



Amtliche Mitteilung

# Gemeindenachrichten Hinterstoder

Zugestellt durch Post.at



Machen auch Sie mit beim europaweiten **AUTOFREIEN TAG**. Lassen Sie Ihr Auto stehen – gehen Sie, fahren Sie mit dem Rad oder mit Bus und Bahn. Das spart Geld, hält fit und schont das Klima.

Fahren Sie um € 6,- mit Bahn, Bus und Straßenbahn nach Linz mit dem ÖBB Schnupperticket erhältlich am Gemeindeamt!



## EUROPÄISCHE MOBILITÄTSWOCHE

### Befragung – Sanfte Mobilität für unsere Bewohner

In der Juli Ausgabe der Gemeindenachrichten wurde Ihnen ein Fragebogen zum Thema öffentlicher Verkehr in Hinterstoder zugesandt. Zur öffentlichen Präsentation der Umfrageergebnisse am

**Donnerstag, 20. Sept. 2012 um 19:00 Uhr**

am Gemeindeamt Hinterstoder möchten wir alle Interessierten herzlich einladen.

### Programm – Autofreier Tag, Sa., 22. Sept. 2012:

Als Klimabündnisgemeinde beteiligt sich Hinterstoder heuer wieder am "Europaweiten Autofreien Tag" und bietet Ihnen die Möglichkeit, am **Samstag, 22. September 2012** Hinterstoder mit dem Fahrrad oder zu Fuß zu erkunden.

Die heimischen **Sportgeschäfte Sport 2000 Huber** und **Intersport Pachleitner** bieten am **Sa. 22. Sept. 2012** von 9–12 Uhr einen **kostenlosen Fahrradverleih** an.

### Testen Sie kostenlos Elektrofahrräder!

Bereits seit einigen Jahren stehen bei Sport 2000 Huber und Intersport Pachleitner auch **Elektrofahrräder zum Verleih** bereit, die Sie ebenfalls am **Autofreien Tag** während den Öffnungszeiten kostenlos testen können.

Das Ausstellungshaus "**Alpineum**" mit der neuen Sonderausstellung "**pyhrn.priel.berge.**" (Luftbilder einer faszinierenden Landschaft. Fotos von Josef Brunner) können Sie zum **halben Preis** besichtigen. Mit der Pyhrn-Priel Aktiv Card ist der Eintritt noch bis 7. Oktober kostenlos!

### Wandern Sie mit!

Um 10.00 Uhr startet direkt vom Ortszentrum (Gemeindehaus) eine geführte "**Hinterstoderer Erlebniswanderung**". Die Wanderung beginnt vor dem Gemeindeamt und führt am **Stodertaler Höhenweg über den Gaislitzkogel hinab zum Rinnergut vorbei am Polsterstüberl und dann entlang des Flötzersteiges** wieder zurück zum Ausgangspunkt am Gemeindeamt. Die Wanderung dauert ca. 3–4 Stunden.

Anmeldung bitte bis Freitag, 21.09.2012 um 12 Uhr am Gemeindeamt Hinterstoder unter Tel: 07564 52 55

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen am Gemeindeamt Hinterstoder unter der Telefonnummer.: 07564 52 55 gerne zur Verfügung.

## Gesunde Gemeinde Hinterstoder



### PILATES

**Inhalt:** Pilates ist ein ganzheitliches Muskeltraining, wobei die Muskulatur von innen nach außen trainiert wird. Besonders gestärkt werden die untere Rückenmuskulatur, die tiefliegende Bauchmuskulatur und der Beckenboden. Pilates ist eine Trainingsmethode für Frauen und Männer!

**Termine:**

- Termin 1: jeden Mittwoch ab 19.9.2012 von 18:00 bis 19:00 Uhr  
Termin 2: jeden Mittwoch ab 19.9.2012 von 19:30 bis 20:30 Uhr

- Ort:** Comptonsaal der Gemeinde Hinterstoder  
**Kosten:** € 30,00 für 10 Einheiten  
(Der Kostenbeitrag wird direkt vor Ort eingehoben)  
**Leitung:** Veronika Frech, geprüfte Pilates-Trainerin  
**Mitzubringen:** 1 Gymnastikmatte als Unterlage;  
bequeme, nicht zu enge Kleidung

Anmeldungen unbedingt erforderlich! Veronika Frech, Tel: 0664/1209140

### Fit-Senioren Gymnastik

**UNSERE ZIELE SIND:**

Förderung...

- ... der Gesundheit und des Wohlbefindens,
- ... der Zufriedenheit und Lebensfreude
- ... der Selbstständigkeit und Kompetenz
- ... motorischer und körperlicher Fähigkeiten
- ... des Könnens und der Leistungserlebnisse
- ... Stärkung der Selbstverantwortung für die Gesundheit



- Start:** ab Mittwoch, 19.09.2012 um 16 Uhr im Turnsaal der VS Hinterstoder  
**Kosten:** € 28,00 für 12 Einheiten á 90 Minuten  
**Trainerin:** Hedwig Rauschenberger, staatlich geprüfte Fitsenioren-  
Lehrwartin Fit für Österreich - Trainerin der Sportunion

Anmeldung erbeten bei:  
Hedwig Rauschenberger 07564/8218 oder 0676/95 54 412

### Terminavisos Gesundheitsstraße am 06.10.2012

Die Gesundheitsstraße des Landes OÖ kommt nach Hinterstoder am 6.10.2012 von 9 bis 13 Uhr in der Höss-Halle Hinterstoder!

Wie immer erwartet Sie ein spannendes Rahmenprogramm!  
Das detaillierte Programm erhalten Sie in den nächsten Gemeindenachrichten.

### Treffpunkt: TANZ

...die etwas andere Art zu Tanzen

Tanz ab der Lebensmitte - bis ins hohe Alter - bietet die optimale Möglichkeit in einer Gruppe zu tanzen. Es wirkt sich positiv auf den Körper und die Seele aus.

**Wann:** jeden Do. ab 27.9.2012  
jeweils von 15:30 bis 17:00 Uhr

**Wo:** Gemeindeamt Hinterstoder,  
Comptonsaal  
**Preis:** € 30,00 für 10 Einheiten  
**Leitung:** Hedi Rauschenberger,  
Tanzleiterin in Ausbildung

**Anmeldung erbeten bei:** Hedwig Rauschenberger 07564/8218 oder 0676/95 54 412



### BLEIB FIT - MACH MIT!

Ein Mix aus Herz/Kreislauftraining, WS-Gymnastik, Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungsübungen - für alle, die Spaß an Bewegung haben und ihrem Körper Gutes tun möchten!

**Wann:** jeden Freitag ab 21. Sept. 12 (ausgenommen 26.10. und 2.11.)  
von 19:00 bis 20:00 Uhr

**Wo:** Turnsaal Vorderstoder

**Kosten:** € 25,00 für 8 Einheiten  
à 60 min

**Leitung:** Ursula Herndl (Fachlehrerin für Bewegung und Sport)

**Anmeldung:**  
1975rohregger@gmail.com oder  
0664/34 86 5 86