Die Zeitung des ASKÖ Breitenau

Ausgabe 3/2011, Nr.: 21

Sektion Tennis, Laufen, Nordic Walking und Beachvolleyball

sport punkt Breitenau

Erfolgreiche Steinfeldtrophy

Die diesjährige Orthuber Steinfeldtrophy war trotz der labilen und meist recht nassen Wettersituation eine gelungene Veranstaltung. Die SpielerInnen, aber auch deren Fans, kamen zahlreich nach Breitenau, um die besten Doppelspieler des Kreises NÖ Süd zu küren bzw. zu unterstützen.
Am Schlusstag freuten sich die Veranstalter über eine gelungene Woche und gratulierten dem Breitenauer Doppel Rene Stumvoll und Rene Prenner zum Vizekreismeistertitel im Herren Doppel A.

Der **ASKÖ Breitenau** veranstaltet in Zusammenarbeit mit der **Theatergruppe Hirtenberg** die

Komödie in 4 Akten
„Unsere Perle Judith“
(von Corinne Gasser)

im **Steinfeldzentrum Breitenau**
am **Samstag, 12. 11. 2011**, um **18.00 Uhr**
(Saaleinlass 17.30 Uhr)
Eintritt: Erwachsene € 8,--, Kinder € 4,--
TOMBOLA

Karten bei: Hr. Grill (Tel. 02635/65730), Hr. Trimmel (Tel. 0699/11554603), Hr. Mimra (02635/69143), Hr. Binder (Tel. 0664/8386523) u. Hr. Katzgraber (Tel. 02635/ 68135 od. 0664/3380037)

www.askoe-breitenau.com

Stockeinsatz

Nordic Walking WM

Aufschlag - Volley 0:15

Turniergeschehen

Xund bleim

Fit in der kalten Jahreszeit

In dieser Ausgabe:

Der Obmann hat das Wort 2
Aufschlag - Volley 0:15 3
Laufend 4
Stockeinsatz 5
Aus der Sandkiste 6
Xund bleim 7
Fixpunkt 8
Wir Gratulieren
Ehrungen

Der Obmann hat das Wort

von Hermann Weißenbacher

Die ruhige Zeit

Der Herbst ist eingezogen in das Land, die Tage werden merklich kürzer und die Menschen ziehen sich wieder früher in ihre Häuser bzw. Wohnungen zurück, um die wohlige Wärme zu Hause zu genießen. Bald schon beginnt der Advent und die sogenannte stille Zeit des Jahres, die dem Weihnachtsfest vorangeht und uns darauf hinweist, dass ein weiteres Jahr bald zu Ende sein wird. Auch das ASKÖ Sportjahr 2011 neigt sich seinem Ende zu und auf unserer Clubanlage ist es bereits merklich ruhiger geworden.

Obwohl im September sommerliche Temperaturen noch zu lustigen Beachvolleyballspielen einluden, mussten die Fans dieser Sportart in der Zwischenzeit bereits ihre Winterpause antreten. Auch die Tennisspieler können die Bälle nur mehr in den umliegenden Hallen über die Netze spielen, um in Schwung zu bleiben und sich für das nächste Frühjahr fit zu halten. Fit durch den Winter heißt es ebenfalls für die Nordic Walker und die Läufer. Sie werden sich von den winterlichen Verhältnissen nicht so leicht einschüchtern lassen und weiter ihre Runden durch Breitenau und Umgebung drehen. Einige werden mit Sicherheit auch am Silvesterlauf bzw. Silvester Nordic Walk, dem traditionellen Saisonfinale, teilnehmen.

