

Jubiläumsausgabe 2019

50 Jahre SPORTUNION Absdorf

Zeitzeugen erinnern sich..

Autor: Maria Schreylechner
Präsidentin der SPORTUNION Absdorf seit Mai 2004

1969

Weltgeschehen:

- Richard Nixon wird als 37. **Präsident der USA** vereidigt.
- Die **Beatles** spielen ihr letztes öffentliches Konzert in London.
- **Erste bemannte Mondlandung** von Apollo 11, Neil Armstrong betritt als erster Mensch den Mond.
- Beim **Woodstock Festival** erlebt die amerikanische Hippiebewegung ihren Höhepunkt.



Absdorf:

Die **neue Volksschule** war vor kurzem eröffnet worden. Erstmals stand den Absdorfern ein **mit zeitgemäßen Sportgeräten ausgestatteter Turnsaal** zur Verfügung. Ich ging damals in die 3. Klasse Volksschule. Engagierte Gemeinderäte und an Sport interessierte Lehrer, wie Ernst Köstlbauer, damals mein Klassenlehrer, setzten sich für **die Gründung der „Turn- und Sportunion Absdorf“** ein. Der Name wurde gewählt, weil unser **Dachverband damals „Österreichische Turn- und Sport-UNION“** hieß. Traditionell wurde das Wort „Sport“ mit dem Wettkampf-Gedanken verbunden, während „Turnen“ der Sammelbegriff für alle Bewegungsformen war, die mehr der Förderung der Gemeinschaft und Gesundheit als der Leistung dienten.



Die ersten Sporteinheiten im neu gegründeten Verein waren zwar **„Herrenturnen“** (16 Männer) und **„Damenturnen“** (15 Frauen), bald standen jedoch die **sportlichen Aktivitäten für Kinder** im Hauptfokus der Vereinsaktivitäten.

Mein Vater, **Franz Hondl**, übernahm als **erster Obmann** die Vereinsführung. Das Bild zeigt ihn gemeinsam mit Julius Schauerhuber (links) beim ersten Kinderball 1971. Diese Initiative wurde seither – ohne Unterbrechung - fortgesetzt. 2021 wird der Kindermaskenball sein 50-jähriges Jubiläum feiern.



Sportinteressierte, engagierte junge Absdorfer und Absdorferinnen, wie Julius oder meine ältere Schwester Heidi (zweite von links) und Christa und Eva Schauerhuber wurden auf **Übungsleiter-Lehrgänge** des Union-Landesverbandes entsandt.

Das Bild zeigt die Vorturnerinnen in den damaligen, dunkelblauen Trainingsanzügen, ergänzt um lustige Faschingshütchen beim Kindermaskenball.

Heidi Spangl (geb. Hondl) erzählt schmunzelnd: „Mein Problem war, dass ich nach dieser Ausbildung in Skileiten zwar theoretisch wusste, wie alle Übungen gingen, einzelne davon aber nicht perfekt vorzeigen konnte, weil ich etwas pummelig war. Das löste ich einfach, indem ich die Übung – wie beispielsweise einen Handstand - zwar anleitete, sie dann aber von einem talentierten Kind vorzeigen ließ“.

1971

bauten hilfsbereite Vereinsmitglieder in Eigenregie eine **Sprunggrube am Sportplatz**.

In Zusammenarbeit mit der Firma Wanzenböck wurde am Sportplatz eine **Vereinshütte aus Holz** errichtet, die uns – trotz mehrmaliger Übersiedlungen - nach wie vor wertvolle Dienste leistet. Echte Qualitätsarbeit eben!



1972

Bereits damals funktionierte die Zusammenarbeit zwischen den Absdorfer Vereinen gut, denn beim **Pfingstturnier des SV Absdorf** bekamen die jungen Vereinsmitglieder der SPORTUNION Absdorf eine Chance für einen „Auftritt“. Sie konnten erstmals zeigen, was ihnen die Übungsleiter in den Turnstunden beigebracht hatten.

Das Foto zeigt die damalige **Mädchenriege unter der Leitung von Trude Fügl** (Bild Mitte). In der zweiten Reihe, am 2. Platz von links bin ich umgeben von meinen Schwestern Edith (links) und Gaby (rechts) zu sehen. Wir drei sind ja praktisch „mit der Union aufgewachsen“.

