BUNDESTURNZEITUNG DES ÖSTERREICHISCHEN TURNERBUNDES

UNSER TURNEN

März
April
2024

BUNDESJUGENDTURNFEST MÖDLING

07 Bundesjugendturnfest
16 Brauchtum Schürze
26 Blitzlichter Turnerbälle
38 Vereinsnachrichten

sports

Mehr Familienspaß
für weniger Geld.

bezahlte Anzeige

Die neue OÖ Familienkarte
mit vielen Vergünstigungen.

bezahlte Anzeige

familienkarte.at

ober österreich

WERNER SCHULTES
ÖTB Bundesobmann

Liebe Turngeschwister!

bis zum Bundesjugendturnfest in Mödling vom 11. -14. Juli 2024 stehen unseren Vereinen und dem Festausschuss fordernde Monate bevor! Für die einen gilt es, die Vorturner und die Vereinsjugend zur Teilnahme zu begeistern, für die anderen das Fest optimal für die erwarteten 1.200 Teilnehmer und Gäste vorzubereiten.
Die Kommunikation in den Vereinen zu den Kindern und Eltern funktioniert meistens sehr gut, ist doch der persönliche Kontakt vor und nach den Turnstunden gegeben und meist eine Mailadresse oder WhatsApp-Gruppe vorhanden.
Für uns im ÖTB ist es schon deutlich schwieriger, unsere Informationen an die richtigen Turngeschwister zu verteilen. Teilweise sind die uns gemeldeten Vereinskontakte veraltet und damit nicht aktuell, teilweise erhalten wir von neuen Vereinsamtswaltern keine Kontaktdaten und leider werden Informationen in den Vereinen einfach nicht weitergegeben.
Das ist der Grund, warum wir in dieser Ausgabe der BTZ dem Bundesjugendturnfest so viel Raum geben! Ich ersuche dich, diese Informationen zum Turnfest in deinem Verein weiterzugeben, die Vorturner zu begeistern, mit einer Mannschaft nach Mödling zu kommen und selbst den Festausschuss bei den Vorbereitungen und beim Turnfest durch deine Mithilfe zu unterstützen.
Neben den Turn10-Meisterschaften am 8. Juni 2024 in Rif und den Sommerlagern am Turnersee ist das Bundesjugendturnfest in Mödling die Veranstaltung, die unsere Stärke und unseren Zusammenhalt als ÖTB zeigen wird.
Ich freue mich auf deine Unterstützung und darauf, mit dir gemeinsam am Gelingen unserer Veranstaltungen mitarbeiten zu dürfen.

Gut Heil!

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 Turnerapotheke
07 Bundesjugendturnfest
20 Sommerlager
32 Paul Polz
36 Neujahrsvolkstanzfest
38 Weihnachtsspenden
47 Bundesmeisterschaften

22
Turnakademie

22 Turnakademie Programm 2024
24 Rückblick Turnakademie
25 Rückblick Vortrag KI
28 Turnfachliches - Flexibel
30 Turnfachliches - Kippe am Reck

16
Brauchtum

16 Schürze

26
Vereinsleben

26 Blitzlichter Turnerbälle
37 Vereinsnachrichten

Titelbild: Fotograf Helmut Berger

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
Valentina Schachl

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.

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

DER SCHWARZE HOLUNDER
SEIT ALTERS HER HILFREICH BEI ERKÄLTUNGEN

Der Schwarze Holunder, auch Holler, Aalhorn oder Flieder genannt, gehört zur Familie der Sambucaceae (Holundergewächse). Heimisch ist der Schwarze Holunder mit der Stammpflanze Sambucus nigra L. in ganz Europa, West- und Mittelasien, Nordamerika und Nordafrika.
Bei den Kelten galt der Holunder als heiliger Baum, da er die Unendlichkeit verkörperte. Germanische Stämme begruben ihre Toten unter einem Hollerbusch. Der Busch galt in der Mythologie für Zwerge und Kobolde als Zugang zum Reich der Frau Holle.
Pharmazeutische Verwendung finden vor allem die frisch geernteten, getrockneten Holunderblüten (Flos Sambuci). Deren wichtigste Inhaltsstoffe sind Flavonoide und ätherisches Öl. Daneben findet man auch Schleim- und Gerbstoffe sowie Kaliumsalze.

HEILPFLANZE DES JAHRES 2024
DIE SCHWARZE IMMUNKRAFT

Holunderblüten werden als schweißtreibendes Mittel bei banalen Erkältungen, grippalen Infekten und Fieber eingesetzt. Für eine Schwitzkur nimmt man 2 Teelöffel Holunderblüten pro Tasse, die man mit kochendem Wasser überbrüht. Sehr beliebt ist die Kombination mit Lindenblüten (Flos Tiliae). Flos Sambuci wird auch bei Katarrhen der Atemwege und bei trockenem Reizhusten auf Grund der sekretionsfördernden Wirkung verwendet.
Nach der Blüte entwickeln sich die bekannten schwarz-violetten Steinfrüchte (=Beeren) mit ihrem blutroten Saft, für den der hohe Anthocyangehalt verantwortlich ist. Davon leitet sich der Begriff nigra (lateinisch „niger“ = schwarz) ab. Durch diese Inhaltsstoffe weisen die Beeren eine antioxidative, immunmodulierende und antivirale Wirkung auf. Außerdem werden sie gerne zur Herstellung von Vitamin C-reichen Getränken genutzt und als Quelle für Lebensmittelfarbstoffe herangezogen.
Achtung! Frische Holunderbeeren enthalten das giftige Sambunigrin, das zu Brechreiz und Verdauungsstörungen führen kann, daher darf man diese niemals roh verzehren. Die Beeren werden erst durchs Kochen genießbar, da das Sambunigrin zerfällt und so unschädlich wird.

