

# SPORTERZIEHERTAG 2020

Österreichs größte Fortbildung für Bewegungs- und SporterzieherInnen

## Keynote

20. Oktober, 18 Uhr, Online

## Bewegung für Körper und Geist!

Gernot Schweizer



## Workshops

21. Oktober ab 9:00, PHST

- Team Schweizer: Bewegung für Körper und Geist
- Benedikt Hofmann Wellenhof: Footvolleyball
- Markus Mitterbacher: Beweglichkeitstraining
- Johannes Gosch: Hesherbball
- S. Hörl / R. Edermayr: Best of! Innovative Bewegungsspiele
- Heinz Kaltenecker: Kleine Golfspiele für die Schule
- Claudia Novak: Warum du deine Tiefenmuskulatur stärken solltest.
- Christian Stoiber: Bewegungsspaß mit digitalen Innovationen

## Sides

- Quick Finder - Info Messe
- Neue Fachliteratur
- Gewinnspiel
- Snacks

Verbindliche Workshop-Anmeldung mit begrenzten Plätzen online.  
Den Link dazu und zur Keynote erhalten alle TeilnehmerInnen per mail!

**20. und 21. Oktober, PHST und Online**

*Nachmeldungen mit Einverständnis der Direktion an: [erich.frischenschlager@phst.at](mailto:erich.frischenschlager@phst.at)*

**1.** ADRESSE 2020  
FÜR SPORT- UND  
PROJEKTWOCHEN

**QUICK FINDER**

Eine Initiative des Verbandes der Sport- und Bewegungserzieher



Pädagogische  
Hochschule  
Steiermark



[www.sporterzieher.at](http://www.sporterzieher.at)

# SPORTERZIEHERTAG 2020

Österreichs größte Fortbildung für Bewegungs- und SporterzieherInnen

## Infos für alle Vorträge und Workshops!

### Keynote und Workshop: Bewegung für Körper und Geist

Die Keynote kommt in diesem Jahr von Gernot Schweizer. Er ist Inhaber von „Schweizer Therapie & Training“ in Salzburg, Physiotherapeut, Ausbilder, Vortragender und Keynote-Speaker zu Gesundheitsthemen. Trainer unter anderem von Marcel Hirscher, Manuel Feller und vielen weiteren Spitzensportlern. Auf sein besonderes Know-How vertrauen seit Jahrzehnten neben WeltklasseathletInnen, auch HobbysportlerInnen und Rehabilitations-PatientInnen. Sein Motto lautet: „Wo andere aufgeben, fangen wir an.“ Im Oktober 2019 publizierte Gernot Schweizer sein Buch „Bewegung - Plädoyer für eine gesunde Gesellschaft!“



Bandscheibenvorfälle und Gelenksprobleme aller Art hielt man für eine Alterserscheinung. Aber in der Praxis von Gernot Schweizer bietet sich ein anderes Bild. Immer häufiger kommen Jugendliche mit schweren Folgen von Bewegungsmangel und übermäßigem Digitalisierungskonsum krank in sein Physiotherapiezentrum. Gernot Schweizer berichtet in der Keynote über die gesundheitlichen Folgen des Bewegungsmangels im Kindesalter und zeigt im Workshop, wie wir unsere Jugendlichen den Spaß an der Bewegung wieder näherbringen können.

**Best of! Innovative Bewegungsspiele** Sind Sie als SportpädagogIn auch ständig auf der Suche nach neuen, guten Ideen, um Kinder und Jugendliche zu motivieren und in Bewegung zu bringen? Dieser Workshop bietet Ihnen coole Spielideen für den Sportunterricht, die einfach umzusetzen sind. Alle Spiele wurden über viele Jahre hinweg sowohl im schulischen Bereich als auch in der universitären Aus- und Fortbildung von den Referenten erprobt und weiterentwickelt. Da kommt garantiert keine Langeweile auf!



