

UNION 

2017
SEPTEMBER

POSAUNE

VEREINSZEITSCHRIFT DER SPORTUNION PRAM



 Unionausflug

 Ferienpass

 Tanzen

 Neuer Tennisplatz

 Turnen

 Vorankündigungen



DIE KRAFT AM LAND

**LAGERHAUSGENOSSENSCHAFT EFERDING
GRIESKIRCHEN E.GEN.
Filiale Pram**

**Steinbruck 14, 4742 Pram
Tel. 0 7736 6241**

4742 Pram Gewerbepark 10



+43 (0)7736 66766

EUROPLAN
WASSERMAIR

MARKISEN
SONNENSEGEL
SCHWIMMBADABDECKUNGEN
LKW-PLANEN
ZELTE

www.wassermair.com

office@wassermair.com

Hofinger
Holzwurm GmbH



**Erzeugung von Platten
und Böden aus Altholz!**

» Holz mit Geschichte «

Hofinger Holzwurm GmbH • Unterprenning 18 • 4742 Pram • Tel. +43 (0) 699 /170 872 82 • office@hofinger-holzwurm.at • www.hofinger-holzwurm.at

TEAM 7

TEAM 7 Natürlich Wohnen GmbH | Werk 2 | Gewerbepark 1 | 4742 Pram | Tel. 0 7736 / 66070

LIEBE PRAMERINNEN UND PRAMER! LIEBE MITGLIEDER DER SPORTUNION PRAM!



Ich denke, dass viele von uns auf eine schöne und aktive Urlaubszeit zurückblicken und sich gleichzeitig die Frage stellen, was noch möglich gewesen wäre. Gott sei Dank bleibt da noch der Herbst für unsere persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Pläne.

Genauso geht es der Sportunion Präm. Wir blicken auf eine sehr abwechslungsreiche Zeit zurück:

- Mir fallen dabei die vielen Stunden der Planungen, Besprechungen und der Arbeit am Tennisplatz ein.
- Die Stimmung am Vereinsausflug war einfach toll.
- Mehr als 50 Kinder nahmen die Angebote der Sportunion im Rahmen des Pramer Ferienpasses wahr.
- Der Tag der offenen Tennisplatztür war ein großer Erfolg.
- ...

Und der Herbst 2017 wird nicht weniger abwechslungsreich sein:

- Ein Tenniskurs für Erwachsene, Neueinsteiger und Wieder-einsteiger läuft gerade.
- Die Turnangebote befinden sich in Planung und werden rechtzeitig zum Start der Turnsaison veröffentlicht.
- Am 16. September 2017 wird unsere Tennisanlage feierlich eröffnet.
- Als Vorbereitung für den Unionball 2018 gibt es auch heuer wieder Jugend- und Erwachsenentanzkurse.

Ein aufrichtiger Dank gilt allen, die hinter diesen Angeboten stehen und natürlich jenen, die sie nutzen.

Ich würde mich freuen, wenn ich viele von euch bei der Eröffnungsfeier und bei den weiteren Angeboten der Sportunion Präm begrüßen dürfte.

Walter Raab
Obmann

**„Wir waren ein Team:
Wir arbeiteten zusammen,
wir lösten Probleme gemeinsam,
und schließlich erreichten wir zusammen den Gipfel.“**

Edmund Hillary (nach der Besteigung des Mount Everest)





