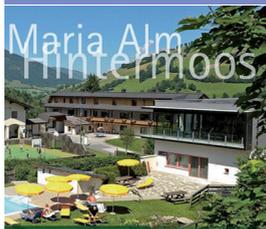




SPORTUNION BRIGITTENAU WIEN

NEWS



3. Ausgabe
August 2014

Inhalt

Neu im Programm	3
Achtung - Wichtig	4
Sportprogramm	5
Halloween	9
Ballettaufführung	10
Hintermoos	11
OMV	12
Flohmarkt	13
Terminübersicht	15

Präsidentiale Worte...

Liebe Freunde!

Nach einem – rein wettertechnisch – ein wenig durchwachsenen Sommer freut sich „natürlich“ jeder darüber, dass die Zeit der geschlossenen Turnsäle ein Ende hat und wir – endlich - wieder unseren Sportarten frönen dürfen.

Bevor es aber wieder losgeht, möchten wir euch mit allen wichtigen Informationen für das neue Sportjahr versorgen! Besonders hinweisen möchte ich euch auf das Sportprogramm in der Heftmitte und die Flohmarktankündigung.

Zu guter Letzt darf ich euch noch auf die geänderten Bürozeiten hinweisen und Andrea Denk herzlich begrüßen, die ab September unser Büroteam verstärken wird!

Somit bleibt mir nur, euch ein verletzungsfreies und erfolgreiches Jahr zu wünschen!

Alles Liebe



NEU IM PROGRAMM

Rückenfit im Stadion im 2. Bezirk, Meiereistraße 7/Sektor D
ab Mittwoch, den 1. Oktober 2014, 17:15 - 18:15 Uhr.

Kursleiterin: Gertraud Franzan (Rückenfitinstruktor)

Ziel: Wir werden mit entsprechendem Training die Stützfunktion der Muskulatur verbessern, wodurch Rückenproblemen, Haltungs- und Überlastungsschäden vorgebeugt wird.

Beckenbodenfit im 20. Bezirk, Dammstraße 7-9,
ab Donnerstag, den 2. Oktober 2014, 16:15 - 17:15 Uhr.

Kursleiterin: Gertraud Franzan (Beckenboden-Basic Coach)

Ziel: Jede(r) kann den Folgen eines schwachen Beckenbodens mit entsprechendem Training entgegenwirken. In dieser Einheit werden wir den Beckenboden kennenlernen, wahrnehmen, kräftigen und ein beckenbodengerechtes Verhalten im Alltag lernen.



***Wir bitten um Anmeldung bis 29. September 2014!
Die neuen Kurse werden
erst ab fünf angemeldeten Teilnehmern gestartet.***

ACHTUNG-WICHTIG

Neue Bürozeiten...

...ab September 2014

Montag bis Freitag: 09.00 - 12.00 Uhr

Mittwoch: 15.00 - 18.00 Uhr

Donnerstag: 16.00 - 19.00 Uhr



**Aktions-
angebot**

Aktionssemester

Ab dem Wintersemester 2014/15 kosten folgende Kurse statt 123 € nur noch **108 €**:

Montag	18.00-19.00	Bauch Bein Po	Natascha J.
Montag	19.00-20.00	Zumba	Natascha J.
Dienstag	19.00-20.00	Zumba	Barbara S.
Mittwoch	18.15-19.15	Powerstep	Barbara S.
Mittwoch	19.15-20.15	Bauch Bein Po	Barbara S.
Samstag	09.30-10.30	Bauch Bein Po	Barbara S.
Samstag	10.30-11.30	Zumba	Barbara S.
Sonntag	09.30-10.30	Bodywork	Barbara S.
Sonntag	10.30-11.30	Powerstep	Barbara S.

