www.askö-oö.at

Juli 2019 | 20. Ausgabe

ASKÖ

ASKÖ AKTUELL

Das Magazin für FunktionärInnen, MitarbeiterInnen und SportlerInnen der ASKÖ OÖ.

ASKÖ

Seite 4
Online Kassa
Bankbuch

Seite 20
Österreichischer
Vorlesetag

Seite 32
Wir stellen vor
Mag. Michael Lindner

INHALT

Bildung

6 Vortrag
Beweg Dich und dein Gehirn sagt Danke

Sport

8 4 Fragen an
Magdalena Six
Peter Ilchmann

Fitness

14 Ausbildung
Neue Bewegungs-trainerInnen

Im Fokus

28 Verein
ASKÖ Steelsharks Traun

43 Veranstaltung
ASKÖ Frühlingsfest

DI Erich Haider, MBA
Präsident

Im laufenden Sportjahr wurden bereits wieder zahlreiche Meistertitel und Auszeichnungen in verschiedenen Sportarten im Nachwuchs und in der allgemeinen Klasse errungen. So freut es mich besonders, dass neben den Staatsmeistertiteln der ASKÖ Linz Steg Volleyball und ASKÖ Traun Badminton auch in den Nachwuchsklassen viele Topleistungen gezeigt wurden. Ines Kahrer von ASKÖ Vöcklabruck zeigte mit der Bronzemedaille bei den Junioreneuropameisterschaften im Kraftdreikampf (Kniebeugen) auf, Rita Zimmermann mit 2 Silbermedaillen bei den U18 Weltmeisterschaften im Sportkegeln (Tandem+Team). 4 Beispiele aus einer langen Liste an Topleistungen, die einmal mehr beweisen: Der durchgängig erfolgreiche Weg unserer ASKÖ SportlerInnen, vom Nachwuchs bis in die obersten Ligen, ist gegeben. Die AthletInnen können sich in ihren ASKÖ Vereinen optimal entfalten. Der neu konzipierte ASKÖ Nachwuchscup soll dabei ein zusätzlicher Baustein sein. Neben den vielen weiteren Unterstützungen für unsere FunktionärInnen, bietet er die Möglichkeiten, junge SportlerInnen auf dem Weg zur Spitze optimal zu begleiten.

Euer Präsident
Erich Haider

Mag.ª Anita Rackaseder, MBA
Landesgeschäftsführerin

Die Basis für eine Spitzensportkarriere auf höchstem Niveau wird in einer umfangreichen Nachwuchsarbeit gelegt, die auf mehreren Säulen aufbaut. Neben dem qualitativ hochwertigen Training braucht es ebenso viele Vergleichswettkämpfe, die die SportlerInnen auf die zukünftigen Bewerbe vorbereiten. Dazu setzt die ASKÖ OÖ ab dem 1. September 2019 mit dem ASKÖ Nachwuchscup eine neue Initiative. Der Cup soll Kinder, die bis dato keine Vereins- und Wettkampferfahrung haben, eine erste Möglichkeit bieten, um an Wettkämpfen teilzunehmen. Der ASKÖ Nachwuchscup ist ein Baustein mehr, um niederschwellig die sportliche Karriere der zukünftigen SpitzensportlerInnen zu ebnen.

Eure

Anita Rackaseder

ASKÖ AKTUELL

IMPRESSUM: Die Zeitung „ASKÖ AKTUELL“ dient zur Information für die FunktionärInnen des Landesverbandes und sonstige Bezieher. **Eigentümer, Herausgeber und Verleger:** Die Zeitung ist hundertprozentig im Eigentum der Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur in Österreich, Landesverband Oberösterreich. Ihr Präsident ist DI Erich Haider, MBA. **Sitz:** Hölderlinstr. 26, 4040 Linz. **Für den Inhalt verantwortlich:** ASKÖ Landessekretariat, 4040 Linz, Hölderlinstr. 26, Tel.: 0732/730344. **Fotos:** ohne Nachweis – ASKÖ Landesverband OÖ. **Satz und Gestaltung:** Druckerei Gutenberg, Linz. **Druck:** Druckerei Gutenberg, Linz.

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 31. Juli 2019.

Neues Update des Online Kassabankbuches (OKKB)

In der neuen Version des Online Kassabankbuches wurden viele Rückmeldungen der KassierInnen umgesetzt. Die ASKÖ Aktuell gibt einen Überblick über die wichtigsten Änderungen im Zuge des erweiterten Updates.

Knapp 100 KassierInnen nutzen mittlerweile das Online Tool, um die Finanzen ihrer Vereine zu organisieren. Die ASKÖ Oberösterreich erhebt laufend Rückmeldungen zur Benutzbarkeit des Online Kassabankbuches. Zahlreiche Inputs der FunktionärInnen, die mit dem Tool arbeiten, sind vor allem für die Weiterentwicklung der Software hilfreich. Je nach Möglichkeit, werden die neuen Funktionen in Form von Updates entwickelt.

„Einmal mehr wurden die zahlreichen wertvollen Rückmeldungen der KassierInnen unserer Vereine in die Software eingearbeitet."

ASKÖ LANDESGESCHÄFTSFÜHRERIN MAG.ᴬ ANITA RACKASEDER, MBA

Die wichtigsten Änderungen

In der Benutzeroberfläche des Online Kassabankbuches wurden einige Funktionen einstellbar gemacht oder verändert, um die Eingabe einfacher durchzuführen.

- Die Anzahl der aufgelisteten Buchungen ist nun einstellbar. Somit können mehr Buchungszeilen gesehen werden.
- Bei der Liste der Buchungen kann wahlweise statt des Saldos die Summe für Soll und Haben angezeigt werden und die Sortierung der Liste wird gespeichert.
- Bei Buchungen wird das letzte eingegebene Datum als Standard verwendet.

Wie komme ich zum Online Kassabankbuch?
Das Online Kassabankbuch steht jedem echten Mitgliedsverein der ASKÖ OÖ kostenlos zur Verfügung.
Das Antragsformular und detaillierte Informationen dazu sind in der Vereinsdatenbank im Infoboard unter „Online Kassabankbuch“ abrufbar.
Die ASKÖ OÖ leitet das Antragsformular nach interner Prüfung an die Firma dresscode it GmbH (Thomas Warwaris) weiter.
Von dort bekommt der/die Vereinsvorsitzende den Nutzungsvertrag mit allen Unterlagen (Zugangsberechtigungen) zugesandt.

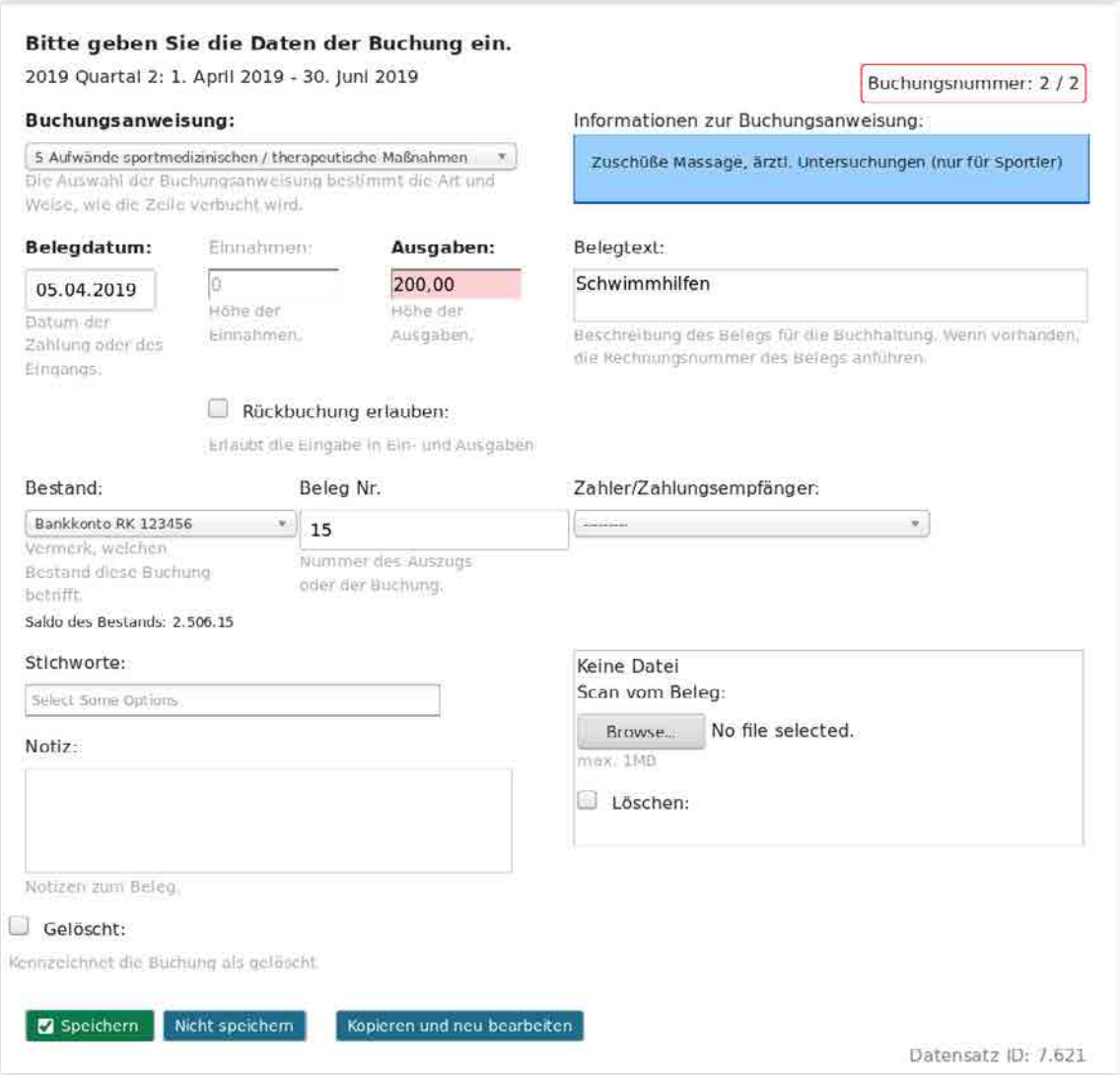
- Abgespeicherte Buchungen können als Vorlage verwendet werden und für neue Buchungen kopiert werden.

Im Ablauf wurden ebenso einige Dinge umgestellt:

- Für neue Geschäftsjahre sind die Belegnummern über das gesamte Jahr fortlaufend. Dafür ist notwendig, dass nur noch ein Quartal für die Eingabe offen ist.
- Bei den Abschlüssen wird der Ablauf so geändert, dass der Sektionskassier einen Vorabschluss und die Hauptkassiere den „Hauptabschluss“ machen können.

Im Kassabuch ist nun auch zusätzlich eine Druckfunktion enthalten, mit der sich eine Liste der Buchungen und auch ein Eigenbeleg als PDF ausdrucken lassen.

Mit diesen zusätzlichen Funktionen ist die Benutzbarkeit des ASKÖ Online Kassabankbuches weiter verbessert worden. Zukünftig werden weitere Rückmeldungen der Benutzer, je nach Möglichkeit, in die Software eingearbeitet.



