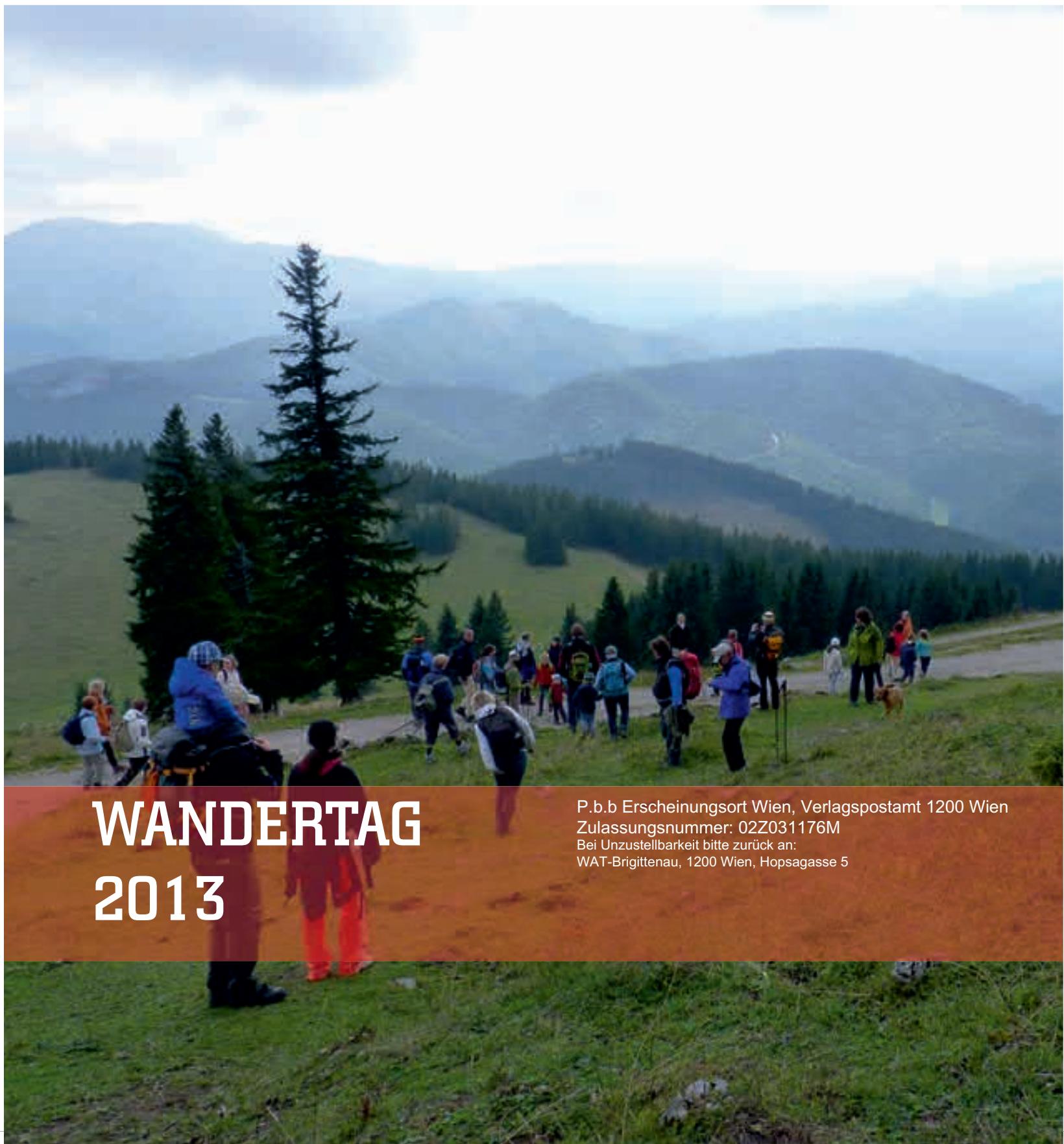


DIE AKTUELLE ZEITUNG DES WAT-BRIGITTEAU

INFORMIERT



Nummer 4, Dezember 2013



**WANDERTAG
2013**

P.b.b Erscheinungsort Wien, Verlagspostamt 1200 Wien
Zulassungsnummer: 02Z031176M
Bei Unzustellbarkeit bitte zurück an:
WAT-Brigittenau, 1200 Wien, Hopsagasse 5

Liebe Mitglieder!



Kurt Emersberger
Obmann des
WAT-Brigittenau

...und plötzlich sind die Schulnoten weiblich... während meine Generation sich über einen Einer oder Zweier gefreut hat, ein Vierer oder Fünfer (auch Fetzen genannt) für Verzweiflung gesorgt hat, kriegt die heutige Generation eine Eins, eine Zwei, eine Drei, eine Vier oder – oh Schock – eine Fünf!

Wann der Wandel in unserem Sprachgebrauch stattgefunden hat entzieht sich meiner Kenntnis – klingen tut das jedenfalls schrecklich.

Apropos Schule. Der WAT-Brigittenau bringt sich schon seit einiger Zeit als kompetenter Partner in Sportfragen laufend in Schulprojekte ein. Im Zuge des Projekts „Kinder gesund bewegen“ haben wir mit zahlreichen Brigittenauer Schulen und Kindergärten Kontakt aufgenommen.

In vielen Fällen ist es gelungen Kooperationen einzugehen und mit unseren Betreuern den Sport in die Schule oder Kindergarten zu bringen. Ziel ist es den Kindern frühzeitig unsere Idee der polysportiven, gesundheitsorientierten Sportausübung näher zu bringen.

Wir hoffen, dass wir damit bei den Mädchen und Buben, heute oft auch „Jungs“ genannt, Begeisterung für Sport und Bewegung wecken und damit die Basis für ein sportliches und gesundes Leben zu schaffen.

Sollte uns das gelingen, dann habe wir eine(n) Eins(er) verdient,

meint Ihr
Kurt Emersberger

Fortbildung wird beim WAT-Brigittenau groß geschrieben

Am „Fit-für-Österreich-Kongress“ unter dem Motto „Sport&Bewegung für Körper&Geist“ in Saalfelden haben 12 Übungsleiter/innen des WAT-Brigittenau teilgenommen. Bei der renommierten und besonders gut organisierten Fortbildungsveranstaltung wurden in Arbeitsgruppen, Kleingruppen und Referaten neue Trends, Methoden und neue Erkenntnisse vorgestellt. Bereits Bekanntes wurde aufgefrischt und vertieft. Auch der gegenseitige Austausch der Teilnehmer/innen aus ganz Österreich ist ein wesentlicher Bestandteil dieser Zusammenkunft.