SPORTPROGRAMM WS 2014/2015

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

Die erste Übungseinheit ist eine 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:

€ 275 pro Saison für die Angebote im 20. Bezirk,
plus Einschreibgebühr € 15

€ 399 pro Saison für die Angebote im 20. und 2. Bezirk,
plus Einschreibgebühr € 15

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

FIT10-CARD:

10 Fitsporteinheiten um € 78

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage

Kinder und Jugendliche

Tag	Zeit	Kurs	Ort	Preis/ Sem
Mo	16.15-17.45	Kleinkinderturnen (FFÖ)	20., Brig.-Lände 66/TS1	€ 70
Mo	16.30-18.00	Sportakrobatik Anfänger	22.,Simonsgasse 23	€ 145
Mo	18.00-20.00	Sportakrobatik Fortgeschr.	22.,Simonsgasse 23	€ 180
Di	16.30-18.00	Ballspiele für Kinder (FFÖ)	20., Brig.-Lände 66/TS2	€ 75
Di	17.15-18.15	Karate Neustarter	20., Pöchlarnstraße 12	€ 136
Di	18.15-19.15	Karate Anfänger	20., Pöchlarnstraße 12	€ 136
Di	16.30-18.00	Sportarobatik Bodenturnen	22.,Simonsgasse 23	€ 85
Do	17.00-18.00	Ballett Anfänger	20., Staudingerg. 6/Part.	€ 136
Do	18.00-19.00	Ballett Fortgeschrittene 2	20., Staudingerg. 6/Part.	€ 136
Do	19.00-20.30	Ballett Elite	20., Staudingerg. 6/Part.	€ 136
Do	16.00-17.30	Sportakrobatik Anfänger	22.,Simonsgasse 23	€ 145
Do	16.30-17.30	Kleinkinderturnen 3-6 Jahre	2., Ernst-Happel-Stadion/ Sektor D	€ 70
Do	17.30-19.30	Sportakrobatik Fortgeschr.	22.,Simonsgasse 23	€ 180
Do	17.15-18.15	Karate Neustarter	20., Pöchlarnstraße 12	€ 136
Do	18.15-19.15	Karate Anfänger	20., Pöchlarnstraße 12	€ 136
Do	19.15-20.15	Karate Fortgeschrittene	20., Pöchlarnstraße 12	€ 136

