



TAEKWONDO

TRAGWEIN



Wir feiern 40 Jahre Vereinsgeschichte



Herausgeber:

ASVÖ Taekwondo Tragwein

Fichtenweg 4
4284 Tragwein

www.taekwondo-tragwein.at

tkd_tragwein@yahoo.at

Obmann: Andreas Dreiling
ZVR: 893304270

Konzept und Gestaltung: Jakob Quast



Der *Wille* gestaltet den Menschen,
zum Erfolg braucht er jedoch

Mut und Ausdauer.

Bruce Lee





Josef Naderer
Bürgermeister



**Dr. Reza
Zadehmohammad**
Präsident ÖTDV

Vorwort

Liebe Sportlerinnen und Sportler, sehr geehrte Damen und Herren!

Die Gesellschaft und damit auch das Lebensumfeld von Kindern und Jugendlichen befinden sich in einer Zeit rasanter Veränderungen und zum Teil großer Schnelllebigkeit. Dies bietet sicherlich Chancen, aber auch Risiken. Regeln und Grenzen, Selbstdisziplin, Toleranz, Gemeinschaftlichkeit und gegenseitiger Respekt sind Dinge, auf welche unsere Gesellschaft aufbaut, die wichtig sind und daher insbesondere Kindern und Jugendlichen vermittelt werden müssen.

Die olympische Sportart Taekwondo bietet hier entscheidende Ansatzpunkte, welche die soziale Kompetenz fördern, sowie zur allgemeinen Fitness – gleichermaßen Körper wie Geist – beitragen können. Darüber hinaus ist der Tragweiner Taekwondo-Verein seit nunmehr 40 Jahren ein wertvoller, erfolgreicher und positiver Werbeträger für unseren Ort! Sehr viele nationale, wie internationale Erfolge der Tragweiner Vereinsmitglieder bescheren nicht nur den Sportlerinnen und Sportlern selbst, sondern dem Verein und der ganzen Gemeinde eine erfreuliche Aufmerksamkeit in den Medien!

Es ist daher im Interesse der Gemeinde, dem Sport im Allgemeinen bestmögliche Rahmenbedingungen zu bieten. Gute Rahmenbedingungen und insbesondere die ausgezeichnete Betreuung der Sportlerinnen und Sportler haben Taekwondo in Tragwein auch zur Sportart mit dem höchsten Kinder- und Jugendanteil gemacht!

Ich möchte der Vereinsführung, sowie allen Mitgliedern für ihren Einsatz meinen herzlichen Dank aussprechen und für die weitere Zukunft viel Freude am Sport, schöne Erfolge und eine gute Gemeinschaft wünschen!

Josef Naderer

Lieber Verein TKD Tragwein!

Der Verein Taekwondo Tragwein trägt für mich einen stolzen Namen. Dieser Verein hat im wahrsten Sinne des Wortes einen wesentlichen Beitrag für die Taekwondo-Familie in Österreich geleistet. TKD Tragwein ist ein Musterverein der sich ständig weiterentwickelt hat. Ein Team, welches durch seine zahlreichen Goldmedaillen sehr oft die höchsten Platzierungen erkämpft hat. Der erste großartige Erfolg war bei der Poomsae Europameisterschaft 1997 in Antalya, welcher durch Michaela Igel erfolgte. Sie gewann die Goldmedaille unter vielen starken Nationen. Trotz dem traurigen Ableben dieser großartigen Kämpferin ist sie jedoch immer mit uns und bleibt eine der besten und ewigen Muster-Athletin des Verein Tragweins und des Österreichischen Taekwondo Verbandes. Neben Michaela Igel gibt es viele weitere Personen deren Leistungen uns viel Ehre und Stolz erbringen, wie zum Beispiel Rudi Schwaiger, Gerhard Heßl und viele andere, die alle vom Verein Tragwein kommen.

Ich möchte im Namen des ÖTDV, anlässlich des 40-jährigen Jubiläums, diesem großartigen Verein gratulieren und meine besten Wünsche für weitere Erfolge übermitteln.

Mit sportlichen Grüßen,

Dr. Reza Zadehmohammad

Um 40 Jahre zurück!

Franz Sachsenhofer, 1. Trainer und Gründungsmitglied

Donnerstag, 28. März 1978, ein sonniger und warmer Frühlingstag. Kurz vor 18 Uhr stehe ich bei der Autobus-Umkehrschleife in Linz-Auhof mit gepackter Sporttasche und warte gespannt auf meine Begleitung vom Verein TKD-Hochschule-Linz. An diesem denkwürdigen Tag wollten die drei wichtigsten Personen des Vereines TKD-Hochschule-Linz, Herr Mag. Oskar Aistleithner (Obmann), Herr Oh Sung Hong (Trainer und koreanischer Großmeister) und Herr Michael Brandstätter (zu dieser Zeit ranghöchster Schüler) beim ersten Training einer Interessensgruppe in Tragwein mit dabei sein – was ich als Ehre empfand.

Wie kam es dazu? Zufall, Zufall, Zufall. Klaus Hanetseder, ein in der Jungen-Ortsgruppe aktiver Tragweiner, fragte Erwin Kranawitter, ein Arbeitskollege, welcher seit etwa einem Jahr Taekwondo an der Hochschule Linz trainierte, ob er jemanden kenne, der eventuell einen Taekwondo-Kurs in Tragwein abhalten könnte, weil sie für die Jugend einen asiatischen Kampfsport anbieten möchten.

Zur Information, im Zeitraum von 1968 bis in die 1980er Jahre war Kampfsport der absolute Hit und es war „in“ einen zu praktizieren. Erwin fragte mich und nachdem ich ihm mein Interesse mitteilte, kamen wir zusammen um die Details zu besprechen. Nach Absprache mit Oskar und meinem Trainer Meister Oh, die von dieser Idee begeistert waren, sagte ich Klaus zu. Vorerst war nur ein Kurs bis Ende Juni in der Form geplant, jeweils Montag und Donnerstag von 19 – 21 Uhr ein Training durchzuführen. Beginn sollte am Donnerstag nach Ostern mit einem Probettraining sein – vorausgesetzt es gibt genügend Interessenten. Mindestens 30 Personen sollten es sein. Klaus informierte mich, dass sich bis zum Meldeschluss und der Entscheidung ob der Kurs abgehalten wird, 65 Personen angemeldet hätten. Somit stand dem ersten Training nichts mehr im Wege. Am besagten Montag erreichten wir nach einer 30-minütigen rasanten Fahrt den ausgemachten Treffpunkt, das Lagerhaus von Tragwein. Dort sollte uns Klaus abholen und zum Turnsaal

der Hauptschule bringen. Auf der Fahrt witzelten Oskar und Michael bezüglich der Teilnehmeranzahl. Denn sie bezweifelten die Zahl der Anmeldungen. Die Meldungen meiner Begleiter waren nicht sehr motivierend und sie hatten echte Zweifel ob etwas aus meinem Vorhaben, über diesen Kurs hinaus einen echten Taekwondo-Verein zu initiieren, wird. Trotzdem war und blieb ich zuversichtlich. Pünktlich zur ausgemachten Zeit holte uns Klaus ab und wir fuhren zur Turnhalle. Über die inzwischen bekannte „Hintertür“ ging es zu den Garderoben. Da sehr wenig Kleidung in der Garderobe vorhanden war, fühlten sich Oskar und Michael in ihrer Annahme bestätigt, dass nur ganz wenige wirklich am Training teilnehmen werden. Eventuell werden einige nur zusehen. Mit diesem sehr aufmunternden und unterstützenden Gespräch in der Garderobe machten sie mir Mut. Kurz vor dem Beginn des Trainings kam dann bei mir doch etwas Nervosität auf, (ich hatte bis dahin noch nie woanders ein Training abgehalten, als im eigenen Verein) so ließ ich den anderen den Vortritt auf



