



SPORT UNION SIERNING

Kursprogramm 2017/18

- Eltern-Kind-Turnen 2-4
- Kleinkinder-Turnen 4-6
- Mädchen/Buben 7-10
- Gerätturnen ab 12
- Gerätturnen Erwachsene
- Volleyball for kids/youth
- Volleyball FunFactory
- Volleyball Mixed
- Step Aerobic
- B!Balanced Workout
- Damengymnastik
- Funktionsgymnastik
- Herrengymnastik
- Fit durchs Jahr
- Osteoporose-fit
- Nordic Walking



Vorwort

Liebe Freunde der Sportunion Sierning!

Die Sportunion Sierning besteht seit dem Jahr 1957. Wir feiern heuer das 60-jährige Bestehen des Vereins. Das Ziel des Vereins ist heute wie damals die Bewegung auf gemeinnütziger und ehrenamtlicher Basis. Die Sport- und Bewegungsangebote haben sich in den vergangenen Jahren verändert.

War der Schwerpunkt im ersten Dezennium das Gerätturnen mit seinen Bezirks-, Landes- und Bundessportfesten und viele Festivitäten wie Sonnwendfeuer, Ball und Monatsabende als gesellschaftliche Veranstaltungen für den Ort, so wandelte sich das im nächsten Jahrzehnt. Breitensport und Fitness waren angesagt von den revolutionären 68-er Jahren. Radausfahrten, Schigymnastik, Auflösung des klassischen Gerätturnens stand im Vordergrund. Eine Sektion Judo bestand bereits.

Sport und Spiel nicht nur mehr um des Gewinnens wegen entwickelten sich. Bewegungsangebote mit neuen Geräten wie Pedalo und Frisbee oder neue Sportarten wie Volleyball wurden eingeführt. Die klassischen Sportgeräte wurden zu Bewegungslandschaften umgebaut. Die Sektion Judo wurde Selbstverteidigung. Die Sektion Volleyball nahm als Mixed Mannschaft den Meisterschaftsbetrieb auf. Trendmäßig wurde Baseball in das Vereinsprogramm aufgenommen.

In den Neunzigerjahren wurden die Namen der Sportarten mehr und mehr angliert: Body Workout, Basic Step, CU2, Bodystyling. Natürlich gab es auch noch die Klassiker wie Mutter-Kind-Turnen, Kinderturnen, Damengymnastik, Herrengymnastik und Fit in den Winter.

Gleich nach der Jahrtausendwende wurde Nordic Walking angeboten. Tai Ji und Qigong standen auf unserem Programm. Aus Mutter-Kind wurde Eltern-Kind. Eine Laufgruppe gab es. Eine Hüpfburg leisteten wir uns zum 50-Jahre Jubiläum.

Im letzten Jahrzehnt konnte ein Trampolin angeschafft und mittlerweile um ein Airtrack bereichert werden. Wieder tauchten neue Sportarten auf wie Zumba, Deepwork oder B!Balanced. Die Klassiker der gymnastischen Angebote blieben auch erhalten.





Wir feiern heuer noch. Am 17. November 2017 findet unsere Generalversammlung im Rahmen eines Rückblickes über 60 Jahre Sportunion Sierning im Landhotel Forsthof um 19:30 Uhr statt. Ich möchte alle, die sich mit unserem Verein verbunden fühlen, weil sie einmal Mitglied oder Mitarbeiterin oder Mitarbeiter waren, recht herzlich dazu einladen.

Wie wird der Verein der Zukunft - im Zeitraum der digitalen Revolution und der künstlichen Intelligenz ausschauen? Kinder brauchen zur Persönlichkeitsentwicklung dennoch motorische und sensorische Anreize in einem personalen sozialen Umfeld. Das Erwachsensein und Älterwerden kann ich mir ohne persönliche Freunde ebenso wenig vorstellen. „Der Roboter kann nicht lieben.“

Sie werden bemerken, dass ich in meinen Zeilen keine Namen angeführt habe. Alle, die den Verein gegründet und weitergeführt haben namentlich zu erwähnen, würde den Rahmen sprengen. Ich bedanke mich an dieser Stelle bei allen, die dafür sorgten und sorgen, dass die Sportunion Sierning bis heute besteht. Den Verstorbenen gebührt mein ehrendes Gedenken.

