



**Finde Deinen
Sport!
Das neue
Sportprogramm
ist da!**



Medieninhaber

Allgemeiner Turnverein Graz zu 100%

Redaktion

ATG-Team mit Georg Petrovic

Anschrift

Kastellfeldgasse 8, 8010 Graz
ZVR-Zahl:
830950215

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 6 bis 22 Uhr
Samstag 8 bis 18 Uhr
Sonntag 8 bis 12 Uhr

Bürozeiten

Martina Schreiber

Sabine Köhldorfer

Montag bis Freitag 8 bis 19 Uhr
Tel.: 0316/824345-1
Fax: 0316/824345-15
office@atgraz.at

Vorstandsvorsitzender

Di. Dr. Bernhard Peyer

Tel.: 0316/824345

office@atgraz.at

Termin nach Vereinbarung

Geschäftsführung

Mag. Bernd Pazolt

Tel.: 0316/824345-5

pazolt@atgraz.at

Günter Skursky

Tel.: 0316/824345-3

skursky@atgraz.at

Bankverbindung

Steiermärkische Bank und Sparkassen AG

IBAN: AT312081500000083386

BIC: STSPAT2GXXX

Hinweis: Die Vereinszeitung des

Allgemeinen Turnverein Graz

erscheint in unregelmäßigen Abständen

mindestens viermal jährlich und informiert

Vereinsmitglieder über das Geschehen in und

rund um den Verein.

Haftungsausschluss

Die Redaktion behält sich vor, eingesandte

Texte aus satztechnischen Gründen gegebenenfalls

zu kürzen. Mit

Autornamen gekennzeichnete Beiträge

müssen nicht der Meinung der Redaktion

entsprechen.

Alle Rechte vorbehalten.

Bildmaterial

Alle Fotos, die nicht gesondert gekennzeichnet

sind, wurden von den Herstellern zur

freien Verfügung gestellt.

Urheberrechtshinweise: Texte, Bilder, Grafiken

sowie Layout dieser Seiten unterliegen

weltweitem Urheberrecht. Unerlaubte

Verwendung, Reproduktion oder Weitergabe

einzelner Inhalte oder kompletter Seiten

werden sowohl straf- als auch zivilrechtlich

verfolgt.

Vorbehaltlich möglicher Satz- und Druck-

fehler

Drop Out im Nachwuchssport aus der Sicht der Sportmedizin



Univ. Prof. Dr.
Peter H. Schober

Drop-Out im Kinder- und Jugendsport beschreibt den vorzeitigen, vor dem Erreichen der sportlichen Leistungsgrenze erfolgten Abbruch der sportlichen Karriere. Alle, die sich mit dem Nachwuchsleistungssport beschäftigen, können bestätigen, dass das größte Problem der Übergang vom Nachwuchszum Hochleistungssport ist. Aber gerade in diesem Bereich finden wir eine unzureichende institutionelle Unterstützung von Bund und Land. Dazu kommt noch das Problem der gleichzeitigen Bewältigung von sportlicher und schulischer/beruflicher Karriere. Trotz besseren Wissens und gegenläufiger Bemühungen erfolgt meist noch immer zu einer viel zu frühen Spezialisierung, die aber für eine altersgemäße, optimale Entwicklung der motorischen Fertigkeiten kontraproduktiv ist. Meist fehlt auch ein dem Trainingsalter und dem Trainingszustand angepasste langfristige Trainingsplanung. Eine adäquate Anpassung des Trainings im Nachwuchssport an das biologische Alter, mit Berücksichtigung der individuellen altersbezogenen Entwicklung findet in Österreich gar nicht statt. Der Leistungszuwachs und der sportliche Erfolg ist durch das nicht Differenzieren der Entwicklungsschritte eher dem Zufall, als einer Systematik zuzuschreiben und so kommt es häufig zu Überlastungen mit Abbruch der sportlichen Karriere. Die Möglichkeit körperliche Überlastungen im Nachwuchsleistungssport rechtzeitig zu erfassen hat die LSO mit der Abschaffung der verpflichteten, standardisierten sportmedizinischen Untersuchungen, die Gesundheitszustand, Risikofaktoren und eine altersgemäße Entwicklung, dokumentieren, abgeschafft.

Daher sind aus sportmedizinischer Sicht folgenden Faktoren als Ursache für Drop-Out im Nachwuchssport verantwortlich:

- Mangelnde Berücksichtigung der individuellen Fitness (aerobe Leistungsfähigkeit = Sauerstoffaufnahme = Regenerationsfähigkeit)
- Fehlen von Trainingsplänen mit einer systematischen Trainingssteigerung (Umfang, Intensität etc.) die an die individuelle Leistungsfähigkeit angepasst sind
- Mangelnde Kenntnis der Beanspruchung von Belastungsformen bzw. Trainingsmethoden auf den wachsenden Organismus
- Fehlen von verpflichtenden und standardisierten Sport-Leistungsmedizinischen Untersuchungen

Das nicht berücksichtigen dieser Faktoren bedingt Leistungsstagnation bzw. inadäquaten Leistungsentwicklung mit fehlenden Erfolgen, Übertraining, Überlastungssyndromen, Verletzungen und kann schließlich zum Drop Out führen. Dies ist aber bei Gott kein schicksalhafter Verlauf, da Probleme am Bewegungsapparat ausschließlich auf mangelnde Regeneration mit Überlastungen und / oder Muskelimbilanzen zurückzuführen sind. Dabei wird ignoriert, dass Gewebe wie Sehnen, Bänder, Fascien, Meniskus, Knochen etc. eine wesentlich längere Regenerationszeit haben als die Muskulatur und es in diesen Geweben durch länger dauernde inadäquate Belastung ohne ausreichende Regenerationszeiten zu Veränderungen in der Struktur mit Schmerzen, Ermüdung, Schwellung und Entzündung kommt. Werden diese Alarmsignale nicht in einer adäquaten Trainingsanpassung berücksichtigt, kann es zu Rissen von Sehnen, Bändern, Fascien, Meniskus aber auch zu Ermüdungsbrüchen kommen. Die Konsequenz ist dann eine lange Unterbrechung ohne adäquate Weiterentwicklung der sportlichen Karriere.

Würde man, wie es in andern sportlich auch international erfolgreichen europäischen Ländern Standard ist, systematische an Alter und Fitness angepasste Trainings und Wettkampfpläne verwenden und die Beanspruchung der Athleten und Athletinnen sportmedizinisch begleiten, könnte man viele dieser Drop-Out Fälle vermeiden.

Univ. Prof. Dr. Peter H. Schober ist als Facharzt für Kinder- und Jugendheilkunde an der Medizinischen Universität Graz tätig, Vizepräsident der Österreichischen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention, Vorsitzender der Ethikkommission der NADA Austria und Member Executive Committee European Federation of Sports Medicine Association. Er hat Spezialausbildungen in Kardiologie, Intensivmedizin und Neonatologie. Von 1997 an leitete er die sportmedizinischen Untersuchungsstellen des Landes Steiermark und stand so bzw. steht in engem Kontakt auch mit vielen unserer Leistungssportler!

Erlebnisbericht Universiade

Wir schreiben den 15.08.2017, es ist ein Dienstag. Der Wecker klingelt um 05:30 Uhr, ungewöhnlich früh für uns. Wir stehen schon früher als gewöhnlich auf, da wir dem Jetlag entgegenwirken möchten. Uns trennt nur noch ein 12 Stundenflug von Taipei.