v.l.n.r.: Franz Sachsenhofer, Rupert Hader, Akim Farez, Thomas Moritz, Gerhard Heßl, Johann Stöger (1. Taekwondo-Turnier in Tragwein)

dem Weg zur Halle. Als Michael vor mir die Tür zum Turnsaal öffnete, blieb er wie angewurzelt stehen, drehte sich zu mir um und sagte völlig erstaunt: „Franz, die Halle ist voll.“ Da war es für mich gelaufen. Ich betrat mit der üblichen Verbeugung den Turnsaal, stellte meine Tasche an den Rand und sah mir die Leute an. Es waren wirklich sehr viele, wenn ich mich richtig erinnere, dann sollten es 54 Personen gewesen sein, davon etwa die Hälfte Mädchen und Frauen. Nachdem uns der Obmann der Ortsgruppe kurz vorgestellt hatte, begrüßte Oskar die Anwesenden und

gab einige Erklärungen bezüglich der Sportart und des Verhaltens im TKD ab. Danach übergab er das Kommando an mich und so begann ich mit meinem ersten TKD Training in Tragwein. Die Geburtsstunde eines Erfolgserlebnisses. Später im Gasthaus „Landl“, wo wir in Folge jahrelang unseren Stammtisch und so manche tolle Idee gehabt und umgesetzt haben (z.B.: das elektronische Wertungssystem im Kyorugi), erzählte mir Klaus, dass einige von den Angemeldeten gar nicht gekommen waren, dafür aber welche ganz spontan. Alles Weitere könnt ihr von jenen

erfahren, welche seit diesem ersten denkwürdigen Training noch dabei sind. Denkwürdig aus dem Grund, weil sich daraus etwas entwickelte, was niemand für möglich hielt. Daher nochmals meinen herzlichsten Dank an alle Verantwortlichen und Zuständigen, die es zugelassen haben, mich unterstützten und so der Samen auf fruchtbaren Boden gedeihen und erblühen durfte und mit sehr viel Unterstützung und offener Anerkennung weiterhin am Gedeihen gehalten wird.

Franz Sachsenhofer

40 Jahre TAEKWONDO Tragwein

– ein wahrer Grund zum Feiern!

Liebe Taekwondoin, Freunde, Mitglieder und Förderer unseres TAEKWONDO-Vereines,

seit nunmehr 40 Jahren kann in Tragwein die hohe Kunst der koreanischen Sportart TAEKWONDO ausgeübt werden. Eine lange Zeit, auf die wir mit Stolz zurückblicken können. Waren es zu Beginn hauptsächlich Erwachsene, die diesen - für uns einzigartigen - Sport ausgeübt haben, so bieten wir mittlerweile Kindern ab 8 Jahren aber auch Erwachsenen bis ins hohe Seniorenalter die Möglichkeit, mindestens zwei Mal in der Woche die Vorzüge unserer Sportart, die sowohl die körperliche und insbesondere die geistige Entwicklung positiv beeinflusst, zu erlernen und zu praktizieren.

Dieses Angebot haben in den letzten 4 Jahrzehnten mehr als 1.150 SportlerInnen in Anspruch genommen. Es konnten dabei zahlreiche Erfolge auf nationaler und auch internationaler Ebene errungen werden, vor allem aber sind zahlreiche Freundschaften für's Leben daraus entstanden. Derzeit zählt unser Verein rund 140 aktive Mit-

glieder – der Großteil davon sind Kinder und Jugendliche. Das Trainerteam rund um Gerhard Heßl ist nach wie vor bemüht, jeden Trainierenden zu seinen persönlichen Höchstleistungen anzuspornen. Darüber hinaus stehen der Spaß an der Bewegung und das „Miteinander“ in unserem Verein im Vordergrund.

Vor rund 2 Jahren erhielt ich das Vertrauen, in die großen Fußstapfen von meinem Vorgänger und Obmann der ersten Stunde, Rudolf Schwaiger, zu treten. Er war es auch, der als damaliger Trainer in mir im Kindesalter das Taekwondo-Feuer entfacht hatte. Es ist mir daher eine besondere Ehre, diesem traditionsbewussten und erfolgreichen Verein nun als „junger“ Obmann vorzustehen. So freue ich mich, gemeinsam mit meinen Vorstandskollegen und -kolleginnen und vielen treuen Helfern für Euch ein Jubiläumsjahr mit besonderen Highlights organisieren zu dürfen. Dazu gehören unter anderem diese Broschüre, die Jubiläumsveranstaltung im September und das bereits abgehaltene Jubiläumstraining mit Franz Sachsenhofer

und alten Bekannten.

Auch ist es mir ein ganz besonderes Anliegen, mich bei den Funktionären, Trainern und Sportlern der Gegenwart und der vergangenen Jahre zu bedanken. Dank Euch hat sich der Verein so entwickelt, dass er nicht nur regional, sondern oberösterreichweit, österreichweit und sogar international zu einem Vorzeigeverein geworden ist. Euer persönlicher Einsatz, Idealismus, Einfallsreichtum, hohes Verantwortungsbewusstsein und Eure harmonische Zusammenarbeit tragen wesentlich zur ungebrochenen Attraktivität unseres Vereines bei.

Ein Dankeschön gebührt ebenfalls unseren Sponsoren und der Marktgemeinde Tragwein für die finanzielle Unterstützung, die es uns ermöglicht, unseren Verein weiterhin erfolgreich führen zu können.

Getreu nach unserem Motto „der Weg ist das Ziel“ wünsche ich uns allen für die Zukunft noch viel Freude, Spaß, Gesundheit und sportliche Erfolge!

Andreas Dreiling

Andreas Dreiling
Obmann und Trainer



Aller Anfang ist schwer!

19 Jahre ist es bereits her, als ich Sonntagnachmittag zuhause bei Gerhard am Esstisch saß und er mich mit leichtem Druck überredete, neben ihm und Rudi auch ein Kindertraining zu übernehmen. Viel Zeit zum Überlegen und Vorbereiten war nicht - bereits am darauffolgenden Donnerstag war mein erstes Training angesagt. Ich fühlte mich wie ins kalte Wasser geworfen, jedoch sah Gerhard Potential in mir.

Ich kann mich noch gut erinnern, die ersten 18 Trainings habe ich bis ins Detail durchgeplant und niedergeschrieben (Aufwärmen, Partnerübungen, Übungen in der Reihe, Grundtechniken bis hin zum Abschluss). Schließlich ist es nicht einfach, eine Horde Kinder über eine Stunde lang, 2x die Woche so zu beschäftigen, dass sie motiviert und diszipliniert trainieren. Ich habe damals Rudi bewundert, wie

er so ein Kindertraining im Stegreif durchführte - mittlerweile praktiziere ich es genauso :-)

Im Zuge eines Kindertrainerseminars, unter der Leitung von Franz Sachsenhofer, habe ich mir mein ultimatives Zeichen zugelegt - die erhobene geballte Faust! Ohne ein Wort zu sprechen wird es im Turnsaal innerhalb weniger Sekunden mucksmäuschenstill. Das wirkte damals ebenso gut wie heute. Die Kinder waren jedoch das geringste Problem. Vielmehr waren es die Eltern, die mich eine Stunde lang gespannt beobachteten - was mache ich mit ihren Kids und wie gehe ich mit den unterschiedlichsten Charakteren / Talenten um? Da wurde bereits das Aufwärmtraining zu einer Herausforderung und nicht selten musste mir mein vorbereiteter Schummler zur Hand gehen.