DAS WAR DAS ERSTE HALBJAHR 2017 MIT DER SPORTUNION PRAM

Sportunion Pram



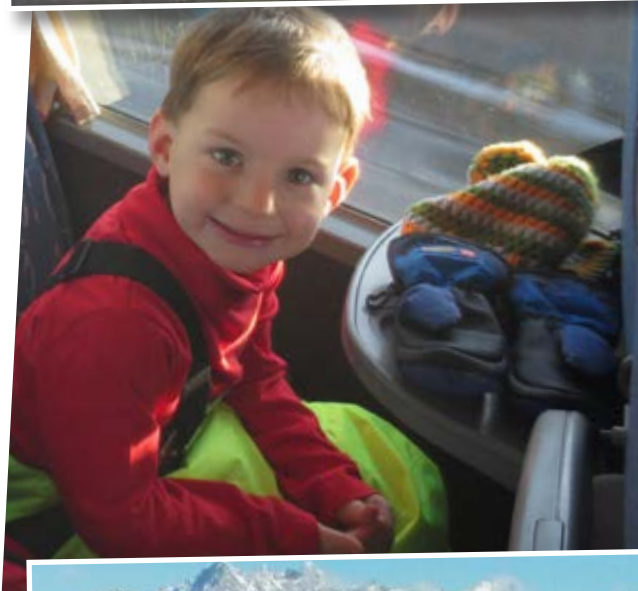
Eindrücke vom Unionball, Jänner 2017



Du willst Mitglied werden oder hast Fragen, Anregungen oder Kommentare? Auf unserer homepage www.pram.sportunion.at findest du alle Möglichkeiten dazu. **Wir freuen uns!**



Eindrücke von den Tages-Schifahrten



Samstag 2. Juni frühmorgens: Ich stelle fest, dass man auch mit fast 55 noch eine Vorfreude und eine kleine Aufregung auf einen Ausflug mit dem Autobus spüren kann. Um 7.00 gehts los: Der Bus ist voll besetzt, das Alter der Mitfahrenden wirkt durchzogen wie der Wetterbericht. Nach eine Jausenpause (hervorragend!) im „Deutschen Eck“ fahren wir durch das zurzeit ausgestorben wirkende Saalbach und Hinterglemm bis zum Talschluss. Unsere gute Seele im Autobus Maria Bichl informiert uns über die verschiedenen Möglichkeiten den Tag zu verbringen.

Ein Teil macht sich auf den Weg auf eine 3-stündige Wanderung, die vor Kraft strotzende Jugend wagt sich in den Hochseilpark, einige erklimmen den Baumzipfelweg mit der Golden Gate Bridge und wir? Ein wenig Bewegung kombiniert mit Gemütlichkeit ist angesagt. Also lassen wir die Lindlingalm vorerst links liegen und wandern zwischen Kühen, Pferden und Eseln vorbei an Wasserfällen bis zur Saalalm, wo wir in der wärmenden Sonne unsere (wie wir glauben) verdiente Rast machen. Bei wunderbarer Aussicht genießen wir unsere durch den „langen Marsch nach oben“ verdiente Stärkung inklusive Elektrolytnachschub mittels weißem Bier. Über einen geplanten kleinen Umweg gehts dann zurück zu Lindlingalm wo wir die anderen Wanderer, Baumzipfelwe-

geroberer und Hochseilparkalpinisten wieder treffen.

Mit einer sagenhaften Disziplin wird der Rückweg zum im Tal abgestellten Bus angetreten. Pünktlich (wie übrigens beim ganzen Tagesprogramm – alle Achtung dafür!) starten wir zum letzten Höhepunkt des Tages. Unterwegs gibt es Informationen unseres Obmannes Walter Raab (offensichtlich statt der Jahreshauptversammlung) sodass die Zeit bis Salzburg wie im Flug vergeht. Einkehr in Salzburg – wo? Natürlich im Müllner Bräu. Ehrlich gesagt: Dieser Programmpunkt war für mich nicht unerheblich für meine Entscheidung, beim Unionausflug mitzufahren. Was macht man im Müllner Bräu? Im Gastgarten eine oder bei manchen eine zweite Maß Bier (wobei ich hoffe, dass ich nicht der einzige Zweimassbiertrinker war) und jausnen.

Mit vollem Bauch und vielen schönen Eindrücken ging es dann wieder nach Hause. Im ehelichen Heim angekommen lassen Gerti und ich den Tag noch einmal Revue passieren und stellen fest: es hat alles gepasst und wir hoffen und können nur empfehlen, dass es nächstes Jahr wieder einen Unionausflug geben wird.

Danke für den schönen Tag!



Am 18. Juni 2017 fand auf den neu renovierten Tennisplätzen ein Tag der offenen Tür statt.

Grundgedanke war, einen gemütlichen Tag für die ganze „Tennis“familie anzubieten.

Dabei hatten alle, ob Anfänger oder Fortgeschrittene, die Möglichkeit, das Tennisspielen auf unserer wunderschönen Anlage zu probieren.

Schön war es, dass man viele neue Gesichter sah und auch so manche kamen, die früher öfters spielten.

Bei herrlichem Wetter sportelten die Besucher und natürlich wurden diese auch kulinarisch versorgt.