Die **Burschenriege** wurde anfangs von **Julius Schauerhuber** trainiert. Das siebente Kind von links zeigt **Franz Dam**, unseren heutigen **Bürgermeister** und auch **Kassier-Stellvertreter** des Vereins.

Franz erinnert sich: „Unser damaliges Sport-Outfit waren schwarze, glänzende Hosen und ein weißes Leiberl mit einem Union-Abzeichen.“



Franz fügt hinzu: „Legendär waren für mich jedenfalls die **Krampus- und Nikolaus-Abende** der SPORTUNION. Zu dieser Zeit waren immer einige Krampus-Gruppen unterwegs.“

Die Strecke von Oberabsdorf bis zur Schule erschien uns besonders lang, wenn wir uns in der Dämmerung mit einem mulmigen Gefühl auf den Weg machten. Dort haben wir uns dann nicht gefürchtet – aber wir sind regelrecht „hin gepirscht“ – jede Deckung ausnutzend!“

1981

Franz Nefischer, der meinem Vater von 1981 bis 1986 als **Obmann** nachfolgte, erzählte mir eine nette Geschichte vom „**Maibaum-Aufstellen**“ vor unserem Wohnhaus:

„Beim zweiten Mal Maibaum-Aufstellen – da haben wir Augen gemacht. Es gab damals auch noch einen Maibaum beim Bürgermeister Schneider in der Seefeldgasse. Wie wir beim Franz, also unserem Obmann, die Tafel montieren wollten – da waren die Tafeln vertauscht – wir hatten jene für den Bürgermeister und dort war unsere Tafel. Man weiß bis heute nicht, wie das wirklich passiert ist – es waren einfach ein paar Leute grade für ein Scherzchen aufgelegt“.





1986

Reinhard Deix (im Bild zwischen Franz Dam und Michael Graf sitzend), von 1986 bis 2004 **Vereinsobmann**, berichtet:

„Es war mir ein Anliegen, den Turnbetrieb zu reaktivieren bzw. auszubauen, als ich Obmann wurde. So wie ich interessierte sich auch Karl Schwanzer für „Krafttraining“ und Manfred Schuch, ausgebildeter Sportlehrer, hielt einige Jahre Übungsstunden bei uns ab. Auf Initiative von Hannelore Pichler unterstützte ich auch Frau Stangl organisatorisch bei ihren Bemühungen, in Absdorf mit Ismakogie-Einheiten zu starten.“

„Ich hatte mir außerdem in den Kopf gesetzt, eine Laufveranstaltung zu organisieren. 2002 setzte ich das in die Tat um. Start und Ziel des 1. Absdorfer Wagramlaufes war der Heurige Hochreiter.“



Dietmar Spangl (zweiter von links), Enkel des ersten Obmanns, gewann damals den 2. Platz beim 1. Absdorfer Wagramlauf in seiner Altersgruppe und meinte: „Vor einer Woche bin ich beim Wien-Marathon mitgelaufen und habe für diese Riesen-Anstrengung nur eine kleine Medaille bekommen. Hier starte ich, laufe locker und bekomme einen riesengroßen, wunderschönen Pokal – cool!“

2004

Als Reinhard aus beruflichen Gründen **2004** nicht mehr als Obmann zur Verfügung stehen konnte, übernahm ich, **Maria Schreytlechner**, die Leitung des Vereinsvorstandes.

In Abstimmung mit dem Team passte ich über eine Statutenänderung die Bezeichnungen der Funktionäre an (z.B. **Präsidentin** statt Obfrau) und **erweiterte 2008 den Vorstand um die Funktion des Kultur- und des Jugendreferenten**. Im Teambild von damals, ganz links, ist auch Michi Weber zu sehen, der uns seither nicht nur als Kassaprüfer, sondern auch als Helfer bei Events unterstützt.

Michael Graf, der nicht nur dem Verein Jahrzehnte als Funktionär zur Verfügung stand, sondern als Einziger in all den 50 Jahren unterbrechungsfrei Vereinsmitglied war, schildert: „Wir hatten viel Spaß bei den Kathreinkränzchen (Michael im Bild links vorne) und beim Maitanz“. Michael ergänzt: Auch der Sport kam nicht zu kurz – allerdings gab es damals nur sehr wenige Sparten. In den 80er-Jahren hatten wir jedenfalls unter meiner Leitung zwei Tischtennis-Schülermannschaften. Wir spielten sogar Bewerbe. Unser Trainingsraum war der damalige Pfarrkultursaal.“





Meine Tochter **Judith Schreylechner**, auch seit 2008 als **Schriftführerin** im Funktionärsteam, sorgt für das optimale Layout unserer Printmedien.

