



SPORT  
**UNION**  
 STOCKERAU



# PROGRAMM

# 2008/09

## BEWEGUNG-SPORT-TRAINING



Bandagist   
 Sanitätshaus  
 ILLEK-SANAG GmbH  
 wo Beratung zählt ...

**TANZSCHULE  
 FRANK**

wahlfühlen - genießen - feiern  
**Drei Königshof**  
[www.dreikoenigshof.at](http://www.dreikoenigshof.at)

**Raiffeisenbank  
 Stockerau**



**WALTER GROSCH  
 GmbH**  
 TANKSTELLE  
 AUTOWASCH-  
 ANLAGE  
 CAFE



**GERRIT GROSCH**  
 Kfz-Technikermeister  
 DER  
 MEISTER  
 MACHT'S  
 PERSÖNLICH!





# QUALITÄT IST UNSERE MAXIME!

http://stockerau.sportunion.at

Die SPORTUNION Stockerau sieht es als ihre Aufgabe die **Freude an der Bewegung** erlebbar zu machen und dadurch die **Lebensqualität** zu steigern!

Unsere vielfältigen Angebote halten Menschen körperlich und geistig beweglich, helfen auch NeueinsteigerInnen den ersten Schritt zu tun und fördern ein geselliges Miteinander. Sport ist ein Instrument die Lebensqualität zu steigern!



## – Qualitätssiegel

38 Bewegungseinheiten der SPORTUNION Stockerau sind mit dem **"Fit für Österreich" - Siegel** ausgezeichnet und entsprechen den vom Staatssekretariat für Sport vorgegebenen Qualitätskriterien.

Mit dieser hohen Anzahl an gesundheitsorientierten Bewegungsprogrammen gehören wir in Niederösterreich zu den Spitzenreitern und unterstreichen unsere wichtige Rolle als

## Gesundheitspartner

Unser erklärtes Ziel ist es, mehr Personen zum Sporttreiben zu „bewegen“. Dabei arbeiten wir mit **ÄrztInnen, PhysiotherapeutInnen, WellnesstrainerInnen**,... zusammen, die für unsere Mitglieder wichtige Ansprechpartner sind. Durch diese Kooperation wollen wir ein **Netzwerk von SpezialistInnen** schaffen und so die Lebensqualität unserer Mitglieder verbessern.



## – Turnverein Gütesiegel

Rund **700 Mitglieder** nutzen Woche für Woche die Bewegungsangebote der SPORTUNION Stockerau. Sie bewegen sich zum Spartarif in der Luxus-kategorie der österreichischen Turnvereine.

Denn zum zweiten Mal hat die SPORTUNION Stockerau vom ÖFT (Österreichischer Fachverband für Turnen) **fünf Sterne** (höchste Kategorisierung!) für

- die Aktivitäten im Freizeit-, Gesundheits- und Leistungssport
- und für die Kompetenz unserer ÜbungsleiterInnen und TrainerInnen erhalten.



## – Gala

Jährlich findet die traditionelle **"Sportcrystal-Gala"** statt, bei der von der Österreichischen Bundessportorganisation und vom Bundeskanzleramt die im heimischen Sportsystem sehr begehrten **SPORTCRISTALL-AWARDS** für hervorragende Leistungen vergeben werden.

Die SPORTUNION Stockerau wurde 2006 bei dieser Veranstaltung von der fachkundigen Jury in der Kategorie **Top-Verein des Jahres** auf den 3. Platz gewählt und beschenkte sich mit dieser sensationellen Platzierung selbst zum 60. Geburtstag!



Eine Initiative des Bundeskanzleramtes und der Österreichischen Bundes-Sportorganisation.

## Gesundheitspartner



Dr. Wolfgang Weinstabl



Dr. Lukas Grafenauer



Therapiezentrum Korneuburg



Dr. Silvia Lichtenwallner



Die/der

## SPORTUNION Stockerau

wird mit dem österreichischen Turnverein-Gütesiegel der höchsten Kategorie mit **5 Sternen** ausgezeichnet!