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. A. Hermann Pietsch
Zivilingenieur für Maschinenbau
Kanzleisitz 1020 Wien Schönngasse 6/1
Zweigstelle 4910 Ried Kapuzinerberg 13
Fernruf 0676 / 84 85 35 350
Fernruf Büro & Fernablichtung 07752 / 80 0 21
E-Post hermann.pietsch@gmx.at
Ziviltechniker beraten, planen, überwachen und prüfen

bezahlte Anzeige

DEIN VEREIN BEIM TURNFEST?!

11.-14. Juli 2024 MÖDLING 10. Bundes Jugend Turnfest

Es gibt Neuigkeiten, es steht etwas Großes bevor: Das Bundesjugendturnfest kommt – und ratet mal, wo es stattfindet? Genau, in Mödling! Zusammen wollen wir für Sport, Spaß, Wettkampfgeist und jede Menge Gemeinschaft beim Bundesjugendturnfest Mödling 2024 sorgen.

WAS GEHT AB BEIM TURNFEST?

Seid bereit für den größten ÖTB Mannschaftswettkampf des Jahres! Das Bundesjugendturnfest wird euer Vereinsleben rocken! Der Schwung, die Begeisterung und Motivation werden den Vereinsalltag noch lange bestimmen!

VOLLE ENERGIE FÜRS TURNFEST!

Zusammen sind wir stark, zusammen schaukeln wir das Turnfest! Teilt die Begeisterung, motiviert eure Vorturner und eure Vereinsjugend. Lasst uns das Turnfest zu einem unvergesslichen viertägigen Wettkampf machen, das wir noch lange in bester Erinnerung halten werden.

Alle **Preise** rund um das **Bundesjugendturnfest** findest du auf unserer **Homepage**!

ZEIGEN WIR, WER WIR SIND!

Üben für den Wettkampf – die Gruppe wird eine Gemeinschaft! Alles einpacken und auswärts schlafen! Volkstanzabend, Wettkampfstimmung und viel Spaß! Neue Freundschaften - alte pflegen – „Gegner“ – Teilnehmer aus ganz Österreich! Spannende Eindrücke – keine Langeweile! Turnfeste haben ihre eigenen Regeln, die nicht nur die Jugend sondern auch deren Betreuer immer wieder aufs Neue begeistern! Gib deiner Jugend die Chance dies mit deinem Verein zu erleben.

GEMEINSAM SIND WIR STARK!

Das Turnfest ist nicht nur ein Wettkampf, sondern eine Chance, unsere Gemeinschaft zu stärken. Gemeinsame Wettkämpfe und Rahmengestaltungen bringen uns näher und schweißen uns als Verband wieder mehr zusammen.

MITMACHEN IST SO EINFACH!

Es liegt an jeden Einzelnen! Verbreitet die Nachricht, macht Werbung und bringt euren Verein mit. Das Zusammenstellen einer Mannschaft ist einfacher als du denkst und der Startschuss zu unserem Turnfest ist nicht mehr weit. Bei Fragen stehen wir euch jederzeit mit Rat und Tat zur Seite!

SOCIAL-MEDIA - GEWINNSPIEL!

Teile deine Vorbereitungen für das Turnfest mit uns! Poste ein Video deiner besten Turnfesttanz-Choreografie oder dem Teamgeist deiner Mannschaft und markiere uns auf Facebook oder Instagram (@oetb_oesterreich) und verwende den #bjtfmödling2024.
Alle Teilnahmebedingungen findet ihr unter
https://bjtf-moedling.at/gewinnspiel

1. Preis:
Trainingswochenende für deinen Verein

2. Preis:
Individuelle Vereins-Mannschafts-T-Shirts

3. Preis:
Genieße mit deiner Mannschaft ein Eis beim Bundesjugendturnfest

11.-14.Juli 2024

MÖDLING 10. Bundes Jugend Turnfest

VOLKSTANZFEST

SAMSTAG, 13. JULI 2024

Ob beim Siebenschritt, Marschierbayrischen, Waldhansl oder Eckerischen, ... beim Turnfest Volkstanzfest findet jeder einen tanzbaren Tanz. Also egal ob Volkstanzprofi oder Anfänger, jeder kommt bei uns auf seine Tanzkosten. Am 13. Juli 2024 ist jeder, ob jung oder jung geblieben, herzlich eingeladen. Sei dabei, schwinge mit 1000 Jugendlichen das Tanzbein und bringe mit uns den Hauptplatz in Mödling zum Beben.

