

ATSV Bad Aussee Volksbank

ATSV Bad Aussee Volksbank • Altausseer Straße 356, 8990 Bad Aussee • Tel.: 0676/84 54 78 120 E-Mail: office@atsv-badaussee.at • Homepage: www.atsv-badaussee.at





FIT & GESUND JUDO KARATE LAUFTREFF LEICHTATHLETIK STOCKSPORT TAUCHEN TISCHTENNI

KARATE Sport für die THLETIK ganze Familie!



Liebe Leser!

Liebe Vereinsmitglieder, liebe Sportsfreunde,

ich darf Euch auch heuer wieder unsere Vereinszeitung "Sport Aktiv" präsentieren.

Das ist heuer eine besondere Herausforderung, da uns "Medienprofi" Wolfgang Nister berufsbedingt erstmals nicht zur Seite stehen kann. Ich bedanke mich an dieser Stelle herzlich bei Wolfgang für seinen bisherigen Einsatz – heuer geht's zeitlich einfach nicht.

Für Wolfgang springt uns erstmals Magdalena Rack ein – an sie auch herzlichen Dank, dass sie uns neben den Herausforderungen ihrer Ausbildung bei der Erstellung unserer Zeitung unterstützt.

Ein neues Erscheinungsbild wollen wir uns auch anders "verpassen": In der letzten Vorstandssitzung haben wir beschlossen, unsere Mitglieder gegen einen geringen Kostenbeitrag mit neuen Trainingsanzügen und Softshelljacken auszustatten. Nach drei Anprobe-Terminen in unserem Vereinsheim sind an die 100 Bestellungen eingegangen. Wir investieren dafür einige tausend Euro und hoffen, dass alle viel Freude mit der neuen grün/weiß/schwarzen Ausstattung haben, und den Verein bei zahlreichen Veranstaltungen mit dem erfrischend einheitlichen Vereinsoutfit präsentieren können.

Kostenseitig haben wir für unser Vereinsheim eine gute Lösung gefunden, vielen Dank im Namen des Vorstands an die Familie Pressl für das Verständnis und die Flexibilität. Wie wichtig das Vereinsheim für uns ist, haben die Anprobe-Termine gezeigt. Alle Sektionen sind eingeladen, die Räumlichkeiten für Aktivitäten (zB. Weihnachtsfeiern) zu nutzen.

Sportlich hat sich auch heuer wieder viel getan, am aktivsten sind traditionell die Stockschützen und die Leichtathleten. Insgesamt freuen können wir uns in den Sektionen über einen guten "Zulauf"! Deutlich zeigt sich das beim "Bodywork für Frauen" der Sektion "Fit & Gesund" – da ist der Hauptschulturnsaal mit über 30 Teilnehmerinnen gut gefüllt, und Dagmar Binna benötigt trotz ihrer kräftigen Stimme ein Headset mit Lautsprecheranlage, damit sie bis in die hintersten Reihen "durchdringt"!!

Andreas Gruber
Obmann des ATSV

Bad Aussee Volksbank

Über einen guten Zuwachs, vor allem bei der Jugend, freute sich bei der letzten Vorstandsitzung auch Hans Siegl für die Sektion Judo. Nur wenige Tage darauf verstarb Hans völlig unerwartet. Hans hinterlässt auch bei uns mit seinem vorbildlichen Einsatz bei der Jugendarbeit und seiner offenen, ehrlichen und konstruktiven Mitarbeit im Vorstand eine große Lücke!

Ich danke allen Trainern in den Sektionen insbesondere für den Einsatz bei der Arbeit mit der Jugend im abgelaufenen Jahr!

Mehr Informationen findet Ihr wie immer auf den folgenden Seiten und laufend "brandaktuell" auf unserer Homepage www.atsv-badaussee.at! Viel Spaß beim Lesen!

Ich wünsche Euch und Euren Familien schöne Feiertage, Entspannung auch beim "Feiertagssport" und viel Erfolg im Fußball EM Jahr 2016!

Ever Andreas

Leichtathletik ———

Die Leichtathletikfamilie ist seinen 7 Trainern und etwa 120 gemeldeten Kindern im Alter von 3 – 16 Jahren die mitgliederstärkste Sektion des ATSV Bad Aussee. Die Trainingszeiten aller 3 Gruppen sind ieweils montags im Turnsaal des Bundesschulzentrums. Vermittelt werden natürlich die Inhalte für laufen, springen und werfen, aber auch das Turnen, das Spiel und der Wettkampf kommen in allen Gruppen nicht zu kurz. Die Lieblingsstunde ist nach wie vor "Der Gefängnisausbruch"!