Auf den Fotos unserer diesjährigen Aussendung blicken wir in die Vergangenheit zurück. Sie feiert ein Jubiläum. Wir bringen Ihnen seit 20 Jahren unser Programm auf diesem Weg nahe.

Wir freuen uns, wenn Sie im kommenden Sportjahr 2017/18 an unseren Programmen teilnehmen werden.

*Für die Sportunion Sierning
Eva Bauer (Obfrau)*





**SPORT
UNION** 



Eltern-Kind-Turnen 2-4

Kind UND Eltern sollen gemeinsam turnen!

Kinder wollen sich bewegen und Turnen ist verantwortlich für ein gutes Muskelkorsett. Das Runterspringen festigt Knochen und Bänder, Balancieren verbessert das Gleichgewicht und Klettern bildet das Wirbelsäulen-S und einen stabilen Rücken aus. Die Eltern sind beim Eltern-Kind-Turnen der sichere Hafen, von dem aus die Turnhalle entdeckt wird. Ich starte mit 3 Einheiten und hoffe, dass sich währenddessen ein neues Übungsleitungsteam finden wird!

*Karin Sobola-Weiß | 0650 5184181
Melanie Forster | 0660 5331699*

Kleinkinder-Turnen 4-6

Tolle Übungen und jede Menge Spaß!

Macht dir Bewegung Spaß, dann komm zu uns in die Turnstunde. Viele Angebote mit Laufen, Springen, Rutschen, Schaukeln, Balancieren, Hüpfen... warten auf dich! Wir probieren alle Turngeräte aus und entdecken gemeinsam mit dir, welche tollen Übungen man damit machen kann. Bald geht's los, komm doch vorbei und mach mit.

Helga Mairhofer | 0664 73516527



Mädchen/Buben 7-10

Ab in den Turnsaal!

Jede Menge Spiele, viel Bewegung und Action auf verschiedenen Turngeräten, sowie spaßige und knifflige Übungen mit Handgeräten warten auf dich.

*Brigitte Schoiswohl | 0680 1200688
Esmat Jawaheri | 0676 6053750
Rudi Dambachmayr
Iris Marhann*



Gerätturnen ab 12 Jahre & für Erwachsene

Abwechslungsreiche Turnstunden für Hobbyturner/innen!

Eine Tradition hat sich in 3. Generation wieder belebt. Wenn du 12 Jahre alt bist, Interesse an Gerätturnen hast und bereits motorische Vorkenntnisse besitzt (Handstand, Rad), bist du bei uns richtig!

Wir bieten abwechslungsreiche Turnstunden für Hobbyturner/innen an. Hauptsächlich werden wir Geräte, wie das Trampolin und Airtrack verwenden, aber wir werden auch durch Gemeinschaftsspiele den Turnsaal unsicher machen. Wir freuen uns auf dich!

ab 12 Jahre: Mittwoch 16:00 - 18:00 Uhr und Donnerstag 17:30 - 18:45 Uhr

für Erwachsene: Montag 20:00 - 21:30 Uhr

Alexander Mairhofer | 0650 2231360

Lukas Grabenweger | 0650 7962721

Christoph Mairhofer | 0677 61837016



**SPORT
UNION** 



STEYRTALAPOTHEKE

WWW.GESUNDHEITSGREISLEREI.AT



SPORT
UNION 



Volleyball

Der Trendsport für Anfänger & Fortgeschrittene!

Seit vielen Jahren sind die Sierninger Volleyballmannschaften aktiv und auch in der OÖ Liga mit einer Mixed Mannschaft vertreten.

Volleyball for kids

Für Volleyball interessierte Mädchen und Jungs im Alter von 11-14 Jahren bieten wir mittwochs von 17:00 - 18:00 in der NMS Sierning ein Training für Anfänger an.