Die Sportler nützen die kalte Jahreszeit zum Regenerieren und zum Auskurieren kleinerer Verletzungen, damit sie die neue Saison wieder mit viel Energie beginnen können. Die Funktionäre arbeiten an diversen Plänen, damit unsere Mitglieder auch im kommenden Jahr bestmögliche Bedingungen zur Ausübung ihrer Hobbys vorfinden werden. Auch der Veranstaltungskalender wird wieder zusammengestellt, denn wie Sie wissen, ist der ASKÖ Breitenau ein sehr aktiver Verein, der nicht nur an kleineren und größeren Turnieren und Wettkämpfen teilnimmt, sondern solche auch organisiert. Dafür brauchen wir jedes Jahr motivierte und engagierte HelferInnen, deren Mitarbeit für uns unbezahlbar ist. An dieser Stelle möchte ich mich im Namen des Vereins bei allen, die uns in der Saison 2011 unterstützt haben, nochmals sehr herzlich bedanken.

Auch ich werde die Winterpause dafür verwenden, die abgelaufene Saison Revue passieren zu lassen. Von meinem Chefsessel aus werde ich mich an sportliche Höhepunkte und gelungene Veranstaltungen erinnern, aber auch darüber nachdenken, was man anders, vielleicht sogar besser machen könnte. Ab Jänner wird dann im Vorstand bereits wieder hart gearbeitet, damit einer reibungslosen Saison 2012 nichts mehr im Wege steht. Bis dahin sage ich wie jedes Jahr:

Kommen Sie gut durch den Winter und bleiben Sie gesund.

Hermann Weißenbacher

Die Zeitung des ASKÖ Breitenau

ASKÖ Breitenau
Gartengasse 16
2624 Breitenau

Telefon: +43-2635-62251
E-Mail: kontakt@askoe-breitenau.com

ZVR-Zahl: 842136208

Offenlegung gemäß § 25 des Mediengesetzes
Medieninhaber, Verleger:
ASKÖ BREITENAU
Grundlegende Richtung:
Information für alle, die über das aktuelle Geschehen beim ASKÖ Breitenau informiert werden wollen
Herausgeber:
ASKÖ Breitenau, 2624 Breitenau, Gartengasse 16
Chefredakteur:
Hermann Weißenbacher
Stellv. Chefredakteurin:
Margit Reiter
Redakteure:
Sigrid Pichler, Judith Preiner, Margit Reiter, Helmut Preiner, Robert Piribauer
Layout und Design:
Nikolaus Reisner
Erscheinung:
Sehr unregelmäßig, ab sofort mindestens ein bis drei mal im Jahr

Aufschlag Volley 0:15

von Robert Piribauer

Mitten im Turniergeschehen

Die Orthuber Steinfeldtrophy war im Juli das Highlight für alle Tennisbegeisterten im südlichen Niederösterreich, da doch die Doppelkreismeisterschaften zum wiederholten Male auf unserer Anlage zur Austragung kamen. Gut zu erkennen war dies an den Anmeldezahlen: 71 Doppelpaarungen sorgten für das beste Nennergebnis seit langer Zeit. Unter den sechs ausgetragenen Bewerben erfreuten sich vor allem die zwei Mixed Doppel Konkurrenzen großer Beliebtheit.

Die Begeisterung übertrug sich auch auf das Publikum, welches die SpielerInnen zahlreich unterstützte. Zur guten Stimmung trugen auch die Erfolge unserer VereinsspielerInnen bei. Rene Prenner/Rene Stumvoll (im Herren Doppel A), Hans Haslinger/Franz Martin Past (im Herren Doppel C) und Manuela Schaller/Rene Prenner (im Mixed Doppel HB) konnten Plätze auf dem Stockerl erzielen.

Südamerikanische Düfte umwehten die Sportanlage am traditionellen Themenabend während der Steinfeldtrophy. Sigi Krenosz und sein Team brachten „Argentinien zu Gast nach Breitenau“ und verwöhnten gekonnt die zahlreichen Besucher mit Köstlichkeiten aus dem zweitgrößten Land Südamerikas.

