

BUNDESTURNZEITUNG DES ÖSTERREICHISCHEN TURNERBUNDES

UNSER TURNEN



Dezember
Jänner
2022/23

TURNEN IST MEHR

Turnwettkämpfe _11

Das Rad _16

Gewinnspiel _31

Turnsprint _33



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 freue ich mich!

**KEINE FAMILIE
IST PERFEKT,
ABER VON
UNSCHÄTZ-
BAREM WERT.**



www.familienkarte.at



WERNER SCHULTES
ÖTB Bundesobmann

Liebe Turngeschwister!

Unseren 1. BO Stv. Peter und mich verbindet die Leidenschaft für das Segeln und darum habe ich für dieses Vorwort auch einen passenden Spruch ausgewählt. Mehr als es im ersten Moment den Anschein hat trifft er auf den gesamten ÖTB zu. Fehler, die gemacht wurden, können wir nicht ungeschehen machen, wir können die Situation neu überdenken, für das Geschehene gerade stehen und daraus lernen. Dies haben der ÖTB Bundesturnrat und die Mitarbeiter in der Geschäftsstelle im vergangenen Jahr, hervorragend umgesetzt.

In vielen Bereichen haben wir die Segelstellung angepasst und bereits Fahrt aufgenommen:

- die ÖTB Finanzgebarung ist transparent und ausgeglichen und der ÖTB kann den laufenden Betrieb aus den Einnahmen abdecken
- die Bundesturnzeitung wurde grafisch und inhaltlich komplett neu und ansprechend umgestaltet
- das digitale Erscheinungsbild wurde überarbeitet und an die Anforderungen der Zeit angepasst
- die Kommunikation mit den Vereinen wurde intensiviert, Wünsche und Anregungen in die Planung einbezogen
- die Turnapp wurde weiterentwickelt und an die Vereinsbedürfnisse angeglichen

Nun gilt es, die Segel noch besser zu trimmen, um den Nutzen und die Unterstützung für die Vereine deutlich zu erhöhen:

- das Bezugssystem der BTZ wird vereinfacht und vereinheitlicht, dies bringt für viele Bezieher einen Kostenvorteil
- die Standesmeldung wird vereinfacht
- das Angebot der Turnakademie wird an die Vereinserfordernisse und die Interessen der Teilnehmer angepasst
- die Ordnungen und Regelwerke werden entrümpelt und praktikabel gestaltet
- das Bundesjugendturnfest 2024 ist in Planung

Das Ziel ist definiert und wir sind darauf vorbereitet, die wesentlichen Entscheidungen so zu treffen, dass wir den Kurs einhalten können.

Ein Schiff ist aber nur so gut auf Kurs zu halten wie die gesamte Mannschaft mithilft! So ist es auch im ÖTB! Ohne unsere Vereine und deren Amtswalter, die das Angebot annehmen, uns unterstützen, Vorhaben umzusetzen und die Idee ÖTB in ihren Vereinen verbreiten, werden wir auch bei gutem Wind still stehen.

Ich wünsche dir, dass dir die Umsetzung deiner Vorsätze gelingt und hoffe, dass darunter auch der ÖTB eine entsprechende Berücksichtigung findet.

Gut Heil!

*Wir können
den Wind
nicht ändern,
aber wir
können die
Segel richtig
setzen.*

— Aristoteles

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

06

Bund & Dietwesen

- 06 Bundesturnzeitung – Neue Wege
- 07 Turnapotheke
- 08 Der Säckelwart
- 12 Auf der Suche nach Jahn
- 29 Eure Rückmeldungen
- 30 Gewinnspiel #turnenistmehr
- 34 Kolumne

10

Erfolge & Berichte

- 10 LMS Turn 10 OÖ
- 11 Erfolge Alfred Schweiger
- 25 Österr. Jugendmeisterschaften

16

Turnakademie

- 16 Das Rad
- 20 Jahresprogramm
- 22 Selbstverteidigungskurs
- 23 Jugendvorturnerausbildung Teil 1
- 24 Kurs: Eltern-Kind- und Klein-kinderturnen

33

Vereinsleben

- 33 Der ultimative Turnsprint
- 34 Vereinsnachrichten

📷 Titelbild: Alfred Schwaiger, Foto: Marco Zunt <https://www.instagram.com/marcozunt.photography/>

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.