Unsere Übungsleiter/innen haben das neu Erlernte in ihren Gruppen und Kursen zum Teil bereits umsetzen können.



Das neue Kurs-Angebot „Kopfwerkstatt“

Sehr gut gestartet ist der Kurs mit Gedächtnis- und Bewegungsübungen unter der fachkundigen Leitung von Diplomierte Kommunikationspädagogin Irmgard Heinz.

Das geistige Fitnesstraining, kombiniert mit gymnastischen Übungen wird von den Teilnehmer/innen mit Begeisterung angenommen.

Das, in dankenswerter Weise vom Brigittenauer Bezirksvorsteher Hannes Derfler geförderte Projekt, hat auch beim ORF Interesse geweckt. Ein Reporter von Radio-Wien hat das Training besucht und einen schönen Beitrag gestaltet, der auch schon ausgestrahlt wurde.

Kinder gesund bewegen

Im Rahmen der Initiative des Sportministeriums betreut der WAT-Brigittenau mit seinen qualifizierten Übungsleiter/innen etwa 300 Kinder in sieben Kindergärten und neun Volksschulen in unserem Bezirk.

Die Ziele dieser Initiative harmonieren vollkommen mit den Vorstellungen des WAT-Brigittenau, nämlich Kindern den Einstieg in ein bewegungsfreundliches Leben zu ermöglichen. Wir bringen damit qualifizierte Bewegungsformen in die Kindergärten und Schulen.

Zielgruppe sind einerseits die Kinder selbst, aber auch Pädagog/innen und Eltern, die maßgeblichen Einfluss auf das Bewegungsverhalten der Kinder haben.

Um eine entsprechende Nachhaltigkeit für die Zeit nach dieser Aktion zu erreichen, wurde von uns ein besonderes Programmangebot für die Partner-Kindergärten und -Schulen entwickelt. Die Betreuung dieses Projektes liegt bei Anna Billa im Sekretariat des WAT-Brigittenau.

Bundesleistungszentrum für den Rollsport

Die Heimstätte unserer sehr erfolgreichen Inlinehockeymannschaft auf der ASKÖ-Brigittenau-Sportanlage musste saniert und den internationalen Maßen und Anforderungen angepasst werden. Banden und die Asphaltfläche wurden erneuert.

In Zusammenarbeit und mit Förderungen des Bundesministeriums für Sport und Landesverteidigung, des Sportamtes der Stadt Wien und des ASKÖ-Brigittenau wurde die Anlage so ausgestattet, dass sie nun, als Bundesleistungszentrum für den Rollsport, als ideale Sportstätte für die Kunsläufer/innen und Inlinehockeyspieler/innen dient.

Wieder einmal ein schönes Wander-Erlebnis

Unser heuriger Herbstausflug führte uns am 22. September nach Annaberg, von wo aus wir den Aufstieg auf den Tirolerkogel starteten. Nach Schlecht-wettertagen in der Woche davor hatten wir Sorge, noch Schneereste vorzufinden, was aber dann doch nicht der Fall war. Es war zwar kühl und windig, aber ein klarer und sonniger Wandertag. Mit zwei Autobussen und einigen Selbstfahrern waren ca. 100 Wanderer angereist und haben sich, wie schon in den Jahren davor, in drei Gruppen auf den Weg gemacht. Zwei Routen, davon die eine etwas länger, führten auf den Tirolerkogel, wo wir im Annabergerhaus Mittagsrast gehalten haben, bevor wir gemeinsam den Abstieg in Angriff nehmen konnten. Davor mussten allerdings noch die Aufstellungen für die Gruppenfotos organisiert werden, was bei einer so großen Teilnehmerzahl nicht ganz einfach, aber doch immer lustig ist. Als Abschluss trafen alle, auch die Gruppe der Spaziergeher, in Annaberg, im Gasthof Post zusammen. Schön war es wieder einmal – bin schon neugierig, wohin es im nächsten Jahr gehen wird.

Viktoria Frühbauer vom Wiener Bezirksblatt gefördert

Wir haben in der letzten Ausgabe unserer Mitgliederzeitung über die siebenjährige Viktoria Frühbauer und ihre bereits erbrachten Leistungen berichtet. Sie trainiert seit einem Jahr, durch unsere Vermittlung, im WAT-Athletics-Leistungszentrum für das Gerätturnen.

Das Wiener Bezirksblatt fördert viele Sportaktivitäten und auch Viktoria Frühbauer, dazu GF Mag. Thomas Strachota: „...und mit großer Freude junge talentierte Nachwuchssportler“.

Herzlichen Dank für das besondere Sport-Engagement.



Asphalt- und Eisstockbahn in der Hopsagasse

Die Asphalt- und Eisstockbahn auf der Sportanlage ASKÖ-Brigittenau ist bereits in Betrieb. Bahn und Beleuchtung sind in einem Top-Zustand. Die Stöcke, die den Spieler/innen leihweise zur Verfügung gestellt werden können, sind vorbereitet. Im Frühjahr wird die Bahn noch mit einem Dach ausgestattet.

Wir wollen unseren Mitgliedern und ihren Freund/innen die Möglichkeit geben, die Bahn kennenzulernen und laden zu einem

Lattlschießen des WAT-Brigittenau

am Freitag, den 17.1.2014, ab 15 Uhr ein
Anmeldungen im Sekretariat des WAT-Brigittenau
unter Tel. 332 51 88, oder info@wat20.at
Der Spielmodus wird nach der Teilnehmerzahl festgelegt.
Stöcke werden zur Verfügung gestellt.

Das Sportplatz-Cafe Bingo bietet dazu Wärmendes an.

Wir suchen

für die neue Asphalt-Stockbahn auf der Sportanlage ASKÖ-Brigittenau eine/n organisatorische/n Betreuer/in für einige Stunden wöchentlich.

Interessent/innen kontaktieren bitte den Geschäftsführer der ASKÖ-Brigittenau Peter Dögl unter 01/332 51 88, 0664/51 30 121

oder per e-mail info@askoe20.at

Impressum:

Medieninhaber und Herausgeber: Wiener Arbeiter Turn- und Sportverein Gruppe Brigittenau
Redaktion: Kurt Emersberger **Layout:** Lena und Fritz Emersberger
Alle: 1200 Wien, Hopsagasse 5, Telefon 332 51 88
P.b.b Erscheinungsort Wien, Verlagspostamt 1200 Wien **Zulassungsnummer:** 02Z031176M

Sensationelle Ergebnisse der Trampolinspringer des WAT-Brigittenau

Beim 41. Internationalen Friendshipcup in Jablonec in Tschechien am 19. Oktober 2013, an dem über 100 Aktive aus 10 Nationen (darunter Aktive aus Frankreich und Großbritannien) teilnahmen, war auch das Springerteam des WAT-Brigittenau am Start.