Vera Eckerstorfer | 0650 7849700

Jürgen Grabenweger | 0699 12030573

Volleyball for youth

Auch für 14-18 jährige Jugendliche findet wieder ein gemischtes Training am Mittwoch von 18:00 bis 19:30 in der NMS Sierning statt.

Margit Schölbauer | 0676 5071920

Claus Huber | 0699 81188517



Volleyball FunFactory

Für Erwachsene bieten wir am Dienstag in der VS Sierning ein Training für Neu- und Wiedereinsteiger/innen von 19:00 bis 21:00 an.

Reini Wasserbauer | (07259) 4821

Die Freude am Sport soll hier im Vordergrund stehen, wenn grundlegende Techniken des Volleyballs spielerisch erlernt und vertieft werden!



Volleyball Mixed Mannschaft

Das Training der Meisterschaftsteilnehmer findet montags und mittwochs in der NMS Sierning von 19:00 bis 21:00 statt. Wenn du die Grundtechniken des Volleyballs bereits beherrschst und dein Können gerne unter Beweis stellen willst, dann melde dich bei uns!

Claus Huber | 0699 81188517

Jürgen Grabenweger | 0699 12030573

Vereinshistorie mit Erfolgen:

- 1988** Gründung einer Sektion Volleyball der Union Sierning
- 1990/91** Teilnahme an den Mixed Meisterschaften des OÖ-Volleyballverbandes
- 1993/94** Teilnahme an den Herren Meisterschaften des OÖ-Volleyballverbandes.
Aufstieg 1997 in die 1. Landesliga
- 1999-2004** Gründung einer Spielgemeinschaft mit VBC-Steyr. Es folgten 3 Landes- Meistertitel. Die Spielberechtigung für die 2. Bundesliga wurde abgetreten.
- 2002** Eine 2. Mixed-Mannschaft nahm am Spielbetrieb teil.
- 2006/07** Neuformierung einer Herrenmannschaft. Aus der Jugend entsteht eine zusätzliche 3. Mixed-Mannschaft.
- 2012** Durch Abwerbung von hervorragenden Spielern erfolgte die Auflösung der Herrenmannschaft und 3. Mixed-Mannschaft.
- 2012/13** Neugründung einer U 15 Mädchen Mannschaft für 2 Jahre
- 2014** Mit dem Erreichen des OÖ-Landesmeistertitel entschied sich die 1. Mixed Mannschaft am Leistungszenit aufzuhören.
- 2015** Weiterführung des Spielbetriebs mit einer Mixed-Mannschaft welcher noch immer ein Gründungsmitglied angehört.



SPORT
UNION 



Meine Raiffeisen Vorteile.

Raiffeisen Kunden profitieren mit einem der folgenden Symbole auf ihrer Raiffeisen Bankomatkarte! Einfach Karte vorzeigen und Vorteile genießen!



Meine Bank.
Meine Vorteile.



CLUB



Available on the
App Store

ANDROID APP ON
Google play

Raiffeisen OÖ App „Meine Bank. Meine Vorteile.“



SPORT
UNION 



B!Balanced

Dein Körper in Balance!

B!Balanced steht für die Beseitigung muskulärer Dysbalancen, die durch Bewegungsmangel oder einseitige Belastungen im Alltag entstehen. Dazu verwenden wir Trainingsgeräte, wie Power Clips (Hanteln), Balance Pads (Schaumstoffmatten) oder Flow Tonics (Rutschkissen).

B!Balanced dehnt, kräftigt und mobilisiert.

B!Balanced ist eine Aerobic Stunde, d. h. wir bewegen uns rhythmisch im Musikbogen, um die Trainingsintensität zu erhöhen, werden wir gelegentlich auch in den anaeroben Bereich vordringen.

Get balanced now ...