Steirische Nachwuchs-Mehrkampfmeisterschaften in Leibnitz

Bei den steir. Mehrkampf-Meisterschaften in Leibnitz schrammte Sabrina Gierlinger (WU14) als Vierte knapp an einer Medaille vorbei. Johannes Raaijmann wurde in der Klasse MU12 guter Fünfter. Leonie Binna wurde als U10-Athletin tolle 10. in der Klasse WU12. Flora Raaijmann, ebenfalls noch der U10 Klasse angehörend, wurde 12.



Nachwuchs-Vereinsmeisterschaft mit 54 Teilnehmern

Das jährlich Highlight unserer Jüngsten findet immer Ende Juni mit der Durchführung der Nachwuchs-Vereinsmeisterschaft im Dreikampf (laufen, springen, werfen) statt.

Heuer nahmen 54 Athleten im Nachwuchsathleten teil. Sabrina Gierlinger verteidigte ihren Vereinsmeistertitel aus dem Vorjahr erfolgreich. Bei den Burschen konnte sich Felix Binna erstmals in die Lite der Vereinsmeister eintragen.



Sehr erfolgreiche Masters-Athleten

Bei den österr. Masters-Meisterschaften Mitte Juni in Götzis/Vbg. konnten die Vereinsathleten insgesamt 3 Medaillen nach Hause holen. Sektionsleiter Horst Binna holte im Speerwurf der Klasse M45 die Silbermedaille, im Diskuswurf wurde er bei strömenden Regen überraschend Dritter. Sein Bruder Theodor schaffte im 200 m Lauf der Klasse M55 das Siegertreppchen. Im 100 m Lauf wurde er toller Fünfter.



Maria Grieshofer (W55) und Mag. Claudia Harreiter (W35) bekamen für ihre Leistungen über die Mittel- und Langstrecke eine Anerkennungsmedaille.

Bei den steirischen Masters-Meisterschaften Anfang September in Leibnitz gewannen unserer Athleten gleich 6 Medaillen. Theodor Binna gewann in der Klasse M55 den 200 mLauf und holte sich über 60m die Silbermedaille. Maria Grieshofer wurde über 60 m und 5000 m jeweils die Silbermedaille. Armin Binna (M35) stieg nach 20 Jahren wieder ins Wettkampfgeschehen ein undgewann im Weitsprung die Silbermedaille und im 200 m Lauf die Bronzemedaille.

siterschaft Mitte September in Linz für den 100 m Lauf mit 13,28 sec. qualifiziert. Dort lief sie im 100 m Vorlauf bei Gegenwind 13,51 sec. und wurde als jüngste Teilnehmerin 16. Von insgesamt 28 gestarteten Läuferinnen.

Kinderzehnkampf in Gmunden

Valentin Rack und sein Bruder Florian gewannen mit persön-



Sabrina Gierlinger auf Platz 3 der Österr. U14-Bestenliste über 60 m

Sabrina Gierlinger egalisierte bei den österr. U14-Mehrkampf-Meisterschaften Anfang Juni in Villach in 8,28 sec. den U14-Vereinsrekord von Michaela Egger über 60 m und ist damit in der österr. U14-Bestenliste 2015 über diese Distanz auf Platz 3. Ebenfalls stark ihre Leistung über 60 m Hürden, wo sie mit 9,43 sec. auf Platz 7 liegt.

Als U14-Athletin hat sie sich bei einem Abendmeeting in Graz für die österr. U16-Melicher Bestleistung die Klassen MU18 und MU16. Leonie Binna verbesserte sich gleich um mehr als 1200 Punkte auf 5.978 Punkte und wurde in der Klasse WU10 hervorragende Zweite. Großartig ihr Sprung über 1,70 m im Stabhochsprung.

Infobox

Sektion Leichtathletik Horst Binna 0676/836 22 545 horst.binna@badaussee.at www.atsv-badaussee.at



Hans Siegl + 31.10.2015



Nach kurzem Kampf gegen das Schicksal hat dieses gesiegt. Wir haben einen Freund verloren.

Viele Jahre hat er sich sportbegeistert beim ATSV Bad Aussee Volksbank eingebracht. Mit viel Liebe und Hingabe hat er sich um die Nachwuchs-Judokis bemüht.