Dabei konnten Sebastian Neuwirth in der Jugendklasse (bis 14 Jahre) und Niklas Fröschl in der Juniorenklasse (bis 18 Jahre) ihren jeweiligen Bewerb gewinnen. Im Synchronspringen der Junio-

renklasse führten Max Ertl und Niklas Fröschl noch nach dem Vorkampf und erreichten dann im Finale den 4. Platz.

Auch an alle anderen teilnehmenden Aktiven herzliche Gratulation zu ihren sehr guten Leis-

tungen in diesem stark besetzten internationalen Bewerb. Ein großes „Danke“ an das Trainer- und Betreuerteam Jacqueline Reiner und Andreas Pazour für die Organisation und Durchführung dieser erfolgreichen Reise.



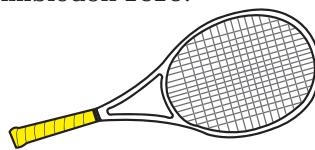
Friedls Tennis News

Aber wenn unseren Damen vor dem ersten Meisterschaftsspiel jemand gesagt hätte, dass sie bis zum Doppel der letzten Begegnung um den Wiener Meistertitel mitspielen, sie hätten denjenigen als ahnungslos abgestempelt. Aber wer konnte schon wissen, dass unsere Youngster-Truppe heuer immer vollständig einlaufen wird. Also alle „Fast-Glückskinder“ vor den Vorhang. Elba Kasum, 18 Jahre, immerhin Semifinalistin der Österreichischen Damenstaatsmeisterschaft, und Anna Dopler als Fixpunkte voran, Meggie Schrittwieser in ihrer neuen Funktion als Mannschaftsführerin souverän, Genia Ortis immer da, und die Entdeckung des Jahres Mia Cajkowsky, 12 Jahre, die von Spiel zu Spiel stärker und selbstbewusster wurde. Dank auch an die zahlreichen Fans. Bis nächstes Jahr, die Bundesliga können wir uns eh nicht leisten.

Aber bei uns wird nicht nur Damentennis gespielt. Unsere Nr.1 der Herren ist gerade 14 Jahre alt. Wer jetzt sagt, „na bumm, die müssen schlecht sein“ sein Steckbrief zum Nachdenken.

Jurij Rodionov, geb. in Deutschland, weißrussischer Staatsbürger (daher keinerlei Förderung in Österreich), bestes Ranking in Europa U14 Nr.3 (i.W. drei!), im Europäischen Masters der besten U14 Spieler im Finale, spielt seit kurzem nur mehr U18 Turniere weltweit und hat sich sofort ein „Ranking“ erspielt (Na ja, die Bedeutung als 14-jähriger derzeit Nr.1010 der weltweiten Jugendrangliste U18 zu sein, wissen nur Insider zu schätzen). Nr.1 in Österreichs U14+U16-Ranglisten, Nr.3 in Österreichs U18 Rangliste. Jetzt fragen Sie: „Was sucht der bei WAT Brigittenau?“. Also manchmal fragen wir uns das auch, wird wohl ein Mix aus Anerkennung, Wertschätzung, Vereinsklima etc.

sein. Anders ist es nämlich nicht zu erklären, dass er am Samstag bei einem internat. Turnier in Budapest spielt, am Sonntag Vormittag für WATB ein Jugendmeisterschaftsspiel und am Nachmittag wieder in Budapest gewinnt. Seine größten Fans und Freunde sind seine Mannschaftskameraden von WATB, allen voran die Curupis-Brüder und Sebastian Fehring, die mit seiner Unterstützung fast (schon wieder fast:-)) Wiener Meister geworden sind, weil Jurij die Hin- und Herreise aus Rom für das letzte Spiel dann doch zu weit war. Dass er in der Männermannschaft als Nr. 1 alles betont, was ihm in den Weg kommt, ist fast schon selbverständlich. Also bei seinem nächsten Antreten als Fan kommen, er verteilt Gutscheine für Wimbledon 2020!



Kursbeginn 10. Feb. - 17. Feb. 2014



www.wat20.at

Kursprogramm Frühjahr 2014

Wirbelsäulengymnastik

Gezielte Rückengymnastik zur Kräftigung und Dehnung der Haltungs- und Muskulatur zur besseren Haltung, gesteigertem Wohlbefinden und höherem Leistungsniveau.

			Einheit	Euro
Kurs A01	Mo.	09.00 bis 10.15 Uhr	14	78,-
Leitung:	Sabine Schlee			
Kurs A02	Di.	14.15 bis 15.25 Uhr	12	67,-
Kurs A03	Di.	15.30 bis 16.40 Uhr	12	67,-
Leitung:	Maria Gamperl			
Kurs A04	Do.	17.15 bis 18.30 Uhr	14	78,-
Leitung:	Regine Forchtnar-Hengl			
Kurs A05	Fr.	09.00 bis 10.15 Uhr	13	72,-
Leitung:	Sabine Schlee			

Power and Fun

Sie trainieren Ihren Körper zu rhythmisch passender Musik. Verwendung verschiedener Handgeräte. Powerprogramm für Kondition und Ausdauer.

			Einheit	Euro
Kurs A06	Mi.	19.00 bis 20.15 Uhr	14	78,-
Leitung:	Elisabeth Dögl			

Pilates

Durch gezieltes Training der tiefliegenden Muskeln werden vor allem, die wirbelsäulennahen Stabilisatoren des Körpers sowie des Beckenbodens gekräftigt. Verkürzte Muskeln werden gedehnt, Bauch- und Rückenmuskulatur wird gestärkt, der ganze Körper geformt. Bewegung und Atmung sind dabei in harmonischem Einklang.

			Einheit	Euro
Pilates				
Kurs A08	Mo.	16.30 bis 17.30 Uhr	15	80,-
Leitung:	Monika Danksagmüller			
Pilates/advanced				
Kurs A09	Di.	17.50 bis 18.50 Uhr	15	80,-
Leitung:	Michaela Weissenbeck			

All in one, Bodyforming

Eine spezielle Gymnastikform mit Kraftausdauerübungen für den ganzen Körper, bei der vor allem die Tiefenmuskulatur gekräftigt wird. Es werden darüberhinaus Verspannungen im gesamten Rückenbereich und Schultergürtel gelöst sowie Cellulite erfolgreich bekämpft.