Einige Jahre leitete sie die Übungseinheit „Ballspiele“ und nahm bei all unseren **Beachvolleyballturnieren**, die von 2008 bis 2013 stattfanden, mit Begeisterung teil.

Judith über ihre Vereinstätigkeit in Jugendjahren: „Die aktive Mitarbeit hat nicht nur meine heutige Einstellung zu gemeinsamen, sportlichen Aktivitäten, sondern auch meine Herangehensweise an geliebten Teamspirit im beruflichen und privaten Umfeld geprägt.“

Beim **Wagramlauf** wickelt sie gemeinsam mit Christina Vogler, oft unterstützt von ihrem Freund Sebastian und Jill Biegler, die Anmeldungen ab – ein perfekt funktionierendes Team.

Judiths Kreativität verdanken wir die Logos unserer Events, wie den flotten Läufer oder auch den Dudelsack-Spieler unserer „**Absdorfer Highland Games**“ mit dem Union-Logo als Kopf.

Dieses humorvoll-sportliche Event findet seit 2008 alljährlich am letzten Sonntag im September auf dem Freizeitgelände neben dem Freibad Absdorf statt, liebevoll auch die Absdorfer Highlands genannt.



Eugen Trauner, unser **Kulturreferent**, kommentiert: „Die technische Ausrüstung für die Zeitnehmung beim Wagramlauf und die Startnummern sind bei mir zuhause gelagert. Beim Event ist volle Konzentration nötig und ich kann deshalb nicht am Lauf teilnehmen.“

Die Highlandgames sind jedoch so organisiert, dass auch wir Funktionäre mitmachen können. Ich war immer auch aktiv mit einer Mannschaft dabei; es hat ungeheuer Spaß gemacht. In unserem Kellerstüberl sind von allen Highlandgames die von meinem Team gewonnenen „Pokalbretter“ aufgestellt (siehe Bild rechts).



Eugen, im Bild in vollem Einsatz mit seinen Mannschaftskollegen Martin Hofbauer (links) und Herbert Gratzl (rechts).

Eugens Eltern und auch jene von **Fuzzy (Erich Pfeiffer)**, unserem **Vizepräsidenten**, waren bei vielen Unionevents aktiv – unter anderem bei Sonnwendfeiern (siehe rechts) oder bei Skiausflügen.

Es ist deshalb nicht verwunderlich, dass Eugen und Fuzzy den **Kinderball** der SPORTUNION häufig besuchten, anfangs als Gäste und bald als Helfer. Im letzten Jahrzehnt waren sie stets unser gut eingespieltes „Empfangskomitee“ beim Saaleingang.



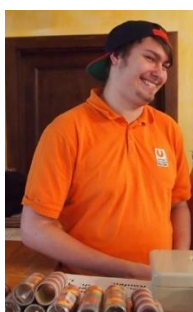
Beiden liegt die traditionelle Fortführung dieser Union-Veranstaltung besonders am Herzen. Fuzzy betont: „Unser Kinderball ist für mich eine Institution. Solange ich Funktionär bin, wird es den Kinderball in dieser Form geben.“

Es war seine Absicht, die Funktion des Vizepräsidenten nur „vorübergehend für eine Periode“ zu übernehmen, als Ende Dezember 2012 sein Vorgänger diese Funktion zurücklegte.



Fuzzy wird dieser Rolle aber seither mehr als gerecht. Federführend organisierte er die **zweite Übersiedlung der Unionhütte** auf den aktuellen Standort.

Das Bild rechts zeigt ihn mit meinem Mann, **Christian Schreylechner**, und mit **Adi Kristament**, die häufig (nicht nur) im Hintergrund tatkräftig anpacken.



Auch Adis Sohn, **Michi Kristament** (Bild links beim Kinderball 2019) ist bereits eine tolle Unterstützung fürs Team. Toll, dass er sich auch dafür interessiert, unsere Events aktiv mitzugestalten.

Agnes Pfeiffer, Kassaprüferin – im Bild mit Töchterchen Philippa, die nach eigenen Angaben „gerne unsere „Let's Fetz“-Tanzstunden besucht“ und auch bei „Spiel und Spaß für Minikids“ mitmacht. Agnes plant: „Wenn ich einen Babysitter finde, kann ich heuer bei der Jubiläumsfeier nicht nur als Streckenposten, sondern auch im Service helfen“.

Enie Trauner war von ihrer Kindheit an von engagierten SPORTUNION-Funktionären umgeben. Auch sie hatte schon Tanzauftritte beim Wagramlauf und Kinderball. Nun hilft sie dort bereits beim Losverkauf mit. Das Bild rechts zeigt sie mit grün geschminktem Gesicht beim Kinderball, ihrem Lieblingsevent, im Jahr 2015.



Kunstvoll schminken, kreativ und ansprechend dekorieren, phantasievolle, gruselige Geschichten für unsere **Halloween-Veranstaltung** auf Band sprechen, Kilts für die Highlandgames nähen oder spannend moderieren; **Patricia Trauner**, unsere **Jugendreferentin**, hat viele Stärken.

Das Bild zeigt sie als freundliche Hexe verkleidet, einen köstlichen Zaubersaft brauend. Wenig verwunderlich, dass sie erwähnt: „In unserem Haus sind viele Union-Utensilien in Kisten, sortiert nach Events gelagert. Hinter einem Vorhang steht die große Musikanlage der Union.“

Auch der Dachboden im Wohnhaus von **Gaby und Kurt Hondl** dient als Aufbewahrungsstätte für Union-Utensilien wie Kinderballpreise und Stofftiere.

Sowohl dafür, als auch dass Gaby, unsere **Finanzreferentin** (im Bild links die zweite, türkise Dame in der letzten Reihe) viel Freizeit für die SPORTUNION opfert, weil sie nicht nur über unsere Finanzen Buch führt, sondern seit einiger Zeit zusätzlich die Datenverwaltung unserer knapp über 200 aktiven Mitglieder übernommen hat, hat ihr Mann Kurt erfreulicherweise Verständnis.



„Für die SPORTUNION sitze ich pro Monat 10 bis 15 Stunden am Computer“, meint Gaby, „aber ich nutze ja auch gerne das breite Angebot der SPORTUNION, gehe zu Linedance und den von Dir geleiteten Einheiten „Mit Schwung zur guten Haltung/Ismakogie“ und „Mit Schwung zum besseren Gedächtnis/LIMA“ und fallweise zu Fitness50Plus und zum Nordic Walken“, ergänzt sie im Interview mir gegenüber „und für Kurt ist Tischtennis-Spielen am Donnerstag ein Fixtermin, auf den er sich freut“.



Kurt Hondl, im Bild links vorne, bestätigt das. „Seit einige Bierbaumer auch spielen kommen, sind unsere vier Tische mit bis zu 12 Spielern wieder sehr gut besetzt.“ Diese Sporteinheit, die **Johann Barger** (im Bild im blauen Trikot) seit **14 Jahren** zuverlässig und äußerst engagiert leitet, ist neben Volleyball eine der wenigen von Burschen und Männern gern besuchten Stunde. „Besonders nett sind unsere Weihnachtsfeiern. Hans bäckt dafür meist sogar selbst etwas, einmal sogar einen Kuchen in Schlägerform.“

Alle verstehen Spaß. Als Susi noch mitgemacht hat, hat Hans ihr einen Tischtennis-Schläger mit einem großen Loch in der Mitte geschenkt; als Symbol, damit auch wir eine Chance haben, einmal gegen sie zu gewinnen“.

Aber: **Gewinnen ist nicht alles!**

Erik Steger, Urenkel des ersten Obmanns Franz Hondl, ist wie seine ganze Familie seit frühester Kindheit Mitglied bei der SPORTUNION Mariahilf. Er betreibt mehrere Sportarten und gewann 2017 in seiner Alterskategorie mit 10 Jahren unseren Hobbylauf. Auf meine Frage aber, was ihm am Sport und speziell am Vereinsleben am meisten gefallen würde, entgegnete er spontan: „Man lernt andere Leute kennen und kann mit ihnen Sport betreiben, z.B. bei Volleyball. Man trifft sich regelmäßig und das macht dann doppelt Spaß“.



Ich hätte es nicht besser formulieren können..

In unseren Statuten steht „Der Verein bezweckt die Förderung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit seiner Mitglieder durch Pflege aller Arten von Bewegung und Sport“ Aktuell ist unser Kursprogramm sehr umfassend (siehe Seite 11+12). Viele engagierte, gut ausgebildete Trainer leiten unser breit gefächertes Angebot. Sie sind eine wesentliche Stütze des Vereins. Herzlichen Dank an sie alle, die jede Woche pünktlich und zuverlässig ihre Bewegungs-Einheiten abhalten!

Was wäre aber ein Verein ohne seine Mitglieder? Knapp über 200 Mitglieder aller Altersgruppen nutzen derzeit unser Sportangebot – darüber freuen wir uns sehr und bedanken uns für ihre Treue.

Ich wünsche der SPORTUNION Absdorf noch viele erfolgreiche Jahrzehnte. Alle, die sich gerne aktiv ehrenamtlich engagieren und zum weiteren Gelingen beitragen wollen, sind herzlich im Team willkommen!

Social Media

Unser aktuelles Sportprogramm sowie geplante Veranstaltungen und Berichte zu den Aktivitäten des letzten Jahres finden Sie auch auf unserer Homepage unter



Vereinschronik im Überblick

1969 GRÜNDUNGSVERSAMMLUNG

Obmann: Franz Hondl

- Wanderfahrt (Burg Kreuzenstein)
- Entsendung erster Übungsleiter zur Ausbildung bei der SPORTUNION NÖ
- Aufnahme des Turnbetriebes mit 16 Männern und 15 Frauen
- Nikolausfeier für Kinder in der neuen Volksschule

1970 1. Maibaum-Aufstellen

- Fahrt zur Zirkus-Veranstaltung in die Wiener Stadthalle - mit 93 Kindern
- Faschingskränzchen im Gasthaus HACKL
- Schifffahrt in die Wachau

1971 1. Kindermaskenball - seither jährlich ohne Unterbrechung

- Bau einer Sprunggrube
- Aufstellen einer Gerätehütte am Sportplatz
- Kathrein-Kränzchen
- Krippenspiel im damaligen Pfarrkultursaal

1972 Turnvorführung am Sportplatz - beim Pfingstturnier des SV Absdorf

1973 Maitanz

1977 1. Sonnwendfeier

1980 Skigymnastik

- Tischtennisbetrieb mit 2 Schülermannschaften

1981 Krampuskränzchen

Neuer Obmann: Franz Nefischer

- Flurgrenzenwanderung
- Weihnachtskindergarten
- Skifahrten
- Autorätselralley
- Ernennung Franz Hondl zum Ehrenobmann

1982 Schwimmkurs im Freibad Absdorf

1985 Badeausflug ins EL DORADO

1986 Judokurs

Neuer Obmann: Reinhard Deix

1987 Jazzdance-Gymnastik für Erwachsene

1988 Start der Zusammenarbeit mit Fr. Ingrid Stangl - Ismakogie in Absdorf

- Volleyball

2002 1. Absdorfer Wagramlauf - seither mit Ausnahme von 2003 jährlich

2004 1. Mondscheinwanderung

Neue Präsidentin: Maria Schreylechner

- 2017: 2. Mondscheinwanderung
- Vorbereitung Unionhütte zur Übersiedlung

2005 Feier „35 Jahre SPORTUNION“ im Rahmen des 3. Wagramlaufes

- Übersiedlung der Unionhütte auf den Vorplatz des Tennis-Areals
- Neueindeckung des Daches der Unionhütte
- Ernennung Reinhard Deix zum Ehrenobmann

2011 Hüttenübersiedlung zum Freizeitgelände neben dem Freibad

- 2008 bis 2013 Beachvolleyballturniere
- 2005-7, 2014-17 Halloween-Wanderungen - *nächstes Event: 31.10.2019*
- Seit 2008 lfd. Highlandgames - *nächstes Event: 29.9.2019*
- Seit 2008 lfd. Ausflüge für Mitarbeiter, Vorturner, Event-Helfer
- Seit 2004 lfd. Ausbau des Bewegungsangebotes, aktuelles Angebot siehe Folgeseite

Der Vorstand der SPORTUNION Absdorf bedankt sich bei allen Gönnern des Vereins sowie bei der Gemeindevertretung für die gewährte Unterstützung und die gute Zusammenarbeit!



