

Sport News

1. Sportvereinigung Hohe Wand

Ausgabe 4/2010

ZVR 826988414

1. November 2010

Familienporttag 2010 in Maiersdorf

Sportarten ausprobieren - Vereine kennenlernen, unter diesem Motto fand am 18. September der 2. ASVÖ Familienporttag in Maiersdorf statt.

Nach der offiziellen Eröffnung durch Bürgermeister Josef Laferl und der tollen Eröffnungsshow mit einer Einlage des Jugendchors der Chorgemeinschaft Hohe Wand und der spektakulären BMX Show des BMX Profis Senad Grosic, wurde der offizielle Startschuss für die zahlreichen Mitmachstationen gegeben.

Kinder und Eltern konnten danach an den zahlreichen Mitmachstationen spielen, sporteln und ihr Wissen auf die Probe stellen.



Neben einem Kletterturm gab es Bogenschießen, eine Skibobrampe, einen Radgeschicklichkeitsparcour, Tipps und Tricks direkt vom BMX Profi Senad Grosic, eine Gokartstrecke, Stockschießen, Tennis, einen Fit Check bei dem Groß und Klein ihre Fitness testen konnten, eine Bewegungsbaustelle mit viel Spiel und Spaß, Fußball, Reiten, Volleyball, Rollerski, Modellflug, eine Station mit der örtlichen Feuerwehr, bei der die Teilnehmer beim Zielspritzen gefordert wurden und einer Rot Kreuz Station, bei der die Kinder ihr Wissen über Erste Hilfe auffrischen konnten und die örtliche Rettungshundestaffel bewundern konnten.

Etwa 150 Kinder und zahlreiche Eltern nutzten die Möglichkeit die eine oder andere Sportart auszuprobieren und sich über die einzelnen Organisationen genauer zu informieren.

Nach der aufregenden Abschluss-show, ein Hubschrauberkunstflug des Modellsportclubs Schwarzatal und eine Reitvorführung des Reitzentrums Bad Fischau, wurde unter allen teilnehmenden Kindern zahlreiche tolle Preise verlost und jedes Kind bekam das Familienporttag T-Shirt als Andenken an diesen schönen Tag.

Ein herzliches Dankeschön an alle Vereine und den vielen freiwilligen Helfern, den Sponsoren und dem Sportministerium, die diesen tollen Sporttag möglich gemacht haben.



Themen in dieser Ausgabe:

- FAMILIENSPORTTAG
- LANGLAUF
- TRIATHLON
- SKI ALPIN
- BEITRAGZAHLUNG
- RICHTIG FIT

Beilagen in dieser Ausgabe:

BETRAGSRECHNUNG
ZAHLSCHEIN

ÖSV MITGLIEDSKARTE

EINLADUNG ZUM WACHSKURS

EINLADUNG JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG

Langlaufen

Die Vorbereitung auf die Langlauf-Saison läuft bereits auf Hochtouren

Die letzte Saison war für die 1. SVG Hohe Wand eine hervorragende. Unser Verein konnte sich als bester Verein in ganz Niederösterreich behaupten. Nun arbeiten die Langläufer der 1. SVG Hohe Wand zielstrebig für die neuen Aufgaben des Winters. Die Verteidigung des Titels in der NÖ- Vereinswertung bzw. die erfolgreiche Teilnahme am österreichischen Vereinscup (Rennserie für die besten Schüler- /Jugendläufer) sind die Hauptziele.



Matti, Lars, Felix und Nikol bereiten sich intensiv auf die kommende Saison vor.

„Am 30. Jänner 2011 veranstaltet die 1. SVg Hohe Wand, auf der neuen Loipe beim Gasthaus Postl, ein zum NÖ Langlaufcup zählendes Langlaufrennen“

Jan Waldner arbeitet auf den Europacup hin

Unser Topläufer Jan Waldner (ÖSV-Juniorenkader) hat heuer im Dezember die Chance sich für den Europacup zu qualifizieren. Dafür will er sich die nächsten Wochen bei Trainingskursen im Skilanglaufunnel von Oberhof/Thüringen bzw. anschließend im finnischen Levi den letzten Schliff holen. Bis Dato lief die Vorbereitung voll nach Plan.

Die Nachwuchsläufer beginnen das Schneetraining am ersten Novemberwochenende am Dachsteingletscher. Aktuell besteht das Training schwerpunktmäßig aus Skiroller – und Imitationstraining.

Neue Loipe auf der Hohen Wand errichtet

Die Laufeinheiten wurden teils auch schon auf der neu errichteten Loipe auf der Hohen Wand durchgeführt. Anschließend wird das Schneetraining mit Kursen in Ramsau und St. Jakob intensiviert.

Die Österreichischen Schüler/Jugendmeisterschaften sind das große Ziel der Nachwuchsmannschaft. Allen voran werden Matti Waldner und Felix Deiser versuchen, einen Spitzenplatz in den Schülerklassen zu erreichen. Nikol Esletzbichler wird bei den Mädchen den Sprung auf die nationale Ebene wagen.

Für die Kinder ist neben dem spielerischen Erlernen der Techniken die Teilnahme am NÖ-Kidy-Cup das Ziel.