In Taipei angekommen wird es gleich ernst. Vom Flughafen geht es direkt ins Dorf, wo alle Athleten untergebracht sind und von dort ohne Pause weiter zum ersten Training. Wir haben keine Zeit zu verlieren, der Zeitplan ist eng. Es bleibt uns nicht viel Zeit um uns an die neuen Umstände zu gewöhnen und diese unterscheiden sich deutlich von denen zuhause. Auf einmal sind wir sechs Stunden voraus, das Klima ist höchst subtropisch, das heißt jeden Tag weit über 30 Grad und eine extrem hohe Luftfeuchtigkeit und die Halle ist mit asiatischen Geräten ausgestattet mit denen noch niemand von uns Erfahrung hat. Am zweiten Tag findet bereits früh am morgen das Podiumstraining statt, die Strapazen der Reise sind noch deutlich zu spüren doch geben wir unser bestes und absolvieren die Generalprobe vor dem Wettkampf mit ein paar Schwierigkeiten.

Es ist Sonntag der 19.08.2017.
12:00 Uhr Ortszeit. Es wird ernst für

uns. Wir starten am Pauschenpferd, dem Zittergerät eines jeden Turners, in den Wettkampf und liefern 4! Sturzfreie Übungen ab. Weiter geht es an die Ringe, meinem Paradergerät, die Nerven liegen blank, mein Auftritt muss mir einfach perfekt gelingen. Xandi zeigt seine Übung sicher und ohne Fehler. Auch unsere Vorarlberger Teamkollege Matthias turnt durch. Nun kommt mein Auftritt und er gelingt, ich kann meine Übung sicher und sauber präsentieren, am Schluss werde ich mit 14.500 Punkten belohnt. Die beiden nächsten Geräte Sprung und Barren verlaufen ruhig und souverän nur dann kommt das Reck. Wir gehen auf volles Risiko und zeigen alle drei Übungen mit Höchstschwierigkeiten. Das gesamte Team zeigt sowohl einen Kovacsalto (Salto über die Stange zum wiederfangen) als auch einen Kolman (Salto mit Längsachsendrehung über die Stange zum wiederfangen). Ich mache den Anfang schaffe es jedoch leider nicht mehr die Stange nach dem Kolman zu fassen und muss das Gerät frühzeitig verlassen. Matthias beweist wieder einmal Nervenstärke, hängt alle Flugteile und bringt auch den Abgang sicher in den Stand. Nun ist Xandi an der Reihe, fängt stark an, kann sowohl Kovacs als

auch Kolman sicher an die Stange bringen, muss jedoch leider nach einem Tkatchev das Gerät verlassen. Das Risiko wurde somit leider nicht belohnt. Etwas niedergeschlagen von Reck sammeln wir noch einmal die verbliebene Kräfte und beendeten den Wettkampf ohne weitere Probleme am Boden. Schlußendlich wurde es der 15. Rang mit dem Team, Xandi erreichte den 33. Rang am Boden und ich konnte mich über den 13. Rang an den Ringen freuen.

Nach dem Wettkampf fanden wir noch kurz Zeit uns ein wenig mit der Asiatischen Kultur vertraut zu machen. Die Zeit war jedoch beschränkt, da wir unser Training nahtlos fortführen mussten, weil noch weitere Wettkämpfe in dieser Saison anstehen. Anfang September findet die zweite Qualifikation für die Weltmeisterschaft statt. Dort werden sich Severin Kranzlmüller, Matthias Schwab und Xandi noch ein heißes Rennen um das Ticket des besten Mehrkämpfers liefern. Ich konnte mich bereits für die WM qualifizieren und werde am 30.08.2017 nach Bulgarien auf einen Weltcup fahren.

Vinzenz Höck

Österreichische Mehrkampfmeisterschaften U14

am 15. Juni in Wien

14 Vereine kämpften um die begehrten Titel. Wir waren mit folgender Mannschaft dabei:

Valentin Stampfl, Jan-Louis Alp, Philipp Pichler (4. Platz), mit Leonhard Toman, Moritz Kernbichler, Niko Fink (10. Platz) und schließlich mit Milan Feyferlik, Markus Schönbacher und Stefan Lepold (14. Rang). Paul Müller hatte leider einen Nuller beim

Hochsprung. Die Einzelwertungen werden automatisch zur Teamwertung hochgerechnet. 1 Team besteht aus 3 Teilnehmern aus einem Verein. Der ATG stellte 3 Mannschaften! Hervorzuheben sind auch die 1.60m Hochsprung von Valentin!

Gerhard Ledl



OM Mehrkampf U14 Wien

Steirische Leichtathletikmeisterschaften U16

am 17./18. Juni in Kapfenberg

6 x Gold, 4 x Silber, 7 x Bronze für unsere jungen Athleten lassen aufhorchen! Mit dabei: Daniel Stangl, Mattheo Ablasser, Felix Pircher,

Thomas Tscherning, Mika Weinmayer, Christoph Sommersguter, Benjamin Wloach, Emil Fleischmann und leider nur zwei Mädchen: Carina Knöbel und Valentina Kukuvec. Im Hochsprung starteten „nur“ 6 ATG-

Athleten: Sieger wurde Daniel mit 1,69m, 2. Benjamin 1,66m (p.B.). Mattheo sprang 1,66m, 4. Mika 1,45m, 5. wird Felix mit 1,40m, Christoph schaffte 1,40m.

Gerhard Ledl

Steirische Mehrkampfmeisterschaften der Klassen U12/U14 am 1. Juli in Deutschlandsberg

Der ATG stellte mit 24 Teilnehmern in jeder Altersklasse Mannschaften.

WU12: Lea Ratzberger, Katy Graunfels, Lorina Nemet, Iva Feyferlik, Varja Kunitskaya und Kenza Sipa. Hier starteten 39 Mädchen.

MU12: Aus Mario Fuchsbichler, Leonhard Oberritzer, Matthias Friedl bestand die Mannschaft und sie erkämpften den tollen 2. Platz mit 6873 Punkten.

14 Teilnehmer starteten in der

WU14: Hier gab es wieder ein star-

kes Starterfeld mit 25 Mädchen aus den Vereinen SU Kärker Leibnitz, LTU Graz, KSV Alutechnik, LAC Fitpoint Deutschlandsberg, MLG Sparkasse und ATG. Unsere Mädchen wurden mit der Bronzemedaille belohnt.

MU14: Mehr geht nicht! Die ganze Win-Truppe war dabei. Mit San Fuerst-Pluta (Neu), Philipp und Valentin gewannen sie haushoch mit 8246 Punkten den Wettkampf.

2. Platz SMS Graz 6398 Pkt.
3. Platz ATG 2 6389 Pkt.
4. Platz ATG 4783 Pkt.



U14 Mehrkampf - Platz 1 und 3

Noch dazu die Einzelwertung von Platz 1-3 sind hervorzuheben: Valentin 60mHÜ 9,32 sek., Hoch 1,60m, San 60m 7,88 sek, Philipp Vortex 45,05 m

Danke allen Eltern und Betreuern!

Gerhard Ledl

Österreichische U18/U23 Meisterschaften in Kapfenberg

Einen regendurchströmten Tag gab es am ersten Wettkampf in Kapfenberg. Mehrere Stabhochsprungbewerbe mussten auf den zweiten Tag verschoben werden.

Alexandra Toth holte sich das Sprint-double: Nach 200m in 24,30s siegte Alexandra am Tag darauf auch über 100m in 11,97s. Auch Djeneba Touré holte sich nach dem souveränen Sieg im Diskuswurf mit 47,58m am Tag darauf den Titel im Kugelstoßen mit 13,78m. Florian Pachleitner sprang im Stabhochsprung auf 4,30m und zu Bronze.