WIENER STÄDTISCHE
VIENNA INSURANCE GROUP

Beweg dich und dein Gehirn sagt Danke! – Dr.in Manuela Macedonia im ABC Bewegungscenter

Warum sind sportliche Kinder besser in der Schule? Weshalb haben sportliche Menschen das bessere Gedächtnis? 8 Jahre nach ihrem ersten Besuch im ABC Bewegungscenter referierte die Neurowissenschafterin Dr.in Manuela Macedonia erneut und stellte die neuesten Erkenntnisse der letzten Jahre in der Gehirnforschung vor.

Dabei bewies sie einmal mehr eindrucksvoll, dass die Erkenntnisse über den Zusammenhang von Bewegung und Gehirn weitreichender sind als wir uns es uns bis dato vorgestellt haben: Neueste Erkenntnisse der Gehirnforschung untermauern, was vor vielen Jahren nur als These formuliert wurde: Bewegung ist unumstritten positiv im Hinblick auf die Neurogenese (Neubildung von Nervenzellen und deren Verknüpfung untereinander). Durch Bewegung werden verschiedenste Mechanismen im Gehirn unterstützt bzw. erst in Gang gesetzt. In der Prävention von Alzheimer und weiterer dementieller Erkrankungen unterschiedlicher Ausprägung, ist die Bewegung das einzige umfassende „Medikament", dem vertraut werden kann.

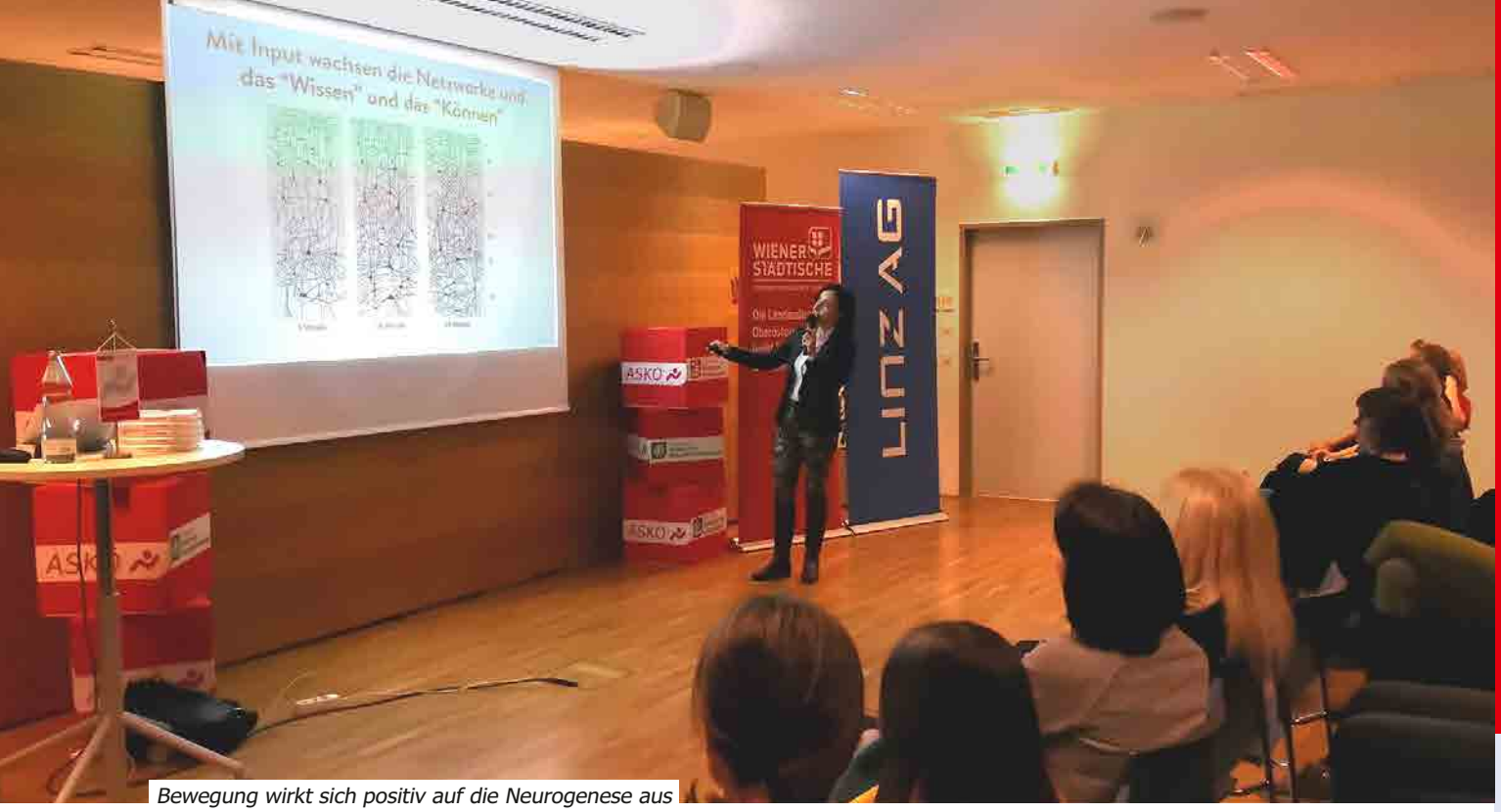
„Es freut mich, dass Dr.in Macedonia 8 Jahre nach ihrem ersten Besuch den FunktionärInnen der ASKÖ Oberösterreich ihre neuesten Erkenntnisse präsentiert."

ASKÖ LANDESGESCHÄFTSFÜHRERIN MAG.A ANITA RACKASEDER, MBA

Welche Bewegung ist wichtig und richtig? Wer seinem Gehirn etwas „Gutes" tun will, der muss sich zwingend ausdauernd bewegen. Walken, Radfahren oder Schwimmen sind Sportarten, die sich positiv auswirken. Nicht jeder muss sechs Stunden Skifahren, danach eine Stunde Langlaufen und dann noch

Foto: Sabine Kneidinger

Gebannt folgten die BesucherInnen den Ausführungen der Wissenschafterin



Bewegung wirkt sich positiv auf die Neurogenese aus

eine Runde Laufen, wie es die Wissenschafterin mit etwas Selbstironie über sich erzählt. Jede/r muss in seinem Bereich einen Reiz setzen, der körperlich fordert. Zehn Minuten „Spazierenkriechen" am schönen Sonntagnachmittag sind leider eindeutig zu wenig.

Die Neurowissenschafterin strich an diesem Abend ebenso die Bedeutung der Ernährung und den Einfluss der Bewegung auf das Kurz- und Langzeitgedächtnis heraus. Die Botschaft an diesem Abend ist klar: In Bewegung zu kommen, ist jederzeit im Leben wirksam. In Bewegung zu bleiben ist unverzichtbar, um die Leistungsfähigkeit des Gehirns zu erhalten.

Die ASKÖ Oberösterreich bedankt sich bei Dr.in Manuela Macedonia für den Besuch und nimmt ihr Versprechen beim Wort, erneut in 8 Jahren im ABC Oberösterreich zu Besuch zu sein.

Magdalena Six

Landesreferentin Sportart: Karate

***ASKÖ OÖ:** Was verbindest du mit der ASKÖ?*

Magdalena Six: Mit der ASKÖ OÖ verbindet mich eine mehr als zwei Jahrzehnte andauernde Karriere, zuerst als aktive (Wettkampf-) Sportlerin und dann als Vorstandsmitglied im Verein. Während meiner aktiven Zeit wurde mein Verein tatkräftig von der ASKÖ OÖ unterstützt und so konnte ich leichter an zahlreichen Wettkämpfen und Trainingslagern teilnehmen. Diese Möglichkeit möchte ich auch anderen SportlerInnen im Nachwuchsbereich durch meine Tätigkeit ermöglichen.

***ASKÖ OÖ:** Warum engagierst du dich bei der ASKÖ?*

Magdalena Six: Die ASKÖ OÖ engagiert sich vor allem im Nachwuchsbereich. Dabei verfolgt sie unterschiedliche Zugänge und Ziele. Ich persönlich möchte eine unterstützende Tätigkeit einnehmen, damit junge SportlerInnen die Möglichkeit bekommen, Wettkampferfahrungen zu sammeln und ihre Ambitionen dann auch weiterverfolgen zu können. Außerdem sollen sie, neben dem regulären Vereinstraining, durch geförderte Kurse und Trainingslager in den Genuss eines hochwertigen Trainings kommen. Neben der Unterstützung der SportlerInnen ist es aber auch wichtig, die Vereine gut untereinander und mit der ASKÖ OÖ zu vernetzen, damit die vorhandenen Ressourcen bestmöglich und im Interesse aller genutzt werden können.

Magdalena Six

„Ich persönlich möchte eine unterstützende Tätigkeit einnehmen, damit junge SportlerInnen die Möglichkeit bekommen, Wettkampferfahrungen zu sammeln, um ihre Ambitionen dann auch weiterverfolgen zu können."

Magdalena Six

***ASKÖ OÖ:** Deine persönlichen Ziele im Rahmen deiner Tätigkeit?*

Magdalena Six: Mein Ziel ist es, eine aktive Schnittstelle zwischen der ASKÖ OÖ und den Vereinen darzustellen. Hier ist besonders der Informationsaustausch von immenser Bedeutung. Ich hoffe, dass sich dieser in Zukunft noch etwas verbessern wird.

***ASKÖ OÖ:** Welche Unterstützung von Seiten der ASKÖ und den Vereinen benötigst du?*

Magdalena Six: Die ASKÖ unterstützt mich besonders administrativ und mit den neuesten Informationen, die ich dann bei der jährlichen Sitzung an die einzelnen Vereine weitergeben kann. Ich persönlich erhoffe mir hier eine aktivere Teilnahme aller Beteiligten, damit in unserer wundervollen Sportart etwas weitergeht und möglichst viele SportlerInnen und Vereine profitieren können.

Peter Ilchmann

Landesreferent Sportart: Bogensport

***ASKÖ OÖ:** Was verbindest du mit der ASKÖ?*

Peter Ilchmann: Mit der ASKÖ verbinde ich eine sportliche Gemeinschaft, in deren Werte wie Fairness, gute Zusammenarbeit und breite Akzeptanz samt Toleranz großgeschrieben wird. Die ASKÖ unterstützt organisatorisch und informell die sportlichen Aktivitäten auch von kleinen Vereinen. Mit kleinen oder größeren Sorgen kann man jederzeit zur ASKÖ kommen und es wird eine gemeinsame Lösung gesucht.

***ASKÖ OÖ:** Warum engagierst du dich bei der ASKÖ?*

Peter Ilchmann: Seit Jahrzehnten bin ich ein aktiver Sportler in verschiedenen Bereichen. Meine derzeitige Passion ist das Bogenschießen! Früher war ich als Sporttaucher und auch hier im Organisatorischen aktiv. Es freut mich, Menschen, die die gleiche Freude an diesen Sportarten haben organisatorisch zu unterstützen und ihre Interessen gegenüber der ASKÖ OÖ zu vertreten.

***ASKÖ OÖ:** Deine persönlichen Ziele im Rahmen deiner Tätigkeit?*

Peter Ilchmann

„Ich freue mich auf eine sehr gute und kooperative Zusammenarbeit mit den Verantwortlichen der zwölf Bogensport ASKÖ Vereine und deren unterschiedlichen Sparten Oberösterreichs."

Peter Ilchmann

Peter Ilchmann: Ich habe mir als Ziel gesetzt, mich für die BogenschützInnen einzusetzen, damit diese kurzweilige Sportart – in allen ihren Leistungsbereichen (Indoor, Outdoor, Feld und 3D) und in allen Bogenklassen (Compound-, Olympisch Recurve-, Instinktiv-, Lang- und Primitivbögen) einen weiteren Aufschwung auch im Bereich der Kinder- und Jugendarbeit erfährt.