Freitag, 18:00 - 19:30 Uhr VS Sierning

Gerald Zemsauer | (07259) 5991

Step Aerobic

Rhythmisches Ausdauertraining zu trendiger Musik

Wer Step Aerobic schon kennt und liebt, weiß: von einem Step Aerobic Workout profitiert der ganze Körper! Durch das gelenkschonende Auf- und Absteigen am Step trainierst du Bein- und Gesäßmuskulatur und verbesserst deine Ausdauer und Koordination. Das Lernen der Choreografien stärkt deine Konzentration und dein Gedächtnis, der hohe Kalorienverbrauch unterstützt dich beim Abnehmen.

Fließende Choreografien und mitreißende Musik lassen dich vergessen, dass du gerade trainierst. Hab Freude an der Bewegung im Einklang mit der Musik und nimm dir eine Stunde Auszeit vom Alltag!

Wir freuen uns schon darauf, dich im Herbst kennenzulernen oder dich wiederzusehen!

Donnerstag, 18:45 - 20:00 Uhr VS Sierning

Gabriele Zemsauer | (07259) 5991

Apropos Aerobics

Spaß & allgemeines Wohlbefinden

In den 1960er Jahren legte ein Arzt in den USA den Grundstein für Aerobic. Das aerobe Training sollte Herz und Lunge stärken. Der weltweite Durchbruch gelang Jane Fonda 1982, die Aerobic als ihr Gymnastikprinzip vermarktete. Nachdem Aerobic zunehmend wegen ungesunder Bewegungen kritisiert worden war, wurde das Gewicht vermehrt auf medizinische und sportwissenschaftliche Gesichtspunkte gelegt, insbesondere auf die gelenkschonende Ausführung.

Als wir 1995 Aerobic und 1996 Stepaerobic erstmals in unser Sportprogramm aufgenommen haben, war Aerobic freilich schon ein Wellness-Programm, d. h. neben dem Spaß an der Bewegung stand das allgemeine Wohlbefinden im Vordergrund.

Seit 1995 haben wir unsere Aerobic-Formate ständig modernisiert und z. B. mit Pilates und Zumba auch erweitert. Das Herz-Kreislauftraining (Cardio) ist nach wie vor ein zentrales Element der Aerobic-Einheit, Kräftigungsübungen und Intervalltraining haben an Bedeutung gewonnen.



DECOM
NETZWERKTECHNIK



**Netzwerktechnik,
Hardware+Software**
für KMUs im Raum Steyr.

Plug and work!



decom.at



SPORT
UNION 



Damengymnastik

Der Sport als Lebenselixier!

Mehr Lebensqualität und Beweglichkeit auch im Alter!
Komm unverbindlich in unsere Gymnastikstunde und überzeuge dich selbst.

Wir machen Funktionsgymnastik mit Koordination, Bewegung mit verschiedenen Hilfsmitteln wie Ball, Stab, Dynaband, Hanteln, Sessel, usw.

Anschließend dehnen wir alle Bereiche unseres Körpers. Mit einem Gasthausbesuch lassen wir den Abend gemütlich ausklingen.

Wir freuen uns auf dich!

Sonja Wolfslehner | 0677 62155108



Funktionsgymnastik

Wohlbefinden für Körper, Geist & Seele!

Funktionsgymnastik wird heuer wieder gemeinsam vom Kneippverein und von der Sportunion angeboten. Mitglieder beider Vereine können durch Bezahlen des Mitgliedsbeitrages teilnehmen.

Nichtmitglieder zahlen € 2,- pro Stunde.

Vorteile:

- Rückengerechtes Verhalten erlernen und anwenden
- Körpergefühl entwickeln: Anspannung & Entspannung
- Rücken- & Bauchmuskulatur funktionell kräftigen
- Verkürzte Muskeln funktionell dehnen
- Den eigenen Körper wahrnehmen
- Balancegefühl entwickeln
- Kräftigung der tiefer liegenden kleinen Muskulatur
- Einbindung der Beckenbodenmuskulatur



Eva Bauer | 0664 3525515

Gerhard Sitter | 0664 3439272

Herrengymnastik

Der Freitagabend gehört dem Sport!