Kursprogramm der SPORTUNION Absdorf Februar bis Juni 2019

Tag	Beginn	Ende	Kurs	Zielgruppe
Montag	09:00	10:00	Nordic Walking Treff	ab 10 Jahren
	16:00	17:00	Sport & Fun 4 Mini Kids	3 bis 5 Jahre
	17:00	18:00	Sport & Fun 4 Kids	6 bis 10 Jahre
	18:00	19:00	Wirbelsäulengymnastik	ab 13 Jahren
	19:00	20:00	Linedance – Fortgeschrittene	ab 15 Jahren
	20:00	21:00	Linedance - Anfänger	ab 15 Jahren
Dienstag	16:00	17:15	Ismakogie	ab 15 Jahren
	17:30	18:45	„Mit Schwung zur guten Haltung“ unter Berücksichtigung der Grundsätze der Ismakogie	ab 15 Jahren
	19:00	21:00	Volleyball	ab 15 Jahren
Mittwoch	9:00	10:30	„Mit Schwung zum besseren Gedächtnis“ nach den Konzepten von LIMA Gratis-Schnupperstunde am 20.3.	ab 45 Jahren
	16:00	16:45	Let's fetz Minis!	4 bis 5 Jahre
	16:45	17:30	Let's fetz Maxis!	6 bis 10 Jahre
	18:00	19:00	Zumba Fitness	ab 13 Jahren
	19:00	20:00	Yoga	ab 13 Jahren
Donnerstag	19:30	21:00	Tischtennis	ab 15 Jahren
Freitag	17:30	18:30	Jazzdance	ab 6 Jahren
	18:30	19:30	Fitness 50+	ab 50 Jahren

**VIEL SPASS BEI GESUNDER BEWEGUNG IM RAHMEN
DER KURSE UND VERANSTALTUNGEN
WÜNSCHT IHNEN DAS TEAM DER**



Kursbeschreibung

Nordic Walking Treff

Walken mit Gleichgesinnten in Absdorf und näherer Umgebung,

Sport & Fun 4 (Mini) Kids mit Viktoria und Benedikt Winkler

Spielerische Bewegungseinheit für Kinder im Vor- und Volksschulalter.

Linedance mit Christine Krapfenbauer

Line Dance; eine Tanzform, bei der einzelne TänzerInnen in Reihen und Linien vor- und nebeneinander tanzen.

Wirbelsäulengymnastik mit Irene Weis

für Damen, Herren und Jugendliche.

Gefördert von



Volleyball mit Jörg Höhn

für erwachsene und jugendliche Hobbyspieler

Ismakogie für Fortgeschrittene mit Mag. Ingrid Stangl

für Damen, Herren und Jugendliche. Kleinste Bewegungen im Sitzen, Stehen und Liegen, sanftes Spannen und Lösen der Muskeln zur Verbesserung der Haltung mit Tipps für den Alltag.

Let's fetz! mit Regina Seeber

Diese Kindertanzstunde bietet dir Spaß, Action und jede Menge coole Tanzschritte zu fetzigen Songs.

Zumba Fitness mit Karin Pirker

Bewegung zu bekannter Musik; für alle Tanzbegeisterten, um gemeinsam zu trainieren und Spaß zu haben.

Tischtennis mit Johann Barger

für erwachsene und jugendliche Hobbyspieler

Yoga mit Ingrid Schneider

Die indische Lehre vom Leben! Yoga kann helfen, die Zusammenhänge zwischen Körper und Geist wieder bewusster wahrzunehmen.

Jazzdance mit Melanie Heini und Katharina Mantler

Der berühmte Tanzstil aus den Vereinigten Staaten bietet eine Fülle an unterschiedlichsten Bewegungen.

Fitness 50+ mit Susanna Fink (Vertretung: Gabriele Hondl, Maria Schreylechner)

für Damen und Herren, die Spaß an Bewegung haben und ihre Gesundheit in Gesellschaft fördern wollen.

„Mit Schwung zur guten Haltung“ mit Maria Schreylechner

(Ismakogie für Neueinsteiger)

Gefördert von



Für alle Alters- und Fitnessstufen. Keine Vorkenntnisse notwendig.

„Mit Schwung zum besseren Gedächtnis“ mit Maria Schreylechner

nach den Konzepten von

Gefördert von



-  Gedächtnistraining
Übungen, Information, Tipps und Tricks für ein besseres Gedächtnis
-  Bewegungstraining
Tänze, Spiele und Bewegungsübungen, die Spaß machen, Entspannungs- und Atemübungen