

26

BEWEGUNGSTAG



ÖSTERREICHISCHER TURNERBUND
NIEDERÖSTERREICH



ALLGEMEINES

Datum: Samstag, 21. Februar 2026

Ort: Jahnturnhalle des ÖTB TV St. Pölten 1863, Jahnstr. 15, 3100 St. Pölten

Eintreffen: 8:30 Uhr

Beginn: 9:00 Uhr

Dauer pro Einheit:

jeweils 80 Minuten – es handelt sich um Aktivkurse, das heißt: jede/r Teilnehmerin und Teilnehmer macht im Rahmen ihres/seines Leistungsvermögens selbst mit!

Kosten:

ÖTB Mitglieder	€ 60,-	für den 1. Teilnehmer/Verein
Staffelung:	€ 55,-	für den 2. und 3. Teilnehmer/Verein
	€ 50,-	ab den 4. Teilnehmer/Verein
Nicht ÖTB Mitglieder	€ 80,-	pro Teilnehmer

Anmeldung:

Bis Samstag, 14. Februar 2026 jeweils mit Angabe der gewünschten Einheiten (Kursnummern)

unter: <https://oetb-noe.at/anmeldung-bewegungstag/>

Einzahlung:

auf das Konto des ÖTB – Niederösterreich:

IBAN: AT73 2021 9018 0003 7010, BIC: SPHEAT21XXX

Sparkasse Herzogenburg (Zahlungsbestätigung bitte zum Kurs mitzubringen)

Veranstalter:

ÖTB Niederösterreich

Alle Informationen gibt es auch auf <https://oetb-noe.at>.

Email: bewegungstag@oetb-noe.at

Der Veranstalter behält sich vor, Einheiten mit weniger als 5 Anmeldungen NICHT durchzuführen!

In der Mittagspause werden warme Speisen angeboten.



REFERENTINNEN UND REFERENTEN

Florian Waldl

Sportwissenschaftler, Staatlich geprüfter Trainer für Kunstturnen

Ursula Lehner

Elementarpädagogin und Instruktorin Kunstturnen

Maximilian Chanterie

Heinz Prach

Angelika Moser

Kurt Gruber

Diplomsportlehrer

Festausschuss des Länderturnfestes Neulengbach 2026



ÖTB Länder Turnfest Neulengbach '26

16. – 19. Juli 2026

- | | | |
|-----------|---|--------------------------|
| 11 | Lieder und Tänze
zum ÖTB Länderturnfest
Neulengbach 2026 | Turnfestausschuss |
| 12 | Festgymnastik
zum ÖTB Länderturnfest
Neulengbach 2026 | Turnfestausschuss |
| 13 | Festgymnastik
zum ÖTB Länderturnfest
Neulengbach 2026 | Turnfestausschuss |
| 14 | Lieder und Tänze
zum ÖTB Länderturnfest
Neulengbach 2026 | Turnfestausschuss |

Die Lieder und Tänze zum ÖTB Länder Turnfest Neulengbach 2026 sind unter <https://ltf-neulengbach.at> verfügbar.



SPORTAKROBATIK

- | | | |
|-----------|--|-----------------------|
| 21 | Akro4All:
Balance-Elemente
Tempo-Elemente
Individuals-Elemente | Angelika Moser |
|
 | | |
| 24 | Akro4All:
Balance-Elemente
Tempo-Elemente
Individuals-Elemente | Angelika Moser |

Die Grundlagen, Richtlinien und Regeln für Akro4All (Akro4Kids) sind unter <http://www.akro4kids.at> verfügbar

KINDERTURNEN

- | | | |
|-----------|---|-----------------------------|
| 31 | Motorische Grundlagen:
Spielerisch erarbeiten (4-6 Jahre) | Ursula Lehner |
| 32 | Motorische Grundlagen:
Spielerisch erarbeiten (7-10 Jahre) | Maximilian Chanterie |
| 33 | Eltern-Kind-Turnen:
Bewegungslandschaften | Maximilian Chanterie |
| 34 | Eltern-Kind-Turnen:
Erste "turnerische" Bewegungen an den Geräten | Florian Waldl |

GERÄTURNEN TURN10

- | | | |
|-----------|---|-----------------------------|
| 41 | Boden Basistufe:
Grundelemente, methodischer Aufbau, Helfen und Sichern | Florian Wald |
| 42 | Ringe/Pferd:
Grundelemente, methodischer Aufbau, Helfen und Sichern | Florian Wald |
| 43 | Reck Basisstufe:
Grundelemente, methodischer Aufbau, Helfen und Sichern | Heinz Prach |
| 44 | Barren:
Grundelemente, methodischer Aufbau, Helfen und Sichern | Maximilian Chanterie |



- | | | |
|-----------|--|----------------------|
| 51 | Reck Oberstufe:
Elementen der Oberstufe methodischer Aufbau, Helfen & Sichern | Florian Wadl |
| 52 | Balken:
Elementen der Oberstufe methodischer Aufbau, Helfen & Sicher | Ursula Lehner |
| 53 | Boden Oberstufe:
Elementen der Oberstufe methodischer Aufbau, Helfen & Sichern | Florian Wadl |
| 54 | Sprung:
Grundelementen methodischer Aufbau, Helfen & Sichern | Heinz Prach |

In den Geräteeinheiten wird versucht individuelle Wünsche der Teilnehmer zu berücksichtigen. Grundsätzlich steht Vermittlung eines mögliche methodischen Aufbaus vor Übungserfolg

ALLGEMEINE BEWEGUNGSERFAHRUNG UND TURNEN FÜR ÄLTERE

- | | | |
|-----------|---|--------------------|
| 61 | Koordinationsübungen in Kleingruppen
mit und ohne Handgeräte | Kurt Gruber |
| 62 | Gleichgewichtsschulung – warum und wie | Kurt Gruber |
| 63 | Mobilisations- und Kräftigungsübungen für die Schulter | Kurt Gruber |
| 64 | Mobilisations- und Kräftigungsübungen für die Hüfte | Kurt Gruber |

**Wir bieten zum Bewegungstag wieder Mittagessen an:
die Speisenauswahl und die Preise werden auf der Internetseite bekanntgegeben.**

Das Mittagessen muss bei der Anmeldung mitbestellt werden



11. NÖ BEWEGUNGSTAG 2026

Zu Beginn des neuen Semesters versorgt der ÖTB – Niederösterreich Vereine und deren Übungsleiter, Vorturner sowie Amtswalter mit neuen Ideen. Der umfassende Stundenplan soll einen Einblick geben in die verschiedenen Möglichkeiten eines Vereins, eines Vorturner und einer einzelnen Turnstunde. So finden sich im Programm nicht nur klassische Themen des Gerätturnens, sondern auch Angebote für alle Altersgruppen aus dem Breitensport und Fitnessbereich. Lasst euch überzeugen und inspirieren.