig war – und
diese Hilfe wird uns nun feh-
len. Wir verlieren mit Luci einen
dem Verein verbundenen Turn-
bruder, der uns einerseits fehlen
und andererseits in dankbarer
Erinnerung bleiben wird.



Sonnenwendfeier: Es war ein
Versuch und dieser ist hervor-
ragend gelungen: „Durch den Vil-
lacher Fasching kamen sich Bau-
erngman und Turnverein näher
und so entstand auch die Idee,
die Sonnwendfeier gemein-
sam zu veranstalten. Und wir
sind begeistert.“ zeigt sich Groß-
bauer Kurt Maschke begeistert.
„Die Veranstaltung ist bestens
gelingen und hat weitaus mehr
Gäste gelockt, als wir im Vor-
feld gedacht hätten. Nach dem
Schauturnen der jungen Turner,
die stolz ihr Können auf Tram-
polin Barren und Boden unter
Beweise stellten, ging es zum
traditionellen Teil unter der Lei-
tung von Georg Sostaric über.
Kinder entzündeten mit Fackeln
das Feuer und die Zuschau-
er konnten die Tänze der rund
30 Paare des TV von Klein und
Groß bewundert werden. Die
Feuerrede wurde dieses Jahr
von Horst Bajörg Freunschlag
gehalten. „Die Gemeinsam-
keiten von Bauerngman, die
sich diversen karitativen Zwe-
cken widmet, und dem Turnver-
ein, der sich insbesondere um
die Förderung motorischer Fä-
higkeiten von Kindern kümmert
können wie folgt zusammenge-
fasst werden: unserer Tradition
verbunden, jedoch ebenso dem
Fortschritt verpflichtet,“ zeigt
sich auch der Obmann des VTV
Thomas Pfeifer sichtlich stolz.
Die Gesamtkoordination der
Veranstaltung hat dieses Jahr
die Obmann-Stellvertreterin des
TV Katrin Binder übernommen,
die gemeinsam mit den unzäh-
ligen HelferInnen großartige Ar-
beit geleistet hat.

erngman und Turnverein näher
und so entstand auch die Idee,
die Sonnwendfeier gemein-
sam zu veranstalten. Und wir
sind begeistert.“ zeigt sich Groß-
bauer Kurt Maschke begeistert.
„Die Veranstaltung ist bestens
gelingen und hat weitaus mehr
Gäste gelockt, als wir im Vor-
feld gedacht hätten. Nach dem
Schauturnen der jungen Turner,
die stolz ihr Können auf Tram-
polin Barren und Boden unter
Beweise stellten, ging es zum
traditionellen Teil unter der Lei-
tung von Georg Sostaric über.
Kinder entzündeten mit Fackeln
das Feuer und die Zuschau-
er konnten die Tänze der rund
30 Paare des TV von Klein und
Groß bewundert werden. Die
Feuerrede wurde dieses Jahr
von Horst Bajörg Freunschlag
gehalten. „Die Gemeinsam-
keiten von Bauerngman, die
sich diversen karitativen Zwe-
cken widmet, und dem Turnver-
ein, der sich insbesondere um
die Förderung motorischer Fä-
higkeiten von Kindern kümmert
können wie folgt zusammenge-
fasst werden: unserer Tradition
verbunden, jedoch ebenso dem
Fortschritt verpflichtet,“ zeigt
sich auch der Obmann des VTV
Thomas Pfeifer sichtlich stolz.
Die Gesamtkoordination der
Veranstaltung hat dieses Jahr
die Obmann-Stellvertreterin des
TV Katrin Binder übernommen,
die gemeinsam mit den unzäh-
ligen HelferInnen großartige Ar-
beit geleistet hat.



Artl Gedächtnis Trophy: In Ge-
denken an unseren ehemaligen
Trainer und Freund Helmut Artl

fand auch dieses Jahr wieder das
Artl-Gedächtnisturnier statt. Bei
diesem Turnier finden sich jäh-
rlich FaustballerInnen, Fans und
UnterstützerInnen, um ihr Kön-
nen unter Beweis zu stellen. Das
Besuchfeld war bunt gemischt:
Kinder im Alter von 8 Jahren bis
hin zur Seniorenriege, Freunde
die extra zum Turnier aus ande-
ren Bundesländern anreisten und
Verwandte, die sich der Verfüh-
rung „Faustball“ nicht entziehen
konnten. Dabei ging es auch heu-
er wieder um Ruhm, Ehre und die
Gravur im hölzernen Wanderpo-
kal – der vielumkämpften Artl-Tro-
phy. Selbst die Enkelin von Helmut
Artl machte es sich heuer zur Auf-
gabe, die Sportart auszuprobieren
und am Turnier mit über 50 Teil-
nehmern mitzumachen. 12 Mann-
schaften bewiesen dabei Ballge-
schick und Zielgenauigkeit. Auch
die Jüngsten konnten ihr Talent
auf die Probe stellen und zeigten,
dass für die faustballerische Zu-
kunft des Vereins gesorgt ist. Dan-
ke an René Schönenberger für die
Organisation und Durchführung
mit deinem gesamten Team.