Er hat ihnen gezeigt, nach gewissen Regeln zu kämpfen, zu siegen oder zu verlieren, zu fallen aber nach dem Fall auch wieder aufzustehen.

Respekt und Rücksicht auf die Schwächeren hat er ebenso vermittelt, wie die Freude am Siegen. Sein persönlicher Einsatz war es, einen Beitrag dazu zu leisten, der Jugend von heute Werte für das Morgen zu vermitteln.

Mit diesem Nachruf möchten wir uns für seinen Einsatz beim ATSV -Judo herzlichst bedanken.

Judo

Das Judotraining findet im Turnsaal der Volkschule Altaussee statt. Das gemeinsame Training von Jung und Alt findet Donnerstags von 17:45 bis 19:15 Uhr statt.

Zum Aufwärmen beginnen wir mit Spielen dann geht es zum Techniktraining und Übungskämpfen weiter. Der Abschluss wird ebenfalls mit Spielen gestaltet, diese dienen zur Auflockerung nach dem anstrengenden Training. Einmal im Jahr wird eine Gürtelprüfung abgelegt.

Die letzten Prüflinge waren Andreas Pressl 5 Kyu., Thomas Reiter 6/5 Kyu., Florian Vollmann 5/4 Kyu. ■





Mini-Kids

Als vor ca. 10 Jahren meine Kinder an den Mini-Kids-Leichtathletikstunden – damals ganz frisch ins Leben gerufen - teilnahmen, war ich eine von vielen Müttern, die am Turnsaalrand saßen. Ich "durfte" mich damals nicht allzu weit entfernen – Sichtkontakt war gefragt!

Es dauerte nicht lange und ich half aktiv mit, unterstützte Dagmar, wo es notwendig war, und fand so nach und nach in die Welt der Kinderleichtathletik hinein. 10 Jahre später – mittlerweile sind meine Kinder beim Sport längst außer Sichtweite – ist die Mini-Kids-Stunde am Montag um 17.00 Uhr gemeinsam mit Dagmar und Daniela, mit Hopsi Hopper und ca. 25 – 30 Kindern zum Fixpunkt in meinem Kalender geworden.





Wie wichtig diese Stunde ist, zeigt sich jede Woche an den vielen leuchtenden Kinderaugen, die uns im Turnsaal begegnen, an den fast traurigen Gesichtern, wenn die Stunde vorbei ist, oder einmal aufgrund von Ferien ausfällt und natürlich auch am lauten Kinderlachen, das den Turnsaal füllt.

Hopsi Hopper freut sich sehr, wenn du kommst und hüpfst wie er!

Nachdem wir uns gemeinsam mit Hopsi Hopper in der Turnsaalmitte versammelt und unser Begrüßungssprüchlein mit Spaß und Bewegung laut aufgesagt haben, geht's gleich mit Vollgas los. Es wird mit Musik-Stopp-Spielen oder mit bekannten Kindergartenspielen, wie z.B. Feuer-Was-

ser-Sturm aufgewärmt und gelaufen bis die Kinderwangen rot sind!

Danach wird je nach Thema geklettert, geworfen, balanciert, gesprungen – und jede Woche ist für die Kinder immer viel Neues dabei!

Neu ist heuer auch die Zusammensetzung unserer Gruppe: Viele unserer Kinder sind in die Volksschul-Gruppe aufge-



stiegen und zahlreiche jüngere Kinder sind frisch dazugekommen.

Allein dies ist für uns Trainerinnen schon eine Herausforderung, denn es gilt, das Stundenprogramm so flexibel wie möglich zu gestalten. Deshalb sind Daniela und ich sehr froh, dass Dagmar mit ihrem großen Ideen- und Erfahrungsschatz, ihrer Spontanität und ihrer Gelassenheit jede Turnstunde gelingen lässt - an dieser Stelle ein riesengroßes Danke an Dich, Dagmar!

Und obwohl am Ende der Turnstunde nicht nur die Kinder (so soll es ja auch sein!) sondern auch wir Trainerinnen müde sind, gibt es nichts Schöneres, als unseren Mini-Kids den Raum und die Möglichkeit zur regelmäßigen Bewegung zu geben – als kleiner, aber wichtiger Beitrag für spätere Fitness und Gesundheit.

Infobox

Hopsi Hoppers Training Mag. Dagmar Binna 0664/28 39 833 d.binna@aon.at www.atsv-badaussee.at

-Tischtennis -

Tischtennis-Meisterschaft

Nach 7 Herbstrunden liegt unsere Mannschaft mit 5 Siegen und 2 Niederlagen an der 3. Stelle der Kreisklasse Salzkammergut. Es führt Union Gmunden vor ASKÖ Pinsdorf.

