

SPORTPROGRAMM 2022/23

START am 12. SEPT.
2022

Sport mit Freunden 

UNION
WEST-WIEN 



INHALTSVERZEICHNIS

Ein Blick in das UWW Vereinsmagazin

Inhalt

Editorial	4-5
Sportprogramm 2022/23	6-7
Sportstätten	8-9
So wirst du Mitglied	10

Freizeitsport

Organisatorisches	11
Fit Online	12
Fit Erwachsene	13-15
Fit Kinder	16-17

Wettkampf- & Leistungssport

Organisatorisches	18
Fechten	18
Basketball	19
Handball	19
Jiu Jitsu	20
Judo	20
Kung Fu	21
Leichtathletik	21
Padel Tennis	22

Rhythmische Gymnastik	22
Ringern	23
Skirennlauf	23
Trampolinspringen	24
Volleyball	24
Cheerleading	25
American Football	25

SQ14

UWW Vereinsheim	26
SQ14 Gymnastik Programm	27

Tennis / Therapieraum	28
Kraftraum	29

Kurse

Schwimmwerkstatt	30
Freerunning / Bungee Super Fly®	31

Gesundheitssport

Jackpot.fit	32
-------------	----

Mitgliedschaft

FAQ/Rechtliches	33
Mitgliedsbeiträge	34-35

Kontakt

Union West-Wien
Linzer Straße 431
1140 Wien
www.westwien.at

UWW Büro
Mo.-Do.: 09:00-13:00 Uhr
office@westwien.at
01/813 64 80

Besuche auch unsere Social Media Kanäle #unionwestwien



Impressum: einBLICK Magazin für Mitglieder & Freunde der Union West-Wien | Sportprogramm 2022/23 | Eigentümer, Herausgeber und Verleger: Sportunion West-Wien (ZVR: 530030537) | Verantwortlich: Thomas Dworak | Redaktion: Thomas Dworak, Monika Machno, Claudia Karollus | Bilder bereit gestellt durch Niklas Stadler | Linzer Straße 431, 1140 Wien, Tel.: 01/813 64 80-0, office@westwien.at | Mit Namen oder Kürzel versehene Beiträge müssen nicht mit der Meinung des Herausgebers übereinstimmen | Konzept, Layout & Satz: casc.at | Druck: Samson Druck GmbH, 5581 St. Margarethen | Erscheinung: Aug. 2022 | Richtlinien zur Gestaltung von Beiträgen auf westwien.at | Beiträge & Anregungen sind jederzeit gerne Willkommen | Beiträge per E-Mail oder auf Datenträger an: office@westwien.at, Linzer Straße 431, 1140 Wien | Die verwendete maskuline bzw. feminine Sprachform dient der leichteren Lesbarkeit und meint immer auch das jeweils andere Geschlecht.

UNION WEST-WIEN

Vielseitigkeit & Zusammenhalt

UWW – FÜR JEDERMANN ETWAS DABEI

Die UWW bietet für Jung & Alt ein abwechslungsreiches Programm. Je nach Wunsch, Zielsetzung und körperlichen Fähigkeiten kann flexibel gewählt werden. Solltest du bei der Wahl deiner Einheiten unsicher sein, beraten wir dich gerne über Stunden die zu dir passen könnten und die unterschiedlichen Mitgliedschaften, die dir zur Verfügung stehen.

FARBLEITSYSTEM

Zur besseren Übersichtlichkeit ist unser Programm im Heft und auf unserer Homepage durchgängig mit unserem Farbleitsystem versehen. So kannst du dich besser orientieren und die passenden Einheiten und Informationen zu deiner Mitgliedschaft finden.

UWW-FARBCODES:

- | | | |
|---|---|---|
|  Kurse |  Fit Kinder & Jugend |  Gesundheitssport |
|  SQ14 |  Fit Erwachsene |  Wettkampf- & Leistungssport |

Vereinsvorstand

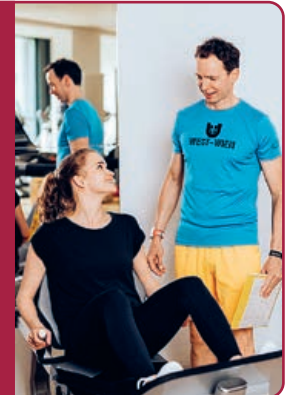
FREIZEITSport



WETTKAMPF- & LEISTUNGSSport



GESUNDHEITSSport



KURSE



SQ14 VEREINS-HEIM



ONLINE & ON-DEMAND Sport



SPORT MIT FREUNDEN-AKTION

Für jedes geworbene Neumitglied erhältst du bis 31.12.2022 einen **€ 5,- Bonus** auf deine UWW-Jahresmitgliedschaft. Das Neumitglied muss nur deinen vollständigen Namen bei seiner/ihrer Anmeldung vermerken.





LIEBES UWW MITGLIED,

auch im dritten Herbst der Corona Pandemie hat der Vorstand der UWW gemeinsam mit dem Büroteam wieder ein umfangreiches Sportprogramm auf die Beine gestellt. Neben Altbewährtem gibt es dieses Sportjahr NEU Cheerleading & American Football, auch Fechten und Bungee Super Fly finden wieder regulär statt. Nähere Informationen zu allen Einheiten finden sich auf unserer Homepage.

WERDE TEIL UNSERER UWW FAMILIE

Trotz der aktuellen Preisanstiege haben wir uns dazu entschlossen unsere Mitgliedsbeiträge nicht überdurchschnittlich zu erhöhen, um weiterhin leistbare Sportangebote anzubieten und damit möglichst vielen, insbesondere auch den sozial Schwächeren, den Zugang zum Sport zu ermöglichen. Der Mitgliedsbeitrag in unserem Verein ermöglicht dir als Mitglied um einen Pauschalbetrag eine hohe Anzahl an unterschiedlichen Einheiten zu besuchen und

dich damit die ganze Woche fit zu halten.

ZURÜCK ZUM GEMEINSAMEN SPORT

In den letzten Monaten haben wir viele Mitglieder verloren und Umfragen zeigen, dass viele Menschen nun lieber alleine Sport machen.

Sport im Verein ist aber mehr als nur Bewegung. Sport ist Begegnung, gegenseitige Motivation, Dialog, Kooperation, Zusammenhalt und manchmal auch angemessener Wettstreit. Mit anderen Worten, bei uns kannst du Freunde treffen, soziale Kontakte knüpfen und gemeinsam etwas erleben. Jeder kann einfach zum Schnuppern vorbeikommen, daher bringe deine Freunde und Bekannte in deine Einheiten! Wir freuen uns auf euch.

SPORT MIT FREUNDEN – AKTION

Auch dieses Jahr erhältst du für die Werbung eines neuen Mitglieds als

EDITORIAL

„Danke“ 5 Euro Rabatt auf deinen Mitgliedsbeitrag. Überzeuge deine Freunde, Verwandte, Kollegen und hilf uns zurück zum gemeinsamen Sport.

SICHERHEIT GEHT VOR

Um die größtmögliche Sicherheit zu gewährleisten, finden alle unsere Angebote unter den gesetzlichen Corona-Bestimmungen statt. Bitte halte dich an die geltenden Regeln.

Sollte eine Teilnahme vor Ort aufgrund von gesundheitlichen Bedenken nicht möglich sein, hast du die Möglichkeit unsere Online-Einheiten zu besuchen, dich von zu Hause weiterhin zu bewegen und einen Beitrag für deine Gesundheit zu leisten.

Auf ein gutes Sportjahr



Thomas Dworak
Obmann

SQ14 VEREINSHEIM

NEUER THERAPIERAUM

Wir vermieten unseren vielseitig nutzbaren 20 m² großen, hellen Raum im SQ14 in Linzer Straße 431, 1140 Wien. Durch die vorliegende Ausstattung (Massagetisch, Sprossenwand, Gymnastikmatte, Kleingeräte, Sitzecke und eigenem Wartebereich) bietet die Räumlich-

keit die optimalen Voraussetzungen für Therapie- und Wellnessangebote. Jedoch sind andere Nutzungsmöglichkeiten nicht ausgeschlossen. Zudem garantiert unser neu saniertes Vereinsheim samt haus-eigenem Parkplatz eine unkomplizierte Anfahrtsmöglichkeit und damit den Rund-um-Komfort für Ihre Kunden.