			Einheit	Euro
All in one				
Kurs A11	Mi.	10.15 bis 11.30 Uhr	14	78,-
Leitung:	Sabine Schlee			
Bodyforming				
Kurs A12	Mo.	19.30 bis 20.45 Uhr	15	83,-
Leitung:	Nathalie Maibach			

Step-Aerobic

Training für Fortgeschrittene für Bein- und Po-Bereich sowie für das Herzkreislaufsystem.

			Einheit	Euro
Kurs A10	Do.	18.30 bis 19.45 Uhr	14	78,-
Leitung:	Regine Forchtnar-Hengl			

Intensivgymnastik

Spezielles, rückenbewusstes Bewegungstraining, auch als weiterführendes Aufbaustraining zur Wirbelsäulengymnastik. Viele verschiedene Trainingsmethoden und spezielle Bewegungsübungen kräftigen vor allem die Problemzonen Ihres Körpers.

			Einheit	Euro
Kurs ST01	Mi.	19.00 bis 20.15 Uhr	14	78,-
Leitung:	Martina Wotruba			

Zumba®

Aerobic zu Salsarhythmen! Zu heißen lateinamerikanischen Klängen erleben Sie den neuen Trend. Sie werden begeistert sein. Join the Party!

			Einheit	Euro
Kurs A13	Di.	19.00 bis 20.00 Uhr	15	80,-
Kurs A13B	Di.	20.00 bis 21.00 Uhr	15	80,-
Kurs SP10	Di.	19.30 bis 20.30 Uhr	14	75,-

Gymnastiksaal

Leitung: Carina Schütz

			Einheit	Euro
Kurs SP01	Mo.	17.40 bis 18.40 Uhr	14	75,-

Turnsaal 2 (links)

Leitung: Christine Titz

//Kindersport von 6-12 Jahren im Turnsaal 1 (rechts)

Zumba®

&More

Ganzkörperworkout, speziell für Mütter/Frauen, Herz-Kreislauf- und Muskelaufbau, kleine Choreografien, die Spaß machen. Intervalltraining! Falls kein Babysitter zur Hand ist, darf Dein Kind gerne mitkommen. Bitte passendes Spielzeug mitnehmen.

Parkplatzsituation an Samstagen beschränkt.

			Einheit	Euro
Kurs A21	Sa.	09.45 bis 11.15 Uhr	13	77,-

Kein Kurs an Feiertagen und am 1.3. (Gschnas)!

Leitung: Patricia Janisch

Zumba® Gold

Eignet sich für Fitness-Einsteiger, SeniorenInnen und für Personen mit Rücken- oder Gelenksproblemen. Dieses Programm ist für TeilnehmerInnen, denen eine normale Zumba Einheit zu anstrengend ist. Fetzige lateinamerikanische Musik, leicht erlernbare Bewegungen für aktive ältere SportlerInnen, Tanzfitnesskurs mit toller Stimmung und viel Spaß

			Einheit	Euro
Kurs A46	Di.	10.15 bis 11.15 Uhr	15	80,-
Kurs A47	Do.	14.45 bis 15.45 Uhr	14	78,-

Leitung: Sabrina Mick

NathieGym

Wir wollen Geschicklichkeit, Bewegungsumfang (Flexibilität), Ausdauer und Kraft ohne Leistungsdruck verbessern. Ausgangspunkt ist das individuelle Leistungsvermögen ohne Vergleich mit Schönheitsidealen. Leichtes Fatburning, um die Fettverbrennung anzukurbeln.

			Einheit	Euro
Kurs A14	Mo.	18.30 bis 19.30 Uhr	15	80,-

Leitung: Nathalie Maibach

Reine MännerSache

Kraftvolle Gymnastik für Männer rund um die 60. Dehnungsübungen, Bewegungsschulungen, Spaß in der Gruppe.

			Einheit	Euro
Kurs A15	Do.	10.30 bis 11.30 Uhr	14	75,-

Leitung: Nathalie Maibach

Taiji

Grundhaltung, Meditation und Entspannung

Neben dem Erlernen der Taiji-Grundhaltungen, soll es eine Stunde zum Wohlfühlen für Körper und Geist sein. Mit Entspannung den Körper lockern, durch Energieübungen Energie tanken, mit Meditation die Gedanken beruhigen und Körper & Geist in Einklang bringen.

			Einheit	Euro
Kurs A16	Fr.	20.00 bis 21.00 Uhr	10	60,-

Leitung: Keynaz Shahbandi

Kursbeginn 10. Feb. - 17. Feb. 2014

Kursprogramm Frühjahr 2014

www.wat20.at



Aqua-Fitness

Moderne Bewegungsparty über und unter Wasser, bei der durch den Wasserwiderstand mehr Kalorien verbrannt werden als üblich.
Wassertemperatur 27°C

		Einheit	Euro
Kurs A17	Di.	19.30 bis 20.30 Uhr	15 100,-
ACHTUNG! Dieser Kurs findet im Brigittenauer Hallenbad statt.			
Leitung: Alexandra Witschka			

Stark durch Bewegung

für alle SeniorenInnen, die aktiv und fit bleiben möchten, bieten wir Übungen zur Stärkung der Mobilität um ihre Selbständigkeit zu erhalten, Spaß in der Gruppe, um Bewegungsmangel entgegen zu wirken. Das Geheimnis liegt in der Balance!

		Einheit	Euro
Kurs A47	Do.	15.00 bis 16.00 Uhr	14 75,-
Leitung: Susanne Holzmann			

Bewegung gegen Osteoporose

Wir treten den Kampf an gegen Stoffwechselstörungen, Bewegungsmangel und erhöhtes Knochenbruchrisiko. Ziel: Schulung der Geschicklichkeit, Kräftigung der Muskulatur. Geeignet für reifere Frauen und Männer.

		Einheit	Euro
Kurs A18	Mo.	15.15 bis 16.30 Uhr	15 83,-
Leitung: Sibille Van de Voorde			

Bauchtanz

Sinnlich geschmeidige Bewegungen des orientalischen Tanzes verbinden Spaß und Freude am Tanz mit Atem- und Beweglichkeitsübungen zur Lockerung von Hüfte, Schulter und Geist. Isolationsübungen helfen den eigenen Körper besser kennenzulernen und zu beherrschen.