Erwachsene				
Mo	09.00-10.30	Ismakogie (FFÖ)	20., Dammstraße 7 - 9	€ 96
Mo	18.00-19.00	Wirbelsäulengymnastik (FFÖ)	20., Brig.- Lände 66/TS1	€ 88
Mo	18.00-19.30	Dance-Aerobic (FFÖ)	20., Greiseneckergasse 29	€ 88
Mo	18.00-19.30	Wirbelsäulengymnastik (FFÖ)	20., Pöchlarnstraße 14	€ 88
Mo	18.00-21.00	Mix-Volleyball Erwachsene	20., Staudingergasse 6/Part.	€ 88
Mo	19.30-21.00	Basketball Männer	20., Brig.- Lände 66/TS1	€ 88
Mo	19.30-21.00	Bodywork (FFÖ)	20., Greiseneckergasse 29	€ 88
Mo	19.30-21.00	Fitsport mit Pilates (FFÖ)	20., Staudingergasse 6/1.Stock	€ 82
Di	08.30-10.00	Fitgymnastik Damen 60+	20., Dammstr. 7 - 9	€ 88
Di	08.30-10.00	Nordic Walking + Langsam Laufen	U6 Station Neue Donau	
Di	10.00-11.30	Gesundheitsgymnastik Damen	20., Dammstr. 7 - 9	€ 88
Di	18.00-19.30	Step Basic für Fortgeschr. (FFÖ)	20., Dammstraße 7 - 9	€ 88
Di	18.00-19.30	Fit aktiv u. im Gleichgewicht (FFÖ)	20., Pöchlarnstraße 14	€ 88
Di	18.00-19.00	Wirbelsäulengymnastik	20., Staudingergasse 6/1 Stock	€ 88
Di	18.30-20.30	Fußball	20., Brig.-Lände 66/TS 1	€ 88
Di	18.30-20.00	Badminton	21., Jedleseer Straße 66 - 98	€ 88
Di	19.00-20.30	Fitsport für Sie + Ihn (FFÖ)	20., Greiseneckergasse 29	€ 82
Di	19.15-20.45	Fitsport mit Pilates (FFÖ)	20.,Staudingergasse 6/1. Stock	€ 82
Di	19.00-21.00	Mix-Volleyball Erwachsene	20., Robert-Blumg. 2	€ 88
Mi	08.30-10.00	Damengymnastik (FFÖ)	20., Dammstraße 7 - 9	€ 88
Mi	10.00-11.30	Damengymnastik (FFÖ)	20., Dammstraße 7 - 9	€ 88
Mi	18.00-19.30	Fatburning (FFÖ)	20., Greiseneckergasse 31	€ 88
Mi	19.30-21.00	Bodywork (FFÖ)	20., Greiseneckergasse 31	€ 88
Mi	18.45-20.45	Mix-Volleyball Erwachsene	20., Brig.-Lände 66/TS1	€ 88
Mi	19.30-21.00	Damengymnastik (FFÖ)	20., Pöchlarnstraße 14	€ 82
Do	10.30-11.30	Wirbelsäulengymnastik (FFÖ)	20., Dammstraße 7 - 9	€ 88
Do	16.15-17.15	Beckenbodenfit (Beginn: 02.10.14)	20., Dammstraße 7 - 9	€ 88
Do	18.00-19.30	Gesunder Rücken m. Pilates (FFÖ)	20., Pöchlarnstraße 14	€ 88
Do	18.00-19.30	Damengymnastik (FFÖ)	20., Staudingergasse 6	€ 82
Do	19.00-20.00	Zumba	20., Greiseneckergasse 31	€ 96
Do	19.30-21.00	Rücken Fit (FFÖ)	20.,Staudingergasse 6	€ 88

KURSE IM TRAININGSZENTRUM STADION (2. BEZIRK)

Tag	Zeit	Kurs	Leitung	Preis/Sem
Mo	16.00-17.00	Wirbelsäulengymnastik (FFÖ)	Lieselotte Lackner	€ 108
Mo	18.00-19.00	Bauch Bein Po (FFÖ)	Natascha Johannik	€ 108
Mo	19.00-20.00	Zumba (FFÖ)	Natascha Johannik	€ 108
Di	16.15-17.45	Aktiv Bewegt (FFÖ)	Markus Holzweber	€ 175
Di	19.00-20.00	Zumba (FFÖ)	Barbara Scharler	€ 108
Mi	16.00-17.00	Bodywork mit Pilates (FFÖ)	Gertraud Franzan	€ 108
Mi	17.15-18.15	Rückenfit (Beginn: 01.10.14)	Franzan Gertraud	€ 108
Mi	18.30-19.30	Antara (Beginn: 10.09.2014)	Beate Traindl	€ 100
Mi	18.15-19.15	Powerstep (FFÖ)	Barbara Scharler	€ 108
Mi	19.15-20.15	Bauch Bein Po (FFÖ)	Barbara Scharler	€ 108
Do	08.30-09.30	Fitgymnastik Damen (FFÖ)	Elisabeth Herndler	€ 88
Do	09.45-10.45	Gesundheitsgymnastik für Sie & Ihn (FFÖ)	Elisabeth Herndler	€ 103
Do	11.00-12.00	Step Basic Anfänger (FFÖ)	Elisabeth Herndler	€ 108
Do	16.15-17.45	Aktiv Bewegt (FFÖ)	Markus Holzweber	€ 175
Do	16.30-17.30	Kleinkinderturnen 3-6 Jahre	Elisabeth Herndler	€ 70
Sa	09.30-10.30	Bauch Bein Po (FFÖ)	Barbara Scharler	€ 108
Sa	10.30-11.30	Zumba (FFÖ)	Barbara Scharler	€ 108
So	09.30-10.30	Bodywork (FFÖ)	Barbara Scharler	€ 108
So	10.30-11.30	Powerstep (FFÖ)	Barbara Scharler	€ 108

Roter Balken = Aufnahmestopp

Blauer Balken = Anmeldung erforderlich!

