



Der Alsergrunder



Offizielle Vereinsmitteilungen des ÖTB TV Alsergrund, Bleichergasse 11/2a,
1090 Wien

Unsere Turnzeiten im Turnjahr 07/08

	Währingerstr. 43	Galileigasse 5
Montag	17.30 - 19.00 Uhr 'Kinder Aktiv!' - Kinderturnen für Kinder von 6 bis 12 Jahren mit Christine, Thommy & Elke 19.00 - 21.00 Uhr Faustball mit Werner	
Dienstag	18.00 - 19.00 Uhr Training mit MBT-Schuhen - Sonderstunde nach Vereinbarung mit Stephan (0664 834 28 07) 19.00 - 21.00 Uhr 'Schwitzen mit Hans ' - das totale Körpertraining (TKT)	
Mittwoch	NEW! 19.00 - 20.30 Uhr Bodywork - Bewegung mit Musik, Stretching uvm. mit Claudia	16.30 - 17.30 Uhr Fit für den Alltag mit Christel 18.00 - 21.00 Uhr Tischtennis für Jung und Alt mit Stefan
Donnerstag	16.45 - 17.45 Uhr Kleinkinderturnen für Kinder von 3 bis 6 Jahren mit Christine & Christel 17.45 - 19.30 Uhr Gerätturnen für Jugendliche ab 12 Jahren mit Franzi 19.30 - 21.00 Uhr Tanzen - erlernen von Standard- und Lateinamerikanischen Tänzen mit Michi & Klaus NEW!	NEW! 18.30 Lauftreff (Donaukanal/Friedensbrücke/U4 Station) mit Birgit (06.Sep., 20. Sep., 27. Sep., 04. Okt., 11. Okt.)

Neue Stunden im TV Alsergrund **NEW!**

Nun, nach der sehr produktiven Diskussion in unserer Zukunftswerkstatt im Jänner, haben wir es auch gleich so richtig in die Hand genommen und die ersten gewünschten Veränderungen in unser Angebot aufgenommen.

Wir haben keine Mühen gescheut um dies zu ermöglichen. So haben

wir ab diesem Herbst als neue Stunde den Lauftreff mit Birgit eröffnet. Er soll den Laufbegeisterten, ob Anfänger oder Fortgeschrittener, die Möglichkeit des Laufens in der Gruppe und natürlich in der Nähe ermöglichen.

Weiters nutzen wir auch die Begeisterung nach der Fernsehserie 'Dancing Stars' aus, um auch bei uns diese Art der Bewegung zu forcieren.

Schlußendlich aber haben wir mit Claudia und einem neuen Termin die Bodyworkstunde erneuert, da uns Annemarie, nach langjähriger guter Arbeit, leider diese Stunde nicht mehr halten konnte.

Viel Spaß mit unserem Angebot wünscht der

Turnwart

NEW



Die Prell- ball - B u n d e s - meisterschaften

23.06.2007, Wien

Jedermann weiß, dass man sich die Zehe oder auch ein Gelenk prellen kann. Was vielleicht noch nicht jeder weiß ist, dass man auch Bälle prellen kann, und dass darauf ein ganzes Spiel aufbaut, das international gespielt wird.



Das Spiel funktioniert ein bißchen wie Volleyball, nur auf den Kopf gestellt. Statt dass man den Ball nämlich in der Luft halten muss, soll man beim Prellball den Ball bei jedem Ballkontakt aktiv auf den Boden schlagen. Die Leine zwischen den Feldern ist nur kniehoch. Wie beim Volleyball sind drei Ballberührungen hintereinander pro Mannschaft erlaubt.

Warum ich das erzähle, hat einen bestimmten Grund: Nach einer langen Folge 39 / September 2007



gen, langen Pause haben wir Alsergrunder wieder eine Mannschaft im Prellball gestellt, und das gleich bei den Bundesmeisterschaften. Um es gleich vorweg zu nehmen, es hat sich gelohnt.

Die Mannschaft bestand aus den „Alten Hasen“ des Vereins, Hans Watzek, Thomas Purker, Franz Lichal und Siegi Purker. Wir haben alle irgendwann einmal schon Prellball gespielt, aber aktuell war es gerade einmal eine Stunde, die wir zusammen gespielt haben. Entschuldigung an dieser Stelle auch an die Donnerstags-TurnerInnen, denen wir die letzte Stunde verkürzt haben. Es war für einen guten Zweck!

Der Spielmodus war so, dass im ersten Teil jeder gegen jeden spielte, unabhängig von der Klasseneinteilung. Dadurch kamen auch Kombinationen zustande, deren Ausgang von vornherein völlig klar war. Wir schafften es in diesem Teil ein Spiel, das gegen die Grazer Turnerschaft Männer, für uns zu entscheiden.

Ein zweiter Sieg, gegen Ottakring Jugend weiblich, wäre in Reich-

weite gewesen. Aus dem ist aber hauptsächlich durch eine Serie fehlerhafter Angaben nichts geworden. Erstaunlich war, dass die späteren Sieger uns weniger schlimm vom Platz schossen als andere Mannschaften. Gnade oder Können ...?

Der zweite Teil des Bewerbs war ein Spiel der Paare, also dritter gegen vierter, fünfter gegen sechster, und so weiter. Wir konnten auch in diesem Teil ein Spiel gewinnen. Am Ende wurden wir in unserer Klasse dritte von vier Mannschaften.