		Einheit	Euro
Kurs A19	Fr.	18.45 bis 20.00 Uhr	10 60,-
Leitung: Keynaz Shahbandi			

Walking - Nordic Walking

Der Trendsport - sanftes Training, bei dem alle Muskelgruppen beansprucht werden. Ganzkörpertraining ist dadurch garantiert. Löst Muskelverspannungen im Nacken und Schulterbereich. Reduziert die Belastung der Kniegelenke. Outdoor-Rundweg.

		Einheit	Euro
Kurs A20	Mo.	17.30 bis 18.30 Uhr	15 68,-
Leitung: Sibille Van de Voorde			

Country - Linedance

Solo, in Linien getanzt, zu traditioneller und moderner Country-Musik. Für alle Altersgruppen geeignet, keine Vorkenntnisse erforderlich. Mitzubringen sind ein gutes Maß an Spaß, Kondition, Flexibilität. Gut sitzende saubere Schuhe mit gleitfähiger, nicht haftender Sohle. Tanzschuhe! Keine Straßenschuhe!

		Einheit	Euro
Beginner:			
Kurs A22	So.	17.00 bis 18.00 Uhr	12 64,-
Fortsetzungskurs:			
Kurs A23	So.	18.00 bis 19.00 Uhr	12 64,-
Leitung: Kristina+Gerhard Deinlein			

Rückenfitness

Übungen zur Kräftigung der gesamten Wirbelsäule, Mobilisation der unbeweglich gewordenen Körperpartien, Kräftigung schwacher Muskelgruppen. Ziel ist eine gesunde, gekräftigte Wirbelsäule.

		Einheit	Euro
Kurs A24	Mo.	17.30 bis 18.30 Uhr	15 80,-
inkl. Smovey Einheit			
Leitung: Monika Danksagmüller			

Seniorensport (Heilsport)

Arterielles und venöses Gefäßtraining.
Di. + Do. 09.00 bis 10.00 Uhr
Leitung: Sarah Vrhal
Tarife und Anmeldungen bei ASKÖ20

Gymnastikraum

Kopfwerkstatt und Bewegung

Gedächtnis- und Bewegungsübungen (keine Vorkenntnisse erforderlich)
MentalesAktivierungsTraining MAT©
Durch regelmäßiges Training die Leistungsfähigkeit von Geist und Gedächtnis maximal fördern. Höheres Konzentrationsvermögen, gestärkte Aufmerksamkeit und schnellere Informationsverarbeitung. Geistiges Fitnesstraining kombiniert mit gymnastischen Übungen um ganzheitlich in Schwung zu bleiben.
40min Gedächtnistraining – kurze Pause – leichte Gymnastikübungen in Straßenkleidung

Für alle, die lebensfroh, aktiv und geistig-leistungsorientiert bleiben wollen.
Kein Kurs am 25.2., 4.3. & 29.4.

		Einheit	Euro
Kurs A07	Di.	15.00 bis 16.30 Uhr	14 60,-
Clubsaal / Hopsagasse 5 Haus links			
Leitung: Irmgard Heinz			

Funktionelles Training - Zirkeltraining

Aufgebaut als Training zur Körperwahrnehmung und Bewegungsschulung, sowie umfangreiche Ganzkörperkräftigung in Form von Kraftausdauer und Intervalltraining.
Für Jugendliche und Erwachsene ab 16 Jahren, die Freude an der Bewegung haben und ihren Körper optimal in den Alltag einbringen wollen

		Einheit	Euro
Kurs ST03	Mo.	18.40 bis 19.40 Uhr	14 75,-
Leitung: Christoph Stadler			

Seniorfit

Sanfte Gymnastik – Kräftigung – Entspannung

		Einheit	Euro
Kurs A51	Mi.	14.00 bis 15.30 Uhr	Semester 60,-
Leitung: Maria Gamperl			

Kriechen - Krabbeln - 1. Schritte (Kinder bis zum 2. Geb.)

Freies Bewegen - Neues erleben und erforschen. Die Kleinsten machen Bekanntschaft mit einfachen Turn- und Handgeräten.

		Einheit	Euro
Kurs A25	Mo.	10.15 bis 11.20 Uhr	14 78,-
Kurs A26	Mo.	11.20 bis 12.25 Uhr	14 78,-
Kurs A29	Mi.	09.00 bis 10.15 Uhr	14 78,-
Kurs A32	Fr.	10.15 bis 11.20 Uhr	13 72,-
Leitung: Sabine Schlee			
Kurs A45	Mi.	16.30 bis 17.30 Uhr	15 83,-
Leitung: Elvira Zeplichal/Lena Emersberger			

Kleinstkinderturnen vom 2. bis 4. Geburtstag

Erste Übungen an den Geräten, spielerisches Turnen oder einfach spielen mit Handgeräten in entspannter Atmosphäre.

		Einheit	Euro
Kurs SP02	Do.	17.00 bis 18.00 Uhr	14 75,-
Leitung: Regina Pichler/Christina Karl			
<i>/SP16 Themenstunden</i>			
Kurs SP04	Mo.	16.30 bis 17.30 Uhr	14 75,-
Leitung: Christine Titz/Klaudia Znenahlik (Der Preis bezieht sich auf 1 Begleitperson & 1 Kind; 2 Kinder 110,-) Turnsaal rechts.			

Kursbeginn 10. Feb. - 17. Feb. 2014



www.wat20.at

Kursprogramm Frühjahr 2014

Motopädagogik

Motopädagogische Gruppe für Kinder im Alter von 5-10 Jahren
Psychomotorische Entwicklungsbegleitung, Zeit um Erfahrung zu sammeln, Bewegung und Spiel, einfach Spaß haben

Kurs SP05	Di.	18.15 bis 19.15 Uhr	Einheit	Euro
			14	105,-

Gymnastiksaal
Leitung: Monika Sotolar

Kidskickboxing

Ganzheitliches Übungsprogramm auf einer allgemeinsportlichen Basis, bei dem hauptsächlich Selbstbewusstsein, eigene Grenzen erkennen und Koordination gestärkt werden. Für Knaben und Mädchen zwischen 9-12 Jahren