# KIDS & TEENS - SPORTEINHEITEN

## Erlebnisturnen

Der Turnsaal wird zur **Erlebnislandschaft**, Kinder gewinnen Vertrauen in den eigenen Körper, erfahren persönliche Grenzen und werden für das Turnen an Geräten vorbereitet. Wir fördern körperliche Geschicklichkeit auf spielerische Weise.

## Ball und Kondition

Durch gezielte **Ballgeschicklichkeitsübungen** zum Dribbeln, Werfen und Fangen werden die Kinder sicherer im Umgang mit Bällen. Sportliche **Grundlagenausbildung** mit koordinativem Schwerpunkt ist das Wesen dieser Einheiten.

## Sport und Bewegung

Durch vielfältige Übungsformen und **methodisch** aufgebaute Übungen an **Turngeräten** vermitteln wir den Kindern körperliche Geschicklichkeit und Spaß. Koordinative Eigenschaften werden verbessert.

## Tanz und Musik

Bewegung, Rhythmus, Tanz sind die Schlagworte dieser Einheiten. Von einfachen Liedern und Tanzspielen bis zu **kindgerechten Choreografien** reicht die Angebotspalette, angepasst an das Alter der Kinder.

## GYMOTION

Sport, Bewegung, Tanz und Musik werden dank der Neustrukturierung unserer Sporteinheiten zu einem neuen, **revolutionären Konzept** zusammengefasst.

GYMOTION ist eine Wortschöpfung aus mehreren Begriffen:

- **GYM** Körpergefühl, Rhythmik, Turnen
- **EMOTIONS** Spaß, Leidenschaft, Gemeinschaft
- **MOTION** Tanz und Bewegung

Bewegung, Kreativität, Action, Show, Freu(n)de, Teamgeist - trendig, dynamisch, begeisternd!

GYMOTION wendet sich vor allem an Kids und Teens und verbindet die ganze Bandbreite von **Freizeit-** über **Gesundheits-** bis zum **Leistungssport** (GYMNASTICS), von Klein bis Groß. Im Mittelpunkt stehen die Freude und der Spaß an der Bewegung ((E)MOTIONS).

**Einzelmodule** aus den Bereichen Tanz, Aerobic und Turnen können unterschiedlich zusammengesetzt werden.

Die Bereiche bieten hervorragende **Kombinationsmöglichkeiten**, wobei **Turnen als Basis** den idealen Einstieg für die spätere Weiterentwicklung im Leistungsbereich darstellt.