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

8 Weiters steht Ihnen das UAB-Büro für nähere Auskünfte
zur Verfügung. (Tel.: 01/332-40-17)

2. große Halloweenparty

für Kinder von 3-10 Jahren

Süßes oder Saures - erturne dir deine Süßigkeiten

Wann: Samstag, 25. Oktober 2014
15.00 - 18.00 Uhr

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

Eintritt: Kinder 6 € / Vorverkauf 5 €

Erwachsene 4 € / Vorverkauf 3 €



SPORT
UNION
WIEN BRIGITTENAU



Programm:

- Begrüßung ● Geisterbahn ●
 - Zumba ● Hexentanz ●
 - Kürbisbemalen ● Airtrackmatte ●
 - Halloweenkirtag ● Große Tombola ●
- Buffet

Bitte mit Turnschuhen kommen!

Kartenvorverkauf ab sofort beim Kinderturnen:

Montag 16.15 - 17.45 Uhr, Brigittenuaer Lände 66, 1200 Wien, Turnsaal 1 bei den Trainerinnen oder
Montag - Freitag: 9.00 - 12.00 Uhr, Mittwoch: 15.00 - 18.00 Uhr, Donnerstag: 16.00 - 19.00 Uhr
im Büro der Sportunion Brigittenuau, Ernst-Happel-Stadion/ Sektor D, Meiereistraße 7, 1020 Wien
Kartenreservierungen unter der Telefonnummer: 01/ 332 40 17 oder E-Mail: office@uab.at

BALLETTAUFFÜHRUNG 2014

Die, erstmals von Frau Claudia Pöschl geleitete und in Szene gesetzte, Ballettaufführung fand ein durchaus positives Echo bei den Zuschauern.

Das Corps de ballet zeigte anfangs Aufwärmen, sowie Stangentraining und beeindruckte in weiterer Folge mit schönen tänzerischen Variationen zur Musik von Josef Bayer, Nico Dostal und Jacques Offenbach.

Klassische aber auch nationale Themen begleiteten diesen gelungenen Abend.

Andreas Pöschl



HINTERMOOS 2014



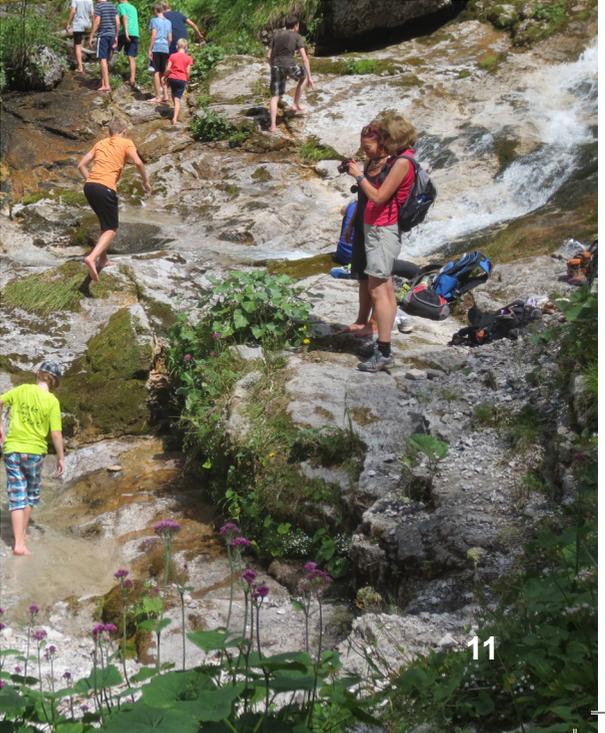
Hintermoos 2014 - 2 tolle Wochen

Schön war's, auch wenn sich das Wetter von seiner „abwechslungsreichen“ Seite gezeigt hat. Aber mindestens genauso abwechslungsreich war das gebotene Programm:

Tennisturnier der Generationen, Kindertennisturnier, Klettern, Federtuchspringen, Morgensport, Bunte Abende, Tanzabende, Bingo, Aerobic, Zumba, Tae Bo, Rückenfit, Senioren-Spiele, Tischtennisturniere, Malen, Volleyballtraining und Spiele, „kleine“ Wanderungen, Ganztageswanderung, Pool-Relax und Sonnen, Miha-Bodytec-Training, Sauna, Jonglieren & Zirkuskünste, Hockey, Trapez, uvm.

Nach den 2 Wochen waren sich alle einig:

Hintermoos war (wie immer) eine Reise wert und wir kommen gerne wieder!



MAXXIMALE POWER

MAXX*Motion*^{OMV}
Performance Fuels



MAXXIMALE
LEISTUNG,
WENIGER
VERBRAUCH!*

*Vorteile sind abhängig von der Fahrweise, Motorart, Motoralter etc. und beziehen sich auf einen Vergleichskraftstoff, der die Mindestanforderungen (ÖNORM EN 590 bzw. ÖNORM EN 228) erfüllt.

Unsere zukunftsweisende und einzigartige Kraftstoff-Technologie bringt Sie weiter: MaxxMotion Performance Kraftstoffe von OMV reinigen den Motor von innen, verhindern die Bildung neuer Ablagerungen und vermeiden Korrosion. Das bedeutet optimale Leistung bei geringerem Verbrauch und längere Lebensdauer des Motors.

www.omv.at

 OMVTankstellenOesterreich

MOVING
LIFE


OMV

FLOHMARKT

DER SPORTUNION BRIGITTENAU
1200 WIEN, DAMMSTR. 7 - 9

Samstag, 08. November 2014
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:	04. Oktober 2014	10.00 - 12.00 Uhr
Samstag:	11. Oktober 2014	10.00 - 12.00 Uhr
Samstag:	18. Oktober 2014	10.00 - 12.00 Uhr
Samstag:	25. Oktober 2014	10.00 - 12.00 Uhr
Freitag:	31. Oktober 2014	15.00 - 17.00 Uhr
Mittwoch:	05. November 2014	10.00 - 15.00 Uhr
Donnerstag:	06. November 2014	10.00 - 15.00 Uhr
Freitag:	07. November 2014	10.00 - 15.00 Uhr

Abholservice: Tel.: (01) 332 40 17

Wir danken für alle Spenden!