Dr. Sebastian Hörll, Gymnasiallehrer mit Mitverwendung an der Pädagogischen Hochschule Salzburg und Lektor am interfakultären Fachbereich Sport- und Bewegungswissenschaft der Universität Salzburg und Mag. Ronald Edermayr, Gymnasiallehrer, Webdesigner und Grafiker, zeigen Ihnen neue Spielideen aus ihrem druckfrischen gleichnamigen Buch.



### Beweglichkeitstraining

Kaum ein anderer Trainingsbereich unterlag so vielen Wandlungen wie das Beweglichkeitstraining. In diesem Workshop lernen Sie einen systemisch orientierten Ansatz des Mobilitätstrainings kennen, bei dem viele Einflussfaktoren auf die Beweglichkeit zugleich angesprochen werden. In eigenen kurzen Mobility-Workouts, die sich gut in den Sportunterricht integrieren lassen, werden aktive Gelenkmobilisation, dynamisches und statisches Dehnen vereint. Mag. Markus Mitterbacher, MA unterrichtet Sport an der BAFEP und PHST in Graz und betreut Sportler und Vereine im funktionellen Training.



### Footvolleyball im Sportunterricht

Footvolley entstand in den 1960er Jahren an der Copacabana in Brasilien. Da Fußballspielen am Strand polizeilich verboten war, kam dem ehemaligen Fußballprofi Octávio de Moraes die Idee, auf einem Beachvolleyball-Feld mit seinen Freunden den Ball ohne Hände übers Netz zu spielen. Mittlerweile ist Footvolley Volkssport in Brasilien und hat Beachvolleyball an den Stränden weitestgehend verdrängt. Inzwischen floriert auch die europäische Footvolley Szene. Benedikt Hofmann-Wellenhof ist Präsident von Footvolley Austria, vierfacher österreichischer Meister und Vorstandsmitglied des europäischen Verbandes EFVL.



### Spaß an Bewegung mit digitalen Innovationen

Digitalisierung ist in aller Munde. sport-attack stellt zwei anpassungsfähige Web-App-Tools für PädagogInnen und SchülerInnen zur Verfügung, welche für alle Altersgruppen adaptierbar sind. Das Ziel ist: Spaß an der Bewegung. In diesem Workshop zeigen wir Ihnen, wie spielerisch einfach es ist, mit Hilfe von Digitalisierung, die Bewegungs-, Gedächtnis- und Lernleistung der SchülerInnen kontinuierlich zu steigern. Christian Stoiber hat sich mit sport-attack ein ambitioniertes Ziel gesetzt: Spaß an der Bewegung zu vermitteln. Dies geschieht im spielerischen und altersgerechten Stil im Rahmen von Trainings, Workshops, Einzel-Coachings und in der Entwicklung zweier spezieller Web-App's. Mehr Infos: [sport-attack.at](http://sport-attack.at)



# Veränderte Abläufe im Ausnahmejahr!

**Das Wichtigste zuerst:** Der SPORTERZIEHERTAG 2020 findet in diesem Jahr in einer leicht veränderten Form, den Corona-Regeln entsprechend angepasst, statt. Hier sind die wichtigsten Veränderungen zum üblichen Ablauf:

1. **Die Keynote** von Gernot Schweizer und alle Inhalte, die normalerweise in der Aula präsentiert werden, finden am Vortag, am 20. Oktober, ab 18.00 Uhr Online statt. Den Zugangslink erhalten alle Teilnehmer rechtzeitig per mail!
2. **Alle Workshops** werden am 21. Oktober an der PHST mit streng limitierter Teilnehmerzahl durchgeführt. Dazu ist die Anmeldung für jeden Workshop über ein spezielles Anmeldesystem notwendig, über das ein eigenes Zutrittsticket generiert wird. Es ist unbedingt notwendig, dieses Ticket mit den gebuchten Workshops zur Veranstaltung mitzunehmen. Den Link für die Anmeldung erhalten alle TeilnehmerInnen rechtzeitig vor der Veranstaltung per mail! Es werden alle Workshops mehrmals durchgeführt. Bitte buchen Sie nur die Workshops, die Sie auch wirklich besuchen werden!
3. **Mensa:** Auch hier ist der Zutritt wegen der Distance-Bestimmungen begrenzt. In der Mensa findet die QUICK FINDER Info Messe mit schulsportrelevanten Angeboten statt, außerdem werden abgepackte Snacks für Sie vorbereitet. Sie sollten unbedingt eine Einheit für die Mensa einplanen und sich online voranmelden!
4. **Check In:** Der „Check In“ wird bei Schönwetter im Freien aufgebaut, hier können Sie durchgehend von 9 bis 13 Uhr die Teilnehmerliste unterschreiben. So wird zu Ihrer Sicherheit ein Gedränge am Morgen vermieden. Bei Schlechtwetter wird der „Check In“ in der Mensa stattfinden.



