

SPORTUNION BRIGITTENAU WIEN



NEWS



SPORT
UNION
WIEN

1. Ausgabe
Februar 2013

Sponsoren



baumit.com



hausdermusik
das klangmuseum



HEERESGESCHICHTLICHES MUSEUM





Präsidentiale Worte...

Liebe Freunde!

Hoffentlich habt ihr alle „Feierlichkeiten“ gut hinter euch gebracht und seid gut ins neue Jahr gestartet. Die UAB-Feste waren – wie immer – ein voller Erfolg,... eine stimmungsvolle Weihnachtsfeier und ein Kinderfaschingsfest, bei dem wir fast, wegen Überfüllung, schließen mussten!

Auf diesem Weg, noch einmal, herzlichen Dank an alle Organisatoren und Mitarbeiter – ohne euch wäre das alles nicht machbar!

Nun bleibt mir nur noch, euch ein schönes und verletzungsfreies Sommersemester zu wünschen.

Alles Liebe

R. Speth



Inhalt

Sportprogramm	4
Neue Kurse	8
Ehrungen	9
Kinderfasching	12
Ergebnisse	14
Judo	15
Gerätturnen	16
Inserat	17
Sponsoren	18
Terminübersicht	19

Das NEUE Sportprogramm 2013

**Auf den folgenden Seiten findet ihr alle
unsere Sportangebote...**

Der Beitritt ist zu jedem Zeitpunkt möglich. Die Anmeldung erfolgt auf dem von Ihnen ausgewählten Übungsplatz.

Die erste Übungseinheit ist gratis „SCHNUPPERSTUNDE“

Bei einem Neubeitritt muss eine einmalige Einschreibgebühr von 15 € plus der Semestermitgliedsbeitrag bezahlt werden.

Ab dem 2. Semester besteht die Möglichkeit einen günstigeren Jahresbeitrag (minus 14 €) im Voraus zu bezahlen!

„MEHR SPORT FÜR WENIGER GELD“: Sie bezahlen bei Belegung von mehreren Kursen den teuersten voll und für jeden weiteren nur noch die Hälfte des Jahresbeitrages.

FIT-SAISONKARTE:

270 € / Saison für die Angebote im 20. Bezirk,
plus Einschreibgebühr 15 €

400 € / Saison für die Angebote im 20. und 2. Bezirk,
plus Einschreibgebühr 15 €

Ausgenommen von der FIT-SAISONKARTE sind Ballett, Badminton, Basketball, Volleyball, Judo, Karate, sowie die „Sommerangebote“!

FIT10-CARD:

10 Fitsport-Einheiten um 73 €

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage:

www.uab.at

KURSE IM 20. BEZIRK



KINDER UND JUGENDLICHE				
Tag	Zeit	Kurs	Ort	Preis/Sem
Mo	16.00-17.30	Kleinkinderturnen (FFÖ)	Brig.-Lände 66/TS1	67 €
Di	16.15-17.45	Kleinkinderturnen (FFÖ)	Brig.-Lände 66/TS1	67 €
Di	16.30-18.00	Ballspiele für Kinder	Brig.-Lände 66/TS2	75 €
Di	17.15-18.15	Karate Neustarter	Pöchlarnstraße 12	134 €
Di	18.00-19.30	Judo Anfänger	Brig.-Lände 66/TS1	93 /103 €
Di	18.15-19.15	Karate Anfänger	Pöchlarnstraße 12	134 €
Di	19.30-21.00	Judo Jugendliche	Brig.-Lände 66/TS1	134 €
Mi	17.00-18.00	Ballett Anfänger	Staudingerg.6/Part.	134 €
Mi	18.00-19.30	Ballett Elite	Staudingerg.6/Part	134 €
Do	17.00-18.30	Ballett Fortgeschrittene 2	Staudingerg.6/Part	134 €
Do	17.15-18.15	Karate Neustarter	Pöchlarnstraße 12	134 €
Do	18.00-19.30	Judo Anfänger	Brig.-Lände 66/TS1	93 /103 €
Do	18.15-19.15	Karate Anfänger	Pöchlarnstraße 12	134 €
Do	18.30-20.00	Ballett Fortgeschrittene 3	Staudingerg.6/Part	134 €
Do	19.15-20.15	Karate Fortgeschrittene	Pöchlarnstraße 12	134 €
Do	19.30-21.00	Judo Jugendliche	Brig.-Lände 66/TS1	134 €
ERWACHSENE				
Mo	09.00-10.30	Ismakogie (FFÖ)	Dammstraße 7-9	96 €
Mo	18.00-19.00	Wirbelsäulengymnastik (FFÖ)	Brig.-Lände 66/TS1	88 €
Mo	18.00-19.30	Dance-Aerobic (FFÖ)	Greiseneckerg. 29	85 €
Mo	18.00-19.30	Wirbelsäulengymnastik (FFÖ)	Pöchlarnstraße 14	88 €
Mo	18.00-21.00	Mix-Volleyball Erwachsene	Staudingerg. 6/1St.	85 €
Mo	18.30-20.30	Fußball	Karajangasse 16	83 €
Mo	19.30-21.00	Basketball Männer	Brig.-Lände 66/TS1	85 €
Mo	19.30-21.00	Bodywork (FFÖ)	Greiseneckerg. 29	85 €
Mo	19.30-21.00	Fitsport mit Pilates (FFÖ)	Leipziger Platz 1	79 €
Di	08.30-10.00	Fitgymnastik Damen	Hopsagasse 7	85 €