Das Kinderkader beim Erlernen der Grundtechniken

Triathlon

Martin Demuth beim ÖTRV Nachwuchs Kaderkurs in Linz

Das verlängerte Wochenende um Allerheiligen wurde vom ÖTRV genutzt, um die bestehenden bzw. neuen ÖTRV Nachwuchs Kaderathleten im Zuge eines umfassenden Trainingskurses im Olympiazentrum Linz zu sichten.

Von Sonntag, 30.10.2010 bis Mittwoch 03.11.2010 folgten insgesamt 18 ÖTRV Kaderathleten der Einladung des ÖTRV, um vor allem im Schwimmen und Laufen qualitative Trainingseinheiten zu absolvieren. Schwimmereinheiten von vier bis sechs Kilometern standen dabei je nach Leistungspotenzial auf der Tagesordnung. Neben den Laufeinheiten im Grundlagen- und Entwicklungsbereich wurde ebenso theoretische Inhalte in den Kursblock integriert. Mag. Friederike Rasche von der Uni Wien hielt eine Workshop zum Thema "Sportpsychologie"

und arbeitet dabei intensiv in praktischen Übungen mit den Athleten.

Verbandsarzt Dr. Alfred Fridrik referierte zum Thema "Anti Doping" und zeigte anhand eines praktischen Beispiels den Ablauf einer Dopingkontrolle.

Abgerundet wurde das Programm mit einem Kletternachmittag im Kletterzentrum Auhof, wo die Jungsportler teilweise ebenso großes Talente wie im Wasser und auf der Laufbahn bewiesen.

„Verbandsarzt Dr. Alfred Fridrik referierte zum Thema „Anti Doping“ und zeigte anhand eines praktischen Beispiels den Ablauf einer Doping Kontrolle“



Die Kursteilnehmer beim Schwimmtraining und in der Kletterhalle

Vorbereitung auf die nächste Saison

Die Triathlonsaison ist gerade erst zu Ende gegangen und unser Team bereitet sich jetzt schon auf die kommende Saison vor. Heuer läuft das Training professioneller ab als bisher. Jeder Athlet bekommt einen individuellen Trainingsplan, da aus zeitlichen Gründen fast keine gemeinsamen Trainingseinheiten möglich sind. Wir hoffen, dass sich dieses Trainingssystem bewähren wird und wir im nächsten Jahr wieder tolle Erfolge einfahren können.

Das Lauf- und Schwimmtraining läuft auf Hochtouren, da diese zwei Disziplinen we-

sentlichen Einfluss auf das Ergebnis haben, wurden sie heuer forciert. Im Winter wird sich das Triathlonsteam mehr dem Langlauf- und Schwimmtraining widmen, da dies eine gute Grundlage für die nächste Saison ist.

Es ist ein Schwimmtrainingslager mit dem Schwimmverein HSV Wr. Neustadt/ Schwimmen in Zypern geplant, wo ein Teil unsere Triathleten mitfahren wird. Weiters ist ein 2-3 wöchiges Trainingslager auf Gran Canaria geplant. Wir blicken positiv in die Zukunft und hoffen das wir nächstes Jahr an die Erfolge von heuer anknüpfen können.

„Alle Termine gibt es auf unsere Homepage unter Veranstaltung“

Ski alpin

Erstes Training am Kitzsteinhorn

11 Läufer des 1. SVg Hohe Wand nahmen das Angebot des Gebietstrainer Georg Spies an und nutzten bei guten äußeren Bedingungen und tollen Schneeverhältnissen die ersten Trainingsmöglichkeiten auf Schnee.



Die Teilnehmer der 1. SVg Hohe Wand auf dem Kitzsteinhorn

Von Freitag, 29. September Abends bis Montag 1. November war der Kurs am Kitzsteinhorn ausgeschrieben. Die jüngsten Starter Stella und Adrian Tschach, Marcel Cerny, sowie die Schüler- und Jugendläufer Philipp Schuster, Julian Staudinger, Moniek und Sabrina Klein, Markus Meissner, Ines und Kathrin Gruber, Dani Fallenbüchl waren mit Eifer dabei und nutzten die perfekten Schneebedingungen und auch das größtenteils sonnige Wetter um sich auf die kommende Saison vorzubereiten.

Nach dem Schneetraining gab's noch beim Hotel Klawunn in Kaprun ein Trockentraining und anschließend ein gemütliches Abendprogramm. Nicht nur der Gebietstrainer, sondern auch Sportwart Fred Meissner war mit dem Einsatz der alpinen Renntruppe sehr zufrieden.

Kindertraining in der Turnhalle Stollhof

In der Turnhalle VS Stollhof findet jeden Freitag von 17:00–18:00 Uhr ein Vorbereitungstraining auf dem Skiwinter für Kinder statt. Geleitet von Mag. Jitka Demuth werden unsere jüngsten Skiläufer auf Beweglichkeit und Koordination geschult.

betreuung der Kinderläufer hat sich Skitrainer Gernot Welbich bereit erklärt, dass Vereinstraining zu übernehmen.