**GYMOTION**  
eine **TAT**sache  
**T**anz, **A**erobic und **T**urnen



<http://stockerau.sportunion.at>



# KIDS & TEENS - SPORTEINHEITEN

		ERLEBNIS TURNEN	SPORT UND BEWEGUNG	BALL UND KONDITION	TANZ UND MUSIK	VOLLEYBALL X-VOLLEY	SPORT-AEROBIC					
		<b>Auf in die ERLEBNIS-LANDSCHAFT!</b>	<b>TURNEN und SPANNUNG methodisch aufgebaut!</b>	<b>Alles dreht sich um BÄLLE!</b>	<b>BEWEGUNG RHYTHMUS TANZ</b>	<b>LEISTUNGS- und HOBBY-VOLLEYBALL</b>	<b>KRAFT DYNAMIK KOORDINATION RHYTHMUS BEWEGLICHKEIT</b>					
Alter im September	1 Jahre	<b>“STÖPSEL”-TURNEN</b> Mittwoch 15.30-16.30 <b>Claudia</b> VS Wondrak  <b>MUKITU / PAKITU</b> Di, 17.00-18.00 Do, 17.00-18.00 <b>Valerie</b> Gym										
	2 Jahre							<b>ERLEBNIS ZWERGE</b> Dienstag 17.00-18.00 <b>Gabi</b> Gym				
	3 Jahre								<b>MUT TUT GUT</b> Donnerstag 17.00-18.00 <b>Birgit</b> VS Wondrak			
	4 Jahre	<b>SPORT-FLÖHE</b> Donnerstag 17.00-18.00 <b>Hannes</b> Gym						<b>TURNZWERGE</b> Mittwoch 17.00-18.00 <b>Nadja, Doris S.</b> VS West		<b>BALLZWERGE</b> Di, 15.15-16.00 <b>Hannes</b> VS West	<b>MUSIK-ZWERGE</b> Mittwoch 16.00-17.00 <b>Doris F., Doris S.</b> VS West	Weitere Information bei Sektionsleiterin: Doris Brandstötter: 0664 / 204 18 79
	5 Jahre								<b>TURNEN PLUS I</b> Mittwoch 16.30-18.00 <b>Jessica</b> VS Wondrak			
	6 Jahre	<b>MINI-VOLLEYS</b> Dienstag 16.00-18.00 <b>Ilse</b> VS West						<b>TANZ FLÖHE II</b> Donnerstag 18.00-19.00 <b>Iris, Sabine</b> Kirchenturnhalle				
	7 Jahre								<b>TURNEN PLUS II</b> Mittwoch 16.30-18.00 <b>Susi</b> VS Wondrak	<b>BALL-KIDS</b> Freitag 18.00-19.00 <b>Pia</b> Gym	<b>BASKET BALL</b> Freitag 18.00-19.30 <b>Renaldo</b> Gym	
	8 Jahre	<b>FUN PARK</b> Mittwoch 17.00-18.30 <b>Roman</b> Gym						<b>POP-DANCE II</b> Dienstag 17.00-18.00 <b>Iris, Doris</b> VS Wondrak				
	9 Jahre								<b>AEROBIC PLUS I</b> Fr, 16.00-17.00 <b>Ivanka</b> Body Lounge			
	10 Jahre	<b>AEROBIC PLUS II</b> Fr, 17.00-18.00 <b>Ivanka</b> Body Lounge										
	11 Jahre							<b>HS Gym</b>				
	12 Jahre											
	13 Jahre											



# SIE & ER - SPORTEINHEITEN

<b>FIT IS A HIT</b> 	<b>POWER &amp; FUN</b> 	<b>LEBENSFREUDE A LA CARTE (55+)</b> 
<b>INNOVATIVE BEWEGUNGSANGEBOTE für SPORTEINSTEIGER/INNEN!</b>	<b>SPIELE mit Funfaktor beziehungsweise KONDITIONELL anspruchsvollere Inhalte für ROUTINIERTEN SPORTLER/INNEN !</b>	<b>LEBENSFREUDE gemäß unserer Devise „gemeinsam mobil“ auch im FORTGESCHRITTENEN ALTER (55+) !</b>

	Montag				Dienstag		Mittwoch		Donnerstag			Freitag		
	Pfarrzentrum	Alte Au, Judo LZ	Gym West	Gym Nord	Gym West	VS West	Gym Nord	VS West	SPZ	Gym Nord	VS West	Kirchturnhalle	VS West	VS Wondrak
9.00 bis 9.30	Fit durch Bewegung (Maria)													
9.30 bis 10.00												Spielerisch aktiv (Renate Maria)		
10.15 bis 10.45		Time-Out Gym (Eva)												
10.45 bis 11.15														
17.00 bis 17.30														
17.30 bis 18.00								Fit & Fun (Karin)						WS Gym (Renate)
18.00 bis 18.30														
18.30 bis 19.00									Gymstick & more (Karin)					
19.00 bis 19.30														
19.30 bis 20.00			Wellness Gym (Maria)											
20.00 bis 20.30														
20.30 bis 21.00			Rückenfit (Ilse)											
21.00 bis 21.30														
21.30 bis 22.00														



Eine Initiative des Bundeskanzleramtes und der Österreichischen Bundes-Sportorganisation.

Die Einheiten **Nordic Walking Treff (Ilse)** und **Frischluffgenießer 55+ (Rudi)** finden ganzjährig statt: Termine sind abhängig von der Jahreszeit!