Di	08.30-10.00	Nordic Walking + Langsam Laufen	U6 Station Neue Donau	
Di	10.00-11.30	Fitgymnastik Damen	Hopsagasse 7	85 €
Di	18.00-19.30	Step Basic für Fortgesch. (FFÖ)	Dammstraße 7 - 9	89 €
Di	18.00-19.30	Fit - aktiv und im Gleichgewicht (FFÖ)	Pöchlarnstraße 14	88 €
Di	18.00-19.00	Wirbelsäulengymnastik	Staudingergasse 6/1 Stock	88 €
Di	18.30-20.00	Badminton	Jedleseer Straße 66 - 98	85 €
Di	19.00-20.30	Fitsport für Sie + Ihn (FFÖ)	Greiseneckergasse 29	79 €
Di	19.15-20.45	Fitsport mit Pilates (FFÖ)	Staudingergasse 6/1 Stock	79 €
Di	19.30-21.00	Judo Erwachsene	Brig.- Lände 66/TS1	134 €
Di	19.30-21.00	Mix-Volleyball Erwachsene	Staudingergasse 6/Part.	85 €
Mi	08.30-10.00	Damengym. Aufnahmestopp (FFÖ)	Dammstraße 7 - 9	85 €
Mi	10.00-11.30	Damengymnastik (FFÖ)	Dammstraße 7 - 9	85 €
Mi	18.00-19.30	Fatburning (FFÖ)	Greiseneckergasse 31	85 €
Mi	19.30-21.00	Bodywork (FFÖ)	Greiseneckergasse 31	85 €
Mi	19.30-21.00	Damengymnastik (FFÖ)	Pöchlarnstraße 14	79 €
Mi	20.00-21.30	Fußball	Wehlistraße 326	83 €
Do	10.30-11.30	Wirbelsäulengymnastik (FFÖ)	Dammstraße 7 - 9	88 €
Do	17.00-18.00	Pilates (FFÖ)	Pöchlarnstraße 14	83 €
Do	18.00-19.30	Wirbelsäulengymnastik (FFÖ)	Pöchlarnstraße 14	88 €
Do	18.00-19.30	Damengymnastik (FFÖ)	Staudingergasse 6	79 €
Do	19.00-20.00	Zumba	Greiseneckergasse 31	95 €
Do	19.30-21.00	Judo Erwachsene	Brig.- Lände 66/TS1	134 €
Do	19.30-21.00	Rücken Fit (FFÖ)	Staudingergasse 6	88 €