Was kann ich meinen Schülern mit auf den Weg geben?

Sie lernen Respekt, Disziplin, Aufmerksamkeit, Körperbeherrschung, außerdem wird der Gemeinschaftsgedanke gefördert und natürlich kommt auch der Spaß nicht zu kurz. Über die Jahre habe ich hunderte Kinder trainiert und freue mich, wenn ich für die Kids im Kindertraining den Grundstein gelegt habe und sie als junge sympathische Jugendliche / Erwachsene im Training wieder treffen. Außerdem finde ich es einfach schön, wenn ich von ehemaligen Trainierenden oder deren Eltern noch Jahre später angesprochen werde und wir die gemeinsame Zeit positiv reflektieren.

In der Zwischenzeit trainiert auch meine ältere Tochter bei mir und ich hoffe, die jüngere ebenfalls dafür begeistern zu können, damit sie auch ein Teil der Taekwondo-Familie Tragwein wird.

Roland Haunschmid

Roland Haunschmid
Obmann-Stellvertreter und Trainer



Taekwondo Tragwein - Den Weg ein Stückchen mitzugehen

Das Vereinsjubiläum 2018 ist auch mein persönliches 40-jähriges Taekwondo Erinnerungsjahr. Mir war von der ersten Stunde an klar: Das ist meins!

Zusammen mit meinen damaligen Weggefährten hatten wir von Beginn an wie Besessene trainiert, mehrmals täglich - auch inspiriert von Bruce Lee und dem Geist dieser Zeit, Neues und Fremdartiges zu probieren. Mit Franz Sachsenhofer hatten wir Glück. Er, als sehr guter Wegbereiter, hat uns mit hoher Kompetenz und Begeisterungsfähigkeit bald zu sportlichen Höchstleistungen gebracht. Mit seiner akribischen Art des Bewegungslernens hat Franz den Grundstein in uns als Trainer gelegt. Nach einigen Jahren durchaus erfolgreicher sportlicher Laufbahn in Poomsae und im Kyorugi konnte ich mich für die Trainertätigkeit begeistern. 1984 übernahm ich die sportliche Leitung im Verein mit vielen hochgesteckten Zielen. Vieles wurde erreicht, die Begeisterung ist geblieben, das Feuer brennt nach wie vor.

Freudvoll ist es, wenn zweimal wöchentlich abends rund 70 Schüler ins Training strömen, meist mit großer Vorfreude, weil aus eige-

nem Antrieb, oder mit gemischten Gefühlen, weil von den Eltern geschickt. Wenn sie dann zufrieden und gut gelaunt den Heimweg antreten, löst das bei uns Trainer/innen große Freude aus. Dies gelingt uns meist dann gut, wenn wir es schafften, nach einem langen Arbeitstag noch Energien zu mobilisieren, um Struktur, Dynamik und Aufmerksamkeit hineinzubringen. Man spürt den Flow im Training, wenn man gut drauf ist, begeistern kann, ein Ereignis entsteht, das einen selbst beflügelt. Diese Momente sind Kraftquellen für Weiteres.

Nach dem Schülertraining wird es ruhiger, die Erwachsenen kommen in die Halle, freudvolle Begrüßungen, ein paar Worte und dann nochmals durchstarten. Dann ist die Kunst erforderlich, ein alters- und leistungsgruppengerechtes Training anzubieten, hier kommen die gut ausgebildeten Trainerkollegen/innen zum Einsatz.

Schön ist es, den respekt- und humorvollen Umgang der bunt zusammengewürfelten Gruppe mitzuerleben. Viele Freundschaften entstehen, jeder ist Teil der Taekwondo Familie. Leistungssportler/innen brauchen und bekommen zusätzlich Tüfteleien, Feinschliff

abseits der Gruppentrainings, auch samstags und sonntags, übers ganze Jahr hindurch.

Vieles aber geschieht im Verborgenen, es sind Unterkünfte, Leihautos und Flüge zu buchen und danach abzurechnen. Emotionale Ausgesetztheit, vergleichbar mit einer Hochschaubahn, können Teambegleitungen zu den Turnieren sein, ob auf nationaler oder internationaler Ebene. Im Idealfall klappt die Anreise reibungslos, die Unterkunft entspricht den Erwartungen und alle Turnierinformationen sind rechtzeitig beisammen. Am Turniertag ist jeder von uns gefordert, die eigene Komfortzone zu verlassen - dann der ultimative Moment für die Sportler/innen: „Wie gelingt es heute?“ Ein ständiges Mitfiebern, sich gemeinsam freuen, Enttäuschungen verarbeiten, aufrichten, neue Chancen erkennen, nach Lösungen suchend, die wertvolle Zeit der Niederlagen nutzend.

Als Trainer sind insbesondere Ausstiege und Abschiede von lieb gewonnenen Menschen zu meistern, die nach vielen tausenden gemeinsamen Trainingsstunden und schöner gemeinsam verbrachter Zeit fortziehen. Dazu kommt das Wissen, dass Könnernstufen jahre-

Gerhard Heßl
Sportlicher Leiter und Trainer



langen Aufbau und viel Beharrlichkeit erfordern. Solche Momente sind zwar vorhersehbar, fordern einen aber immer wieder aufs Neue. Da heißt es wieder aufrappeln und seinen Weg finden, sich wieder erneut anstrengen. Hier ist erfrischender Rückenwind beflügelnd, ausgelöst von einzelnen Gruppenmitgliedern, die durch ihr sonniges Gemüt, ihren Frohsinn das Geschehen würzend bereichern. Das ist konzentrierte Trainernahrung. Unser Tun ist ein kleiner Beitrag an die Gesellschaft, erkennend, dass wir Fertigkeiten, Fähigkeiten und Eigenschaften vermitteln, welche besonders für die kommenden Generationen bedeutsam sind, weil diese allzu oft vernachlässigt werden.

Ich denke, es ist uns als Verein über Jahrzehnte gelungen erfolgreich zu sein, dank der unermüdlichen Kraft der Funktionäre/innen, Trainer/innen und vieler „Bereicherer“, oftmals in zweiter Reihe und ohne offizieller Funktion, die dem Verein ganz viel Leben beschert haben und es laufend tun.

Ein, ein bisschen Spuren hinterlassender **Gerhard Heßl**.