Insgesamt waren wir mit dem Ergebnis sehr zufrieden, schließlich



war unser Ziel ja eigentlich nur, mitspielen zu können und nicht zur Lachnummer zu werden. Ich habe auch schon ein paar Stimmen gehört, die sagen, dass man aus Prellball etwas machen könnte. Wer sich interessiert, soll sich bitte bei mir melden.

*Franz
Lichal*

Das Bergturnfest am Bisamberg

24.06.2007, Bisamberg

Die Christine hat mir und den anderen Kindern schon gesagt, dass ein Bergturnfest stattfinden wird, aber haben viele vom Turnverein Alsergrund daran teilgenommen?



Nein, nicht sehr viele, nur vier Kinder, und zwar mein Bruder Jens, die Corinna, die Katrin und ich.

Ein paar Tage vor dem Bergturnfest haben Jens und ich mit meinem Papa im Garten von meiner Oma geübt. Dann ist der große Tag gekommen, und wir sind in der Früh ins Auto gestiegen und los gefahren. Als wir endlich auf dem Parkplatz am Bisamberg waren und uns hergeparkt haben, mussten

wir noch zehn Minuten marschieren, und dann kamen wir an. Ich war noch nie bei einem Bergturnfest dabei, deshalb dachte ich, es wird sehr schlimm. Aber als es dann begonnen hat, war es doch nicht so schlimm.

Mein erster Bewerb war Weitsprung. Mein zweiter Schlagball und mein dritter Laufen. Ich bin sehr weit gesprungen, hab sehr weit geworfen und bin sehr schnell gelaufen. Als der Wettkampf für mich vorüber war, haben mir die Arme und Beine wehgetan vom vielen Laufen und Werfen.

Ein paar Minuten später habe ich mich für das Völkerball-Turnier angemeldet. Das Völkerball-Turnier war für mich eine große Herausforderung, weil ich nicht wusste, wie lange das Turnier dauert und wie fest die Kinder in der gegnerischen Mannschaft schießen. Aber für mich war es dann sehr lustig. Völkerball ist eines meiner Lieblingsspiele, deshalb habe ich mich für das Völkerball-Turnier angemeldet. Wir mussten drei Runden spielen wo ich in jeder Runde nicht abgeschossen wurde. Wir haben gegen alle drei Mannschaften gewonnen.

Dann kam endlich die Siegerehrung. Zuerst kamen die Buben dran. Als dann die Jugend E aufgerufen wurde, kam auch mein



Bruder dran. Er wurde 11. Platz.

Als auch die Mädchen dran waren und die Jugend F aufgerufen wurde, kam dann auch ich dran und wurde 5. Platz. Wie ich wieder eintreten musste, kamen noch viele andere dran. Danach war auch noch die Siegerehrung vom Völkerball-Turnier, und unsere Mannschaft wurde tatsächlich 1. Platz, weil wir drei von drei Spielen gewonnen haben. Ich war so stolz auf mich, ich konnte gar nicht mehr aufhören zu lachen.

Später haben wir uns auf die Heurigenbänke gesetzt und geplaudert. Der Werner hat dem Thomas und der Siegi einen Fisch gegrillt und alles war fröhlich.

Auf dem Weg zu meiner Oma in Weidling waren mein Bruder und ich sehr müde, und ich musste viel trinken, weil ich so viel Durst vom Turnen hatte. Als wir bei meiner Oma angekommen sind, hab ich eine halbe Knackwurst mit einem Brot gegessen. Dann sind wir nach Hause gefahren, und als wir auch dort angekommen sind, habe ich mir die Schuhe ausgezogen, hab mich ins Bett gelegt und bin sofort eingeschlafen.

Unsere Mitgliedsbeiträge

Gruppe	Beträge 2007/2008	
	Semester	Jahr
Kinder/Studenten	EUR 40,00	EUR 70,00
Erwachsene	EUR 50,00	EUR 90,00
Familien	EUR 100,00	EUR 180,00
Unterstützer	EUR 25,00	EUR 45,00



*Lene
Claudia,
8 Jahre*

JULA - das Jugendlager am Turnersee

Jedes Jahr das Selbe! Ich weiß einfach nicht mehr wie ich das erzählen soll! Es ist einfach so toll, dass ich fast keine Worte mehr finden kann. Ich versuche es, so gut wie möglich, zu erklären was ich so erlebt habe. Ich hoffe, dass ein paar von euch dann endlich überzeugt sind, dass sie ihre Kinder mit schicken können.

Ich schreibe hier vom Turnersee.

Es ist einfach toll dort, man hat einen See vor der Tür, man sieht keine Eltern und die ersten zwei Sommerferienwochen sind auch nicht so fad. Das ganze ist in Kärnten und der Turnersee liegt in der Nähe vom Klopeinersee. Man fährt am Samstag nach dem Zeugnis weg und erst mal mit dem Zug ein paaaaar Stunden.

Doch das macht meistens so richtig Spaß. Während der Zugfahrt lernt man zunächst alle Leute ein wenig kennen. Bei meiner ersten Reise zum Karl Hönck Heim, das ist das Quartier wo wir die zwei Wochen hausen, sind wir im Zug gesessen und plötzlich sind einige Burschen in das Abteil gekommen und haben sich einfach so zum Spaß auf den Gepäckträger gelegt. Doch das lustigste war, als die Vorturner gekommen sind, haben sie die Jungs gar nicht bemerkt, erst beim zweiten mal, als sie uns kontrolliert haben ob eh alles in Ordnung ist, haben sie sie entdeckt. Doch das war noch wie ich am Kinderlager war.