So sieht das Ticket zur Veranstaltung aus, die gewählten Optionen stehen direkt am Ticket und müssen im Workshop vorgelegt werden.

## 5 Gründe, warum du deine Tiefenmuskulatur stärken solltest.

Unsere WirbelsÄULE gegen die Schwerkraft aufrecht zu halten und zu stützen, ist eine wahre Herausforderung für unsere Muskulatur.

An der Oberfläche gelegene Muskeln werden nach wie vor leidenschaftlich trainiert, die kurzen tiefliegenden Muskeln, die für die Stabilität der Gelenke und kleinere Bewegungsumfänge verantwortlich sind, verkümmern oft aufgrund der „Populärheit“, sichtbarer gut definierter Muskulatur.

In diesem Workshop lernen wir sehr anschaulich die Lage und Funktionen dieser kleinen tiefen Muskeln kennen und zeigen dir einfache Übungen, wie du diese Muskeln wahrnehmen und trainieren kannst. Mag. Claudia Novak ist mit „C.Gym Haltung in BeWEGung“ Lehrgangsführerin für Ausbildungen im Bereich Wirbelsäule & Pilates und Lehrbeauftragte an verschiedenen Institutionen.

### HesherBall: Spielregeln und Methodik

Der neue Funsport ist ein herausforderndes, schnelles und portables Tischspiel. Egal ob in der großen Pause, der Nachmittagsbetreuung oder in

der Freizeit, das Spiel ist in fünf Minuten aufgebaut, es kostet wenig und die Regeln sind denkbar einfach. Es können 2 – 5 SpielerInnen daran teilnehmen. HesherBall macht viel Spaß. Und es werden dabei einige motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten wie Reaktion, Schnelligkeit, Hand-Augen-Koordination und Auffassungsgabe trainiert.

In diesem Workshop zeigt Ihnen Mag. Johannes Gosch das Spiel, die Regeln und den methodischen Aufbau für die Schule.

### Kleine Golfspiele für die Schule

Wir verwandeln den PHST Campus in einen Golfplatz. Über kleine Spiele führt Sie Heinz Kaltenegger hin zu golfspezifischen Bewegungsmustern. Das Ziel ist die Verbesserung des Eigenkönnens und der selbständige Aufbau von Golfspielen in der Sporthalle, am Freigelände und im Pausenbereich.

Mag. Heinz Kaltenegger ist Landesreferent für Schulgolf in der Steiermark, ehemaliger Lehrer im BG Kapfenberg und passionierter Golfer.



# **giga sport**

WO DER SPORT DIE NR. 1 IST

**giga sport**

WO DER SPORT DIE NR. 1 IST

## Informationstag

Im Rahmen des Sporterziehtages am 21. Oktober bietet der VSP auch in diesem Jahr in Zusammenarbeit mit unserem Partner „GIGA SPORT“ den beliebten Info- und Einkaufstag an (siehe Info links).

Informieren kann man sich vor dem Einkauf bei der GIGA-SPORT Mannschaft, die euch jederzeit vollzählig zur Verfügung steht. Teilnahmeberechtigt sind nur VSP-Mitglieder, die in Besitz einer gültigen **Hard-Card für das Jahr 2020** sind.