40 Jahre

im sportlichen Aufwind

Wir in Tragwein hatten das Glück, eine damals völlig unbekannt Sportart „TAEKWONDO“ kennenlernen zu dürfen. Am 28. März 1978 tummelten sich zum ersten Mal 54 Neugierige - ich gehörte auch dazu - im bis zum letzten Platz ausgefüllten Hauptschulturnsaal um etwas „NEUES“ zu erfahren. Für viele davon war die körperliche Anstrengung eine besondere Herausforderung, aber es war vor allem die asiatische Philosophie hinter dieser koreanischen Sportart, die bei uns von Beginn an eine völlige Begeisterung auslöste. TAEKWONDO in der Gesamtheit betrachtet bedeutet eine Vereinheitlichung von Körper und Geist. Mit Franz Sachsenhofer hatten wir die ersten 5 Jahre einen exzellenten Trainer, dem es hervorragend gelang, sowohl im Poomsae- als auch im Kyorugibereich - Franz war selbst Staatsmeister in dieser Disziplin - uns die Grundelemente von

einem ganzheitlichen Körper und Geist zu vermitteln. Das Jahr 1982 entpuppte sich als Meilenstein in unserem Werdegang. Zum einen gründeten wir einen eigenständigen Verein, zum anderen wurde die Trainerhauptverantwortung Gerhard Heßl übertragen und wir begannen gleichzeitig mit einem regelmäßigen Kindertraining mit der Folgewirkung, uns im Trainerwesen zahlen- und ausbildungsmäßig zu steigern und uns ständig weiterzubilden. Es war uns von Anfang an ein großes Anliegen, die Jugend mit der Faszination des Taekwondo als sinnvolle Freizeitgestaltung zu begeistern und dabei Gemeinschaftsgeist, Toleranz sowie den respekt- und verantwortungsvollen Umgang miteinander im Gruppentraining näher zu bringen. Spätestens ab diesem Zeitpunkt begann eine kleine Erfolgsgeschichte für unseren Verein. War es einerseits das stetige Anwachsen der Trainierenden hin zu einem

der größten Vereine Österreichs. Zum anderen gelangen uns durch sportliche Spitzenleistungen die ganzen Jahre hindurch bei nationalen Meisterschaften große Erfolge. Unzählige Landes- und Staatsmeistertitel gehen auf das Konto unseres Vereines. Auch auf internationaler Ebene konnten wir uns immer wieder im Vordergrund behaupten. Seit 25 Jahren war Tragwein in ununterbrochener Folge bis heute mit Sportlern/innen im Nationalteam vertreten. So ist es uns als einziger österreichischer Verein gelungen, an allen Europameisterschaften ab 1993 und an 9 von 10 Weltmeisterschaften im Poomsae-Bewerb teilzunehmen. Stellvertretend blicken wir an dieser Stelle mit Stolz und zugleich mit großer Trauer auf unsere herausragendste Sportlerin Michaela Igel mit ihrem Europameistertitel zurück, die leider schon so früh mit 22 Jahren 1999 tödlich verunglückte. Erfolge kommen nicht von ungefähr, gelungen ist uns dieses

Rudi Schwaiger
ehemaliger Obmann & Gründungsmitglied



Kunststück durch behutsame jedoch professionelle Trainingsarbeit auf Grundlage trainingswissenschaftlicher Erkenntnisse mit einem hohen persönlichen Engagement aller beteiligten Trainer sowie dem Ehrgeiz und der Beharrlichkeit der jeweiligen Trainierenden. Mein besonderer Dank gilt der Gemeinde Tragwein für die finanzielle Jugendförderung sowie für die allzeitige unentgeltliche Bereitstellung der Turnsäle. Als Gründungsmitglied und langjähriger Obmann bin ich glücklich mit beigetragen zu haben, einen soliden und stabilen Sportverein zu schmieden. An dieser Stelle darf ich mich vor allem bei meinen Kollegen/innen im Vereinsvorstand für die äußerst gut funktionierende Zusammenarbeit, die immer vom kollektiven Grundsatz geprägt war, bedanken. Dem neuen Team wünsche ich alles Gute und viel Geschick bei der Umsetzung und Weiterführung ihrer gesetzten Vereinsziele. **Rudi Schwaiger**

Konzentration
EHRlichkeit
Zielstrebigkeit
Selbstüberwindung
Selbstvertrauen Geduld
Gerechtigkeit
SELBSTKONTROLLE
Seelisch-körperliches Gleichgewicht
AUSDAUER
TOLERANZ Gemeinsamkeit
Bescheidenheit
Höflichkeit

TAE

→ bedeutet **treten, stoßen, schlagen** und **springen** mit den Füßen, beinhaltet alle Fußtechniken

KWON

→ bedeutet **Faust** und beinhaltet alle Faust- und Handtechniken

DO

→ bedeutet **Weg** und umfasst die Grundphilosophie des Taekwondo und somit die geistige Entwicklung des Sportlers
„mein Weg zum Ziel“

Geschichte und Philosophie des Taekwondo

Was ist Taekwondo?

Taekwondo vereint mehrere ostasiatische Geistesströmungen und ist die Kunst der unbewaffneten Selbstverteidigung.

Woher kommt Taekwondo?

Es entwickelte sich in Korea über Jahrhunderte hinweg und 1971 wurde Taekwondo schließlich als Nationalsport Koreas anerkannt. Im Jahr 1973 fand in Seoul die erste Kyorugi-Weltmeisterschaft statt. Zudem ist Kyorugi seit 2000 Teil der olympischen Spiele. Lange später, im Jahr 2006, gab es schließlich auch die erste Poomsae-WM.

Seit wann ist Taekwondo in Österreich bekannt?

Der ÖTDV (Österreichische Taekwondo Verband) wurde 1969 gegründet und zählt somit zu den ältesten Taekwondo-Verbänden Europas. Heute gibt es in Österreich mehr als 130 Vereine mit insgesamt ca. 8.300 Mitgliedern.

Welche Philosophie steckt hinter Taekwondo?

Das höchste Ziel des Taekwondo-Trainings ist es, durch Disziplin und Körperbeherrschung die Geisteshaltung auszubilden. Außerdem soll das Training dabei helfen, die persönlichen Stärken und Schwächen zu erkennen und mit ihnen umgehen zu lernen.

**1**

Weißgurt - Alexander und Bernadette

**2**

Gelbgurt - Theresa und Max

**3**

Grüngurt - Franziska und Klaus

**5**

Braungurt - Elisabeth und Florent

Der Weg zum Ziel

**4**

Blaugurt - Sophie und Roman

**6**

Rotgurt - Christina und Hans

**7**

Schwarzgurt - Antonella und Siegfried

Die Ausbildungsbereiche des Taekwondo



POOMSAE (Formenlauf)

Ausdrucksfähigkeit, Rhythmus, Dynamik sowie eine präzise Ausführung der jeweiligen Hand- und Fußtechniken sind von größter Bedeutung, um eine Poomsae überzeugend präsentieren zu können. Es wird eine Art Schattenkampf gegen imaginäre Gegner geführt. Jede Poomsae hat ein eigenes Bewegungsdiagramm, das die Sportler am Ende wieder zum Ausgangspunkt zurückführt.



KYORUGI (Vollkontakt-Wettkampf)

Kyorugi ist ein schneller, athletischer Zweikampf. Da auch diesem die Grundsätze und Prinzipien des Taekwondo zu Grunde gelegt werden, sind Achtung und Respekt vor dem Gegner oberstes Gebot. Zu ihrer

eigenen Sicherheit sind die Wettkämpfer mit einer Schutzausrüstung ausgestattet. Die reguläre Kampfzeit beträgt 3 x 2 Minuten mit jeweils 1 Minute Pause. Eine Kampfentscheidung setzt sich dabei aus anerkannten Treffern und gegengerechneten Strafpunkten zusammen.

HOSINSUL (Selbstverteidigung)

Neben der Fallschule werden beim Hosinsul sowohl effektive Ausweich- und Befreiungstechniken als auch Schläge und Stöße zur Selbstverteidigung erlernt. Hierbei gilt der Grundsatz, dass der/die Taekwondoin sein/ihr Handeln stets an die jeweilige Situation anpasst und sich nur in einem angemessenen Maß verteidigt.