Im September fanden die Vereinsmeisterschaften auf Sand statt. Die über 30 Nennungen zeigen deutlich, dass die Vereinsmeistertitel nur schwer gewonnen werden können. Im Herren A-Bewerb kam es zu zahlreichen ausgeglichenen Duellen. Am Ende setzte sich Rene Stumvoll gegen Markus Luef nach drei spannenden Sätzen durch und sicherte sich den Siegespokal.

Ebenso ausgeglichen war die Situation im B-Bewerb, in dem Manfred Kapfenberger gegen Mario Kwas im Finale die Oberhand behielt. Im 45+ Bewerb setzte sich zum wiederholten Male Christian Reiter gegen seine Mitstreiter durch. Heinz Meiser/Franz Martin Past im Herren Doppel und Hofer/Fellner im Mixed Doppel komplettieren die Siegerliste des Jahres 2011.

Für die Verantwortlichen des Vereins sind die gestiegenen Anmeldezahlen ein Zeichen dafür, dass sich die SpielerInnen auf unserer Anlage sehr wohl fühlen und den Aufwand der letzten Jahre zu schätzen wissen. Es stellt aber auch eine Verpflichtung dar, diese Begeisterung weiter zu fördern und den Wohlfühlfaktor aufrechtzuerhalten.

Breitenauer Dorfladen…

… verwöhnt die Bewohner von Breitenau

Martina Waidhofer
2624 Breitenau

Laufend

von Judith Preiner

Laufend…

ging eine erfolgreiche Saison zu Ende. Viele Teilnahmen an verschiedensten Wettkämpfen und auch einige persönliche Bestzeiten konnte die Sektion Laufen in diesem Sommer verbuchen.

Neu in der Laufsaison 2011 sind große Erfolge bei der **Jugend.** Zwei weibliche Läuferinnen, **Sabrina Binder** (19 J.) und **Christina Preiner** (17 J.) können erstmals auf eine erfolgreiche Laufsaison zurückblicken.

Begonnen wurde mit einem 5 km Lauf im Wiener Prater. Christina Preiner nahm am Österreichischen dm Frauenlauf teil und bewältigte die 5 km lange Strecke in 30,24. Bald darauf lief Sabrina Binder mit der hervorragenden Laufzeit von 21,40 beim Wr. Neustädter Firmenlauf über die Ziellinie. Danach folgte der Ternitzer Stadtlauf. Christina Preiner landete in der Klasse U 18 am Podest und holte als erste weibliche Jugendliche einen Pokal nach Breitenau. Beim LCC-Lauf im Wiener Prater finishte sie den 8 km Lauf in 40,21 und wurde ausgezeichnete Zweite in ihrer Altersklasse. Beim Gloggnitzer Stadtlauf lief Sabrina Binder in der Jugendklasse zum Sieg. Schließlich lief Christina Preiner auch beim Vereinsausflug (in Eisenstadt) aufs Stockerl. Wir gratulieren den beiden jungen Damen nochmals sehr herzlich zu ihren tollen Leistungen.

KÄRNTEN LÄUFT

Im heißen August waren vier LäuferInnen unseres Vereins beim Laufevent im südlichsten Bundesland Österreichs am Start. Marius Bock, Ruth Polz und Melanie Weißenbacher-Joun bestritten den Viertelmarathon. Hermann Weißenbacher „überlebte“ bei großer Hitze den Halbmarathon, der von Velden nach Klagenfurt führte.

NÖLV MEISTERSCHAFTEN

Im Rahmen des Wachau-Marathons wurden die NÖ Landesmeisterschaften im Halbmarathon ausgetragen. Dabei eroberte Marius Bock in der Zeit von 1:14,12 den NÖ Landesmeistertitel über diese Distanz.

DREILÄNDERMARATHON

Bei strahlend schönem Wetter und angenehmen Temperaturen war am 2. Oktober um 11 Uhr 11 auf der Insel Lindau der Start dieser Laufveranstaltung. Die klassische Marathondistanz von 42,195 km wurde wieder einmal in Angriff genommen. Mit dabei als Organisator und Betreuer war unser Sektionsleiter Manfred Binder.