Es wurden Kontakte geknüpft und für alle Interessierten ein Tenniskurs, der bereits im Laufen ist, organisiert.

Die Eröffnung der frisch sanierten Tennisplatzanlagen findet am Samstag, den 16. September 2017 statt.



Du findest die Sportunion Pram auch auf Facebook! Klick auch du dich rein: www.facebook.com/sportunionpram





SCHWIMMKURS

Lena Reitböck

Auch heuer gab es in der ersten Ferienwoche wieder einen Kinderschwimmkurs im Freibad in Haag, an dem 15 Kinder teilnahmen. Trotz wechselhaftem Wetter ließen sich die Kinder den Spaß im Wasser nicht nehmen. Durch zusätzliche Schwimmangebote und verschiedene Spiele konnten die Kinder die Angst vorm Wasser verlieren. Auch der Sprung ins Wasser und Tauchübungen wurden mit den Kindern spielerisch gemacht. Natürlich kam auch das Schwimmen nicht zu kurz. So lernten die Kinder das Arm- und Beintempi und konnten dies dann selbstständig mit einer Schwimmhilfe üben - und wie heißt es so schön: Übung macht den Meister.

Ein herzliches Dankeschön an unsere beiden Schwimmkursleiterinnen Lena & Anna.

Wir freuen uns bereits auf die nächsten Ferien!

KINDER & JUGEND FERIENTENNISKURS

Hans Hörandner

In der ersten Ferienwoche fand auch ein Ferientenniskurs für Kinder statt.

Im angebotenen Training stand neben der Einführung in die Tennistechniken, Spiel & Spaß im Vordergrund.

Der Umgang mit unterschiedlichen Bällen, Ausdauer und Vielseitigkeit wurde dabei mit verschiedenen Spielformen gefördert.

Um für den Ferientenniskurs etwas Werbung zu machen, wurde am 3. Juli von unserem Jugendbetreuer Franz Mayr eine Schnuppertennisstunde für die Volksschulkinder Pram abgehalten.

Es kamen die Kinder jeder Klasse mit ihren Lehrern für eine Stunde auf den Tennisplatz.

Dabei konnten sie in verschiedenen Stationen das Tennis spielen ausprobieren.

Am Ferientenniskurs nahmen 19 Kinder, die je nach Tenniserfahrung in Gruppen eingeteilt wurden, mit großer Begeisterung teil.

An den fünf Trainingseinheiten wurden die Kinder von Ju-

gendtrainer Michael Gurtner hervorragend betreut.

Am Sonntag den 16. Juli fand mit den Teilnehmern des Ferientenniskurses von Pram, Wendling und Rottenbach auf der Wendlinger Tennisanlage ein Abschlussfest statt.

ZUGFAHRT ZUM SPIELPLATZ RIED

Verena Wesner

Am 18. Juli fand unsere Ferienaktion statt. 25 Kinder und einige Eltern machten eine Zugfahrt nach Ried/I. und marschierten aufgeregt zum Stadtpark. Endlich angekommen, ging es gleich voll zur Sache. Die Kinder turnten, kletterten, schaukelten, gingen „Bachwaschln“ und hatten jede Menge Spaß. Nach einer kurzen Jausenpause spielten sie wieder weiter und ließen auch die letzte Energie am Spielplatz! Nach dem Rückweg zum Bahnhof gab es für alle Kinder ein Eis, dass sie genüsslich verschlemmerten.

Es war ein sehr toller Tag!!!

BESUCH BEIM ROTEN KREUZ

Andreas Raab

Erste Hilfe ist einfach! Unter diesem Motto lud das Jugendrotkreuz die Kinder aus Pram und Wendling auf die Ortstelle nach Haag/H. im Rahmen der Ferienpassaktion gemeinsam mit der Sportunion ein. Auf diese Weise sollte den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein Einblick über die Vorgänge beim Roten Kreuz ermöglicht werden.