Wenn man groß ist, so wie ich
Folge 39 / September 2007

(haha), darf man dann schon auf das Jugendlager fahren. Der Unterschied zwischen dem Kinder- und dem Jugendlager ist, dass das Kinderlager nicht ganz so anstrengend ist wie das Jugendlager. Doch wenn man ein wenig Bewegung gewohnt ist, ist das Jugendlager auch nicht so schwer wie es sich vielleicht anhören wird.

Dieses Jahr war unsere Zugfahrt



auch recht interessant, weil viele neue Leute mit gefahren sind und ich und meine Freundin Pia alle kennen lernen wollten.

Wir hatten viel zu lachen, denn alle hatten irgendwelche G'schichtln von den Lagern davor, wo wir noch nicht mitgefahren sind. Als wir unseren Lachkrampf wieder losgeworden sind mussten wir umsteigen in einen zweiten Zug. Doch in dem sitzt man nur ganz kurz.

Ja und dann kommt etwas was keiner mag - eine $\frac{3}{4}$ Stunde gehen. Doch irgendwie ist es nicht so schlecht nach der langen Zugfahrt.

Juhuu!!! ist der Jubelschrei, wenn man endlich um die Kurve geht und das Karl Hönck Heim vor einem steht. Dann wird erst einmal ausgepackt und alles hergezeigt wo was ist. Wir, also das Jugendlager,

muss dann noch alle Fluchtwege sichern damit niemand unseren Schlaf raubt indem jemand den Gong (das ist die Zeitansage damit man weiß wann man wo sein muss) klauen könnte.

Ich war einmal 'Gong vom Tag'. Ich musste immer 'gongen' damit alle wissen, dass noch 10 Minuten, 5 Minuten bis zum Antreten

sind. Das hat mir richtig Spaß gemacht, weil ich die ganze Zeit was zu tun hatte.

Endlich nach der langen Zugfahrt kommt das Essen dran. Lecker schmecker das Essen ist so gut dort hhm.

Dieses Jahr wurden wir gleich in der ersten Nacht aufgeweckt. Wir bekamen alle eine Kerze in die Hand gedrückt und wurden in zwei Gruppen eingeteilt. Dann ging das Spiel los. Unsere Aufgabe war, die große Kerze der anderen Gruppe auszublasen, doch unsere Kerze durfte dabei nicht ausgehen. Leider haben wir verloren, doch trotzdem war es sehr, sehr lustig.

Dann durften wir endlich schlafen gehen. In den darauf folgenden Tagen hatten wir lauter lustige Spiele wie z.B. Frisbee spielen, wo wir wieder zwei Gruppen hatten

und jede hatte ein kleines Feld in einem großen Feld und man musste versuchen die Frisbeescheibe in das kleine Feld der Gegner zu bekommen, doch das war nicht so leicht wie es sich anhört. Denn die anderen springen vor einem so blöd herum und du versuchst da irgendwie die Scheibe an denen vorbei zu schummeln.

Und dann hatten wir auch viele Badezeiten wo alle zum Steg rennen um sich gegenseitig vom Steg zu schmeißen. Leider haben die Mädels nie eine Chance, denn die Jungs kommen zu 2. oder zu 3. auf einen zu und dann packen sie dich und du wirst in das Wasser katapultiert.

Der Höhepunkt jedes Lagers ist der Orientierungsmarsch, Kurzfassung OM. So wie ich jedes Jahr schreibe, bekommt man da eine Karte und einen Kompaß in die Hand, dann werden dir die Koordinaten gesagt und du musst den Punkt suchen. Wenn deine Gruppe dann den Punkt kennt, ab die Post, du darfst Abmarschieren und zwar die nächsten zwei Tage lang immer mit den gleichen Menschen. Ob das bloß gut geht?

Also unsere Gruppe namens H2B2KDU (das waren die Anfangsbuchstaben der Gruppenmitglieder) ging mit voller Motivation weg. Wir hatten richtig Spaß und wir kamen auch rasch weiter, denn wir hatten 2 Burschen in unserer Gruppe die uns die ganze Zeit angetrieben haben.

Bei der ersten Station stand ein Vorturner der uns eine Aufgabe stellte. Wir mussten eine Wasserbombe so weit wie möglich werfen doch zuerst musste jedes

Gruppenmitglied die Wasserbombe gefangen und weiter geschmissen haben bis sie beim letzten angekommen ist und der hatte dann das Vergnügen die Wasserbombe, wie beim Schlagball, weg zu schießen. Leider habe ich alles verpatzt, denn ich habe 2x von 3 Versuchen die Wasserbombe fallen gelassen. Meine Gruppe war mir aber nicht wirklich böse.

Die Nächste Station haben wir auch bald hinter uns gebracht denn dort mussten wir einem Ball in einem Tuch hin und her schupfen und zählen wie oft wir das geschafft haben. So ging das bis zu Mittag.

Mittags sind wir dann einen Berg hinauf gegangen und dort oben wurden wir dann ein steile Wand die ca. 30 Meter senkrecht hinunter geht abgeseilt. Danach durften wir den halben Berg wieder hinunter gehen um dort zu der Station zu kommen wo wir endlich etwas zu Essen bekamen. Ich glaube es gab Leberkäse mit Brot und Kartoffelsalat.