TURN*STADT* FEST

FREITAG, 12. JULI 2024

Entdecke das Turnstadtfest beim Bundesjugendturnfest – eine Mischung aus Bewegung, Spaß und Gemeinschaft! Erlebe vielfältige Stationen im Bereich Sport, Geschicklichkeit, Kreativität und Beweglichkeit. Stärke den Zusammenhalt bei Gemeinschaftsaktivitäten und halte deine Erlebnisse fest.

Genieße eine Art Picknick und lass dich von der Blasmusik begleiten. Das Turnstadtfest verspricht Momente voller Freude und Begeisterung.

11.-14.Juli 2024

MÖDLING 10. Bundes Jugend Turnfest

WERDE TEIL DER MANNSCHAFT BEIM BUNDESJUGENDTURNFEST!

Du möchtest Teil eines einzigartigen Erlebnisses werden? Wir suchen noch freiwillige Helfer für das Bundesjugendturnfest in Mödling! Egal, ob du dich für Verpflegung, Auf- & Abbau, den schnelle Turnfesttrupp oder Fotografie interessierst – wir brauchen dich!

- Gemeinschaft erleben: Knüpfe neue Freundschaften und sei Teil eines engagierten Teams.
- Einzigartige Einblicke: Erlebe das Turnfest aus einer anderen Perspektive.

HIER KANNST DU DICH MELDEN!

GEMEINSAM STARK: UNTERSTÜTZE UNSER JUGENDTURNFEST 2024!

Du möchtest Teil unseres ÖTB Bundesjugendturnfests 2024 in Mödling sein, kannst aber nicht persönlich vor Ort dabei sein? Kein Problem! Wir freuen uns über jede Form der Unterstützung, und finanzielle Hilfe ist eine großartige Möglichkeit, unser Jugendturnfest zu stärken.

Deine Spende trägt dazu bei, unvergessliche Momente für die Jugend zu schaffen und das Jugendturnfest zu einem sportlichen Höhepunkt zu machen

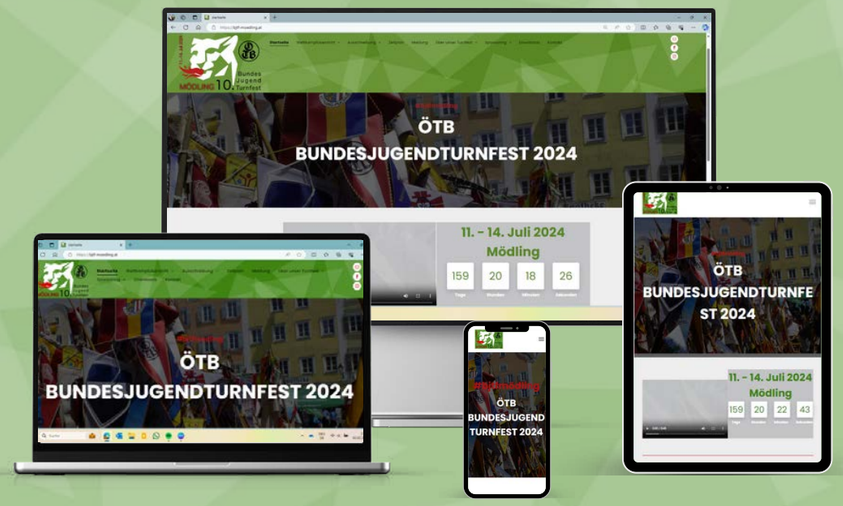
JEDER BEITRAG ZÄHLT UND BRINGT UNS UNSEREM ZIEL NÄHER.

Mit deiner Spende ermöglichst du 1.000 Jugendlichen ein unvergessliches Turnfesterlebnis! Dein Beitrag sichert das "Mehr" das wir alle so schätzen. sei stolz zum Erfolg der Veranstaltung beigetragen zu haben!

JEDE UNTERSTÜTZUNG ZÄHLT – SEI EIN TEIL UNSERER ERFOLGSGESCHICHTE!

JETZT SCANNEN UND SPENDEN!

TAUCHE IN DIE WELT DES TURNFESTES EIN!



www.bjtf-moedling.at

Auf unserer Turnfest-Website erwarten euch alle wichtigen Infos rund um unser bevorstehendes Bundesjugendturnfest 2024.

Entdeckt die Vielfalt des Turnfestes, von Mannschaftswettkämpfen bis zu Rahmenveranstaltungen über Einblicke der letzten Turnfeste, auf unserer Website findet jeder das Richtige.

Neugierig geworden? Besucht unsere Website jetzt und lasst euch von der Begeisterung anstecken! www.bjtf-moedling.at

Gemeinsam erleben wir Sport, Spaß, Gemeinschaft und jede Menge Energie! Wir freuen uns darauf, euch auf unserer Turnfest-Website zu begrüßen!

Du willst mehr lesen? Bestelle dir die Printversion!

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