***ASKÖ OÖ:** Welche Unterstützung von Seiten der ASKÖ und der Vereine benötigst du?*

Peter Ilchmann: Ich bin/war schon bisher in einem engen Kontakt mit der ASKÖ Oberösterreich. Ich fühle mich von dieser Seite sehr unterstützt. Ich freue mich auf eine sehr gute und kooperative Zusammenarbeit mit den Verantwortlichen der zwölf Bogensport ASKÖ Vereine und deren unterschiedlichen Sparten Oberösterreichs. Gerne stehe ich für Anliegen und Wünsche im Zusammenhang mit dem Bogensport zur Verfügung.

Schlängellauf

Check Your LimitZ in der NMS Pregarten

Die ASKÖ OÖ bietet eine spezielle Testserie, um die körperliche Leistungsfähigkeit der Kinder und Jugendlichen zu analysieren: Check Your LimitZ. Die gewonnen Daten dienen dem Lehrpersonal zur Analyse des körperlichen Entwicklungsstandes der einzelnen SchülerInnen. Nun wurde diese Testserie in der NMS Pregarten durchgeführt.

Die Stationen
- 20 m Sprint mit vollelektronischer Zeitmessung
- Standweitsprung
- komplexer Reaktionstest
- Medizinballwurf
- Beweglichkeitstest
- einbeiniges Balancieren
- Schlängellauf
- 1200 m Lauf

Mehr als 400 Kinder aus 17 Klassen der NMS Pregarten haben die Testserie Check Your LimitZ 2019 durchlaufen. Die neue Mittelschule ist eine der größten in der Region. Mehr als 400 Kinder im Alter zwischen 10 und 14 Jahren aus den Gemeinden Pregarten, Hagenberg im Mühlkreis und Wartberg ob der Aist wurden in drei aufeinanderfolgenden Tagen getestet. Eine Testung wurde bereits 2018 durchgeführt. Somit gibt es ab dem heurigen Jahr erstmals Testdaten, an Hand derer die Kinder mit sich selbst verglichen werden können. Die Lehrkräfte haben dadurch die Möglichkeit, Stärken und Schwächen der Einzelnen, sowie individuelle Entwicklungen detailliert analysieren zu können.

Die SchülerInnen der NMS Pregarten hatten bei den Testungen viel Spaß

20 m Sprint

Der Reaktionstest ist ein Highlight für die Jugendlichen

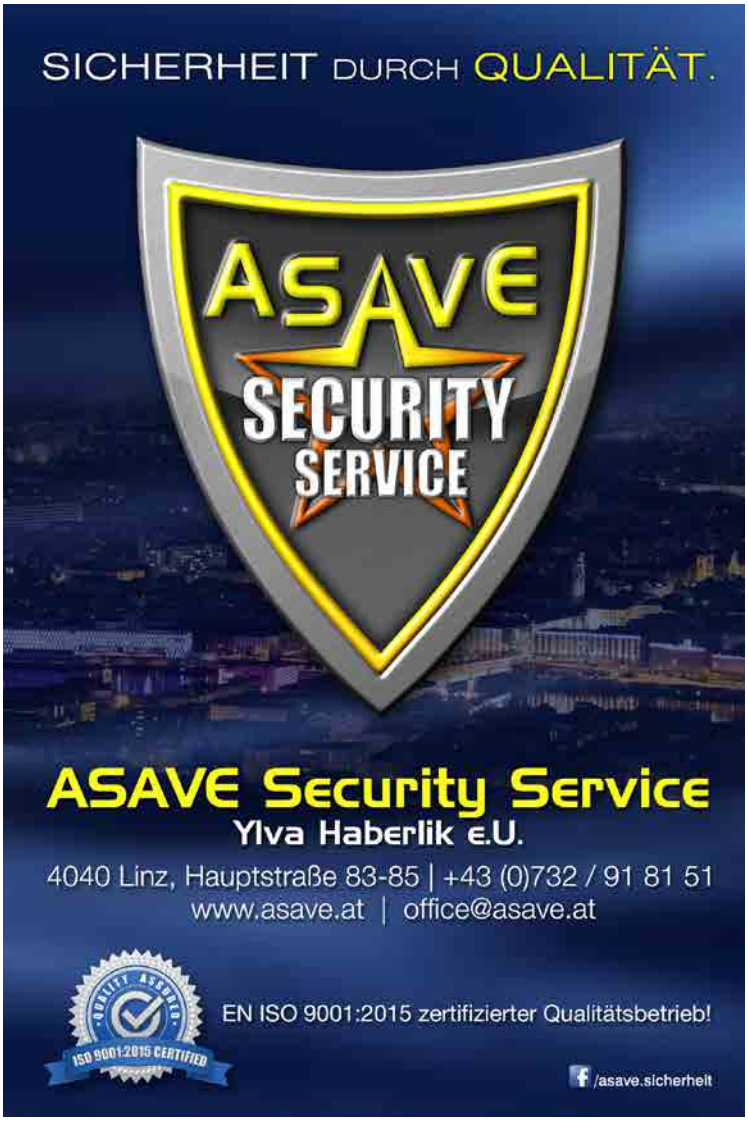
Balancetest

Die Beweglichkeit wird mittels Rumpfvorbeuge getestet

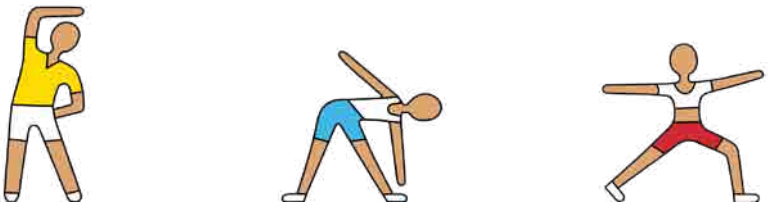
Die Testserie

Die SchülerInnen absolvieren acht sportmotorische Tests, die grundlegende Fähigkeiten untersuchen. Sämtliche konditionelle Parameter (Schnelligkeit, Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Ausdauer) werden während diesem sportmotorischen Testverfahren geprüft und die erhobenen Daten werden mit Referenzdaten aus der entsprechenden Zielgruppe (Alter, Geschlecht, etc.) verglichen. Die Lehrkräfte und SchülerInnen erhielten nach Absolvierung des Tests ein Datenblatt mit einem individuellen Stärken-Schwächen-Profil.

Die Testreihe wurde durch SportwissenschafterInnen und Bewegungscoaches der ASKÖ Oberösterreich durchgeführt. 2020 sollen erneut alle Kinder die Testserie Check Your LimitZ durchlaufen.



Bezahlte Anzeige



Bewegt im Park in OÖ

Seit Juni finden in 11 Gemeinden 16 unterschiedliche fitness- und gesundheitsfördernde Bewegungsangebote von ASKÖ Vereinen auf öffentlichen Plätzen statt. Jede/r ist herzlich willkommen, daran unverbindlich teilzunehmen.

Das Projekt „Bewegt im Park“ bringt die Angebote der Sportvereine auf unverbindliche Art und Weise in die Bevölkerung. Manche Vereine zeigen ihre Sportarten in Parks, andere auf Sportplätzen der Vereine, wiederum andere benutzen Freiflächen in den Gemeinden. In jedem Fall sind die Angebote für jeden frei zugänglich. Personen, die sonst keine Berührung mit einem Sportverein haben, können somit bei einem Sportangebot zusehen, es ausprobieren und in der Folge auch dauerhaft teilnehmen. Wer längerfristig Interesse an einem Vereinsbeitritt hat, erhält vor Ort Informationen von dem/der TrainerIn.

www.bewegt-im-park.at

Sportart	Verein	Treffpunkt	Ort	Beginn	Startzeit
KinderFit	ASKÖ LV	Sportplatz	Rufling	11. 7. 2019	10:00
Fitness Mix	ASKÖ EKRV Rudern	Sportpark Lissfeld	Linz	3. 6. 2019	19:00
Fitness Mix	LCAV Jodl Packaging	Erholungsraum Spitzberg	Attnang-Puchheim	3. 6. 2019	19:00
KinderFit	ASKÖ Bad Goisern	HS1	Bad Goisern	1. 7. 2019	16:00
Fit und Fun Mix für Einsteiger	ASKÖ Bruck Peuerbach	Schotterparkplatz Badstraße	Peuerbach	4. 6. 2019	16:30
Selbstverteidigung	ASKÖ Auhof	Skaterpark Urfahr	Linz	3. 6. 2019	16:15
Tae Kwon Do	Tae Kwon Do ASKÖ Marchtrenk	Freizeitzentrum	Marchtrenk	13. 6. 2019	15:00
Allround Training	ASKÖ Ried/Riedmark	Volksschule	Ried/Riedmark	5. 6. 2019	18:00
Functional Fit	BBC Iron Scorps Mc Donalds Steyr	Schlosspark – Werndldenkmal	Steyr	5. 6. 2019	19:00
Fitness Mix	ASKÖ Urfahr	Puckinger See	Pucking	6. 6. 2019	18:30
Fitness Mix	ASKÖ Ennsdorf	Volksschule	Ennsdorf	6. 6. 2019	19:00
Funktionelle Ganzkörperkräftigung	ASKÖ Linz Froschberg	Bauernberg Spielplatz	Linz	3. 6. 2019	17:00
Fighter Fitness	KSV SandDo Engerwitzdorf	Skaterpark Urfahr	Linz	1. 6. 2019	17:00
KinderFit	ASKÖ LV	Pleschingersee Spielplatz	Linz	2. 7. 2019	17:00
Karate Selbstverteidigung	ASKÖ Karate Steyr	Schlosspark – Orangerie	Steyr	12. 6. 2019	18:00
Frisch durch den Sommer	ASKÖ Neuhofen	Faustballplatz	Neuhofen/Kr	5. 6. 2019	19:00

ASKÖ Business Challenge 2019

Die ASKÖ Oberösterreich veranstaltet am 30. August 2019 erneut die ASKÖ Business Challenge. Die Firmenteams zu je 4 – 5 Personen treten im sportlich fairen, lustigen Wettstreit gegeneinander an.

Dabei kommen nur die besten TeilnehmerInnen pro Station in die Wertung. Die Bewegungsstationen sind so konzipiert, dass sowohl Frauen als auch Männer gleichermaßen gewinnen können. Es kann somit jede/r mit dabei sein. Die besten Mannschaften kommen in das große Finale. Dort wartet einmal mehr eine besondere Herausforderung. Das Nenngeld beträgt 500 Euro pro Team. Darin inkludiert ist die Teilnahme von max. 5 Personen sowie die Verpflegung (Mittagssnack, Grillbuffet und antialkoholische Getränke).

Übrigens! ArbeitskollegInnen, die Familie und Freunde sind uns bei der Veranstaltung sehr herzlich willkommen. Ein großes Grillbuffet und Rahmenprogramm laden ein, mit dabei zu sein!

Interessierte Firmenteams können sich für die Veranstaltung unter den angeführten Kontaktdaten anmelden.