Als einziger bei allen Spielen dabei war Gerhard Ziermayer mit 12 Einzelsiegen bei 3 Niederlagen. Weiters erfolgreich waren Manuel Kalß 10:1, Julian Kalß 7:0 und Franz Marl 6:2.





32. Ausseerland Tischtennisturnier

Beim alljährlichen Drei-Länder-Kampf Salzburg, Oberösterreich und Steiermark wurden diesmal die Siegerpokale gleichmäßig aufgeteilt. Stefan Stutzenberger vom TTV Spital / Pyhrn gewann den Hauptbewerb.

Zweiter wurde Lukas Huber (Union Gschwandt), Dritter Nikolaus Nadrchal (SV Leoben).



Im B-Bewerb siegte Peter Lerchegger (TTC St. Nikolai) vor David Gaußner (Magistrat Salzburg) und Michael Hauer (Union Gschwandt).

Im Doppel waren Norbert Loitzl und Markus Rossbach-Hitzeroth vom Post-SV Salzburg erfolgreich vor Markus Tassatti und Markus Aichholzer (TTC St. Nikolai). Dritte wurden Stefan Strutzenberger und Thomas Hinteregger (TTV Spital / Pyhrn).

Sieger 1. Klasse/Hobby wurde Erwin Glinzner (ATSV Bad Aussee) vor Siegfried Laschitz (ATUS Kalsdorf) und Lisa Murauer (Union Gschwandt).

Den Schüler- und Jugendbewerb entschied Benjamin Schrambeck (Union Pfandl) für sich, Zweiter wurde Alexander Pühringer (Union Gschwandt), Dritte wurden Martin Köberl und Bence Toth vom ATSV Bad Aussee.

Infobox

Sektion Tischtennis Gerhard Ziermayer 0676/836 22 539 gerhard.ziermayer@ badaussee.at www.atsv-badaussee.at







Karate -

Karate gegen gewaltsames Mobbing an Schulen?

Kennen Sie das folgende Szenario?

Ein Kind wird in der Schule gehänselt und körperlich belästigt. Vielleicht wird es "nur" gezwickt und an den Haaren gezogen? Oder wird es gar umgerannt und von mehreren Klassenkameraden am Boden festgehalten, bis es kaum noch Luft bekommt? Das kommt leider häufiger vor als man denkt. Selbst in Volksschulen sind Kinder davor längst nicht mehr gefeit. Die Schulzeit, die eigentlich erfreulich oder zumindest erträglich sein sollte, wird durch (gewaltsames) Mobbing für die betroffenen Kinder und deren Eltern rasch zur seelischen Belastungsprobe.

Es gibt natürlich Strategien, die dagegen helfen können. Viele Probleme können durch verbale Mittel gezielt bekämpft werden. Es nützt, wenn sich die "Opfer" möglichst rasch (verbal oder nonverbal) wehren, andere Kinder die "Täter" zurechtweisen oder Eltern auf ihre Kinder positiv einwirken.

Profis empfehlen jedoch häufig ergänzend Kampfsport-Training für die "Opfer".

Aufgrund langjähriger Erfahrung in der Kampfsportart Karate kann ich feststellen, dass das Karatetraining an sich für Selbstverteidigung am Anfang längst nicht so hilfreich ist, wie man vielleicht glaubt. Erst nach mehreren Jahren intensiven Trainings (kombiniert mit dem Erlernen von wirksamen Selbstverteidigungstechniken) kann sich ein Karateka (hoffentlich) im Ernstfall effektiv selbst verteidigen.

Dennoch hat das Karate-Training selbst in den ersten Jahren positive Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche. Sie werden durchwegs sicherer im Auftreten, was an sich schon Mobbing verhindern hilft.

Durch Übungssequenzen während des Trainings werden die Jung-Karateka harmlosen körperlichen Angriffen ausgesetzt, weshalb sie auch in der Schule nicht so leicht erschrecken, wenn sie von Schulkollegen tätlich belästigt werden. Sie werden dann eher die Möglichkeit haben, sich angemessen zu wehren.