### Einkaufstag - Programm:

- + Information und Einkauf: 16.30 bis 18 Uhr
- + Meinungsbildner-Aktion, siehe unten!
- + Preisnachlass von 20% auf alle regulären Artikel im Sporthaus
- + Preisnachlass von 10% auf reduzierte Ware.
- + Ab 18 Uhr Open End im Pub Flann o`Brien, Paradeishof!

Bis zu minus  
**20%**  
im Sporthaus!

## Meinungsbildner-Aktion

Die Meinungsbildner-Aktion für alpinen Skilauf (Alpinski, Bindung, Schuhe) und Snowboard gibt es auch heuer wieder. Interessierte VSP-Mitglieder melden sich am Sporterziehtag bei GIGA SPORT in der entsprechenden Abteilung.

Nur für Mitglieder mit **gültiger VSP-Card 2020**.  
Infos bei Andi Führer: [andreas.fuehrer@phst.at](mailto:andreas.fuehrer@phst.at)

## Bitte MB 2020 einzahlen!

Alle Mitglieder, die den **MB 2020** noch nicht bezahlt haben, mögen das umgehend (bis 5. Oktober) tun, damit Sie rechtzeitig bis zum Sporterziehtag Ihre Hard Card 2020 bekommen. Offene Beiträge bitte umgehend auf die VSP-Bankverbindung anweisen:

**Verband der Sporterzieher**  
**Die Steiermärkische**  
**BIC: STSPAT2GXXX**  
**IBAN: AT 5520 8150 2600 8036 92**

### Die Mitgliedstarife

<b>Mitglieder</b>	<b>25 €</b>
<b>Ehepartner</b>	<b>38 € (19 pro Person)</b>
<b>Studenten/</b>	<b>15 €</b>
<b>Pensionisten</b>	

**21. OKTOBER 2020**  
**EINKAUFSTAG**  
BEI GIGASPORT GRAZ

**INFORMATION UND EINKAUF**

**-20%** auf alle regulären Sportartikel\*

**-10%** auf bereits reduzierte Sportartikel\*

\*Ausgenommen bereits reduzierte Artikel, Serviceleistungen, Set-Angebote, Werbeangebote, Wanderkarten/Bücher, E-Bikes, Bikes, E-Scooter, GPS-Geräte, LVS-Geräte, LVS-Sets, Lawinen-Airbags, Sportuhren, Aktivitätstracker, SUP-Boards, SUP-Zubehör und Boote. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen.

**Anfragen bei Andreas Führer, Tel.: 0664 9672548**

# 1.

## ADRESSE FÜR SPORT- UND PROJEKTWOCHEN

### 2020

### INFO

### MESSE

Informieren Sie sich am Sporterzieher-  
tag im Rahmen der **QUICK FINDER-Info  
Messe** über neue **schulsportspezifische  
Angebote** wie:

- Fachliteratur
- Angebote zu Sport- und Projektwochen
- Sportmaterialien
- Workshops für Schulen, usw.



So viele Menschen dürfen diesmal nicht in die Mensa.  
Stattdessen gibt es fixe Zeitfenster zum Anmelden!