Information, Anmeldung
Mag. Thomas Kissler
0732/730344
t.kissler@askoe-ooe.at
www.askoe-challenge.at

Abschluss Diplomausbildung BewegungstrainerInnen Kinder, Erwachsene & 50Plus

Nach 3 langen Wochenenden wurden bei den kommissionellen Prüfungen in Theorie und Praxis von den AbsolventInnen hervorragende Leistungen gezeigt. Die ASKÖ OÖ freut sich über neue diplomierte BewegungstrainerInnen.

„Einmal mehr wurden tolle Leitungen bei den kommissionellen Prüfungen gezeigt."

ASKÖ LANDESGESCHÄFTSFÜHRERIN MAG.ᴬ ANITA RACKASEDER, MBA

Informationen und Anmeldemöglichkeit zu den nächsten Ausbildungen 2019/20 sind unter ***www.askoe-ooe.at*** Bildung Fitness & Gesundheit online.

Die ASKÖ OÖ bietet in jedem Jahr 3 verschiedene Ausbildungen zum/zur diplomierten BewegungstrainerIn an. Personen, die später mit den Zielgruppen Kinder, Erwachsene oder auch älteren Personen (50Plus) arbeiten, müssen unterschiedliche Ausbildungen durchlaufen.

Die Diplomausbildung zum/zur BewegungstrainerIn ist in Oberösterreich umfangreicher als eine Übungsleiterausbildung in anderen Bundesländern. Der Umfang, aufgrund vieler zusätzlicher Inhalte, bedingt eine längere Ausbildungszeit und mehr Präsenz.

Im Zuge von Lehrauftritten präsentierte jede/r Teilnehmer/In die erarbeiteten Kompetenzen bei der Führung einer Gruppe

Gemeinsam wurde an 3 Ausbildungswochenenden vieles gelernt und auch Spaß gehabt

Stolz präsentieren die AbsolventInnen die überreichten Diplome

Ein Team von SportwissenschafterInnen, staatlich geprüften TrainerInnen und InstruktorInnen unterrichtet die Inhalte in Theorie und Praxis auf der Landessportschule Linz. Die Ausbildungszeit umfasst 140 Einheiten. An 3 Ausbildungswochenenden vom Herbst bis ins Frühjahr werden viele Inhalte zu Stundenplanung, korrektem Aufbau einer Bewegungsstunde aber auch didaktische Kompetenzen vermittelt. Der Qualitätsstandard bei den Ausbildungen wird mit Absicht sehr hochgehalten.

Die 3 Ausbildungen für die Arbeit mit den Zielgruppen Kinder, Erwachsene und ältere Personen sind inhaltlich unterschiedlich, werden jedoch an den gleichen Terminen durchgeführt. Dadurch ergeben sich vor allem in der Administration und im Ablauf Synergien.

Nach der Ausbildungszeit werden an einem separaten Tag die kommissionellen Prüfungen in Theorie und Praxis abgenommen. Die Diplome haben eine hohe Wertigkeit. Wer eine ASKÖ Ausbildung durchläuft, ist am Ende für die weiteren Aufgaben in den Sportvereinen vorbereitet.

Diplomausbildung Bewegungstrainer 2018/19

„Man merkte an jedem der 3 Ausbildungswochenenden, dass allen Vortragenden die genaue Übermittlung von Abläufen, Stundenbildern, div. Übungen zu jeder Einheit wie zb. der Zielerreichungsphase, uvm. sehr wichtig waren. Dementsprechend war die Ausbildung für die Teilnehmer recht intensiv aber mit Sicherheit sehr lehrreich und vor allem lustig.
Als ASKÖ Vereinsmitglied war die Ausbildung für mich sogar kostenlos. Auch das ist für so eine qualitativ hochwertige Ausbildung nicht selbstverständlich!
Noch einmal ein großes Dankeschön meinerseits für die gesamte Organisation und an alle Vortragenden.“

Siegfried Simon, ASKÖ FBC Urfahr (Absolvent Ausbildung 2018/19)

Bewegungsstrecken können auch mit Kleinmaterialien konzipiert werden

Hopsi Hopper Fortbildung

Viele neue Ideen für die Durchführung von Hopsi Hopper Kinderbewegungsstunden im Kindergarten und im Verein konnten die Teilnehmerinnen bei einer Fortbildung im ASKÖ Bewegungscenter kennen lernen.

Unter der Leitung der beiden diplomierten Bewegungstrainerinnen Daniela Allmeier, MBA und Renate Moser, wurde bei der Hopsi Hopper Fortbildung, für die Durchführung von Kinderbewegungsstunden im Kindergarten und Verein, ein Schwerpunkt auf die zielgerichtete Verwendung von Kleinmaterialien gelegt.

Nicht immer können die Bewegungsstunden in großen Turnhallen mit umfangreicher Ausstattung durchgeführt werden. In den Kindergärten stehen oft nur kleine Bewegungsräume zur Verfügung. Eine große Gruppe von Kindern fordert den/die BewegungstrainerIn dann noch zusätzlich. In diesem Fall muss mit vielen kleinen Materialien gearbeitet werden, um möglichst alle Kinder zur Bewegung zu animieren und Stehzeiten zu verhindern. Ein umfangreiches Übungsgut hilft den TrainerInnen in den Vereinen, hochwertige Bewegungsstunden durchführen zu können.

„In manchen Turnhallen ist die Geräteauswahl sehr beschränkt. Dann müssen BewegungstrainerInnen von Vereinen auch mit den eigenen Kleinmaterialien abwechslungsreiche Bewegungsstunden durchführen können!"

ASKÖ BEWEGUNGSTRAINERIN DANIELA ALLMEIER, MBA

Den Bewegungsraum in seinem Aufbau optimal ausnützen, für vielfältige Kinderbewegungsstunden

Die Teilnehmerinnen konnten viele wertvolle neue Übungen kennen lernen

„In vielen Kindergärten sind kleine Räume und große Gruppen oft eine enorme Herausforderung. Mit umfangreichem Übungsgut können auch mit wenigen Kleinmaterialien tolle Bewegungsstunden durchgeführt werden."

ASKÖ BEWEGUNGSTRAINERIN RENATE MOSER

Bezahlte Anzeige

Kinderleicht! – Familie groß in Form.

2019 startet das neue Programm „Kinderleicht! – Familie groß in Form." Die ASKÖ Oberösterreich unterstützt die OÖGKK bei diesem Bewegungsprogramm mit ihrer Expertise auf der Bewegungsebene.

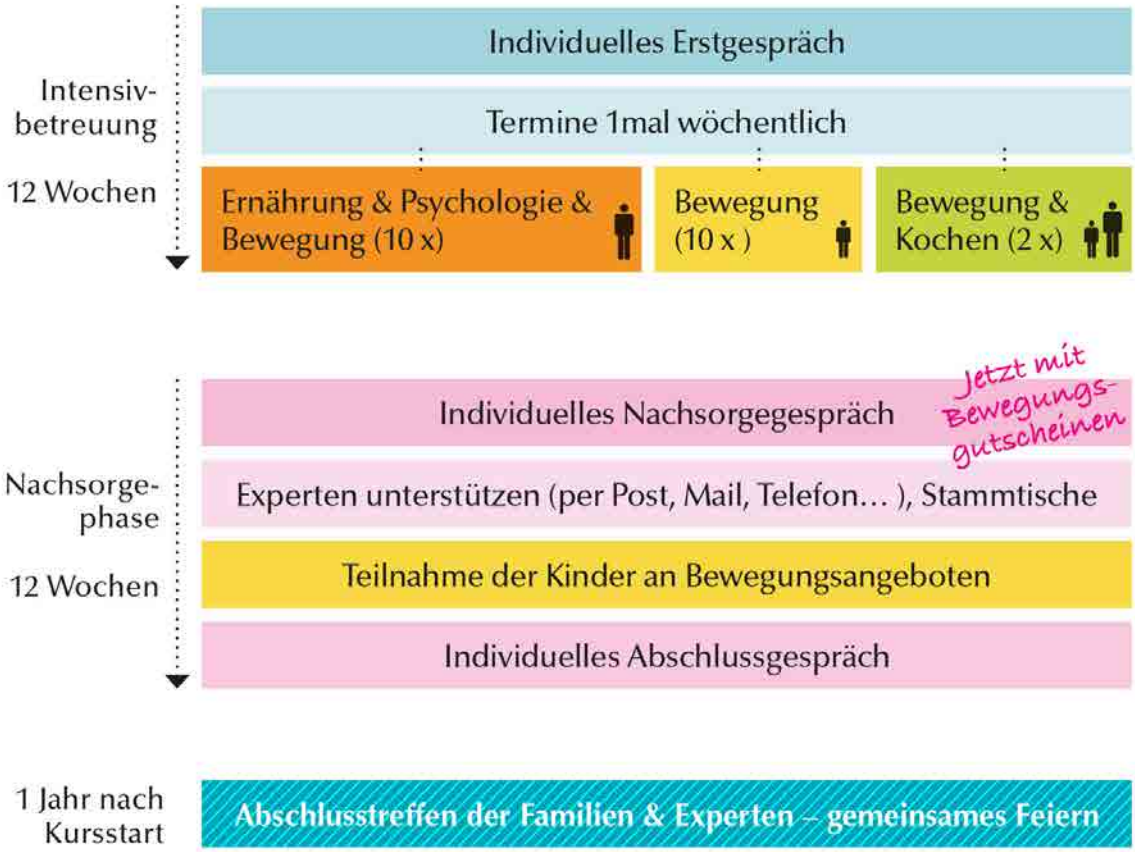
„Wir freuen uns, dass die OÖGKK erneut an uns herangetreten ist. Unsere Bewegungscoaches und InstruktorInnen leisten ihren Beitrag durch qualitativ hochwertige Bewegungsprogramme für die Kinder und Jugendlichen."

ASKÖ LANDESGESCHÄFTSFÜHRERIN MAG.ᴬ ANITA RACKASEDER, MBA

Schon im Jahr 2009 wurde mit dem Projekt Kim Kilo ein Programm geboten, um übergewichtige Kinder auf dem Weg zu einem Normalgewicht zu unterstützen.

Die BewegungstrainerInnen der ASKÖ Oberösterreich führten bereits zu diesem Zeitpunkt die Bewegungseinheiten für die teilnehmenden Kinder durch.

Nun wurde das Konzept wesentlich überarbeitet. Im neuen Programm wird die Familie, im speziellen die Eltern, vermehrt in den Mittelpunkt gestellt. Begleitende Informationsworkshops und gemeinsame Bewegungseinheiten sollen zusätzlich bei



der Veränderung der Lebensgewohnheiten unterstützen. Die Bewegungseinheiten für die Kinder bleiben im selben Umfang weiterhin erhalten.

Das Programm

Kinderleicht ist kein medizinisch begleitetes Gewichtsreduktionsprogramm, sondern ein Unterstützungsangebot für Familien mit übergewichtigen/adipösen Kindern.

Es gliedert sich in eine 3-monatige „Betreuungs-Phase“, mit den Themenschwerpunkten Ernährung, Psyche und Bewegung und einer 3-monatigen individualisierten „Nachsorge-Phase“. Ermöglicht wird die geplante Individualisierung durch zwei Kennenlerngespräche, in welchen die Familien unter Inanspruchnahme eines strukturierten Interviewleitfadens befragt werden. Je nach individueller Problemstellung bzw. individuellen Bedürfnissen werden die Familien in der Nachsorgephase entsprechend unterstützt, um ein passendes Bewegungsangebot zu finden.

