

Sport News

1. Sportvereinigung Hohe Wand

Ausgabe 4/2008

ZVR 826988414

20. Oktober 2008



Am 27. Oktober 2008 starten wir im Rahmen der Gesundheitsförderung der Bundesregierung das Fitneßprogramm „**Richtig Fit von Kopf bis Fuß**“ für Erwachsene.

Richtig Fit von Kopf bis Fuß

Inhalte

Ein gesundes, ganzheitliches Training für den Bewegungsapparat mit Kräftigung, Koordination, Ausdauer und Beweglichkeit für Mann und Frau— von Kopf bis Fuß.

Übungsleiterin

Christine Radlwimmer
Diplomierte Wellnesstrainerin
Staatlich geprüfte Fitlehrerin
Nordic Walking Instruktoren
Body Bike Instruktoren

Auskunft

Christine Radlwimmer
Tel: 0664-1504482

Themen in dieser Ausgabe:

- FIT FÜR ÖSTERREICH
- HOHE WAND CHAMPION 2008
- SKIOPENING 2008
- DUATHLON
- TENNIS
- HOCHKAR
- MITGLIEDSBEITRAG

Hohe Wand Champion 2008 — Koordination



Stationen ihr Koordinationsvermögen testen.

Alle Übungen waren aber auch als Anregungen für ein weiteres üben und verbessern der Koordination gedacht.

Felix Deiser bei der schwierigen Übung auf dem Eisenrohrzaun
Lucy Esletzbichler bei der Sprungübung



Mit dem Koordinationsbewerb fand am 28. Sept. der 8. Bewerb zum Hohe Wand Champion statt. Bei der von Manfred Mannsberger ausgerichteten Veranstaltung konnten die Teilnehmer an 20



Bettina Pilz übt das Gleichgewicht

Ein herzlichen Dank an die Familie Manfred Mannsberger für die Ausrichtung des Bewerbers und für die Bereitstellung der Geräte.

In dieser Ausgabe:

EINLADUNG ZUR GENERALVERSAMMLUNG **4**

Kinderolympiade—ISOBRAND Skiopening 2008



Eine entscheidende Station war diesmal das Inlineskaten

Mit fast 50 Kindern aus 7 Vereinen nahmen zwar diesmal weniger Kinder als an den Vorjahren an der **Kinderolympiade 2008** teil, trotzdem war die Veranstaltung bei herrlichem Herbstwetter ein voller Erfolg.

Mit gekonnter Routine führte Harald Gruber durch die, von den Firmen **ISOBRAND** und **WVAP** gesponserten, Veranstaltung.

Franz Steiner und dem Gebietssportwart Franz Perner erhielt die Veranstaltung und die Siegerehrung einen würdigen Rahmen.

Durch die Anwesenheit von Bürgermeister Josef Laferl, Landesskizivizepräsidenten



Martin Demuth war beim Geländelauf eine Klasse für sich



Glückliche Kinder bei der Siegerehrung

„Mit 3 Siegen, einem 2. Platz und einem 3. Platz gestaltete sich der Start unserer Kinder beim Duathlon in Neunkirchen sehr erfolgreich“

Kids Duathlon in Neunkirchen

Mit 3 Klassensiegen, einem 2. Platz und einem 3. Platz waren unsere Kinder beim Duathlon in Neunkirchen die weitaus erfolgreichste Mannschaft. Bei einem Duathlon müssen die Starter eine Laufstrecke anschließend eine Radstrecke und dann wieder eine Laufstrecke bewältigen.

Kat. A weiblich
4. Lucy Esletzbichler

Kat. B männlich
1. Martin Esletzbichler

Kat. D weiblich
1. Nikol Esletzbichler

Kat. D männlich
2. Daniel Pilz
3. Felix Deiser
5. Philipp Schuster
8. Lars Demuth

Kat. E männlich
1. Martin Demuth
4. Matti Waldner



Michaela Spanblöchl und Oliver Kömetter Tennisvereinsmeister 2008



Das Seniorenteam 60+ in den neuen
Tennisdressen



1. Michaela Spanblöchl
2. Jitka Demuth

Sektionsleiter Josef
Fritz mit den Jüngsten.
1. Jonas Rigler
2. Valentin Rigler
3. Tim Schiefer
Lukas Spanblöchl

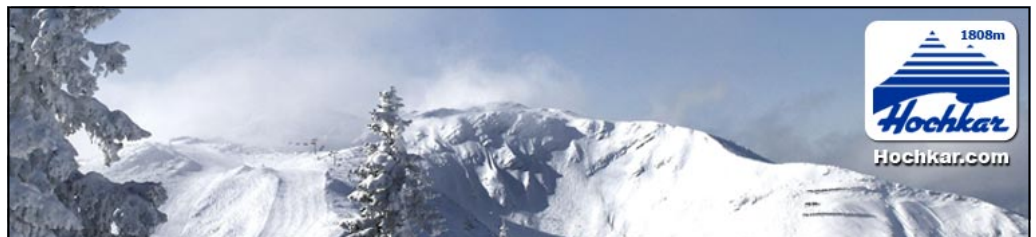


1. Oliver Kömetter
2. Willi Schischeg
3. Franz Hutter



Trainingskurs auf dem Hochkar

„Als
Vorbereitung
auf die neue
Skisaison
findet vom
5.12.- 8.12. auf
dem Hochkar
ein
Trainingskurs
statt“



Das **Skiteam** bereitet sich vom 5.12. — 8.12. auf dem Hochkar auf die kommende Skisaison vor. 42 Personen nehmen an diesem Kurs im Höhentrainingszentrum Hochkar teil. Kursleiter ist Christian Demuth.

Das **Konditionstraining** findet seit September unter der Leitung von Jitka Demuth jeden Freitag von 18:00—20:00 Uhr in der Turnhalle Stollhof oder je nach Witterung Samstag um 16:00 im Freien statt.

Vom 14.11.—16.11.2008 findet auf dem Mölltaler Gletscher ein **Einfahrkurs für das Schülerteam** statt. Kursleiter ist Alfred Meissner.

Mitgliedsbeiträge 2009

Dem heutigen Rundschreiben liegen die Zahlscheine zur Begleichung des Mitgliedsbeitrages 2009 bei. Ich bitte alle Vereinsmitglieder den Beitrag für das Jahr 2009 mit dem beiliegendem Zahlschein einzuzahlen. Mit ihrem

Mitgliedsbeitrag wird es möglich, das Training und die Renneinsätze unserer Kinderskimannschaft, die Tennismannschaften und die Leichtathletiksektion zu unterstützen. Dafür möchte ich mich im Namen

des Vorstandes der 1. Sportvereinigung Hohe Wand sehr herzlich bedanken.
Vereinskassier
Heinrich Demuth

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

Generalversammlung 2008

Samstag, 13. Dezember 2008, 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 Leichtathletiksektion
6. Bericht des Kassiers
7. Bericht des Kassenprüfers
8. Neuwahl des Vorstandes
9. Allfälliges

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