Natürlich muss man beim Training der "Opfer" darauf achten, dass die Methoden, mit denen sie sich zur Wehr setzen, möglichst harmlos sind. Klassische Selbstverteidigungstechniken sind hierfür häufig viel zu gefährlich. Man muss ja schließlich bedenken, dass die "Täter" selbst noch Kinder sind und keinesfalls verletzt werden dürfen.

Bei Fragen oder echtem Bedarf stehe ich betroffenen Kindern und deren Eltern – gegen telefonische Terminvereinbarung – gerne mit Rat und Tat zur Seite. Die Kinder müssen auch nicht mit Karate anfangen, um Hilfe zu bekommen!

Damit ich nicht unterstützend tätig werden muss, hätte ich noch eine ganz wichtige Bitte an die Eltern: Bitte wirkt auf Eure Kinder dahingehend ein, dass sie ihre Schulkollegen nett behandeln und auch helfend einschreiten, wenn andere Kinder gemobbt werden.

Vielen Dank! Eure Nina

Infobox

Sektion Karate Dkfm. Heribert Raich 0664/18 13 786 hr01@aon.at

www.atsv-badaussee.at www.karate-stmk.at www.karate-austria.at





Bodywork & Männerfitness

Viel Begeisterung und große Teilnehmerzahlen

Jeden Dienstag zwischen 18.45 und 21 Uhr herrscht voller Betrieb im Turnsaal der NMS Bad Aussee. Und das im wahrsten Sinne des Wortes.

Viele eifrige und sportliche Männer starten mit ihrem Training, in der darauffolgenden Stunde sind die Damen bereits sehr gespannt, "wie wohl die Herren aus der Turnstunde kommen?" "Was gibt es heute – was hat sich Dagmar wieder ausgedacht?"

Dieses bisschen Spannung gehört einfach dazu und prägt beide Kurse, sowohl Bodywork für Frauen als auch Männerfitness. Ziel ist es, mit viel Abwechslung und Motivation die inhaltlichen Schwerpunkte des konditionellen und koordinativen Trainings für Damen und Herren so spielerisch und zugleich herausfordernd zu machen, wie nur möglich.

Gerade diese Strategie dürfte sich in den letzten Jahren sehr bewährt haben. Dies sieht man daran, dass der heurige Teilnehmerzulauf besonders hoch ist. Im Durchschnitt 20 Herren und 30 Damen nehmen an den Kursen am Dienstag teil und der "Spaß" darf dabei nie zu kurz kommen. Um auch das gesellige Beisammensein der Gruppe zu unterstreichen, gibt es mit den Männern vor Weihnachten eine kleine gemütli-

che "Weihnachtsfeier" – vorher wird natürlich geturnt.

Die Damen starten das neue Jahr mit einem aktiven Neujahrsausflug, der in einer geselligen Runde ausklingt. Das
"alle miteinander" kommt
zum Ende des Turnjahres,
wenn die Sonne draußen wieder höher steht und der Tag
abends länger wird, dann ist es
Zeit, den Turnsaal zu verlassen und mit einem "gemein-

Infobox

Männerfitness Mag. Dagmar Binna 0664/28 39 833 d.binna@aon.at samen Damen- und Herrenausflug" in die wohlverdiente Sommerpause zu gehen.

Ab September (2. Schulwoche) sind alle wieder hochmotiviert und freuen sich auf den Start!





Gesundheitstipp

Kennen Sie ihren Physical-Activity-Level? (PAL-Wert)

Der PAL-Wert gibt an, mit welcher Zahl der Grundumsatz multipliziert werden muss, um den gesamten Energiebedarf für den Tag auszurechnen.

Multiplizieren Sie ihren Grundumsatz (= Körpergewicht x 1 kcal x 24 h) mit dem richtigen PAL-Wert aus der Tabelle und Sie erhalten ihren durchschnittlichen Gesamtenergiebedarf für den Tag als Resultat. ■

Faktor	Aktivität
--------	-----------

1.2 nur sitzend oder liegend
1.4-1.5 sitzend, kaum körperliche Aktivität
1.6-1.7 sitzend, gehend und stehend
1.8-1.9 hauptsächlich stehend und gehend
2.0-2.4 körperlich anstrengende Arbeit

Beispiel

gebrechliche Menschen Büroarbeit am Schreibtisch Studenten, Schüler, Taxifahrer Verkäufer, Kellner, Handwerker Landwirte, Hochleistungssportler

Hier ein Beispiel:

Tagesenergieumsatz Berechnung

Grundumsatz 1650 kcal x 1,5 Aktivitätsfaktor für Bürotätige = 2475 kcal

- Zunehmender Bewegungsmangel und schlechte Ernährungsgewohnheiten zählen zu den Hauptursachen der modernen Zivilisationskrankheit!
- Bleiben sie durch zusätzliche Bewegung und gesunde Ernährung unter ihrem Tagesenergieumsatz, so sind sie bestimmt auf einem guten Weg zu einem gesunden Lebensstil!