STANDORT

SQ14, Linzer Straße 431, 1140 Wien

FÜR INTERESSENTEN

Monatsgebühren bei 1-Jahres-Bindung
Vormittagspauschale (08:00–14:00): €109,-
Nachmittagspauschale (14:30–21:30): €125,-
Ganztagspauschale (08:00–21:30): €220,-

Einzelnutzung auf Stundenbasis: €8,-

Individuelle Vereinbarungen/
kürzere Bindungsfristen möglich

KONTAKT

UWW Büro, Tel. 01/813 64 80
westwien.at/SQ14/Therapieraum



Mehr Infos:

QR-Code scannen oder unter
westwien.at/SQ14/Therapieraum

SPORTPROGRAMM 2022/23

Wichtige Informationen & Erreichbarkeit

Um auch heuer eine reibungslose Kommunikation gewährleisten zu können, bitten wir dich für eine tagesaktuelle Information, und die damit verbundene Richtigkeit, das Sportprogramm für die genaue Auflistung der Trainingszeiten und -orte über unsere Homepage www.westwien.at abzurufen. Mit den im Heft hinterlegten QR-Codes findest du direkt zu deiner Sparte.

Details zum Sportprogramm, Änderungen, (kurzfristige) Ausfälle werden laufend über unsere Startseite www.westwien.at über folgendes Fenster kommuniziert:



Bitte informiere dich am Tag deiner Einheit über etwaige Änderungen!

Bitte stelle sicher, dass du für uns telefonisch und per Email erreichbar bist damit wir dich bei Programmänderungen per Email informieren können.

Alle wichtigen Termine und schulautonomen Tage findest du unter: www.westwien.at/Verein/Termine

COVID-19 INFORMATION



Bitte beachte die aktuell gültigen COVID-19-Verhaltensrichtlinien für den Sportbetrieb.

Infos zu den aktuellen Teilnahmevoraussetzungen unter: www.westwien.at



SPORTPROGRAMM 2022/23

Details zu deiner Einheit

Wenn du über unsere Homepage auf unser Sportprogramm zugreifst und deine Einheit anklickst, bekommst du folgende Details:

- Die Wegbeschreibung über [Karte]
- Die Online Anmeldung – die Anmeldung bei **einer Einheit** deiner Sparte ist ausreichend
- Eine Beschreibung deiner Einheit
- Den passenden Schnuppergutschein
- Den Link zu den aktuell gültigen COVID-19 Bestimmungen bei der UWW
- Alle Informationen zum SVS Gesundheitshunderter (nur für SVS Versicherte)
- Den Link zur Einheit um sie weiterzuleiten



Alle Details: www.westwien.at

SPORT MIT FREUNDEN-AKTION

Für jedes geworbene Neumitglied erhältst du bis 31.12.2022 einen **€ 5,- Bonus** auf deine UWW-Jahresmitgliedschaft. Das Neumitglied muss nur deinen vollständigen Namen bei seiner/ihrer Anmeldung vermerken.



UWW SPORTSTÄTTEN

Übersicht



UWW SPORTSTÄTTEN

1. BEZIRK

1. Akademiestraße 12 ●

2. BEZIRK

2. LAZ, Meiereistraße 18 ● LA
3. Praterstadion, Meiereistraße 7 ● RI
4. Novaragasse 30 ●
5. Vorgartenstraße 208 ● LA

3. BEZIRK

6. Karl Farkas Gasse 19 ● PT

12. BEZIRK

7. Am Schöpfwerk 27 ●
8. Ruckergasse 42 ●
9. Längenfeldgasse 13–15 ● BB
10. Singriengasse 23 ●

13. BEZIRK

11. Altgasse 6 ● ● BB HB KF RG TR VB
12. Auhofstraße 49 ●
13. Dr. Schober-Straße 1 ●

13. BEZIRK (FORTSETZUNG)

14. Fichtnergasse 15 ● ● FE
15. Glasauergasse 4–6 ● ●
16. Hietzinger Hauptstraße 168 ● ●
17. Larohegasse 2 ● ● JU SK
18. Rosenhügelstraße 192a ●
19. Veitingergasse 9 ● ●

14. BEZIRK

20. Astgasse 3 ● ● BB HB LA VB
21. Cumberlandstraße ● CH FO JU
22. Diesterweggasse 30 ● ● RG VB FO
23. Felbigergasse 97 ●
24. Hochsatzengasse 22–24 ● ●
25. Karl Toldt Weg 12 ● ●
26. Linzer Straße 376–390 ●
27. Linzer Straße 419 ● ●
28. Linzer Straße 431 ● ● ● ●
29. Mondweg 73 ● ●
30. Spallartgasse 18 ● ● HB VB SK

15. BEZIRK

31. Auf der Schmelz 6 ● ● BB LA

16. BEZIRK

32. Herbststraße 104 ● ● LA

17. BEZIRK

33. Jenschikweg 12 ●

21. BEZIRK

34. spusuSportinsel ● PT

23. BEZIRK

35. Anton-Krieger-Gasse 25 ●
36. Kirchfeldgasse 5 ●
37. Peterlinigasse 7 ● ●

Legende

- Fit Kinder & Jugend
- Fit Erwachsene
- SQ14
- Jackpot.fit
- Kurs
- FO American Football
- BB Basketball
- CH Cheerleading
- FE Fechten
- HB Handball
- JU Jiu Jitsu & Selbstverteidigung
- JU Judo
- KF Kung Fu
- LA Leichtathletik (inkl. Lauftraining) & Triathlon
- PT Padel Tennis
- RG Rhythmische Gymnastik
- RI Ringen
- SK Skirennlauf
- TR Trampolinspringen
- VB Volleyball

UWW MITGLIEDSCHAFT

So wirst du Mitglied

Bei Interesse an unserem Sportprogramm kannst du mit einem ausgefülltem Schnuppergutschein ohne Voranmeldung zu deiner Wunscheinheit kommen und die Stunde gleich kostenlos ausprobieren! Den Schnuppergutschein findest du bei deiner Wunscheinheit auf unserer Homepage.

Sollte dir die Einheit gefallen haben, kannst du dich online bei der jeweiligen Einheit unter „Verbindliche Vereinsanmeldung“ anmelden. Achtung! Du wirst für die jeweilige Mitgliedschaft angemeldet, bist aber nicht an diese eine Einheit gebunden!

Nach dem Eingang deiner Anmeldung in unserem UWW Büro wird dir eine Mitgliedskarte samt Zahlungsinformation per Post zugeschickt. Mit deiner Mitgliedskarte kannst du nun alle Einheiten in deinem Mitgliedschaftsbereich flexibel besuchen.



Schnuppergutschein herunterladen
und ausdrucken

QR-Code scannen oder unter
westwien.at/downloads/Schnuppergutschein.pdf

SPORT MIT FREUNDEN-AKTION

Für jedes geworbene Neumitglied erhältst du bis 31.12.2022 einen **€ 5,- Bonus** auf deine UWW-Jahresmitgliedschaft. Das Neumitglied muss nur deinen vollständigen Namen bei seiner/ihrer Anmeldung vermerken.



FREIZEITSPORT

Organisatorisches

Zur Teilnahme am Freizeitsport benötigst du eine UWW Fit-Mitgliedschaft:

FIT KINDER & JUGEND



Fit Kinder & Jugend
€ 180,-

bis inkl. Jahrgang 2004

FIT ERWACHSENE



Fit Erwachsene
€ 214,-

ab Jahrgang 2003

FIT ONLINE



Fit Online
€ 143,-

ab Jahrgang 2003

Jetzt
gratis
Schnupper-
stunde
besuchen

Mit der UWW Fit-Mitgliedschaft können alle Angebote im Freizeitsport genutzt werden, sofern die Einheiten dem Alter und Leistungsniveau des Teilnehmers entsprechen und freie Plätze verfügbar sind. Mit der Fit Online Mitgliedschaft können alle Einheiten unseres Online Sportprogramms auf S.12 besucht werden.

Die Teilnahmebedingungen sind abhängig von den rechtlich vorgeschriebenen COVID-19 Präventionsmaßnahmen. Auf www.westwien.at wirst du immer über die aktuellen Voraussetzungen zur Übungsteilnahme informiert. Bitte beachte auch die allgemeinen Informationen zur Übungsteilnahme auf Seite 6.

Auch im Sportjahr 2022/23 können die Mitglieder der WKO-MitarbeiterInnen SportUnion wieder an unserem Freizeitsportprogramm teilnehmen.