Den Marathon mit Ziel in Bregenz liefen Marius Bock (2:32), Karin Binder (persönl. Bestzeit 3:57) sowie Doris und Roland Fischer (beide 3:28). Ruth Polz bewältigte die Halbdistanz in 2:01. Selbstverständlich wurden auch einige nette Urlaubstage vor- bzw. nachher im „Ländle“ verbracht.

Marius Bock, Ruth Polz, Karin Binder, Doris Fischer und Roland Fischer (im Bild v.l.n.r.) waren für den ASKÖ Breitenau in Vorarlberg im Einsatz.

GRAZMARATHON

Eine Woche nach dem Dreiländermarathon nahmen Helmut Preiner, Karin und Martin Geiscnek sowie Christina Preiner am 9. Oktober am Lauf durch die Grazer Innenstadt teil. Bei optimalen Temperaturen liefen Martin Geiscnek (3:27,44) und Helmut Preiner (in persönl. Bestzeit 3:32,57) den Marathon.

Den Abschluss einer erfolgreichen Saison bildete unser Vereinsausflug zum Stadtlauf nach Eisenstadt mit anschließendem Heurigenbesuch in Zagersdorf, wo wir auf viele Stockerlplätze anstoßen konnten.

Nun beginnt für alle eine eher ruhigere Zeit. Wir widmen uns wieder mehr dem Aufbautraining für die nächste Saison. Im Winter wird vor allem Grundlagenausdauer trainiert. Lange, langsame Läufe stehen auf dem Programm, denn in der kalten Jahreszeit ist es nicht ratsam, ein schnelles Intervalltraining durchzuführen.

Stockeinsatz

von Margit Reiter

Auswärtstour

Im August führten uns Hermi und Franz Weißenbacher nach Ternitz zum ehemaligen Naturdenkmal „Vier Brüder-Baum“, ein beliebtes Ausflugsziel der Gemeinde Bürg-Vöstenhof. Eine Laune der Natur ließ aus einem im Jahr 980 „geborenen“ Sämling einer Schwarzföhre durch Wildverbiss vier gleichstarke Stämme wachsen.

Durch einen Blitzschlag im Jahr 1972 wurden zwei Stämme vernichtet. Trotzdem ist es eine beeindruckende Schöpfung der Natur, die ausgiebig von uns bewundert wurde. Danke an Hermi und Franz - wir haben wieder ein Stück Heimat in unmittelbarer Umgebung kennen gelernt.

Nordic Walking WM

Die 4. Nordic Walking WM fand von 9.9. bis 11.9.2011 in Südkärnten statt. Am 9.9. erfolgte in der Sporthalle des ASKÖ St. Michael ob Bleiburg die Eröffnung mit Vorstellung der Bewerbe. Das Gelöbnis für die Sportler wurde vom zweifachen Weltmeister Michael Epp abgelegt. Am 10.9. fand der Cross Country-Bewerb statt, diese Route führte durch die schöne Naturlandschaft Südkärntens unter der Petzen, über Asphalt-, Wald- und Schotterwege. Vor allem die hohen Temperaturen machten den Teilnehmern zu schaffen. Dominierend waren dieses Jahr SportlerInnen aus Polen. Kräftig unterstützt wurden die Teilnehmer des ASKÖ Breitenau von den mitgereisten Schlachtenbummlern. Unsere WalkerInnen schlugen sich trotz Hitze hervorragend, auch wenn sie die Zeiten vom Vorjahr nicht ganz erreichten:

	Zeit	Altersklasse	Gesamtrang
Maria Salburg	2:38:29,13	6. Platz	15. Platz
Irene Dorfleitner	2:50:57,10	9. Platz	25. Platz
Josef Slepicka	2:28:41,43	4. Platz	28. Platz

(Die Siegerzeit bei den Herren betrug 2:03:32,96, bei den Damen: 2:12:40,56).