Die Reise musste weiter gehen und so machten wir uns voll gestopft mit lauter guten Sachen auf den Weg zu den nächsten lustigen Sta-

tionen. Unsere letzte Station war sehr interessant denn wir mussten über einen Fluss. Über den reißenden Fluss waren 2 Seile gespannt. Eines, wo wir darauf gehen konnten und eines, wo wir uns anhalten und unseren Rucksack darauf hängen mussten. Auf der anderen Seite erwartete uns ein schönes Lagerfeuer, wo wir alle gemütlich auf die anderen Gruppen warteten und was zu essen bekamen.

Als es schon Dunkel war verkündeten uns die Vorturner, dass wir weiter gehen müssen und so schleiften wir unsere müden und ausgelaugten Körper einen Berg hinauf. Oben auf dem Berg hatten wir unsere Schlafstätte in einem Heuschupfen.

Der Hahnenschrei weckte uns aus unseren Träumen und wir machten uns aufbruchsbereit. Das Frühstück fand mitten auf der Wiese statt wo wir alle auf der Erde saßen. Der 2. OM Tag war auch recht schön doch wir kamen nicht mehr so schnell voran, denn wir hatten uns gestritten. Aber nach ein paar Tagen hatten wir unseren Streit wieder vergessen und wir machten so munter und vergnügt weiter wie zuvor.



Nach dem OM waren die weiteren Tage sehr angenehm ruhig und wir machten nicht allzu anstrengende Sachen.

Wir hatten Massagestunden, wo wir es uns richtig gut gehen lassen durften. Ein sehr lustiges Erlebnis war auch die Schwitzhütte, die wir uns alleine gebaut hatten. Wir haben uns so eine Art Iglu gebaut, nur aus Holz und vielen Tüchern. Drinnen hatten wir dann eine „Feuerstelle“ auf welcher wir die heißen Steine, die wir bei einem großen Lagerfeuer angeheizt hatten, legten. Drinnen im Iglu war es ganz dampfig. Wenn alle im Iglu waren haben wir dann einen Aufguß ge-

macht und sind anschließend raus in den See abkühlen gelaufen. Danach noch mal rasch in den Iglu rein und noch einen Aufguß. Doch dann sind wir alle geschwind unter die Dusche gehuscht.

Auf dem Tagesdienstplan stand, so gut wie jeden Tag, einmal Singen. Ich fand das gut, denn wir haben viele Lieder gelernt und einige davon sogar 2stimmig.

So gingen die 2 Wochen sehr schnell vorüber und kaum hatte man sich versehen, saß man schon wieder im Zug Richtung nach Hause.

Ich bereue es überhaupt nicht, dass ich wieder dort hin gefahren bin, denn es ist einfach soo lustig. Und wenn man nun so geknickt ist wie ich, dann kann man sich wenigstens auf die Nachbesprechung freuen, wo man dann alle wieder sieht und gemeinsam wieder ein schönes Wochenende verbringen kann. Ich freu mich schon sehr auf das nächste Jahr und hoffe, dass ein paar mehr Leute mich zum Turnersee begleiten und sich überzeugen lassen, dass dort kein einziger Mensch keinen Spaß haben kann!

*Karin
Ducker*

KILA - das Kinderlager am Turnersee

01.07. - 13.07.2007, Kärnten

Wenn ihr den Bericht vom Jugendlager (Jula) gelesen habt, wisst ihr schon das Meiste. Doch gibt es mehrere große Unterschiede zwischen dem Jula und dem Kila.

Einer davon ist, dass wir nur einen eintägigen OM haben. Der ist auch sehr anstrengend aber auch sehr lustig. Dieses Jahr hat meine Gruppe sich leider nur verlaufen. Die Vorturner mussten uns abholen weil es schon so spät war und wir nicht wussten wie wir zum Heim kommen. Doch wir haben den Großteil der Stationen auch mit Verzögerung gefunden.

Eine der coolsten Stationen war die so genannte „Affenschaukel“. Da waren zwei Seile die an zwei Bäumen fest gemacht waren. Wir wurden mit einem Klettergurt hin-



ein gesetzt und bekamen ein Ende von einem Seil in die Hand. Am anderen Ende zog die ganze Gruppe, dass funktionierte wie ein Flaschenzug. Wenn man nicht mehr höher wollte oder konnte, hörte die Gruppe auf zu ziehen und man ließ das Seil los. Dann schwang man nach hinten und blickte in einen sehr tiefen Abgrund hinunter. Schließlich schwang man noch ein bisschen hin und her und glaubte man krache gleich in einen Baum.

Es gab auch noch andere Stationen wie Bogenschießen, erste Hilfe und, und, und. Als wir dann beim

Karl Hönck Heim ankamen, hatten wir großen Hunger und wir waren Tod müde, aber es hat uns sehr viel Spaß gemacht.

An einem anderen Tag hatten wir Waldspiel, im Wald hinterm Heim. Die Mädchen gegen die Burschen. Jedes Team baute sich in der ersten Phase ein Heim mit Dorfplatz auf, auf dem ein Altar stand und nach dem unser Thema dieses Jahr das Mittelalter war, mussten wir auch ein Schwert am Dorfplatz haben. Dieses Schwert mussten uns die Burschen in der zweiten Phase stehlen und wir es ihnen. Klingt ja ganz einfach denkt ihr!