Am Sportplatz bitte Name und Kontaktdaten bekanntgeben und WKO-Ausweis vorweisen. Schon kann's auch für dich losgehen!



FARBCODE & MITGLIEDSBEITRÄGE: ● Fit Kinder & Jugend: € 180,- ● Fit Erwachsene: € 214,- ● Fit Online € 143,-



FIT ONLINE

UWW Sportprogramm für Zuhause

LIVE ONLINEPROGRAMM

Unsere Onlineeinheiten sind ein fixer Bestandteil unseres Freizeitsports und bieten dir im Rahmen des regulären Übungsbetriebs die Möglichkeit von überall über Zoom mitzumachen. UWW Mitglieder aller Sparten haben die Möglichkeit ohne zusätzliche Kosten daran teilzunehmen. Solltest du keine UWW Mitgliedschaft haben, gibt es die Möglichkeit eine reine „Online-Mitgliedschaft“ zu wählen.

Fit Online Mitgliedsbeitrag € 143,-

Bitte achte darauf, bei deinem Benutzernamen unbedingt deine Mitgliedsnummer und Nachnamen anzugeben damit unsere ÜbungsleiterInnen die Gültigkeit deiner Mitgliedschaft überprüfen können. Falls du noch Fragen zum Online Einstieg hast, findest du auf unserer Homepage unter „Online/On Demand“ eine Anleitung um zu deiner Wunschseinheit zu gelangen.

ON-DEMAND TRAINING

Trainingsvideos

Zahlreiche Fit-Einheiten findest du mittlerweile auch auf unserer On-Demand Videoplattform. So kannst du jederzeit unsere beliebtesten Einheiten für dein Training zu Hause nutzen. Zur Verfügung stehen sowohl Videos für Erwachsene, als auch für Kinder. Einfach reinschauen und ausprobieren!

Übungskatalog

Du suchst nach neuen Bewegungsideen? In unserem Online-Übungskatalog findest du vor allem für die sportlich-spielerische Bewegung von Kindern viele neue Anregungen. Ob im Garten, zu Hause, bei der Geburtstagsfeier oder im Urlaub – mit diesen Spielanleitungen kommt keine Langeweile auf!

Informiere dich regelmäßig über unsere aktuellen Online- und On-Demand Angebote.

On-Demand Angebote
sind frei
zugänglich

PROGRAMM

(LIVE ONLINE VIA ZOOM)

PROGRAMM	TAG
Bauch-Beine-Po	MO DI MI DO FR SA SO
Bodywork	MO DI MI DO FR SA SO
Pilates	MO DI MI DO FR SA SO
Propriozeptives Training	MO DI MI DO FR SA SO
Rückenfit	MO DI MI DO FR SA SO
Yoga	MO DI MI DO FR SA SO
Zumba	MO DI MI DO FR SA SO
Zumba Gold	MO DI MI DO FR SA SO



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter [westwien.at/online](https://www.westwien.at/online)

Beschreibungen zu den Einheiten auf www.westwien.at

MITGLIEDSBEITRAG: ● Fit Online € 143,-

FIT ERWACHSENE

AUSGLEICHS- + HALTUNGSGYMNASTIK

TAG

1130, Dr.-Schober-Straße 1 **MO** DI MI DO FR SA SO

1130, Glasauergasse 4 – 6 MO **DI** MI DO FR SA SO

1140, Mondweg 73 MO **DI** MI DO FR SA SO

BADMINTON AB 16 JAHREN + ERW.

TAG

1130, Veitingergasse 9 MO DI MI **DO** FR SA SO

BAUCH-BEINE-PO

TAG

1130, Fichtnergasse 15 MO DI MI **DO** FR SA SO

1130, Hietz. Hauptstraße 168 **MO** DI MI DO FR SA SO

BODYSTYLING

TAG

1140, Linzer Straße 419 MO DI **MI** DO FR SA SO

BODYWORK

TAG

1010, Akademiestrasse 12 **MO** DI MI DO FR SA SO

1120, Singrienergasse 23 MO DI **MI** DO FR SA SO

1130, Altgasse 6 MO DI MI DO **FR** SA SO

1130, Fichtnergasse 15 MO DI MI **DO** FR SA SO

1130, Glasauergasse 4 – 6 MO DI **MI** DO FR SA SO

1140, Astgasse 3 **MO** DI MI DO FR SA SO

1140, Felbigergasse 97 MO DI MI **DO** FR SA SO

1140, Hochsatzengasse 22 – 24 **MO** DI MI DO FR SA SO

1140, Linzer Straße 419 MO **DI** MI **DO** FR SA SO

BOOT CAMP

TAG

1140, Astgasse 3 **MO** DI MI DO FR SA SO

CACHIBOL MIT MAMANET

TAG

1140, Spallartgasse 18 **MO** DI MI DO FR SA SO

ER + SIE FIT-SPORT

TAG

1120, Ruckergasse 42 MO DI MI **DO** FR SA SO

1140, Karl Toldt Weg 12 MO DI **MI** DO FR SA SO

1140, Linzer Straße 419 **MO** DI MI DO FR SA SO

1140, Mondweg 73 MO DI **MI** DO FR SA SO

1230, Peterlinigasse 7 MO DI **MI** **DO** FR SA SO

FASZIEN TRAINING

TAG

1140, Astgasse 3 MO **DI** MI DO FR SA SO

FITNESS KICKBOXEN

TAG

1140, Linzer Straße 419 MO DI MI **DO** FR SA SO

FITNESS SKI GYMNASTIK

TAG

1140, Spallartgasse 18 **MO** DI MI **DO** FR SA SO



FIT ERWACHSENE

FUSSBALL AB 16 JAHREN + ERW. TAG

1140, Astgasse 3 MO DI MI **DO** FR SA SO

1140, Spallartgasse 18 MO DI MI DO FR **SA** SO

KRAFT + BALANCE 60+ TAG

1140, Felbigergasse 97 MO DI MI **DO** FR SA SO

KUNG FU: SELBSTVERTEIDIGUNG FÜR ERW. TAG

1130, Altgasse 6 MO **DI** MI DO FR SA SO

MUSIKGYMNASTIK TAG

1120, Am Schöpfwerk 27 MO **DI** MI **DO** FR SA SO

1130, Altgasse 6 **MO** DI MI **DO** FR SA SO

1140, Diesterweggasse 30 **MO** DI MI DO FR SA SO

1140, Hochsatzengasse 22 – 24 MO **DI** MI DO FR SA SO

1230, Anton Krieger Gasse 25 MO **DI** MI DO FR SA SO

1230, Peterlinigasse 7 MO DI **MI** DO FR SA SO

MUSIKGYMNASTIK MIT WIRBELSÄULE TAG

1120, Singrienergasse 23 **MO** DI MI DO FR SA SO

POWER & STRETCH TAG

1140, Hochsatzengasse 22 – 24 **MO** DI MI DO FR SA SO

POWER CIRCLE TAG

1140, Linzer Straße 419 MO DI **MI** DO FR SA SO

POWER MIX TAG

1130, Veitingergasse 9 MO **DI** MI DO FR SA SO

RÜCKENFIT TAG

1010, Akademiestrasse 12 **MO** DI MI DO FR SA SO

1120, Am Schöpfwerk 27 MO **DI** MI **DO** FR SA SO

1120, Singrienergasse 23 **MO** DI **MI** **DO** FR SA SO

1130, Altgasse 6 **MO** DI MI DO FR SA SO

1130, Glasauergasse 4 – 6 MO DI **MI** DO FR SA SO

1130, Larohegasse 2 MO DI **MI** DO FR SA SO

1140, Diesterweggasse 30 **MO** DI MI DO FR SA SO

1140, Hochsatzengasse 22 – 24 MO **DI** MI DO FR SA SO

1140, Karl Toldt Weg 12 **MO** DI MI DO FR SA SO

1230, Peterlinigasse 7 **MO** DI MI DO FR SA SO

SENIORENSPORT TAG

1130, Altgasse 6 MO DI **MI** DO FR SA SO

STEP AEROBIC TAG

1140, Astgasse 3 **MO** DI MI DO FR SA SO

STRONG NATION TAG

1140, Linzer Straße 419 MO DI **MI** DO FR SA SO

TEENAGERTURNEN AB 13 JAHREN + ERW. TAG

1140, Hochsatzengasse 22 – 24 **MO** DI MI DO FR SA SO

1140, Karl-Toldt-Weg 12 MO **DI** MI DO FR SA SO

URBAN DANCE TAG

1130, Larohegasse 2 MO DI MI **DO** FR SA SO

VOLLEYBALL- & BALLSPORT (DODGEBALL) TAG

1140, Spallartgasse 18 MO DI MI **DO** FR SA SO



UWW SPORTPROGRAMM



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken
QR-Code scannen oder unter
www.westwien.at/Freizeitsport

FIT ERWACHSENE

VOLLEYBALL HOBBY-TURNIERMANNSCHAFT

TAG

1130, Larohegasse 2 MO DI **MI** DO FR SA SO

VOLLEYBALL MIXED FORTGESCHRITTENE

TAG

1130, Glasauergasse 4 – 6 **MO** DI MI DO FR SA SO

1130, Larohegasse 2 MO **DI** MI DO FR SA SO

1140, Spallartgasse 18 MO DI MI DO **FR** SA SO

VOLLEYBALL ANFÄNG. + FORTGESCHR.

TAG

1160, Herbststraße 104 MO DI **MI** DO FR SA SO

YOGA

TAG

1010, Akademiestraße 12 MO DI MI **DO** FR SA SO

1130, Hietz. Hauptstraße 168 MO DI MI **DO** FR SA SO

1140, Spallartgasse 18 **MO** DI MI DO FR SA SO

ZUMBA

TAG

1140, Diesterweggasse 30 MO **DI** MI DO FR SA SO

BIST DU BEREITS TRAINERIN ODER HAST DU EINE ÜBUNGSLEITERAUSBILDUNG?

Dann melde dich bei uns unter jobs@westwien.at und werde ein Teil unserer UWW-Familie! Wir bieten dir die Möglichkeit unser Sportprogramm mitzugestalten, dich im Rahmen deiner Übungsleitertätigkeit fortzubilden, dich mit unserem Trainerpool auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen.



FIT KINDER & JUGEND

BADMINTON KINDER, JGDL. + FAMILIEN

TAG

1130, Veitingergasse 9 MO DI MI **DO** FR SA SO

DODGEBALL FÜR KINDER

TAG

1140, Spallartgasse 18 MO DI MI **DO** FR SA SO

ELTERN-KIND TURNEN BIS 4 JAHRE

TAG

1130, Auhofstraße 49 MO **DI** MI DO FR SA SO

1130, Hietz. Hauptstraße 168 MO DI **MI** DO FR SA SO

1140, Linzer Straße 431 **MO** DI MI DO FR SA SO

1140, Mondweg 73 MO DI **MI** DO FR SA SO

1140, Spallartgasse 18 **MO** DI MI DO FR SA SO

1230, Peterlinigasse 7 MO **DI** MI **DO** FR SA SO

FAMILIENTURNEN

TAG

1140, Spallartgasse 18 MO DI MI **DO** FR SA SO

FREESTYLE AKROBATIK AB 6 JAHREN

TAG

1020, Novaragasse 30 MO **DI** MI DO FR SA SO

1130, Fichtnergasse 15 MO **DI** MI DO FR SA SO

1140, Spallartgasse 18 MO DI MI DO **FR** SA SO

FREESTYLE AKROBATIK AB 10 JAHREN

TAG

1140, Astgasse 3 MO DI MI **DO** FR SA SO

FREESTYLE AKROBATIK AB 12 JAHREN

TAG

1130, Fichtnergasse 15 MO **DI** MI DO FR SA SO

FUSSBALL KINDER AB 6 JAHREN

TAG

1130, Altgasse 6 **MO** DI MI DO FR SA SO

1230, Peterlinigasse 7 MO **DI** MI DO FR SA SO

FUSSBALL KINDER AB 9 JAHREN

TAG

1130, Altgasse 6 **MO** DI MI DO FR SA SO

1230, Peterlinigasse 7 MO **DI** MI DO FR SA SO

KINDERTURNEN 6–8 JAHRE

TAG

1140, Karl Toldt Weg 12 **MO** DI MI DO FR SA SO

KINDERTURNEN 6–10 JAHRE

TAG

1130, Hietz. Hauptstraße 168 MO DI **MI** DO FR SA SO

1140, Diesterweggasse 30 MO DI MI **DO** FR SA SO

1140, Linzer Straße 419 **MO** DI MI DO FR SA SO

1140, Mondweg 73 MO **DI** MI DO FR SA SO

1140, Spallartgasse 18 **MO** DI MI DO FR SA SO

1230, Peterlinigasse 7 **MO** DI MI DO FR SA SO

KINDERTURNEN 6–12 JAHRE

TAG

1140, Hochsatzengasse 22–24 MO **DI** MI DO FR SA SO

KINDERTURNEN 9–14 JAHRE

TAG

1140, Karl Toldt Weg 12 **MO** DI MI DO FR SA SO

KINDERTURNEN AB 10 JAHREN

TAG

1130, Hietz. Hauptstraße 168 MO **DI** MI DO FR SA SO

KLEINKINDERTURNEN 3–6 JAHRE

TAG

1130, Auhofstraße 49 MO **DI** MI DO FR SA SO

1130, Glasauergasse 4–6 **MO** DI **MI** DO FR SA SO

1140, Diesterweggasse 30 MO DI MI **DO** FR SA SO

1140, Hochsatzengasse 22–24 MO **DI** MI DO FR SA SO

1140, Karl Toldt Weg 12 MO **DI** MI DO FR SA SO

1140, Linzer Straße 431 **MO** DI MI DO FR SA SO

1140, Mondweg 73 MO DI **MI** DO FR SA SO

1230, Peterlinigasse 7 **MO** DI MI **DO** FR SA SO

UWW SPORTPROGRAMM



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter www.westwien.at/Freizeitsport

West-Wien
Ninja Events*
im Herbst
2022
geplant

* für 6–9 Jährige
und 10–12 Jährige

Beschreibungen zu den Einheiten auf www.westwien.at

FARBCODE & MITGLIEDSBEITRÄGE: ● Fit Kinder & Jugend: € 180,–

FIT KINDER & JUGEND

LANDHOCKEY KINDER 6 – 8 JAHRE

TAG

1170, Jenschikweg 12 MO DI MI DO FR **SA** SO

1140, Spallartgasse 18 MO DI MI DO FR **SA** SO

MÄDCHENTURNEN BIS 10 JAHRE

TAG

1130, Hietz. Hauptstraße 168 MO **DI** MI DO FR SA SO

TEENAGERTURNEN AB 13 JAHREN

TAG

1140, Karl Toldt Weg 12 MO **DI** MI DO FR SA SO

1140, Hochsatzengasse 22 – 24 **MO** DI MI DO FR SA SO

TURN 10 GERÄTTURNEN AB 6 JAHREN/ANFÄNGER

TAG

1140, Diesterweggasse 30 MO **DI** MI DO FR SA SO

1230, Peterlinigasse 7 MO DI **MI** DO FR SA SO

TURN 10 GERÄTTURNEN 8 – 12 JAHRE/FORTGESCHRITTENE

TAG

1230, Peterlinigasse 7 MO DI **MI** DO FR SA SO

TURN 10 GERÄTTURNEN AB 10 JAHREN

TAG

1140, Astgasse 3 MO **DI** MI DO FR SA SO

WEST-WIEN NINJA-KIDS TRAINING AB 6 JAHREN

TAG

1140, Diesterweggasse 30 **MO** DI MI DO FR SA SO

1230, Peterlinigasse 7 MO DI MI **DO** FR SA SO



FARBCODE & MITGLIEDSBEITRÄGE: ● Fit Kinder & Jugend: € 180,–

Beschreibungen zu den Einheiten auf www.westwien.at

WETTKAMPF- & LEISTUNGSSPORT

Organisatorisches

Im Vergleich zum Freizeitsport, bei dem Spaß, Geselligkeit und Ausgleich zum Alltag im Vordergrund stehen, wird in unseren 15 Leistungssportarten das Ziel verfolgt, die persönliche Spitzenleistung zu erbringen. Um dieses Ziel zu erreichen bedarf es eines intensiveren Trainings und einer stärkeren Auseinandersetzung seitens des Sportlers um eine gezielte Leistungsverbesserung zu erreichen.

Für den sanften Einstieg und für alle, die sich letztlich doch nicht für den Weg des Leistungssports entscheiden, werden in einzelnen Sparten auch Hobby- und Breitensportgruppen angeboten.

