

UNSER TURNNEN



Oktober
November
2022

VIEL DYNAMIK IM HERBST

Alles neu: oetb.at _16

Kräftige Beine _27

**Das geht nach hinten los:
Rolle rückwärts _30**

Bergturnfeste _40



Clara, 10



Meine Familie ist eigentlich ganz okay. Nur mein Bruder nervt und gibt beim Einschlafen nie Ruh. Meine Eltern sagen: „Halt durch!“ Bald bekomme ich ein eigenes Zimmer. Darauf freu ich mich!

KEINE FAMILIE IST PERFEKT, ABER VON UNSCHÄTZBAREM WERT.


www.familienkarte.at


WERNER SCHULTES
ÖTB Bundesobmann

Liebe Turngeschwister!

FRISCH

So wie unsere Vereine zeigt sich auch der ÖTB seit Kurzem mit einem frischen Erscheinungsbild! Nach der Neugestaltung und deutlichen Ausweitung der BTZ erscheint auch unsere Homepage und der Newsletter in neuem Glanz. Alle drei Medien sind nun optisch ansprechend, inhaltlich interessant auf die Bedürfnisse der Vereine zugeschnitten und die technischen Anforderungen abgestimmt. Sie sind Spiegelbild unseres ÖTB und seiner Vereine.

FROMM*

Einige Turngeschwister haben in den letzten Monaten sehr tüchtig und für unseren ÖTB förderlich gearbeitet und ihr ganzes Können und Wollen in den Dienst unserer Gemeinschaft gestellt. Ihnen allen gebührt unser Dank und unsere Anerkennung für ihre Leistung!

FRÖHLICH

Das Zusammentreffen mit Turngeschwistern gestaltet sich zunehmend fröhlich, ist es doch gelungen, den Blick nach vorne zu wenden und das Gemeinsame vor das Trennende zu stellen. Es ist eine Aufbruchstimmung zu spüren, die sich durch alle Vereine und Generationen zieht. Wir laden dich ein Teil dieser Entwicklung zu sein.

FREI

Die Altlasten, die uns vererbt wurden, haben wir aufgearbeitet und unser ÖTB ist mit einem blauen Auge davongekommen. Viel zu lange hat sich die Bundesleitung damit beschäftigen müssen, anstatt unseren ÖTB im Sinne seiner Mitglieder weiterzuentwickeln.

Wäre Frisch, Fromm, Fröhlich, Frei nicht schon seit F. L. Jahn der Turnerwahlspruch, wäre jetzt der richtige Zeitpunkt, diesen im ÖTB zu prägen!

Gut Heil!

*Jahn beschreibt fromm als Inbegriff aller sittlichen Thatkraft, aller Willensstimmung, als Pflichttreue und Voransein. Der Begriff Fromm hatte ursprünglich nichts mit dem religiös-kirchlichen Begriff der Frömmigkeit gemein, sondern meint tüchtig, fleißig. Der Begriff leitet sich vom althochdeutschen fruma her (Nutzen, Vorteil) und entwickelte sich zum mittelhochdeutschen frum weiter. Fruma und frum bedeuteten voranstehend, bevorzugt, aber auch förderlich, tüchtig



Wenn du uns eine Rückmeldung zu unserer Zeitschrift „Unser Turnen“ geben willst, dann bitte gerne per Mail an: btz@oetb.at

Wir freuen uns über deine Nachricht!

oetb_oesterreich
@oetb.at
www.oetb.at

ÖSTERREICHISCHER TURNERBUND

INHALT

08

Bund & Dietwesen

- 08 Turnwart werden ist nicht schwer
- 12 Auf der Suche nach Jahn Teil 3
- 16 Neue Website: oetb.at
- 25 Bundesjugendwanderung
- 44 Kolumne Paul Polz
- 48 Öffentlichkeitsarbeit im Verein

10

Erfolge & Berichte

- 10 Meisterhafte Faustballe
aus Traun
- 18 Breitenturntag ÖTB-Wien
- 21 Bergturnfest Wildegg
- 22 NÖ Jahnwanderung
- 38 Jahnwanderung Tirol
- 40 Zistel-Bergturnfest
- 43 Bergturnfest Kohlreith
- 46 46. Mitgliederversammlung
Kärntner Grenzland
- 47 ÖTB NÖ: Neuer Obmann

20

Vereinsleben

- 20 115 Jahre TV Kaiser-Ebersdorf
- 23 Methodikschulung Geräteturnen
- 28 TV Liesing: Vorturner-Schulung
- 45 Herbstkonzert Judenburg
- 47 50 Jahre TV Neudsiedl

26

Turnakademie

- 26 Kräftigung Bein-Rückseite
- 29 Jugendvorturnerausbildung
- 30 Rolle rückwärts
- 36 Fotoworkshop Bad Hall

50

Vereinsnachrichten

- 50 Vereinsnachrichten
- 60 Termine

📷 Titelbild: Training in Bad Hall, Foto: Ingo Lacheiner, Turnerin: Alina Prammer

IMPRESSUM Offenlegung i. S. des Art. 1, § 25 MedienG

Unser Turnen – Bundesturnzeitung des ÖTB
Blattlinie
Zeitschrift für das Turnen und Verbands-
und Vereinsmitteilungen des ÖTB
Medieninhaber, Herausgeber und Verleger
Österreichischer Turnerbund (ÖTB)
Für den Inhalt verantwortlich
Bundesobmann Werner Schultes
Schriftleitung
Viktoria E. Klemmer
Satz
Grafik Lacheiner

**Anschrift von Schriftleitung,
Sekretariat und Bundesvorstand**
4050 Traun | Linzer Straße 80a. 07229 / 65224
Fax: 07229 / 65224-4 | btz@oetb.at | http://www.oetb.at
Druck
Friedrich VDV GmbH & Co KG

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.