*Habt auch ihr spannende und
interessante Neuigkeiten aus
eurem Verein für uns?*

*Schickt uns einfach Texte und
Bilder an btz@oetb.at.*

*Wir freuen uns auf eure
Beiträge!*

TURNAKADEMIE – Die nächsten Termine



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

Oktober

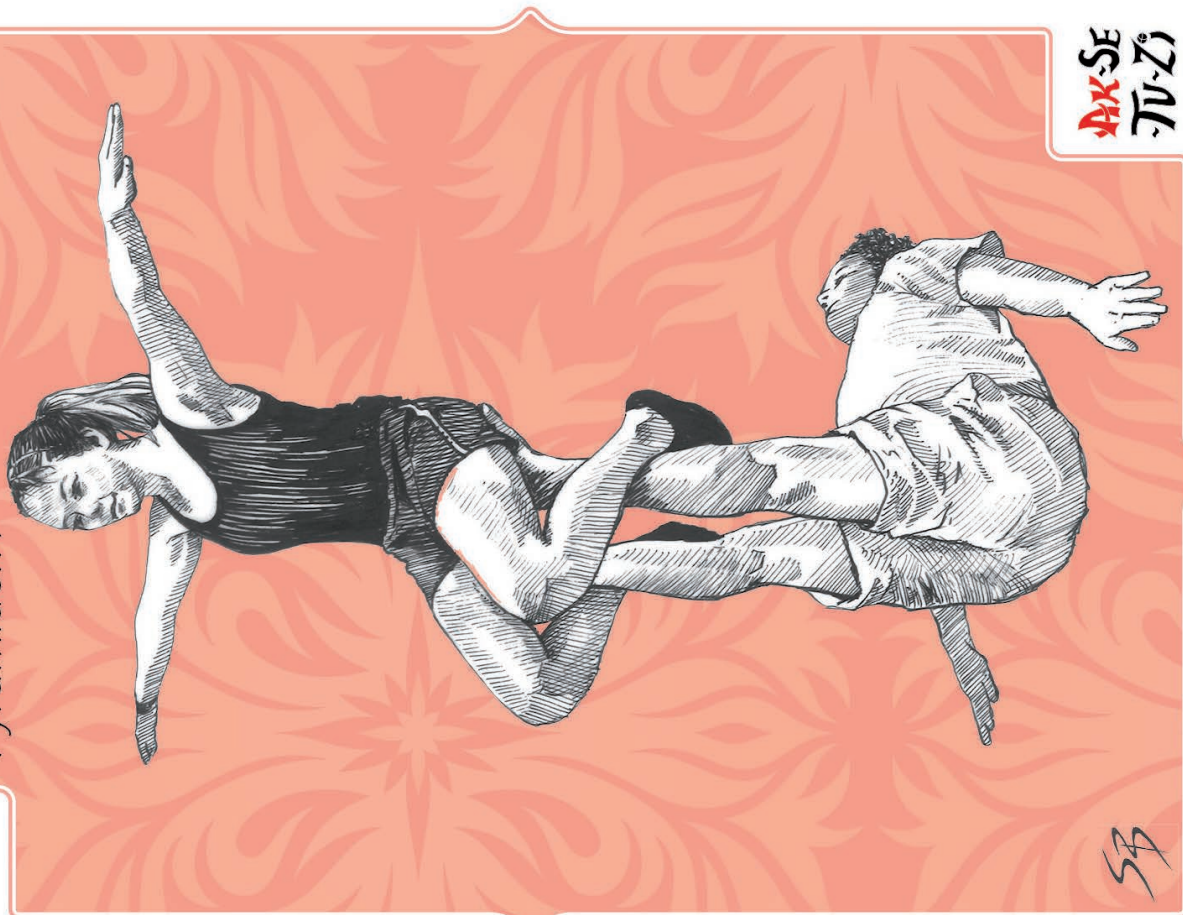
	Bewegungstag OÖ	12.	OÖ	Wels	Anmeldung ÖTB OÖ	
L20	Vereinsfotografie	13.	W	Liesing	€ 80,-	€ 120,-
L21.2	ÖTB Turnfesttage: Beckenbodentraining € 20,- „Alles zum Turnfest“ € 50,- Kampfrichter Ausbildung € 20,-	18.-20.	Ktn	Villach	€ 80,- bei allen 3 Kursen	€ 120,- bei allen 3 Kursen

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

Fußsitz

Pyramiden I

10



AK-SE
TV-Z

SB



ÖTB-Veranstaltungen, Wettkämpfe & sportliche Termine



OKTOBER

05.	ÖTB Wien, 2er Prellball
06.	ÖTB Wien, Waldlauf Klosterneuburg
09.	ÖTB Ktn., TV Villach: 10. Oktoberfeier
12.	ÖTB OÖ, 9. Bewegungstag
13.	ÖTB Wien, 25. Breitenturntag
19.	ÖTB OÖ, offene OÖ LM Turn10 Erwachsene
20.	ÖTB Wien, Rätselwanderung
26.	11. ÖTB Bundesmeisterschaften; Raiffeisen Arena Wels
26.	ÖTB Wien, Rede-, Lese-, Begriffserkl.-Wettbewerb
26.	ÖTB Wien, Jugendvolkstanifest

NOVEMBER

08.	ÖTB Wien, Totengedenken
09.	ÖTB NÖ, 40. Ordentlicher Turntag
09.	ÖTB Wien, Mannschaftswettkampf TU
09.	ÖTB Ktn., Villacher TV: Stufenwettkampf
10.	ÖTB Wien, Mannschaftswettkampf TUI
11.	ÖTB Ktn., Villacher TV: Stufenwettkampf
14.	ÖTB Wien, TV Ottakring: 50 Jahre Turnerfamilie
17.	ÖTB Wien, Schwimmwettkampf
23.	ÖTB Wien, Amtswaltertag
24.	ÖTB NÖ, Turn10 Mannschaftsgerätewettkampf + Redewettbewerb

DEZEMBER

07.	ÖTB OÖ, TV Ried: Schauturnen
14.	ÖTB OÖ, TV Ried: Ball
16.	ÖTB Ktn., KTV Schauturnen
21.	ÖTB Tirol, Wintersonnenwende Höttinger Bild

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

5. Neujahrsvolkstanifest 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)





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