Das war es aber nicht, denn wir hatten Lebensbänder die man sich gegenseitig abriß und wenn man kein Band hatte konnte man nicht mehr kämpfen. Es gab auch die Pest und andere Krankheiten die man nur heilen konnte, wenn man 100 Bockerl hatte. Die anderen Spielregeln zu erklären braucht zu lange, also lasse ich es lieber. Auf jeden Fall ist es sehr lustig im Wald zu Spielen.

Natürlich macht man auch so etwas wie Leichtathletik und Geräteturnen aber dabei geht es um den Spaß und nicht ums Können. Es gibt auch Seeüberquerungen, vom Heim zum Campingplatz und wieder zurück, aber die sind nicht so schlimm weil, wenn man nicht mehr kann, kann man sich am Boot anhalten oder auch mitfahren. Es

macht auch nichts wenn man nicht gut schwimmen kann, da bleibt man beim Heim und spielt was.

Und nachdem wir jetzt schon was für die Schwimmer, die Turner, die Leichtathleten und die Waldmenschen etwas haben fehlen noch die Ballspieler.

Für die haben wir am Turnersee das Beachvolleyballfeld wo wir Ball über die Schnur spielen, die Turnhalle zum Fußball spielen, das Wasser zum Wasserball spielen und die Wiese zum Völkerball spielen.

Alles in allem ist es super lustig auch wenn man nicht gerne schwimmt



oder Ball spielt oder sonst was nicht gerne macht.

Ich kann es euch nur allen empfehlen die zwischen 8 und 13 Jahren sind.