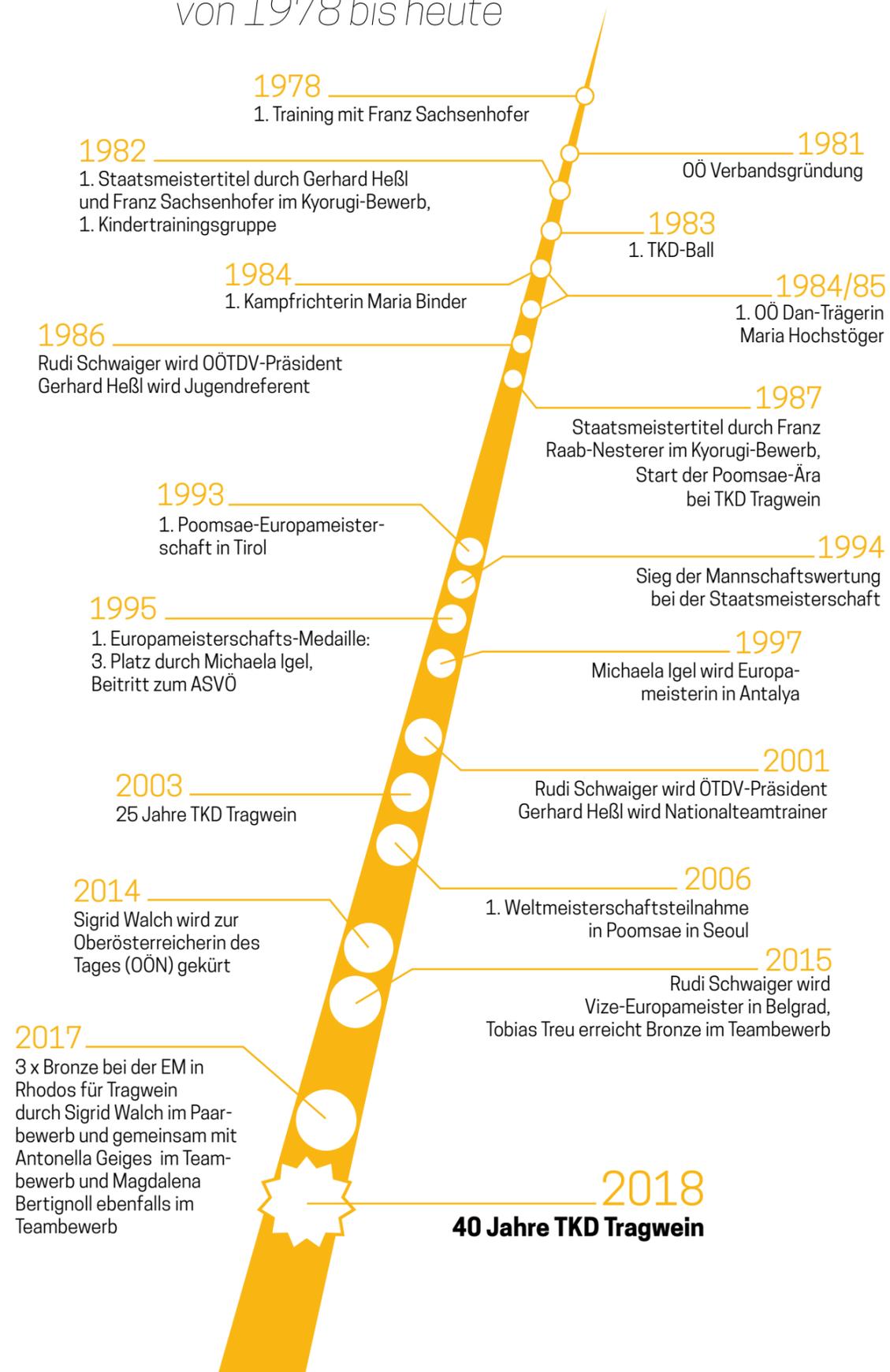
KYOPKA (Bruchtest)

Anhand von Bruchtests soll die Wirksamkeit der erlernten Angriffstechniken praktisch getestet werden. Voraussetzung für das Gelingen sind dabei nicht nur eine exakt ausgeführte Technik und entsprechende Schnelligkeit, sondern auch die Fähigkeit, sich den bereits gelungenen Bruchtest vorzustellen. Sie sind fester Bestandteil von Gürtelprüfungen und werden gerne bei Vorführungen gezeigt.





Timeline TKD Tragwein – die größten Ereignisse von 1978 bis heute



So läuft unser Training ab

Taekwondo Tragwein ist vielen Personen nur aus der Zeitung, durch unsere äußerst erfolgreichen Sportler und Sportlerinnen bekannt. Jahrelanges, gutes und zielgerichtetes Training ist das Ausschlaggebende für erfolgreichen Leistungssport. Neben unseren Leistungssportlern gibt es aber auch viele begeisterte Hobby-Sportler. Im routinierten Trainingsablauf kann jeder, der motiviert ist einen Sport zu erlernen, den man nicht innerhalb weniger Tage beherrscht, mitmachen. Einiges an Durchhaltevermögen ist für Taekwondo aber auf alle Fälle notwendig. Im Tragweiner Verein werden Trainings so angeleitet, dass Jedermann(frau) mitmachen kann. Aufwärmen, Kräftigen, Dehnen, spezielle Lerninhalte (wie Dreh- und Sprungübungen), Pratzekampf, Poomsae-Formen, Kyorugi sowie Selbstverteidigung gehören zum regulären Trainingsablauf. Für fast jeden Trainierenden ist es das Ziel, eines Tages einen schwarzen Gürtel tragen zu dürfen. Um dieses

Ziel zu erreichen, müssen davor 10 Kup-Prüfungen absolviert werden. In dieser Zeit reift das Können und das Verständnis für Taekwondo. Bei den einzelnen Prüfungen sind verschiedenste Elemente wie Hand- und Fußtechniken, Vollkontakt-Kampf, Selbstverteidigungstechniken, ein Bruchtest sowie eine Poomsae zu zeigen. Außerdem wird das theoretische Wissen

abgefragt. Je höher die Graduierung, desto anspruchsvoller sind die auszuführenden Techniken um den nächsten Farbgürtel zu erreichen. Die Farbe des Gürtels zeigt somit den Ausbildungsstand und dient als Ansporn, die nächsthöhere Stufe zu erreichen. Egal ob 8 oder 80 Jahre, auf jeden Fall freuen wir uns immer über neue Gesichter!



von links nach rechts: Andreas Dreiling, Roland Haunschmid, Gerhard Heßl, Siegfried Pichelmann, Klaus Gschwandtner, Johann Höfer

Vorstandsmitglieder

Taekwondo Tragwein



Andreas Dreiling
Obmann

Johann Höfer
Gerätewart

Roland Haunschmid
Obmann-Stv.