Idia Ohenhen sprang mit 1,66m zu Silber im Hochsprung. Dominik

Dobida lief in starken 11,02s zu Silber über 100m.

Sebastian Kerstein holte sich Bronze über 110m Hürden mit 14,93s. Die 4x100m Staffel mit Dominik Dobida, Sebastian Kerstein, Florian Marterer und Georg Kobinger lief in 43,47s zu Bronze.

Weitere Top 6 Plätze

4. Platz - MU18 - Sebastian Kerstein - 400m Hürden - 59,61s
5. Platz - MU23 - Georg Kobinger - 200m - 23,06s
5. Platz - MU23 - Matthias Fischer - Hochsprung - 1,80m
6. Platz - MU18 - Sebastian Kerstein - 100m - 11,68s
6. Platz - MU23 - Georg Kobinger - Diskuswurf - 35,78m
6. Platz - MU23 - Philipp Benda - Stabhochsprung - 4,20m



ÖMM U23 4x100m Kapfenberg

ICG 2017-we did it!



Team Kaunas

5. Juli 2017: Wir betraten das Dariaus und Gireno Stadion in Kaunas, Litauen. Das ganze Stadion war voll mit Athleten aus der ganzen Welt. An jeder Ecke sprachen Trainer und Athleten in anderen Sprachen miteinander. Deutsch, chinesisches, spanisch, griechisch, englisch - erstmal etwas befremdlich, aber sehr beeindruckend. Die Wettkämpfe würden erst am nächsten Tag starten, aber jeder wollte sich noch an das Stadion und die Kulisse gewöhnen, bevor es ernst wurde.

Das war der erste Eindruck einer weltweiten Sportveranstaltung - den „International Children`s Games (ICG)

2017“ in Kaunas. Athleten aus aller Welt haben sich in acht unterschiedlichen Sportarten gemessen, größtenteils zum ersten Mal mit internationaler Konkurrenz, darunter auch in der Leichtathletik. Ich glaube ich kann für das gesamte Leichtathletik-Team, bestehend aus Daniel Stangl (ATG), Melissa Parrella (LTU Graz), Sonia Osemwegie (ATSE Graz) und mir (ATG), sprechen, wenn ich sage, dass es eine große Ehre war, Graz vertreten zu dürfen und dass diese Chance definitiv ein prägendes und unvergessliches Erlebnis war. Am ersten Wettkampftag konnten wir uns alle in unseren Disziplinen für unsere jeweiligen Finali qualifizieren und waren sehr glücklich mit diesen Leistungen. In den Finali konnte jedoch keiner seine Leistung ganz abrufen und so reichte es leider nur mehr zu zwei vierten Plätzen, einem fünften, einem neunten und einem dreizehnten Platz. Was aber bei einer weltweiten Konkurrenz noch immer Leistungen sind, mit denen man

erhobenen Hauptes einen Strich unter die ICG`s setzen kann.

Für mich persönlich war der Wettkampf jedoch nicht das, was die internationalen Schülerspiele unvergesslich gemacht hat. Das, was dieses Erlebnis so unglaublich gemacht hat, waren die Menschen. Zum Einen mit seinen eigenen Freunden auf eine Reise zu gehen, wobei niemand gewusst hatte, was eigentlich genau auf einen zukam. Zum Anderen die vielen neuen Bekanntschaften, die man machen durfte. Großartige Menschen, mit denen man einige wenige tolle Tage verbracht hat!

Matheo Ablasser

Leichtathletik-Staatsmeisterschaften in Linz

Alexandra Toth qualifizierte sich als Vorlaufsiegerin in Lauf 2 mit 11,97s für das 100m Finale, ebenso wie Dominik Dobida bei den Männern in 11,01s. Im Finale lief Alexandra Toth mit neuem steirischen Rekord von 11,67s zu Rang 2 und zeigte sich damit in sehr guter Form für die U23-EM in Bydgoszcz.

2 x Silber gab es auch für Djeneba Touré im Diskuswurf mit 47,40m und Kugelstoßen mit guten 14,08m. Auch für Djeneba ging es damit zur U23-EM. Eine persönliche Bestleistung gab es für Florian Pachleitner, der mit 4,55m im dichten Feld Rang 8

belegte. Idia Ohenhen holte sich mit der Einstellung ihrer persönlichen Bestmarke von 1,74m Bronze im Hochsprung.

Top-6 Plätze

- 5. Platz - Dominik Dobida - 100m - 11,08s
- 6. Platz - Dominik Dobida - 400m - 50,96s
- 4. Platz - Heimo Kaspar - Kugelstoßen - 14,37m
- 4. Platz - Alexandra Toth - 200m - 24,25s
- 6. Platz - Severin Chum - 110m Hürden - 16,38s

ATG-Ass in Topform

Chum krallte sich die Krone

Das ging runter wie Öl! ATG-Ass Severin Chum sicherte sich bei den Mehrkampf-Staatsmeisterschaften in Innsbruck vor Manuel Kronsteiner und Lukas Reiter den Titel im Zehnkampf! „Nach meiner Stabhochsprungleistung, die sehr gut war, war ich richtig motiviert den Titel zu holen!“, strahlte der Grazer, der in Abwesenheit von Dominik Distelberger (Achillessehnenreizung) und Vorjahressieger Felix Schmid-Schutti bei seinem zweiten Titeltriumf nach 2013 nicht zu biegen war. Ebenso wie Sarah Lager (Kt) bei den Damen. Jubeln durfte auch Peter Kobinger. Der ATG-Athlet holte U23-Bronze.

Weiters: U20, Silber: KSV (Maureen Wundsam; Lara Mäggele; Anja Treitler). – Bronze: Jakob Mandlbauer (ATG), LTU Graz (Kilian Steidl; Jakob Schmidt; Philipp Hafner).

Neues vom Sportangebot des ATG

Wie jedes Jahr gibt es, um den Bedürfnissen unserer Mitglieder gerecht zu werden, einige Änderungen und Anpassungen im Sportprogramm.

Es wurde ein neuer Bewegungsraum „Studio 3“ geschaffen, welcher optimal für Kleingruppen geeignet ist. „Baby in Movement“ und „Zwergerturnen“ richtet sich an die Zielgruppe der 6 Monate bis 3 Jahre alten Kleinkinder.

Gesundheitsfußball (oder Fußball – gesund erleben!) ist eine von der FH Joanneum entwickelte Sporteinheit um Fußball als Präventivtraining zu präsentieren. Aufwärmen und Stabilisationstraining sind beispielsweise die Inhalte. Zeit zum Spielen bleibt natürlich auch!

„Baby in Movement“

(6-18 Monate)

In diesem Kurs werden die Kleinsten in Angeboten in der Gruppe, sowie im freien Spiel mit einfachen und spielerischen Bewegungsübungen und Aktivitäten animiert ihren Bewegungsapparat zu fördern und zu kräftigen. Der Turnsaal wird zu einem breiten Erfahrungs- und Spielraum mit verschiedensten Materialien und Alltagsgegenständen umfunktioniert, den es gemeinsam mit Mama oder Papa zu erobern gilt. Dieses Zusammenkommen fördert nicht nur die gesamte körperliche Entwicklung, auch erste soziale Kontakte werden hierbei geknüpft.

