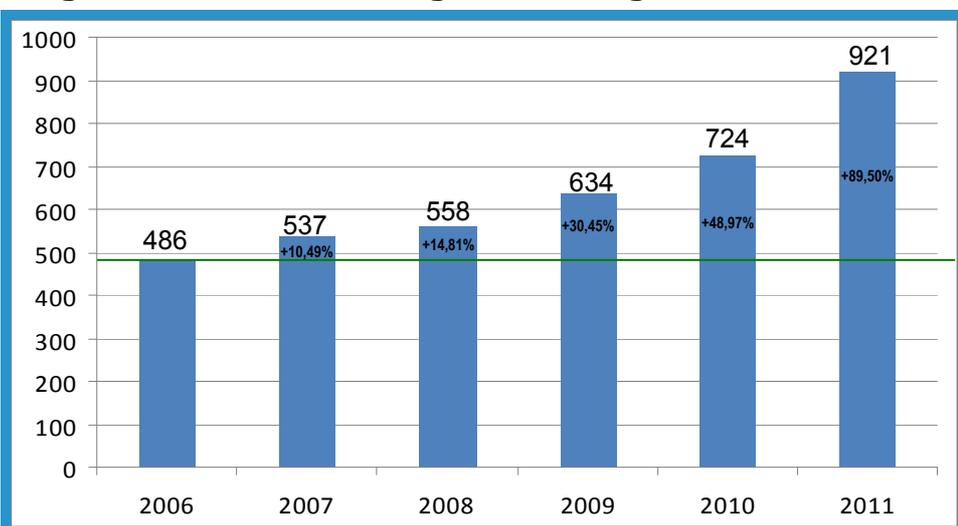




BEWEGUNG FÜR MICH

Erfreuliche Entwicklung

Im Jahr 2006 entschloss sich der Vorstand der Sportunion Wolkersdorf einen professionellen Bewegungsmanager anzustellen. Die Kosten werden von Bund, Land, Sportunion NÖ und von der Sportunion Wolkersdorf getragen. Ing. Bernhard UNGRAD, MAS übernahm diese Funktion. Um die Finanzierung garantieren zu können, war eine Steigerung der Mitgliederzahlen unbedingt notwendig.



Wir können bereits heute auf eine sehr erfreuliche Entwicklung zurückblicken: Die Mitgliederzahlen konnten in den letzten sechs Jahren fast verdoppelt werden.

Das Team der Sportunion Wolkersdorf hat in den letzten Jahren das Angebot verbessert und jedes Jahr erweitert.

Für Kleinkinder ist Motopädagogik und eine zweite Gruppe Eltern-Kind-Turnen dazugekommen. Auch für Schulkinder wurden zusätzliche Angebote ins Sportprogramm aufgenommen. So gibt es jetzt neben Hip Hop und Turnen auch Leichtathletik und eine Leistungsriege im Turnen. Die Fachsportarten wurde mit

Volleyball für Mädchen erweitert. Auch in Taekwondo gibt es zusätzliche neue Gruppen für unsere Schulkinder.

Den größten Zuwachs erzielte aber der Gesundheitssportbereich. Mehr als dreihundert Erwachsene besitzen eine Supercard, die zur Teilnahme am kompletten Angebot im Gesundheitssportbereich berechtigt. Die Wochenübersicht (siehe auf der nächsten Seite). Das Programm ist in leicht, mittel und schwer unterteilt, sodass für alle etwas dabei ist. Das Angebot für Seniorinnen und Senioren, „Lebensfreude a la carte“, erfreut sich immer größerer Beliebtheit.

APRIL 2012

INHALT

Alle Termine und Programmeinheiten für die „Supercard“

Seite 2

Mitgliederaufteilung auf die einzelnen Sportprogramme

Seite 2

„Hals über Kopf“ - das neue Konzept startet sehr erfolgreich

Seite 3

Golden Hornets Wolkersdorf - eine neu formierte Basketballmannschaft feiert den ersten Sieg

Seite 3

Termine: UNION X3 - Fest: die Leistungsschau und Sonnwendfeier 2012

Seite 4

Management-Studium abgeschlossen!