Unsere Gruppe besteht aus gleichgesinnten Männern, die mit Gymnastik und anschließendem Volleyball sich fit halten und gemeinsam Spaß haben möchten. Bekanntlich sind wir eine Gymnastikgruppe, betreiben keinen Leistungs- oder Spitzensport, keine reine Rückengymnastik, trotzdem mit vielen Inhalten. Wir wollen den ganzen Körper stärken und nicht nur einzelne Muskeln. Bei uns steht die Stärkung unseres Körpers im Mittelpunkt.

Wir trainieren an jedem Abend die 4 Säulen der Fitness:
• **Kraft** • **Ausdauer** • **Beweglichkeit** • **Koordination**

Handgeräte, wie Bälle, Reifen, Seile, Stäbe, Klöppel, Tücher etc. intensivieren die Übungen. Wir trainieren nicht, um an Meisterschaften teilzunehmen, sondern um in unserer bewegungsarmen Zeit etwas für unseren Körper zu tun. Dabei macht jeder nur so viel wie er kann. Es gibt keinen Leistungsdruck, außer man macht ihn sich selbst.

Wir würden uns freuen, wenn Männer jeden Alters, die Spaß an Bewegung und Spiel haben, freitags zu uns kämen. Je voller die Halle, desto mehr macht das Turnen Spaß. Ebenso das anschließende gemütliche Auffüllen der verlorenen Flüssigkeit.

Reini Wasserbauer | (07259) 4821



SPORT
UNION 



 **INTERSPORT
SCHEINECKER**

**Bahnhofstraße 1, 4522 Sierning (Skialm, Strobachgasse 8)
Tel.: 07259 2215, Mail: is.scheinecker@aon.at**

Im Trainingsjahr 2017/18 gewähren wir auch weiterhin allen Mitgliedern der Sportunion Sierning **-10% Rabatt** (Gültig nur bei Vorlage des Mitgliedsausweises, ab einem Einkauf von € 20,- Aktionen und Dienstleistungen ausgenommen)
Wintertauschmarkt in Neuzeug von 18. bis 21. Oktober 2017



SPORT
UNION 

Fit durchs Jahr

Konditions- und Krafttraining mit Musik!

Im Winterhalbjahr, beginnend im Oktober, halten wir uns in der Halle fit, ab Anfang Mai wechseln wir ins Freie und fahren jede Woche mit dem Fahrrad.

Beginn: 05. Oktober 2017

Mit Zirkeltraining zu heißen Rythmen steigern wir unsere Kondition, mit Kräftigungsgymnastik unter Verwendung neuester Fitnessgeräte wie Smoveys oder Flexi-Bars und Dehnungs- und Koordinationsübungen zu ruhiger Musik versuchen wir Kraft und Beweglichkeit zu verbessern oder zumindest zu erhalten. Mit Übungen, die Bewegungen des Skilaufs imitieren, bereiten wir uns auf die speziellen Belastungen des Skilaufs vor.

Wir Übungsleiter - Wolfgang, Grete und Ewald - freuen uns auf Dich und auf Dich und auch auf Dich, jeden Donnerstag ab 20:00 Uhr in der Turnhalle der VS-Sierning

Die Sportunion Sierning feiert 2017 ihr 60-jähriges Bestehen, daher ein kurzer Rückblick, wie Fit durchs Jahr zu Stande kam: Donnerstag 20:00 Uhr war seit Gründung der Union der Termin für Gerätturnen der Herren. Das Interesse daran ließ im Laufe der Zeit allerdings so stark nach, dass sogar, in Folge Teilnehmermangels, die Gefahr des Terminverlustes im Raum stand. So wurde im Herbst 1978 - vorerst auf die Zeit Oktober bis Jänner beschränkt - die Skigymnastik ins Leben gerufen. Mangels Angebot in der Gemeinde Sierning gab es reges Interesse quer durch alle Vereine, so dass zeitweise bis zu 50 Teilnehmer im Turnsaal der VS schwitzten und oft auch die Bühne als Übungsraum mit einbezogen werden musste. Da in Folge auch andere Vereine Skigymnastik anboten, sanken die Teilnehmerzahlen auf ein vernünftiges Maß. Ende der 1990er hätte eine zwischenzeitliche Terminänderung (von DO 20:00 Uhr auf MI 20:30 Uhr) beinahe das Aus bedeutet. Anfang der 2000er änderten wir (Skigymnastik war nicht mehr in) den Titel in Fit in den Winter und da die Idee, der Winter endet mit Februar und so könnte von März bis Juni ein anderer Verein unseren Termin übernehmen, durch diverse Köpfe geisterte, erhielt unsere Veranstaltung 2007 schlussendlich den Titel Fit durchs Jahr.