# SIE & ER - SPORTEINHEITEN

<http://stockerau.sportunion.at>

## Fit is a hit

Wir laden auch **SporteinsteigerInnen** ein, in die weite Welt der Bewegung einzutauchen und unsere innovativen Bewegungsangebote zu nutzen. Diese spiegeln die derzeitigen und zukünftigen Fitnesstrends wider und bieten einen idealen Einstieg in ein Leben mit mehr Schwung, Elan, Gesundheit und Lebensfreude.

## Power & Fun

Der **Funfaktor** bei gemeinsamen Spielen (Volleyball, Basketball, Badminton, Fußball,...) beziehungsweise konditionell anspruchsvollere Programmpunkte (HerzKreislauftraining, Krafttraining,...) prägen die Einheiten dieser Sparte. Sie vermitteln Spaß und halten auch **routinierte SportlerInnen** fit - in der Gruppe macht 's einfach mehr Spaß!

## Lebensfreude a la Carte (55+)

Mit unseren „LEBENSFREUDE“-Einheiten bieten wir eine Vielzahl von Möglichkeiten, damit jedermann/frau auch im **fortgeschrittenen Alter** sein/ihr persönliches Potenzial an Lebensfreude noch besser ausschöpfen kann und sich wohlfühlt. Gemäß unserer Devise „gemeinsam mobil“ kann man mit Freude feststellen, wie einfach es ist, **Ziele gemeinsam** und unter kompetenter Anleitung zu erreichen.

## Aktiv leben

Die SPORTUNION Stockerau will zu **BEWEGUNG, SPORT und TRAINING** animieren und motivieren.

Drei Säulen, drei Themen – als Träger eines aktiven Lebensstils:

- **Bewegung** meint **jegliche körperliche Aktivität** um Ziele zu erreichen und Tätigkeiten zu verrichten. Nutzen wir die Bewegungschancen im Alltag um körperliche Leistungsfähigkeit zu erhalten!
- **Sport** ist Bewegung abseits von der Zweckorientierung des Alltags. Sport beinhaltet alle **freiwillige, zweckfreie**, körperliche Bewegungen und wird „um seiner selbst“ bzw. der „Bewegung willen“ betrieben: Sport macht einfach Spaß!
- Sportliches **Training** ist **sachorientiertes, planmäßiges und systematisches** Sporttreiben unter der Zielsetzung Stärken auszubauen und Schwächen zu beseitigen.

Finde auch DU die für DICH geeignete(n) Sport- bzw. Trainingseinheit(en) in unserem Programm!





## MITGLIEDSCHAFT

**NeueinsteigerInnen** können gerne vorab bei der SPORTUNION Stockerau „**schnuppern**“, um selbst zu urteilen, ob ihnen die gewählten Sport- und Trainingseinheiten gefallen. Anschließend ist bei der/dem jeweiligen ÜbungsleiterIn ein Formular für die Mitgliedschaft auszufüllen und der Mitgliedsbeitrag per Erlagschein zu entrichten.

### Mitglieder...

- ... können das **gesamte Sport- und Trainingsangebot** der SPORTUNION Stockerau nutzen.
- ... sind während der Sporteinheiten **versichert**.
- ... können sich im Newslettersystem registrieren lassen, um **regelmäßig Infos** über Veranstaltungen, Angebote und Neuigkeiten zu erfahren
- ... können spezielle **Vergünstigungen unserer Partner** beanspruchen.
- ... haben die Möglichkeit das **Kursangebot** verschiedener SPORTUNION-Vereine und SPORTUNION-Verbände zu nutzen

### Jahresmitgliedsbeiträge 2008/09

Erwachsener	95 €
Kind, StudentIn, PensionistIn	69 €
Kinderpauschalbetrag (ab 2 Kindern)	105 €

#### Familienbonus:

Ist mindestens ein Kind Mitglied der SPORTUNION Stockerau, zahlt jeder Elternteil nur den Kindertarif: 69 €