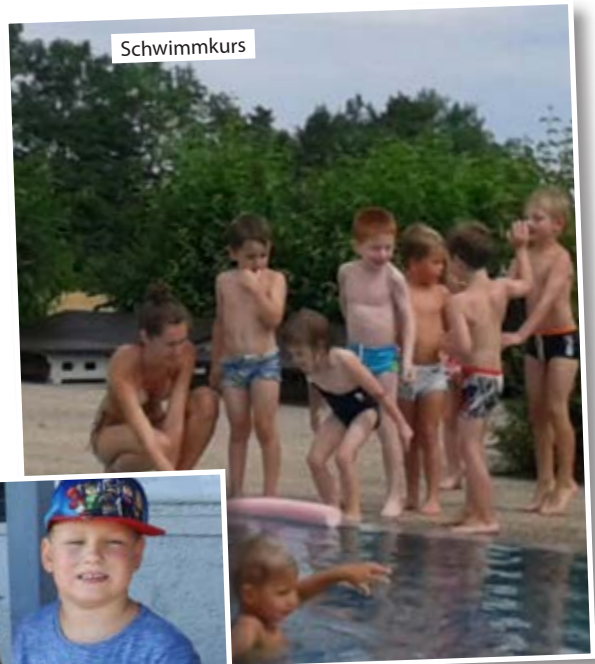
Als Einführung wurde die Diensträume einschließlich der Einsatzgarage, in denen die beiden Sanitätseinsatzwagen (SEW) geparkt sind, der Ortstelle besichtigt, bei denen allerhand Fragen zu den Abläufen im Rettungsdienst gestellt und selbstverständlich auch beantwortet wurden. Im Anschluss ließen sich die Kinder, in zwei Gruppen aufgeteilt, das Rettungsauto zeigen und unter dem Titel „Realistische Unfalldarstellung“ Wunden schminken.

Im SEW gab es sehr viel zu begutachten. Die Gesichter ließen auf viel Interesse schließen. Beeindruckend dabei war auch, wieviel Material und Ausrüstung in ein von außen so klein wirkendes Auto passen. Am Ende durften sich selbstverständlich noch alle das Blaulicht anschauen und ein Foto vor dem Auto machen.



Nach diesem kurzweiligen Programmpunkt, wurden im Zuge eines Erste-Hilfe-Crashkurses die zuvor präparierten Verletzungen fachgerecht versorgt. Dabei konnten die Kinder erstmals selbst Hand anlegen und Erfahrungen in der Erstversorgung von Verunfallten sammeln.

Nach gut zweieinhalb Stunden konnte man auf einen sehr informativen und ereignisreichen Nachmittag zurückblicken, bei dem so manches Interesse für das Rote Kreuz und den damit verbundenen Rettungsdienst geweckt werden konnte.



Schwimmkurs



Zugfahrt zum Spielplatz Ried



Besuch beim Roten Kreuz



Tennis



BRIGITTA

IHR PERSÖNLICHER FRISEUR

BRIGITTA BICHLER
SEESTRAßE 13
4742 PRAM

TERMINVEREINBARUNG UNTER: **0676 / 510 76 02**

Landgasthaus und Jausenstation Wirt z' Gries Fam. Feichtinger



Montag den ganz'n Tag, und
Dienstag bis 16 Uhr ist zusa!

- Produkte aus dem Mostlandl
- Most-Bauernbrot-Speck ...
- Mittagstisch
"Bradl in da Rein" uvm.
- Österr. Weinspezialitäten

4992 Gatersberg, Gries 1, Tel. 07732/2020, Fax + DW 4

www.wirt-gries.at





Let's dance

Herbst- Tanzkurs

mit der Tanzschule
„Leo Leitner“

17.00 - 18.30 Uhr:

Jugendtanzkurs

18.30 - 20.00 Uhr:

Paare Anfänger

20.00 - 21.30 Uhr:

Paare Fortgeschrittene

8 Einheiten, jeden Samstag

(am 4. 11. kein Kurs!)

Anmeldung: Raika Pram

Kosten: € 85,- / Person

Kontakt: Martina Seyfried 0699/11886978

ab Samstag,

07.10.^{'17}

Mehrzweckhalle Pram

SPORT
UNION  PRAM



www.raiffeisen-ooe.at
[f.com/raiffeisenooe](https://www.facebook.com/raiffeisenooe)

Stark verwurzelt in der Region

Mit mehr als 440 Bankstellen sind wir in Oberösterreich stark verwurzelt und stehen für Stabilität, Kompetenz und Kundenorientierung. Dabei setzen wir auf eine nachhaltige Strategie und sind sicher, verlässlich und nahe bei unseren Kunden.