Mit Gernot Welbich konnte einer der besten niederösterreichischen Skitrainer für das Kinderteam gewonnen werden.

Für das Schneetraining und für die Renn-

Wachselkurs im Klubhaus Maiersdorf



Am 19. November 2010 findet um 19:00 Uhr im Klubhaus Maiersdorf ein Wachselkurs statt. Alle Vereinsmitglieder, die an einer optimalen Skipräparierung interessiert sind, sind zu dem Kurs herzlich eingeladen.

Es kommt entweder Herr Digruber oder

Herr Kein von der Fa. Holmenkol, die über Belag, Kante, Struktur und Wachsen referieren werden.



**„Skiwachskurs
der Firma
Holmenkol am
19.11.2010 um
19:00 Uhr im
Klubhaus
Maiersdorf“**

Mitgliedsbeiträge 2011

**„Es gibt nur mehr
einen Zahlschein
für den
Vereinsbeitrag,
ÖSV Beitrag und
der Tennis
Saisonkarte.“**

**„Bitte
Beitragsrechnung
beachten!“**

Dem heutigen Rundschreiben liegt der Zahlschein zur Begleichung des Mitgliedsbeitrages 2011 bei. Ich bitte alle Vereinsmitglieder den Vereinsbeitrag und den ÖSV Beitrag für das Jahr 2011 mit dem beiliegendem Zahlschein bis zum 31. Dezember 2010 einzuzahlen. Den Beitrag für die Tennissaisonkarten bitte bis zur Eröffnung der Tennissaison am 1. Mai 2011 einzuzahlen.

Zwei Staatsmeistertiteln, ein Vizestaatsmeister und drei dritte Plätze bei Staatsmeisterschaften im Triathlon sowie sieben Landesmeistertiteln im Langlauf und Ski alpin sprechen für die gute Arbeit unserer Trainerinnen und Trainer. Belohnt wird diese Arbeit durch die Aufnahme von Jan Waldner in das ÖSV Langlauf C Kader, durch Martin Demuth

mit der Aufnahme in das Österreichische Triathlon Jugendkader, mit Martin Meissner durch der Aufnahme in das NÖ Jugendkader Ski alpin und durch Patrick Pankl mit der Aufnahme in das NÖ Schülerkader Ski alpin.

Mit ihrem Mitgliedsbeitrag wird es möglich, das Training und die Renneinsätze unserer Skimannschaft, die Tennismannschaften und das Triathlon-Team zu unterstützen und unsere Arbeit für die Jugend fortzusetzen.

Für eine baldige Einzahlung der Mitgliedsbeiträge möchte ich mich schon jetzt recht herzlich bedanken.

Heinrich Demuth
Vereinskassier

Richtig Fit für Mann und Frau



Vitaltrainerin
Christine Radlwimmer



Fleißig wird an der Beweglichkeit und Koordination von Frau und Mann geübt.

**„Jeden
Montag um
19:00 Uhr in
der Turnhalle
VS Stollhof “**

Auch in dieser Saison wird das Bewegungstraining mit Vitaltrainerin Christine Radlwimmer in der Turnhalle VS Stollhof durchgeführt. An die 20 Erwachsene nehmen regelmäßig an den Übungsstunden teil und sind mit Begeisterung bei den Übungen dabei.

Falls jemand Interesse an dem Bewegungstraining hat, ab Mitte November beginnt ein neuer Turnus.

Kursbeitrag für 12 Einheiten € 33,00

Impressum 1. Sportvereinigung Hohe Wand, 2724 Maiersdorf, Am Sportplatz 264, ZVR 826988414, Tel: 02638-88263,
E-Mail: office@sportverein-hohewand.at, Homepage: www.sportverein-hohewand.at, ,
Medienzweck: Mitteilungen an die Vereinsmitglieder im Sinne der gültigen Vereinsstatuten
Redaktion: Heinrich Demuth, Herstellungsort: 2724, Maiersdorf, Erscheinungsort: 2724 Maiersdorf

Einladung
zur ordentlichen

Jahreshauptversammlung 2010

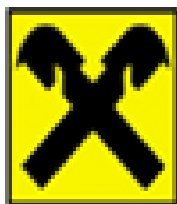
Sonntag, 21. November 2010, um 17.00 Uhr
Klubhaus Maiersdorf

Tagesordnung

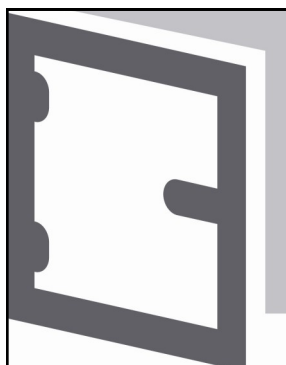
1. Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
2. Bericht des Obmannes
3. Bericht der Skisektion
4. Bericht der Tennissektion
5. Bericht der Triathlonsektion
6. Bericht des Kassiers
7. Bericht des Kassenprüfers
8. Allfälliges

Wir bitten alle Vereinsmitglieder an der Jahreshauptversammlung im Klubhaus Maiersdorf teilzunehmen.

**Raiffeisen
Meine Bank**



Leiner



**WOHN
VISION®**