KURSE IM 2. BEZIRK/ Ernst-Happel-Stadion

Tag	Zeit	Kurs	Leitung	Preis/Sem
Mo	10.00-11.00	Pilates (FFÖ)	Marina Doppelreiter	120 €
Mo	16.00-17.00	Wirbelsäulengym. (FFÖ)	Lieselotte Lackner	108 €
Mo	18.00-19.00	Bauch Bein Po (FFÖ)	Natascha Johannik	123 €
Mo	19.00-20.30	Step Basic (FFÖ)	Natascha Johannik	128 €
Di	18.00-19.30	Bodywork (FFÖ)	Natascha Johannik	128 €
Di	19.00-20.00	Zumba (FFÖ)	Barbara Scharler	123 €
Di	19.30-21.00	Dance Aerobic (FFÖ)	Natascha Johannik	128 €
Mi	09.45-10.45	WS-Training/ Rumpfstabilisation (FFÖ)	Bettina Schorn	121 €
Mi	16.00-17.00	Bodywork mit Pilates (FFÖ)	Gertraud Franzan	108 €
Mi	17.15-18.15	Rückenfit * (FFÖ)	Gertraud Franzan	108 €
Mi	18.30-19.30	Antara	Beate Traindl	95 €
Mi	18.00-19.00	Powerstep (FFÖ)	Barbara Scharler	123 €
Mi	19.00-20.00	Bauch Bein Po (FFÖ)	Barbara Scharler	123 €
Do	08.30-09.30	Fitgymnastik Damen (FFÖ)	Elisabeth Herndler	100 €
Do	09.45-10.45	Gesundheitsgymnastik für Sie & Ihn (FFÖ)	Elisabeth Herndler	100 €
Do	11.00-12.00	Step Basic Anfänger (FFÖ)	Elisabeth Herndler	108 €
Sa	09.30-10.30	Bauch Bein Po (FFÖ)	Barbara Scharler	123 €
Sa	10.30-11.30	Zumba (FFÖ)	Barbara Scharler	123 €
So	09.30-10.30	Bodywork (FFÖ)	Barbara Scharler	123 €
So	10.30-11.30	Powerstep (FFÖ)	Barbara Scharler	123 €

***Ab 13.2.2013 mit Voranmeldung**

Diese Kurse wurden mit dem Qualitätssiegel
„Fit für Österreich“ (FFÖ)
ausgezeichnet!



Für die Sparten Athletics, Basketball, Gerätturnen und Volleyball
finden Sie die Trainingszeiten auf der Homepage: www.uab.at
Weiters steht Ihnen das UAB-Büro für nähere Auskünfte zur
Verfügung.

Neue Kurse im Stadion

BODYART

In diesem Kurs geht es um die Kunst, mit gezielten Übungen aus verschiedenen Bereichen, seinen Körper zu kräftigen und beweglicher zu machen. Es geht darum, sich wieder auf sich selbst und sein eigenes Wohlbefinden zu konzentrieren. Neben der Verbesserung des Körpergefühls ist Spaß ein wichtiges Ziel!
Ich freue mich auf Dich!

Wann: ab Freitag 15.02.2013
09.15 - 10.15

Wo: Ernst-Happel-Stadion/Sektor D
Meiereistraße 7
1020 Wien

Kosten: € 108/ Semester

Leitung: Bettina Schorn



YOGA

Yoga ist ein praktischer Weg zu Wohlbefinden und innerem Frieden. Im Mittelpunkt stehen die „Asanas“, das sind dehnende, teils ruhige, teils dynamische Körperstellungen und das bewusste Atmen. In diesem Kurs wird Wert auf richtiges Aufwärmen, Mobilisieren, Kräftigen und die richtige Ausführung der überlieferten Techniken gelegt.

Wann: ab Montag 11.02.2013
14.15 - 15.45

Wo: Ernst-Happel-Stadion/Sektor D
Meiereistraße 7
1020 Wien

Kosten: € 125/ Semester

Leitung: Olga Kuchko



KLEINKINDERTURNEN

3 - 6 Jahre

In dieser Stunde wird Koordination, Beweglichkeit, Konzentration, Körpergefühl in spielerischer Form gefördert.

Wann: ab Donnerstag 21.02.2013
16.30 - 17.30

Wo: Ernst-Happel-Stadion/Sektor D
Meiereistraße 7
1020 Wien

Leitung: Elisabeth Herndler

Kosten: € 67/ Semester



**Nähere Informationen zu den drei Kursen gibt es im Büro.
Vor Anmeldungen erforderlich! (01/332 40 17)**

Ehrungen...

... für sportliche

GERÄTTURNEN

Sportunion Bundesmeisterschaften 2012

1. Platz

Mirweis Alemi
Patrick Zenz
Sascha Kotrba
Nebo Simjanoski
Jakob Dietrich
Daniel Bahmer
Alex Willert
Markus Neda

Österreichische Meisterschaften 2012

1. Platz

Jakob Dietrich (AK 11)
Daniel Bahmer (AK 14)

Erfolge!