Corinna Purker

Ergebnisse - Siegerlisten

Wiener LA-Meisterschaften

Allg. Kl. männlich

Weitsprung

4. Dominik Götz

Kugel 7,26 kg

3. Johann Watzek

7. Dominik Götz

Diskus 2,00 kg

4. Johann Watzek

8. Dominik Götz

Hammer 7,26 kg

3. Johann Watzek

Speer 800 g

3. Dominik Götz

Allg. Kl. weiblich

Weitsprung

2. Claudia Schuda

Hochsprung

1. Claudia Schuda

Dreisprung

1. Claudia Schuda

Österr. LA-Meisterschaften

Allg. Kl. weiblich

Kugel

1. Veronika Watzek

Diskus

1. Veronika Watzek

Jugendbergturnfest Bisamberg

LA 3-Kampf

Jti B

2. Katrin Purker

Jti C

5. Corinna Purker

Jti F

5. Lene Claudi

Jtu E

11. Jens Bader



U23 Europameisterschaften

Diskus

3. Veronika Watzek

Prellball ÖTB Bundes- meisterschaften

M45

3. ÖTB TV Alsergrund

Franz Licha, Johann Watzek,
Thomas & Siegi Purker

Wiener LA-Masters

M45

Kugel 7,26 kg

2. Johann Watzek
3. Christian Barth

Diskus 2,00 kg

2. Johann Watzek
3. Christian Barth

Hammer 7,26 kg

1. Johann Watzek

Hochsprung

1. Johann Watzek

Speer 800 g

1. Christian Barth

W40

Kugel 4,00 kg

2. Christine Watzek

Weitsprung

1. Christine Watzek

Hochsprung

1. Christine Watzek

Österr. LA-Masters

M45

Kugel 7,26 kg

2. Johann Watzek
9. Christian Barth

Diskus 2,00 kg

3. Johann Watzek
7. Christian Barth

Hammer 7,26 kg

2. Johann Watzek

Speer 800 g

10. Christian Barth

W40

Kugel 4,00 kg

3. Christine Watzek

Weitsprung

2. Christine Watzek

Hochsprung

2. Christine Watzek

Int. Slovenische Meisterschaften

Diskus

1. Veronika Watzek

NÖ LA-Masters

M45

Kugel 7,26 kg

1. Johann Watzek

Diskus 2,00 kg

1. Johann Watzek

Hammer 7,26 kg

1. Johann Watzek

W40

Kugel 4,00 kg

2. Christine Watzek

Weitsprung

2. Christine Watzek

Hochsprung

2. Christine Watzek



Wir gratulieren recht herzlich
zum

5. Geburtstag

Victor Bichlbauer
Jakob Seibl
Lukas Seibl

am 11. Oktober 2007
am 16. November 2007
am 16. November 2007

25. Geburtstag

Doris Kühmayer

am 26. November 2007

45. Geburtstag

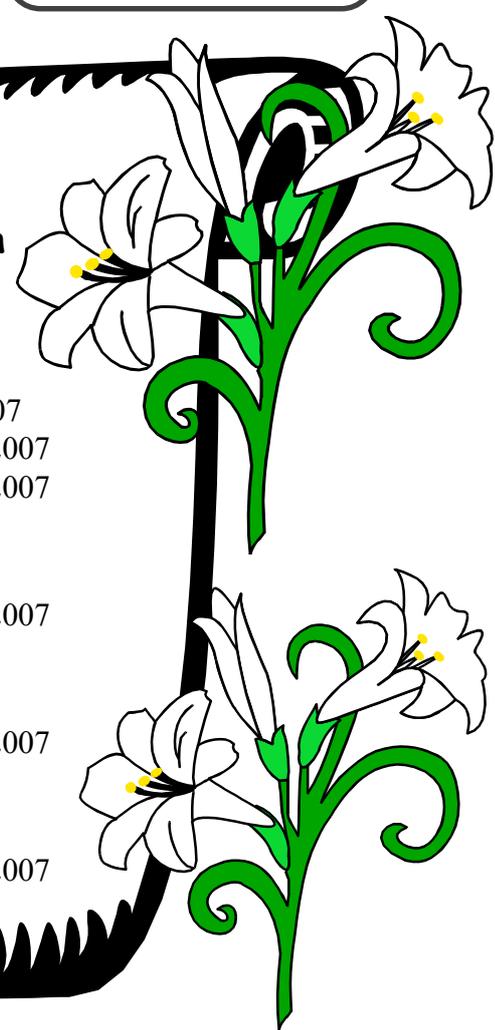
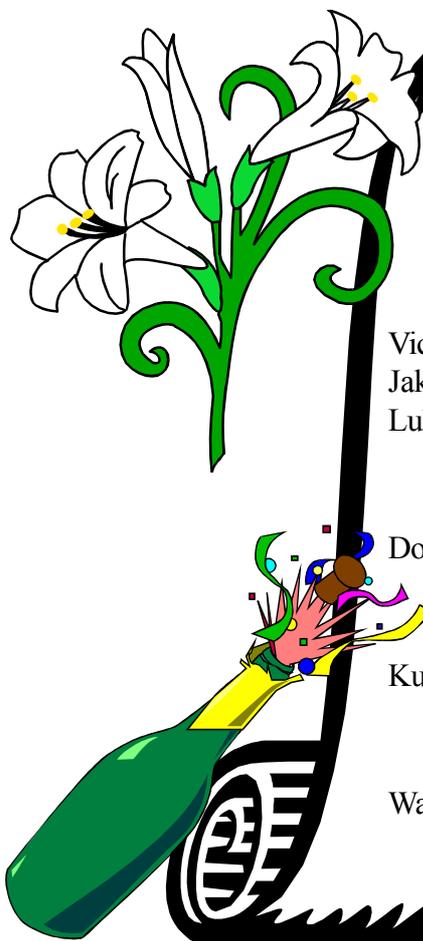
Kurt Schaefer

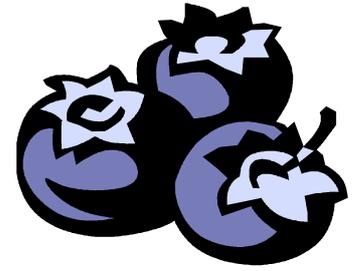
am 08. November 2007

55. Geburtstag

Wanda Litschauer

am 20. November 2007





HEIDELBEERE (*Vaccinium myrtillus*)

Geschichte:



Heidelbeeren erfreuen sich als Lebensmittel großer Beliebtheit, sie werden pur genossen, zu Marmelade verkocht oder, wie in den Alpenländern, zu Nachspeisen verarbeitet. Traditionell wurden die getrockneten Heidelbeeren als ausgezeichnetes Mittel gegen Durchfall eingesetzt, vor allem bei Kinder. Auch die Blätter gelten in der Volksheilkunde als Mittel gegen Durchfall. Frisch wirken die Beeren leicht abführend.

Eigenschaften:

Der Heidelbeerstrauch wächst am liebsten auf Wald- und Moorbö-

den, was auch der Name bedeuten dürfte, „Heide-Beere“. Die in ihr enthaltenen Gerbstoffe und Flavonoide wirken entzündungshemmend und schützen die Gefäße. In der Volksheilkunde wird den Blättern des Heidelbeerstrauchs außerdem eine Wirkung gegen Zuckerkrankheit zugesprochen.

Heidelbeertee:

Drei Esslöffel der getrockneten Früchte mit ½ l kaltem Wasser übergießen und etwa 10 Minuten lang kochen. Nach dem Abseihen und Abfüllen in eine Thermosflasche ist der Tee gebrauchsfertig. Mehrmals täglich 1 Glas getrunken, stoppt den Durchfall.

Zahnfleischentzündungen heilen rasch ab. Öfters während des Tages den Mund mit Heidelbeerfrüchtetee gründlich ausspülen.

Heidelbeer-Saft und seine große Heilkraft:

Dessen Wirkung darf nicht unterschätzt werden. Der Saft, sowohl gesüßt als auch ungesüßt genossen, ist sehr zu empfehlen. Er tut dem gesamten Magen-Darm-Trakt gut. In besonderer Weise eignet er sich als Gurgelmittel bei Heiserkeit. Belegter Stimme und rauhem Hals. Hierzu wird der Saft leicht angewärmt und damit gegurgelt. - Wichtig ist es, dass dann ausgespuckt und nicht hinuntergeschluckt wird.

*Das
Kräuterweibchen*

Vereinsplitter

Abschied

Der Turnverein Alsergrund trauert um sein langjähriges Mitglied Franz Schiel, welcher am 14. April 2007 im 89 Lebensjahr für immer von uns gegangen ist.

Als Jugendlicher war er im September 1930 dem Turnverein Alsergrund beigetreten und bis heute treu geblieben.

Die Turngemeinschaft hat ein verdienstvolles und treues Mitglied verloren.



Super Erfolg bei den U23 LA- Europameisterschaften

13.07.2007, Debrecen

WAHNSINN, Nicky Watzek hat es geschafft, bei den U23 Leichtathletik Europameisterschaften in ihrer Paradedisziplin, dem Diskuswurf, mit 57,15m, den dritten Platz, und damit die Bronzemedaille zu erringen.