Tamara Knoll
Schriftführerin

Rudolf Trichlin
Kassier

Gerhard Heßl
Sportlicher Leiter

Romana Walch
Pressereferentin

Obmann

seit 2016	Dreiling Andreas
1982 - 2016	Schwaiger Rudi

Obmann-Stellvertreter

seit 2016	Haunschmid Roland
2002 - 2016	Dreiling Andreas
1998 - 2002	Geiges Jürgen
1986 - 1995	Stöger Johann
1984 - 1986	Bauer Hannes
1982 - 1984	Moser Alois

Sportlicher Leiter

seit 1984	Heßl Gerhard
1978 - 1984	Sachsenhofer Franz

Kassier

seit 1988	Trichlin Rudi
1982 - 1988	Patak Herwig

Schriftführer(in)

seit 2016	Knoll Tamara
2002 - 2016	Gattringer Nicole
1990 - 2002	Rieder Karl-Heinz
1988 - 1989	Gruber Sandra
1984 - 1988	Hochstöger Maria
1982 - 1984	König Kathi

Gerätewart

seit 2004	Höfer Johann
1998 - 2004	Krenner Roland
1994 - 1998	Geiges Jürgen
1989 - 1994	Primetshofer Wolfgang
1986 - 1989	Stöger Johann
1982 - 1986	Hader Rupert

Pressereferent(in)

seit 2015	Walch Romana
2007 - 2015	Pichelmann Siegfried
2000 - 2007	Heßl Yvette
1996 - 1999	Geiges Jürgen
1995 - 1996	Schwaiger R., Heßl G., Rieder K.-H.
1988 - 1995	Stöger Johann

VEREIN = *Gemeinschaft erleben*



Teil eines Vereins zu sein ist für Kinder, Jugendliche aber auch für Erwachsene ein schöner Ausgleich zum stressigen und oft fordernden Alltag. Teil einer Gemeinschaft zu sein, in der Zusammengehörigkeit, Respekt und Achtung voreinander groß geschrieben werden. Im Taekwondoverein Tragwein findet jeder seinen Platz, Freundschaften entstehen und durch

die unterschiedlichen Charaktere der Einzelnen blüht unser Verein auf. Für viele ist der Verein bereits wie eine zweite Familie, so auch bei uns. Man trifft sich regelmäßig um gemeinsam eine sportliche Betätigung auszuführen und um gemeinsam auf bestimmte Ziele hinzuarbeiten. Der intensive und starke Zusammenhalt ist das, was unseren Verein auszeichnet.



Zahlen & Fakten

EM-Teilnahmen:

- 1993** Binder Rita, Binder Christine, Patak Britta
Schwaiger Rudi, Stöger Johann, Hader Rupert
- 1995** Igel Michaela
- 1997** Igel Michaela
Schwaiger Rudolf
- 1999** Gattringer Nicole, Pernsteiner Andrea, Bertignoll Magdalena
Schwaiger Rudolf
- 2001** Gattringer Nicole
Schwaiger Rudolf
- 2003** Schwaiger Rudolf
Heßl Cornelia
- 2005** Schwaiger Rudolf
Rossgatterer Sabine
Heßl Cornelia
Ortner Sebastian
- 2007** Huber Valentina, Pichelmann Lena, Knoll Tamara
- 2009** Schwaiger Rudolf
- 2011** Schwaiger Rudolf
Rossgatterer Sabine
Gattringer Nicole
- 2013** Schwaiger Rudolf
- 2015** Walch Sigrid
Gattringer Nicole
Schwaiger Rudolf
Treu Tobias
- 2017** Walch Sigrid, Geiges Antonella
Bertignoll Magdalena
Walch Johanna

WM-Teilnahmen:

- Seyr Franz **1989**
- Pernsteiner Andrea, Gattringer Nicole,
Heßl Cornelia
Schwaiger Rudolf
Knoll Tamara **2007**
- Gattringer Nicole
Schwaiger Rudolf **2009**
- Schwaiger Rudolf **2010**
- Gattringer Nicole
Schwaiger Rudolf **2013**
- Walch Sigrid **2014**
- Walch Sigrid **2016**
- Schwaiger Rudolf



Wohnorte der aktiv Trainierenden (in %)

61 Danträger
(davon 24 aktive)

39
Staatsmeistertitel





Training

Das abwechslungsreiche Training macht nicht nur Spaß, es spornt auch dazu an, persönliche Ziele hoch anzusetzen - und diese zu erreichen.

Erfolg kommt nicht von alleine

Daneben finden regelmäßig Kaderlehrgänge statt, bei denen unsere Leistungssportler ihre Techniken "fine tunen".



Kadertraining



Kraftkammer

In unserer Kraftkammer wird neben Kraft zusätzlich Technik, Koordination und Schnelligkeit trainiert.



Die Unterstützung durch Trainer, Freunde und andere Mittrainierende tragen dazu bei, um bei Turnieren Spitzenleistungen zu erzielen!



Turniere

Ein Meisterschaftstag

Eindrücke von Sabine Rossgatterer



Ein Turnier ist meist ein sehr turbulentes Ereignis. Gleich am Morgen versucht jeder Teilnehmer so rasch wie möglich herauszufinden, wann und auf welcher Wettkampffläche die eigene Klasse startet. Dann beginnt man mit Aufwärmen und die ausgelosten Formen noch einmal zu trainieren. Natürlich auch den SportkollegInnen bei ihren Auftritten zusehen, anfeuern und wenn nötig beruhigen, stabilisieren. Wenn auf einer Matte gerade einmal Pause ist, zwischen zwei Bewerben schnell das Fenster nutzen um auf der Matte zu üben. Ab und an ein kleiner Plausch mit SportkollegInnen von anderen Vereinen. Und nebenbei immer den Zeitplan

im Auge behalten. Vor allem bei großen Bewerben kommt es des Öfteren vor, dass eine Klasse mit wenig Teilnehmern auf eine andere Fläche verlegt wird und dann heißt es sich schnell einstellen auf die geänderte Situation und trotzdem eine gute Leistung abliefern. Ein Meisterschaftstag bietet daher viele Herausforderungen und Lernchancen im körperlichen aber vor allem im emotionalen Bereich. Immer wieder sind Erfolge und Niederlagen zu bewältigen, welche verschiedenste Emotionen, wie Freude, Anspannung aber auch Enttäuschungen und Überraschungen mit sich bringen. Die eigene Bedeutungszuschreibung der erlebten Gefühle kann die Wi-

derstandsfähigkeit für die ganze Persönlichkeit enorm verbessern. Das Gefühl von Selbstkompetenz und Selbstwirksamkeit wird gesteigert und somit auch das Selbstwertgefühl. Nach einem Meisterschaftstag, gleichgültig ob man erfolgreich war oder ob man eine Niederlage erlebt hat, ist es besonders schön, wenn noch Zeit ist, einzukehren und sich über die Erlebnisse und Erfahrungen mit VereinskollegInnen auszutauschen, zu lachen und zu plaudern. Da entsteht schon die Motivation für das anstehende Training, sich zu verbessern und um dies beim nächsten Turnier umzusetzen.

Sabine Rossgatterer

„ Taekwondo ist mir seit meiner Kindheit vertraut.

Ich kenne die Bewegungen, die Leute, die Stimmung im Turnsaal und bei den Turnieren.

Die Erfahrungen die ich im TKD-Sport gemacht habe haben mich geprägt und

ich wäre ohne diese nicht so wie ich jetzt bin.“

Ich fühle mich einfach gut nach einem TKD-Training oder nach einem Turnier.

Es macht mir Spaß und ich genieße es mit meinen TKD-Freunden diese Leidenschaft zu teilen.“

Nicole Gattringer

jahrelanges Mitglied des National- und Landeskaders, 13 Staatsmeistertitel



Dein erster Schritt in die Welt der koreanischen Kampfkunst!

TAEKWONDO Schnuppertraining

Einstieg jährlich im Herbst möglich!
Termin findest du auf unserer Webseite!



Trainingszeiten

Schüler (ab 8 J.) 18:15 Uhr
Jugendliche/Erwachsene 19:30 Uhr
Immer Montags und Donnerstags

Infos zum Training und

zur Anmeldung unter www.taekwondo-tragwein.at



Josefine Heigl



Florent Kukaci



Julia Kukaci



unsere
Youngsters

Sigrid Walch & Antonella Geiges



Lukas Kinzhofer



Tobias Freu



Theresa Teichmann



Hanna Hinterdorfer & Alina Koppler



Johanna Walch



Michaela-Igel-Turnier

Bereits zum 18. Mal wurde heuer in Gedenken an Michaela Igel das internationale Michaela-Igel-Turnier in Tragwein ausgetragen. Vor 1999 gab es auch bereits ein Turnier in Tragwein, welches im Rahmen einer CUP-Serie ausgetragen wurde. Die Idee dahinter war eine Rangliste, die aus den Ergebnissen der Cup-Serie hervorkommen sollte. Das System kam aber nie so richtig ins Laufen, unser Turnier blieb aber trotz allem bestehen.