LEICHTATHLETIK

Falk Nikola 1.PI. 5000m Bahn ÖSTM u23,
2.PI. 1500m und 2.PI. 5000m ÖSTM u20,
3.PI. 10km Straßenlauf ÖSTM u20, 3.PI. 5km
Straßengehen ÖSTM

Ungerböck Lena 1.PI. und neuer österreichische
Rekord 3km Straßengehen ÖSTM u16,
2.PI. 5km Straßenlauf und 1.PI. Mannschaft
ÖSTM u182

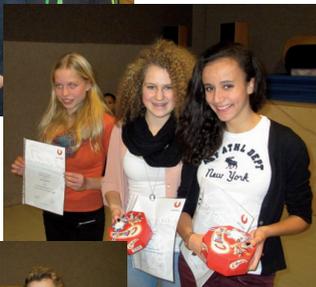
Sinn Luca, Poller Benjamin, Lock Tobias
1.PI. 3 x 1000m Staffel ÖSTM u18

Ungerböck Lena, Rabl Denise,
Alfons Ainhua 1.PI. 5km Straßenlauf Mann-
schaft ÖSTM u18

Sinn Luca, Lock Tobias, Falk Sebastian
2.PI. 5km Straßenlauf Mannschaft ÖSTM u 18

Bertram Mirko

2.PI. 10km Straßengehen ÖSTM u 20



Ehrungen...

15 Jahre

Rehorovsky Mag. Peter
Koblinger Susanne
Hamböck Kevin
Külcü Roman
Brunner Juliane
Heiler Christine
Dörner Eva
Kraus Manuela
Pleiel Volker
Walenta Robert
Steininger Josef
Schönflug Helmut Alfred



20 Jahre

Schaffer Anita
Bruckner Ing. Otto
Miksch Gertraude
Bischinger Friederike
Buchinger Johanna
Hollmann Steffi
Herndler Elisabeth
Mühleder Sonja
Liebl Andrea
Steinberger Helmut

25 Jahre

Zeilinger Waltraud
Hycl Margit
Rausch Brigitte
Schwarz Marianne
Titta Margarete
Rogina Silvia
Doppelreiter Erna



... und für

30 Jahre

Dipl.- Ing. Zainlinger Ralph
Treidt Elisabeth
Nagl Klara
Eßler Gertrude
Stodulka Thomas
Heinz Ilse
Reiter Wolfgang
Jahoda Edeltraud
Schwarz Christine



lange Vereinszugehörigkeit.



35 Jahre

Pointner Johann
Heiler Sonja
Klar Christian
Petz Eveline
Hahnl Oliver
Kerstner Ingrid
Werkusch Augustine
Seiler Robert
Spielauer Brigitte
Aderle Christine
Schwarz Peter

40 Jahre

Maurer Martina
Franschitz Georg
Höchtl Uta
Kern Peter



45 Jahre

Steiner Doris

50 Jahre

Lackner Lieselotte

60 Jahre

Werkusch Erika

65 Jahre

Werkusch Willi
Schaffer Johann





DER KINDERFASCHING

Auch dieses Jahr fand der UAB-Kinderfasching statt- jedoch mit einem neuen Konzept. Resultat: ein voller Erfolg!



Nur mit Hilfe der besonders engagierten Mitarbeiter war es möglich, so ein tolles Fest auf die Beine zu stellen.

Vielen, vielen Dank!!

Ergebnisse

Ergebnisse des 19. UAB Badminton Turniers		
1.	Tanaka Masahiko	Sieger Gästeklasse
2.	Zach Robert	
3.	Gebeshuber Erik	
4.	Kainbacher Gerhard	Vereinsmeister
5.	Spangl Didi	Seniorenmeister
6.	Kammel Wolfgang	
7.	Tomes Engelbert	
8.	Stern Thomas	
9.	Weber Lukas	
10.	Ambrosi Alfred	
11.	Kirchsteiger Verena	Siegerin Gästekl.
12.	Wolf Michaela	
13.	Brunner Erich	
14.	Havlicek Gerhard	
15.	Pichler-Steiner Gerlinde	
16.	Petzelbauer Peter	
17.	Ortner Brigitte	
18.	Wimmer Robert	



JUDO - WETTKAMPFBERICHT

Adventmeisterschaften Schüler 2012

5. Platz Magomed Sungurov Schüler U11

2. Platz Heinrich Liu Schüler U13

5. Platz David Gov Ari Schüler U13

Judo

Was ist Judo?

Kurz gesagt: es ist eine von den Japanern übernommene Form des Zweikampfes mit sportlichen Regeln.

Judo besteht aus dem Übungskampf, Randori genannt, ohne Schiedsrichter, aus dem Wettkampf, Shiai genannt, mit Schiedsrichtern nach festgelegten Wettkampfregeln und schließlich aus der Kata.

Unter einer Kata versteht man eine festgelegte Form von Techniken und Bewegungsabläufen, wobei aber hier Angreifer und Verteidiger schon vorher feststehen.