Kinderleicht versucht auf mehreren Ebenen bei den Kindern positive Ergebnisse zu erzielen:

- Gewichtsstabilisierung unter Ausnutzung des Längenwachstums
- Änderung der Adipositas relevanten Lebensstilfaktoren im Setting Familie
- Begleitung und nachhaltige Unterstützung zur Erlangung eines gesunden Bewegungsverhaltens
- Einbeziehen und Nutzung von ernährungswissenschaftlicher, psychologischer und im Bedarfsfall medizinischer Expertise

Programmablauf

Die 12-wöchigen „Kinderleicht!“ Kurse starteten ab März 2019 mit ersten Kursen in Linz und Vöcklabruck. Ab Herbst 2019 wird das Programm kontinuierlich ausgebaut und erweitert. Interessierte Familien können sich direkt bei der OÖGKK oder bei der ASKÖ OÖ informieren.

Kontakt
ASKÖ OÖ
Mag. Thomas Kissler
0732/730344
www.askoe-ooe.at
t.kissler@askoe-ooe.at

Hopsi Hopper tanzte für die Kinder im Stadtsaal

Das Team der ASKÖ Oberösterreich bereitete den Kindern einen tollen Vormittag

Fotos: Klaus Mader

Österreichischer Vorlesetag in Steyr

Die ASKÖ Oberösterreich unterstützte den 2. Österreichischen Vorlesetag. Die Kindergärten der Stadt Steyr erlebten im Steyrer Stadtsaal einen besonderen Vormittag. Mit dabei im Jubiläumsjahr auch Hopsi Hopper, das Bewegungsmaskottchen der ASKÖ OÖ, mit einer besonderen Bewegungsgeschichte zum Mitmachen.

„Auch in diesem Jahr unterstützten wir den Österreichischen Vorlesetag mit einer besonderen Bewegungsveranstaltung!"

ASKÖ LANDESGESCHÄFTSFÜHRERIN MAG.A ANITA RACKASEDER, MBA

Das ist ein Auszug aus einer ganz besonderen Geschichte, mit der die ASKÖ OÖ (Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur Oberösterreich) den zweiten Österreichischen Vorlesetag unterstützte. Eine

Mehr als 200 Kinder verwandelten den Stadtsaal in einen großen Bewegungsraum

Fotos: ASKÖ Steyr

Hopsi Hopper umringt von den zahlreichen Kindern. Mit dabei (v.l.) Vizebürgermeisterin Ingrid Weixlberger, Geschäftsführender Bezirksobmann ASKÖ Bezirk Steyr RR Anton Obrist, Landesgeschäftsführerin Mag.a Anita Rackaseder, MBA, Fachabteilungsleiter Christian Baumgarten, Geschäftsbereichsleiterin Dr.in Martina Kolar-Starzer

Kindergeschichte von Hopsi Hopper, dem Bewegungsmaskottchen der ASKÖ OÖ. Passend zum Text wurden von den Kindern lustige Bewegungsaufgaben bei verschiedenen Stationen durchgeführt.

Hintergrund

Wissenschaftliche Daten belegen den engen Zusammenhang zwischen geistiger und körperlicher Entwicklung. Die ASKÖ OÖ unterstützt als Sportdachverband vor diesem Hintergrund bewusst die Bildungsinitiative „Österreichischer Vorlesetag“, erweitert das Thema Bildung mit Bewegung und trägt spezielle Bewegungsgeschichten vor.

Österreichischer Vorlesetag in Steyr

In diesem Jahr stand der Steyrer Stadtsaal ganz im Zeichen von Vorlesen, Zuhören und Bewegen. Mehr als 200 Kindergartenkinder der Stadt Steyr besuchten den Steyrer Stadtsaal, hörten zu und bewegten sich bei den unterschiedlichen Stationen.

Vzbg. Ingrid Weixlberger begrüßte die zahlreichen Kinder und natürlich auch Hopsi Hopper, das Bewegungsmaskottchen der ASKÖ OÖ. BewegungstrainerInnen der ASKÖ OÖ betreuten die Kinder an diesem speziellen Vormittag der etwas anderen Art. Neben Sprungstationen, Krabbelparcours und einer Fühl- und Erlebnisbahn, bastelten die Kinder fleißig ihre Hopsi Hopper Schirmkappen.

Als Geschenk gab es Lesezeichen, Kalender und Hopsi Hopper Schupferl

Hopsi Hopper Bewegungsgeschichte

Kaum war die Sonne aufgegangen, träumte Hopsi Hopper wieder vom Festland. Vorsichtig rückte er an den Rand des Blattes und blickte gespannt in Richtung Ufer, dort wo das Festland begann. Immer weiter rückte er – bis plötzlich eines seiner Froschbeinchen im Wasser war und schwupps, plumpste er ins Wasser. Ohne viel nachzudenken schwamm er los und eine Welle trug ihn mit Schwung ans Ufer. Überrascht hielt er sich am Ufer fest und staunte, dass er es tatsächlich ans Festland geschafft hat. Ängstlich kroch er aus dem Schlamm und erreichte die bunte Blumenwiese, von der ihm Hopsine bereits erzählt hatte…

Bewegungsgeschichten

Bewegungsgeschichte bedeutet, dass man sich zu dem, was vorgelesen wird, gleichzeitig bewegt. Die Kinder hörten zu Beginn eine besondere Geschichte die speziell entwickelt wurde, um die Bewegung zu fördern. Anschließend wurde an den einzelnen Bewegungsstationen das Gehörte in die Tat umgesetzt.

Die ASKÖ Oberösterreich wird auch im kommenden Jahr wieder den Österreichischen Vorlesetag unterstützen.

Konsulentenessen 2019

Bewegungstrainerin Alexandra Aigner ist seit mehr als 5 Jahren im Kindergarten Seewalchen im Einsatz

Neue bewegungsfreundliche Kindergärten Linz und Seewalchen

Zwei neue bewegungsfreundliche Kindergärten wurden in Linz und Seewalchen ausgezeichnet. Die ASKÖ Oberösterreich freut sich über nunmehr 11 Einrichtungen in Oberösterreich, die die notwendigen Qualitätskriterien erfüllen.

Hopsi Hopper war der Star an diesem Vormittag im Kindergarten Seewalchen. Die Kinder bastelten eigens für ihn kleine Geschenke

Kindergarten Seewalchen/Attersee

Seit mittlerweile mehr als 5 Jahren hält die Bewegungstrainerin der ASKÖ OÖ Alexandra Aigner regelmäßig Bewegungseinheiten im Kindergarten Seewalchen-Rosenau ab. Das Bewegungsmaskottchen Hopsi Hopper ist immer mit dabei und moti-

Das Kindergarten-Team und die Kinder sind stolz auf ihre Auszeichnung

viert die Jüngsten zur freudvollen gesundheitsfördernden Bewegung. Die Landesgeschäftsführerin der ASKÖ OÖ Mag. Anita Rackaseder, MBA übereichte gemeinsam mit Hopsi Hopper die Auszeichnung an Kindergartenleiterin Katharina Schmid.

Kinderfreunde Kindergarten Linz-Einfaltstr.

Frau Vizebürgermeisterin Karin Hörzing, ASKÖ Vizepräsident Stefan Giegler und Hopsi Hopper überreichten die Auszeichnung zum bewegungsfreundlichen Kindergarten vor Ort an die Leiterin des Kinderfreunde Kindergartens Linz-Einfaltstraße Fr. Gertraud Eckerstorfer und ihrem Team.

Die Bewegungstrainerin der ASKÖ OÖ Daniela Allmeier, MBA besucht den Kindergarten regelmäßig und führt Bewegungseinheiten durch. Neben dem Schild wurden auch neue Bewegungsmalbücher und ein Hopsi Hopper Land Bewegungsteppich an die Kinder überreicht, um sie schon in frühen Lebensjahren für Bewegung zu begeistern.

Vizebürgermeisterin Karin Hörzing (links) überreichte zusammen mit Hopsi Hopper die Auszeichnung an Kindergartenleiterin Gertraud Eckerstorfer

ASKÖ Vizepräsident Stefan Giegler war bei der Auszeichnung ebenso anwesend

Österreichischer Bewegungs- und Sport-
KONGRESS 2019

18.–20. Oktober · Saalfelden

Foto: Fit Sport Austria

Vom 18. bis 20. Oktober 2019 veranstalten die drei Breitensportverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION den **13. Kongress** für ÜbungsleiterInnen und PädagogInnen in Saalfelden. Diese Veranstaltung bietet ein breites Spektrum an Themen für die sportfachliche und bewegungspädagogische Betreuung im Verein, im Kindergarten und in der Schule. In praxisorientierten Arbeitskreisen werden vielfältige Anregungen zum freudvollen und gesundheitsförderlichen Bewegen und Sporttreiben geboten sowie der Austausch mit Fachleuten und KollegInnen ermöglicht.

Kongress-Gebühren

- ÜbungsleiterInnen eines Qualitätssiegelangebotes € 89,–
- StudentInnen € 159,–
- Sonstige InteressentInnen € 199,–

Anmeldung

Online unter www.fitsportaustria.at/go/kongress2019
Ab 17. Juni wird die Anmeldung exklusiv für ÜbungsleiterInnen mit Qualitätssiegel-Auszeichnung zur Verfügung stehen, ab 24. Juni ist die Anmeldung dann für alle InteressentInnen offen.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an die Fit Sport Austria-Geschäftsstelle per E-Mail office@fitsportaustria.at oder telefonisch unter 01 / 504 79 66.

Bundesministerium Öffentlicher Dienst und Sport

AUSTRIAN SPORTS Bundes-Sport GmbH

Der Kongress wird durch Mittel aus der Bundes-Sportförderung des Bundesministeriums für Öffentlichen Dienst und Sport und der Bundes-Sport GmbH unterstützt.

MITEINANDER MEHR BEWEGEN.

ASKÖ FIT wirkt

Die Zahlen sind eindeutig. Menschen, die am ASKÖ Fit Programm teilnehmen profitieren nicht nur selbst, sondern verursachen ebenso niedrigere Gesundheitskosten für die Gesellschaft. Gesundheitsfördernde Bewegung lohnt sich!

„Unsere Angebote richten sich von Kleinkindern bis 50 Plus. Wir bieten zielgruppenspezifische Kurse für alle Altersschichten, nach dem Motto Bewegung ein Leben lang bei der ASKÖ."

ASKÖ LANDESGESCHÄFTSFÜHRERIN MAG.A ANITA RACKASEDER, MBA

Die ASKÖ Oberösterreich bietet seit mehr als 40 Jahren fitness- und gesundheitsfördernde Angebote an. In den vergangenen 20 Jahren sind oberösterreichweit umfangreiche Angebote im Bereich der Fitness- und Gesundheitsförderung entstanden. An mehr als 30 Standorten im Bundesland werden unterschiedliche Bewegungsangebote je nach Alters- und Fitnessstruktur für verschiedene Zielgruppen angeboten. Somit kann jede/r an einem passenden Kurs teilnehmen.

Die jüngsten TeilnehmerInnen sind 3 Jahre, die ältesten über 90. Die ASKÖ Oberösterreich bietet die Möglichkeit, ein Leben lang an einem passenden Bewegungsangebot teilzunehmen. Somit kann jeder in der aktuellen Lebensphase gesundheitswirksam aktiv tätig sein.