Wolfgang & Grete Christ | (07259) 6469

Ewald Mayrbäurl | (07259) 32289



Nordic Walking

Ausdauersport auf die sanfte Tour!

Nordic Walking ist eine eher neue Sportart aus dem Norden Europas und ist 2001 von uns aufgenommen und in der Gemeinde und Umgebung verbreitet worden. Wir wurden belächelt: „Habt ihr eure Schier vergessen?“. Uns gibt es noch und überall im Ort sind die Nordic Walkerinnen und -Walker in Gruppen und einzeln zu begegnen.

Nordic Walking ist schnelles Gehen mit leichten Spezialstöcken. Ein Ausdauersport und Ganzkörpertraining für alle Altersgruppen geeignet. Ideal für jene, die nicht gerne laufen, Probleme mit den Gelenken haben, usw. ...

Vorteile:

- Steigert den Puls zur optimalen Fettverbrennung
- Eine sichere Bewegungsform zu allen Jahreszeiten
- Atmung, Kreislauf & Stoffwechsel kommen in Schwung
- Wohlfühl und Entspannung stellen sich ein

Ausrüstung:

- Sportschuhe oder leichte Wanderschuhe
- Sportbekleidung (der Witterung angepasst)
- Zuckerfreies Getränk
- Walking Stöcke werden zur Verfügung gestellt

Eva Bauer | 0664 3525515

Marianne Mairhofer | 0664 73516528

Inge Bogengruber | 0650 8800573

Johanna Wolf | (07259) 6445



SPORT
UNION 



Christian Theiss

SPORTS & WORKWEAR

0676 961 32 31



SPORT
UNION 

Osteoporose-fit

Speziell für Betroffene abgestimmtes Training!

Osteoporose ist für den Betroffenen eine ernsthafte Erkrankung, die nicht nur die Lebensqualität verschlechtert, sondern auch Komplikationen mit sich bringt. Osteoporose tritt sowohl bei Frauen als auch bei Männern auf.

Ernährung spielt neben Stoffwechsel und Hormonhaushalt eine entscheidende Rolle.

Eine nicht unwesentliche Bedeutung in der Primär- und auch in der Sekundärprävention ist Bewegung. Sie dient zur Unterstützung des Aufbaus einer maximalen Knochenmasse und zur Einschränkung des normalen altersbedingten Knochensubstanzverlustes.

Die Übungseinheit Osteoporose-fit bereitet in der Aufwärmphase den Körper in schonender Weise auf die kommende Belastung vor.

Im Hauptteil werden intensive Reize durch Krafttraining (Kräftigungsübungen, mit Gewichten, Dynabändern, Flowtonic, Powerclips, etc.) gesetzt.

Zum Schluss folgen Übungen zum Entmüden der Muskulatur und Dehnungsübungen zur Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit, diese runden die Einheit ab.

Frauen und Männer, die sich aktiv fit halten wollen, sind herzlich willkommen.