 **Raiffeisen**
Bankengruppe
 Oberösterreich

Gasthaus
Mairer 

4742 Pram ☎ 077 36/6204

Regional. Genial!

**150€ JUBILÄUMS
 BONUS**

in Rieder Schwanthaler-Zehnern*

* Mehr Infos in jeder Filiale der Sparkasse Ried-Haag





Nach einer sehr erfolgreichen Laufsaison möchte ich euch ein paar Eindrücke von meinen Wettkämpfen schildern.

Am 1. April nahm ich das erste Mal in Lasee an einem 6-Stundenlauf teil, schaffte 59,8 km und war mit dieser Leistung schon sehr zufrieden da ich ja noch nicht voll im Lauftraining war.

Zum absoluten Höhepunkt der Saison zählt natürlich der 24-Stundenlauf in Irdning der heuer am 30. Juni bis 1. Juli stattfand.

Meine Trainingsergebnisse bis dahin waren sehr gut und ich ging voll motiviert an den Start.

Startschuss war Freitag um 19 00 Uhr bei optimalem Wetter, ab 21 00 Uhr fing es dann an zu regnen und hörte die ganze Nacht nicht mehr auf, die Temperatur fiel auf knapp unter 10 Grad.

Nach 12 Stunden hatte ich 120 km. Das Wetter besserte sich im Laufe des Vormittags und zu Mittag hatte es schwülheiße 30 Grad durch diese wechselhaften Bedingungen war man natürlich körperlich und mental extrem gefordert.

Mir ging es aber weiterhin sehr gut und am Ende schaffte ich 210 km Rang 2 in der Gesamtwertung und somit bester Österreicher.

Zwei Wochen später nahm ich dann beim 12-Stundenlauf in Prambachkirchen teil belegte dort Rang 3 in der Altersklasse und Rang 8 in der Gesamtwertung.

Das wäre natürlich nicht möglich ohne der optimalen Vorbereitung im Winter in der Turnhalle.

Training mit dem eigenem Körpergewicht, mobilisieren und dehnen.

Los geht es wieder am 5. Oktober um 19 30 in der Turnhalle in Pram.

Auf zahlreiches kommen freut sich euer Dipl. Wellness u. Gesundheitscoach und Personal Fitnesstrainer Andreas Jetzinger.

TURNPROGRAMM HERBST 2017

Ab Ende September startet wieder die Turnsaison. Wir laden alle ein unsere Angebote zu nützen.

FIT AB 50

Das wöchentliche Turnangebot zur Verbesserung der Kraft und der koordinativen Fähigkeit im Alter.

Wann: ab Montag, 2. Oktober 2017

Zeit: 19.00 Uhr

Wo: Volksschulturnhalle

Mit: Maria Bichl, Christine Spindler, Eva Wimmer

Kosten: € 20,- für Mitglieder
€ 30,- für Nichtmitglieder

FIT IN DEN WINTER

Training mit dem eigenem Körpergewicht, mobilisieren und dehnen

Wann: ab Donnerstag, 5. Oktober 2017

Zeit: 19.30 Uhr

Wo: NMS Turnhalle

Mit: Andreas Jetzinger, Dipl. Wellness- und Gesundheitscoach

Kosten: € 5,- pro Abend

RÜCKENSCHULE

Präventives Rückentraining

Wann: Dienstag, 26. September 2017. 10 Abende

Zeit: 19.30 Uhr

Wo: Volksschulturnhalle

Mit: Heinz Weissenbrunner, Dipl. Gesundheits-, Fitness- und Personaltrainer

Kosten: € 65,-

Voranmeldung erforderlich:
0680/2162863 (Heinz Weissenbrunner)



Katze's TÜT Cafe&Bar

Inh. Nicole Feischl

Hofmark 25, 4742 Pram
Tel.: 0699/11490496, Email: katze@katzes-tuet.at

Lassen Sie **nur die Besten** an Ihre Karosserie!