Volkswirtschaftlicher Nutzen

Nicht nur der persönliche Nutzen ist ein wesentliches Argument, um an einem Angebot der ASKÖ teilzunehmen. Die Berechnungen zeigen eindeutig den enormen volkswirtschaftlichen Nutzen von der Teilnahme an gesundheitsfördernden Bewegungsangeboten auf. TeilnehmerInnen an Angeboten der ASKÖ OÖ sparen 2 Millionen Euro Kosten für das Gesundheitssystem.

RückenFit Kurse werden besonders nachgefragt

ASKÖ Steelsharks Traun

Durch einen Zusammenschluss der Sharks Leonding und Steelers Linz wurden die ASKÖ Steelsharks Traun im Jahr 2005 gegründet.

Die neu gegründete Mannschaft kämpfte sich durch die Divisionen bis man schlussendlich im Jahr 2016 den Aufstieg in die höchste österreichische Liga schaffte (AFL). Seither spielt man im Meisterschaftsbetrieb gegen die Topmannschaften Österreichs. Ebenfalls stellen die ASKÖ Steelsharks Traun ein zweites Team, das derzeit in der Division 4 spielt. 4 Mannschaften U11, U13, U15 und U18 sind in den Nachwuchs Bewerben aktiv. Die Sektionen Flag Football, Tackle Football und Cheerleading unterstützen die Herrenmannschaft und führen ebenso einen eigenen Betrieb durch. Die Diamonds Cheerleader sind vor allem bei der Durchführung der Heimspiele ein wesentlicher Bestandteil der ASKÖ Steelsharks Traun.

Kontakt
ASKÖ Steelsharks Traun
Obmann Markus Campregher
office@steelsharks.at
www.steelsharks.at

Das Spiel

Zweck des Spieles American Football ist es, Raumgewinn zu erzielen bzw. den Gegner daran zu hindern. Raumgewinn kann durch Vorwärtstragen des Balles oder Fangen eines Passes erreicht werden. Eine Mannschaft besteht aus beliebig vielen Spielern, von denen jeweils 11 auf dem Spielfeld sind. Die Mannschaft, die im Ballbesitz ist, hat das Angriffsteam (Offense) auf dem Feld, der Gegner die Verteidigung (Defense). Das Feld ist 100 Yards lang, 53,3 Yards breit (91,4 x 48,7 m) und hat zwei je 10 Yards lange Endzonen mit Y- oder H-förmigen Toren. Die Spielzeit beträgt 4 x 12 Minuten netto. Nach dem 1. und 3. Viertel erfolgt ein Seitenwechsel, nach der Halbzeitpause ein erneuter Ankick.

Der Ablauf

Nachdem durch Münzwurf bestimmt wurde, welche Mannschaft als erste den Ball erhält, beginnt das Spiel mit dem Ankick (Kick Off) der verteidigenden Mannschaft von deren 35 Yard Linie. Dabei soll der Ball möglichst tief in die gegnerische Hälfte gekickt werden. Die Offense versucht den Ball zu fangen

und möglichst weit gegen die Kickrichtung zurückzutragen (Kick Off Return). An der Stelle, an der sie von der Defense gestoppt wird, beginnt die erste Serie von Versuchen (Series of Downs). Das Angriffsteam hat vier Versuche (Downs), um eine Strecke von mindestens 10 Yards (9,14 m) zu überwinden. Beim Lauf (Run) wird der Ball von einem Spieler getragen. Beim Wurf (Pass) läuft der Spielmacher (Quarterback) einige Schritte zurück und wirft dann den Ball zu einem Mitspieler, der ihn fangen muss, bevor der Ball den Boden berührt. Der nächste Versuch wird von dort weitergespielt, wo der Ballträger zu Boden gegangen ist. Gelingt es, mindestens 10 Yards zurückzulegen, erhält das Team eine neue Serie von vier Versuchen (First Down). Endziel ist es, die gegnerische Endzone zu erreichen bzw. auf andere Art Punkte zu erzielen.

Punkte erzielen

Touchdown: 6 Punkte Besitz des Balles in der gegnerischen Endzone. Der Ball gelangt durch Tragen (Lauf) über die gegnerische Goalline oder Fang (Pass) in der gegnerischen Endzone. Nach einem Touchdown erhält die punktende Mannschaft einen Versuch von der 3 Yard Linie (Try). Er kann als Extra Point: 1 Punkt Place Kick durch die obere Hälfte des Y- oder H-förmigen Tores; oder als Conversion: 2 Punkte neuerliches Touchdown ausgeführt werden. Ist beim 4. Versuch erkennbar, dass kein neues First Down oder Touchdown erreicht werden kann, besteht die Möglichkeit eines Field Goal: 3 Punkte Place Kick, wie beim Extra Point, aus jeder beliebigen Entfernung zum Tor. Auch die Verteidigung kann Punkten: Safety: 2 Punkte Stoppen des Ballträgers in dessen eigener Endzone Nach einem Safety muss die Mannschaft, die den Safety erhalten hat, dem Gegner den Ball von der eigenen 20 Yard Linie aus zukicken. Bei allen anderen Punktegewinnen kickt das punktende Team von der eigenen 35 Yard Linie.

Mit dabei sein

Die ASKÖ Steelsharks Traun sind laufend auf der Suche nach SpielerInnen, Cheerleaderinnen und Personen, die bei den unterschiedlichen Aktivitäten mithelfen wollen. Ob Media Squad, Medical und Game Day Crew, es gibt viele unterschiedliche Aufgaben im Verein. Interessierte Personen können sich direkt bei den Steelsharks melden.

FunktionärInnenteam	
Obmann	Markus Campregher
Obmann Stellvertreterin	Doris Campregher
Sportlicher Leiter	Michael Schweitzer
Kassierin	Claudia Mayr-Lauritz
Schriftführer	Wolfgang Ganhör
Sektionsleiter Football	Markus Campregher
Sektionsleiterin Cheerleading	Stephanie Mayrhofer
Sektionsleiter Flag Football	Andreas Kellner
Sektionsleiter Tackle Football	Mario Winter
Sektionsleiter Nachwuchs	Lauritz August Brandstätter

Der „alte" Vorstand der ASKÖ Mühlviertel

ASKÖ Mühlviertel Bezirkskonferenz

Nach 19 Jahren an der Spitze der ASKÖ Mühlviertel verabschiedet sich Hans Affenzeller

Staffelübergabe in der ASKÖ Mühlviertel. Nach sage und schreibe 19 Jahren hat Hans Affenzeller den Vorsitz an den neuen Obmann Michael Lindner übergeben. Neben dem einstigen Obmann verabschiedete sich auch ein Großteil seines Teams in den verdienten Ruhestand.

Die Bezirkskonferenz der ASKÖ Mühlviertel wurde 2019 im Gelände der Brauerei Freistadt durchgeführt. Der langjährige Obmann Hans Affenzeller, Obmann Stellvertreter Karl Ebenhofer sowie Finanzreferent Herbert Stummer und Ludwig Kürnsteiner (Kontrolle) schieden aus dem Vorstand aus. Die verdienten Funktionäre der ASKÖ Mühlviertel wurden bei ihrem Abschied würdig gefeiert.

Der neue Obmann LAbg. Mag. Michael Lindner freut sich auf die kommenden Aufgaben im Mühlviertel und betonte gleich bei seiner Antrittsrede welchen Schwerpunkt er in der kommenden Funktionsperiode legen will: „Oberösterreich ist dann ein Sportland, wenn wir die Sportstätten in allen Gemeinden erhalten und

LAbg Mag. Michael Lindner (Bild Mitte) freut sich auf die kommenden Aufgaben

Der neue Vorstand der ASKÖ Mühlviertel	
Obmann	LAbg. Mag. Michael Lindner
Obmann Stellvertreterin	Abg. z. NR Sabine Schatz
Schriftführer	DI Franz Aumayr
Finanzreferent	Siegfried Lehner
Finanzreferent Stv.	Roland Auböck
Sportleiter	Helmut Staudacher
Sportleiter Stv.	Helmut Hennerbichler
Kontrolle	Mag. Simon Weiß
	Nobert Traxler

Der neue Bezirksobmann der ASKÖ Mühlviertel: LAbg. Mag. Michael Lindner

weiterentwickeln, wenn wir Vereine unterstützen statt „Megaprojekte“ auf die grüne Wiese zu stellen, wenn wir die ehrenamtliche Arbeit in den unzähligen Vereinen besser unterstützen.“

ASKÖ OÖ Präsident DI Erich Haider, MBA freut sich auf die anstehende Zusammenarbeit mit dem neuen Obmann und seinem Team, die alle voller Tatendrang in die Funktionsperiode starten.

Der langjährige Finanzreferent der ASKÖ Mühlviertel Herbert Stummer schied ebenso aus seiner Funktion aus

Der neue Mann im ASKÖ Bezirk Mühlviertel, LAbg. Mag. Michael Lindner

Wir stellen vor

Landtagsabgeordneter Mag. Michael Lindner ist seit April 2019 in der Funktion des ASKÖ Bezirksobmannes Mühlviertel und des ASKÖ OÖ Vizepräsidenten. Die ASKÖ Aktuell stellt das neue Mitglied der ASKÖ Familie vor.

„Die ASKÖ Vereine sind wichtig in unseren Gemeinden. Sie bieten unseren Kindern eine umfangreiche Freizeitgestaltung, sind wichtig für ein Zusammenkommen in der Gemeinde und fördern nebenbei die Gesundheit so vieler Menschen!"

ASKÖ BEZIRKSOBMANN MAG. MICHAEL LINDNER

Michael Lindner hat sich in seiner Kindheit und Jugend in vielen verschiedenen Sportarten ausprobiert: Tischtennis, Faustball, Tennis, Ski fahren, Snowboard. Aktuell ist er aktiv beim Tennis spielen in Kefermarkt und beim Laufen (bisher 2x einen „Halbmarathon" absolviert).

Zugang zur ASKÖ Familie

Sehr prägend ist für ihn der Slogan „Sport für alle ermöglichen!": „Es drückt für mich aus, dass jeder Mensch, unabhängig von seiner Leistung, seiner Herkunft, seines Alters einen guten Zugang zu Sport- und Bewegungsmöglichkeiten haben soll. Dafür sind die Vereine und Sektionen der wichtigste Anker", so der geborene Gutauer, der mit seiner Familie in Kefermarkt wohnt. Das ehrenamtliche Engagement in den Vereinen ist für ihn eine unbezahlbar wertvolle Arbeit, die er in seiner neuen Funktion als

ASKÖ Bezirksobmann auch unterstützten möchte: „Wenn wir eine gesunde Gesellschaft wollen, dann müssen wir gut in unsere Vereine investieren. Das ist gut investiertes Geld in die Zukunft!“

Ein gut ausgebauter Breitensport fördert aber auch die Talente von jungen Menschen, die in den Spitzensport gehen wollen. Dieser Aspekt darf ebenso nicht vernachlässigt werden. Erfolgreiche SportlerInnen haben Vorbildwirkung und wirken sich umgekehrt auch wieder auf den Breitensport aus.

Ziele als Bezirksvorsitzender

Mit 34 Vereinen und 8.600 Mitgliedern hat die Aufbau Generation der ASKÖ Mühlviertel, rund um seinen Vorgänger Johann Affenzeller, hervorragende Arbeit geleistet. Als Bezirksvorsitzender möchte er vor allem unterstützend für die Vereine arbeiten und als Bindeglied zum ASKÖ Landesverband dienen: „Ich möchte gemeinsam mit den Vereinen das Sportangebot im Mühlviertel weiter verbreitern und mit der Initiative Sportverein Plus neue Sektionen und Vereine an Bord holen.“

Die ASKÖ Vereine sind im Mühlviertel ein Fixpunkt in der Freizeitkultur der Gemeinden. Sie bieten den Kindern eine umfangreiche Freizeitgestaltung, sind wichtig für ein Zusammenkommen in den Gemeinden und sie fördern so nebenbei auch noch die Gesundheit.