Nach einigen Zittern im Vorkampf, kam sie aber doch mit 54,84m ins Finale der besten Acht. Dort wollte sie natürlich nun zeigen, dass da mehr möglich war.

Seite 9



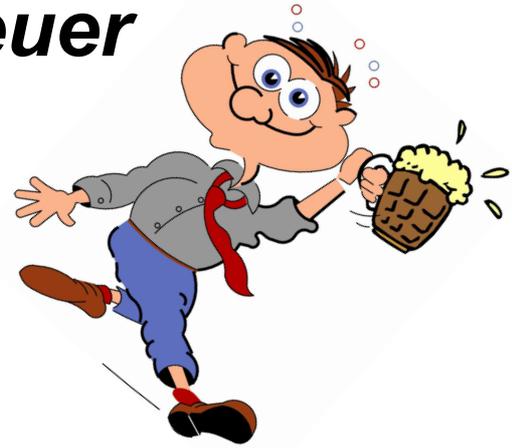
Und so zügelte sie dann ihre Nerven und brachte mit dem fünften Versuch die Weite für den dritten Platz zustande.

SUPER - Nicky! - nur weiter so, dass wir auch nächstes Jahr mit dir Jubeln können.

*Der
Turnrat*



Zum 5 x heißt's heuer O'zapft is !



am
Oktoberfest



des
TV Alsergrund!

Wann: Samstag, 6. Oktober 2007

Wo: Vereinsheim TV Alsergrund, 1090 Wien, Bleichergasse 11/2a

Um: 18 Uhr 30

Für beste Stimmung sorgt wieder die bewährte Oktoberfest-Mann(Frau)schaft!

Um Anmeldung (per e-mail bzw. fmdl.) wird ersucht:

Thomas Legner: (0664) 526 38 50, mail: spenglerei.legner@aon.at

Klaus Leger: (0664) 617 02 49, mail: klaus.leger@oebb.at

Hans Watzek: (0664) 330 09 91, mail: johann.watzek@chello.at



*Die Leg(n)er Buam freuen sich
auf Euren Besuch*



Dipl.-Ing. A. Hermann Pietsch

Zivilingenieur für Maschinenbau

allgemein beeideter und gerichtlich zertifizierter Sachverständiger

A-4910 Nied im Innkreis – Österreich

Kapuzinerberg 13 – Fernruf 0 77 52 / 80 0 20

Fernablichtung 0 77 52 / 80 0 21

übernimmt Aufträge in ganz Österreich für gesetzliche Überprüfungen von Rolltoren, Aufzügen, Krananlagen und Hebezeugen; Rationalisierung (Automation) in Fertigungsbetrieben; Gutachten im Bereich allgemeiner Maschinenbau und nach § 82 b Gewerbeordnung; geprüfte Sicherheitsfachkraft; Festigkeitsberechnungen; Ziviltechniker beraten, planen, überwachen und prüfen.



Erfahrene Pädagogin erteilt Nachhilfe in Englisch!

Ich würde mich freuen, auch ihr Kind (5. bis 10. Schulstufe) mit viel Geduld und Ruhe im Unterrichtsfach 'Englisch' zu unterstützen.
Telefonische Terminvereinbarung unter
0699 1 956 86 76!

Wir danken allen Firmen, die durch ihre Werbeinschaltung das Erscheinen dieser Vereinsnachrichten ermöglichen!



Hier ist noch Platz für weitere Werbeinschaltungen!
Sollte also Jemand Jemanden kennen, der in unserer Zeitung inserieren will, bitte an mich (Redaktion) weiterleiten.
Danke !!

Neu! Neu! Neu! Neu! Neu! Neu! Neu! Neu!

Ab Donnerstag den 27. **September 2007** (19.30 Uhr) bieten wir eine neue Stunde auf Kursbasis an.



In 10 Einheiten könnt ihr die Grundschrirte des Tanzens erlernen. Ob Tango, Walzer, Cha-Cha-Cha, Rumba, ... Mit viel Spaß und guten Tips von **Michi&Klaus!**