Mittwoch, 10-11 Uhr Gössersaal

Zwergerturnen mit den Eltern

(1,5-3 Jahre)

Gemeinsam mit Mama oder Papa probieren die Kleinsten unterschiedliche Bewegungsformen und Geräte aus und tanzen zu Musik. Im Vordergrund steht der Aufbau einer thematischen Turnstunde (wie z.B. im Zoo, Weihnachten, im Zwergenland) mit diversen Übungsreihen, die es zu erobern gilt. Durch diese spielerische Art und Weise werden die Handlungsfähigkeit, das Selbstvertrauen und die Selbstständigkeit gestärkt. Eine lustige und bewegungsreiche Stunde für Minis mit Mama oder Papa.

Mittwoch, 09-10 Uhr TUS unten

Kursleitung: Melanie Harb
(Kindergarten- und Motopädagogin, Referentin für Baby-massagekurse)

Neu ist auch ein geschlossenes Schwimmen nach dem Fun Konzept für alle Altersgruppen von 5-16 Jahren.

Es gibt bei einigen Kursen und Sportangeboten andere Wochentage, Kurszeiten oder Veränderungen der Bewegungsräume.

Beachten Sie bitte die Inhalte des Sportangebots und die Inhalte auf unserer Webseite, die immer aktueller sein werden, als ein gedrucktes Programm.

Bitte melden Sie sich rechtzeitig zu den gewünschten Kursen an, da es bei diversen Angeboten limitierte Plätze gibt.

Wir wünschen einen guten Start in das Sportsemester,
Bernd Pazolt, GF sportliche Leitung

Anmeldung im ATG-Büro erforderlich!

Tel.: 0316 824345, office@atgraz.at

Für ATG Mitglieder ist der Kurs im Mitgliedsbeitrag inkludiert!

Fußball – mit gesundheitsförderndem Training!



...mit Philip Klöckl, Sportwissenschaftler und Coach für Gesundheitsfußball

jeden Donnerstag 20.00-21.15 Uhr
ab 14.09.2017
im ATG, Kastelfeldgasse 8

Info und Anmeldung:
ATG: 0316-824345
office@atgraz.at
www.atgraz.at



FH | JOANNEUM
University of Applied Sciences



FH JOANNEUM
SPORT SCIENCE
LABORATORY

GESUNDHEITS
FÖRDERUNGS
FONDS
STEIERMÄRK



SPORTSTUNDEN IM MITGLIEDSBEITRAG INKLUDIERT.

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Kindersportstunden beginnen am 18.09.2017 und enden am 30.06.2018.

Sportstunden für Erwachsene beginnen am 11.09.2017 und enden am 07.07.2018.

* markierte Sportstunden finden an Schultagen statt.

KINDER UND JUGEND	KURS NR.	TAG	ZEIT	HALLE	LEITER/-IN
Baby in Movement* 6-18 Monate	BMMI10	Mi.	10:00 - 10:55 Uhr	Gössersaal	Harb
Zwergerturnen* 1,5-3 Jahre	ZWMI09	Mi.	09:00 - 09:55 Uhr	TUS unten	Harb
Eltern-Kind-Turnen* 3-4 Jahre	EKDI15 EKDO16	Di. Do.	15:00 - 16:00 Uhr 16:00 - 17:00 Uhr	TUS unten TUS unten	Schober Lührmann
Kinderturnen* Erlebnis 4-6 Jahre	KITDI15 KITDO15	Di. Do.	15:00 - 16:00 Uhr 15:00 - 16:00 Uhr	TUS oben TUS oben	Schögler Noll
Kinderturnen* Erlebnis 6-8 Jahre	KITDI16 KITDO16	Di. Do.	16:00 - 17:00 Uhr 16:00 - 17:00 Uhr	TUS oben TUS oben	Schögler Noll
Leichtathletik und Turnen U10* 6-9 Jahre	LADI17FR	Di. Fr.	17:00 - 18:00 Uhr 16:00 - 17:00 Uhr	LA Halle/Platz TUS oben	Ledl Gigerl
DAMEN	KURS NR.	TAG	ZEIT	HALLE	LEITER/-IN
Ausgleichsgymnastik*	GYMMI17	Mi.	17:00 - 17:55 Uhr	Gr. Halle/Nord	Moser
Damengymnastik	GYMMO17	Mo.	17:00 - 17:55 Uhr	Große Halle	Klammler
Damengymnastik - Bodystyling*	GYMMO20	Mo.	19:30 - 20:30 Uhr	TUS unten	Riegler
Damengymnastik	GYMDO17	Do.	17:00 - 17:55 Uhr	Große Halle	Weiss
Gymnastik	GYMMI09	Mi.	09:00 - 09:50 Uhr	Große Halle	Pilhatsch
ER & SIE	KURS NR.	TAG	ZEIT	HALLE	LEITER/-IN
Fatburner	FBDO19	Do.	19:00 - 20:15 Uhr	TUS oben	Bayr-Mathy
Fit in jedem Alter	FADI19	Di.	19:00 - 20:00 Uhr	Große Halle	Ledl
Volleyball/Fußball Spielpraxis erforderlich	VBDI20	Di.	20:00 - 22:00 Uhr	Große Halle	Lindner
Volleyball Spielpraxis erforderlich	VBFR20	Fr.	20:00 - 22:00 Uhr	Große Halle	Lindner
HERREN	KURS NR.	TAG	ZEIT	HALLE	LEITER/-IN
Fit in jedem Alter	FAFR19	Fr.	19:00 - 20:00 Uhr	TUS oben	Lindner
Fußball - gesund erleben	FUDO20	Do.	20:00 - 21.15 Uhr	Große Halle	Klöckl



SPORTSTUNDEN/KURSE

MIT SEMESTERBEITRAG ZUSÄTZLICH ZUM MITGLIEDSBEITRAG!

Sportstunden finden an Schultagen statt.

** -10% Rabatt bei Kombinationsbuchung

Eine Anmeldung ist im ATG-Büro erforderlich – beschränkte Teilnehmerzahl!

Sportstunden für Erwachsene beginnen am 11.09.2017 und enden am 07.07.2018.