UWW-SPARTEN

- American Football
- Basketball
- Cheerleading
- Fechten
- Handball
- Jiu Jitsu
- Judo
- Kung Fu
- Leichtathletik
- Padel Tennis
- Rhythmische Gymnastik
- Ringen
- Skirennlauf
- Trampolinspringen (verbindliches Schnuppertraining)
- Triathlon
- Volleyball

Bitte beachte: Es können hier neben den allgemeinen Teilnahmevoraussetzungen noch weitere, spartenspezifische Regelungen zur Anwendung kommen. Alle Informationen erhältst du bei der jeweiligen Spartenleitung bzw. im UWW-Büro.

Detailinformationen & Trainingstermine

unter www.westwien.at

Die Links und QR Codes auf den folgenden Seiten führen dich direkt zu den Trainingsterminen der jeweiligen Sparte.

FECHTEN

INFOS

Leiter: Oberst Josef Wanetschek

Trainingsgruppen: Gemeinschaft

STANDORTE

1130, Fichtnergasse 15

TAG

MO DI MI DO FR SA SO

FE ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter westwien.at/fechten



BASKETBALL

INFOS

Leiter: Khaled Hakami

Trainingsgruppen: U12 (m), U19 (m), Herren 1 + 2

STANDORTE

TAG

1120, Längenfeldgasse 13 – 15	MO DI MI DO FR SA SO
1130, Altgasse 6	MO DI MI DO FR SA SO
1140, Astgasse 3	MO DI MI DO FR SA SO
1150, Auf der Schmelz 6	MO DI MI DO FR SA SO

BB ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter westwien.at/Basketball

Try Out Day
09.09.2022
Spallartgasse 18,
1140 Wien
18:00–20:00 Uhr

ServusTV
BEWEG DICH!
Die Bewegung für mehr Bewegung

HANDBALL

INFOS

Leiter: Reinhold Pfeifer, Conny Wilczynski

Trainingsgruppen: U7,U9, U11, U12+U13, U14

STANDORTE

TAG

1130, Altgasse 6	MO DI MI DO FR
1140, Astgasse 3	MO DI MI DO FR
1140, Spallartgasse 18	MO DI MI DO FR

HB ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter westwien.at/Handball

JIU JITSU

(INKL. KOBUKAI KOBUDO + BOJUTSU)

INFOS

Leiter: Michael Szabo

Jugendliche 12–14 Jahre, Jugendliche + Erwachsene ab 15 Jahren

STANDORTE

1140, Cumberlandstraße

TAG

MO DI MI DO FR



ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter westwien.at/jiujitsu

JUDO

INFOS

Leiter: Alexander Reismann

Trainingsgruppen: Kinder & Jugendliche ab 6 Jahren (m + w), Erwachsene ab 16 Jahren

STANDORTE

1140, Larohegasse 2

TAG

MO DI MI DO FR



ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter westwien.at/judo



KUNG FU

(INKL. SELBSTVERTEIDIGUNG FÜR ERWACHSENE)

INFOS

Leiter: Peter Hubeni, Martin Krenk

Trainingsgruppen: Jugendliche ab 14 Jahren,
Erwachsene (Fortgeschrittene)

STANDORTE

TAG

1130, Altgasse 6

MO DI MI DO FR



KF ALLE TRAININGSTERMINE

Immer aktuell abrufen &
individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter
westwien.at/kungfu

LEICHTATHLETIK

INFOS

Leiter: Karin Lehner (vormals: Dittrich), Johanna Novak
(Triathlon)

Trainingsgruppen: Kinder ab 6 Jahren,
Jugendliche, Erwachsene

STANDORTE (Lauftraining)

TAG

1020, Meiereistraße 18

MO DI MI DO FR

STANDORTE (Leichtathletik allg.)

TAG

1020, Meiereistraße 18

MO DI MI DO FR

1020, Vorgartenstraße 208

MO DI MI DO FR

1140, Astgasse 3

MO DI MI DO FR

1150, Auf der Schmelz 6

MO DI MI DO FR

1160, Herbststraße 104

MO DI MI DO FR

STANDORT (Triathlontraining)

TAG

1020, Meiereistraße 18

MO DI MI DO FR

STANDORT (Morgenlauf)

TAG

1150, Auf der Schmelz 6

MO DI MI DO FR



LA ALLE TRAININGSTERMINE

Immer aktuell abrufen &
individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter
westwien.at/leichtathletik

Neue
Padel-Anlage
im SQ14
in Planung
Bau 2023

PADEL TENNIS

INFOS

Leiter: Andreas Drawing

Trainingsgruppen: Kinder ab 6 Jahren, Jugendliche, Erwachsene

STANDORTE

TAG

1030, Karl-Marx-Halle (Winter) **MO DI MI DO FR**
(Padel Zone)

1210, spusuSportinsel (Sommer) **MO DI MI DO FR**



ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen &
individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter
westwien.at/padeltennis

RHYTHMISCHE GYMNASTIK

INFOS

Leiterinnen: Olga Mayer

Breitensport: Anfänger, Fortgeschrittene,
Kader, Kadernachwuchs

STANDORTE

TAG

1130, Altgasse 6

MO DI MI DO FR

1140, Diesterweggasse 30

MO DI MI DO FR



ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen &
individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter
westwien.at/gymnastik



RINGEN

INFOS

Leiter: Thomas Lamprecht

Kinder + Jugendliche 6–14 Jahre, Jugendliche + Erwachsene ab 15 Jahren

STANDORTE

1020, Praterstadion

TAG

MO DI MI DO FR

RI ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter westwien.at/ringen

SKIRENNLAUF

INFOS

Leiter: Christoph Stepper

Trainingsgruppen:

Koordination: Kinder, Schüler & Jugend

Krafttraining: Schüler & Jugend, Erwachsene

STANDORTE

1130, Larohegasse 2

MO DI MI DO FR

1140, Spallartgasse 18

MO DI MI DO FR

SK ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter westwien.at/skirennlauf

TRAMPOLIN-SPRINGEN

INFOS

Leiter: Christian Höckner

Trainingsgruppen: Kinder 6–15 Jahre, Kader + freies Training ab 15 Jahren

STANDORTE

1130, Altgasse 6

TAG

MO DI MI DO FR



ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter westwien.at/trampolin

VOLLEYBALL

INFOS

Leiter: Michael Gardas

Trainingsgruppen: Kinder & Jugendliche ab 10 Jahren (Mädchen), Damen Kader

STANDORTE

TAG

1130, Altgasse 6

MO DI MI DO FR

1140, Astgasse 3

MO DI MI DO FR

1140, Diesterweggasse 30

MO DI MI DO FR

1140, Spallartgasse 18

MO DI MI DO FR



ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter westwien.at/volleyball



CHEERLEADING

INFOS

Leiter: Tanja Winter

Trainingsgruppen: ab 14 Jahren,
Knights Cheerleader

STANDORTE

1140, Cumberlandstraße

TAG

MO **DI MI** DO FR

CH ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen &
individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter
westwien.at/cheerleading

AMERICAN FOOTBALL

INFOS

Leiter: Erwin Kernstock

Trainingsgruppen: U10,
Vienna Knights American Football

STANDORTE

1140, Cumberlandstraße

MO **DI MI** DO FR

1140, Diesterweggasse 30

MO **DI MI** **DO** FR

FO ALLE TRAININGSTERMINE



Immer aktuell abrufen &
individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter
westwien.at/football

Standortwechsel
„Auf der Schmelz“
Sommer/Winter

SQ14 VEREINSHEIM

Das UWW Sportzentrum

Unser Sportquartier 14 (SQ14) in der Linzer Straße 431, 1140 Wien stellt das Herzstück unseres Vereins dar, und ermöglicht uns nach dem Abschluss der Generalsanierung im Jänner 2021 ein noch breiteres Angebot zu bieten.

ALLE ANGEBOTE IM ÜBERBLICK

- SQ14 Gymnastikprogramm (ganztags, auch am Wochenende, inkl. Ferienzeiten)
- SQ14 Kraftraum (Kraft- und Ausdauertraining)
- Outdoortrainingsflächen
- Jackpot.fit Gesundheitstraining
- Tennis am Sandplatz
- Fit Kinder – Turnen
- „HADO“ VR-Sports
- Bungee Super Fly
- Sauna, Ruheraum & Dampfbad
- Therapieraumangebote
- Vermietung Gymnastiksaal auf Anfrage
- Vermietung Therapieraum (S. 5)
- Kostenloser Parkplatz
- In Planung für 2023: Padel Tennis Platz

HADO

Eintauchen in eine neue Dimension des Sports – Hado ist ein strategisches Mannschaftsspiel aus Japan, bei dem du in einem Team auf einem realen Platz stehst und dich mit Hilfe von Augmented Reality (AR) Brillen in eine virtuelle Welt begibst. Pro Team können bis zu drei Personen teilnehmen, wobei man auch gegen ein virtuelles Team oder alleine mit virtuellen Teammitgliedern spielen kann. Jedes Spiel dauert 80 Sekunden, wobei das Team gewinnt, das die meisten Punkte am Buzzer hat. Diese Punkte erreicht man durch den strategisch richtigen Einsatz der Energiebälle und Schilder. Das Spiel erfordert eine gute Strategie, Schnelligkeit und Kondition, auch der Spaßfaktor kommt dabei nicht zu kurz!

Wer wie der Gründer von HADO Hiroshi Fukuda schon immer mal wie ein Superheld mit Energiebällen werfen wollte, kommt hier bestimmt auf seine Kosten!



SQ14 GYMNASTIKPROGRAMM

Vielseitig & Modern

Unsere SQ14 Jahresmitgliedschaft ermöglicht dir neben dem Besuch von Sauna, Dampfbad, Kraftraum, Freizeitsport und Online Programm auch noch die Teilnahme an unserem ganzjährigen SQ14 Gymnastikprogramm. Von entspannenden bis hin zu hoch intensiven Einheiten ist alles dabei!

Solltest du auf die Ferienzeiten unserer Freizeitsportmitgliedschaften verzichten wollen, kannst du ganz einfach mittels SQ14 Zehnerblock (ganzjährig) und Summercard (15.06. – 15.09.) auf unsere Einheiten im Sportquartier 14, Linzer Straße 431, 1140 Wien ausweichen!

SQ14 GYMNASTIK

STANDORT

1140, Linzer Straße 431

PROGRAMM

TAG

Bauch-Beine-Po XL	MO DI MI DO FR SA SO
Bodywork	MO DI MI DO FR SA SO
Fit für den Alltag	MO DI MI DO FR SA SO
Gym Mix	MO DI MI DO FR SA SO
Pilates	MO DI MI DO FR SA SO
Propriozeptives Training	MO DI MI DO FR SA SO
Rückenfit	MO DI MI DO FR SA SO
Bodywork Intensiv	MO DI MI DO FR SA SO
Step & Tone XXL	MO DI MI DO FR SA SO
Yoga	MO DI MI DO FR SA SO
Zumba	MO DI MI DO FR SA SO
Zumba Gold	MO DI MI DO FR SA SO



Immer aktuell abrufen & individuell ausdrucken

QR-Code scannen oder unter westwien.at/SQ14



FARBCODE & MITGLIEDSBEITRÄGE: ● SQ14 Gymnastik: € 335,-

● SQ14 Zehnerblock: € 99,-

Beschreibungen zu den Einheiten auf www.westwien.at

SQ14 VEREINSHEIM

Tennis / Therapieraum

TENNIS

Unser Tennisplatz im SQ14 ist von Mitte April bis Ende Oktober für dich bespielbar, Mitglieder erhalten eine wöchentliche Fixstunde und können den Platz darüber hinaus über unseren Online Kalender zu den freien Zeiten beliebig oft buchen.

Der Einstieg ist jederzeit möglich – für Kurzentschlossene mit einem aliquoten Mitgliedsbeitrag auch noch im Herbst!

THERAPIERAUM

Verspannungen? Schulter-, Hüft-, Knie- oder Rückenbeschwerden? Kopfschmerzen? Regeneration nach intensiven Trainingseinheiten oder auch Rehabilitation nach Krankheit oder Unfall?

Als ehemalige Landesligaspielerin bei UWW (Sparte Volleyball) und Mitarbeiterin im UWW Büro bin ich mit dem Verein sehr verbunden und freue mich ab sofort im neu renovierten

Therapieraum des SQ14 Shiatsu und Cranio Sacral Behandlungen anbieten zu können!

Beide Behandlungen erfolgen in gemütlicher Trainingskleidung auf der Matte oder Liege. Durch spezielle Techniken können Spannungen gelöst und Atmung, Herzrhythmus, Immun-, Hormon- oder das zentrale Nervensystem beruhigt, angeregt und reguliert werden.



FÜR INTERESSENTEN

Vereinbare ab sofort deine Schnupperbehandlung zum Mitglieds-Sonderpreis von EUR 45,- unter 0664 / 391 33 11

ZUR PERSON

Mag. (FH) Brigitte Collins, diplomierte Shiatsu Praktikerin und Cranio Sacral Therapeutin mit Zusatzausbildung zur Behandlung von Babys und Kindern.

KRAFT- & AUSDAUERTRAINING

Im SQ14 Kraftraum

FREIES TRAINING

Unser über 150 m² großer SQ14 Kraftraum steht dir außerhalb der Jackpot.fit Gruppentrainings für ein freies Training zur Verfügung. Er ist mit einer Vielzahl an unterschiedlichen Kraft-, Ausdauer- und Handgeräten ausgestattet, mit denen ein ganzheitliches Ganzkörpertraining durchgeführt werden kann. Bei der Anreise mit dem Auto gibt es kostenlose Parkmöglichkeiten direkt am Gelände. Komm zum Schnuppern vorbei!

Bei dem Wunsch nach einem Personal Training

- einer Geräteeinschulung
- einer Trainingsplanerstellung
- einer Trainingsanalyse
- ...

stehen dir unsere TrainerInnen zur Verfügung. Die Leistungen werden auf eigenen Namen und Rechnung der TrainerInnen erbracht.



TRAINING IM SQ14

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So*
07.30–09.00	JF	JF	JF	JF	FT	FT	FT
09.00–10.30	JF	JF	JF	JF	JF	FT	FT
10.30–12.00	JF	JF	JF	JF	JF	FT	FT
12.00–16.30	FT	FT	FT	FT	FT	FT	FT
16.30–18.00	JF	JF	JF	JF	JF	FT	FT
18.00–19.30	JF	JF	JF	JF	JF	FT	FT
19.30–21.00	FT	FT	FT	FT	FT	FT	FT



Jackpot.fit (JF)



Freies Training (FT)

* In der Tennissaison (April – Oktober)



UWW KURSE

Schwimmen

SCHWIMMWERKSTATT

Schwimmen bei der UWW heißt Spaß gepaart mit umfangreichem Techniktraining für alle Altersklassen:

- Training aller vier Schwimmlagen
- individuelles Coaching
- Schulung koordinativer Fähigkeiten
- wettkampftechnische Trainingsformen
- Schwerpunktübungen zur Hydrodynamik
- Apnoeschwimmen, Streckentauchen, Relaxing im Wasser u. v. m.

WICHTIGE HINWEISE

- **UWW-Mitgliedschaft erforderlich!**
- Teilnahme nur nach Voranmeldung im Büro!
- Sicherer Aufenthalt im tiefen Wasser und 25m freies Schwimmen vorausgesetzt.
- Der Kurs wird als Ganzjahreskurs geführt, eine Anmeldung gilt daher für das ganze Sportjahr.

Anmeldung zum verpflichtenden Probe-training am 10.10.2022 ab sofort im UWW Büro.

AQUA SPEEDIES

Jugendliche 12 – 18 Jahre
Montag 18:45 – 19:50 Uhr

AQUA FLOATING GROUP

Erwachsene
Montag 20:00 – 20:50 Uhr

ORT

14., Hütteldorfer Bad
Linzer Straße 376 – 390,
1140 Wien

KOSTEN

Basismitgliedschaft: € 39,–
Kinder & Jugendliche: € 305,–
Erwachsene: € 325,–

Badeintritte sind extra an der Badekasse zu zahlen und nicht inkludiert.



UWW KURSE

Freerunning / Bungee Super Fly®

FREERUNNING

Der ideale Kurs für alle ab 7 Jahren, die unter professioneller Anleitung die akrobatischen Elemente im Freerunning auf- oder ausbauen wollen. Ziel ist es seinen Körper kreativ und flüssig in jeder beliebigen Umgebung zu bewegen, und sich diese ohne Einschränkungen zu Nutze zu machen.

FREERUNNING AB 7 JAHREN

Samstag 14:00 – 17:30 Uhr
23., Kirchfeldgasse 5

FREERUNNING AB 8 JAHREN

Freitag 20:00 – 21:50 Uhr
15., Auf der Schmelz 6

Kosten:

Basismitgliedschaft €39,-
Zehnerblock €65,-



BUNGEE SUPER FLY®

Dienstag 18:15 – 19:05 Uhr
14., Linzer Straße 431

Kosten:

Schnupperstunde €18,-*
Basismitgliedschaft €39,-
Zehnerblock €220,-

* Betrag wird beim Kauf von einem Zehnerblock gutgeschrieben

BUNGEE SUPER FLY®

Bungee Super Fly® bietet eine optimale Verbindung von Ausdauer- und Krafttraining. Dabei wirst du mit einem gummierten Seil mit der entsprechenden Deckenmontage verbunden und kannst durch den Widerstand des Bungee Seils den gesamten Körper mit viel Spaß schwerelos trainieren.

Probiere es aus und melde dich online zu einem Schnuppertraining an!

TEILNAHMEVORAUSSETZUNGEN

- unterzeichnete Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten*
- aufrechte UWW (Basis-)Mitgliedschaft
- Zehnerblock-Abschnitte

* vor Ort, auf unserer Website oder im UWW Büro erhältlich

JACKPOT.FIT

Gesundheitssport



Gratis
Schnupper-
stunde
nur nach
Voranmeldung!

Jackpot.fit Standorte

Voranmeldung unter 01/813 64 80

Kraftraumtraining

1140, Linzer Straße 431

Aqua-fit

1130, Rosenhügelstraße 192a



Bewegungs-
programm
für Beginner*innen
und Wieder-
einsteiger*innen

Spaß und
Freude
an Bewegung

Kleingruppe
von maximal
12 Personen

Bis zu 2 Mal
pro Woche
für 60-90
Minuten

Erfahrene
Übungs-
leiter*innen



Das Jackpot.fit Gesundheitssportangebot ist ein für SportbeginnerInnen und WiedereinsteigerInnen konzipiertes Kraft- und Ausdauertraining. Frauen und Männer im Alter von 35 bis 65 Jahren werden dabei unterstützt in Gruppen bis maximal 12 Personen die österreichische Empfehlung für gesundheitswirksame Bewegung zu erfüllen. Dieses sieht ein regelmäßiges Krafttraining und ein 150-minütiges Mindestmaß an ausdauerorientierter Bewegung pro Woche vor. Unsere Jackpot.fit Einheiten dauern 90 Minuten und bieten aufgrund der Gruppengröße die Möglichkeit auf individuelle Anliegen einzugehen. In den Gruppentrainings in der Linzer Straße 431, 1140 Wien können wir auch ältere Personen oder Personen mit Vorerkrankungen wie Übergewicht und Diabetes gezielt unterstützen. Am Standort Rosenhügelstraße 192a wird das Konzept zusätzlich im Rahmen von Aqua-fit Einheiten umgesetzt.

FAQ & RECHTLICHES

Gut zu wissen

VEREINSSTATUTEN

Die Grundlage für eine Mitgliedschaft bei der Union West-Wien bilden die Vereinsstatuten in der aktuell gültigen Form. Diese sind im Internet unter www.westwien.at/Verein/Statuten abrufbar oder im UWW-Büro erhältlich.

EINSTIEG/ANMELDUNG

Du kannst jederzeit, unverbindlich und ohne Voranmeldung (außer explizit anders angegeben) zu einer Schnupperstunde in unsere Trainingseinheiten vorbeikommen. Wenn es dir gefallen hat, ist eine Anmeldung sowohl über das Online-Formular auf unserer Website (nicht für alle Angebote verfügbar), als auch mittels schriftlicher Anmeldung direkt vor Ort möglich. Nach Abgabe bzw. Absenden des Anmeldeformulars kannst du bereits vorab am Übungsbetrieb teilnehmen.

UWW MITGLIEDSKARTE

Nach Bearbeitung der Anmeldung im UWW-Büro, wird die Mitgliedskarte automatisch per Post zugeschickt. Diese gilt als Bestätigung der Aufnahme in die Union West-Wien und ist bei jeder Übungsteilnahme unaufgefordert dem Trainer/der Trainerin vorzuzeigen.

BESTEHENDE MITGLIEDSCHAFT

Bestehende Mitglieder erhalten jedes Jahr zu Beginn des Sportjahres automatisch unser neues Sportprogramm sowie die Mitgliedskarte und eine Zahlungsinformation bzw. einen Zahlschein für die zuletzt besuchten Einheiten zugeschickt. Bei Zahlscheinzahlung ist der Mitgliedsbeitrag bis spätestens zum Fälligkeitstag zur Einzahlung zu bringen. Bei Einzug einmalig oder unterjährig 4 x (Okt/Jän/März/Mai) bzw. 2 x (Okt/März) wird der Beitrag bei Fälligkeit automatisch vom Konto abgebucht.

SPARTENÄNDERUNG SPORTJAHRESSTART

Für einen Spartenwechsel zu Beginn des Sportjahres, im September, genügt ein kurzer Anruf im Büro, sodass wir die Änderung vermerken können. Die Spartenänderung ist ab dem Folgetag auf der Mitgliedskarte vermerkt und freigeschalten.

STILLEGUNG

Wenn du im kommenden Sportjahr keine Sportangebote nutzen kannst oder willst, besteht die Möglichkeit der Stilllegung deiner Mitgliedschaft. Der Mitgliedsbeitrag für stillgelegte Mitglieder beträgt € 25,-/Jahr, wird bei einem Einstieg im gleichen Sportjahr jedoch wieder gutgeschrieben. Stilllegungen sind fristgerecht* und ausschließlich schriftlich per E-Mail an office@westwien.at, über das Formular auf unserer Website, per Fax oder Post (wir empfehlen eingeschrieben), bekanntzugeben.

ÄNDERUNGEN WÄHREND DES SPORTJAHRES

Bei längerer Krankheit ist eine Stilllegung der Mitgliedschaft, nach umgehender Bekanntgabe im Büro und Beilegung entsprechender Atteste, auch unterjährig möglich. Im Fall einer Schwangerschaft wird die Mitgliedschaft für das verbleibende Sportjahr kostenfrei stillgelegt. Spartenänderungen während des Sportjahres sind ausschließlich im Freizeitsport möglich und müssen umgehend im Büro bekanntgegeben werden. Ein Wechsel aus einer Wettkampf- oder Leistungssparten ist nur zu Beginn des Sportjahres (bis 30.09., Volleyball bis 15.06.) möglich.

KÜNDIGUNG

Zur Beendigung der Mitgliedschaft ist eine fristgerechte* schriftliche Kündigung an office@westwien.at bzw. per Fax oder Post (wir empfehlen eingeschrieben) an das UWW Büro zu senden. Alternativ kann auch das entsprechende Formular auf unserer Website verwendet werden. Eine „Abmeldung“ beim Trainer/bei der Trainerin ist nicht möglich!

MITGLIEDSBEITRÄGE

Je nach besuchter Einheit/Sparte ist ein jährlicher Mitgliedsbeitrag zu entrichten (Detailübersicht siehe Seiten 34/35). Mit der Bezahlung dieses Beitrages ist das Mitglied berechtigt sämtliche Einheiten dieser Sparte, abhängig von Verfügbarkeit, Alter, Leistungsniveau und in Absprache mit den Trainer/innen, in Anspruch zu nehmen. Der Mitgliedsbeitrag ist nicht an einzelne Trainingseinheiten geknüpft und sichert auch keinen „Fixplatz“. Gleiches gilt bei Online-Anmeldung über den Link einer speziellen Einheit. Für Familien in denen mindestens drei Personen am Übungsbetrieb teilnehmen bzw. drei Sparten besucht werden, gibt es spezielle Ermäßigungen. Außerordentliche Ermäßigungen können in Spezialfällen, nach Ansuchen beim Vorstand, gewährt werden.

COVID-19 INFORMATION

Der Sportbetrieb findet unter Einhaltung der rechtlichen Vorschriften zur Eindämmung der COVID-19 Pandemie statt. Die aktuellen Teilnahmevoraussetzungen sind in unserem COVID-19 Präventionskonzept berücksichtigt und unter www.westwien.at/covid abrufbar. Durch Änderungen oder Einschränkungen des Sportprogramms entsteht kein Anspruch auf Beitragsermäßigung.

WEITERE FRAGEN?

Das UWW Büro ist für dich erreichbar

Montag bis Donnerstag
09:00 – 13:00 Uhr
unter 01/813 64 80 und
per E-Mail unter
office@westwien.at

* KÜNDIGUNGS- & STILLEGUNGSFRISTEN

Freizeitsport:
30.09. und 15.02.
Wettkampf- & Leistungssport:
30.09.