Eine Kata, es gibt im Judo deren sechs an der Zahl, muss technisch sauber und harmonisch vorgeführt werden. Sie gehören auch zu den Prüfungsinhalten der Dan-(Meister) Prüfungen und werden jeweils von mindestens drei Prüfern bewertet.

Judo ist die entschärfte Form des alten Jiu-Jitsu, das heute wieder zur Selbstverteidigung herangezogen und gelehrt wird. Es war Jigoro Kano, der in den achtziger Jahren des 19. Jahrhunderts die entsprechenden Schulen in Japan zusammenfasste und den Grundstock für das heute praktizierte Judo legte. Nach Deutschland kam Judo durch die kaiserliche Marine.

Die Techniken des Judo umfassen rund 60 Würfe, die aus der Bewegung heraus ausgeführt werden. Das bedingt natürlich, dass man lernen muss beschwerdefrei zu fallen. Dafür gehört eine sorgfältige Fallschule zum Ausbildungsprogramm. Einmal korrekt gelernt, vergisst man sie nie und kann sie in jeder Lage anwenden.

Am Boden, auf der Matte, kann es dann mit Haltegriffen, Würfetechniken und Armhebeln weitergehen.

Die grundlegenden Techniken des Jiu-Jitsu wurden allerdings im Ursprung nicht von den Japanern erfunden. Es ist mittlerweile bewiesen, dass schon die frühesten Menschheitskulturen vor rund 5000 Jahren die Schwachstellen des menschlichen Körpers kannten und sich ihrer auch zu bedienen wussten. Dafür gibt es Hinweise in den Kulturen der Sumerer, der Ägypter und der Griechen. Nicht zuletzt hatte die Raufkunst ernsterer und „geselliger“ Art auch im europäischen Mittelalter ihren Niederschlag in Kupferstichen der zeitgenössischen Künstler, auch Albrecht Dürers, gefunden.

Judo für Kinder

Gerade auch für Kinder -egal ob Buben oder Mädchen- ist Judo die ideale Sportart. Erfahrene Kinder- und Jugendtrainer sorgen dafür, dass Spiel und Spaß bei ihren Schützlingen im Vordergrund stehen. Die Kleinen können sich austoben und sind mit großem Eifer bei der Sache. Gürtelprüfungen und Wettkämpfe sorgen für Motivation und Erfolgserlebnisse. Es wird niemand überfordert, da sich die Trainer auf jeden einzelnen kleinen Judoka einstellen und ihn individuell fördern. Ganz nebenbei erzieht Judo die Kinder und Jugendlichen zu Fairness und Kameradschaftlichkeit und stärkt ihr Selbstbewusstsein.



Gerätturnen

Gerätturnen im Sportjahr 2012/13

Wiener Meisterschaften, Union Bundesmeisterschaften, Österreichische Meisterschaften,....

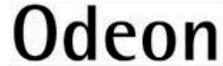
...und unsere Turner immer mitten drin` und keinesfalls „nur“ dabei!

Tolle Ergebnisse und einige Meistertitel!





Sponsoren



kolarik.at



FLOHMARKT

der Sportunion Brigittenau
1200 Wien, Dammstr. 7-9

Samstag, 13. April 2013

08.30 bis 17.00 Uhr

Wir sammeln:
Haushaltsgeräte, Bücher, Schallplatten, Spielzeug, Sportgeräte, Bilder,
Radios und vieles mehr!

Sammelort:
1200 Wien, Dammstr. 7-9

Samstag: 16. März 2013	10.00-12.00 Uhr
Samstag: 23. März 2013	10.00-12.00 Uhr
Samstag: 30. März 2013	10.00-12.00 Uhr
Samstag: 06. April 2013	10.00-12.00 Uhr
Mittwoch: 10. April 2013	10.00-16.00 Uhr
Donnerstag: 11. April 2013	10.00-16.00 Uhr