KURSBEITRAG / SEMESTER

ER & SIE	KNR.	TAG	ZEIT	HALLE	LEITER/-IN	MITGLIEDER	GÄSTE
Cardio-Pilates	PIDO18	Do.	18:00 - 19:00 Uhr	Studio 3	Bayr-Mathy	€ 65.-	€ 195.- **
Ballett - Erwachsene	BAFR18	Fr.	18:00 - 19:00 Uhr	Ballettsaal	Chanterie V.	€ 85.-	€ 210.-
Body Work Out - Pimp your body	BWDO18	Do.	18:00 - 19:00 Uhr	Ballettsaal	Weiss	€ 65.-	€ 195.- **
Body Work Out - Power hour	BWDI18	Di.	18:00 - 18:55 Uhr	Ballettsaal	Bernhard	€ 65.-	€ 195.- **
Body and Mind - Poweryoga	BMMI19	Mi.	19:00 - 20:00 Uhr	Ballettsaal	Chanterie P.	€ 75.-	€ 200.- **
Faszientraining - Blackroll ®	FTMO19	Mo.	19:00 - 20:00 Uhr	Studio 3	Tröthan	€ 65.-	€ 195.-
Hurricane Training I	HTDI19	Di.	19:00 - 20:00 Uhr	Kraftkrm.	Chanterie P.	€ 75.-	€ 200.-
Hurricane Training II	HTFR19	Fr.	19:00 - 20:00 Uhr	Kraftkrm.	Chanterie P.	€ 75.-	€ 200.-
Hurricane Training - Ladies III	HTDO19	Do.	19:00 - 20:00 Uhr	Kraftkrm.	Chanterie P.	€ 75.-	€ 200.-
	HTDIDOF2x					€ 120.-	€ 260.-
Leichtathletik / Kraft- und Lauftraining	LADI18DO	Di. Do.	18:00 - 20:00 Uhr 18:00 - 20:00 Uhr	LA Halle LA Halle	Albegger	€ 85.-	€ 210.-
Pilates	PIDI19	Di.	19:00 - 20:00 Uhr	TUS oben	Bernhard	€ 65.-	€ 195.- **
Rückenfit 1	RFDI0930	Di.	09:30 - 10:30 Uhr	Ballettsaal	Tröthan	€ 50.-	
Rückenfit 2	RFDI17	Di.	17:00 - 18:00 Uhr	TUS oben	Tröthan		
Rückenfit 3 sportiv	RFDI18	Di.	18:00 - 19:00 Uhr	TUS oben	Tröthan		
Rückenfit 4 sportiv	RFFR0930	Fr.	09.30 - 10.30 Uhr	Ballettsaal	Tröthan		
Rückenfit 5 sportiv	RFFR18	Fr.	18:00 - 19:00 Uhr	TUS oben	Tröthan		
Schwimmen für Erwachsene/ Anfängerkurs	SKSA1130	Sa.	11:30 - 12:30 Uhr	Hallenbad	Steurer	€ 110.-	€ 235.-
Schwimmen für Erwachsene/ Kraulkurs	SKDO20	Do.	20:00 - 21:00 Uhr	Hallenbad	Noll/Steiner	€ 85.-	€ 210.-
Shotokan Karate Anfänger	SHDO20FR	Do. Fr.	20:00 - 21:30 Uhr 19:00 - 20:30 Uhr	Gössersaal Ballettsaal	Drame Drame	€ 85.-	€ 210.-
Shotokan Karate Fortgeschritten	SHDI19FR	Di. Fr.	19:00 - 21:00 Uhr 19:00 - 20:30 Uhr	Ballettsaal Ballettsaal	Drame Drame	€ 85.-	
Sportakrobatik für Erwachsene	AKMO20	Mo. Fr. ger. Wochen	20:00 - 22:00 Uhr 19:00 - 21:30 Uhr 13:00 - 15:00 Uhr	GTS GTS GTS/TUS o.	Tröthan Tröthan Tröthan	€ 130.-	
Taiji Quan - Schwert/Säbel	TQMO17	Mo.	17:00 - 18:00 Uhr	Gössersaal	Moser	€ 65.-	€ 195.-
Taiji Quan - Level III	TQMO18	Mo.	18:00 - 19:00 Uhr	Gössersaal	Moser	€ 65.-	€ 195.-
24/48 Bewegungen Taiji Quan - Level II	TQDO18	Do.	18:00 - 19:00 Uhr	Gössersaal	Moser	€ 65.-	€ 195.-
24/48 Bewegungen Tajij Quan - Level I - Grundkurs	TQDO19	Do.	19:00 - 20:00 Uhr	Studio 3	Schwarz	€ 65.-	€ 195.-
Wassergymnastik	WGMO09 WGDO09	Mo. Do.	09:00 - 09:55 Uhr 09:00 - 10:00 Uhr	Hallenbad Hallenbad	Tröthan Tröthan	€ 33.- / 10er Block	
Yoga für Erwachsene	YOMI0830	Mi.	08:30 - 09:45 Uhr	Gössersaal	Kanz	€ 70.-	€ 200.- **
ZUMBA	ZBMI18	Mi.	18:00 - 19:00 Uhr	Studio 3	Quintero Sarduy	€ 65.-	€ 195.- **



KURSE MIT SEMESTERBEITRAG ZUSÄTZLICH ZUM MITGLIEDSBEITRAG

Eine Anmeldung im ATG-Büro ist erforderlich – beschränkte Teilnehmerzahl!

Sportstunden der Fungruppen beginnen am 18.09.2017 und enden am 30.06.2018 und finden an Schultagen statt.

KINDER UND JUGEND

KURSBEITRAG / SEMESTER

FUNGRUPPEN

KNR. TAG ZEIT HALLE LEITER/-IN MITGLIEDER GÄSTE

Allg. Gerätturnen/Turn 10 6-9 Jahre	AGMI1545FR	Mi.	15:45 - 17:15 Uhr	TUS oben	Fortin/Pichler Offenbacher	€ 65.-	€ 185.-
		Fr.	16:30 - 18:00 Uhr	GTS			
Allg. Gerätturnen/Turn 10 A 9-15 Jahre	AGMO1630DO	Mo.	16:30 - 18:00 Uhr	GTS	Fortin Noll	€ 65.-	€ 185.-
		Do.	17:00 - 19:00 Uhr	TUS oben			
Allg. Gerätturnen/Turn 10 B 9-15 Jahre	AGDI16DO	Di.	16:00 - 17:30 Uhr	GTS	Fortin Noll	€ 65.-	€ 185.-
		Do.	17:00 - 19:00 Uhr	TUS oben			
Breakdance Kinder Fun - Level I 6-15 Jahre	BDMO15	Mo.	15:00 - 16:00 Uhr	Ballettsaal	Chanterie P.	€ 80.-	€ 200.-
Hip Hop Kinder Fun - Level I 6-11 Jahre	HHMO16 HHFR16	Mo.	16:00 - 17:00 Uhr	Ballettsaal	Chanterie P. Chanterie P.	€ 80.-	€ 200.-
		Fr.	16:00 - 17:00 Uhr	Gössersaal		€ 80.-	€ 200.-
LATUSCH 5-8 Jahre Leichtathletik/Schwimmen Turnen	LTMO15FR	Mo.	15:00 - 15:50 Uhr	TUS oben	Steiner Steiner Offenbacher	€ 75.-	€ 195.-
		Mo.	16:00 - 17:00 Uhr	Hallenbad			
		Fr.	16:30 - 18:00 Uhr	GTS			
Rhythm. Gymnastik - FUN I Rhythm. Gymnastik - FUN II ab 6 Jahre	RGFMI18 RGFFR16 RGFMIFR	Mi.	18:00 - 20:00 Uhr	Große Halle	Pikl Schreiber 2x/Woche	€ 100.-	€ 220.-
		Fr.	16:00 - 18:00 Uhr	Große Halle		€ 100.-	€ 220.-
						€ 160.-	€ 300.-
Schwimmen - Fun C 5-7 Jahre	SFMO15	Mo.	15:00 - 15:50 Uhr	TUS oben	Steiner Steiner	€ 65.-	€ 185.-
		Mo.	16:00 - 17:00 Uhr	Hallenbad			
	SFMI16 SFFR16	Mi.	16:00 - 17:00 Uhr	Hallenbad	Steiner Steiner	€ 50.-	€ 120.-
		Fr.	16:00 - 17:00 Uhr	Hallenbad		€ 50.-	€ 120.-
Schwimmen - Fun B 8-12 Jahre	SFDI1630	Di.	16:30 - 18:00 Uhr	Swim KK/ Hallenbad	Andrianakis	€ 80.-	€ 200.-
	SFSA14 SFDI1630SA	Sa.	14:00 - 15:00 Uhr	Hallenbad	Gharibeh 2x/Woche	€ 70.- € 125.-	€ 190.- € 250.-
Schwimmen - Fun A 12-17 Jahre	SFMO17 SFFR16 SFMO17FR	Mo.	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad	Gharibeh Gharibeh 2x/Woche	€ 70.-	€ 190.-
		Fr.	16:00 - 18:00 Uhr	Swim KK/ Hallenbad		€ 85.-	€ 210.-
						€ 130.-	€ 260.-
Shotokan Karate - Anfänger 6-10 Jahre	SHDI18	Di.	18:00 - 19:00 Uhr	Studio 3	Schroll	€ 65.-	€ 185.-
Shotokan Karate - Anfänger 10-16 Jahre	SHFR19	Fr.	19:00 - 20:30 Uhr	Ballettsaal	Drame	€ 65.-	€ 185.-
Sportakrobatik - Fun A/F 5-9 Jahre 10-16 Jahre	AKFDO15SA AKFDO16SA	Do.	15:00 - 16:30 Uhr	GTS	Horneck Kaponig Weisch	€ 90.-	€ 210.-
		Do.	16:00 - 17:30 Uhr	GTS			
		Sa.	11:30 - 13:00 Uhr	TUS oben			



KURSE MIT SEMESTERBEITRAG ZUSÄTZLICH ZUM MITGLIEDSBEITRAG

Eine Anmeldung ist im ATG-Büro erforderlich – beschränkte Teilnehmerzahl!