*Eva Bauer | 0664 3525515
Gerhard Sitter | 0664 3439272*



Sektion Judo

Die Sektion Judo wurde erstmals 1963 eingerichtet; allerdings bereits 1968 wieder aufgelöst. Eine Neugründung gelang 1973 unter Helmut Schlager. Etwa 20 Burschen trainierten damals auf Turnmatten im Turnsaal der Volksschule neben der Turnerriege. Helmut Schlager stellte bald eine Kampfmannschaft zusammen, die 1982 in die Landesliga vordrang. Die größten Erfolge der Sektion Judo verbuchte allerdings eine Einzelkämpferin. Manuela Kühhas erkämpfte nicht weniger als 7 Landesmeister- und 5 Staatsmeistertitel. Sie war daher auch Mitglied der österreichischen Nationalmannschaft und konnte auch international einige gute Platzierungen erreichen.

In den 80er Jahren verlor der Judo-Sport als Leistungssport zunehmend an Attraktivität, sodass die Kampfmannschaft eingestellt werden musste. Hans Ritschl und Gerald Zemsauer, welche die Sektion 1990 übernahmen, setzten daher auch Akzente in Richtung Breitensport, zum Beispiel durch das Anbieten von Anfänger- und Selbstverteidigungskursen. Bei den Schülern erfreute sich der Judo-Sport nach wie vor großer Beliebtheit, was sich auch bei den Leistungen in Meisterschaften niederschlug. So erreichten die Schüler einige Stockerlplätze bei Landesmeisterschaften; nicht zu vergessen der erste Platz von Christian Fessl beim internationalen Jugend-Turnier 1994 in Wels. Trotz verstärkter Werbemaßnahmen folgten im Laufe der Zeit immer weniger Erwachsene dem Training. Das führte 1997 zur Auflösung der Sektion.

Sektion Softball/Baseball

Die Begeisterung am Baseballsport veranlasste Robert Dewanger und Wolfgang Maier mit Unterstützung von Eva Ecker 1994 eine Baseball-Sektion auf die Beine zu stellen und gemeinsam die Leitung des Trainings zu übernehmen. Mit den „Wild Boars“ aus Kremsmünster wurde eine Spielgemeinschaft eingegangen, um an Jugend-Meisterschaften teilnehmen zu können. 2007 wurde die Sektion aufgelöst.



SPORT
UNION 





SPORT
UNION 



treffschuh
glücklich gehen

ehemals Schuhhaus Schlader
... weil uns Ihre Füße
am Herzen liegen 

Schuhe, Taschen und mehr!
Für Damen, Herren und Kinder
bewusst, gesund, mit Stil

Gleinker Hauptstraße 14
4407 Steyr-Gleink
www.treffpunktschuh.at
info@treffpunktschuh.at
Tel.: 07252/73489

ÖFFNUNGSZEITEN
Montag bis Freitag:
9.00-12.30 und 14.30-18.00
Samstag:
9.00-12.30

      



AUTO BULLA
SIERNING



Bulla Sierning GmbH & Co KG · Steyrer Straße 29 · A-4522 Sierning
Tel. 072 59/24 21 · Fax 072 59/24 22 · www.bulla.at · office@bulla.at

    

SERVICE



Wäsche | Wolle | Beinmode

Andrea Amberger

Ruthnergasse 19, 4522 Sierning, Telefon (0 72 59) 2223
Montag–Freitag 8:30–12:00 und 15:00–18:00
Samstag geschlossen



FRISEUR DEISL

CHRISTIAN DEISL

STEYRER STR. 20
4522 SIERNING
TEL 07259 / 2400-0
FAX 07259 / 2400-4



AUSBILDUNGSBETRIEB

office@friseur-deisl.at
www.friseur-deisl.at




Einladung

Generalversammlung am 17.11.2017

Rückblick auf 60 Jahre
Sportunion Sierning
1957 - 2017




19:00 Uhr im Landhotel Forsthof
Wir freuen uns auf dein Kommen!



ECKERSTORFER
Praxis für Physiotherapie

Spiegelhöhe 7,
4522 Sierning

M +43 (0) 699 / 817 910 03
E physio.sierning@hotmail.com

TERMIN NACH VEREINBARUNG



Jahresbeitrag

Wir freuen uns schon, dich bei uns im Verein willkommen zu heißen!