Christian Huber

Autoreparatur
Lackierung



4742 Pram, Wagnerstraße 1, T: 07736 / 6213, www.christian-huber.at

DESCH HOLZ GmbH & Co KG

Säge- und Hobelwerk • 4742 Pram - OÖ • Tel. 0 7736 / 6253 • Fax 0 7736 / 6760
e-mail: cd@saegewerk.at • www.saegewerk.at



Christian Desch - Mobil: 0 664 / 190 85 85
Geschäftsführer



Tischlerei PÖTTINGER



4742 Pram • Taiskirchnerstraße 3 • Tel. 07736/6280 • tischlerei@e-poettinger.at • www.e-poettinger.at



Samstag, 7. Oktober,

Abfahrt am Pramer Ortsplatz um 7:30 Uhr

Erste Station des Tages ist die Schallaburg in Niederösterreich. Es steht allen frei, eine der beiden Ausstellungen >500 Jahre Reformation – Freyheit durch Bildung< bzw. >Islam< zu besuchen oder einfach bei einem längeren Burgspaziergang Appetit für das Mittagessen im Burgrestaurant zu sammeln. Individuelle Entscheidung vor Ort ist ausreichend.

Anschließend fahren wir in die Region Traisental und verkosten am Weingut Nolz in Hilpersdorf bei Traismauer. Weiter geht es in die Ahrenberger Kellergasse, in die wir mit einem Aufstieg auf den Korkenzieher einsteigen. Abhängig vom Wetter legen wir am Samstag einige Strecken zu Fuß zurück und die Aufenthaltsdauer beim Stürmischen Herbsttag in der Ahrenberger Kellergasse fest. Wir schlafen in der Nähe von Krems.

Sonntag, 8. Oktober

Gemütlich oder sportlich starten wir in den Tag – nach

Belieben. Gemeinsam beschäftigen wir uns dann mit Biolaufologie in der Lössiade, die Angebote aus Kultur, Bewegung und Erlebnis verbindet und eingebettet in die Absberger Kellergasse liegt. So nebenbei lernen wir die Weinregion Wagram näher kennen (Empfehlung Sport/Wanderschuhe).

Nach dem Mittagessen verkosten wir am Weingut Wimmer-Czerny in Fels am Wagram, wo man sich als Demeter-Winzer voll und ganz dem biodynamischen Weinbau mit besonderen Verfahren verschrieben hat.

Beim klassischen Heurigen lassen wir die gewonnenen Eindrücke Revue passieren und kehren um 21:00 Uhr nach Pram zurück.

Für Detaildaten, Kosten und Anmeldung bitte anrufen oder schreiben : T 0664 / 9285525

Email: weinberger_christian@hotmail.com

Ich freue mich auf die beiden Tage mit euch und vielen neuen Eindrücken – Schönen Gruß!



VORANKÜNDIGUNG

WANN	UHRZEIT	WAS	WO
16. September 2017	14:00 Uhr	Tennisplatzeröffnung	Tennisplatz Pram
Dienstags - 26. September 2017	19:30 Uhr	Rückenschule	Volksschulturnhalle Pram
Montags - 2. Oktober 2017	19:00 Uhr	Fit ab 50	Volksschulturnhalle Pram
Donnerstags - 5. Oktober 2017	19:30 Uhr	Fit in den Winter	Mehrzweckhalle Pram
Mittwochs	-	Zumba	genau Informationen folgen auf der Homepage
ab Oktober	-	Kinder Turnen	Informationsblatt wird im Kindergarten und der Volksschule ausgeteilt
7. + 8. Oktober 2017	-	Weinfahrt	Traisen & Wagram
Samstags - 7. Oktober 2017	siehe Plakat	Beginn Tanzkurs	Mehrzweckhalle Pram
5. Jänner 2017	20:00 Uhr	Unionball	Mehrzweckhalle Pram

IMPRESSUM: UNION POSAUNE, September 2017, Zentrales Vereinsregister (ZVR) Zahl: 982456366
Herausgeber: SPORTUNION Pram - www.pram.sportunion.at **Redaktion:** Christina Korntner



Tennisplatzeröffnung

Tennisplatz Pram

Sa. 16. September 2017
Ab 14 Uhr

**Festakt
und
Segnung**

- Fertigstellung der Tennisplatzsanierung

**Spielefest
für Klein
und Groß**

- Freunde treffen
- neue Freunde kennenlernen
- Essen und trinken
- eine angenehme Zeit verbringen

**Finalspiel
der Vereins-
meisterschaften**

Wir freuen uns auf Deinen Besuch!

Die Bürgermeisterin

Obmann Union Pram