Sportstunden der Leistungsgruppen beginnen am 11.09.2017 und enden am 30.06.2018 und finden an Schultagen statt.

KINDER UND JUGEND - LEISTUNGSSCHARAKTER, WETTKÄMPFE,

KURSBEITRAG / SEMESTER

AUFTRITTE, SHOWS

KNR.

TAG

ZEIT

HALLE

LEITER/-IN

MITGLIEDER

Ballett mit Rhythm.
Gymnastik RG9
ab 5 Jahre

RG9FR16

Fr.

16:00 - 18:00 Uhr

Ballettsaal

Cakman

€ 110.-

Breakdance Junior Level II+III
ab 12 Jahre

BDMI16

Mi.

16:00 - 17:00 Uhr

Ballettsaal

Chanterie P.

€ 120.-

Mi.

17:00 - 18:00 Uhr

GTS

Chanterie P.

Hip Hop Kinder - Level II+III
6-11 Jahre

HHDI16FR

Di.

16:00 - 17:30 Uhr

Gössersaal

Chanterie P.

€ 150.-

Fr.

17:00 - 18:30 Uhr

Gössersaal

Chanterie P.

Hip Hop Jugend - Level I+II
12-15 Jahre

HHMO18DO

Mo.

18:00 - 19:00 Uhr

Ballettsaal

Chanterie P.

€ 120.-

Do.

16:00 - 17:00 Uhr

Gössersaal

Chanterie P.

Hip Hop Level II+III
ab 16 Jahre

HHDI1730FR

Di.

17:30 - 18:30 Uhr

Gössersaal

Chanterie P.

€ 120.-

Do.

17:00 - 18:00 Uhr

Gössersaal

Chanterie P.

Hip Hop Level III
ab 16 Jahre

HHMI20SA

Mi.

20:00 - 21:30 Uhr

Ballettsaal

Chanterie P.

€ 170.-

Sa.

12:00 - 14:00 Uhr

Ballettsaal

Chanterie P.

Leichtathletik U12
10-11 Jahre

LADI18FR

Di.

18:00 - 19:00 Uhr

LA Platz/Halle

Ledl

€ 65.-

Fr.

15:30 - 16:30 Uhr

LA Platz/Halle

Ledl

Leichtathletik U14
12-13 Jahre

LAMI16FR

Mi.

16:00 - 17:30 Uhr

LA Platz/Halle

Ledl/Siegert

€ 85.-

Fr.

16:30 - 18:00 Uhr

LA Platz/Halle

Ledl

Leichtathletik U16
14-15 Jahre

LAMO1730MI

Mo.

17:30 - 19:00 Uhr

LA Platz/Halle

Ledl/Siegert

€ 85.-

Mi.

17:30 - 19:00 Uhr

LA Platz/Halle

Ledl

Sa.

09:30 - 11:00 Uhr

LA Platz/Halle

3x/Woche

€ 130.-

Leichtathletik U18
16-17 Jahre

LAMO1730SA

Mo.

17:30 - 19:00 Uhr

LA Platz/Halle

Ledl/Siegert

€ 140.-

Mi.

17:30 - 19:00 Uhr

LA Platz/Halle

Ledl

Sa.

10:30 - 12:30 Uhr

LA Platz/Halle

Siegert

Schwimmen - Schulkinder
7-10 Jahre

SSMI15FR

Mi.

15:00 - 15:45 Uhr

TUS oben

Steiner

€ 160.-

Mi.

16:00 - 17:00 Uhr

Hallenbad

Steiner

Fr.

15:00 - 15:45 Uhr

TUS oben

Steiner

Fr.

16:00 - 17:00 Uhr

Hallenbad

Steiner

Kunstturnen -
Mädchen/Buben
5-8 Jahre

KTMO15

Mo.

15:00 - 16:30 Uhr

GTS

Christandl

€ 130.-

Mi.

15:00 - 16:30 Uhr

GTS

Christandl

Fr.

15:00 - 16:30 Uhr

TUS unten

Christandl

Sportakrobatik - Minis
4-7 Jahre

AKMO15FR

Mo.

15:00 - 16:00 Uhr

TUS unten

Weisch

€ 80.-

Fr.

15:00 - 16:30 Uhr

GTS

Weisch

Sportakrobatik -
Kader Kinderklasse
5-12 Jahre

AKMO16MI

Mo.

16:00 - 18:00 Uhr

TUS oben

Offenbacher

€ 90.-

Mi.

17:15 - 19:15 Uhr

TUS oben

Offenbacher

Sportakrobatik -
Kader Jugend2
6-16 Jahre

AKMI1815

Mi.

18.15 - 20.15 Uhr

TUS oben

Gschier/Wallner

€ 150.-

Do.

17:30 - 20:00 Uhr

GTS/TUS oben

Sa.

08:00 - 10:30 Uhr

TUS oben

Sportakrobatik -
offene Wettkampfkategorie
6-16 Jahre

AKDI1730

Di.

17:30 - 20:00 Uhr

GTS

Horneck/Weisch

€ 150.-

Mi.

18:15 - 20:15 Uhr

GTS/TUS oben

Sa.

09:30 - 11:30 Uhr

TUS oben



KURSE MIT SEMESTERBEITRAG ZUSÄTZLICH ZUM MITGLIEDSBEITRAG

Eine Anmeldung ist im ATG-Büro erforderlich – beschränkte Teilnehmerzahl!

Diese Sportstunden beginnen am 18.09.2017 und enden am 30.06.2018 und finden an Schultagen statt.

KINDER UND JUGEND - NEW SPORTS - COOL SPORTS

KURSBEITRAG / SEMESTER

	KNR.	TAG	ZEIT	HALLE	LEITER/-IN	MITGLIEDER	GÄSTE
Airtrack - ab 14 Jahre	ATSO10	So.	10:00 - 12:00 Uhr	TUS oben	Schweighofer	€ 65.-	€ 185.-
Freerunning - ab 14 Jahre	FRDI1930	Di.	19.30 - 21.30 Uhr	GTS	Schweighofer	€ 65.-	€ 185.-
Luftakrobatik/Aerial-Silk I	ASSA09	Sa.	09.00 - 11.00 Uhr	GTS	Sarachakova	€ 65.-	€ 185.-
Luftakrobatik/Aerial-Silk II	ASSA11	Sa.	11.00 - 13.00 Uhr	GTS	Sarachakova	€ 65.-	€ 185.-
Luftakrobatik/Aerial-Silk III ab 7 Jahre	ASMO18	Mo.	18.00 - 19.30 Uhr	GTS	Sarachakova	€ 65.-	€ 185.-
Parkour I 8-11 Jahre	PADI1730	Di.	17.45 - 19.00 Uhr	TUS unten	Fortin	€ 50.-	€ 160.-
Parkour II	PADI19	Di.	19:00 - 20:30 Uhr	TUS unten	Fortin	€ 50.-	€ 160.-
Parkour III 11-16 Jahre	PADO1930 PADI19DO	Do.	19:30 - 21:00 Uhr	TUS unten	Fortin 2x/Woche	€ 50.- € 80.-	€ 160.- € 200.-
Wushu - Selbstverteidigung 6-10 Jahre	WUMI17	Mi.	17.00 - 18.00 Uhr	Studio 3	Maier/Schwarz	€ 65.-	€ 185.-