Herbstzeit ist Wanderzeit!
Wirpitschsee – Lungau

Foto: Ingo Lacheiner



TURNER-APOTHEKE
Mag. pham. Dr. Ulla Kassegger
Turnverein „Jahn“ Gratwein

GEWÜRZNELKE

Gewürznelken sind ganze Blütenknospen von *Syzygium aromaticum* L. (auch *Eugenia caryophyllus* C. genannt), die so lange getrocknet werden, bis sie rötlich braun geworden sind. Ihre Synonymbezeichnungen sind Gewürznagelöl oder auch Kreidenelken. Ursprünglich waren Gewürznelken auf der indonesischen Inselgruppe der Molukken beheimatet, doch auch die Chinesen schätzten ihre Heilwirkung schon 200 Jahre vor Christus. Heute werden sie in vielen tropischen Ländern kultiviert.

Der wichtigste Inhaltsstoff ist das ätherische Öl mit dem Hauptbestandteil Eugenol. Daneben findet man auch Flavonoide und Gerbstoffe.

Gewürznelken, das daraus durch Wasserdampfdestillation gewonnene Nelkenöl und isolierte Inhaltsstoffe sind sehr gut untersucht. Von pharmazeutischer Bedeutung ist die entzündungshemmende Wirkung der Gewürznelken, die bei Mund- und Rachenschleimhautbeschwerden genutzt wird. Gewürznelken wirken außerdem desinfizierend, leicht betäubend und schmerzstillend. Zahnschmerzen können so wirksam gelindert werden.

WEIHNACHTEN STEHT VOR DER TÜR

In der Volksmedizin spielen die Gewürznelken neben der Anwendung als Aromatikum meist in Kombination mit anderen Pflanzen als windtreibendes und magenstärkendes Mittel eine Rolle.

Gewürznagelöl findet man oft in Gewürzsträußern oder anderen Weihnachtsbasteleien. Gerade jetzt in der Adventzeit sind sie Bestandteil von Lebkuchen, Spekulatius und anderen Kekssorten der alljährlichen Weihnachtsbäckerei.

Besonders empfehlenswert für die Adventzeit ist eine Ätherischölmischung, bestehend aus Zimt-, Orangenschalen- und Gewürznelkenöl.



MONTANA HAUSTROPFEN

Rein pflanzlich.
Vielseitig anwendbar.

Hilft rasch bei:

- Verdauungsbeschwerden
- Völlegefühl
- Magenverstopfungen
- leichten Krämpfen

Mit der Kraft
von 7 Heilkräutern



Nach dem Essen
nicht vergessen!

Dieses Arzneimittel ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel, das ausschließlich auf Grund langjähriger Verwendung für das genannte Anwendungsgebiet registriert ist. Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

PHARMONTA
Dr. Fischer GmbH
A-8112 Gratwein-Stratzling

bezahlte Anzeige

bezahlte Anzeige

Die Familie ist es, die unserer Zeit not tut; sie tut mehr not als Kunst und Wissenschaft, als Verkehr, Handel, Aufschwung, Fortschritt und wie alles heißt, was begehrenswert erscheint. Auf der Familie ruht die Kunst, die Wissenschaft, der menschliche Fortschritt und der Staat.

Adalbert Stifter
1805 – 1868

Der großen Turnerfamilie ein kräftiges
„Gut Heil“ wünscht
Turnbruder Hermann Pietsch.

Dipl.-Ing. Hermann Pietsch
Belegamt für Maschinenbau
allgemein besetzter und gerichtlich zertifizierter Sachverständiger
 Kanzlei – 1020 Wien – Schönbrunn 6/1
 Fernruf & Fernabklärung 01 / 729 47 11
 Zweigstelle – 4910 Pöchlarn – Kapuzinerberg 13
 Fernruf & Fernabklärung 07752 / 80 0 21
 E-Mail hermannpietsch@gmx.at

Übernimmt Aufträge in ganz Österreich für gesetzliche Überprüfungen von Kellern, Aufzügen, Krananlagen und Hebezeugen; Gutachten im Bereich allgemeiner Maschinenbau, Kraftfahrzeugumbauten und nach §82b Gewerbeordnung; geprüfte Sicherheitsfachkraft; Festigkeitsberechnungen

Weihnachtsspende

Unser ÖTB ist in Bewegung! Mit Deiner Spende unterstützt Du den eingeschlagenen Weg und hilfst der ÖTB-Bundesleitung, die Vorhaben zum Wohle der Vereine und der Jugend umzusetzen.

DANKE FÜR DEINE UNTERSTÜTZUNG!

Werner Schultes Bundesobmann
Brigitte Abt Bundessäckelwartin

EMPFÄNGER
Österreichischer Turnerbund
IBAN
AT26 2032 0015 0002 5663
VERWENDUNGSZWECKS
Weihnachtsspende
ONLINEBANKING



In den nächsten Ausgaben von „Unser Turnen“ werden die Spender mit Familiennamen gedruckt. Ist dies nicht gewünscht, bitten wir um eine kurze Information an btz@oetb.at.

Du willst mehr lesen? Bestelle dir die Printversion!

Unter <https://oetb.at/bundesturnzeitung/> kannst Du die
Bundesturnzeitung abonnieren!