**Offene ÖTB
Landesmeisterschaft OÖ Turn10**
Vera Tillmann
Allgemeiner TV Vöcklabruck

Foto: IRüdiger Jahnel



Wir gehen neue Wege mit unserer Bundesturnzeitung!

Wie du an den letzten Ausgaben sicher bemerkt hast, hat sich am Erscheinungsbild und Inhalt der BTZ einiges verändert. Sie ist nicht nur deutlich gehaltvoller geworden und bietet nun für viele unserer Leser interessante und nützliche Inhalte, das Erscheinungsbild ist dank Ingo Lacheiner nun sehr ansprechend und lädt zum Lesen ein. Wir sind stolz, unsere Ideen zur BTZ so erfolgreich in die Tat umgesetzt zu haben

und die vielen positiven Rückmeldungen quer durch alle Leserschichten bestätigen den eingeschlagenen Weg und spornen uns weiter an. Die Bundesleitung hat gemeinsam mit Schriftleitung und Grafik Ideen, wie die BTZ noch attraktiver und einem größeren Leserkreis zugänglich wird. Unser Plan in diesem Jahr:

VEREINHEITLICHUNG DES BEZUGSSYSTEMS UND DEUTLICHE VERGÜNSTIGUNG FÜR VIELE VEREINE

Ab heuer gibt es nur mehr einen Bezugspreis. Der BTZ-Bezugspreis für ein Jahr beträgt € 7,80, das entspricht € 1,30/Ausgabe. Damit erleichtern wir den Vereinen die Verwaltung der BTZ-Bezieher und ermöglichen ihnen gleichzeitig ohne Zusatzkosten mehr Vereinsmitglieder zu erreichen.

ERREICHUNG NEUER LESERSCHAFT UND SOMIT STEIGERUNG DER AUFLAGE

Durch eine weitere Aufwertung des Inhaltes, einen günstigeren Bezugspreis und die Bewerbung bei Lehrgangs- und Lagerteilnehmern konnten wir schon vergangenes Jahr neue Bezieher gewinnen. Lieber BTZ-Leser: Wenn dir die BTZ gefällt, würde es uns freuen, wenn du in deinem Verein dafür eintrittst, dass mehr Turngeschwister die BTZ erhalten. Selbstverständlich kann auch jeder Einzelne die BTZ beziehen und sich auf unserer Internetseite anmelden.

WISSENSTRANSFER & NACHLESE FÜR UNSERE VEREINE UND DEREN MITGLIEDER

Die BTZ wird auch in Zukunft als Drehscheibe für Vereinsideen wirken. Den Vereinsnachrichten wird breiter Raum geschenkt und so der Wissensaustausch unter den Vereinen, Amtswaltern und Vorturnern gefördert.

„MEINE“ VEREINSZEITUNG IN DER BTZ

In Planung ist auch die Möglichkeit für Vereine, Beilagen zu bestellen, um ihre eigenen Vereinsmitteilungen sehr ansprechend und kostengünstig an alle ihre eigenen Mitglieder versenden zu können. So hält jeder Verein mit 6 ansprechenden Zeitungen den Kontakt zu seinen Mitgliedern und kann je nach Bedarf eigene Einlagen versenden. Dies erschließt zusätzlich die Möglichkeit, neue Inserenten zu gewinnen, um so als Verein und ÖTB einen finanziellen Vorteil zu haben.

BTZ ONLINE

Die BTZ wird es in Zukunft nicht nur als Druckausgabe geben, wird planen auch eine Onlineausgabe für unsere Mitglieder.