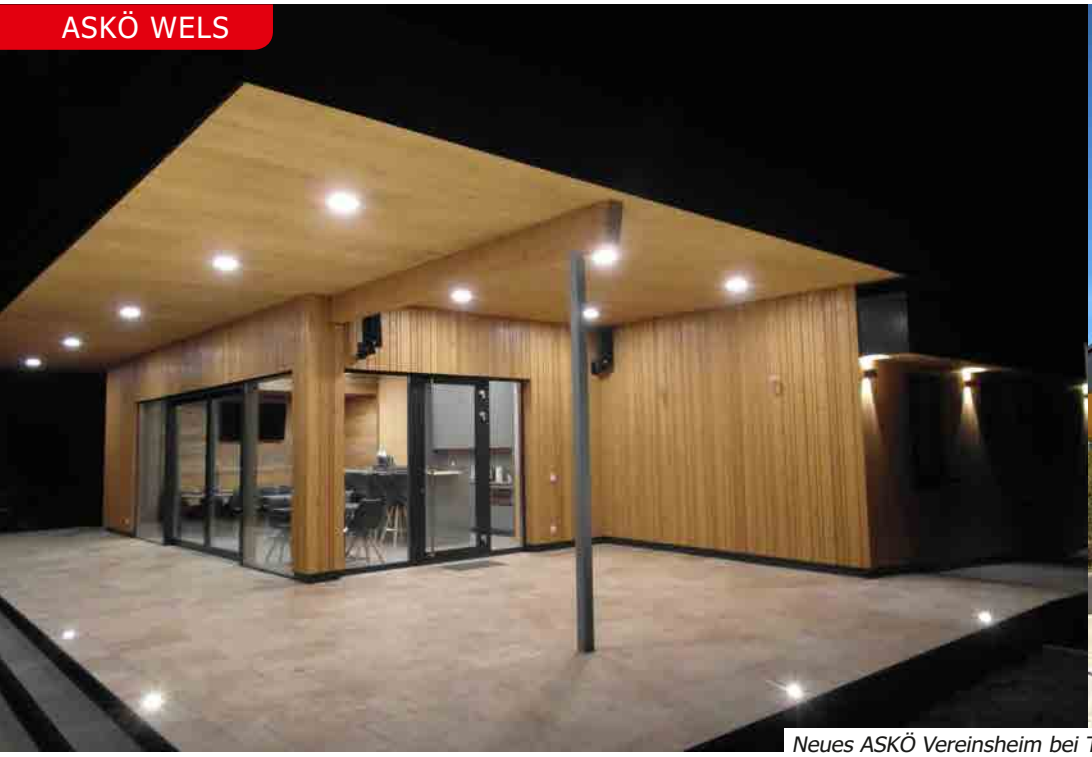
Einbindung der Politik

Als Landtagsabgeordneter hat er natürlich den politischen Kontext immer im Blick und sieht hier wichtige Aufgaben: „Oberösterreich ist dann ein echtes Sportland, wenn wir die Sportstätten in allen Gemeinden erhalten und weiterentwickeln. Wenn wir außerdem die Vereine unterstützen, statt Megaprojekte auf die grüne Wiese zu stellen. Bei einem 5 Milliarden Euro Gesamtbudget für den Breiten- und Spitzensport nur 12 Millionen Euro zur Verfügung zu stellen, ist mehr als dürftig! Da braucht es eine neue Kraftanstrengung im Land Oberösterreich!“ Michael Lindner wird in der kommenden Funktionsperiode diese Kraft aufwenden, um für die Vereine und deren ehrenamtlichen FunktionärInnen bestmögliche Rahmenbedingungen für ihre Arbeit an der Basis zu schaffen.

Halbmarathon Finisher beim Mallorca Marathon

Will in seiner neuen Funktion als ASKÖ Bezirksobmann für die ehrenamtlich tätigen FunktionärInnen da sein

Persönliches
Mag. Michael Lindner, 36 Jahre
Verheiratet, zwei Söhne (4 und 2 Jahre)
Geboren in Gutau, lebt mit seiner Familie in Kefermarkt (Bezirk Freistadt)
Landtagsabgeordneter seit dem 11. 10. 2018, davor 3 Jahre Bundesrat.
Seit April ASKÖ OÖ Bezirksobmann Mühlviertel, ASKÖ OÖ Vizepräsident



Neues ASKÖ Vereinsheim bei Tag und bei Nacht

Neues Vereinsheim der ASKÖ Marchtrenk

Am 13. April fand die offizielle Eröffnungsfeier für das neue Vereinsheim der ASKÖ Marchtrenk statt. Rund 230 Mitglieder und Gäste, Vertreter anderer Sportvereine, Polizei, Feuerwehr und Rotes Kreuz wohnten der Eröffnung bei.

Schwungvoller Auftakt der Eröffnungsfeier mit den Trommlern der Grllstx

Die Standortverlegung der ASKÖ Marchtrenk wurde durch den Ausbau der Volksschule I erforderlich. Mit einer zukunftsweisenden Entscheidung stellte Bürgermeister Paul Mahr eine Fläche im Freizeitzentrum zur Errichtung von zwei neuen Tennisplätzen und eines 136 m² großen Vollholz-Gebäudes zur Verfügung. Ab sofort stehen somit insgesamt sieben Sandplätze mit Online Reservierungssystem und das neue Gebäude samt Terras-

Obmann Martin Wiesinger freute sich über den Besuch zahlreicher Gäste und gab einen Überblick über die Planungs-, Genehmigungs- und Bauphase

BORA hansgrohe Radprofi Felix Großschartner nutzte einen Kurzbesuch in der Heimat, um bei der Eröffnungsfeier Einblicke in das Leben eines Radprofis zu geben

ASKÖ KTUELL

se für den Tennisbetrieb zur Verfügung. In seiner Begrüßungsrede betonte Paul Mahr die konstruktive Zusammenarbeit zwischen Verein und Gemeinde und zeigte sich stolz über die hochwertige Entwicklung des Freizeitareals der Stadtgemeinde. ASKÖ OÖ Vizepräsident und Bezirksobmann Mag. Manfred Sams freute sich über die positive Entwicklung der ASKÖ Marchtrenk und hob vor allem die gute Kinder- und Jugendarbeit hervor. Obmann Martin Wiesinger gab einen Überblick über die Bauphase, bedankte sich bei allen ASKÖ HelferInnen für die erbrachten Eigenleistungen und den am Bau beteiligten ProfessionistInnen.

Tennis Sektionsleiter Dominik Dörr (rechts) übergab im Namen des Vorstandes einen „reservierten" Parkplatz für den Obmann Martin Wiesinger (2.v.r.). ASKÖ Vizepräsident und Bezirksobmann Mag. Manfred Sams (links) und Bürgermeister Paul Mahr (2.v.l.) überzeugten sich ebenso von der neuen Anlage

Gertrude Bremm (Mitte) tritt den wohlverdienten Ruhestand an, ihr dankten (von links): Konsulent Manfred Pils, Konsulent Regierungsrat Anton Obrist, ihre Nachfolgerin Renate Moser, Konsulent Vizebgm. a.D. Gerhard Bremm, Konsulent Fritz Chocholaty und Konsulent Bgm. Gerald Hackl

Wechsel im ASKÖ Bezirks-Sekretariat

Gertrude Bremm betreute seit 2005 die ASKÖ Vereine und geht nun in Pension. Mit Renate Moser ist bereits eine Nachfolgerin im Amt.

Einen Wechsel gab es Anfang Mai im ASKÖ Bezirksbüro. Gertrude Bremm tritt nach 14 Jahren als ASKÖ Bezirkssekretärin in den Ruhestand. Nachfolgerin ist Renate Moser. ASKÖ Steyr Bezirksobmann Gerald Hackl: „Gertrude hat seit 1. Juli 2005 vorbildlich, zuverlässig und mit Herzlichkeit unsere ASKÖ FunktionärInnen und Vereine betreut. Ich freue mich, dass wir mit Renate Moser eine ebenso verlässliche Mitarbeiterin bekommen. Damit ist auch zukünftig ein ausgezeichnetes Service für die ASKÖ Vereine gesichert."

Gertrude Bremm nimmt von der ASKÖ nicht ganz Abschied. Sie ist aktive Turnerin und bleibt Funktionärin beim ATSV. Sie liebt den Skisport, Radfahren und Tennis sowie Camping Reisen. Zum Abschied gab es ein kleines Präsent. Die Nachfolgerin Renate Moser ist auch diplomierte Bewegungstrainerin der ASKÖ Oberösterreich.

PLOHE

ASKÖ Linz Steg Damen Volleyball Staatsmeister

ASKÖ Linz-Steg erstmals Österreichischer Staatsmeister und Double Gewinner

ASKÖ Linz-Steg setzt sich auch im dritten Endspiel der AVL Women durch und sichert sich erstmals in der Vereinsgeschichte den Österreichischen Staatsmeistertitel. Mit einem 3:1 Erfolg gegen die SG Prinz Brunnenbau Volleys Perg und dem Cupsieg holen die Linzerinnen das Double und beenden die Saison mit nur einer Niederlage!

ASKÖ Linz-Steg krönt am Samstagabend eine nahezu perfekte Saison mit dem ersten Meistertitel der Vereinsgeschichte. Nach vier Cuptiteln und zahlreichen Vize Meistertiteln geht die Goldmedaille erstmals an ASKÖ Linz-Steg. Gleichzeitig sind die Linzerinnen der erste oberösterreichische Volleyball Staatsmeister. Die erfolgreiche Saison wurde zudem mit dem Gewinn des Österreichischen Cups als Double Saison gekrönt. Die ASKÖ OÖ gratuliert den Damen der ASKÖ Linz Steg.

Das Double in der Saison 2018/19 ist geschafft

ASKÖ Leistungslehrgang Tae Kwon Do

32 Kinder im Alter von 6 – 14 Jahren aus 5 Vereinen nahmen am ASKÖ Kyorugi Kinder Leistungslehrgang teil.

Landesreferentin Mag.a Christine Hübler veranstaltete den Lehrgang in Kooperation mit dem Landesfachverband Tae Kwon Do. Die NachwuchssportlerInnen hatten tolle Trainingsbedingungen und konnten ihre Fähigkeiten in der Sportart optimal weiterentwickeln

Bezahlte Anzeige

ASKÖ Traun Badminton Österreichischer Staatsmeister

Nach der Auswärtsniederlage im ersten Finalspiel war beim zweiten Spiel in Traun ein Sieg Pflicht um ein allfälliges, drittes Entscheidungsspiel, zu erzwingen. Durch eine tolle Leistung der gesamten Mannschaft in Spiel 2 wird ein Entscheidungsspiel erzwungen. ASKÖ Traun gewinnt dies und somit die Finalserie um den Österreichischen Mannschaftsmeistertitel mit 2:1 und sichert sich den 14. Titel in der Vereinsgeschichte. Rekord!

Nachhaltig gewinnen!

Das Bund-Bundesländer-Netzwerk „Green Events Austria“, hat den Wettbewerb „nachhaltig gewinnen!“ ins Leben gerufen und zeichnet nachhaltig durchgeführte Feste, Kulturevents und Sportveranstaltungen sowie nachhaltige Sportvereine aus.