Kurs SP15	Di.	17.00 bis 18.00 Uhr	Einheit	Euro
			14	75,-

Turnsaal 1 / rechts
Leitung: Carina Schütz
// SP14 Bewegungslandschaften

Bewegungslandschaften für Kleine und Große

Die Kinder, 3-10 Jahre alt, erhalten viel Raum für selbständiges Handeln, haben Gelegenheit für großräumige Bewegungen und eigenständige Entscheidungen. Sie lernen so ihre Fähigkeiten einzuschätzen und erweitern diese mit der Zeit in dem sie sich neue Aufgaben im TS suchen.
Für eine erwachsene Begleitperson mit Kind

Kurs SP14	Di.	17.00 bis 18.00 Uhr	Einheit	Euro
			14	75,-

Gymnastiksaal
Leitung: Monika Sotolar/Sarah Bernhard
// SP15 Kickboxing

Walkingkids

Wir wälken mit den Kindern von 8-13 Jahren im Freien bei jedem Wetter. Dieses ganzheitliche Bewegungskonzept fördert die physische und soziale Entwicklung. Spiel und Spaß stehen im Vordergrund und helfen mit, die Kinder für diese Sportart zu begeistern. Treppunkt Sportplatz ASKÖ-Brigittenau.

Kurs A38	Mo.	16.30 bis 17.30 Uhr	Einheit	Euro
			10	45,-

Leitung: Sibille Van de Voorde

Lollipop

Videoclipdancing für Kinder von 8 bis 12 Jahren.
Dance zu Discomusik, genau auf dieses Alter zugeschnitten

Kurs A33	Mi.	18.00 bis 19.00 Uhr	Einheit	Euro
			Semester	60,-

Leitung: Elisabeth Dögl

Volleyball für Mädchen U11, U13, U15

Kurs A40	Mo.	16.00 bis 18.00 Uhr	Einheit	Euro
			Neueinsteiger	100,-

Sporthalle Hopsagasse/H4
Do. 18.05 bis 19.15 Uhr
Engerthstraße 78/ TS links
Leitung: Birgit Frey, Alexandra Vikenscher

Minifit

Mit Spiel und Spaß die Freude an Bewegung entdecken und erfahren, für Kinder im Alter von 18 Monaten bis 3 Jahren (mit Begleitperson)

Kurs A50	Fr.	15.00 bis 16.00 Uhr	Einheit	Euro
			13	70,-

Leitung: Patricia Janisch

Hiphop

Für Kinder und Jugendliche. Mit den neuesten Charts wirst du einen tollen Einblick in die Hip-Hop-Welt bekommen. Es werden coole und ausdrucksstarke Choreographien erlernt und viel Kreativität gefördert. das Ziel ist Anfangstaps, wie auch schwierige Moves zu beherrschen und durch Formationen Teamgeist zu fördern. ...und natürlich vor allem: ganz viel Spaß zu haben!

Kurs A41	Di.	16.45 bis 17.45 Uhr	Einheit	Euro
			Semester	60,-

Kurs A39 Fr. 16.30 bis 17.45 Uhr Semester 60,-
(Basic 8-14 Jahre)
Kurs A35 Fr. 17.45 bis 18.45 Uhr Semester 60,-
(High Level - Alter variable)
Leitung: Ivana Stojkovic

Musik & More für Kinder

Aufwärmnen mit Musik, turnen mit Handgeräten und an Gerätschaften aus dem Turnsaal. Geeignet für Kinder von 4 bis 7 Jahren.
Mit 1 Begleitperson als Aufsicht und Hilfe.

Kurs SP06	Mi.	16.30 bis 17.30 Uhr	Einheit	Euro
			14	75,-

Leitung: Elisabeth Dögl/Regina Pichler

Kids - Aerobic

Für Kinder im Alter von 4 bis 8 Jahren. Tänze, Spiele und Bewegungsgeschichten mit viel Musik.
(Eltern können dableiben und mitmachen.)

Kurs A34	Do.	16.00 bis 17.00 Uhr	Einheit	Euro
			14	75,-

Leitung: Susanne Trautenberg



Inline-Hockey für Kinder von 8 bis 15 Jahren

Grundkenntnisse im Rollerskaten Bedingung! Basisausrüstung: Protectoren an Knie und Ellenbogen, Handschuhe (auch Schihandschuhe möglich), Skates, gerade Fußhaltung! Helm! Schläger können ausgeborgt werden.
ab 1.4.2014
2. Trainingstag möglich.

Kurs A36	Di.	17.30 bis 18.30 Uhr	Einheit	Euro
			64,-	

ACHTUNG! Kursort: Area 95, Sportzentrum Hopsagasse
Leitung: Mario Meyer

Leichtathletik für Kinder von 6-11 Jahren

Spielerisches Heranführen an leichtathletische Disziplinen, insbesonders an den klassischen Dreikampf (60m-Lauf, Weitsprung, Schlagball). Zusätzlich Wahrnehmungs- und Geschicklichkeitsübungen

Kurs ST04	Mo.	17.30 bis 18.30 Uhr	Einheit	Euro
			14	75,-

Leitung: Christoph Stadler
// Er+Sie JP

Kursbeginn 10. Feb. - 17. Feb. 2014

Kursprogramm Frühjahr 2014

www.wat20.at



Basketball für Kinder

Spielerisches kindgerechtes Erlernen dieses Ballsportes ohne Meisterschaftsbetrieb.

Kinder von 8 bis 10 Jahren Einheit Euro

Kurs A42 Mo. 17.00 bis 18.15 Uhr Semester 60,-

MindestteilnehmerInnenzahl: 10 Kinder

ACHTUNG! Kursort: Sporthalle Hopsagasse/H1

Leitung: Sinisa Radic

Kinder von 11 bis 13 Jahren Einheit Euro

Kurs A43 Mi. 18.10 bis 19.15 Semester 60,-

MindestteilnehmerInnenzahl: 10 Kinder

ACHTUNG! Kursort: Turnsaal links der Schule Engerthstr. 78-80 (seitlicher Hauseingang)

Leitung: Andreas Hrvoje-Mijatovic

Selbstverteidigung durch Selbstvertrauen

Für Kinder von 9-13 Jahren. Aufwärmnen mit Gymnastik, Hauptteil: modernes Karate (Stil Shotokan), leichtes Kraftprogramm mit Kickboxing Elementen, Stretching.

Ziele: andere Kinder respektieren und lernen Rücksicht zu nehmen, Konzentration, Ausdauer, Motorik und Selbstbewusstsein verbessern. Erfahren, wie wichtig Disziplin ist um u.a. Verletzungen vorzubeugen.