Gesonderte Termine:
Volleyball: 15.06.
Tennis: 30.04

UWW-MITGLIEDSBEITRÄGE

Sportjahr 2022/23

Wettkampf- & Leistungssport

Berechtigt auch zur Teilnahme am gesamten Freizeitsport

American Football	
Kinder & Jugendliche	€ 220,-
Basketball	
U 10 – 12	€ 267,-
U 14	€ 360,-
U 19	€ 385,-
Herren 3	€ 400,-
Herren 1	€ 408,-
Fechten	
Mitgliedsbeitrag alle	€ 200,-
Cheerleading	
Kinder & Jugendliche	€ 220,-
Jiu Jitsu	
Kinder / Jugendliche	€ 202,-
Erwachsene	€ 265,-
Judo	
Kinder, Jugendliche, Studenten, ÜL	€ 248,-
Erwachsene	€ 268,-
Kung Fu	
Schüler / Studenten	€ 292,-
Erwachsene	€ 364,-
Leichtathletik (inkl. Triathlon)	
Kinder	€ 216,-
Erwachsene	€ 247,-
Kader	€ 283,-
Padel Tennis	
Kinder, Jugendliche	€ 630,-

Wettkampf- & Leistungssport

Berechtigt auch zur Teilnahme am gesamten Freizeitsport

Ringen	
Herren / Damen / Jugendliche (14–19 J.)	€ 250,-
Kinder	€ 200,-
Kader	€ 150,-
Rhythmische Gymnastik	
Breitensport 1 x pro Woche	€ 348,-
Breitensport 2 x pro Woche	€ 388,-
Breitensport 3 x pro Woche	€ 519,-
A-Kader	€ 880,-
B-Kader	€ 740,-
Skirennlauf	
Kinder*	€ 94,-*
Erwachsene*	€ 139,-*
Treue Mitglieder*	€ 49,-*
*Berechtigt nicht zur Teilnahme am Freizeitsport!	
Trampolinspringen	
Kinder und Jugendliche 1 x pro Woche	€ 267,-
Kinder und Jugendliche 2 x pro Woche	€ 298,-
Erwachsene 1 x pro Woche	€ 308,-
Erwachsene 2 x pro Woche	€ 334,-
Kader	€ 410,-
Volleyball	
Erwachsene (geb. 2003 oder früher)	€ 353,-
Jugend I (bis inkl. JG 2008)	€ 220,-
Jugend II (geb. JG 04/05/06/07)	€ 285,-

Allgemeine Beiträge

Basismitgliedschaft	
Voraussetzung zur Kursteilnahme und zum Bezug eines Zehnerblocks, sofern keine andere UWW-Mitgliedschaft aufrecht ist	€ 39,-
Treue Mitgliedschaft	
berechtigt nicht zur Übungsteilnahme	€ 25,-
Übungsleiter	
jährlicher Vereinsbeitrag für aktive ÜbungsleiterInnen	€ 30,-
Stilllegung regulär	
Jahresbeitrag bis 31.08.2023, bei fristgerechter schriftlicher Stilllegung	€ 25,-
Stilllegung verspätet	
Jahresbeitrag bis 31.08.2023, bei schriftlicher Stilllegung nach Fristablauf	€ 48,-
Einschreibgebühr	
einmalig bei Neueintritt (bei Gewährung einer Einzugs-ermächtigung € 30,- Ermäßigung)	€ 59,-

UWW-MITGLIEDSBEITRÄGE

Sportjahr 2022/23

Freizeitsport

Berechtigt nicht zur Teilnahme am Leistungs- und Gesundheitssport

Fit-Kinder & Jugend	€ 180,-	siehe Seite 16–17
Fit-Erwachsene	€ 214,-	siehe Seite 13–15
Fit-Online	€ 143,-	berechtigt ausschließlich zur Teilnahme am UWW Online-programm, siehe Seite 12
Fit-Familien	€ 480,-	berechtigt alle Familienmitglieder eines Haushalts zur Teilnahme am Freizeitsport (Einschreibung aller Personen erforderlich)

Gesundheitssport

Berechtigt auch zur Teilnahme am gesamten Freizeitsport

Jackpot.fit	€ 398,-	– 50 % auf gleichzeitige SQ14 Jahresmitgliedschaft
-------------	---------	--

Tennis Hütteldorf

Saison April-Oktober, Mitgliedsbeiträge für die Saison 2023
Berechtigt nicht zur Teilnahme am Freizeitsport

Erwachsene (inkl. Fixstunde)	€ 245,-
U8	€ 59,-
U10	€ 79,-
U15	€ 104,-
U19	€ 155,-

SQ14

Beiträge gelten von 01.09.-31.08, inkl. Sauna- und Dampfbadnutzung zu den Betriebszeiten

Jahreskarte Schüler	€ 235,-	berechtigt auch zur Teilnahme am Freizeitsport
Jahreskarte Erwachsene	€ 335,-	berechtigt auch zur Teilnahme am Freizeitsport
Zehnerblock	€ 99,-	nur in Verbindung mit einer UWW-Mitgliedschaft nutzbar
Freies Training Krafraum	€ 145,-	berechtigt zur Krafraumnutzung außerhalb der Jackpot.fit Trainingszeiten

SPORT MIT FREUNDEN-AKTION

Für jedes geworbene Neumitglied erhältst du bis 31.12.2022 einen **€ 5,- Bonus** auf deine UWW-Jahresmitgliedschaft. Das Neumitglied muss nur deinen vollständigen Namen bei seiner/ihrer Anmeldung vermerken.



Bankverbindung

UNION West-Wien

IBAN: AT13 2011 1000 0411 2245

BIC: GIBATWWXXX

- Änderungen vorbehalten.
- Alle Beträge in Euro.
- Es gelten die Statuten und Vereinsbestimmungen in der aktuellsten Fassung.
- Einheiten mit geringer Teilnehmeranzahl können geschlossen werden.
- Durch Änderungen oder Einschränkungen des Sportprogramms entsteht kein Anspruch auf Beitragsermäßigung.
- Jedes Sporttreiben erfolgt auf eigene Gefahr.
- Für Wertgegenstände wird keine Haftung übernommen.
- Covid-19 Verhaltensrichtlinien sind verpflichtend einzuhalten
- Verbindliche Vereinsanmeldung zur Teilnahme notwendig. Vereinsanmeldung vor Ort oder online über das Sportprogramm unter www.westwien.at/sport
- Einmaliges Schnuppern, ohne Vereinsanmeldung, mit Schnuppergutschein kostenlos.

UWW SPORTSTÄTTEN



- 1. 01., Akademiestraße 12
- 2. 02., LAZ, Meiereistr. 18
- 3. 02., Praterstadion, Meiereistraße 7
- 4. 02., Novaragasse 30
- 5. 02., Vorgartenstraße 208
- 6. 03., Marx Halle, Karl Farkas Gasse 19
- 7. 12., Am Schöpfwerk 27
- 8. 12., Ruckergasse 42
- 9. 12., Längenfeldgasse 13 – 15
- 10. 12., Singriengasse 23

- 11. 13., Altgasse 6
- 12. 13., Auhofstraße 49
- 13. 13., Dr. Schober-Straße 1
- 14. 13., Fichtnergasse 15
- 15. 13., Glasauergasse 4 – 6
- 16. 13., Hietzinger Hauptstraße 168
- 17. 13., Larohegasse 2
- 18. 13., Rosenhügelstraße 192a
- 19. 13., Veitingergasse 9
- 20. 14., Astgasse 3

- 21. 14., Cumberlandstraße
- 22. 14., Diesterweggasse 30
- 23. 14., Felbigergasse 97
- 24. 14., Hochsatzengasse 22 – 24
- 25. 14., Karl Toldt Weg 12
- 26. 14., Linzer Straße 376 – 390
- 27. 14., Linzer Straße 419
- 28. 14., Linzer Straße 431
- 29. 14., Mondweg 73
- 30. 14., Spallartgasse 18

- 31. 15., Auf der Schmelz 6
- 32. 16., Herbststraße 104
- 33. 17., Jenschikweg 12
- 34. 21., spusuSportinsel
- 35. 23., Anton-Krieger-Gasse 25
- 36. 23., Kirchfeldgasse 5
- 37. 23., Peterlinigasse 7