Seit 2011 werden durch den Wettbewerb nachhaltige Events mit Vorbildcharakter ausgezeichnet und ins Rampenlicht gestellt. Sportvereine können in den beiden Kategorien „Veranstaltungen von Sportvereinen“ und „Nachhaltiger Sportverein“ einreichen.

NACHHALTIG GEWINNEN!
nachhaltiggewinnen.at

Alle weiteren Informationen auf
www.nachhaltiggewinnen.at

ASKÖ Landesmeisterschaften Schach

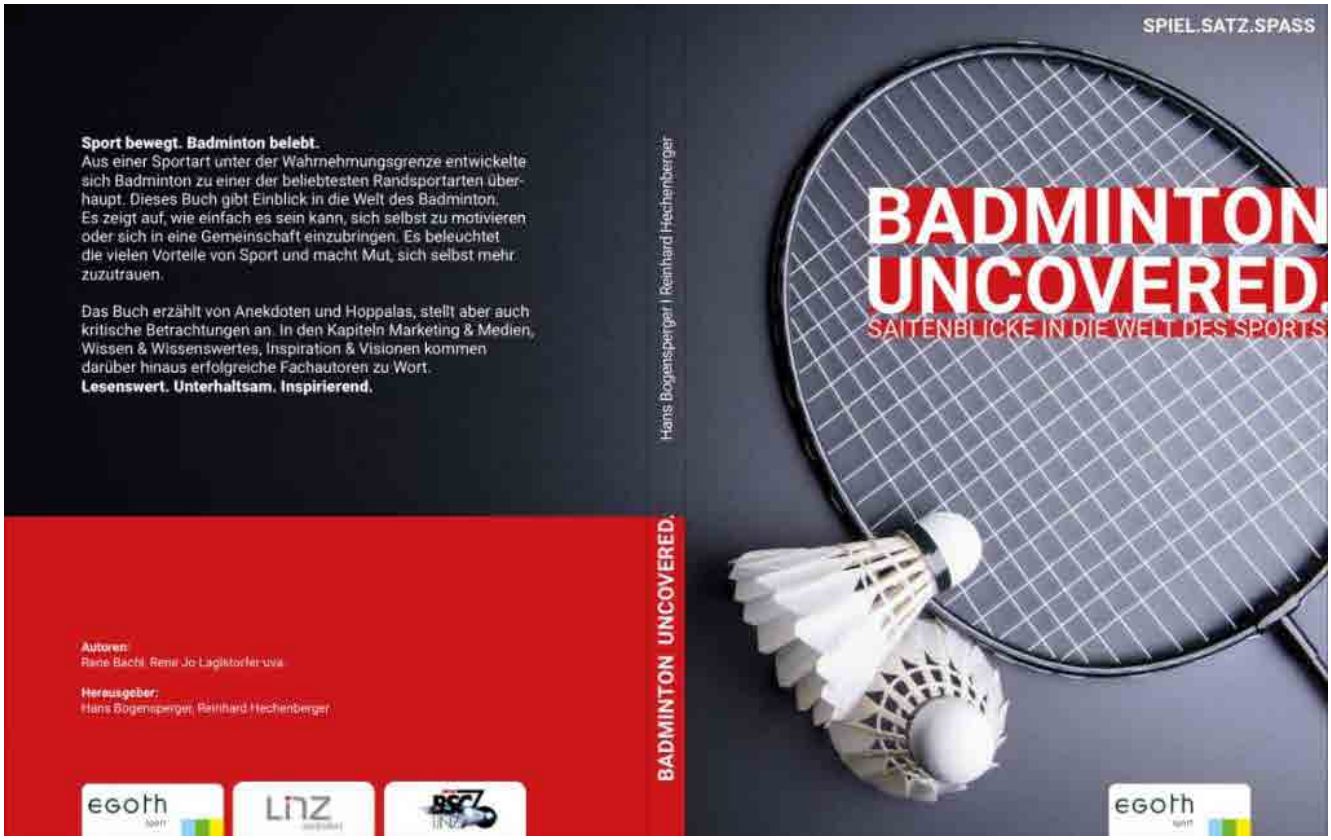
Zur ASKÖ Landesmeisterschaft im Blitz- und Schnellschach konnten im Gemeindezentrum in Kirchberg-Thening 40 Schachspieler begrüßt werden.

Die ASKÖ Landesmeisterschaften wurden im Rahmen der neunten Auflage des Hermann-Moser-Gedenkturniers veranstaltet. Das Turnier gliederte sich in sieben Runden Blitzschach und sieben Runden Schnellschach. Die daraus erzielten Punkte wurden für die Gesamtwertung addiert. Bester Mann am Tag war Josef Ager (WSV ATSV Ranshofen Schach), der beide Turniere für sich entscheiden konnte. Auf den Plätzen zwei und drei folgen im Blitzturnier die Hörschinger Vereinsspieler Roland Posch und Sebastian Bauer. Im Schnellschach-Bewerb komplettierten Patrick Benesch (WSV ATSV Ranshofen Schach) und Günter Höbarth (ASKÖ SV Hörsching) das Siegerpodest. Mag. Josef Podechtl, Vizepräsident der ASKÖ OÖ und Bezirksobmann Linz-Umgebung führte die Siegerehrung durch.

Staatsmeistertitel für Nachwuchskegler des ASKÖ 1. SKV Wels

Riesen Erfolg für die beiden Nachwuchskegler Florian Ecker und Andreas Panic vom ASKÖ 1. SKV Wels.

Bei den Österreichischen Nachwuchs-Meisterschaften U23 im Tandem-Bewerb in Salzburg erreichten sie den ersten Platz. In einem spannenden Finale setzten sie sich gegen ihre Gegner Daniel Oriovics und Dominik Hollinger (SKV Wr. Neustadt) erst mit Sudden Victory mit 14:13 Kegel durch und dürfen sich nun „Österreichischer Meister“ nennen.



Buchprojekt von ASKÖ BSC 70 Linz

Hans Bogensperger und Reinhard Hechenberger sind der Beweis, dass die kleinen und großen Erfolge mit Zielstrebigkeit, Ausdauer, Kreativität sowie Konsequenz zu erreichen sind.

Als Sportfunktionär (Obmann und Trainer von ASKÖ BSC 70 Linz) hat Hans Bogensperger über drei Jahrzehnte hinweg SportlerInnen, FunktionärInnen und vor allem Jugendliche für die Sportart Badminton gewinnen und begeistern können. Reinhard Hechenberger hat in den letzten 20 Jahren diese ehrenamtliche Tätigkeit unermüdlich und mit großem Einsatz weiterverfolgt. „HABO“ und Reinhard möchten mit diesem Buch, vor allem stellvertretend für die vielen ehrenamtlich tätigen Menschen, auf die Bedeutung des Miteinanders und die Wichtigkeit des Sports hinweisen.

Das Buch gibt Einblick in die Welt einer besonderen Sportart und zeigt uns, wie einfach es sein kann, erfolgreich zu sein. Mut zu haben und motiviert sich selbst mehr zuzutrauen, ist im Sport, der im Leben ein wichtiger Begleiter ist, wesentlich.

Wertvolle Anregungen, Tips und Ratschläge werden in kurzen Beiträgen von erfolgreichen Fachautoren wie Toni Innauer, Wolfgang Fasching, Günther Lainer und anderen gegeben!

Buch erscheint Anfang Oktober 2019 im www.egoth.at. Verlag Wien
Format 17 x 24 • Etwa 140 Seiten
Preis € 19.70

v.l. ASKÖ Mühlviertel Bezirksobmann Mag. Michael Lindner, Landesgeschäftsführerin Mag.ª Anita Rackaseder, MBA, Robert Puchner (TSV St.Konrad), Gertrude Bremm (ASKÖ Bezirk Steyr), Landesrätin Birgit Gerstorfer, Wolfgang Fürst (ASKÖ Fesselflugklub Phönix) und ASKÖ OÖ Präsident DI Erich Haider, MBA

PLOHE

Hohe Auszeichnung für ASKÖ FunktionärInnen

Drei ASKÖ FunktionärInnen wurden für ihre unermüdliche, ehrenamtliche Arbeit vor den Vorhang geholt.

Gertrude Bremm (ASKÖ Bezirks Steyr), Robert Puchner (TSV St. Konrad) und Wolfgang Fürst (ASKÖ Fesselflugklub Phönix) wurde das Landessportehrenzeichen in Bronze verliehen. Die ASKÖ Oberösterreich gratuliert herzlich zur Auszeichnung!

LRin Birgit Gerstorfer, ASKÖ Präsident DI Erich Haider, MBA, Vizepräsident Mag. Michael Lindner und LGF Mag.ª Anita Rackaseder dankten für die im gesellschaftlichen Zusammenleben so wertvolle Arbeit!

ASKÖ – Termine

27. Juli 2019	S	ASKÖ Landesmeisterschaften Segeln
20. August 2019	S	ASKÖ Nachwuchsleistungskurs Judo
26. August 2019	S	ASKÖ Landemeisterschaften Schach
1. September 2019	S	ASKÖ Nachwuchsleistungskurs Faustball
29. September 2019	S	ASKÖ Landesmeisterschaften Bahnengolf
15. Oktober 2019	B	Informationsveranstaltung Datenschutzgrundverordnung
18. – 20. Oktober 2019	B	ASKÖ Basiskurs für FunktionärInnen

Detailinfos sind zu finden unter:

www.askö-oö.at in den jeweiligen Themenbereichen	F	Fitness & Gesundheitsförderung
	B	Bildung & Vereinsservice
	S	Sport in der ASKÖ OÖ

ASKÖ Frühlingsfest

Die ASKÖ lud zum dritten Mal zu einem Frühlingsfest.

Schauplatz war der MARX Palast, direkt neben dem Büro der ASKÖ Bundesgeschäftsstelle. Die Veranstaltung stand ganz im Zeichen von Hopsi Hopper. Der ASKÖ Fit Frosch feiert 2019 seinen 25. Geburtstag. ASKÖ Präsident Hermann Krist begrüßte unter den knapp 200 Anwesenden zahlreiche FreundInnen und Freunde der ASKÖ, FunktionärInnen und VertreterInnen verschiedener Verbände, aktuelle und ehemalige SpitzensportlerInnen sowie Personen aus den Bereichen Sport, Medien, Gesellschaft, Wirtschaft und Politik. Mit dabei in Wien auch die Landesgeschäftsführerin der ASKÖ OÖ Mag.a Anita Rackaseder, MBA und Fitkoordinator Mag. Thomas Kissler sowie die Langzeitmitarbeiterin Maria Vetr die für ihre Dienste gewürdigt wurde.

Bezahlte Anzeige

DRUCK IN EINER NEUEN DIMENSION

Als hoch spezialisierte Offsetdruckerei gilt bei Gutenberg die Devise: Nur drucken ist zu wenig. Vielmehr geht es uns darum, in Sachen Leistung, Qualität, Sicherheit, Service und Umwelt nicht nur höchsten Standards zu genügen, sondern Maßstäbe zu setzen.

GUTENBERG
Wir drucken uns nicht vor der Verantwortung.

www.gutenberg.at

Österreichische Post AG, ASKÖ Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur in Österreich, Hölderlinstraße 26, 4040 Linz, Donau, MZ14Z040072 M, Retouren an Postfach 555, 1008 Wien