Einheit Euro

Kurs SP12 Do. 18.00 bis 19.00 Uhr 14 75,-

Gymnastiksaal

Leitung: Dan Raducanu

Kinder in Balance

Ruhige Bewegungsstunde um den Tag ohne Stress ausklingen zu lassen.

Entspannungsübungen und Rückenfitness für Kinder. Die Schwerpunkte sind: Haltung, Bewegung, Ernährung, Sinnesparcour, Fußgymnastik, Klangspiele

Einheit Euro

Kinder von 7-9 Jahren

Kurs SP08 Do. 18.05 bis 19.05 Uhr 14 75,-

Turnsaal 2 (links)

Leitung: Marita Bittner

Handball für Kinder U13

Für Buben zum Erlernen der Grundlagen des Handballspiels. Bei den Knaben ist ein Meisterschaftsbetrieb vorgesehen, Mädchen sind herzlich willkommen.

Jahrgang 2000 und jünger.

90 Minuten Training pro Gruppe (2 Gruppen)

Kurs A28 Mo. 16.00 bis 18.00 Uhr Neueinsteiger Euro 100,-

Halle Hopsagasse/3. Viertel

Mi. 18.00 bis 20.00 Uhr

Karajangasse 14 / 1. Stock

Leitung: Gernot Nics/Martin Ortner

//Mädchenturnen JP

Themenstunden für Kinder von 4-6 Jahren

Abwechslungsreiche Bewegungseinheiten, „Wir gehen in den Zoo“, „1001 Nacht“, ...

Einheit Euro

Kurs SP16 Do. 17.00 bis 18.00 Uhr 14 75,-

Turnsaal 2 (links)

Leitung: Marita Bittner

//SP02 Kleinstkinderturnen

Handball (Schwerpunkt!) und andere Ballspiele U9

Knaben und Mädchen ohne Meisterschaftsbetrieb, Turnierteilnahmen vorgesehen.

Kurs SP11 Mi. 17.40 bis 18.45 Uhr Semester Euro 60,-

Turnsaal 2 (links)

Leitung: Regina Pichler

Familienturnen

Für Kinder von 3 bis 6 Jahren, gemeinsam mit einer erwachsenen Begleitperson. Beide erforschen den Turnsaal und die Gerätelandschaften. Spielerisches Aufwärmnen, Hauptteil, ruhiger Stundenausklang. Gemeinsames Erleben der Turnstunde, es entdecken Kind und Erwachsene die Spielstationen.

Kurs ST02 Mi. 17.50 bis 18.50 Uhr Einheit Euro 14 75,-

Leitung: Veronika Knoblich/Martina Wotruba

Zirkuskids

Jonglieren, Slackline, Waveboarden, Einradfahren, Stelzengehen, Airtrack-Springen,...Neben der turnerischen Grundausbildung und viel viel Spaß unterstützt dieses Angebot die Persönlichkeit und das soziale Lernen. Kooperation, gegenseitiges Vertrauen werden ebenso gefördert wie Kreativität, Phantasie und Geschicklichkeit.

Für Kinder und Jugendliche von 8-12 Jahren

Kurs ST05 Do. 17.50 bis 19.00 Uhr Einheit Euro 14 78,-

Leitung: Chris Ott/Lena Emersberger

//JP Kindersport

Kursbeginn: Woche: 10. Feb. - 17. Feb. 2014

Die angegebenen Zeiten von 60, 75 bzw. 90 Minuten entsprechen Unterrichtszeiten von 50, 65 bzw. 80 Minuten (ausgenommen Babykurse).

Kennzeichnung der Kurse = folgender Kursort:

A ... Aktive Center, 20., Hopsagasse 5 -Gymnastiksaal oder Sporthalle Hopsagasse

ST ... Turnsaal, 20., Stromstraße 40

SP ... Turnsaal, 20., Spielmannsgasse 1 rechts od. links od. Gymnastiksaal

UB ...Turnsaal, 20., Karajangasse 14

EU ...Europaschule, 20., Vorgartenstraße 97

Eine vorherige **Anmeldung** ist unbedingt erforderlich und **verbindlich**, da die Kurse nur bei ausreichender Teilnehmerzahl durchgeführt werden.

Den Kursbeitrag zahlen Sie bitte auf unser AT 581400002910665025 BIC: BAWAATWW bei der BAWAG (BLZ 14000), Kontowortlaut: WAT-Brüggenau ein.

Schneewittchen, Rumpelstilz und Co.

Gschnas des WAT-Brigittenau

Samstag, 01.03.2014
HdB Brigittenau, Raffaelgasse 11

Einlass: 19.30h
Beginn: 20.30h
Ende: 02.00h

Für musikalische Unterhaltung sorgt die Gruppe: **Saloncombo**

Prämierung der Kostüme

Eintritt mit Platzreservierung: Erwachsene 14€/ Jugendliche 7€

**Kartenvorverkauf und Platzreservierung:
Sekretariat des WAT20 unter Tel.: 332 51 88 oder info@wat20.at**

Ehrenschutz: BV Hannes Derfler



Einladung

zur Weihnachtsfeier des WAT-Brigittenau



am Samstag, 14. Dezember 2013

(Festsitzung ab 18:00 Uhr, Feier ab 19:00 Uhr)

Clubsaal Sportzentrum ASKÖ-Brigittenau, 1200 Wien, Hopsagasse

Der Vorstand des WAT-Brigittenau wünscht allen Mitgliedern und MitarbeiterInnen und deren Familien ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

**Für's Buffet ist jedes kulinarische Mitbringsel willkommen!
Danke im voraus!**

Veranstalter: ASKÖ Bezirksverband Brigittenau
Kontakt: Peter Dögl - info@askoe20.at - 01/3325188

Familienskitag auf der Veitsch

mit „Skirennen“ für Hobbyläufer, Pistenfahren, Rodeln, Skitourengehen, Eislauen, Nutzung von Sauna- und Badelandschaft u.v.m.

Sonntag 26.01.2014



Gekurvt, gerutscht, wird ein familiengerechter Torlauf mit zwei Durchgängen. Der Start erfolgt ab 11.00 Uhr auf der Brunnalmpiste. Es ist keine spezielle Teilnahmeberechtigung erforderlich. Die Wertung richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmer. Zur Finanzierung werden pro Starter/in für Kids € 2,50, für Teenager € 4,00 und für Oldies € 5,00 kassiert. Die flottesten Wintersportler werden um 16.00 Uhr in der „Pflanzlhütte“ triumphal geehrt. ☺

Interessenten melden sich bitte bis Mittwoch 22.01.2014 im Sekretariat der ASKÖ 20. Die Anreise erfolgt in privaten PKW. Für Interessenten ohne Fahrzeug werden nach Möglichkeit Mitfahrgemelegenheiten organisiert. Anreise am Samstag mit Nächtigung im JUFA Veitsch möglich!

