

# DIE DREI QUALITÄTSKRITERIEN



## 1. Qualifizierte ÜbungsleiterInnen



## 2. Qualifizierte Bewegungsangebote



## 3. Qualitätssicherung im Verein

Bewegungsangebote, die durch das „Qualitätssiegel für gesunde Bewegung und Sport im Verein“ ausgezeichnet werden, erfüllen drei Qualitätskriterien: Die Übungsleiter und Übungsleiterinnen sind geschult, das Angebot selbst ist geprüft und es besteht eine Qualitätssicherung innerhalb des Vereins.

### Ansprechpartner

Der Sportverein in Deiner Nähe und das regionale Netzwerk unter [www.fitsportaustria.at/netzwerk](http://www.fitsportaustria.at/netzwerk)

#### IMPRESSUM

Fit Sport Austria GmbH, 1020 Wien, Waschhausgasse 2 / 2. OG  
[office@fitsportaustria.at](mailto:office@fitsportaustria.at)

## MITEINANDER MEHR BEWEGEN.



Durch Mittel aus der Bundes-Sportförderung des Bundesministeriums für Öffentlichen Dienst und Sport und der Bundes-Sport GmbH unterstützt.

# FINDE DEIN BEWEGUNGS-ANGEBOT!



# fitsportaustria.at

## MITEINANDER MEHR BEWEGEN.



# BEWEGUNG BRINGTS!

## HERZKREISLAUF

Blutdruckregulation  
Verbesserung  
Durchblutung

## KOGNITIVE FAKTOREN

Erhöhte  
Aufmerksamkeit

## BEWEGUNGS- APPARAT

Kräftigung von  
Muskulatur,  
Knochen und  
Gelenken

## ATMUNG/ LUNGE

Verbesserte  
Sauerstoff-  
versorgung

## SOZIALE KOMPETENZEN

Allgemeines  
Wohlbefinden



## SENKUNG RISIKOFAKTOREN

Von z. B. Arteriosklerose, Infarkt,  
Schlaganfall; Risikomindernd  
für manche Krebsarten

## STOFFWECHSEL

Verbesserte  
Verdauung

# DER VEREIN BRINGTS!

## Aktive Mitgliedschaft im Sportverein ...

- › trägt zur Eingliederung in die **Gesellschaft** bei.
- › stärkt das **Selbstvertrauen** von Jugendlichen, insbesondere von Mädchen.
- › hat positive Auswirkungen auf das **Wohlbefinden** und die **psychische Gesundheit**.
- › macht **Spaß** und bringt **soziale Unterstützung** mit sich. Dies führt auch zu einer regelmäßigeren sportlichen Betätigung.

Quelle: Österreichische Bundes-Sportorganisation (Hrsg.) (2016).  
*Positive Effekte der Mitgliedschaft im Sportverein auf die Gesundheit. Eine Literaturstudie der ÄrztInnen für eine gesunde Umwelt in Zusammenarbeit mit der Österreichischen Bundes-Sportorganisation.* Wien



# FINDE DEIN BEWEGUNGSANGEBOT

## BEWEGUNGSANGEBOTE FINDEN

A screenshot of a web search interface for sports offers. At the top, there are input fields for "PLZ", "Bundesland", and "Mein Standort". Below these are several filter options: "Altersklasse" with a dropdown arrow, "Sportart" with a dropdown arrow, "Rubrik" with a dropdown arrow and a search icon, and "Suchwort" with a search icon. There are also checkboxes for "Auch für Anfänger geeignet", "Mo", "Di", "Mi", "Do", "Fr", "Sa", "So", and a time range selector with options like "09-09", "09-12", "12-14", "14-18", "18-23". A large red button at the bottom says "SUCHEN".

- › Zahlreiche Bewegungsangebote von ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION
- › Wohnortnahe Angebote in ganz Österreich
- › Auswahl mittels Postleitzahl, Bundesland und Standortsuche
- › Filter nach Altersklasse, Sportart, Wochentag und Uhrzeit
- › Ausgewogenes Preis-/Leistungsverhältnis
- › Vielfältige Angebote für Anfänger und Fortgeschrittene
- › Spaß und Freude an der Bewegung für Jung und Alt

MITEINANDER MEHR BEWEGEN.

ASKÖ

ASVÖ

SPORT  
UNION