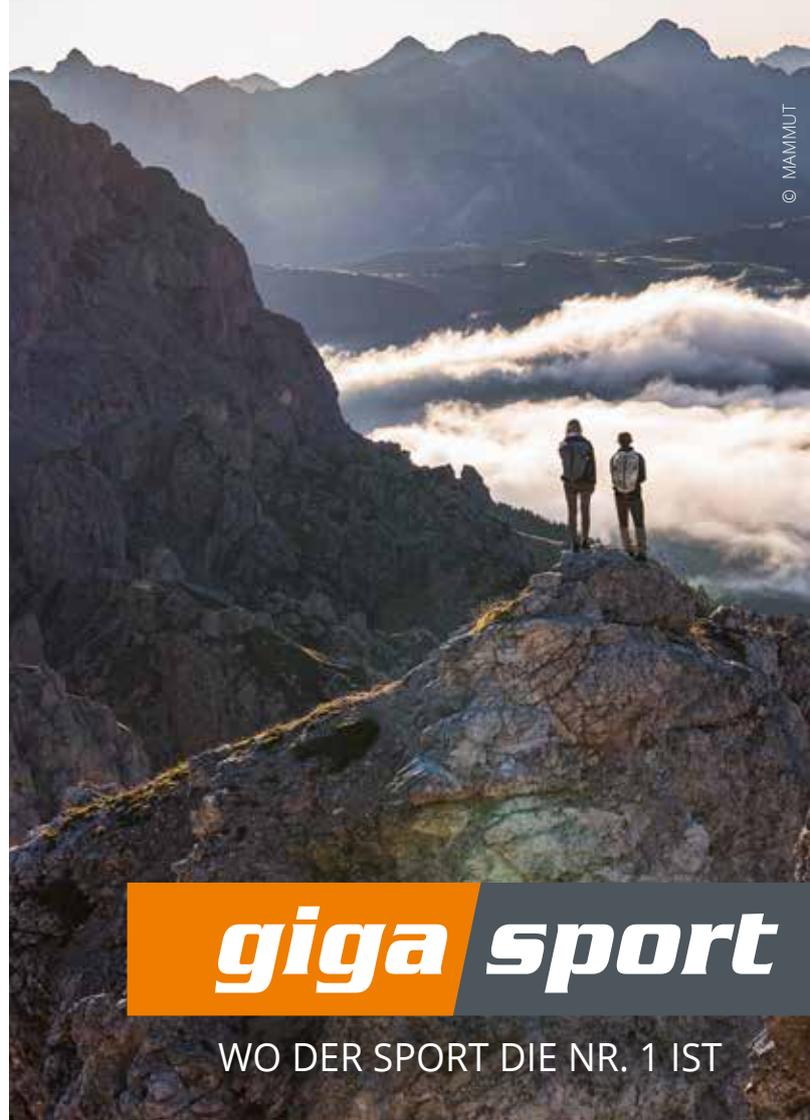
Die QUICK FINDER-Info Messe wird auf  
Grund der Distance-Regelungen ebenfalls  
mit **limitierter Teilnehmerzahl** abgehalten  
werden. Sie können sich wie zu den Work-  
shops in einem fixen Zeitfenster anmelden  
und ganz entspannt durch die Stände  
bummeln und sich einen **Snack** holen.

Die **QUICK FINDER-Info Messe** findet  
am Sporterzieherstag 2020  
von **9:30 bis 16:00 Uhr** in der **MENSA**  
der PHST statt. **Bitte melden Sie sich  
vorab mit den Workshops online an!**

### VSP Newsletter anmelden!

Ab sofort empfehlen wir jedem Sporterzieher, sich auf  
[www.sporterzieher.at](http://www.sporterzieher.at) zum Newsletter anzumelden.  
Der Newsletter kommt fünfmal im Jahr und bringt die  
wesentlichsten News, Aktionen und Gewinnspiele  
direkt in Ihr Postfach.

Sichern Sie sich den Informationsvorsprung und  
tragen Sie sich gleich ein: [www.sporterzieher.at](http://www.sporterzieher.at)



© IMAMMUT

## **giga sport**

WO DER SPORT DIE NR. 1 IST

## GIGASPORT SCHULSERVICE

- Sonderkonditionen bei Mengenbestellungen  
von Sporttextilien und Sportschuhen
- Ausrüstungsaktionen für Skikurse und  
Sportwochen
- Sonderpreise für Schulsportbedarf

Kontakt: Martin Leiner, [martin.leiner@gigasport.at](mailto:martin.leiner@gigasport.at),  
Tel: +43 664 8527704

## SPORTSERVICE AKTION 2020

### SPORTSERVICELEISTUNGEN FÜR SPORTERZIEHER\*

# -50%

 Bikeservice, Racketservice  
Ski- & Snowboardservice

\* Gültig für Sporterzieher mit gültigem VSP-Ausweis bis 31.12.2020.  
Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Einlösbar bei Gigasport  
in Graz, Liezen, Fohnsdorf, Bärnbach, Fürstenfeld, Kapfenberg und  
Klagenfurt.