- Mitgliederstatistik -

Der ATSV verzeichnet mit 405 Mitgliedern einen Mitgliederrückgang von 6,2 % gegenüber dem Vorjahr. Davon betreiben 337 Mitglieder in unseren 7 Sektionen aktiv Sport.

Im laufenden Jahr konnten wir 27 neue Mitglieder in unsere ATSV-Familie aufnehmen. Leider sind auch 56 Mitglieder aus dem Verein ausgetreten.

Die größte Sektion ist mit 144 Mitgliedern die Gruppe der Leichtathleten/Volksläufer (etwa 75 Kinder sind jünger als 13 Jahre), gefolgt von der Gruppe "Fitness" mit 67 Mitgliedern. Die Stocksportler sind auf 44 Mitglieder angewachsen. Es folgen 27 Karatekas, 24 Judokas, 20 Tischtennisspieler und noch einige Taucher.

150 Vereinsmitglieder sind unter 18 Jahren, dies entspricht somit 50 % aller in Sektionen geführten Mitglieder.



zum 50er

KITZER Klaus MOSER Hubert HAINZL Karl FLEISCHHACKER Gerhard DREYER Marike

zum 60er

KÖBERL Reinhold ZINNHOBLER Angelika ABEL Elisabeth KÖBERL Franz

zum 70er

DEOPITOAlfred PINTER Robert FROSCH Johann PETTER Gertrude

zum 75er PRESSL E

PRESSL Erika TEMMEL Willibald SCHÖNAUER Paula SCHWEIGER Margit KOSCHUH Almut

zum 80er

PRESSL Erika TEMMEL Willibald SCHÖNAUER Paula SCHWEIGER Margit KOSCHUH Almut

Rhythmische Gymnastik -

Wir sind eine Gruppe von rund 20 Damen und treffen uns jeden Donnerstag um 19:30 Uhr im Turnsaal der neuen Mittelschule Bad Aussee.

Wir halten uns durch rhythmische Gymnastik und Dehnungsübungen fit. Unser Gleichgewichtsgefühl trainieren wir mit Balance Kissen und arbeiten auch mit Handeln. Die Zeit vergeht uns jedes Mal wie im Flug und die Donnerstagabende bringen uns viel für unsere Beweglichkeit und Fitness und damit auch für unsere Gesundheit.

Auf das "Zammsitzen" nach der schweißtreibenden Fitnessstunde wird nicht vergessen, denn die Gemeinschaft wird bei unserer Gruppe groß geschrieben und sehr gepflegt. Wenn es die Wetterverhältnisse zulassen gehen wir im Winter auch einmal zum Rodeln am Loser bzw. Schneeschuhwandern. Lustig geht es auch zu, wenn wir uns zum Eisstockschießen auf der Eisbahn in Sarstein zusammen finden.

Großen Wert legen wir auf das Zusammengehörigkeitsgefühl. Das kommt immer wieder zum Ausdruck bei unseren



besinnlichen Weihnachtsfeiern, zu Fasching oder bei den runden Geburtstagen der Turnerinnen. Da lassen wir uns immer wieder etwas einfallen, wobei dabei auch die Kochund Backkünsten der einzelnen Turnerinnen nie zu kurz kommen

Aber nicht nur unsere Turnstunden sind immer sehr abwechslungsreich, sondern auch das übrige Jahresprogramm bietet viel Abwechslung. Wenn die Tage im Frühjahr wieder länger werden, geht es in die Natur hinaus. Dann unternehmen wir wenn es das Wetter zulässt jeden Donnerstag am Abend eine

schöne Wanderung in unserer Umgebung – natürlich gibt es auch dann einen "Einkehrschwung", denn die Gemütlichkeit darf in unserer Runde nicht fehlen. Wenn es das Wetter erlaubt machen wir auch da und dort eine Bergtour.

Auch die gemeinsamen Grillabende sind immer wieder unvergessliche Abende in der Turnerinnenrunde. Einige schöne gemeinsame Wochenendausflüge haben wir schon unternommen und planen bereits wieder eine gemeinsame Reise. Wir sind eine aktive Runde, die sich mit Sport fit und gesund hält, die aber auch gerne das ganze Jahr verschie-

dene Aktivitäten gemeinsam unternimmt.