#### Zusätzlicher Sektionsbeitrag:

X-Volley, Sportaerobic 50 €



FIT IS A HIT FIT IS A HIT FIT IS A HIT FIT IS A HIT

### Kontakt:

**ILSE WIMMER**  
Präsidentin

Johann Strauß-Promenade 4/11  
2000 Stockerau

Mobil: +43-676-4869158  
Mail: [stockerau@sportunion.at](mailto:stockerau@sportunion.at)  
Web: <http://stockerau.sportunion.at>



## Zusatzangebote

**Nordic Walking Treffs & Frischluftgenießer**  
ganzjährig  
jahreszeitabhängig

**Workshop**  
Entspannen durch  
fernöstliche  
Techniken

**Leichter-Leben-Workshops**  
in Zusammenarbeit mit  
DiätologInnen

**Personal Training**  
Kleingruppen-Betreuung  
individuell und flexibel  
nach Vereinbarung

**Wanderungen**  
für Familien und  
„LebensfreudlerInnen“  
ganzjährig

**Dance-Workshop**  
für Jugendliche  
für Erwachsene

<http://stockerau.sportunion.at>

**BÄCKEREI  
KONFITOREI**

**Berthold**

Qualität ist  -Sache!

2000 Stockerau, Josef-Wolfik-Straße 4  
Tel./Fax: 02266/61397

2000 Stockerau, Manhartstr. 63  
Tel./Fax: 02266/68129

3464 Seitzersdorf Wolfpassing  
Tel.: 02265/7240 Fax: 02265/7240-20

Restaurant mit Wintergarten  
schattiger Gastgarten  
Veranstaltungsräume  
Catering Service First Class

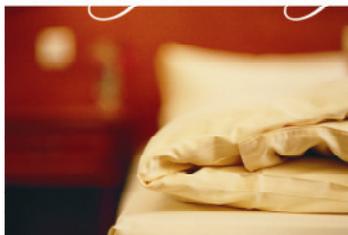
Best Western Hotel Restaurant

**Drei Königshof**

★★★★

Familie Hopfeld  
www.dreikoenigshof.at  
Hauptstraße 29-31  
2000 Stockerau  
Tel: (02266) 62788 0

*wohlfühlen - genießen - feiern*



## Raiffeisen Bausparen lohnt sich eben!

Bei Abschluss eines  
Raiffeisen Bausparvertrages  
schenken wir Ihnen einen Gutschein  
im Wert von EUR 30,-\*  
einlösbar bei folgenden Unternehmen:

Textil Maria - Gasthaus "Zum schwarzen Elefanten"  
Diesel Diskont Tankstelle Groiss - Blüten Zauber Kaiser  
Buchhandlung Kirchner-Krämer - AutoBeauty Farm  
Shell Tankstelle Walter Grosch - Kaufhaus Kandler - Doppler Heuriger  
Raiffeisen Lagerhaus in Stockerau / Sierndorf / Großmugl / Niederfellabrunn  
Tankstelle Assmann - Kaufhaus Mahrer - Fleischerei Eckerl  
Bauernhof Muck + Bauernhof Trabauer (Wochenmarkt Stockerau)  
Bäckerei Labschütz in Stockerau u. Niederhollabrunn

Nähere Informationen ab sofort bei  
Ihrem Raiffeisen Berater!

\*Bei Abschluss eines Neu- oder Folgevertrages mit voller Sparleistung!



**Wir werden 50 - und alle feiern mit!**  
**Raiffeisenbank Stockerau**

Bankstellen in Großmugl, Herzogbirbaum, Leitersdorf, Niederhollabrunn und Sierndorf



Die Fleischerei  
**SCHWANZER**  
hat's!

2000 Stockerau, Neubau 30  
Tel.: 02266/62358, Fax: 02266/61887  
Filiale: Hauptstraße 28  
Tel.: 0226667537

**Bei Berndt**  
Damen & Herrenfriseur

ALCINA HAARPFLEGE UND KOSMETIK  
KERALOGIE-PFLEGESERIE, HEISSE SCHERE!



**Hauptstrasse 39**  
**2000 Stockerau**  
Telefon: 02266/62419  
Fax: 02266/72516