ASKÖ 

Brigittenau

 **INSTALLATEUR**
FRIEDRICH MARISCHKA

 **Rumpf**

Franz Rumpf Ges.m.b.H.
Gaudenzstrasse 112, 1210 Wien

Einladung zum Benefiz-Klavierkonzert Nora Biener

am Donnerstag, den 9. Jänner 2014, um 18.30 Uhr, im Festsaal des Amtshauses Brigittenau

Das Programm: Wolfgang Amadeus Mozart:	Rondo D-Dur KV 485
Franz Schubert:	Allegro B-Dur KV 400
Frederic Chopin: Walzer	Zwei Klavierstücke (komponiert 1828)
	Des-Dur Op.70 Nr.3
	Impromptu Ges-Dur Op.5
George Gershwin:	Fantasie Impromptu cis-moll Op. 6
	Drei Preludes

Das Benefizkonzert findet zu Gunsten des Steffi- und Karl-Hawlikfonds statt.

Der Fonds fördert den Kinder- und Jugendsport im WAT-Brigittenau und unterstützt Kinder, deren Eltern die Kosten für Mitgliedsbeiträge, oder für sonstige sportliche Aktivitäten, nicht finanzieren können.

Sportausübung darf keine Frage der wirtschaftlichen Verhältnisse sein!

Wir laden Sie sehr herzlich zu dem Konzert ein und danken
Nora Biener und Bezirksvorsteher Hannes Derfler.
Der Vorstand des WAT-Brigittenau

Kartenbestellungen (Mindestspende € 10.-) im Sekretariat des WAT-Brigittenau.

Ehrungen und Auszeichnungen

Werner Brunner wurde zur Cristall Gala der BundesSportorganisation, die am 15. November stattfindet, eingeladen.

Er ist bei der Wahl zum „Funktionär des Jahres 2013“ unter die Top 3 Österreichs nominiert worden.
Bei dieser Veranstaltung wurde letztlich der Gewinner in dieser Klasse bekanntgegeben.

„The Winner is ...“ - na wer wohl, wenn nicht unser Werner Brunner !

Werner ist nicht nur der Umtriebigste innerhalb unserer Bezirksgruppe, sondern auch wesentlicher Mitgestalter der ganz großen ASKÖ-WAT-Familie.
Stolz können wir sein, ihn in unseren Reihen zu haben und glücklich dürfen wir uns schätzen, dich lieber Werner, zum Freund zu haben.

Aber nicht nur Werner wird Ehre zuteil.
Auch Fritz Emersberger und Franz Heher werden ausgezeichnet und sind ab 6. Dezember 2013 Träger des „Sportehrenzeichens der Stadt Wien“. Beide haben sich das mehr als verdient. Seit vielen

Jahrzehnten stehen die beiden oft auch gemeinsam im Turnsaal und betreuen jungen Sporter – Fritz die Turner und Franz die Trampolinspringer. Als Funktionäre sind beide ebenfalls bis heute im WAT-Brigittenau tätig, Fritz der technische Leiter und Franz der gestrenge Kontrollor.

Auch euch beiden herzliche Gratulation und vielen Dank für eure Leistungen für den WAT-Brigittenau!



Werner Brunner



Fritz Emersberger



Franz Heher

Österreichs
Funktionäre des
Jahres 2013

Träger des
Sportehrenzeichens
der Stadt Wien

Träger des
Sportehrenzeichens
der Stadt Wien

TERMINE

14.12.2013

Weihnachtsfeier



15.12.2013

Indoor Marathon



28.12.2013

WAT-Punschttag

17.01.2014

Lattlschießen für alle – Asphaltstockbahn ASKÖ20 Sportanlage



26.01.2014

Familien Skitag auf der Veitsch



02.01.2014

Beginn der Anmeldungen für Kursteilnehmer für das Frühjahrsemester

08.01.2014

Beginn der allgemeinen Anmeldungen für das Frühjahrsemester

10.02.2014

Kursstart Frühjahrsemester 2014

01.03.2014

Gschnas des WAT-Brigittenau

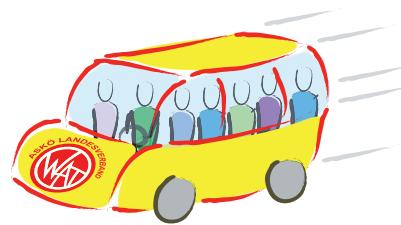


21.03.2014

Jahreshauptversammlung

07.-09.06.2014

Kinder- und Jugendpfingstlager in Bruck/Mur



19.06.2014

Brigittenauer Sportfest mit Laufveranstaltungen



Unsere Sekretariatszeiten:

Montag bis Freitag

9:00 bis 12:00 Uhr

Montag, 16:30 bis 19:30 Uhr

1200 Wien, Hopsagasse 5

Besuchen Sie uns auch im Internet unter:

www.wat20.at

Hätten sie das gewusst ?...

In den Reihen des WAT-Brigittenau haben sich Weltmeister versteckt !

Peter Krassel

hat in Südamerika in der Seniorenklasse des Alpinschilaufes den Weltmeistertitel im Slalom, Riesentorlauf und in der Abfahrt erzielt.

Gabriela Ehn

ist in Brasilien bei den Leichtathletik-Weltmeisterschaften in der Seniorenklasse 3. im Gewichtswurf und 5. im Hammerwerfen geworden.

Der WAT-Brigittenau gratuliert herzlich zu diesen herausragenden Leistungen.

Geboren wurde ...

ein zweiter Bub für Martina und Fredi Heiling. Lukas wird er heißen und wir wünschen dem nunmehrigen Vierergespann alles Gute

Geheiratet haben ...

Regina Forchtner-Hengl und Peter Forchtner, gemeinsam mit Sohn Alexander, am 17. August.

Grete Wagner gestorben

Grete Wagner wurde 1921 geboren und war bereits als Kind – bis zum Jahr 1934 als der WAT verboten wurde – Mitglied beim WAT-Brigittenau, danach wieder von 1948 bis zur Übersiedlung in ein Pflegeheim im Jahr 2011. Die sie gekannt haben, werden in angenehmer Erinnerung ihrer gedenken.