Alle sportlichen Damen, die bei unserer Gruppe gerne mitmachen wollen, sind natürlich jederzeit herzlich willkommen.

Infobox

Rhythmischer Tanz & Gymnastik Christine Komarek 0680/32 53 160 christine.komarek@aon.at www.atsv-badaussee.at



Stocksport

Die Saison 2015 war für die Stockschützen des ATSV Bad Aussee wieder eine sehr erfolgreiche.

Bei der ASKÖ Landesliga in Vöcklabruck belegte die Mannschaft der SPG Ausseerland (Spielgemeinschaft aus ATSV Bad Aussee, WSV Altaussee und ASVÖ Grundlsee) mit Hans Kainzinger, Jürgen Voith, Andreas Geistberger, Manfred Ainhirn, Theddy Binna und Markus Grabner den 3. Platz und stieg damit in die Landesmeisterschaft auf, wo die Mannschaft in der VÖEST – Halle in Linz den hervorragenden 6. Platz erreichen konnte. Damit konnte man sich einen Fixstartplatz in der zweithöchsten Spielklasse für das nächste Jahr sichern!

Ein weiterer großer Erfolg war der Sieg der Mannschaft SPG Ausseerland 1 mit Hans Kainzinger, Jürgen Voith, Manfred Ainhirn, Andreas Geistberger und Markus Grabner bei der Regionsmeisterschaft der allgemeinen Klasse in der Stocksporthalle Ebensee. Mit diesem Ergebnis war man in der Oberliga, die in der Stocksporthalle Marchtenk stattfand, startberechtigt, wo der hervorragende 6. Rang erreicht werden konnte.

Bei der Ausseerland-Meisterschaft der Asphaltschützen 2014/15 konnten die Mannschaften des ATSV Bad Aussee einen Dreifacherfolg feiern. Der Sieg ging wie im Vorjahr an ATSV Bad Aussee 77 mit Peter Gassenbauer, Günther Moser, Hari Binna, Jürgen Bartel und Hans Köberl (Vökl). Den zweiten Rang errichte ATSV Bad Aussee 1 mit Manfred Ainhirn, Theddy Binna, Herbert Loitzl, Hans Frosch und Albert Rastl. Die Mannschaft ATSV Bad Aus-



see 2 mit Markus Feichtinger, Markus Grabner, Otmar Marl, Jürgen Voith und Hubert Moser erreichte den 3. Platz.

In der Oberliga erreichte SPG Ausseerland mit Anni Moser, Harald Rastl, Klaus Kitzer, Franz Köberl(Zünd) und Franz Linortner den 3. Platz hinter Fuchsbauer und Bosna Mix 1.

Bei der Abendmeisterschaft des Bezirkes 8 (Inneres Salzkammergut) konnte sich die Mannschaft der SPG Ausseerland mit Peter Gassenbauer, Theddy Binna, Harald Binna und Günther Moser in der Oberliga (höchste Spielklasse) mit einem hervorragenden 5. Platz im Mittelfeld platzieren.

Auch beim Ennstalcup 2015 nahm eine Mannschaft der SPG Ausseerland (Hans Kainzinger, Jürgen Voith, Andreas Geistberger, Manfred Ainhirn und Markus Grabner) teil, die sich den 3. Gesamtrang sichern konnte.

Weiters wurden bei auswärtigen Turnieren einige tolle Erfolge gefeiert:

Neben den Siegen bei den Turnieren in Irdning(Duo), Pinsdorf, St. Georgen/Attergau(Duo), Vöcklabruck, Sommerturnier Altaussee, Lenzing, Bad Wimsbach(Duo), Gschwandt und Vöcklabruck (Duo) konnten noch einige Stockerlplätze bei sehr gut besetzten Turnieren erreicht werden.

In der Stocksporthalle des ATSV Bad Aussee fand die ATSV-Vereinsmeisterschaft statt, bei der sich 30 Mitglieder der Sektion Stocksport beteiligten, wobei die Mannschaften zusammengelost wurden. Vereinsmeister wurden Jürgen Voith, Theddy Binna, Klaus Kitzer, Hans Stöckl und Harald Grogger.

Im Winter 2014/15 wurde auch ein Wintercup ausgetragen, bei dem 27 Damen und Herren teilnahmen. In einem spannenden Finale konnte sich Markus Grabner vor Jürgen Voith und Otmar Marl durchsetzen.