- Für Familien € 70,-
- Für Erwachsene € 40,-
- Für Jugendliche bis 18 € 20,-
- Nur Eltern-Kind € 25,-

Bankverbindung:

Empfänger: Österreichische Turn- und Sportunion Sierning

IBAN: AT34 3456 0000 0202 2507

BIC: RZOOAT2L560

Mitgliedskarte

Werde Mitglied und nutze die Vorteile!

z.B.: Rabatt bei Intersport Scheinecker,
Elektro Pichler, Schuhhaus Wittenberger, ...



IMPRESSUM

Herausgeber: Sportunion Sierning; ZVR-Nr.: 132506121

Inhalt: Eva Bauer, Redtenbachergasse 4a, 4400 Steyr

Layout: Nadja Fluch, 0650 4948491

Druck: SigMA Werbetechnik GmbH, Dr. Schärf Str. 2, 4470 Enns

Erscheinungsweise: 1x jährlich

MAMMUT

KOLLEKTIONSVERKAUF

Freitag, 17. Nov. 2017 7–19 Uhr

Samstag, 18. Nov. 2017 8–13 Uhr

Samstag
zusätzlich
-10% Rabatt
auf Alles!

Schnäppchen bis

-70%

solange der Vorrat reicht

Foto: Milka Merikanto

Foto: Thomas Sent

HOCHWERTIGE
MARKENARTIKEL
ZU SENSATIONELLEN
PREISEN!

Neubaustraße 15 in Steyr

www.mammutsportsgroup.at



KURSPROGRAMM 2017/18

ab 9. Oktober 2017 in der VS Sierning



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
16:00 – 17:00 Eitern-Kind-Turnen 2-4 J. Karin Sobola-Weiß 0650 5184181 Melanie Forster 0660 5331699	16:00 – 17:00 Kleinkinder-Turnen 4-6 J. Helga Mairhofer 0664 73516527	9:00 Nordic Walking Inge Bogengruber 0650 8800573 Johanna Wolf (07259) 6445	17:30 – 18:45 Gerätturnen ab 12 J. Alexander Mairhofer 0650 2231360 Lukas Grabenweger 0650 7962721 Christoph Mairhofer 0677 61837016	18:00 – 19:30 BIBalanced Gerald Zenssauer (07259) 5991
17:00 – 18:00 Mädchen, Buben 7-10 J. Brigitte Schoiswohl 0680 1200688 Esmat Jawaheri 0676 6053750	18:00 – 19:00 Funktionsgymnastik Eva Bauer 0664 3525515 Gerhard Sitter 0664 3439272	16:00 – 18:00 Gerätturnen ab 12 J. Alexander Mairhofer 0650 2231360 Lukas Grabenweger 0650 7962721 Christoph Mairhofer 0677 61837016	18:45 – 20:00 Step Aerobic Gabriele Zenssauer (07259) 5991	19:30 – 21:00 Herrengymnastik Reini Wasserbauer (07259) 4821 Christian Schicketmüller
18:00 – 19:00 Osteoporose-fit Eva Bauer 0664 3525515 Gerhard Sitter 0664 3439272	19:00 – 21:00 Volleyball FunFactory Reini Wasserbauer (07259) 4821		20:00 – 21:40 Fit durchs Jahr Wolfgang & Grete Christ (07259) 6469 Ewald Mayrbäurl (07259) 32289	
19:00 – 20:00 Damengymnastik Sonja Wolfslehner 0677 62155108				
20:00 – 21:30 Gerätturnen Erwachsene Alexander Mairhofer 0650 2231360 Lukas Grabenweger 0650 7962721 Christoph Mairhofer 0677 61837016				
19:00 – 21:00 / NMS Volleyball Team Mixed Jürgen Grabenweger 0699 12030573 Claus Huber 0699 81188517		17:00 – 18:00 / NMS Volleyball for kids 12-14 Vera Eckerstorfer 0650 7849700 Jürgen Grabenweger 0699 12030573		14:30 ACHTUNG SAMSTAG! Nordic Walking Eva Bauer 0664 3525515 Marianne Mairhofer 0664 73516528