Bis 2006 führten wir an zwei Tagen Bewerbe in den Kategorien „Poomsae“ und „Kyorugi“ durch. Seit 2007 haben wir das Turnier auf unsere Kernkompetenz „Poomsae“ beschränkt. Vereine aus ganz Österreich und dem umliegenden Ausland kommen jedes Jahr zu unserem gut besuchten Turnier. Auch für alle die in das Turniergehen einsteigen wollen, ist es eine gute Gelegenheit, zu Hause die ersten Versuche auf

der Matte zu wagen. Es gibt zwei Leistungskategorien: Leistungskategorie A (ab Rotgurt) und Leistungskategorie B (von Gelb bis Braungurt). Bewertet werden die gelaufenen Formen von geprüften Punkterichtern, die aus den verschiedenen Vereinen in Österreich kommen.

Für die vereinseigenen Teilnehmer ist es auch immer sehr schön zu Hause zu starten, da hier auch Familienmitglieder und Freunde die Gelegenheit haben, als Fans dabei zu sein.

Natürlich steckt in der Organisation vor, während und nach dem Turnier viel Aufwand, daher ist es toll, dass sich hier alle im Verein so engagieren und tatkräftig bei der Ausrichtung des Turnieres unterstützen. Sei es bei den Vorbereitungen am Vortag, bei der Registrierung, beim Buffet oder als Coach der Sportler – jeder trägt durch seine oder ihre Hilfe zum Erfolg des Turnieres bei!

„ Die wichtigste Erfahrung, die ich während meiner Taekwondo-Karriere gemacht habe ist, dass man alleine nie so weit kommen kann, wie wenn man viele unterstützende Menschen um sich hat.“



Natürlich war ich immer sehr ehrgeizig, aber wenn da nicht ein

exzellenter Trainer, viele Mittrainierende,

die Feedback geben und Turnier Erfahrungen teilen, gewesen wären, dann hätte ich nie so große Dinge erreicht.“

Sigrid Walch

jahrelang Mitglied des National- und Landeskaders, erreichte 2x Bronze bei der EM 2017



“Nachdem ich Jahre, wartend auf meinen trainierenden Sohn, auf der Garderobenbank verbrachte, überredeten mich die jungen Mädels doch mitzumachen.

Seit mittlerweile 5 Jahren trainiere ich jetzt und es macht mir viel Spaß.”

Hildegard Hörmann (59), Lehrerin und Hobby-Taekwondo-Sportlerin, die kaum ein Training auslässt



“Als meine Eltern mit Taekwondo angefangen haben, sahen sie es als regelmäßiges Training an, um fit zu bleiben. Es ist ein schöner Sport, die Technik sieht schön aus und wichtig war ihnen natürlich auch der Bereich Selbstverteidigung. Später haben sie gemerkt, wie viel mehr es ihnen gebracht hat und wie es sie verändert hat. Man wird **konzentrierter, selbstbewusster**. Es macht einfach Spaß. Außerdem haben sie **viele neue Freundschaften** geschlossen. Genau das war auch der Grund, warum auch meine Schwester und ich mit Taekwondo begonnen haben.”

Sara Hochstöger (27), trainiert seit 13 Jahren, neben ihr waren auch ihre Eltern, **Maria** und **Gerhard** und ihre Schwester **Petra** jahrelang im Verein aktiv.



“Wir gehen gerne in Taekwondo, weil das Training **immer abwechslungsreich ist** und es so nie langweilig wird.”

Sophie (9), **Franziska** (11), und **Josephine Heßl** (16), drei Schwestern, die alle in Taekwondo die perfekte Freizeitgestaltung entdeckt haben

“Taekwondo ist **einer der vielseitigsten Sportarten** die ich kennenlernen durfte. Das Flair vom Verein kombiniert mit universellem Training ist für mich einfach perfekt.”

Romana Walch (35), Pressereferentin, Masseurin und Mutter, trainiert seit 8 Jahren



“Taekwondo ist ein Teil meines Lebens!

Es freut mich, dass Antonella bereits jetzt besser ist als ich!”

Jürgen (46) und **Antonella Geiges** (17), Vater und Tochter, die ihre Leidenschaft für Taekwondo teilen



“**Perfekte Ganzkörperfitness für alle**
(vom Hobby- bis zum Leistungssportler)
in einer tollen Gemeinschaft mit viel Spaß -
darum lieben wir TAEKWONDO (Tragwein)!”

Magdalena (37) und **Tino** (41) **Bertignoll**, beide wahre Sport-Allrounder, trainieren seit Jahren bei TKD Tragwein



Spaß
muss sein



Bergwandern



Fasching



Hochzeiten & Geburtstage

Spaß
muss sein



Trainingslager



Trainingsausklang



Winterausflüge



Weihnachtsfeier



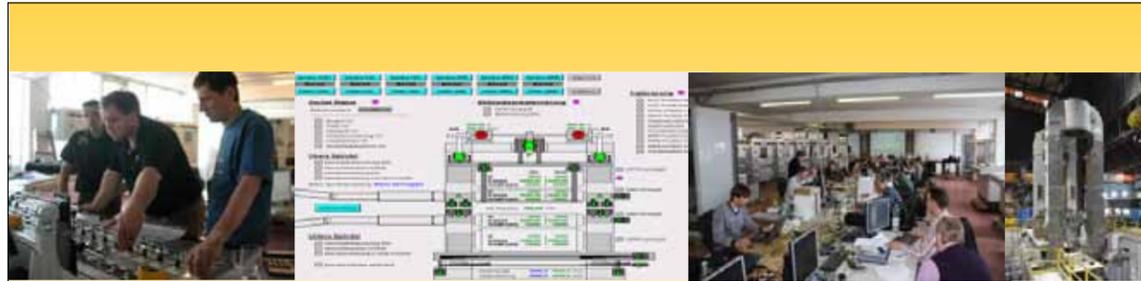
Saisonabschluss



Weihnachtsfeier



Stammtisch Gerlinde



pa innovations

Kontakt:
Karl Aistleitner
pa-innovations GmbH,
4030 Linz, Flötzerweg 156
email: office@pa-innovations.com
Tel.: +43 676 84 1310 300
www.pa-innovations.com

Mechatronische Lösungen in der Eisen & Stahlindustrie

- Automatisierung/Software für Walzwerke und Prozesslinien
- Physikalisch mathematische Modelle zur Prozesseinstellung
- Definition der Bedienphilosophie von Großanlagen
- Training der Kunden
- Projektleitung und Projektverfolgung



Aktionsfeld:

- Weltweit

Team:

- Mechatroniker, Elektrotechniker (HTL, Universität)
- Junge und erfahrene Mitarbeiter mit Interesse an abwechslungsreicher Tätigkeit



Digitale Kompetenz und persönliche Beratung



www.raiffeisen-ooe/region-pregarten

HESSL

FENSTER KASTENSTOCK
STILTÜREN PORTALE
GLASFASSADE

TISCHLEREI - TRAGWEIN/DÖ - WWW.HESSL.AT





Sicher und zuverlässig



Handwerk mit Qualität

BT
BAU
GmbH

BT Bau GmbH
Mistlberg 101
A-4284 Tragwein
Tel. +43 7263/88 155-0
Fax Kl. 20
E-mail: office@btbau.com

www.btbau.com

Herbert Handlos Ges.m.b.H.

HOLZ IST LEBEN

Herbert Handlos Ges.m.b.H T: +43 7263 88 317-0 | F: +43 7263 88217-10
Schulstraße 20 | 4284 Tragwein handlos@handlos.at | www.handlos.at

„Kamig“ Österreichische Kaolin- und Montanindustrie
Aktiengesellschaft Nfg. Komm.Ges.

4320 Perg, Aisthofen 25, AUSTRIA
Tel.: +43 (7262) 63025-0, Fax: +43 (7262) 63028
Email: kaolin@kamig.at, Internet: www.kamig.at

KAMIG
KAOLIN QUARZSAND TON

Das Unternehmen mit
Tradition und Zukunft!

„Kamig“ Österreichische Kaolin- und Montanindustrie
Aktiengesellschaft Nfg. Komm.Ges.

4320 Perg, Aisthofen 25, AUSTRIA
Tel.: +43 (7262) 63025-0, Fax: +43 (7262) 63028
Email: kaolin@kamig.at, Internet: www.kamig.at

KLIMA-AKTION

4230 Pregarten • Gutauer Straße 3 • Tel.: +43 72 36/22 43 • E-Mail: office@steininger.st • www.steininger.st



All Inklusiv Aktion*
€ 1.499,-

WIR HABEN
DIE „COOLSTEN“
GERÄTE!

2,64 KW KÜHLESTUNG

MERCKENS
PRÄSENTATIONSTECHNIK

Stabil verpackt.
Schlau transportiert.
Sicher archiviert.

MERCKENS Präsentationstechnik GmbH, Josefstal 10, A-4311 Schwertberg
Tel.: +43 7262 / 611 61-20
E-Mail: ringbuch@merckens.at
www.merckens.at

Wir gratulieren recht herzlich zum Jubiläum!

SPARKASSE
Tragwein
Was zählt, sind die Menschen.



2x **SPAR** Gusenbauer *Bad Zell & Tragwein*

Ford **AUMAYR**
Autohaus Schönau

Handschlagqualität
seit über 30 Jahren

Neu/Gebrauchtwagen • Lackiererei
Spenglerei • Werkstatt
aller Marken

07261/7428-0
www.ford-aumayr.at

Gärtnererei
PETERMANDL

Gärtnerei Tragwein: Erdleitener Str. 20
Tel.: 07263 / 88 325 - 0, Fax: - 5
E-Mail: blumen.petermandl@speed.at
Web: www.gaertnererei-petermandl.at

Verkaufsstelle ab September/Oktober 2018:
Pregartener Str. 1a2, Tragwein

Bad Zell, Linzer Str. 10
Tel. + Fax: 07263 / 7417

**Ortner
HOLZ**

Das Leben ist zu kurz, um im Stau zu stehen!

Also wie lange willst du noch pendeln?
 --> Tägliches Pendeln nach Linz kostet im Jahr ca. € 6.000,00!
 --> Pendler verbringen etwa 17 Tage pro Jahr im Auto!

Nutze deine Chance und komm' in unser Team!

BEWIRB' DICH JETZT!

**EINEN
SCHNITT
VORAUSS.**

ORTNER-HOLZ GMBH
 ZELLER STR. 50, 4284 TRAGWEIN
 TEL.: 07263/88329
 OFFICE@ORTNER-HOLZ.AT
 WWW.ORTNER-HOLZ.AT

Jausenstation Langebner Hütte

Fam. Mayrhofer
 Mayrhofer 5
 4283 Bad Zell
 0664 / 20 41 081

www.langebner-huette.at

Direkt am Wanderweg Brandtnerhöhe/Waltersberg und der Lebensquell Nordic Walking Strecke Bad Zell - Tragwein. Für Feiern, Wandergruppen und Treffen aller Art sind wir für sie da. Bei telefonischer Anmeldung auch außerhalb der Öffnungszeiten.
Fr. Sa, So und Feiertag ab 14:00 Uhr

Klambauer GmbH
 Elektronunternehmen

Schulstraße 2
 4284 Tragwein

Tel: 0 72 63 / 88 33 8
 Fax: 0 72 63 / 88 42 1
 office@elektro-klambauer.at

KR

AMBROS

BAD ZELL TRAGWEIN

CITROËN mazda ALFA ROMEO FIAT

www.ambros-automobile.at

Bad Zeller

Bauunternehmen Gesellschaft m.b.H.

Hochbau | Tiefbau | Zimmerei

A-4283 Bad Zell | Linzer Straße 15 | Tel. 07263 / 76 60-0
 office@bbu.at | www.bbu.at



Abschleppservice: +43 680 113 90 90

Meister-haft auto reparatur

KFZ-Meisterwerkstätte
Reifen- und Felgenhandel
Lackier- und Spenglerei
Neu- und Gebrauchtwagen

// HAIDER //
ATB GmbH

Mistberg 98
4284 Tragwein
07263/ 86 0 54
www.haider-atb.at

HAUNSCHMIDT
FORMEN- UND MASCHINENBAU

A-4284 Tragwein, Mistberg 80, Tel.: +43 (0) 7263 88 294
Fax: +43 (0) 7263 88 294-4, office@haunschmidt.at
www.haunschmidt.at



Roland G. Viehböck
Staatl. gepr. Versicherungsmakler

Christian Viehböck
Staatl. gepr. Versicherungsmakler



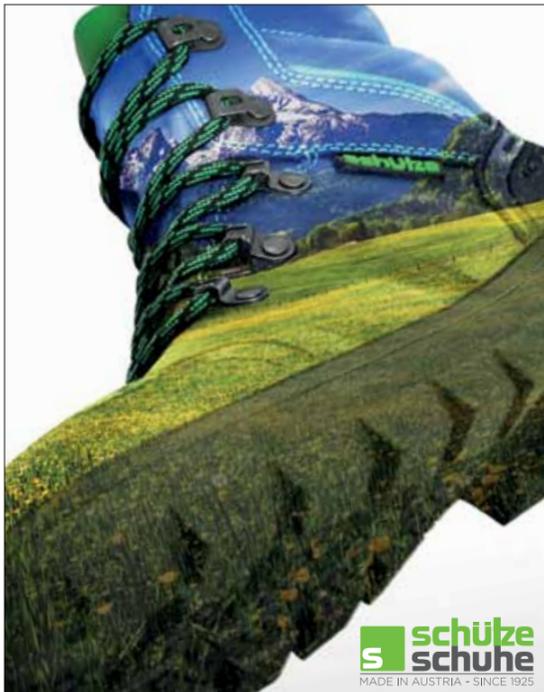

Tel: 0720 / 920 400
(zum Ortstarif)

A-4283 Bad Zell, Linzer Straße 2/2 www.versfinanz.at
www.versicherungskanzlei-viehboeck.at

STIEGENWIRTⁱⁿ
— TRAGWEIN —
Anna Hessel & ihr Team



Markt 12, 4284 Tragwein, Reservierung unter Tel. 07263/88324 oder reservierung@gasthaus-stiegenwirt.at
www.gasthaus-stiegenwirt.at



schütze schuhe
MADE IN AUSTRIA - SINCE 1925

www.schuetze-schuhe.at

DANKE!
an unsere Sponsoren



www.taekwondo-tragwein.at