SAUNA UND HALLENBAD

SAUNA	TAG	ZEIT
-------	-----	------

Saunazeiten für Mitglieder:

Damen:	Donnerstag	16:00 - 21:00 Uhr
Gemischt:	Dienstag	18:00 - 21:45 Uhr

Eintrittspreise (zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag)

Einzelkarte: € 7.-
4er-Block: € 26.-

HALLENBAD	TAG	ZEIT	HALLENBAD	TAG	ZEIT
-----------	-----	------	-----------	-----	------

Schwimmzeiten für Mitglieder:

Schwimmen für Frühaufsteher	Montag	06:00 - 07:45 Uhr
Wassergymnastik für Damen	Montag	09:00 - 10:00 Uhr
Schwimmen für Mitglieder	Montag	13:00 - 14:00 Uhr

Schwimmen für Frühaufsteher	Dienstag	06:00 - 07:45 Uhr
Schwimmen für Mitglieder	Dienstag	13:00 - 14:00 Uhr
Abendschwimmen für Mitglieder (2 Bahnen)	Dienstag	20:00 - 21:45 Uhr

Schwimmen für Frühaufsteher	Mittwoch	06:00 - 07:45 Uhr
Schwimmen für Mitglieder (3 Bahnen)	Mittwoch	17:00 - 18:00 Uhr

Abendschwimmen für Mitglieder (3 Bahnen)	Mittwoch	20:00 - 21:45 Uhr
--	----------	-------------------

Schwimmen für Frühaufsteher	Donnerstag	06:00 - 07:45 Uhr
Wassergymnastik für Damen	Donnerstag	09:00 - 10:00 Uhr
Schwimmen für Mitglieder	Donnerstag	15:00 - 16:00 Uhr

Schwimmen für Frühaufsteher	Freitag	06:00 - 07:45 Uhr
Abendschwimmen für Mitglieder (2 Bahnen)	Freitag	20:00 - 21:30 Uhr

Schwimmen für Mitglieder	Samstag	08:00 - 11:30 Uhr
Schwimmen für Mitglieder	Samstag	12:30 - 14:00 Uhr
Schwimmen für Mitglieder	Samstag	15:00 - 17:00 Uhr

Schwimmen für Mitglieder	Sonntag	08:00 - 11:45 Uhr
--------------------------	---------	-------------------

Eintrittspreise (zusätzlich zum Mitgliedsbeitrag)

Einzel Kinder 3-14 Jahre € 2.-
Einzel Erwachsene € 3,50
10er Block Erwachsene € 26.-
10er Block Wassergymnastik € 33.-

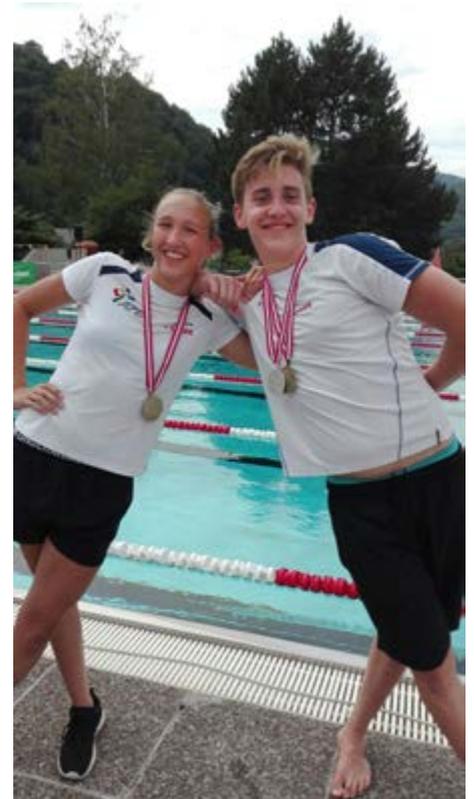
Österreichische Nachwuchsmeisterschaften Kapfenberg 2017



Als Saisonabschluss und zugleich auch als Höhepunkt der Langbahnsaison standen in Kapfenberg von 20. bis 23. Juli die österreichischen Meisterschaften der Nachwuchsklassen auf dem Programm. Erfreulich war, dass sowohl in allen Lagen, als auch auf sämtlichen Distanzen unsere Schwimmer fast durchgehend nur persönliche Bestzeiten erzielten! Besser könnte es beim Saisonhighlight nicht laufen! Besonders hervorgehoben werden müssen die beiden österreichischen Meistertitel von Amelie Goriup (100m Freistil) und Sebastian Pyrek (100m Brust). Neben weiteren Medaillen von Sebastian (Silber über 200m Brust und 200m Lagen, Bronze über 200m Schmetterling) und Amelie (Silber über

1000m Brust und 200m Brust, Bronze über 200m Lagen) müssen vor allem der enorme Teamgeist und Zusammenhalt in unserer Trainingsgruppe gelobt werden, der zeigt, dass Schwimmen durchaus auch ein Mannschaftssport ist!

Die Saison 2016/2017 kann man als vollen Erfolg bezeichnen! Neben 93 Medaillen bei steirischen Meisterschaften und 17 Medaillen bei österreichischen Meisterschaften konnte Amelie Goriup auch drei steirische Altersklassenrekorde (100m Brust, 200m Brust, 100m Lagen) und Sebastian Pyrek ein, wenn auch verspätetes, EYOF (European Youth Olympic Festival) Limit (100m Brust)



Amelie Goriup und Sebastian Pyrek

erschwimmen. Mit dem über das gesamte Jahr gezeigten Ehrgeiz und Willen sind wir uns sicher, dass in den nächsten Jahren noch einige große Erfolge auf uns warten!

Benedikt Steiner

Summer of Kyustendil Tournament 24.06.2017 und Memorial Cup Sofia 25.06.2017

Vom 23. bis zum 26. Juni hat sich ein Teil unserer RG Familie zu einem schon zur Tradition gewordenen Wettkampfwochenende nach Bulgarien aufgemacht. Unser Team bestand aus 9 Gymnastinnen, 2 Trainerinnen (Antoaneta, die schon in Kyustendil auf uns wartete und Viktoria in Sofia) und einem siebenköpfigen Elternfanclub. Am Samstag startete

der erste Wettkampf in Kyustendil, vor allem für Valentina schon um 8 Uhr. Trotz des frühen Starts gelangen ihr die Übungen sehr gut und auch bei uns anderen lief - bis auf manchen Fehler - alles nach Plan. Am Ende durften wir uns über 21 Medaillen in den Mehrkampf- und Einzelgerätewertungen freuen. Außerdem konnten wir noch die Titel „Miss Artistic“ und

„Miss Turnier“ ergattern. Nach dem Wettkampf sind wir dann mit dem Bus nach Sofia gefahren und entließen Antoaneta somit endgültig in ihren wohlverdienten Sommerferien in der Heimat. Am Sonntag beim Memorial Cup in Sofia übernahm dann Viktoria das Ruder. Wir konnten uns auch hier wieder recht gut präsentieren und konnten 13 weitere Medaillen mit

nach Hause nehmen. Die wettkampffreien Zeiten haben wir natürlich nicht einfach verstreichen lassen, sondern für Stadtpaziergänge, Shoppingtrips, eine Klosterbesichtigung und noch einiges mehr genutzt. Es war wiederum ein tolles Erlebnis und abschließend kann ich mich nur noch einmal bei allen bedanken, die so einen tollen Wettkampftrip möglich machen.