Vom 5. bis 10. Oktober fanden in der Stocksporthalle des ATSV Bad Aussee die Herbstturniere der SPG Ausseerland statt. Es wurden 5 Herrenturniere und je ein Duo – Tur-

nier und ein Mixed – Turnier ausgetragen, bei dem insgesamt 35 Mannschaften aus Oberösterreich, Salzburg und der Steiermark teilnahmen. Um ein Turnier mit einer so großen Teilnehmerzahl veranstalten zu können, werden jedes Jahr ca. 50 Turniere von verschiedenen Mannschaften der SPG Ausseerland besucht.

Auf diesem Wege ein herzliches "Vergelt's Gott" allen Helferinnen und Helfern, ohne die es nicht möglich wäre, so eine Veranstaltung durchzuführen, bzw. den Spielbetrieb das ganze Jahr aufrecht zu erhalten!

Infobox

Sektion Stocksport Markus Grabner 0676/83 622 544 markus.grabner@ hotmail.com www.atsv-badaussee.at



Trainingszeiten und Kontakte Herbst/Winter 2015/16

FIT & GESUND

Mag. Dagmar Binna 0664/28 39 833, d.binna@aon.at

Männerfitness (Mag. Dagmar Binna) - zusätzlicher Kursbeitrag:

Dienstag, 18.45 – 19.45 Uhr Turnsaal Neue Mittelschule Bad Aussee

Bodywork für Frauen (Mag. Dagmar Binna) - zusätzlicher Kursbeitrag:

Dienstag, 19.45 – 20.45 Uhr Turnsaal Neue Mittelschule Bad Aussee

Rhythmischer Tanz & Gymnastik (Renate Köberl, Julia Angerer):

Donnerstag, 19.30 – 21.00 Uhr Turnsaal Neue Mittelschule Bad Aussee

JUDO Manfred Pressl

0664/47 44 696, judo.pressl@aon.at

Anfänger & Fortgeschrittene (Florian Angerer, Manfred Pressl):

Donnerstag, 17.45 – 19.15 Uhr Turnsaal Volksschule Altaussee

KARATE Dkfm. Heribert Raich

0664/18 13 786, hr01@aon.at

Fortgeschrittene (Othmar Maunz):

Montag, 18.00 – 20.00 Uhr Gymnastikraum Sportzentrum B.A.

alle Gruppen (Othmar Maunz):

Freitag, 17.00 – 19.00 Uhr Turnsaal Neue Mittelschule Bad Aussee

allgemeines Training (Heribert Raich):

Freitag, 17.00 – 19.00 Uhr Turnsaal Neue Mittelschule Bad Aussee

LEICHTATHLETIK Horst Binna

03622/5 25 11-26, 0676/836 22 545

horst.binna@badaussee.at

Hopsis Springginkerl, 4-6 Jahre

 $(Mag.\ Dagmar\ Binna,\ Mag.\ Claudia\ Gruber,\ Daniela\ Strimitzer) \hbox{:}$

Montag, 17.00 – 17.45 Uhr Turnsaal Bundesschulzentrum

Fun in Action-Kids, Volksschüler

 $(Mag.\ Claudia\ Harreiter,\ Horst\ Binna,\ Barbara\ Duschl)\hbox{:}$

Montag, 17.45 – 18.45 Uhr Turnsaal Bundesschulzentrum

Schüler-Wettkampfteam (Horst Binna):

Montag, 18.45 – 20.00 Uhr Turnsaal Bundesschulzentrum

STOCKSPORT Markus Grabner

0676/83 62 25 44

markus.grabner@hotmail.com

Erwachsene/Jugendliche:

Mittwoch, 19.00 – 22.00 Uhr Stocksporthalle Sportzentrum B.A.

TISCHTENNIS Gerhard Ziermayer

0676/836 22 539

gerhard.ziermayer@badaussee.at

.....

Nachwuchstraining (Gerhard Ziermayer):

Montag, 18.00 – 19.00 Uhr Festsaal Neue Mittelschule Bad Aussee

Wettkampfteam (Gerhard Ziermayer):

Montag, 19.00 – 21.00 Uhr Festsaal Neue Mittelschule Bad Aussee

LAUFTREFF Reinhold Köberl

0664/19 13 570

koeberl.reinhold@aon.at

Jeden Montag um 18.00 Uhr Ödensee

für jeden was dabei!

Empfänger: