



Aktivwoche 2025

Powered by:

SONAX®

ADAMOL 1896



13. - 19. JULI 2025

Verfasst von:

Andreas & Silvia Hintringer



MMC OÖ

Selbsthilfegruppe für MENSCHEN mit
Spina Bifida & Hydrocephalus



BSFZ Südstadt

13. bis 19. Juli 2025

Bereits zum 18. Mal fand auch 2025 wieder die Aktivwoche des MMC OÖ im BSFZ Südstadt statt. Nur mit Hilfe zahlreicher Sponsoren ist diese besondere Aktivität möglich. Wir möchten auf den nächsten Seiten zeigen, was wir in dieser Woche alles umgesetzt haben und uns hier auch nochmals bei allen Unterstützern herzlich bedanken!

„For a beautiful live of humans with Spina Bifida“

- ***Selbstständigkeitstraining***
- ***Soziales Zusammenkommen***
- ***Austausch Gleichgesinnter***

Sonntag 13.7.2025:

Ankommen – Einchecken – Mittagessen

Um 14:00 Uhr startete die erste Trainingseinheit der Aktivwoche 2025 mit einer vorbereiteten „Schnitzeljagd“. Auf 6 Stationen mussten in 3er Teams diverse Aufgaben gelöst werden. Logisches Denken, Geschicklichkeit, Geschwindigkeit oder auch schauspielerische Fähigkeiten wurden hier gefordert. Natürlich wurde das Siegerteam entsprechend geehrt.

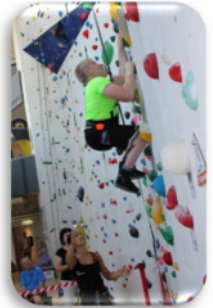


Montag 14.7.2025:

Heute stand auf dem Trainingsprogramm, neben allgemeinem Training auch Tennis und Para-Klettern. Eine Gruppe widmete sich dem Üben von Alltagssituationen, während die andere Gruppe sich im Tennis versuchte. 4 Teilnehmer durften sich, dank [Edelweiss-Klettern](#), im Para-Klettern versuchen. Mit Hilfe von geschulten Trainern wurden Grenzen überschritten und teilweise waren die Kletterer von sich selbst überrascht,

welch starke Leistung Sie bringen können. Es scheint als hätten hier einige ein neues Hobby für sich entdeckt.

Der Nachmittag stand wieder unter dem Zeichen von intensiven Trainingseinheiten um den Umgang mit dem Rollstuhl zu perfektionieren.



Dienstag 15.7.2025:

Der Vormittag war für Badminton reserviert. Mit Betreuern und Spielern der Nationalmannschaft wurde fleißig geübt und auch der Spaß kam dabei nicht zu kurz. Als Überraschungsgast besuchte und gegen Mittag [Mirna Jukic](#). Sie plauderte intensiv über Ihre Karrierehighlights und hatte auch einige Ihrer Medaillen mit dabei. Danach stand Sie noch für Autogramme und Selfies zur Verfügung.

Am Nachmittag gab es wieder 2 allgemeine Trainingsstunden, bis um 16:00 Uhr dann [Manuel Horeth](#) bei uns war. In einem 2-stündigen Workshop bekamen wir Einblicke in mentale Stärken und positives Denken.

In Summe ein mehr als gelungener Tag 😊



Mittwoch 16.7.2025:

Gleich zu Trainingsbeginn bekamen wir Besuch von [Lukas Pratschker](#), 2-facher Teilnehmer bei Amerikas Got Talent, Gewinner Supertalent Deutschland und Hundeprofi. Er kam mit seinen 3 Hunden, zeigte einige Tricks, stand für Fragen, Autogramme und Fotos zur Verfügung. Eine sehr sympathische Auflockerung des Trainingstages.

Den Rest des Vormittags und den Nachmittag widmeten wir uns wieder dem Trainieren von Alltagssituationen.

Am Abend streiften wir bei einer exklusiven Abendführung durch den Tiergarten Schönbrunn. In völliger Ruhe konnten wir einige Tiere beobachten und den ausführlichen Kommentaren der Führer lauschen. Ein schöner Ausklang für die Wochenmitte.



Donnerstag 17.7.2025:

Heute stand die „berückigte“ See-Runde auf der Tagesordnung. Unwegsames Gelände mit Schotterwegen Bergauf und Bergab. Eine Herausforderung auch für sehr gute Rollstuhlfahrer.

Am Nachmittag beehrten uns Mitglieder vom [Round Table 24 Linz](#) und machten aktiv bei den Trainingseinheiten mit. So bekommen Sie direkten Einblick in jene Sache, die Sie bereits seit vielen Jahren treu unterstützen. Gleichzeitig wissen Sie nun auch, wie Sie unkompliziert und ohne Scheu Menschen mit Beeinträchtigung Hilfe leisten können.



Freitag 18.7.2025:

Und schon ist eine intensive Woche fast vorbei – aber wir haben den Vormittag noch genutzt um uns intensiv weiterzuentwickeln und weitere Verbesserungen unserer Fähigkeiten zu erreichen. Egal ob über Treppen fahren oder in unwegsamem Gelände. Auch gehsteigkanten sind nun kein Problem mehr.

Das Highlight, auf das alle schon die letzten Jahre hin gefiebert haben, stand uns noch bevor. Hält das Wetter? Kommen Sie? Wie viele kommen? Ja, das Wetter hält! Ja Sie kommen! Es sind 21 Autos für mehr als 24 Sitzplätze! Der Morgatschak findet auch heuer wieder statt! Die Mitglieder des MSCCA kamen wieder zahlreich mit Ihren einzigartigen Morgan's und machten mit den Betroffenen wieder eine Ausfahrt. Im

Anschluss dann der Wettbewerb und die besten Teams wurden am Abend prämiert. Das Abschlussfest mit einem feinen Heurigenbuffet und anschließender Live Musik wurde in vollen Zügen genossen. Die letzten räumten die Location weit nach Mitternacht 😊



Samstag 19.7.2025:

Nach dem gemeinsamen Frühstück fand die allgemeine Verabschiedung statt. Wie immer sind zu Hauf Tränen geflossen und alle waren traurig, dass diese grandiose Woche schon wieder Geschichte war. Alle waren sich einig, dass jeder einzelne Tag eine Bereicherung in jeder Hinsicht war.

Wir alle freuen uns auf 2026!

An dieser Stelle möchten wir nochmals DANKE sagen an alle Sponsoren, Trainer, Helfer und Teilnehmer mit Begleitungen.

Nur wir alle gemeinsam können dies auch 2026 wieder auf die Beine stellen!

PS.: natürlich war auch diese Woche wieder unser Dr. Jakob Langemann mit dabei und hat von Montag bis Freitag die Kinder therapiert. Seine Fachkenntnis und Erfahrung ist nahezu unbezahlbar und die spezifische Behandlung für unsere Betroffenen nicht mehr wegzudenken!

Andreas & Silvia Hintringer

Zahlreiche Bilder findet Ihr auf unserer Facebook Seite:

https://www.facebook.com/profile.php?id=100064636850722&sk=photos_albums

SONAX®

ADAMOL 1896



RÜSCH



GK AUTOTEILE
www.gk-autoteile.at



Mobilitätsservice
Rehatechnik Rammer



LAND
OBERÖSTERREICH



LINZ AG

Kohler
SEIT 1954

TTI GROUP
Personalmanagement

zeko
mobility



Loacker

Spenglerei
Dachdeckerei
DACH + WAND
Kiesenhofer u. Grilberger Ges.m.b.H.

