

FUNKTIONÄRINNEN VON MORGEN!

STÄRKEN ENTFALTEN, POTENZIALE NUTZEN

03./04. Oktober 2025
in Feldkirch, Vorarlberg

*Ort: Monfort - das Hotel****, Galuragasse 7, 6800 Feldkirch*



FUNKTIONÄRINNEN VON MORGEN!

STÄRKEN ENTFALTEN, POTENZIALE NUTZEN

TEILNEHMERINNEN:
zukünftige und aktuelle Funktionärinnen

ZIEL:
Frauen aus ASVÖ-Vereinen in ihrer Tätigkeit stärken &
Know-how vermitteln

ANERKENNUNGSBEITRAG PRO PERSON: 50 €
inkl. Verpflegung und Übernachtung
im *Montfort – das Hotel*****

ANMELDUNG:
bis spätestens Mo, 01. September 2025
- QR-Code scannen oder unter
<https://forms.office.com/e/KNJk7arSB9>

Achtung begrenzte Teilnehmerinnenanzahl!



PROGRAMM



Freitag, 03. Oktober 2025

bis 16:00 Uhr	Anreise & Kennenlernen
16:00 Uhr	Begrüßung
16:30 – 18:00 Uhr	Eva Kathrein Frau im Sport und erfolgreich?
18:15 – 19:15 Uhr	Eva Kathrein Selbstverteidigung für Frauen
19:30 Uhr	Abendessen

Samstag, 04. Oktober 2025

07:45 Uhr	Frühstück
08:45 – 10:15 Uhr	Simon Nussbaumer Mentale Tipps & Tricks für Frauen im Sport, Verein und Alltag
10:30 – 12:00 Uhr	Bianca Meusburger Triathlon des Lebens – Mein Weg zum Erfolg
12:00 – 12:45 Uhr	Bianca Meusburger Fit & Aktiv mit Bianca
13:00 – 14:00 Uhr	Mittagessen
14:00 – 17:00 Uhr	Sandra Finkstein Marktplatz der Macherinnen – Veränderung aktiv gestalten
17:00 Uhr	Verabschiedung & Ausblick

VORTRAGENDE

EVA KATHREIN

ESP® Sportphysiotherapeutin, Selbstverteidigungs- und Gewaltpräventionsexpertin, Funktionärin in Karatevereinen und -verbänden, Genderbeauftragte und Multiplikatorin

<https://safesport.at/person/eva-kathrein/>

MAG. (FH) SIMON NUSSBAUMER, MSC

Bereichsleitung Persönlichkeitsentwicklung & Sportpsychologie Olympiazentrum Vorarlberg

<https://olympiazentrum-vorarlberg.at/kontaktpersonen/simon-nussbaumer/>

BIANCA MEUSBURGER

ehemalige österreichische Triathletin, Staatsmeisterin Triathlon Langdistanz, Vize-Staatsmeisterin Triathlon Mitteldistanz, 2. Rang Ironman 2019

https://de.wikipedia.org/wiki/Bianca_Steurer

SANDRA FINKSTEIN, MSC

Change Facilitator, One day or day one - you decide. Begleitung von Change-Prozessen, Personal- und Organisationsprozessen

www.change-consulting.at



Feedbacks

"Ich find dieses Seminar einfach toll, weil man mit Frauen zusammen kommt, mit denen man dieselbe Leidenschaft teilt, auch wenn es für eine andere Sportart ist."

"Ich bin noch aktiver und lösungsorientierter durch die super interessanten Vorträge geworden."

Wir freuen uns auf ein spannendes Seminar mit euch!

Kontakt: frauen@asvoe.at

Conny Widder-Kremser (0699/11 59 58 59)

Melanie Schwendinger (0664/267 67 90)