Wieder in Breitenau angekommen, wurden die Leistungen unserer erfolgreichen Teilnehmer im Rahmen einer Feier im Clubhaus gewürdigt.

Am 23.10. nahmen einige WalkerInnen bei der Benefizveranstaltung für den Notarztwagen auf der Föhrenwaldstrecke teil. Am 26.10. feierten wir traditionell unseren offiziellen Saisonabschluss mit einer gemeinsamen Walkingrunde und anschließender Einkehr in ein Gasthaus, diesmal in das „Augartl“ in Neunkirchen.

Kleingruppen werden auch den Winter über ihre Runden durch Breitenau ziehen. Der offizielle Saisonbeginn wird allerdings erst wieder im März 2012 sein. Vielleicht auch mit neuen Mitgliedern? Wir würden uns sehr freuen!

Aus der Sandkiste

von Sigrid Pichler

Am 13. August fanden die 4. Vereinsmeisterschaften auf Sand, genauer gesagt auf Beachvolleyballsand statt. Zur Austragung kamen ein 2er- sowie ein 4er-Bewerb. Insgesamt spielten zwölf Teams um die zwei Vereinsmeistertitel.

Bgm. Helmut Maier gratulierte den „Sandwürmchen“ zum erneuten Titelgewinn im 4er Bewerb der heurigen Vereinsmeisterschaften.

Im 4er gab es keine große Überraschung. Die Titelverteidiger schlugen wieder zu, so harmlos sie als „Sandwürmchen“ auch klingen mögen. Auch das Doppel war ganz in „sandgewürmter“ Hand. Im Finale standen Kathi Weninger und Martin Fischer ihren Teampartnern Gerhard Weninger und Pepi Vosel gegenüber. Erstere konnten sich in einem wahrlichen Regenduell den Pokal sichern.

Das Wetter war uns diesmal leider nicht besonders wohlgesinnt, aber pünktlich nach Turnierende kam die Sonne wieder hervor, was zumindest die obligatorische Nachbesprechung angenehmer gestaltete. An dieser Stelle möchte ich einen großen Dank an alle Mitwirkenden aussprechen.

Martin Fischer, Pepi Vosel, Gerhard Weninger und Kathi Weninger (im Bild vorne v.l.n.r.) lieferten sich bei Regen ein spannendes Finale im 2er Bewerb.

Anfang August fand der zweite Kinderkurs statt. Aufgrund des großen Ansturmes wurde zusätzlich auch noch ein wöchentliches Training während der gesamten Sommerferien angeboten. Wir hoffen, dass das Interesse für diesen Sport geweckt werden konnte, und wir auch nächstes Jahr wieder ein großes Kindergetümmel in der Sandkiste vorfinden werden.

Die Saison ist für uns erledigt, nun überlassen wir den winterfesten Läufern und Walkern das Feld.

Peischinger Dorfwirt
Familie Beisteiner
+43-2635-62632
www.peischinger-dorfwirt.at

Xund bleim

Die Gesundheitsseite von
Dr. Helmut Preiner

Fit in der kalten Jahreszeit
Auch wenn uns die letzten Wochen noch herrlich sonniges und zum Teil auch sehr warmes Sportwetter beschert haben, ist eines gewiss, die Tage werden wieder kürzer und die Temperaturen wieder kälter. Kein Grund aber die Bewegung im Freien einzustellen, denn Bewegung in frischer Luft ist auch im Herbst und Winter gesund, hält uns fit und macht Spaß. Man muss nur einige wenige Ratschläge beachten und der Winter kann sportlich und gesund Einzug halten:

Richtige Ausrüstung
Kleidung sollte atmungsaktiv, dabei aber winddicht und wenn erforderlich auch regenabweisend sein**.** Baumwollkleidung ist nicht geeignet, da sie den Schweiß aufnimmt und man dann sehr rasch auskühlt. Am besten tragen Sie einige Schichten übereinander im sogenannten Zwiebelprinzip. Zu warm sollten Sie sich aber auch nicht anziehen, damit Sie nicht schon vor dem Start ins Schwitzen kommen. Wenn Sie beim Wegstarten das Gefühl haben, dass Ihnen noch ein wenig frisch ist, dann sind Sie richtig angezogen.
Eine **Kopfbedeckung** gehört genauso wie **Handschuhe** unbedingt zur Standardausstattung eines Wintersportlers, denn über den Kopf und die Hände verliert der Mensch ca. 40 Prozent der gesamten Körperwärme.

Empfehlenswert sind außerdem **Schuhe** mit starkem Profil, die bei matschigem oder rutschigem Untergrund guten Halt geben.

Sehen und gesehen werden
Im Winter wird es rasch dunkel. Im Dunkeln sollte man auf Kleidung mit Reflektoren achten, auch eine Stirnlampe, die ausreichend Licht gibt, kann erforderlich sein um genug zu sehen und auch gesehen zu werden. Zur eigenen Sicherheit sollten Sie wenn möglich auf beleuchteten Wegen unterwegs sein.

Richtig Atmen
Die richtige **Atmung** ist im Winter von großer Bedeutung. Atmen Sie wenn möglich durch die Nase ein und durch den Mund aus. So erwärmt sich die Luft besser und die Bronchien werden vor zu viel kalter Luft geschützt. Bei leichten Minusgraden kann auch ein Schaltuch vor Mund und Nase das Einatmen zu eisiger Luft verhindern.

Schnell ins Trockene und Warme
Um sich nicht zu erkälten, sollten Sie nach dem Training sofort trockene Kleidung anziehen. Eine heiße Dusche oder ein ausgiebiges Bad kann außerdem für Entspannung und eine schnellere Regeneration sorgen. Dehnungsübungen sollten ebenfalls erst danach im Warmen durchgeführt werden.

Nicht krank trainieren
Ganz wichtig: Bei Erkältungen oder gar Fieber gilt absolutes Sportverbot! Erst wenn Sie einige Tage fieberfrei sind, sollten Sie wieder mit dem Sport beginnen. Beginnen Sie aber vorsichtig und steigern Sie die Belastung nur langsam von Training zu Training.

Michael Pichler Ges.m.b.H
02635/ 63289
FAX: 68693
ERDBAU
Asphaltierungen - Pflasterungen
Erdbau - Transporte - Kieswerk
2624 Breitenau, Betriebsgebiet Obj. 2, Mobil 0664/392 65 65
www.pichler-breitenau.at

Fixpunkt

12. November	ASKÖ	Theatergruppe
09. Dezember	ASKÖ	Weihnachtsfeier
31. Dezember	Laufen/NW	Silvesterlauf und Silvesternordicwalk

WIR GRATULIEREN

Zum 70er:	Zum 60er:	Zum 50er:	Zum 40er:	Zum 30er:
Böhm Hannelore	- - - -	Seufert Ulrike	Zotter Doris	Scherleithner Markus
Cwik Ernst		Schmidt Gerhard		Kwas Jürgen
		Preiner Helmut		Schick Andreas
				Mauser Carina

Die oben genannten Geburtstagskinder konnten ihren Festtag bereits feiern oder haben diesen noch vor dem Erscheinen unserer nächsten Ausgabe.

EHRUNGEN

Im Rahmen des ASKÖ Bezirkstages 2011 in Flatz wurde unseren Vorstandsmitgliedern

Karin Binder (Schriftführerin seit 1996)
und
Josef Trimmel (Kassier seit 1995)

im internationalen Jahr des Ehrenamtes aufgrund ihrer langjährigen Funktionärstätigkeit
das ASKÖ Bezirksehrenzeichen verliehen.

UNIQA
GeneralAgentur
REISNER
www.reisner-versichert.at
Versicherung
Vorsorge
Leasing
Bausparen