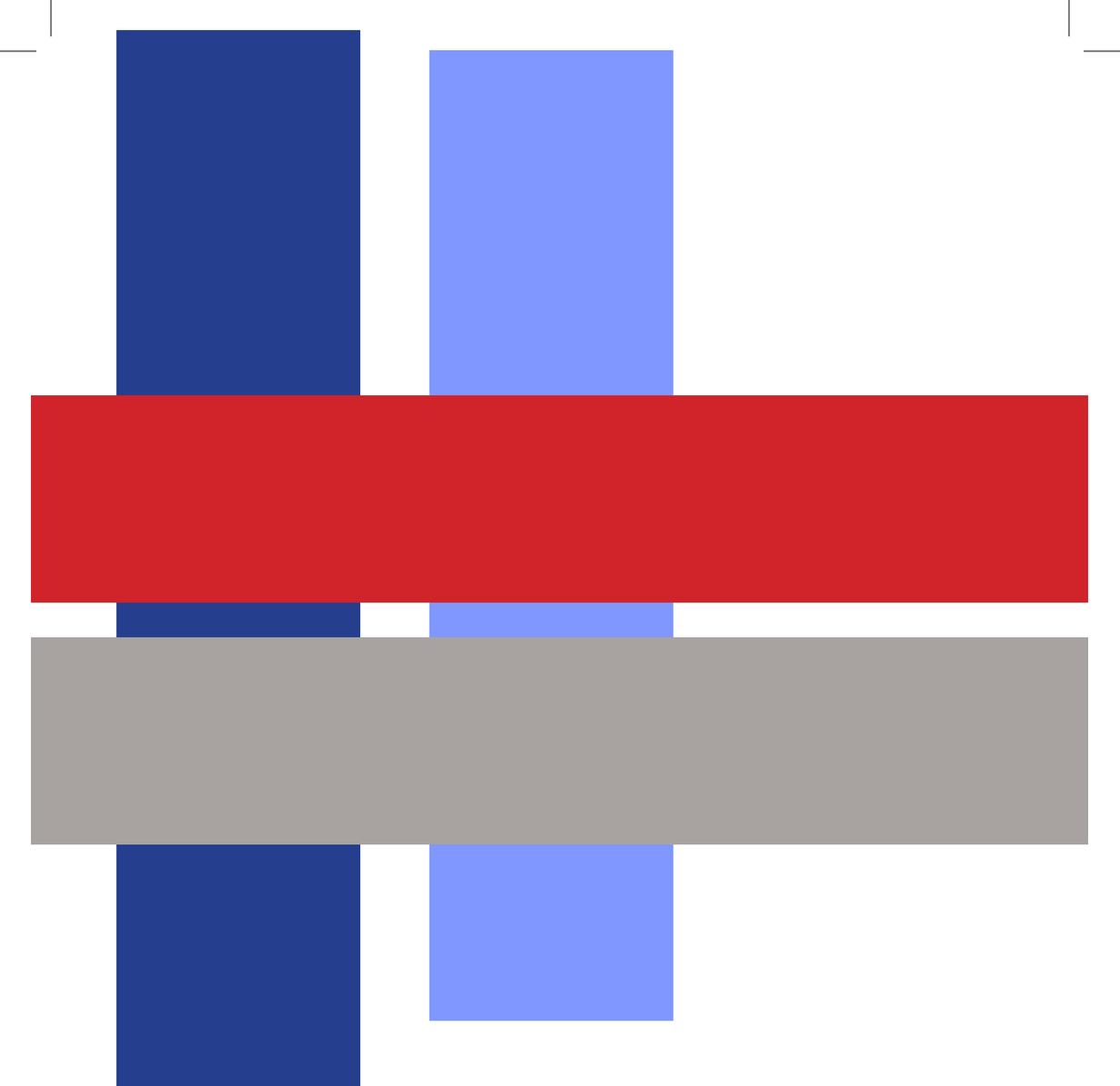
Abholservice: Tel.: (01) 332 40 17

Wir danken für alle Spenden!

Der Reinertrag wird für karikative Betreuung von Kindern und Jugendlichen verwendet!

Terminübersicht

23.03.2013 bis 02.04.2013	<i>Osterferien</i>
	(kein Sportbetrieb)
13.04.2013	<i>Frühlingsflohmarkt</i>
27.04.2013 bis 08.09.2013	<i>Vereinskabine im Bundesbad</i>
	Alte Donau (siehe Artikel)
14.07.2013 bis 27.07.2013	<i>Sportwochen - Hintermoos</i>
	(siehe Formular)
03.08.2013 bis 17.08.2013	<i>Sportwochen - Hartberg</i>



Redaktionsschluss für UAB-News Nr. 2/2013: 26.04.2013

Herausgeber, Medieninhaber und Hersteller:

Sportunion Alt Brigittenau,
1020 Wien, Meiereistraße 7,
Ernst-Happel-Stadion/ Sektor D

Tel.: (01) 332 40 17

Email: office@uab.at

www.uab.at

Bankverbindung: Erste Bank, Konto-Nummer 053-18661