ÖTB-MARKTPATZ IN DER BTZ

In unseren Reihen sind viele Turngeschwister (nicht nur Firmen!) die ihr berufliches Wissen und ihre Möglichkeiten gerne unseren Mitgliedern unterbreiten. Eine gewissenhafte und nutzenorientierte Betreuung unter Turngeschwistern ist garantiert. Interessierte Marktplatz-Partner melden sich einfach per Mail an gst@oetb.at

Die Bundesturnzeitung wird auch in Zukunft vorrangig der Information und dem Wissensaustausch dienen. Der digitale Newsletter (Mailaussendungen) dient vorrangig Terminankündigungen, Neuigkeiten und Erinnerungen. Nicht zu vergessen der Kanal der sozialen Medien, deren Pflege und Aktualität immer wieder unser aller „like“ – Unterstützung bedarf.

Bitte verwendet #turneristmehr auf Social Media und zeige deine Begeisterung für unser Turnen!



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

WEIHPRAUCH

Der Begriff „Weihrauch“ stammt vom Althochdeutschen Wort „**wihrouc**“ ab, was „heiliges Räucherwerk“ bedeutet. Man bezeichnet damit zum Räuchern verwendete Harze sowie jene Pflanzenarten aus denen diese Harze gewonnen werden.

Weihrauch gehört zur Gattung Boswellia und zur Familie der **Balsambaumgewächse** (Burseraceae). Diese Gattung umfasst viele verschiedene Arten. Einzig **Boswellia serrata** ROXB., der **Indische Weihrauch**, wird pharmazeutisch genutzt.

Die Boswellia-Arten wachsen in Trockengebieten Afrikas, Arabiens und in Indien. Der Indische Weihrauch wird durch Einschnitten von Stämmen und dicken Ästen gewonnen. Das aus den Wundstellen austretende, milchsaftähnliche Gummiharz erstarrt an der Luft zu unregelmäßigen Massen. Dieses körnige, getrocknete Harz war schon bei den alten Ägyptern von Bedeutung. Es wurde für kultische Zwecke, bei der Mumifizierung herausragender Persönlichkeiten und auch als aromatisches, desinfizierendes und entzündungshemmendes Räuchermittel und Heilmittel verwendet. Der in Kirchen zum Räuchern verwendete Weihrauch (**Olibanum**) wird in ganz ähnlicher Weise aus den Arten Boswellia frereana BIRDW. und Boswellia carteri BIRDW. gewonnen. Daher kommt auch die Bezeichnung Kirchenharz oder Weißer Wirk. Er wird meist vermischt mit anderen Räuchermitteln, wie Benzoe oder Myrrhe, eingesetzt.

Zu den **Hauptinhaltsstoffen** in Boswellia serrata zählen zu 60 % das Harz und zu 6 – 9 % das ätherische Öl. Das Harz enthält vorwiegend Triterpensäuren, unter denen die sogenannten Boswelliasäuren medizinische Bedeutung besitzen.

Diese **Boswelliasäuren** wurden in den letzten Jahren intensiv auf eine **entzündungshemmende Wirkung** untersucht.

In der Phytotherapie sollen Präparate, die Boswelliasäuren enthalten, bei entzündlichen Beschwerden des **rheumatischen Formkreises** helfen.



MONTANA HAUSTROPFEN

Rein pflanzlich.
Vielseitig anwendbar.

Hilft rasch bei:

- Verdauungsbeschwerden
- Völlegefühl
- Magenverstimnungen
- 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 Gebrauchs- information, Arzt oder Apotheker.

PHARMONTA
Dr. Fischer GmbH
A-8112 Gröden-Sträßchen

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
Bauingenieur für Maschinenbau
allgemein bereiteter und gerichtlich geprüfter Sachverständiger
Kanzlei – 1020 Wien – Schöngasse 6/1
Telefon & Fernabteilung 01 / 729 47 11
Zweigstelle – 4910 Mied – Kapuzinerberg 13
Telefon & Fernabteilung 07752 / 80 0 21
E-Mail hermann.pietsch@gmx.at

übernimmt Aufträge in ganz Österreich für gezielte Überprüfungen von
Kellern, Wänden, Krananlagen und Hebezeugen; Gutachten im Bereich
allgemeiner Maschinenbau, Kraftfahrzeugumbauten und nach § 82b Gewerbe-
ordnung, geprüfte Sicherheitsfachkraft, Heißgasberechnungen

Du willst mehr lesen? Bestelle dir die Printversion!

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