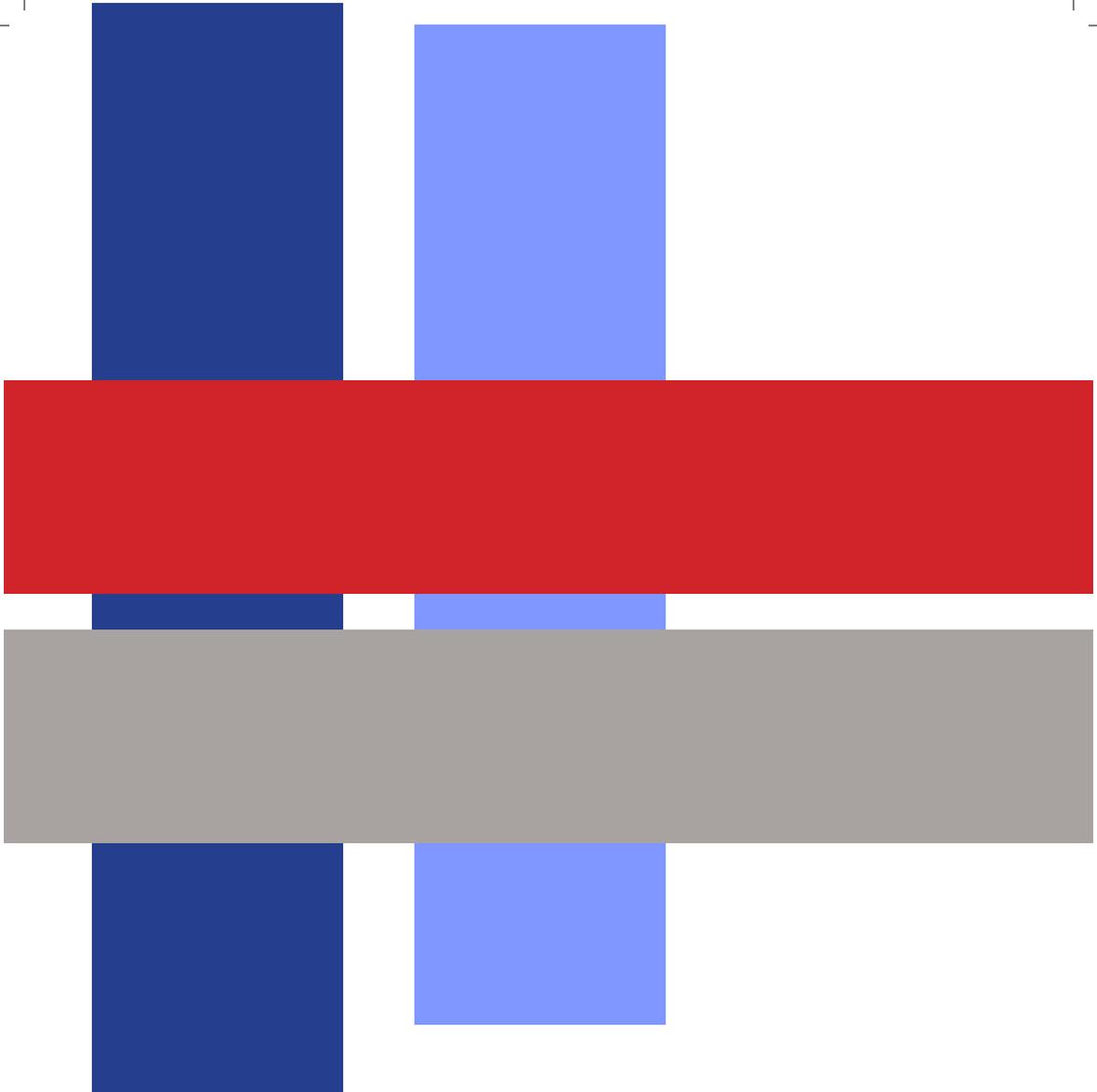
Der Reinertag wird für die karitative Betreuung von Kindern und
Jugendlichen verwendet!





Termine

ab Mo 25.08.2014	Ausgabe der Trainingsunterlagen an alle MitarbeiterInnen im UAB-Büro 1020 Wien, Ernst-Happel-Stadion, Meiereistr. 7, täglich zu den Bürozeiten!
	Betriebsbeginn WS 2014/2015
Mo 01.09.2014	Ernst-Happel-Stadion/Sektor D
Mo 08.09.2014	20., 21., 22. Bezirk
Mo 08.09.2014	Stadionsperre kein Trainingsbetrieb
Mi 10.09.2014	Antara
	Fortbildungsveranstaltungen für MitarbeiterInnen
Sa 20. + So 21.09.2014 Sa 08.11.2014	Impuls-Seminar Kinderturnen BINSPI - Bewegungsinspiration
Sa 08.11.2014	Flohmarkt



Österreichische Post AG
Info.Mail Entgelt bezahlt

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
IBAN: AT602011100005318661
BIC: GIBAATWWXXX