Teilnehmende Gymnastinnen: Valentina Domenig-Osimic, Julia Schmid, Michaela Miklavcic (Salzburg), Marie-Luise Ranner, Lucy-Ann Huber, Franziska Herzog, Elisabeth Michalek, Katie Yates und Julia Meder

Julia Meder

RG Trainingsstart in die „heiße“ Herbstsaison!



Die aktuellen Leistungsträgerinnen der ATG-RG beim sommerlichen Trainingslager im ATG

Dass das RG-Trainerinnen-Team um Antoaneta Apostolova unsere fast 100 Gymnastinnen Jahr für Jahr perfekt auf die vielen Wettkämpfe vorbereiten, ist allen bekannt und zeigen letztendlich immer wieder Spitzenresultate im nationalen und internationalen Bereich. Dass die heurige Vorbereitung auf die spannenden Herbstsaison (Einzel- und Gruppenstaatsmeisterschaften u.a.) aber nicht nur „heiß“, sondern auch lustig war, beweisen diese Fotos...

Unsere Antoaneta beherrscht selbstverständlich alle Hangerätechniken, die „spanische Hand“ ;-) und vieles mehr....



RG-Chefrainerin Antoaneta Apostolova läßt auch bei den härtesten Trainings den Spaß nicht zu kurz kommen!

Sommerfest

Am 01. Juli feierten wir zum Abschluss des Sportsemesters unser Sommerfest. Bei gutem Wetter gab es Showauftritte zu sehen die unsere Zuschauer begeisterten.

Sportspiele für jung und alt beschäftigten die Teilnehmer. Überraschungsgast, Jaque Gusto überraschte die Kinder mit herrlichen Crepe die danach mit gratis Eis ihre Vollendung fanden. Hennatattos gab es auch, diese sind hoffentlich wieder bis zum Schulbeginn abgegangen.

Dieses Jahr wählten wir die Sportler, Trainer, und Gruppe online. Jana Pfund und Naomi Krobatschek machten das Rennen bei der Teamwertung. Theresa Neudeck und Alexander Benda gewannen bei den Einzelsportlern. Elisabeth Gschier und Jörg Christandl wurden als beliebteste Trainer des Jahres gekührt.

Mag. Thomas Hayn (Landesturnverband) und Mag. Klaus Strobl (Bezirksvorsteher Jakomini) gratulierten und übergaben die Preise an die Gewinner.



Sommersportwoche

Zu Ferienbeginn fand zum wiederholten Mal unsere beliebte ATG Sommersportwoche statt. 40 Kinder wurden bei tollen sommerlichen Wetter von Sabine Kopeinig und Daniela Noll besten betreut und konnten bei vielen Sportarten gefallen finden.

Sportakrobatik, Kunstturnen, Rhythmische Gymnastik, Hiphop, Breakdance, Karate, Leichtathletik, Schwimmen, Wasserspringen und Parkour standen am Programm. Kreative Workshops und Mittagsbetreuung rundeten das Programm ab.

Eine Luftakrobatikwoche, Shaolinwoche und die Streetdancewoche waren zusätzlich Programm in den Ferien. Zusätzlich fanden weitere fünf Wochen Sport in Kooperation mit dem Sportamt statt.

Bis zum nächsten Jahr!



Akro-Trainingslager Italien



Zum 4. Mal in Folge waren wir auch heuer wieder in Cesenatico (Italien) auf Trainingslager. Dieses Jahr haben wir uns im Training speziell auf die Partnerelemente konzentriert und einiges an Krafttraining hinter uns gebracht. Natürlich haben wir auch unser Bodenturnen verbessert, welches wir gemeinsam mit den

Freerunnern aus Köflach, Wien und Graz auf den unzähligen Trampolins, Airtrackbahnen und Tumblingbahnen trainiert haben.

Unsere Freizeit haben wir fast ausschließlich am Strand, im Meer und im Pool verbracht und hatten gemeinsam eine Menge Spaß. Leider sind am Ende der Woche ein paar

von uns krank geworden und mussten den Tag über im Bett verbringen. Zusammengefasst war es trotzdem ein sehr schönes Trainingslager und eine lustige Woche in Italien. Und natürlich hoffen wir, dass wir auch nächstes Jahr wieder gemeinsam auf Trainingslager nach Italien fahren dürfen.

Sophie Mayrhofer

An advertisement for 'mensch & tier' featuring a smiling woman with long brown hair lying on a white rug. She is holding a ginger and white cat. A golden retriever is lying next to her, looking at the camera. In the background, there is a dark brown horse rearing up. A logo in the top left corner shows a heart and a paw print with the text 'mensch & tier'. A small fire icon is also present.

www.menschundtier-graz.at

4. bis 5. November 2017

Schwarzl Freizeit Zentrum täglich von 10 bis 18 Uhr



Geburtstage

Unseren Vereinsmitgliedern ab 75 Jahren gratulieren wir herzlich zum Geburtstag!

Oktober

Dr. Fritz Poppmeier zum 84.
Edeltraud Pierer zum 77.
Waltraud Heitzer zum 82.
Katharina Eibinger zum 84.
Rosemarie Riml zum 78.
Ingrid Truppe zum 84.
DI Wolfgang Puchwein zum 88.
Helgard Polak zum 78.
Arnold Sichert zum 78.
Berthold Veith zum 77.
Ing. Herbert Habermann zum 80.
Katharina Hafner zum 90.
Dr. Egbert Peyer zum 82.
Gertrude Sohar zum 90.
Hermine Feichter zum 75.
Ludmilla Wippel zum 76.

November

Wilfried Meder sen. zum 82.
Ing. Leo Schmuck zum 94.
Adeline Gugerbauer zum 80.
Dr. Helene Preschern-Heldenfeldt
zum 82.
Helene Dewaty zum 79.
Liselotte Leitmeier zum 77.
Irmingard Skursky zum 80.
DI Harald Allmer zum 75.
Gertrude Frantz zum 75.
Gunde Marko zum 75.
Prof. Klaus Müller zum 75.

Dezember

Maria Kammerer zum 81.
DI Hatto Walten zum 79.
Anneliese Riegler zum 79.
Wolf-Dieter Zimek zum 78.
Wiltraut Wolf zum 77.
Gertrude Barth zum 76.
Erna Grill zum 85.
Gertraud Wergles zum 80.
Herta Sulzer zum 84.
Ilse Lechner zum 84.
Helga Ledl zum 77.
Heidi Heschl zum 78.
Inge Meysel zum 79.
Frigga Pohl zum 79.
Reinhilde Knapp zum 77.
Annemarie Konrad zum 84.
Dr. Dorothea Obermayr 75.

Termine

Montag, 11. September	Start der allgemeinen Sportstunden
Montag, 11. September	Start des Hallenbadbetriebs
Montag, 18. September	Start der Kindersportstunden
Sa./So., 07./08. Oktober	Taiji Workshop
Sonntag, 29. Oktober	Herbstwanderung/Berghausen (Südsteiermark)
Samstag, 16. Dezember	ATG-Ball/Weihnachtsschauturnen (Kammersaal)
Donnerstag, 21. Dezember	Kinderweihnachtsfeier (ATG, große Halle)