Die Sportunion gratuliert dem frisch gebackenen **Master of Business Administration (MBA)**



Ing. Bernhard Ungrad, MAS, MBA

STUNDENPLAN für das Gesundheitssportprogramm 2011/12

WOCHENÜBERSICHT

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:00-10:00	Lebensfreude a la carte 55+ (UZ) 08:30-10:00	Pilates (UZ) NEU		Bauch Bein Po und so (UZ)	Step-Workout (UZ)
10:00:00 - 11:00		kick and punsch (UZ) NEU			Bodystyling (UZ)
18:30-19:30	Aerobic* (HS1)		Pilates (HS1) Line Dance (HS2) 19:00-20:30	Sanfte Bewegung mit Musik (UZ) 18:00-19:00 Rücken fit (HS1) 19:00-20:00	Zumba® (HS1) 18:00-19:00
19:30-20:30	Body-Work (HS1)	Fit und gesund (UZ)		Treffpunkt: Tanz (UZ) 19:00-20:00 (14-tägig)	Zumba® (HS1) 19:15-20:15

Seniorentaining
leicht bis mittel
mittel bis ganz schön anstrengend

Trainingsorte:
UZ: Union Zentrum, Kirschenalle 4, 2120 Obersdorf
HS1: Schwerpunktschule 1, Withalmstraße 4, 2120 Wolkersdorf
HS2: Hauptschule 2, Kirchenpatz 2, 2120 Wolkersdorf

MITGLIEDERAUFTEILUNG 2011 auf

Sportart	Erwachsene	Kinder
Basketball	13	20
Croquet	11	0
Faustball	17	17
Freerunning	17	14
Judo	1	34
Kinder- und Jugendsport*	0	117
Lebensfreude a la carte	36	0
Line-Dance	12	0
Sportklettern	112	73
Tanz	14	0
Taekwondo	16	29
Tennis	48	37
Tischtennis	5	11
Volleyball Mädchen	4	8
Wellness (Gesundheitssport)	208	0
Zumba	47	0
Summe	561	360
Gesamtmitglieder	921	

*Zu Kinder- und Jugendsport gehören: Motopädagogik, Mutter-Kind-Turnen, Geräteturnen, Leichtathletik, Hip Hop.

Mehr als vierzig professionell ausgebildete Trainerinnen und Trainer betreuen das Sportprogramm. Alle unsere ÜbungsleiterInnen, LehrwartInnen und staatlich geprüfte TrainerInnen nehmen mindestens alle drei Jahre an Fortbildungsveranstaltungen teil, um so immer am neuesten Stand zu sein. Das Zug-



Unsere Trainerin **Birgit Prinz** (rechts vorne) in Action

perd im Gesundheitssportprogramm ist „Zumba“. Mehr als fünfzig TeilnehmerInnen werden pro Kurseinheit gezählt. Zumba, Line Dance und Yoga kann man neben der Supercard auch extra buchen.

Hals über Kopf

Symbol für scheinbar schwereloses durch den Raum schweben und dem damit verbundenen Freiheitsgefühl.

Das neue dreiteilige "Hals über Kopf" - Konzept wurde sehr gut angenommen.

2009 wurde "Hals über Kopf" als Kinder- und Jugendsportevent designed. Neben der Orientierung an bereits legendären Veranstaltungsformen der SPORTUNION Österreich ging es aber von Anfang an darum, unter Nutzung der besten Ideen etwas Eigenständiges zu entwickeln. Der Erfolg seither bestätigt den eingeschlagenen Weg.

Ende Jänner wurde erstmalig **"Hals über Kopf"** für drei Altersklassen angeboten:

- Kinder (6-10 Jahre): 15:00-18:00 Uhr
- Jugend_1 (11-14 Jahre):
18:30-21:30 Uhr
- Jugend_2 (ab 15 Jahren):
18:30 Uhr bis Sonntag 08:30 Uhr



Wann es die gewünschte Folgeveranstaltung geben wird, war zu Redaktionsschluss allerdings noch nicht bekannt.

Golden Hornets Wolkersdorf

Neu formierte Mannschaft erreichte bereits im 4. Spiel den ersten Sieg!

Nachdem die im September neu formierte Basketball-Mannschaft der Sportunion Wolkersdorf mit dem Namen "Golden Hornets Wolkersdorf" stetig wächst und eifrig trainiert, hatte sie an den letzten zwei Wochenenden die ersten Bewerbungsspiele zu absolvieren. Als die ersten drei Spiele (Derby gegen Dt. Wagram, weiters gegen Bruck/Leitha bzw. Korneuburg) verloren gingen, meinten die beiden Trainer Dominik Lippert und Martin Schindler berechtigterweise übereinstimmend: "Gegen Mannschaften, die teilweise bereits 1 Jahr länger trainieren, ist es keine Schande, zu verlieren!"



Wichtig war, dass die SpielerInnen niemals aufgaben und mit vollem Enthusiasmus weiterkämpften. Dies wurde auch im vierten Spiel belohnt. Das nächste Match gegen Wr. Neustadt entwickelte sich zu einem spannenden Krimi, die "Golden Hornets" gewannen durch einen Korb in allerletzter Sekunde 28:27!

Die beiden Trainer können wahrlich stolz auf ihre junge Mannschaft sein.

*Vorschau***Vorschau***Vorschau*

UNION X3 Fest

Am 16.6.2012 ist es wieder so weit: Die SPORTUNION Wolkersdorf präsentiert unter dem Motto „Generationen in Bewegung“ einen Querschnitt durch ihr Sportprogramm. Genaueres über den Programmablauf wird rechtzeitig bekannt gegeben.



Sonnwendfeier 2012

Die Feier findet im Anschluss an das UNION X3 Fest statt. Nachdem in den letzten beiden Jahren die Sonnwendfeier wegen Regen abgesagt werden musste, gibt es heuer einen Ersatztermin am 23.6. 2012.



Auf Grund der Umbauarbeiten im Schloss kann der genaue Ort (Schlossdreieck oder Platz hinter der AHS), wo die Feier stattfinden wird, erst kurz vor der Veranstaltung bekannt gegeben werden. Wir bitten um Verständnis!



Neu *** Neu***Neu

Nach den Osterferien gibt es ein neues Sportangebot im Gesundheitssportbereich.

Nachdem unsere Trainerin für „Yoga for actives“, **Claudia Schröfl** im Sommersemester 2012 erkrankt ist, gibt es nach Ostern für alle, die eine Supercard besitzen, zwei weitere Vormittagsstunden mit **Nina Rath**! Die ersten Einheiten finden am **Dienstag, 17.4.2012** statt.



Dienstag: 09-10 Uhr: „Pilates“
10-11 Uhr: „kick and punch“
(Powerstunde)

KIGEBE Projekt



Kinder/gesund/bewegen

Um die Kinder möglichst früh zum Sport zu bringen, veranstaltet die Sportunion Wolkersdorf in Zusammenarbeit mit „fit für Österreich“ Bewegungsstunden in den Kindergärten.

Unsere Trainerinnen **Christl Pfaffl** und **Daniela Stich** „bewegen“ derzeit die Kinder in den Kindergärten in Wolkersdorf und Obersdorf.

10 Stunden pro Kindergarten sind für die Gemeinde kostenlos!

IMPRESSUM:

Bewegung für mich , Ausgabe 2/2012

Für den Inhalt verantwortlich:

Sportunion Wolkersdorf

Präsident Karl Biedermann, An einen Haushalt