.... Autoversicherung 



Lebensversicherung

Pensionsvorsorge



..... sonstige Versicherungen

... am besten beraten bei

VERSICHERUNGSMAKLER

Franz Fest

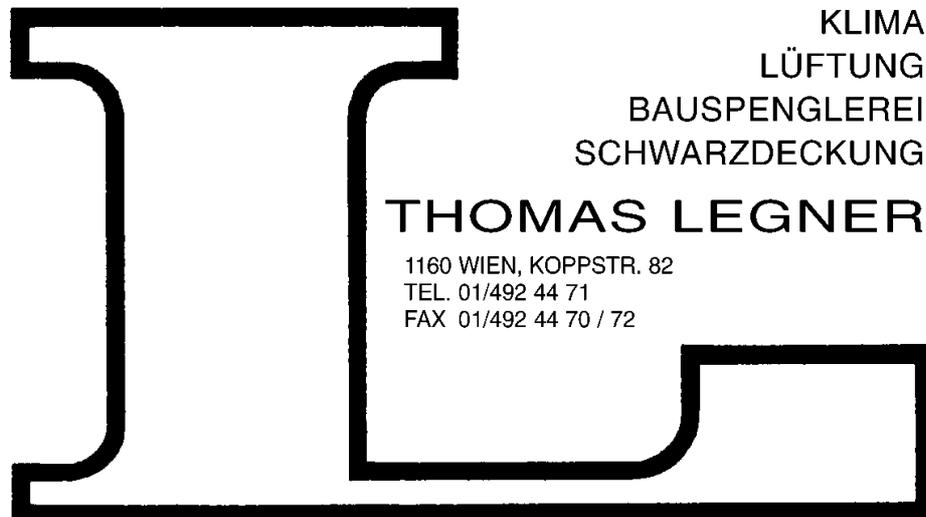
Döblinger Hauptstraße 21/16
1190 Wien

Tel. : 01/367 94 12

FAX : 01/367 97 90

e-mail: fest@council.net

<http://www.council.net/fest>



KLIMA
LÜFTUNG
BAUSPENGLEREI
SCHWARZDECKUNG

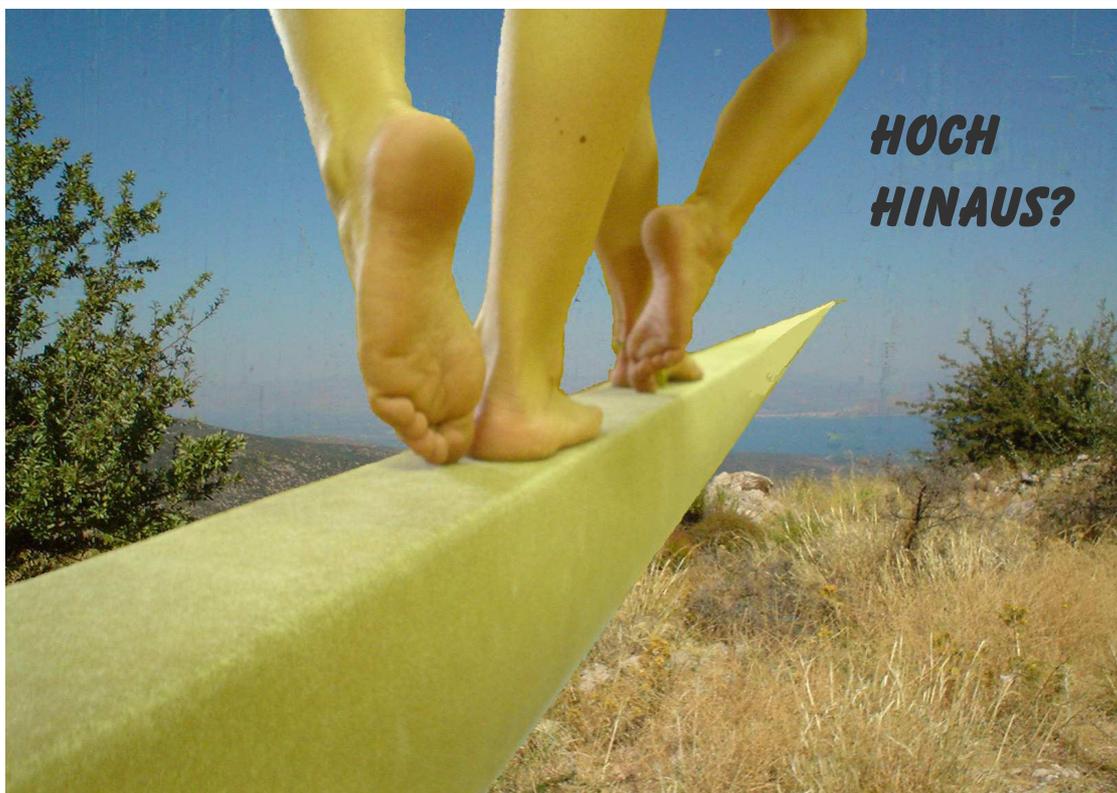
THOMAS LEGNER

1160 WIEN, KOPPSTR. 82
TEL. 01/492 44 71
FAX 01/492 44 70 / 72

Wettkämpfe.....Veranstaltungen.....Wettkämpfe.....Feiern.....Wettkämpfe.....Feste.....W

Veranstaltung	Termin	Nennschluss
Beginn Tanzkurs	27.09.2007	
Bergturnfest Wildegg Sittendorf	30.09.2007	28.09.2007
OKTOBERFEST TV Alsergrund	06.10.2007	
Breitenturntag II - Geringergasse, Wien 11	14.10.2007	05.10.2007
Volleyballmeisterschaft ÖTB Wien	20.10.2007	05.10.2007
Rätsellauf ÖTB Wien	21.10.2007	05.10.2007
Wienerwaldlauf	26.10.2007	
Jugend Volkstanzfest	26.10.2007	
Schwimmwettkamof	11.11.2007	
Zukunftswerkstatt Teil II	24.11.2007	
Adventkranzbinden	30.11.2007	
Vorweihnachtliche Feier (Julfeier)	07.12.2007	

Wettkämpfe.....Veranstaltungen.....Wettkämpfe.....Feiern.....Wettkämpfe.....Feste.....W



Medieninhaber: ÖTB TV Alsergrund

Für den Inhalt verantwortlich: Thomas Purker

Alle: 1090 Wien, Bleichergasse 11/2a

Erscheinungsort: Wien

E-mail: thomas.purker@chello.at

Internet: www.tv-alserground.at

Bankverb.: Sparbuch lt. auf ÖTB-TV-Alsergrund

Nr: 60202 371377 bei BA-CA / BLZ 12000

ZVR: 552579410

Adresse: