

move

13. Weltgymnaestrada:

**Gymnastik verbindet
alle Völker**

editorial

**Liebe Leserinnen,
liebe Leser!**



Bereits zum dritten Mal erscheinen wir nun mit dem neuen bundesweiten Konzept einer neuen österreichweiten, verbandübergreifenden Sport-Zeitschrift, und ich kann mit großer Freude feststellen, dass die bisherigen Rückmeldungen eindeutig positiv waren. Auch in dieser Ausgabe können wir Ihnen viel Wissenswertes aus der Welt des österreichischen Sports berichten; einiges aus dem Bereich der ASKÖ, aber auch vieles aus anderen Verbänden und Organisationen, die sich in unser neues Zeitschriftenkonzept gerne einbringen wollen.

Ich meine, wir können mit dieser Qualitäts-Zeitschrift eine wichtige Stufe der sportli-

inhalt



top

6–7 **Coverstory**

Die Gymnastrada war in diesem Jahr in Vorarlberg zu Gast.

8–9 **Interview**

Dr. Karl Stoss ist der neue Mann bei den österreichischen Lotterien.

10–11 **Reportage**

Österreich holte sich in Deutschland den Weltmeistertitel in Faustball.

12–13 **Trendsport**

askö

14–15 **Seniorenfit**

16–21 **fit komm mit**

22 **ASKÖ-Jugendkonferenz**

23 **Personelles**

24–26 **Sportstätten**

27 **Budokan Wels**

28 **Frauen im Sport**

partner

29 **Bahnengolf**

30 **Baseball**

36 **Behindertensport**

38 **Karting**

40 **Motorsport**

42 **Naturfreunde**

44 **Radsport**

chen Berichterstattung unterhalb des Populärsports abdecken und freuen uns sehr, wenn unser Angebot zur Zusammenarbeit von noch mehr Organisationen angenommen werden würde. Diese Art der Vernetzung ist ja nicht nur ein zeitaktuelles Thema für alle Organisationen; ich bin auch überzeugt davon, dass nur im Rahmen von Kooperationen die heutige Informationsflut so gebündelt werden kann, damit der tatsächliche Anwender, der Leser, nicht überfordert wird und zur richtigen Info kommt.

Der Sport – auch in Österreich – ist nicht zuletzt aufgrund seiner endlich erkannten Bedeutung im Gesundheits- und Sozialwe-

sen zuletzt enorm angewachsen. Die Möglichkeiten, aber auch die Anforderungen an die Verbände und Sportvereine werden daher größer. Wer jetzt die Chance erkennt und in seinem Umfeld die Sportausübung noch umfassender als bisher positioniert, der wird mit dem Thema Sport erfolgreich sein.

Wie vielfältig Sport nachhaltig geworden ist, zeigte ja unlängst auch wieder der „Tag des Sports“ am Wiener Heldenplatz auf. Das Event, hervorragend organisiert vom Bundeskanzleramt, wird seit 2001 von Jahr zu Jahr größer und eindrucksvoller. Allen teilnehmenden Verbänden und Organisationen ist zu danken, weil sie damit aufzeigen,

dass der Sport seine Verbindungen in nahezu alle Gesellschaftsbereiche aufgenommen hat. Dies ist wiederum auch das Ziel unserer Zeitschrift „move“. Daher bedanke ich mich bei allen, die zum Gelingen dieser Ausgabe beigetragen haben. Ein besonderer Dank gilt unserem Chefredakteur Wolfgang Gotschke, der die vielen Beiträge hervorragend koordiniert und aufbereitet hat.

Nun aber viel Spaß beim Lesen, oder wie ein bekannter Kabarettist einst sagte: „Schauen Sie sich das an!“

Ihr ASKÖ-Generalsekretär
Michael Maurer



FOTOS: GÜNTHER PÜHRINGER, OK WELT-GYMNAESTRADA 2007, ASKÖ

sportmix

- 46 Fußball
- 48 Eishockey, MTBO
- 50 Turnen
- 52 Jugendehrung
- 54 Radsport
- 56 Volleyball, Judo
- 60 CSIT-WM
- 62 Klettern, Stocksport

fach-tipps

- 51 Entwicklungstendenzen im Sport
- 53 Sportverletzungen
- 55 Sporttherapeutische Praxis
- 57 Fit – komm mit
- 59 Bewusst essen
- 61 Sport & Recht
- 63 Büchertipps

impresum

Medieninhaber, Herausgeber und Verleger:
ASKÖ-Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur in Österreich.

Chefredaktion: Ing. Wolfgang Gotschke, Michael Maurer.
Redaktion: Mag. Helmut Baudis, Gerhard Hutsteiner, Mag. Jan Häuslmann, Gerd-Roger Jeller, Günter Leikam, Eva Mayer, Mag. Kurt Perner, Josef Rasztovits, Mag. Günther Schagerl. Mitarbeiter/innen dieser Ausgabe:

Dipl.-Ing. Stefan Kraus, Prof. Dr. Othmar Weiß, Mag. Thomas Schneider, Dr. Christoph Haidlen, Bernhard Niedermair, Hermann Schmid, Mario Zeko, Dr. Benno Zifko. Marketing: Mag. Harald Bauer

Für den Inhalt der Fachverbandsseiten ist der jeweilige Fachverband bzw. deren Redakteure verantwortlich. Gestaltung und Produktion: Frego-Design, 1220 Wien, Druck: Steindl-Druckservice, 1030 Wien.

Gezeichnete Beiträge stellen die Meinung des Verfassers/der Verfasserin dar und müssen sich nicht mit jenen der ASKÖ decken.

Jede Vervielfältigung von Texten und/oder Fotos dieser Zeitschrift ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers gestattet.

Positive Bilanz der Gymnaestrada

Die Gymnaestrada – das weltweit größte Breitensportereignis – war in diesem Jahr zu Gast in Vorarlberg. 22.000 Teilnehmer/innen rückten den Westen Österreichs für einige Tage ins Zentrum der Sportwelt.



„So hoch in den Bergen war ich noch nie“, sagte Christel aus Berne bei Bremen, als sie an der Bielerhöhe aus dem Reisebus ausstieg, und mit einem Blick zum Silvretasee meinte sie „Hierhin würde ich gerne mal im Winter zurückkehren“. „Wenn ich könnte, würde ich gleich herziehen“, so der Schwede Kjell. Zwei Aussagen, die stellvertretend für die Begeisterung der rund 22.000 Teilnehmer/innen an der 13. Weltgymnaestrada in Dornbirn standen. Nicht nur die reibungslose Organisation des weltweit größten Breitensportfestivals und das freundliche Miteinander rund um das Messegelände und die Nationendörfer wurden gelobt; auch der landschaftliche Reiz Vorarlbergs zog die Turner in ihren Bann.

Ausflugsfahrten und Vorarlberg-Card kamen gut an

Um die touristische Attraktivität des Landes zu transportieren, hatten Vorarlberg-Tourismus und Bodensee-Vorarlberg-Tourismus intensive Vorarbeit geleistet. Speziell für die Gymnaestrada wurden 50.000 Vorarlberg-Broschüren in Deutsch und Englisch gedruckt. Darin wurden beispielsweise Ausflugsfahrten ins Montafon, ins Kleinwalsertal und in den Bregenzerwald beworben.

Links: Ein perfekt organisiertes Eröffnungsprogramm begeistert die Zuseher/innen.

Unten: „Gesichter der Gymnaestrada“.





Rund 1.700 dieser Touren wurden schließlich gebucht. Das Pilotprojekt zur Vorarlberg-Card – das Gymnaestrada-Freizeit-Paket –, das Vorarlberg-Tourismus gemeinsam mit Bodensee-Vorarlberg-Tourismus entwickelt hat, fand ebenfalls einen sehr erfreulichen Zuspruch. Knapp 2.000 Freizeit-Pakete wurden abgesetzt, unter anderem am großen Informationsstand in Halle 4.

Perfekte Kooperation der Leistungspartner

Allein Bodensee-Vorarlberg-Tourismus hat im Rahmen der Gymnaestrada 10 Millionen Umsatz gemacht. Darin enthalten sind Teilnahmegebühren, Schulunterkünfte, Essen, Tosca-Karten, Ausflugsfahrten, Freizeit-Paket und Flughafentransfers.

175.000 zusätzliche Übernachtungen

Nicht zuletzt haben die Gymnaestrada-Teilnehmer 175.000-mal in Vorarlberg übernachtet; 25 bis 30 Prozent davon in der Hotellerie, der Rest in Schulen. Die logistische Herausforderung dabei wurde einwandfrei gemeistert. Beispielsweise wurden 7.000 Personen von und zu den Flughäfen in Zürich, Friedrichshafen und München gebracht.

800 Tonnen CO₂-Ersparnis, 2.200 kg weniger Stickoxide NOX und 130 kg weniger Feinstaub: Das ist die erste Umweltbilanz der autofreien Weltgymnaestrada Dornbirn.



Die Weltgymnaestrada war eine autofreie Veranstaltung: Teilnehmer/innen wie Besucher/innen reisten mit öffentlichen Verkehrsmitteln – Bahn und Bus – sowie an den wenigen schönen Tagen vielfach mit dem Fahrrad ins Dornbirner Messegelände zum Stadion Birkenwiese und zum Lustenauer Reichshofstadion an.

Für Sondertransporte wurden sechs Hertz-Mietwagen (Personen) und zwei Klein-Lkw (Gerätetransporte) eingesetzt, es wurden nur rund 300 teils zeitlich beschränkte Parkplatzkarten ausgegeben (Fernseh-, Rundfunk-, Foto-Teams, Menschen mit Behinderung, Lieferanten, Aussteller).

Die Berechnungen basierten vor allem auf der Tatsache, dass die meisten Teilnehmer von den Nationendörfern mit den ÖBB zu den Haltestellen Schoren und Hatlerdorf fahren und von dort nur noch kurze Busstrecken als Zubringer ins Messegelände zu bewältigen waren. Aus den meisten Dorn-

birner Schulen und den Rheindelta-Gemeinden kamen die Teilnehmer/innen mit Bussen zu den Veranstaltungsorten. Auch die Fahrten der Gruppen von uns zu den acht Außen Bühnen wurden vorwiegend mit der umweltfreundlichen Bahn absolviert.

Der zweite große Umwelteffekt ergab sich durch den Transport der Besucher mit Bahn und Bus, es standen keine Parkplätze für den Individualverkehr im Messegelände, beim Stadion Birkenwiese und beim Lustenauer Reichshofstadion zur Verfügung. Das galt auch für die Besucher aus der Schweiz, die großteils mit der Bahn nach Heerbrugg und von dort mit der Rheintal Bus AG zu den Weltgymnaestrada-Schauplätzen transportiert wurden.

Das Busnetz erreichte bis zu 250.000 Personenbeförderungen pro Tag. Mit der Bahn wurden 485.000 Personen in der Weltgymnaestrada-Woche transportiert.



FOTOS: OK WELT-GYMNÆSTRADA 2007



Dr. Karl Stoss,

der neue Mann an der Spitze der Österreichischen Lotterien

Seit Mai dieses Jahres haben Österreichische Lotterien GmbH und Casinos Austria einen neuen starken Mann an der operativen Spitze, nachdem Dr. Leo Wallner nach vielen Jahren erfolgreicher Tätigkeit in den Aufsichtsrat wechselte. Mit dem gebürtigen Vorarlberger Dr. Karl Stoss folgt Dr. Wallner der ehemalige Generaldirektor der Generali-Gruppe nach. Die Lotterien sind gleichzeitig wichtigster Sponsor des österreichischen Sports, hängt doch die besondere Bundes-Sportförderung prozentuell an den Umsätzen der Österreichischen Lotterien (3 Prozent jährlich). In den letzten Jahren gab es ein Rekordergebnis nach dem anderen, doch auch Angriffe auf die Lotterien wegen des Glücksspielmonopols. Grund genug also für die „move“-Redaktion, nachzufragen, wie es um die Lotterien steht.

MOVE: Herr Dr. Stoss, Sie haben mit den Lotterien einen Riesenkonzern übernommen. Wie gefällt Ihnen die neue Aufgabe?

Dr. Karl Stoss: Ich finde es eine überaus spannende Herausforderung, diesen von meinem Vorgänger Leo Wallner über viele Jahrzehnte erfolgreich aufgebauten Konzern in eine neue Ära zu führen. Eine Ära, die von stärker werdendem Wettbewerb geprägt ist, der Casinos Austria und Lotterien aber auch die Möglichkeit bietet, das in beiden Häusern vorhandene große Know-how auszuspielen und die erfolgreiche Position als Marktführer nachhaltig zu festigen.

Werden die Lotterien ihre guten Ergebnisse der letzten Jahre halten können?

Eine Branche wie das Glücksspielgeschäft wird von vielen Faktoren beeinflusst: den politischen Rahmenbedingungen ebenso wie dem wirtschaftlichen Umfeld. Zuletzt haben sich die Zahlen allerdings sehr gut entwickelt.

Wie wichtig ist den Lotterien der österreichische Sport?

Der Sport, vor allem der Breitensport und die Nachwuchsförderung sind den Öster-

reichischen Lotterien ein großes Anliegen. Nichts ist wichtiger als die Kinder weg von der Straße zu bringen. Für die Lotterien ist das Leitmotiv „Glücksspiel mit Verantwortung“ nicht irgendeine Floskel, sondern oberste Maxime. Als Teil dieser Verantwortung haben wir uns auch verpflichtet, den Sport im Land zu fördern. Eine Verpflichtung, der wir sehr gerne nachkommen und die sich seit vielen Jahren in Österreich bestens bewährt.

Ist das Glücksspielmonopol in Gefahr, und was würde dann kommen?

Diese Frage müssten Sie eigentlich der österreichischen Bundesregierung stellen. Es ist deren Aufgabe zu entscheiden, ob sie diesen Markt für jeden Betreiber öffnen will oder die derzeitigen, bewährten Strukturen erhalten will. Eine gänzliche Liberalisierung, und ich bin sicher, das wissen auch die Regierungsvertreter, birgt durchaus große Gefahren. Und ich rede hier nicht nur von den finanziellen Einbußen bei Steuereinnahmen und in der Sportförderung. Ich meine, dass man dieses Geschäft ganz bewusst stark reglementieren sollte, damit sichergestellt ist, dass die Jugend und suchtgefährdete Menschen geschützt werden. Das ist eine ordnungspolitische Aufgabe, der wir uns verschrieben haben und der sich auch die Politik

immer bewusst sein muss.

Wie stehen Sie persönlich zum Sport, sind Sie selbst auch aktiv?

Ich bin ein leidenschaftlicher Sportler, habe in frühen Jahren Leistungssport betrieben und bin heute, soweit es meine berufliche Tätigkeit zulässt, passionierter Bergsteiger. Ich hatte das Glück, dass ich mit Peter Habeler, einem der wohl bekanntesten österreichischen Bergprofis, bereits mehrere größere Touren machen durfte. Und ich kann Ihnen nur sagen: Es ist ein im wahrsten Sinne erhebendes Gefühl, auf dem Gipfel zu stehen und den Blick über die Täler schweifen zu lassen. Wie Peter Habeler es so treffend in seinem neuen Buch formuliert: Das Ziel ist der Gipfel.

Ihre Aussichten für den Sport und für Ihr Unternehmen?

Wir sind derzeit in einer sehr guten Position, die es uns ermöglichen sollte, unseren Beitrag für die Sportförderung auch weiterhin zu leisten. Bleibt zu hoffen, dass die Rahmenbedingungen so bleiben wie sie sind: Dann dürfen Österreichs Aktive auch weiterhin gerne auf unsere Unterstützung zählen.

Wir danken Ihnen für das Gespräch.

Die Faustball-Weltmeisterschaft Gemeinsam sind sie übermächtig,

Die Sensation des Jahres ist perfekt: Österreich wurde Faustball-Weltmeister. Und das in Deutschland, in der Höhle des Löwen. Aus dem Wege geräumt wurden auf der Straße zum ganz großen Erfolg Erzfeind Deutschland (im Halbfinale) und Brasilien im Finale. Mit dabei vier ASKÖ-Sportler, an ihrer Spitze Martin Weiß, der Verbandstrainer und Spielerführer des FBC ASKÖ Urfahr.

Die Brüder Martin (30) und Dietmar Weiß (27) und ihre Mannschaftskollegen setzten epochale Akzente. Verbunden mit dem Wunsch, dass dieser Titel ein Vehikel für den Faustballsport ist, die Weltmeister mit ihrer Vorbildwirkung den Nachwuchs begeistern und den Zulauf zum Faustball-Sport ankurbeln können. Vier ASKÖ-Sportler, alle vom FBC ASKÖ Urfahr (Martin Weiß, Sigmund Siegfried, Harry Pühringer und Christian Koller), standen im weltmeisterlichen Kader, dem ausschließlich Oberösterreicher angehörten. Die besondere Stärke dieses Ensembles, das sich in seiner Gesamtheit in Topform befand, war das Zusammenwirken der Brüder Weiß und die erfolgreiche Hand von Teamtrainer Ernst Almhofer (ASKÖ Laakirchen). In der Nationalmannschaft war zumindest bis 2007 Weiß die Modefarbe, denn im Team können die Brüder miteinander, kann sich der eine dem anderen unterordnen. Anders war dies auf Klubebene.

Wie es weitergehen wird?

Martin Weiß ließ aufhorchen, als er nach dem Titelgewinn meinte, er wolle die Teamkarriere beenden. Aber auch hier gilt: Sag niemals nie! Martin Weiß ist mit dem Faustball auch beruflich verbunden. Er werkt als Verbandstrainer im Leistungszentrum Faustball, welches im ABC der ASKÖ Oberösterreich untergebracht ist. Und möchte sein Sport-Studium zu Ende bringen: „Da wartet noch eine Diplomarbeit, die sich leider nicht von selber schreibt.“

Die Heimat der Brüder ist bzw. war der FBC ASKÖ Urfahr. Bis ins Jahr 2004! Da entschloss sich Dietmar Weiß zum Vereinswechsel. Der Grund: Bruder Martin war im Verein der Hauptangreifer. Der am linken Schlag spielende Bruder (ein Rechtshänder) wäre – Harmonie vorausgesetzt – die ideale Ergänzung zum Linksschläger Martin gewesen. Die Chemie aber stimmte selten, weil

auch Dietmar Weiß der Chef am Platz sein wollte. Und das ging auf die Dauer nicht gut und veranlasste Vereinstrainer Mag. Manfred Leitner zu der Aussage: „Zwei Hauptangreifer sind zu viel, einer aber zu wenig!“ „Diets“, wie Dietmar genannt wird, zog die Konsequenz und wechselte Klub, Dachverband und übersiedelte nach Grieskirchen. Dort war er sofort der Chef am Platz – und das sehr erfolgreich.

Funkstille nach Vereinswechsel

Der Standortwechsel ging nicht friktionsfrei über die Bühne. Bei den Brüdern herrschte Funkstille. Die Situation wurde noch heikler, als erkennbar wurde, dass sich „Diets“ für Grieskirchen entschieden hatte. Denn dieser Klub war zwei Wochen später im Europacup Gegner der Urfahrer. Martin Weiß befand, dies sei nicht die feine englische Art, weshalb wegen der Übersendung des Spielerpasses auf die Zweiwochen-Frist gepocht und zugewartet wurde. Das aber passte dem Bruder nicht in den Kram, denn der „wanderlustige“ Bruder wollte im Europacup spielen. Und zwar nicht auf der Flöte, sondern am Faustballfeld. Vier-Augen-Gespräche folgten. Der erzielte Kompromiss: Dietmar Weiß spielt im Cup bereits für Grieskirchen, aber nicht gegen den FBC ASKÖ Urfahr. So war es auch. Urfahr traf im Halbfinale auf Grieskirchen, gewann 3:0, fertigte im Finale den Deutschen Meister ab und wurde Europacupsieger. Das Klima hat sich wieder verbessert, geblieben sind Sticheleien. Wen wundert es? Beide Vereine stehen an der Spitze und haben genug Berührungspunkte.

12 Titel für Urfahr

Die meisterliche Serie (mit Unterbruch) der Urfahrer kann sich mit 12 Titelgewinnen durchaus sehen lassen. Sie reicht noch nicht an den vom damaligen ATSV Waldegg

gesetzten Level heran, der, wie Rapid Wien im Fußball, auch heute noch voller Ehrfurcht mit dem Titel „Rekordmeister“ angesprochen wird. „Wir werden es aber noch schaffen“, ist Martin Weiß überzeugt. Nach dem ersten Double (Halle und Feld) im Jahr 1993 war einmal Pause. Von da an dominierte Neusiedl (NÖ) die Szene und gewann Titel am laufenden Band. Die nächste Goldmedaille sah Urfahr im Jahr 2000 nach dem Gewinn des Feldtitels. In den Jahren 2001 bis 2004 stand zumindest ein Meistertitel auf der Habenseite der Urfahrer. Einen absoluten Weltrekord erspielte Urfahr in der Saison 2003/2004: Der FBC gewann innerhalb von nur 12 Monaten alle nationalen und internationalen Bewerbe (Feld-



brachte es zum Vorschein: „Weiß“ ist die Modefarbe

meister 03, Europapokalsieger 03, Weltpokalsieger 03, Halleneuropacupsieger 03, Hallenmeister 04). Dann setzte es den berühmten Strich (nicht unter), sondern durch die Rechnung. Spielverderber waren die Freistädter, die 2004 die Feldmeisterschaft für sich entschieden. Urfahr rutschte von der gebutterten Seite des Brotes. Ein Hänger, der bis ins Jahr 2006 dauerte. Es fehlte nicht viel zum Erfolg, zumal Urfahr immer wieder bis ins Finale vorstieß, dort aber das Nachsehen hatte. Grund? Seit 2003 hat sich jährlich der Kader geändert. 2004 verließen mit Dietmar Weiß, Christian Koller und Christian Leitner drei A-Nationalspieler den Klub. Sie alle übersiedelten zu unmittelbaren Konkurrenten. 2006 beendete

auch noch Teamspieler Norbert Zauner (35) seine Karriere. Für ihn kam Siegfried Simon aus

Kremsmünster in die Formation. Dieser Aderlass und die dadurch erforderlichen personellen Veränderungen waren auch für den Topklub FBC Urfahr nur schwer verdaulich. Urfahr verpflichtete in dieser Zeit jedes Jahr einen Ausländer, der allerdings nie länger als sechs Monate bleiben konnte. Die Legionäre kamen vorwiegend aus Brasilien und Argentinien.

Die große Wende kam im Herbst 2006

Mit dem Topangreifer aus Brasilien, Jean Andrioli, beendete Urfahr eine dreijährige Durststrecke, wurde Herbstmeister und österreichischer Hallenmeister. Weil aber Andriolis Visum nicht zu verlängern war, musste der Legionär zurück nach Brasilien. Pech für Urfahr, dachte die Konkurrenz. Dieser Meinung waren die Mannen um Martin Weiß und Trainer Mag. Manfred Leitner aber nicht. Man vertraute auf den eigenen Nachwuchs und auf den Unter-21-Teamspieler Bela Gschwandner. Der 19-Jährige, in der Abwehr eingesetzt, lieferte beim Feld-Finale eine sensationelle Partie und rechtfertigte das in ihn gesetzte Vertrauen. Fazit: Feldmeister 2007. Im Finale wurde Grieskirchen und Bruder Dietmar Weiß mit 3:0 regelrecht vom Platz geschossen.

Der nächste Höhepunkt 2007 sollte das Europacupfinale werden.

Gegner war wieder Grieskirchen, wieder mit Bruder Dietmar am Schlag. Ehemals

Rivalen im selben Verein, heute Gegner und jeder in einem anderen Lager. Man kannte sich zu gut, sodass der Überraschungseffekt

Martin Weiß bei einer Ballannahme. Mit diesem Ballkontakt nimmt er sich (nimmt ihn der Gegner) als Schläger aus dem Spiel und beraubt so den FBC ASKÖ Urfahr seiner stärksten Waffe. Denn die Stärken des Internationalen sind nicht die Abwehr oder das Zuspiel, sondern der Abschluss einer Aktion.

eine zu vernachlässigende Größe war. Beide kannten Stärken und Schwächen des anderen.

Martin Weiß wusste um das Potenzial seiner „Fünf“ und vertraute auf den Bonus aus dem Sieg im Meisterschaftsfinale.

Die Vorzeichen waren aber nicht gleich. Der große Unterschied: der FBC musste im Cup-Halbfinale über fünf Sätze gehen, vier Matchbälle abwehren, ehe der letzte und entscheidende Satz mit 25:23 gewonnen wurde. Das hat Substanz gekostet, aber Selbstvertrauen gebracht. Man wusste auch, man war in diesem Duell auch die glücklichere Mannschaft gewesen, habe dem Gegner trotz eines Gewitterregens getrotzt und auch Bälle gemeistert, die nicht einmal mehr aufgesprungen sind.

Spannendes Cupfinale

Das große Cup-Finale gegen Grieskirchen begann ähnlich wie das Endspiel in der Meisterschaft. Urfahr ging mit 2:0 in Führung und verwandelte in diesen zwei Sätzen die Big-Points. Im dritten Satz begann Grieskirchen den Spieß umzudrehen. Der Satzverlust löste beim FBC keine Panik aus. Ruhe war angesagt. Im vierten Satz dominierte Urfahr leicht, lag immer leicht in Führung. „Leider nicht bis zum Ende“, erinnerte sich Martin Weiß. Beim Stand von 19:16 wurden drei Matchbälle aus unerklärlichen Gründen nicht verwandelt. Grieskirchen ergriff sich den Strohalm, nutzte die Chance und machte fünf Punkte in Serie und gewann Satz vier mit 21:19. Von da an schwamm Grieskirchen auf einer Erfolgswelle, spielte Weltklassefaustball. Bei Urfahr, wo Martin Weiß der einzige Hauptangreifer war, gingen die Energiereserven zu Ende. Für Grieskirchen war nun nicht Urfahr, sondern nur mehr Martin Weiß der Hauptgegner. Und Bruder Dietmar wusste, wie man den Star in die Knie zwingen konnte: Grieskirchen konzentrierte das Angriffsspiel auf Martin Weiß und ließ ihn laufen. Der Endstand von 20:12 brachte den Grieskirchenern die erfolgreiche Titelverteidigung. Schade für die Urfahrer, für die es aber doch noch einmal schöner kommen sollte, nämlich als Team-Spieler bei der Weltmeisterschaft in Deutschland.

TCHOUKBALL

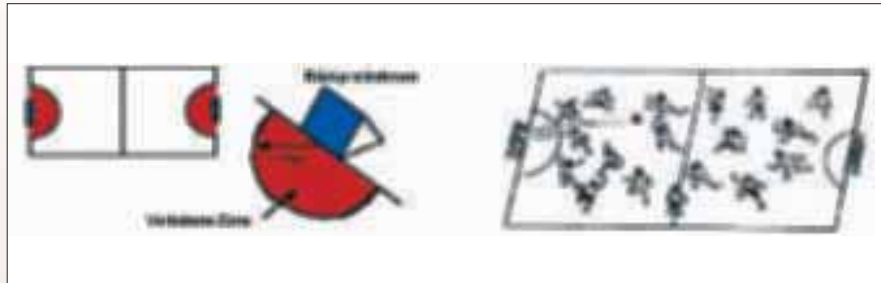
Miteinander statt gegeneinander – taktisch, intensiv, fair – intergenerativ

Wer hat's erfunden? Ein Schweizer Arzt war's!

Tchoukball wird mit einem Ball und zwei trampolinartigen „Rückprallrahmen“ (auch Netze oder Frames genannt) gespielt. Beide Mannschaften verteilen sich am selben Spielfeld. Vor den beiden Netzen besteht eine verbotene Zone, die nicht betreten werden darf. Spielen kann man überall (Wiese, Hartplatz, Halle, Strand oder Schwimmbad). Die Spielfeldabmessungen können leicht an die Spieleranzahl oder an die jeweiligen örtlichen Gegebenheiten angepasst werden.

Ziel des Spieles

Die Mannschaft in Ballbesitz (Angreifer) versucht, nach maximal drei Pässen den Ball so auf eines der beiden Netze zu werfen, dass der rückprallende Ball („REBOUND“) auf den Spielfeldboden fällt. Ist dies erfolgreich, erhält das Team einen Punkt. Die verbotene Zone gehört nicht zum Spielfeld! Das andere Team (Verteidiger) versucht den Rebound zu fangen! Wenn es ihr gelingt, darf nun das andere Team auf eines der beiden Netze werfen und ihrerseits versuchen einen Punkt zu machen. Der Rebound regelt



den Ballbesitz, nach jedem Rebound werden die Verteidiger zu Angreifern und umgekehrt.

So lange der Ball im Spiel ist, kommt es zum ständigen Wechsel der Rollenverteilung, mitunter sogar in Bruchteilen von Sekunden. Durch geschicktes Zuspiel, etwa durch Pässe über die gesamte Spielfeldlänge, kann die verteidigende Mannschaft ziemlich ins Schwitzen gebracht werden! Daher versucht die verteidigende Mannschaft so früh wie möglich zu erkennen, welcher Angriffsspieler auf das Netz werfen wird und bewegt sich dorthin, wo sie den Rebound erwartet. Doch aufgepasst, die Angreifer beobachten auch die Bewegungen der Verteidigung. Je variantenreicher das Angriffsspiel, desto schwieriger die Verteidigung.

Geschichte

Tchoukball wurde vor fast 40 Jahren vom Schweizer Arzt Dr. Brandt erfunden. Er hat sich um die Missbräuche und hohen Verletzungsrisiken im Sport Sorgen gemacht und, nach wissenschaftlicher Analyse der Ursachen, einen Weg gesucht, die interessanten Teile von Mannschaftssportarten wie Basketball, Handball, Volleyball und Pelota (man könnte es als die Urform von Squash bezeichnen) in einem neuen Spiel zu integrieren. Wesentliches Element des entstandenen Spieles ist der ungehinderte Spielaufbau. Der Gegner spielt ungehindert, du spielst ungehindert. Eine gelungene Beschreibung von Tchoukball findet sich auf www.wikipedia.de, geschrieben von Hr. Ing. Gerhard Los.



Eine weltmeisterliche Verteidigung bei der Beach-WM in Genf.



Ein Angriffssprung à la Handball bei der ASKÖ-Jugendsportwoche in Obertraun.

In Österreich

Hierzulande wird Tchoukball bereits seit den 1970er-Jahren gespielt. John Andrews, damaliger Präsident des Weltverbandes der Sporterzieher, und Heinz Recla haben an der Universität Graz mehrfach Sommerkurse veranstaltet. Eine Tchoukball-Meisterschaft gibt es hierzulande zwar noch nicht, aber es werden immer wieder Turniere veranstaltet und an internationalen Turnieren teilgenommen. Dennoch ist der Name „Tchoukball“ bisher noch recht unbekannt geblieben. 2003 wurde Tchoukball aus dem Dornröschenschlaf erweckt. Die zwei umtriebigen Tchoukball-Gruppen sind in Traiskirchen entstanden!

International – World Games 2009 mit Tchoukball

Weltmeisterschaften werden bereits seit 20 Jahren ausgetragen. Die besten Teams kommen aus der Schweiz, Großbritannien, Kanada und Taiwan. Taiwan deshalb, weil dort Tchoukball vom Sportministerium gefördert wurde und so eine starke Verbreitung gefunden hat. Dort ist Tchoukball mittlerweile die drittbekannteste Mannschaftssportart!

Brasilien steht in der Beliebtheitsskala ob der spektakulären Spielweise ganz oben und gehört zum erweiterten Favoritenkreis. Österreich ist derzeit ungefähr um Platz 10–12 anzusiedeln. Der internationale Verband erfreut sich seit dem Jahr 2000 einer stetig steigenden Mitgliedszahl. Österreich wird

wahrscheinlich noch heuer um die Mitgliedschaft ansuchen, um sich dadurch die Teilnahme an der Qualifikation für die World Games 2009, dem größten multisport-Events aller nicht-olympischen Sportarten, zu sichern.

Philosophisch – edukativ

Tchoukball ist ein berührungsloser Sport. Das eigene Spiel wird zu keiner Zeit des Spieles von der gegnerischen Mannschaft gestört! Beim Passen, beim Werfen, aber auch beim Fangen des Rebounds sind Behinderungen ausgeschlossen. Tchoukball kann aber auch mehr als nur eine Sportart sein! Tchoukball kann zu einer Lebenseinstellung oder gar Philosophie werden! Neben der sportlichen Herausforderung – Tchoukball ist sehr schnell, sehr intensiv und äußerst abwechslungsreich – werden sogar schulische Lehrplan-Ziele abgedeckt.

Respekt und Fair Play

Tchoukball verbessert auch das soziale Verhalten innerhalb einer Gruppe von Menschen und fördert im Spiel den Fair-Play-Gedanken sowie den Respekt vor dem Gegner. Kinder erlernen das Spiel oft schon nach 5 Minuten, Erwachsene brauchen mitunter etwas länger, weil sie in ihrer sportlichen Entwicklung schon sehr früh auf Aggressivität gegenüber Gegenspielern getrimmt wurden. Tchoukball kanalisiert die Aggression auf das Netz!

Verein

„RuckTchouk Traiskirchen“
www.tchoukball.at
Gründungsjahr: 2004,
Team-Slogan: COOOOOL RUNNING,
ASKÖ-Mitglied: seit 2006

Bisherige „Erfolge“

1. Genf Open 2006 (Indoor), 2. U14 Rimini 2005 (Beach), 2. U18 Tchouk4You-Austria 2007 (Indoor), 2. U15 Tchouk4You-Austria 2007 (Indoor), 3. Platz U15 Genf 2004 (Indoor), 3. U15 Genf 2005 (Beach-WM), 3. U15 Genf 2006 (Indoor), 12. Platz von 35 Teams! Rimini 2007 (Beach). Aktuell bereiten sich 5 RuckTchouk-Spieler auf die Teilnahme bei den Warm-up-Worldgames in Taiwan Ende November vor. Ein internationales Beach-Turnier in Hongkong wird daraus eine kleine Asien-Tournee machen.

Weitere Infos:

www.tchoukball.at
www.tchoukball.org
www.tchoukball.ch

norbert.ciperle@tchoukball.at
RuckTchouk Traiskirchen

FOTOS: ASKO



Ein Rebound auf dem Weg zum Touchdown beim U14-Beach-Festival in Rimini.

Senioren-Fit – Aktiv gesund ab 50



In Österreich wird der Anteil älterer Menschen über 60 an der Gesamtbevölkerung in den nächsten zwei Jahrzehnten um fast 10% zunehmen. Im Gegenzug nimmt der Anteil der Kinder, Jugendlichen und Erwerbstätigen bis 59 Jahren ab. Die Gesellschaft altert. Am Höhepunkt dieser prognostizierten Entwicklung, im Jahr 2050, wird 1/3 der Bevölkerung über 60 Jahre sein. Diese Perspektiven ziehen Themen nach sich wie die Sicherung der Pensionen, die Finanzierung des Gesundheitswesens oder die Pflegeversorgung.

Mag. Günter Schagerl – Leiter der Abteilung Fitness und Gesundheitsförderung der Bundesorganisation

Körperliche Aktivität ist als Medikament gegen vorzeitiges biologisches Altern unumstritten. Die Kernfrage ist nur, wie inaktive Zielgruppen „aktiviert“ werden können und gleichzeitig die sportlich Aktiven nicht inaktiv werden (z. B. durch Sport-schäden).

Systematische Bewegung – mäßig, aber regelmäßig – trägt zur Mobilität bei und fördert dadurch die soziale Integration älterer Menschen. Möglichst lange selbstständig und fit zu bleiben wünscht sich jeder. Individuelles Leid und Überforderungszustände könnten zum Teil vermieden werden, wenn Bewegung als fixer Bestandteil des Älterwerdens akzeptiert wäre. Jeder ist aufgerufen, die Chancen von Bewegung zu nutzen. „Körperarbeit“ ist aber relativ. Während die einen darunter noch ehrgeizigen Wettkampfsport oder das berühmte „Altherren-Kickerl“ verstehen, meinen die anderen Spaziergehen, Gartenarbeit und Stiegensteigen. Fragen über Risiken und

Nutzen sportlicher Aktivität stehen im Raum, vor allem beim älteren Menschen.

Aktiv gesund ab 50

Gesundheit als Antrieb für sportliche Aktivitäten erhält mit fortschreitendem Alter eine zunehmende Bedeutung. Für die Gestaltung seiner gesundheitsorientierten Körperkultur hier einige Gedanken. (Siehe auch Diabetes-Fit-Pyramide in meinem Buch: Diabetes-Fit. Mit Bewegung besser leben.)

● **Kommunikation**

Gemeinsam geht's leichter – im wahrsten Sinne des Wortes. Innere Trägheitsmomente lassen sich in einer Gruppe oder mit Sportpartner leichter überwinden.

● **Kraft**

Ohne Muskel keine Bewegung. Die Abnahme der Muskelmasse im Alter ist wesentlich durch die Abnahme kräftigender Muskelrei-

ze verursacht. Dosierte Kraftbeanspruchung ist daher ein wesentlicher Aspekt körperlicher Aktivität im Alter. Vor allem Einschränkungen durch den Zustand der Gelenke lassen diesen Aspekt oft zum Balanceakt werden. Auf Muskeltraining zu verzichten, wäre jedoch ein Kunstfehler.

● **Ausdauer**

Belastungsformen mit Ausdauercharakter bringen eine Vielzahl von Trainingswirkungen. Sie sind „ein wahrer Jungbrunnen“. „Herz, Hirn und Stoffwechsel“ freuen sich besonders. Dabei gilt die Formel „Jeder Schritt zählt“. Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt täglich 30 Minuten Bewegung. Die Dosierung ist so zu gestalten, dass nie Atemnot auftritt und ein Gespräch während der Aktivität möglich ist. Das grüne Licht vom Arzt ist vor allem bei Vorliegen von Risikofaktoren und/oder Erkrankungen einzuholen.

● **Beweglichkeit**

Wenn die Gelenke steif sind oder schmerzen, beginnt sich eine Spirale in Richtung Immobilität zu drehen. Es sind daher alle sportlichen Aktivitäten gelenksfreundlich zu gestalten, aber dem Aspekt der Verbesserung der Beweglichkeit ebenso wie dem Krafttraining besonderes Augenmerk zu schenken. Schnellkraftbelastungen wie z. B. bei Wettkampfspielen sind problematisch.

● **Koordination**

Verschiedene koordinative Anforderungen wie z. B. beim Tanzen trainieren die Geschicklichkeit und reduzieren die Sturzanfälligkeit.

● **Humor**

Wer lacht lebt länger. Gemeinsame sportliche Aktivitäten geben genug Anlass dazu, wenn der Übungsleiter dies vorlebt und zulässt. Die fachliche und menschliche



Gemeinsam geht's leichter. Viele Aktivitäten sind nur mit Sportfreunden möglich.

Kompetenz des Anleitenden sind entscheidend, wie wohl sich jemand in der Gruppe fühlt.

ASKÖ-Projekte-Haus

Mit „Aktiv gesund ab 50“ ist ein Leitthema des „ASKÖ-Projekte-Hauses“, unserem strategischen Entwicklungskonzept für bundesweite Bewegungsmaßnahmen, speziell der 50-Plus-Generation gewidmet. Die weiteren Leitthemen sind derzeit:

- Aktiv gesund mit Hopsi Hopper in und ausserhalb der Schule
- Jugendsport.at in und ausserhalb der

- Schule
- Aktiv gesund im Betrieb
- Aktiv gesund ab 50
- Aktiv gesund intergenerativ
- ASKÖ-InfoTour/ASKÖ-InForm – das Bildungsforum der ASKÖ

Netzwerkpartner gesucht

ASKÖ-FIT-Neu – jedem Verein seine „gesunde“ Senioren-Fit-Abteilung. Die vielfältigen Wirkungen körperlicher Aktivität in der Gruppe mit dem Ziel der Gesundheitsförderung und Prävention zu verbreiten, macht Sinn. Wer sich uns anschließen und Aktivitäten setzen möchte, als Einzelperson oder Verein, nimmt mit den jeweiligen ASKÖ-FIT für Österreich-Koordinator in den Landesverbänden Kontakt auf.

„Krafttraining“ mit dem Theraband ist einfach und motivierend.

Infos unter:

Internet:
www.gesundheitssport.at
www.fitfueroesterreich.at
 Buch:
 Günter Schagerl.
 Diabetes-Fit.
 Mit Bewegung besser leben.
 Hubert Krenn Verlag.
www.buchagentur.at



Fitness, Selbstständigkeit, Pflege

Gesundheit und Krankheit sind verbunden mit der sozialen Schicht, der man angehört. Höherer Bildungsstand, höheres Einkommen, mehr Gesundheit. Und im Alter auch mehr Geld, um Pflegeleistungen finanzieren zu können.

Nicht nur um im Alter möglichst selbstständig sein Leben gestalten zu können, sprechen jede Menge Gründe dafür, der Fitness auch im Alter eine hohe Priorität einzuräumen. Nun war bis vor kurzem – historisch gesehen – Alter mit Schock verbunden.

Krankheit und Schmerzen haben zu einem Minimum an Bewegung verleitet. Neuere (!?) Erkenntnisse der letzten fünfzig Jahre zeigen, dass gerade im Gegenteil, im Alter ein gezieltes Ausmaß an Bewegung für Selbstständigkeit und Wohlbefinden entscheidend ist.

In den höheren Bildungsschichten ist dies schon durchgedrungen. Jetzt gilt es, dieses Wissen gezielt dorthin zu transportieren, wo es noch fehlt – und was noch viel wichtiger ist – geeignete Bewegungsangebote für Senioren in der unmittelbaren Nähe des Wohnortes zur richtigen Tageszeit zu schaffen.

Dazu: Hilfe zur Selbsthilfe für zu Hause nicht vergessen! Für die soziale Integration älterer Menschen sollten in den Gemeinden nicht nur Kaffee und Kuchen bereitgestellt werden, sondern z. B. auch Wanderungen oder gezielte Senioren-Fit-Gymnastik. Sanft, kommunikativ, regelmäßig, wirksam.

Dies setzt qualifizierte Programme (Übungsleiter!) voraus und vor allem den Willen, sich dieser herausfordernden Aufgabe zu stellen.

Die ASKÖ sollte mit ihren Vereinen hier über den Tellerrand des wettkampforientierten Sportbetriebes vermehrt hinausblicken und Akzente setzen.

Jenen, die bereits aktiv sind, gebührt besondere Anerkennung und besonderer Dank. Fit – Komm mit. Gesund aktiv – Aktiv gesund.

Für einen Kontakt: E-Mail:
g.schagerl@fitfueroesterreich.at

ASKÖ-FIT-Ansprechpartner in allen Bundesländern

Burgenland: Andreas Ponc	Tel. 02682/66654	a.ponic@fitfueroesterreich.at
Kärnten: Mag. Michael Kremer	Tel. 0463/511876	m.kremer@fitfueroesterreich.at
NÖ: Guido Wallner	Tel. 02253/61877	g.wallner@fitfueroesterreich.at
OÖ: Mag. Anita Rackaseder	Tel. 0732/730344	a.rackaseder@fitfueroesterreich.at
Salzburg: Mag. Jan Häuslmann	Tel. 0662/871623	j.haeuslmann@fitfueroesterreich.at
Steiermark: Mag. Petra Höllhuemer	Tel. 0316/583354	p.hoellhuemer@fitfueroesterreich.at
Tirol: Mag. Claudia Stern	Tel. 0512/589112	c.stern@fitfueroesterreich.at
Vorarlberg: Gerald Gabl	Tel. 05574/78180	g.gabl@fitfueroesterreich.at
Wien: Ing. Klaus Dietl	Tel. 01/ 5453131	k.dietl@fitfueroesterreich.at



ASKÖ OÖ bewegt – Im wahrsten Sinne des Wortes

Dass die ASKÖ-Oberösterreich im Bereich Fitness und Gesundheitsförderung einiges zu bieten hat, ist österreichweit hinlänglich bekannt. Verdeutlicht man sich dazu die Zahlen, die diese Leistungen mit sich bringen, so zeigt sich, dass der Bedarf an qualitativ hochwertigen gesundheitsfördernden Projekten enorm und im Steigen begriffen ist.

Ein kleines Zahlenspiel aus dem Kinder- und Jugendbereich verdeutlicht eindrucksvoll, was über 70 Mitarbeiter/innen in den Bewegungsprojekten in Oberösterreich leisten.

62.000 Kinder werden „bewegt“

3.120 Bewegungsstunden wurden alleine im ersten Halbjahr 2007 durchgeführt. Das sind umgerechnet 130 Tage oder 18½ Wochen

durchgehend ASKÖ-Bewegungsangebote für Kinder und Jugendliche in Oberösterreich. Noch eindrucksvoller sind die Ergebnisse, wenn man sich die absolute Kinder- und Jugendlichenanzahl ansieht, die durch das Referat Fitness und Gesundheitsförderung erreicht wurde. 62.000 Kindergarten-, Schul- und Hortkinder sowie Kinder und Jugendliche aus dem außerschulischen Bereich (Vereine, ASKÖ-Stützpunkte) kamen in den Genuss zumindest einer Bewegungsstunde.



Damit ist ein erster wichtiger Schritt in Richtung Sensibilisierung für Bewegung und Gesundheit getan. Dass der erfreuliche Trend zu einem gesunden Lebensstil anhält, zeigen zahlreiche Gespräche und Rückmeldungen von Eltern, Lehrern oder Vereinsmitarbeiter/innen. Wichtig ist ihnen dabei, dass die Inhalte, die Umsetzung und die qualitativen Rahmenbedingungen stimmen. Und diese finden sie im Referat Fitness und Gesundheitsförderung der ASKÖ OÖ zur vollsten Zufriedenheit vor.

Kinderlachen auf der Schmelz

Das Jahresabschlussfest der Kinderbewegungsinitiative „Fit mit Koordi“ der ASKÖ Wien auf dem ASKÖ-Freizeitpark Schmelz war ein voller Erfolg.

An die tausend glückliche Kinder bevölkerten den ASKÖ Freizeitpark Schmelz beim großen, offenen Abschlussfest der ASKÖ-Wien-Initiative „Fit mit Koordi“. Diese vom Bundeskanzleramt und der Initiative Fit für Österreich unterstützte Aktion bringt unter qualifizierter Anleitung mehr Sport, mehr Abwechslung und mehr Bewegung in die Schulen.

Tolles Programm

Das abwechslungsreiche Programm bot für jeden Geschmack etwas. So konnten sich die einen bei Judo bis Lacrosse austoben, sich im Tanz, Akrobatik und in Kreativtechniken versuchen, von Klettern bis Kegeln konnten sich die Kids in neuen Sportarten unter fachkundiger Anleitung der ASKÖ-Wien-Vereine und -Trainer/innen erproben. Die Jugend rechtzeitig und nachhaltig für den Sport zu begeistern sei, so die Präsidentin der ASKÖ Wien Abg. z. NR Beate Schasching, ja eines der Grundanliegen der ASKÖ Wien, und die zahlreichen Anfragen zur Ausweitung dieses Programms zeigten das breite und steigende Interesse an diesem Angebot, worüber sie sich besonders freute.



Die Präsidentin der ASKÖ Wien Beate Schasching und Mathias Essl inmitten der Kinder beim Abschlussfest.

Dank an die Partner

Besonderer Dank gilt auch den starken Partnern der ASKÖ Wien und ihrer Vereine, den Kinderfreunden, dem Wiener Verein für Kinder und Jugendbetreuung und den Kindergärten der Stadt Wien, ohne die eine Initiative

dieser Breite nicht möglich wäre.

Alle Beteiligten waren sich einig, dass das Familiensportfest neben einem ausgelassenen Fest für die Kinder auch eine ausgezeichnete Plattform war, um miteinander Erfahrungen auszutauschen.

Schwaz in Motion mit CHECK YOUR LIMITZ!

Die Tiroler Schulsportspiele 2007 lockten zahlreiche Klassen ab der 5. Schulstufe an, die das vielfältige und abwechslungsreiche Angebot sowohl in den Wettkämpfen als auch den Rahmenbewerben begeistert nutzten.

Insgesamt 6.800 (!) teilnehmende Kinder übertrafen alle Erwartungen. Schwimmen, Basketball, Klettern oder Tanz stellten nur eine kleine Auswahl der angebotenen Wettkämpfe dar.

Auch der ASKÖ-Landesverband Tirol war mit „Check your LimitZ“ mit von der Partie. Reaktions-, Beweglichkeits-, Koordinationstest, Schlingellauf, 20 m Sprint, Medizinballweitwurf und Standweitsprung wurden von den Kindern und Jugendlichen mit Begeisterung angenommen. Die Veranstalter waren sich einig: Diese Schulsportspiele waren ein großer Schritt zu einer Wiederannäherung von Sport und Schule.



Trieben erhält Bewegungspark

Beim Sportzentrum Trieben (Stmk) soll ab Sommer 2008 eine 2500-m-Laufstrecke, ein Fun-Court und ein Walking-Parcour eröffnet werden. Der dazugehörige Spatenstich erfolgte im Beisein zahlreicher Prominenz, wie Landesrat Ing. Manfred Wegscheider, dem Präsidenten der ASKÖ-Steiermark Mag. Gerhard Widmann, LABg. Persch und dem Triebener Bürgermeister Weißbacher.

Bereits vor fast 2000 Jahren betrieben die Römer im heutigen Gemeindegebiet von Trieben die Pferdewechselstation „Surontium“, und schon damals galt der Grundsatz, dass nur in einem gesunden Körper ein gesunder Geist wohnen kann. An dieser Ansicht hat sich bis heute nichts geändert.

Und eben dieses Wohlbefinden versucht auch das Gesundheits- und Sportreferat der Stadtgemeinde Trieben engagiert zu fördern. Dafür hat sich Sportreferent GR Fritz Fleischmann hohe Ziele gesetzt, die er mit dem zukunftsweisenden, ehrgeizigen Projekt eines Bewegungsparks verwirklichen möchte. Mit dem Bewegungspark soll Bewegung im Alltag als zentrales Thema der Gesundheitsförderung zu mehr Lebensqualität und -freude für die Triebener/innen führen.

Gemeinsam mit der hiesigen Wirtschaft soll eine vielfältige Bewegungstherapie angeboten werden, die mithelfen soll, den beruflichen Alltag, die Pensionszeit und vor allem die Freizeit mit einer guten körperlichen Verfassung und geistig vital erleben zu kön-

nen. Für den Sport gilt genauso wie für die Politik das alte Sprichwort: „Wer rastet, der rostet“ und deshalb will auch GR Fritz

Fleischmann gemeinsam mit dem Land Steiermark und der ASKÖ Steiermark noch viel bewegen.



FOTOS: ASKÖ

Hopsi-Hopper-Bewegungsevent

Diese Aktivität der ASKÖ Burgenland ist die ideale Gelegenheit, Kinder von 3–10 Jahren zu mehr Bewegung zu motivieren.

Mit den verschiedenen Stationen können aber auch mehrere Generationen gemeinsam Freude und Spaß an der Bewegung finden. Das Hopsi-Hopper-Bewegungsevent ist sicherlich eine Bereicherung für jede Veranstaltung, ob Sportfest, Gemeindeveranstaltung, Schulfest oder Geburtstagsfeier. Selbstverständlich ist das Hopsi-Hopper-Bewegungsevent auch für sich eine Attraktion. Zahlreiche Stationen für Klein und Groß stehen zur Wahl.

- Mal- und Bastelstation: Hopsi-Hopper-Medaillen malen, H.H.-Sonnenschirmchen basteln, H.H.-Vorlagen anmalen – Förderung der Kreativität der Kinder und der Eindrücke zum Thema Gesundheit sowie Sport mit Hopsi Hopper.
- Hopsi-Hopper-Rolle: kindliche Bedürfnisse, wie hüpfen, wippen, reiten, werden in Spiele verpackt; Förderung des Gleichgewichtsgefühls; Bewegungser-

- fahrung und Kräftigung unter anderem der Rücken-, Gesäß- und Hüftmuskulatur
- Schwungtuch: spielerische Bewegungsformen mit dem Fallschirm zur Förderung des Sozialverhaltens
- Schminkstation
- Riesenfußball / Riesenwürfel
- Wurfstation: Zielwerfen, Zielschießen, Werfen mit alternativen Wurfgeräten (Frisbee, Indiaka)
- Jonglieren: spielerisches Erlernen verschiedener Jonglierformen mit Tüchern, Bällen, Tellern und Diabolos zur Festigung der Bewegungserfahrung
- Geschicklichkeitsstation: Stelzen, Pedalos, Laufdollys, Hopper, Balancierbrett, Turnturtle, Wippkreis
- Vier gewinnt und Riesenmikado
- Hupffigur: viel Spaß auf unserer Krake mit verschiedenen Möglichkeiten, sich zu bewegen.



Das Hopsi-Hopper-Programm der ASKÖ Burgenland hat den Kindern gut gefallen.

Fit und locker schwimmen lernen!

Gerade für Kinder gilt: Der richtige Umgang mit dem nassen Element will gelernt sein. Kinder-Schwimmkurse im Burgenland sollen den zunehmenden Badeunfällen vorgreifen.

Wasser übt auf die meisten Kinder eine große Faszination aus. Deshalb ist es enorm wichtig, von Kindesbeinen an vertraut mit dem Wasser zu sein und die ersten Schwimmtempi unter Anleitung zu erlernen. Die Gefahren beim Baden mit Kindern werden immer noch unterschätzt. Den Kin-

dern bereitet Springen vom Beckenrand oder Rutschen oft den größten Spaß. Viele vergessen jedoch, dass sie nicht oder nicht ausreichen schwimmen können, um wieder an den Beckenrand zu gelangen. Schwimmhilfen und Schwimmflügeln bieten auch nicht immer Schutz vor dem Ertrinken. Auf die Kleinen müssen die Eltern daher besonders gut aufpassen.

chen Erholungseffekten verknüpft: Schwimmen stärkt die Abwehrkräfte, verbessert die Durchblutung aller Muskeln, und Schwimmen regt den Kreislauf an, unterstützt bei der Stressbewältigung, beansprucht viele unterschiedliche Muskelpartien und hilft bei Haltungsschäden, Verspannungen und Gelenkproblemen.

Gemeinden als Vorbild

Eine Vorreiterrolle für die Sicherheit der „Kleinsten“ im Element Wasser üben in Burgenland die Gemeinden Draßburg und Baumgarten, die die kostenlose Teilnahme für alle Kinder ihrer Gemeinde ermöglichen. Auch die Gemeinde Schattendorf, Klingenbach und Siegendorf unterstützt die Aktion. Andreas Ponc Referatsleiter des Club – Aktiv Gesund Burgenland betont, dass großer Wert auf spielerisches und kindgerechtes Lernen gelegt wird. Um den individuellen Bedürfnissen und Fortschritten der Kinder Rechnung zu tragen wird nur in kleinen Gruppen trainiert.

Schwimmen – der Sport für jeden

Das Baden und Schwimmen im Familien- und Freundeskreis macht Groß und Klein viel Spaß. Es wirkt erfrischend für Körper und Seele und ist auf diese Weise mit erhebli-



FOTOS: ASKÖ, BKA

Der Vorsitzende des Club – Aktiv gesund LABg. Bgm. Christian Illedits und die Trainerin Elisabeth Ponc mit der jüngsten Teilnehmerin Lena des Schwimmkurses in Schattendorf.

Mitarbeiter/innen bleiben **aktiv gesund**

Das Projekt „Aktiv gesund im Betrieb“ im mobilen Fit-Check-Bus der ASKÖ ist im Burgenland erfolgreich angelaufen.

Mitarbeiter/innen der Lenzing Fibers GmbH in Heiligenkreuz, der Wiener Städtischen Versicherung (Geschäftsstellen in Oberwart, Oberpullendorf, Mattersburg und Eisenstadt), der Fa. BMW Kohla Strauss in Oberpullendorf, dem Ziegelhersteller Wienerberger mit dem Produktionsstandort in Rotenturm sowie vom burgenländischen Schulungszentrum in Neutal nahmen bereits an der Testung im Mobilien Fit-Check-Bus und dem Rücken-fit-Kurs teil.

Belastungsprofile erkennen

Die Ergebnisse der sportwissenschaftlichen Untersuchungen sind eine Basis, potenziell krankmachende Belastungsprofile zu erkennen und maßgeschneiderte Verbesserungen in den Betrieben anzubieten. Das fördert gleichermaßen die persönliche Gesundheit der Arbeitnehmer und auch die Leistungsfähigkeit im Betrieb.

Trainingsprogramm

Am Beginn stand für alle Kursteilnehmer/innen erstens der sportwissenschaftliche Einstiegstest der Wirbelsäule mittels „Spinal-Mouse“ (Form, Beweglichkeit) sowie Back-Check (Maximalkraft, Kraftverhältnisse) und zweitens eine manuelle Muskel-

funktionsüberprüfung (Kraft und Beweglichkeit). Erst dann wurde das dreimonatige Trainingsprogramm (Rücken-Fit) unter Anleitung eines qualifizierten Trainers des Club-Aktiv gesund durchgeführt. Evaluiert wird seit dem Start des Projektes auf zwei Ebenen: Die Sportwissenschaftler werten die objektive Testbatterie aus, die Kursteilnehmer beurteilen das Projekt subjektiv mit einem Fragebogen. Die teilnehmenden Mitarbeiter der Wiener Städtischen sind sich einig, dass das regelmäßige Training in der Gruppe mit den Kolleg/innen auf mehreren Ebenen positive Wirkung zeigt.

Projektleiter zufrieden

Andreas Ponik, Projektkoordinator des Club Aktiv gesund, freut sich, dass viele Betriebe die Möglichkeit nutzen, an diesem neuen Projekt teilzunehmen. „Der Bus, der mit Diagnoseeinrichtungen ausgestattet ist, bietet erstmals für alle teilnehmenden Firmen die Möglichkeit, die gesamte Testung und Auswertung direkt vor Ort im Betrieb vorzunehmen. Das ist für die Betriebe und deren Mitarbeiter ein großer Vorteil, da oft lange Anfahrtswege wegfallen.“ „Durch die Unterstützung der AK Burgenland und der Burgenländischen Gebietskrankenkasse wird es dem Betrieb leicht gemacht, an dem

Projekt teilzunehmen. Für den Betrieb bzw. Arbeitnehmer bleibt nur ein kleiner Restbetrag übrig, den jeder gerne für seine Gesundheit investiert“, ist Club-Aktiv-gesund-Vorsitzender Christian Illedits überzeugt, dass weitere Firmen die Möglichkeit nutzen.



Mag. Erwin Rasch testet am Back Check.



Auch Bundeskanzler und Sportminister Dr. Alfred Gusenbauer probierte am Tag des Sport den mobilen Fit Check der ASKÖ aus. Im Bild rechts (v. l. n. r.) ASKÖ-Vize-Präsident Dr. Franz Karner, ASKÖ-Sportwissenschaftlerin Birgit Riener, Dr. Alfred Gusenbauer, TT-Ass Judith Herczig und ASKÖ-Generalsekretär Michael Maurer mit seinem Sohn Phillip.

Gesundheitsfördernde Projekte

Im ASKÖ-Landesverband Salzburg werden ab 2008 erneut in Kooperation mit dem Fonds Gesundes Österreich und Fit für Österreich zwei umfangreiche Projekte durchgeführt. Stress-Fit ist ein betriebliches Gesundheitsförderungsprojekt zum besseren Umgang mit Stress, während beim Projekt Fit fürs Leben ältere Personen mit oder ohne chronischen Erkrankungen die Zielgruppe sind.

Projekte mit Unterstützung des Fonds Gesundes Österreich durchzuführen, stellt für jede/n Projektleiter/in eine besondere Herausforderung dar. In der Regel ist hier mit einer intensiven Vorbereitungszeit von mindestens 6 Monaten zu rechnen. Komplexe Förderungs- und Abrechnungsvorschriften trennen bei den eingereichten Projekten schnell die Spreu vom Weizen. Dennoch war die ASKÖ Salzburg in den vergangenen Jahren bereits sehr erfolgreich bei der Einreichung und Durchführung von Projekten mit dem Fonds Gesundes Österreich. So konnten bislang drei Projekte mit unterschiedlichen Aufgabenstellungen erfolgreich abgewickelt werden. Ende des Jahres beginnen im ASKÖ-Landesverband Salzburg nun zwei weitere Projekte, unterstützt vom Fonds Gesundes Österreich und co-finanziert durch Fit für Österreich: Stress-Fit und Fit fürs Leben. Körperliche, psychische und soziale Fak-

toren in der täglichen Arbeit können zu Stress führen. Im Sinne einer ganzheitlichen betrieblichen Gesundheitsförderung werden daher in Gesundheitszirkeln von Mitarbeiter/innen Maßnahmen zur Verbesserung erarbeitet und ausgewählte Personen zu „Stress-Fit Experten“ ausgebildet. Damit soll auch eine selbstständige Weiterführung nach Projektende gewährleistet sein. Bewegung soll dabei als selbstverständlicher Bestandteil des Arbeitsalltags etabliert werden. So selbstverständlich wie gesunde (ergonomische) Arbeitsplätze, gesunde Ernährung oder gesunde (respektvolle) Kommunikation“, erklärt **Stress-Fit Projektleiterin Mag. Diana Krimbacher** (siehe Bild). Die Sportwissenschaftlerin der ASKÖ Salzburg wird dabei mit unterschiedlichen Unternehmen im Bundesland Salzburg zusammenarbeiten. Ihre Kollegin MMag. Marlies Malzer steht hinter dem Pro-

jekt Fit fürs Leben: „Hier geht es vor allem um fitnessorientierte Gesundheitsförderung für ältere Menschen unter besonderer Berücksichtigung chronischer Erkrankungen. Damit sollen die zweite Lebenshälfte und das Pensionsalter fit, gesund und eingebettet in einem aktiven sozialen Netz erlebt werden. Die nachhaltigen Angebote für ältere Menschen mit oder ohne chronische Erkrankungen reichen von Arbeitsgruppen in den Gemeinden über Bewegungsprogramme bis hin zu Gesundheitsvorträgen, -festen und -tagen. Unser Ziel ist es, auch Angehörige und die gesamte Gemeinde in das Projekt zu integrieren.“ Die Sportwissenschaftler/innen haben sich also ehrgeizige Ziele für die kommenden Jahre gesteckt. Wer die Mitarbeiter/innen der ASKÖ Salzburg aber kennt, wird auch wissen, dass es dabei sicher nicht bei den letzten Projekten im Bereich der Gesundheitsförderung bleiben wird.



Sportverletzung?

KETOSPRAY

bleibt Sieger!

Neu!

In Ihrer Apotheke!

Bei stumpfen Verletzungen wie Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen, Brüche, Muskelverspannungen, Nackensteife, Hexenschuss ...

Nordic-Fit – eine Chance für Vereine

Nordic-Fit ist ein Projekt zur Vernetzungsarbeit für Vereine im Nordic-Fitness-Sports-Bereich unter Einbindung vorhandener Nordic-Fitness-Strecken/Parks. Denn Vereine, die den Zug in Richtung Gesundheitssportangebote rechtzeitig erwischen, können ihr Vereinsleben ganz wesentlich beleben und so ihr zukünftiges Bestehen sichern.



Das Nordic-Fit-Projekt bietet Vereinen eine große Chance, das Vereinsleben zu stärken.

Viele Vereine kämpfen heutzutage ums Überleben. Veraltete Funktionsstrukturen, abnehmende Bereitschaft zu ehrenamtlicher Arbeit und die Fluktuation der Jugend spielen dabei eine entscheidende Rolle. Das Projekt Nordic-Fit soll diesen Trends entgegenwirken und die beteiligten Vereine für dieses Vorhaben „empowern“. Durch zusätzliche Gesundheitssportangebote können Vereinsausstiege verhindert und neue Vereinsmitglieder gewonnen werden.

Vernetzung der Vereine

„Ausgehend vom teilnehmenden Verein soll mit diesem Projekt in den Gemeinden ein umfassendes Netzwerk geschaffen werden. In vielen Salzburger Gemeinden wurden in den letzten Jahren Nordic-Fitness-Strecken angelegt. Es zeigt sich jedoch, dass die Nachhaltigkeit der Nordic-Fitness-Parks oft unbefriedigend ist, da die Strecken wenig genutzt werden. Durch die Vernetzung der Vereine mit Tourismusverbänden, Betrieben und Schulen usw. kann aber auch die Nutzung der Nordic-Fitness-Parks wieder verbessert werden“, so Mag. Raimund Niedereder von der ASKÖ Salzburg. Gemeinsam mit seiner Kollegin Mag. Diana Krimbacher leitet er das ehrgeizige Projekt in den nächs-

ten beiden Jahren. Die beiden sind als Nordic-Walking-Mastertrainer/innen der ANWA wahre Experten auf dem Gebiet der Nordic-Fitness-Sportarten.

Impuls für Tourismus, Betriebe und Schulen

Die Möglichkeit, Nordic-Fitness-Sportarten auszuüben, soll nach ihrer Ansicht vor allem den Sommertourismus anregen. Diana Krimbacher: „Darüber hinaus haben die teilnehmenden Betriebe auch eine Möglichkeit, in die betriebliche Gesundheitsförderung hineinzuschnuppern. Dieser Bereich und der Wirtschaftsfaktor „gesunde Mitarbeiter“ gewinnen immer mehr an Stellenwert. Genauso kann das Angebot von Nordic-Fitness-Sportarten für Schulklassen ein Anstoß sein, gelegentlich den Bewegungsunterricht aus den Turnhallen in die freie Natur zu verlegen.“

Chance für die Vereine

Im Mittelpunkt des Projekts der ASKÖ Salzburg soll also die Stärkung der lokalen Vereine im Bereich des Breiten- und Gesundheitssports liegen. Für diese bietet sich die Möglichkeit, in der Gemeinde ein

erfolgreiches Netzwerk mit Betrieben, Schulen und Institutionen aufzubauen. Damit wird das Vereinsleben gestärkt und das Sportangebot in der Gemeinde bereichert. Für ehrenamtliche Trainer sind die angebotenen Ausbildungen außerdem Anreiz, sich durch das Projekt fortzubilden und schließlich für ihre künftige Trainertätigkeit entlohnt zu werden. Unterstützt wird das Pilotprojekt für die folgenden 2 Jahre durch Fit für Österreich und das Land Salzburg.

Interessierte Vereine wenden sich bitte an:

Mag. Raimund Niedereder

Tel.: +43-662-871623-13

Fax: +43-662-871623-4

Mob.: +43-676-6203020

E-Mail: niedereder@askoe-salzburg.at

<http://www.askoe-salzburg.at>

Mag. Krimbacher Diana

Tel.: +43-662-833179-18

Fax: +43-662-833179-20

Mob.: +43-676-6203019

E-Mail: cag-pinzgau@askoe-salzburg.at

<http://www.askoe-salzburg.at>

Erfolgreiche 5. ASKÖ-Jugendkonferenz

Über 35 Teilnehmer/innen nahmen an der 5. ASKÖ-Jugendkonferenz in Vösendorf teil

Der Startschuss für die ASKÖ-Jugendkonferenzen fiel im Jahr 2003. Die bisherigen vier Konferenzen wurden in Wien und Vösendorf ausgetragen. Information und Kommunikation stand dabei im Mittelpunkt. Die heurige Veranstaltung unterschied sich von den vorherigen Jugendkonferenzen dadurch, dass mehr Jugendliche im Alter von 17 bis 30 Jahren teilnahmen. Besonders interessant war auch, dass 21 (!) verschiedene Sportarten (Bundesreferate) vertreten waren. Seitens des ASKÖ-Präsidiums wohnten Ing. Peter Putzgruber und Mag. Harald Bauer dieser Veranstaltung bei.

ASKÖ-Infoblock und sportwissenschaftlicher Beitrag

Zu Beginn stellte ASKÖ-Jugendreferent Mag. Helmut Baudis die ASKÖ und ihre wichtigsten Sport- und Jugendaktivitäten vor. Im Anschluss daran referierte Dr. Reinhard Guschelbauer, vom Institut für Sportwissenschaften der Universität Wien, über den aktuellen Gesundheits- und Fitnesszustand der Jugendlichen in Österreich. Zahlreiche Daten und Statistiken unterstrichen die Tatsache, dass die heutigen Jugendlichen einerseits Probleme mit dem Körpergewicht und andererseits immer mehr motorische Defizite aufweisen. Erste Ergebnisse aus der laufenden Analyse der erfassten Check your LimitZ-Daten zeigen,



dass Jugendliche, die in Sportvereinen aktiv sind, in nahezu allen Bereichen signifikant besser als jene Jugendlichen sind, die sich nicht in Sportvereinen betätigen. Eine umfassendere Auswertung der 42.700 bisher erfassten Daten läuft gerade und soll in den nächsten Monaten veröffentlicht werden.

jugendsport.at NEU

Die ASKÖ-Jugendwebpage, welche seit Sommer 2004 online ist, wird in den nächsten Wochen überarbeitet werden. Gemeinsam mit den Teilnehmer/innen wurde aus drei Vorschlägen das neue Layout gewählt.

Ursula Stahl (Eiskunstsport) und Daniel Dallinger (American Football) erläutern die Ergebnisse ihres Workshops „Jugendvertreter/innen in den ASKÖ-Bundesreferaten“.

Anschließend konnten die Jugendlichen ihre Verbesserungsvorschläge und Wünsche einbringen. Zahlreiche neue Ideen warten jetzt bereits darauf, in der neuen Version von jugendsport.at verwirklicht zu werden.

Jugend-Multiplikatoren

Der Abschluss des ersten Tages war dann der Frage gewidmet, wie man Jugendliche als Jugend-Kontaktpersonen (= Multiplikatoren) in den Vereinen, als Jugendvertreter in den Bundesreferaten bzw. in den Landesverbänden gewinnen kann.

Die Aufgaben und Voraussetzungen dieser Personen bzw. der ASKÖ in diesem Zusammenhang wurden ebenso diskutiert wie Verbesserungsmöglichkeiten im Bereich der Kommunikation.

„Networking und Beziehungsmanagement“

Der zweite Tag der 5. ASKÖ-Jugendkonferenz stand ganz im Zeichen dieses Fortbildungsmoduls. Petra Florentine Fauster von der Erfolgsakademie ff leitete diese interaktive Session. Der interessante Vortrag wurde durch Workshops und Rollenspiele lebendig gestaltet, was bei den Jugendlichen sehr gut ankam.



V. I. n. r. Michael Scheickl (Rodeln), Benjamin Breiling (Badminton) und Jennifer Gibley (Reiten) beschäftigten sich mit spannenden Fragestellungen und erarbeiteten interessante Ergebnisse.

Die ASKÖ trauert um Franz Pomper †



Der Ehrenpräsident und langjährige Präsident der ASKÖ Burgenland BR a. D. Franz Pomper ist nach schwerer Krankheit im 77. Lebensjahr verstorben.

Franz Pomper war seit seiner frühesten Jugend mit dem Sport eng verbunden und schon bald nach dem Krieg einer der ersten Funktionäre des Arbeitersports, die maßgeblich am Wiederaufbau des ASKÖ-Landesverbandes Burgenland beteiligt worden. Seit 1959 war er im Landespräsidium vertreten. Zuerst als Mitglied der Kontrolle, ab 1964 als Vizepräsident, von 1986 bis 1997 als Präsident und bis zuletzt Ehrenpräsident der ASKÖ Burgenland. Besonders hervorzuheben ist das unter seiner Präsidentschaft angekaufte Haus in der Eisenstädter Ruster Straße 8, in dem das ASKÖ-Landessekretariat untergebracht ist und als Servicecenter den Vereinen zur Verfügung steht. Bei der ASKÖ-Bundesorganisation war Pomper seit 1970 Obmann der Kontrolle, damit Mitglied des Präsidiums sowie von 1986 bis 1997 Vizepräsident und vertrat die ASKÖ Burgenland im burgenländischen Sportbeirat. Im burgenländischen Fußballverband war Franz Pomper seit 1962 im Straf- und Meldeausschuss tätig. Er war von 1974 bis 1988 auch Obmann und von 1988 bis 1997 Vizepräsident beim BFV. In seiner Heimatgemeinde Rotenturm lange Jahre Bürgermeister, gründete er den Fußballverein, bei dem er als aktiver Spieler und Funktionär seit 1953 wirkte. Auch der Bau der Tennisanlage ging auf seine Initiative zurück. Der gesamte ASKÖ ist ihm zu großen Dank verpflichtet und Franz Pomper stets ein ehrendes Andenken bewahren.

KENNEN SIE ?

Michael Hager



Er ist der Vater des Welser PSV-Preva-Modells. Der Obmann des Welser Polzeisportvereins (13 Sektionen, 1.400 Mitglieder) gründete vor sechs Jahren das PSV-Preva-Nachwuchslaufteam für die Mittelstrecke.

Die Idee, mit der Jugend zu arbeiten, reifte im beruflichen Umfeld des Kriminalbeamten, der schon zu viele Opfer von der schiefen Bahn auflesen musste. Bevor Hager (Foto) mit seinem Vorhaben im Jahr 2001 in die Öffentlichkeit ging, um den Nachwuchs in Schulen und Vereinen anzusprechen, schaffte er die notwendigen Strukturen. Den Talenten sollte bestmögliche Unterstützung aus allen Teilbereichen des Sports (Sportwissenschaft, Sportmedizin, Lizenz-Trainer und Weltklasse-Athleten) geboten werden. Das Konzept steht auf drei Schienen: Organisation, Finanzen und Talente. Bevor noch das erste Talent seine Laufschuhe beim PSV verschleifen konnte, hatte Hager dem Nachwuchs ein perfektes Nest aufbereitet. Die Stadt Wels, die LSO und die ASKÖ OÖ und viele Sponsoren standen hinter dem Modell. Mit von der Partie war Österreichs Medaillengewinnerin auf der Mittelstrecke, Theresia Kiesel. Maria Mutoła, die Einzigartige, überraschte vor drei Jahren die LäuferInnen, als sie Wels besuchte und als Trainingspartnerin fungierte. Zum Auftakt fanden sich 20 bis 30 Laufbegeisterte ein, heute sind dies 60 bis 70. Die Ausbildung durchlaufen haben bisher gut 200 Kinder. Im Einsatz sind fünf ausgebildete Trainer. Die gesetzten Ziele wurden bei weitem erreicht: Die 4x400-m-Staffel wurde Staats- und Landesmeister. Nur mit eigenen Kräften. Nun will sich Preva in der österreichischen LA-Szene nachhaltig etablieren. Über einen entwickelten Rohdiamanten ist bereits zu berichten: Yvonna Dadič, 14 Jahre jung und 1,80 groß. Eine Mehrkämpferin, von der man noch hören wird. Die Trainerin der Kroatin: Sigrid Kirchmann, die ehemalige Hochspringerin.

FOTOS: ASKÖ



**Ermäßigung für ASKÖ-Mitglieder:
6,50 Euro statt 8 Euro**

Moderner Sportstättenbau



Veränderungen im Sport- und Freizeitverhalten der Bevölkerung verlangen nach einer Neuausrichtung für den Sportstättenbau. Dies gilt besonders für die bislang geltenden Standards im kleinen und mittleren Maßstab. Hier ist es außerordentlich wichtig, mit allen erdenklichen Mitteln für die Bevölkerung Orte des Wohlfühlens zu schaffen. Das erhöht den Anreiz, mit aktiver Bewegung zum eigenen Wohlbefinden beizutragen. Nur das sprichwörtliche Dach über dem Kopf allein wird in Zukunft bei der Errichtung von Sportanlagen weder zweckmäßig noch wirtschaftlich erfolgreich sein.

DI Stefan Krauss

Architektonische Grundregeln

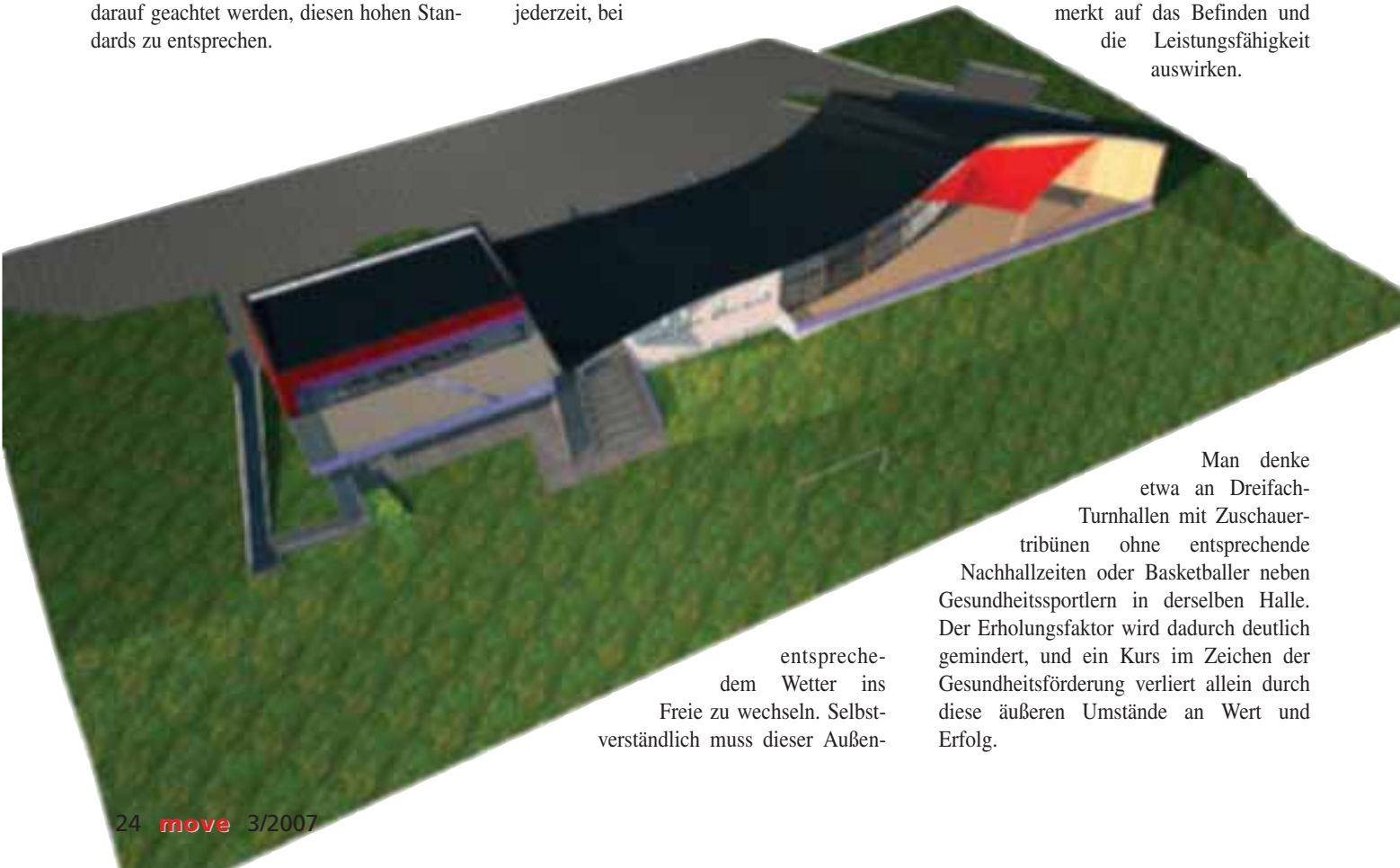
Energieeffizient zu planen und zu bauen sollte heutzutage ohnehin selbstverständlich sein. Entsprechende Wärmedämmung bis hin zur idealen Auswahl der Wärmeerzeugung mit Augenmerk auf umweltbewusste Ausrichtung dienen dazu, den ökologischen Fußabdruck eines Gebäudes so klein als möglich werden zu lassen. So wie zeitgemäße Bewegungsangebote auf den Einklang mit Natur und Umwelt zielen, muss auch bereits bei der Planung und beim Bau einer neuen Sportanlage sowie beim Betrieb darauf geachtet werden, diesen hohen Standards zu entsprechen.

Ambiente zum Wohlfühlen

Ein weiteres Hauptaugenmerk sollte auf eine natürliche Belichtung auf bevorzugt ebenerdigem Niveau gelegt werden. Großflächige Verglasungen und damit eine bewusste räumliche Verbindung zwischen Außenraum und Innenbereich sollten Standard werden. Eine im Boden versenkte Sporthalle lässt bestenfalls einen Blick in den Himmel zu, eine ausgeprägte Kommunikation zwischen baulicher Struktur und gestaltetem Freiraum wird aber verhindert. Eine Halle auf Erdniveau ermöglicht es jederzeit, bei

bereich auch gestalterisch ins Konzept miteinbezogen werden und auch dazu einladen, geeignete Bewegung an der frischen Luft zu machen. Soweit es möglich ist und Freiflächen vorhanden sind, kann es daher nur das Ziel sein, diesem hohen Anspruch gerecht zu werden und Kurse anzubieten, wie sie oft in Yoga- oder Pilatesvideos an verschiedenen Traumplätzen dieser Welt gezeigt werden.

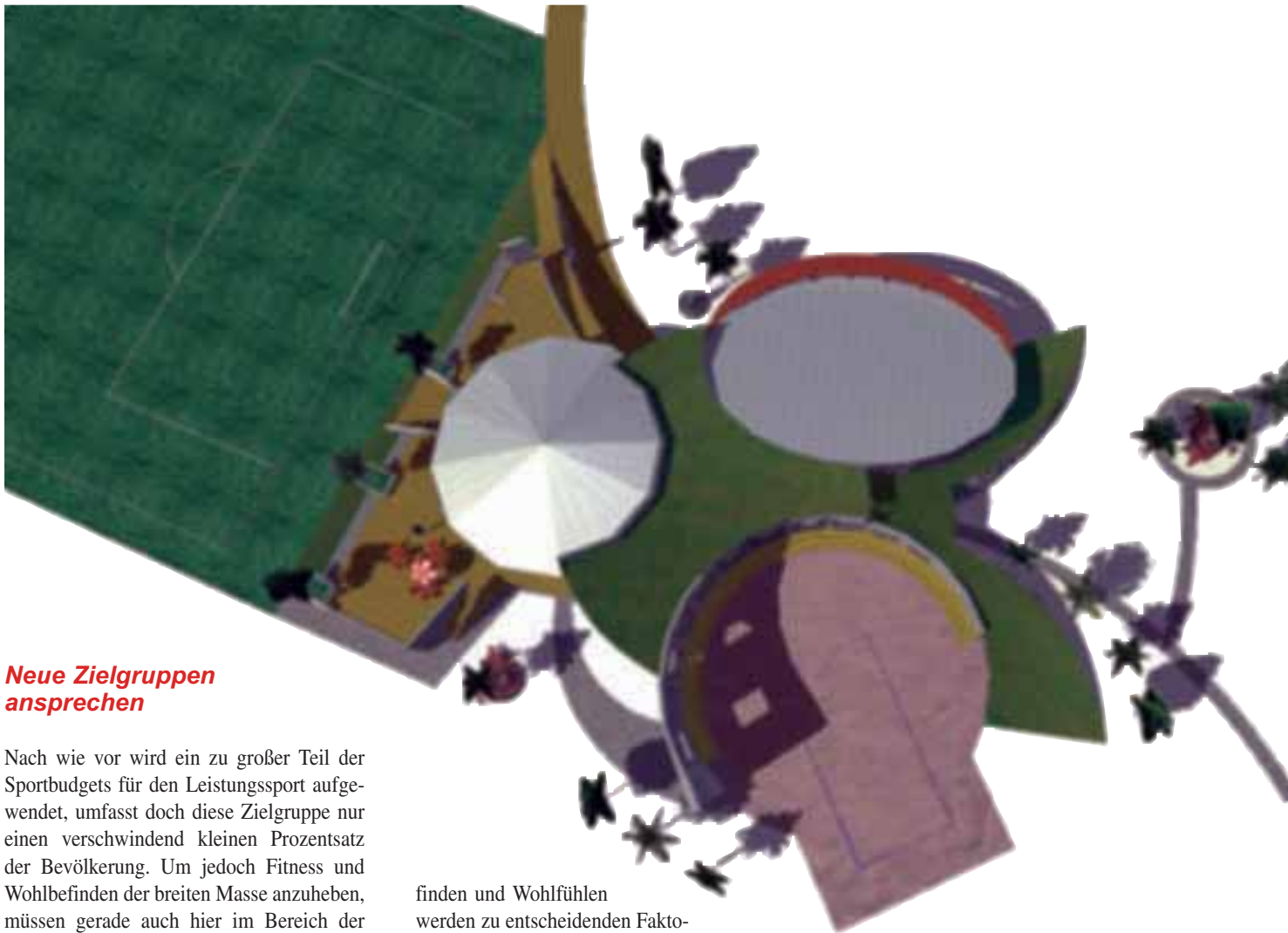
Ebenso wichtig ist eine gut funktionierende Akustik. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass sich auditive Wahrnehmungsstörungen durch Hintergrundgeräusche unmerklich auf das Befinden und die Leistungsfähigkeit auswirken.



entsprechendem Wetter ins Freie zu wechseln. Selbstverständlich muss dieser Außen-

Man denke etwa an Dreifach-Turnhallen mit Zuschauertribünen ohne entsprechende Nachhallzeiten oder Basketballer neben Gesundheitssportlern in derselben Halle. Der Erholungsfaktor wird dadurch deutlich gemindert, und ein Kurs im Zeichen der Gesundheitsförderung verliert allein durch diese äußeren Umstände an Wert und Erfolg.

– Bewegungsräume



Neue Zielgruppen ansprechen

Nach wie vor wird ein zu großer Teil der Sportbudgets für den Leistungssport aufgewendet, umfasst doch diese Zielgruppe nur einen verschwindend kleinen Prozentsatz der Bevölkerung. Um jedoch Fitness und Wohlbefinden der breiten Masse anzuheben, müssen gerade auch hier im Bereich der Infrastruktur Investitionen getätigt werden. Die Zielgruppen der Zukunft sind vor allem Kinder, Frauen und ältere Menschen, die zeitlich flexibel sind und sich nicht an hochfrequentierte Kurszeiten am Abend binden müssen. Für diese Gruppen besteht eine erhöhte Nachfrage nach Sportanlagen mit Wohlfühlfaktor, die zu jeder Tageszeit für eine breite Bevölkerungsschicht zugänglich sein sollen. Dies erfordert eine Infrastruktur, die es Menschen in unmittelbarer Nähe zu ihrem Wohnort ermöglicht, das Bewegungsangebot von Vereinen und/oder deren Dachverband zu nutzen. Ein dichtes Netz an kleineren bzw. mittelgroßen Bewegungsräumen kann so dazu beitragen, die Bereitschaft, sich sportlich zu betätigen, weiter anzuheben.

Vielen Menschen geht es nicht mehr nur um die Bewegung an sich, sondern vielmehr wird ein Gesamterlebnis erwartet. Wohlbe-

finden und Wohlfühlen werden zu entscheidenden Faktoren bei der individuellen Auswahl eines Bewegungsangebotes.

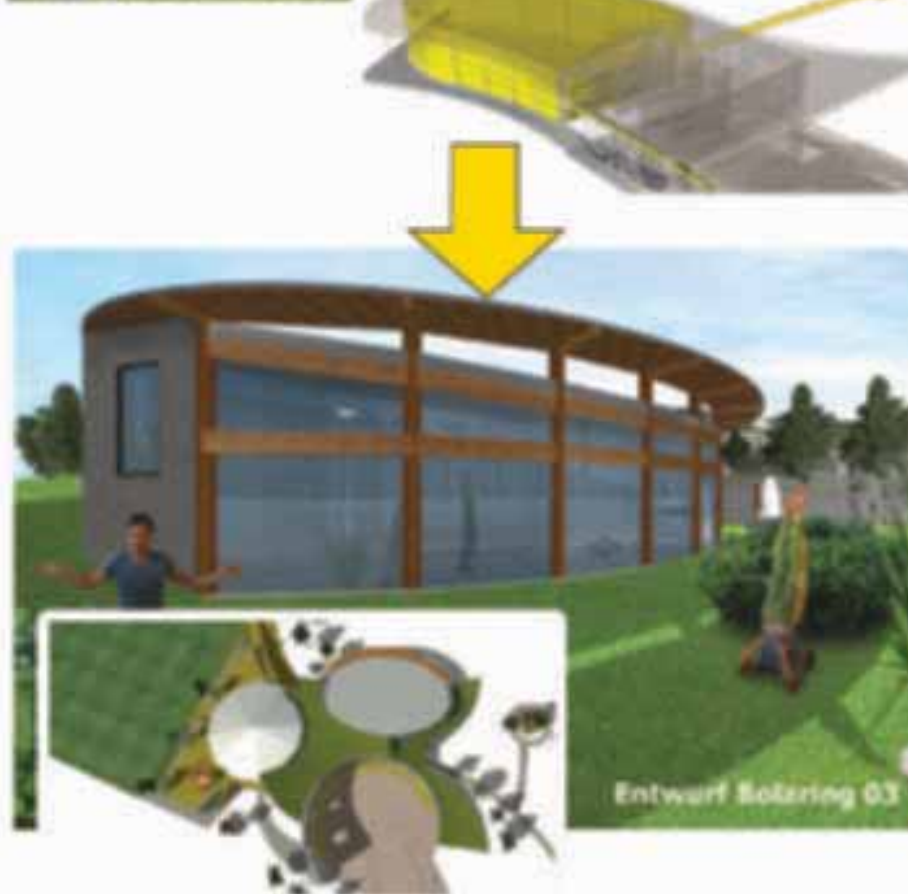
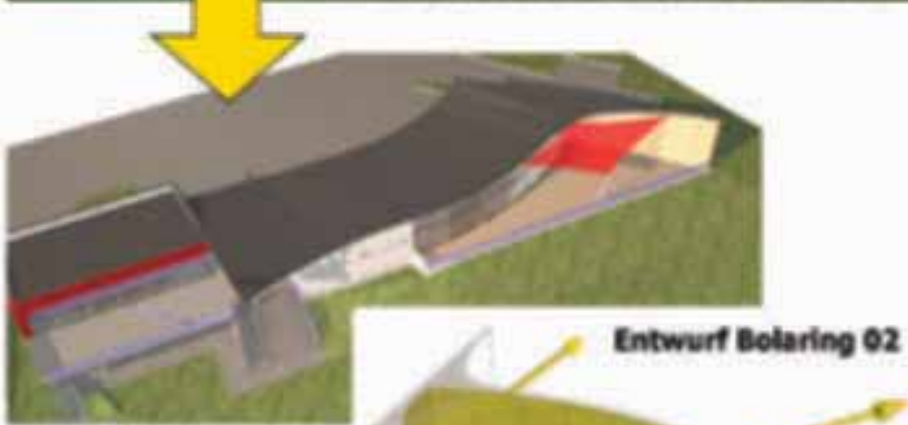
Traditionelle Schulturnhallen nicht mehr am Puls der Zeit

Es kann daher nicht mehr Standard sein, diese angesprochenen Bevölkerungsgruppen in Schulturnhallen unterzubringen. Diese sind oftmals als Mehrfachhallen ausgeführt, und es kann eben passieren, dass man sich bei einem etwaigen Yogakurs mit dem ansässigen Basketballverein die Halle teilen muss. Darüber hinaus wurden in den letzten Jahrzehnten viele multifunktionale Ballsporträumlichkeiten ins Kellergeschoß verbannt, oftmals nur mit mangelhafter natürlicher Beleuchtung und Akustik. Aufkommendes Wohlbefinden wird man hier nur sehr schwer finden. Zukunftsweisend ist es viel mehr, Bewegung zu einem ganzheitlichen Erlebnis werden zu lassen.

Bedürfnissen des Gesundheitssports gerecht werden

Durch das Umdenken in Richtung Gesundheitssport muss bei Neuplanungen der Mut vorhanden sein, auch Räume zu schaffen, in denen kein Ball ein Tor findet. Zu groß ist diese Gruppe an Bewegungssuchenden, als dass man sich ihnen verschließen und über sie hinwegsehen könnte. Der Hunger nach Bewegung, Gesundheit und Wohlbefinden in einer Welt mit stetig wachsender Hektik, Lärm und Leistungsdruck muss gestillt werden. Kleine und mittlere Vereine, die auf den traditionellen Trainings- und Wettkampfbetrieb ausgerichtet sind, würden gut daran tun, sich auf den Ausbau ihres Freizeit- und Gesundheitssportangebotes zu konzentrieren. Damit wäre auch eine Hebung der Mitgliederzahlen und Belebung des Vereinsle-

FOTOS: ASKO



bens möglich. Durch einen neuartigen, modernen Multifunktionalismus mit Ausrichtung auf Bewegungs- und Gesundheits-sportarten, von Bewegungsparks für Kinder bis hin zu Seminaren und Veranstaltungen, ermöglicht ein zeitgemäßer Raum ausreichend Wandlungsfähigkeit und Wachstumspotenzial, fernab von den Anforderungen herkömmlicher Ballsportarten.

Der moderne „Bewegungsraum“ – Gestaltungshilfen und Beispiele

Entfernt man sich von dem Gedanken, in einer Halle Ballsportarten unterbringen zu müssen, so endet klarerweise auch der Druck, eine rechteckige bauliche Struktur zu errichten. Die Ecken werden aufgelöst, worauf mehr räumliche Energie in Bewegung kommt und zu fließen beginnt. Der Raum wird energetisch aufgewertet. Bei der Planung moderner Bewegungsräume kann frei gedacht und entworfen werden, fernab jeder zwingenden Sportflächenbegrenzung und eines jeden Sicherheitsabstandes. Neben den herkömmlichen kommen auch noch andere Gestaltungsansätze zum Zug. Von der optimalen Ausrichtung nach den Himmelsrichtungen, über exakte Dimensionen nach detailliert erstelltem Raumprogramm, bis hin zu den Ansätzen von bewährten, teils jahrhundertealten fernöstlichen Gestaltungshilfen und Denkweisen. Damit wird bereits im Entwurfsprozess ein Augenmerk auf die energetische Wirkung der Anlage gelegt. Dies dient später neben der körperlichen Ertüchtigung der inneren Gesundheit auch der emotionalen und geistigen Entwicklung.

Asien als Vorbild für raumenergetische Maßnahmen

Eine Reihe von traditionellen Sportarten in Japan und anderen Teilen Asiens zielt entweder auf die geistige Vervollkommnung oder auf den reinen Kampfwert ab. Lässt man den Kampfwert beiseite und konzentriert sich auf die geistige Vervollkommnung, so wird klar, dass dies im Rahmen von innerer Ruhe, Zufriedenheit und Wohlbefinden geschehen muss. Es kommt auf das Gefühl an einem Ort an, es muss auf allen Linien stimmig mit dem Weg sein, auf den man sich begibt. Dieser Weg spiegelt sich beispielsweise in der letzten Silbe -dô im Namen einer Reihe an japanischen/chinesischen Sportarten wider (dô – der Weg: Aikido, Judo...).

Budokan Wels – Kampfsportzentrum ist Heimat der Weltklasse und der breiten Masse

Vor genau zehn Jahren begann Mag. Ewald Roth, zwölfjähriger Karate-Staatsmeister, Weltmeister, Europameister und nunmehriger Landes- und Bundestrainer, sich mit dem Bau eines Leistungszentrums für Karate zu beschäftigen. Geworden ist daraus viel, viel mehr.

Seit Mai 2006 steht in Wels ein Zentrum für fernöstliche Kampfkünste, das seinesgleichen sucht. Es ist zur Heimat der Weltklassesportler Sabrina Filzmoser (Judo) und Ursula Inzinger geworden. Das Budokan trug aber auch maßgeblich zu einem Kampfsport-Boom in der Messestadt bei.

Dojo

Derzeit sind acht Sportarten (Karate, Judo, Taekwondo, Ninjutsu, Ving Tsun Kung Fu, Juitsu, Aikido und Iaido) vertreten. Traditionell werden die fernöstlichen Kampfkünste in einem „Dojo“ praktiziert. Das „Dojo“ ist in der Tradition des Budo eine Stätte der Selbstfindung und Meditation, ein geehrter Ort des Lernens, der Brüderlichkeit, der Freundschaft und des gegenseitigen Respekts. Ein in diesem Sinne errichtetes und gestaltetes „Dojo“ gab es bislang in Österreich nicht, und damit ist das Budokan Wels eine einzigartige Einrichtung mit einer weit über das Bundesland Oberösterreich hinausgehenden Bedeutung geworden.

Das Projekt nahm konkrete Formen an

Zurück zu Roths Verwirklichung der Idee: Angeregt und maßgeblich unterstützt durch den damaligen Landeshauptmann-Stellvertreter Fritz Hochmair nahm Roths Projekt rasch konkretere Formen an. Die Wiener Architekten Mag. Jörg und Miyako Nairz entwarfen 1999 eine Studie, die als Ausgangspunkt für die weitere Entwicklung diente. Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer war von der Idee sehr angetan und sagte zu, nach Möglichkeiten für eine Finanzierung zu suchen.

Im Lauf des Jahres 2001 wurde ein Modell für den Standort Schwanenstadt entwickelt. Wegen diverser Probleme im Zusammenhang mit der Betriebsführung und der Raumordnung präsentierte Mag. Roth das Projekt im März 2002 dem Finanz- und Sportstadtrat der Stadt Wels, Hermann Wimmer, der sofort die besondere Bedeutung des Vorhabens erkannte. Am 3. April 2003 wurde in einem Gespräch mit Landes-



hauptmann Dr. Josef Pühringer und einer Delegation der Stadt Wels unter der Leitung von Bürgermeister Dr. Peter Koits ein Finanzierungsmodell verabschiedet, das eine Aufteilung der Baukosten zwischen der Stadt Wels und dem Land Oberösterreich im Ausmaß von je 50% vorsah.

Eröffnung 2006

Der Spatenstich erfolgte am 1. Dezember 2004, im Mai 2005 wurde mit den Bauarbeiten begonnen. Ein Jahr später wurde das Budokan feierlich eröffnet. Es war eine feucht-fröhliche Zeremonie. Denn bei der Eröffnungsfeier wurde Bürgermeister Peter Koits eine kräftige Schnaps-Dusche verabreicht. Trocken blieb dagegen Sportreferent Hermann Wimmer, der den hochprozentig gefüllten Sake-Behälter angeschlagen hatte. „Von einem großen Tag für den Sport“, sprach Josef Pühringer. „Nach zwölf Jahren Landeshauptmann habe ich nicht geglaubt, dass ich etwas eröffnen werde, das ich noch nie eröffnet habe – ein Budokan“, sagte Pühringer, der auch die großen Leistungen der Weltklasseathletinnen Sabrina Filzmoser und Ursula Inzinger herausstrich.

Gerechtfertigt war für den Landeshauptmann die Investition auch aus anderen Gründen: „Das Budokan wird dreifach genutzt werden – als Trainings-, Wettkampf- und Fortbildungsstätte.“

Nutzungsmöglichkeiten

Tatsächlich besticht das Budokan durch die vielfältigen Nutzungsmöglichkeiten. Durch zwei Trennvorhänge ist es im Trainingsbetrieb möglich, bis zu drei Trainingsgruppen parallel zu führen.

Wegen der Zuschauertribüne, einem Platz für Fernsehkameras, die entsprechende Beleuchtung und Beschallung und diverser anderen Maßnahmen avancierte das Budokan rasch zu einer äußerst beliebten Wettkampfstätte. Durch die beiden Seminarräume ergeben sich weitere Nutzungsmöglichkeiten für die Schulungs- und Ausbildungstätigkeit der lokalen Vereine sowie der Fach- und Dachverbände, für gymnastische und bewegungstherapeutische Aktivitäten bis hin zu nicht sportbezogenen Seminarveranstaltungen. Außerdem bieten die Räumlichkeiten im 1. Stock genügend Möglichkeiten für eine leistungsdiagnostische Betreuung.

FOTOS: ASKO

10 Jahre Plattform **Frauen im Sport**

10 Jahre offenes Netzwerk, 10 Jahre Frauenförderung, 10 Jahre Gleichbehandlungsbemühungen, 10 Jahre Anlaufstelle, 10 Jahre Erfahrungs- und Meinungsaustausch, 10 Jahre Mitgestaltung, 10 Jahre Aufklärungsarbeit, 10 Jahre Networking, 10 Jahre Diskussion und Auseinandersetzung... – seit 10 Jahren für Frauen im Sport da: Die Plattform feiert Geburtstag.

Das Netzwerk „Plattform Frauen im Sport“ blickt auf sein zehnjähriges Bestehen zurück: stolz, wehmütig, engagiert, erfreut, aber auch nachdenklich. Auf große Erfolge und kleine Rückschläge. Was Frauen für Frauen erreichen können, wie schwierig es ist, sich in den von Männern dominierten Sportstrukturen durchzusetzen, und was man mit Netzwerkarbeit so alles bewirken kann, erzählen die Mitglieder der Plattform im Gespräch mit MOVE.

Wie alles begann

Im Juni 1997 treffen sich drei Frauen – Hadwig Blum, Rosa Diketmüller und Christine Seemann – mit einem Ziel: die Gründung einer verbandsunabhängigen Plattform für Frauen im Sport.

Im darauffolgenden Herbst wurde das Netzwerk mit einer Gründungsveranstaltung besiegelt und ein Leitbild formuliert. Ziele der Plattform sind die Verbesserung der Zugangschancen für Frauen, ausgewogene Geschlechterverhältnisse in allen Sportgremien, Absicherung der Preisgelder für Spit-

zensportlerinnen, Gender-Thematiken in Ausbildung und Forschung zu verankern, Frauenreferate zu gründen und Frauenförderkonzepte zu entwickeln. Der Aspekt des Gender-Mainstreaming ist in der heutigen Arbeit der Plattform präsenter denn je. Im Vordergrund steht dabei die gelungene Kooperation mit den einzelnen Bereichen des Sports, als Basis für einen Wandel zu einer fairen Sportkultur. „Die Frauen stammen aus den unterschiedlichsten Bereichen des Sports, und genau diese Kombination der individuellen Kompetenzen macht die Arbeit der Plattform so wertvoll“, betont Rosa Diketmüller.

Sichtbarmachen von Frauen im Sport

„Speziell in Österreich haben wir mit einer Nicht-Präsenz der Frauen im Sport zu kämpfen, der Sport war und ist eine Männerdomäne. Ziel der Plattform ist es, andere Strukturen für Frauen zu schaffen, an denen sie auch teilhaben können“, erklärt Hadwig Blum. Zu den bisherigen Erfolgen der Platt-

form zählen unter anderem die Initiierung von Frauenreferaten in der ASKÖ und ASVÖ, in Folge die Gründung der BSO-Arbeitsgruppe Frauen im Sport, das Knüpfen von nationalen und internationalen Kontakten, die Organisation und Teilnahme an Veranstaltungen wie den Europäischen Frauensportkonferenzen sowie die Unterstützung von frauenfördernden Projekten. Der BSO SportCristall für FrauenPower ging 2005 an das Volleyballprojekt „VoGoS“ und 2006 an die Beratungshotline „Call4Girls“, beides Projekte von Plattformfrauen.

Erfolgreiches Netzwerk

In den vergangenen zehn Jahren ist unterschiedlich viel passiert. Die Anfangsphase mit der Gründung und der Netzwerkbildung war eine sehr intensive und ereignisreiche Zeit. Auch wenn es nach der 5-Jahres-Feier wieder etwas ruhiger wurde, werden in letzter Zeit wieder vermehrt Fälle an die Plattform herangetragen. „Die Zusammenarbeit mit den anderen Frauen ist weit über inhaltliche Auseinandersetzungen hinausgegangen, es sind sehr viele gute Freundschaften entstanden“, sagt Rosa Diketmüller. Auch ohne Öffentlichkeitsarbeit wird die Plattform heute wahrgenommen, und immer wieder treten Frauen an sie heran, die massive Missstände in den bestehenden Sportstrukturen aufzeigen.

Aufholbedarf

Dass die Plattform Frauen im Sport seit 10 Jahren richtungsweisende Netzwerkarbeit betreibt ist jedoch noch längst nicht genug. „Vor uns liegt noch ein sehr weiter und beschwerlicher Weg“, gibt Margit Straka zu bedenken.

Weitere Informationen:
www.plattform-frauenimsport.at

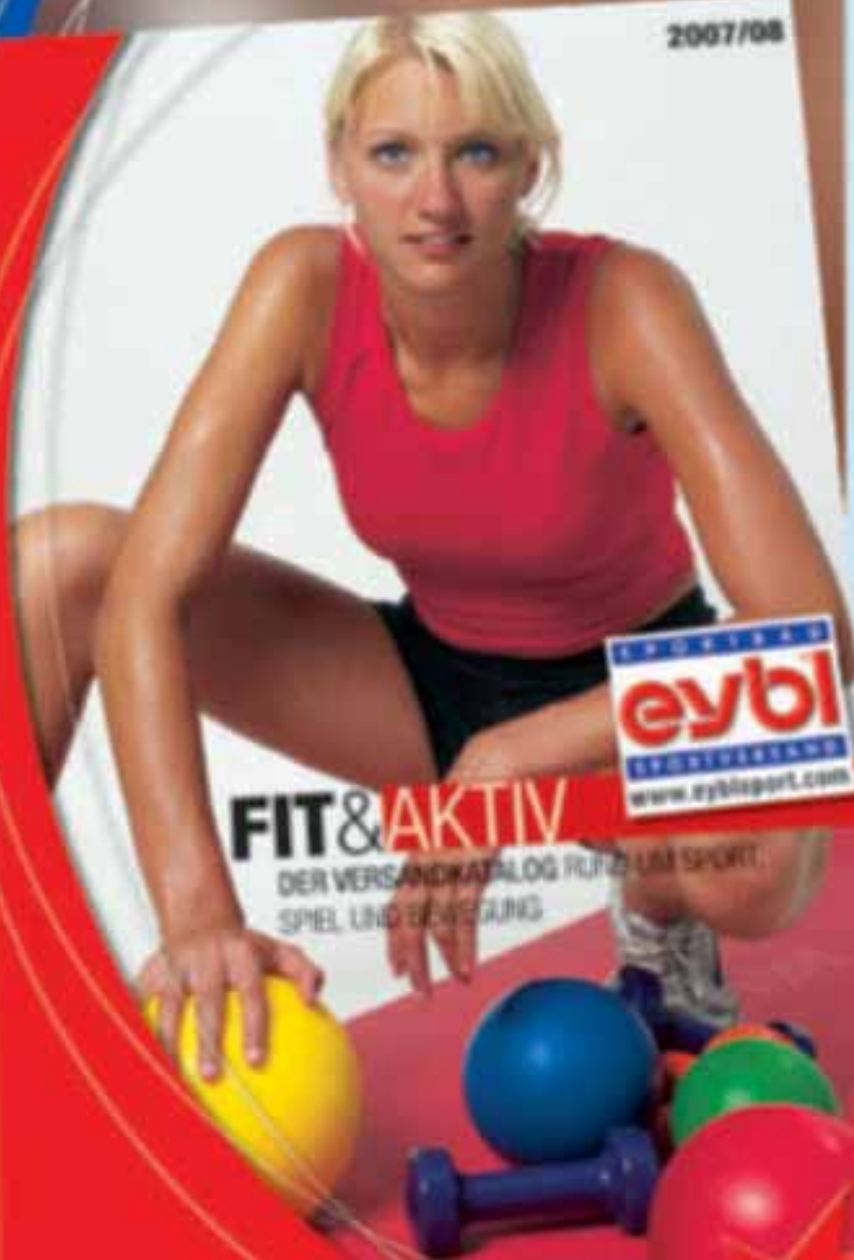
Die Plattformfrauen bei der 10-Jahres-Feier auf der ASKÖ-Wien-Anlage.



FOTO: ASKÖ

GRATIS KATALOG

2007/08



Alles rund um Sport, Spiel und Bewegung

- Bälle & Softbälle
- Ballsport & Training
- Aquafun & Aquagym
- Fitness & Kraftsport
- Wellness & Therapie
- Turnen & Klettern
- Spiel & Spass
- Innovative Sportsysteme
- Kunststrasensysteme für viele Ballsportarten

und vieles mehr ...

268 Seiten

Hotline
0 7245 / 233-13

GRATIS

Fordern Sie Ihr persönliches Exemplar an!

Eybl Sportbau-Sportversand GmbH
Sportstraße 1
4650 Edt/Lambach
Austria
Tel. 0 7245 / 233-13
Fax 0 7245 / 233-6054
office@eyblsport.com

SPORTBAU
eybl
SPORTVERSAND
www.eyblsport.com

Gold, Silber, Bronze...ciao bella!

Mit drei Medaillen kehrte Österreichs Nationalteam von der WM in Canegrate/Italien heim. Bronze für Christian Freilach, Silber für das Damenteam, und neue Weltmeisterin wurde Elisabeth Gruber.

Der Einzelfinaltag überstrahlte aus österreichischer Sicht alles. Nach Claudia Wiesenbauer 1995 ist eine Österreicherin wieder Bahnengolfweltmeisterin. Elisabeth Gruber vom BGSC ASKÖ Raiba Leobersdorf feierte Ende August 40 Kilometer westlich von Mailand ihren bislang größten Erfolg im Bahnengolf. Nach einer Silbermedaille (2002) und einer Bronzemedaille (2005) bei internationalen Großbewerben hat sie diesmal den Sprung aufs oberste Treppchen geschafft. In souveräner Manier besiegte die 26-Jährige im Finale die deutsche Serieniegerin Bianca Oberweg.

Erstmals in der Geschichte von Europa- und Weltmeisterschaften wurden die Einzelentscheidungen im K.-o.-Modus ausgetragen; je neun Miniaturgolf- und neun Minigolfbahnen auf Bahnengewinn. Durch Tafeln, die den aktuellen Stand im Duell Mann gegen Mann bzw. Frau gegen Frau anzeigten, wurde die Spannung zusätzlich in die Höhe getrieben. Zuschauer und Teamkollegen versammelten sich um die letzten Bahnen herum. Auf der vorletzten zerstörte Elisabeth Gruber mit einem

soveränen Ass alle Träume der amtierenden Europameisterin Oberweg.

Bronze für den Old-Boy

Im Herreneinzel-Bewerb waren die Semifinalpaarungen eine rein deutsch-österreichische Angelegenheit. Christian Freilach (Wiener ASKÖ Team 21) gegen Marco Balzer und Manfred Lindmayr (BGC Wien) gegen den deutschen Newcomer Marco Templin. Eine Medaille war Österreich damit schon sicher. Der Traum vom rein österreichischen Finale lag in der Luft, spielten doch Lindmayr wie Freilach in ihren vorangegangenen K.-o.-Paarungen groß auf. Doch Konzentrationsschwächen bei beiden und das fehlende Quäntchen Glück bescherten der österreichischen Belegschaft das undankbare kleine Finale. In diesem lag zwei Bahnen vor Schluss Christian Freilach mit zwei gewonnenen Bahnen in Führung und sah schon wie der sichere Sieger aus. Mit zwei Assen auf den letzten beiden schwierigen Bahnen (Passagen, Blitz) setzte Manfred Lindmayr seinen Teamkollegen gehörig unter Druck. Dieser machte zweimal eine Zwei, weshalb ein Stechen die Entscheidung bringen musste. Auf Minigolf-Bahn 1 spielten beide ihr Pflichtass, auf Bahn 2 legte Lindmayr eine Zwei vor. In seinem Gesichtsausdruck erkannte man seine ersten Gedanken: „Diese Chance lässt sich Christian nicht noch mal entgehen!“ Und so kam es auch. Mit einem Ass sicherte sich der ASKÖ-Sportler die Bronzemedaille. Gold ging im Finale an den 23-jährigen Marco Templin.

Magere Teamausbeute

Im vorangegangenen dreitägigen Teambewerb war für die österreichischen Auswahlmannschaften nicht so viel zu holen. Die Damen sahen vor dem letzten Tag schon wie die sicheren Siegerinnen aus; verspielten aber mit zwei schlechten letzten Durchgängen noch die langersehnte Goldmedaille, die sich die deutsche Damenequipe sicherte. Silber konnte am Ende nicht wie so oft golden glänzen. Bei den Herren waren die deutschen Herren der große Favorit auf den Weltmeistertitel, da Schweden ohne ihre zwei Starspieler

Carl-Johan Ryner und Fredrik Persson antreten musste. Die österreichischen Herren gingen mit gedämpften Erwartungen in den Bewerb. Nach den durchwachsenen Trainingsergebnissen musste schon eine deutliche Leistungssteigerung her, um im Titelkampf ein Wörtchen mitreden zu können. Doch diese blieb weitgehend aus! Bei den Deutschen hingegen spürte man die Sehnsucht auf Gold nach fünf titellosen Jahren. Kurzfristig wuchs der Vorsprung unserer nördlichen Nachbar auf über 50 Schläge an. Dahinter kämpften mit Österreich drei weitere Teams (Schweden, Schweiz, Italien) um Silber und Bronze. Am finalen Tag konnten Österreichs Herren nicht mehr zulegen, weshalb nur der enttäuschende fünfte Endrang übrig blieb. Silber und Bronze ging noch stark aufspielenden Schweden und Schweizer.

Revanche kann Österreich nächstes Jahr im finnischen Tampere nehmen, wo die Europameisterschaften der Allgemeinen Klasse 2008 stattfinden. Vielleicht bewahrt man im hohen Norden einen kühleren Kopf als im hitzigen Italien!



Christian Freilach



Elisabeth Gruber

Ein Mitglied der  UniCredit Group

Bank  Austria
Creditanstalt

Die Bank zum Erfolg.



Zukunft ahoi!

Mit der VorsorgePlus-Pension.

Kassieren Sie jetzt bis zu 70,- Euro ZukunftsBonus* und die staatliche Förderung.
Mehr Informationen unter 05 05 05-24 und vorsorge.ba-ca.com

*Anspruch gültig bis 31.10.2023

Mittendrin, statt nicht einmal dabei

Österreichs Baseballer debütierten bei der Baseball-A-Pool-Europameisterschaft in Barcelona und erreichten Platz 11.

Dieses Turnier gilt als offizielles Qualifikationsturnier für die Olympischen Spiele im nächsten Jahr, und so verstärkten sich die großen Nationen wie Titelverteidiger Niederlande, Italien oder Gastgeber Spanien mit zahlreichen Profis.

Dies erschwerte natürlich die Ausgangslage des Teams, doch vor der Elite Europas musste sich die Mannschaft keinesfalls verstecken.

Gleich zu Beginn standen zwei Schwergewichte am Spielplan: Die Niederlande, dem Titelverteidiger und späteren Gewinner der Europameisterschaft und Deutschland, die sich über dieses Turnier für die kommenden Weltmeisterschaften zu qualifizieren. Trotz den zu erwartenden Shot-outs gegen die besagten Nationen (0:22 Niederlande, 0:10 Deutschland) ging das Team Austria voller Selbstvertrauen in die nächsten Begegnungen.

FOTOS: AFB

Beflügelt durch immer steigendere Leistungen forderte die National-Neun ihre nächsten Gegner. Besonders die Tschechische Republik und Schweden hatten große Probleme, dem Rot-Weiß-Roten Pitching etwas entgegenzusetzen. Doch die österreichische Offensive war zumeist zu schwach, um die Baseball-Elite Europas wirklich zu fordern. So beendeten die heimischen Stars ihren ersten Auftritt mit dem 12. Platz, rückt aber auf den 11. Platz vor, da Tschechien, aus bislang unbekanntem Gründen, disqualifiziert wurde.

„Das ist eben das beste Turnier im europäischen Baseball“, resümierte Martin Langlois, Nationalteam-Manager, das Turnier. „Einerseits ist es aufregend, dass wir gegen die Spitzenteams antreten durften. Andererseits ist es frustrierend, dass wir uns in den Schlüsselsituationen nicht entscheidend durchgesetzt haben. Mir persönlich war das positive Feedback extrem wichtig. Viele



Funktionäre aus verschiedensten Ländern haben uns gratuliert, wie gut wir in Österreich spielen.“

„Diese EM war eine wichtige Station für den heimischen Baseball, da wir gesehen haben, wo wir international stehen“, blickte auch Rainer Husty, Präsident des österreichischen Baseballverbands, positiv zurück. „Nun wissen wir, wo wir uns weiterentwickeln müssen. Ich gratuliere der Mannschaft und bin stolz darauf, dass sie von den Gegnern so viel Respekt und Anerkennung erhalten haben.“

PICHL

HANDMADE BY PICHL

Mit den Sportpreisen von Pichl können Sie die triumphalsten Momente im Leben. Und schaffen bleibende Zeichen der Wertschätzung. Jetzt gleich Katalog anfordern.

Neu, gratis und unverbindlich >

PICHL
MICHLEIN
SPORTPREISE
KATALOG
2008

PICHL.COM

Karl Pichl KG | Schießstand 10 | 6401 Inzing | Tirol/Austria | T: +43 (0) 52 38 98 50 | F: +43 (0) 52 38 53 9 30 | office@pichl.com

Wintersaison für Förderinitiative „For winners with future“



Die Sporthilfe hat im Juni mit der Bausparkasse Wüstenrot AG eine neue Förderinitiative für junge Talente ins Leben gerufen. Nach dem erfolgreichen Start mit 10 Sommersportlern geht die Aktion nun in ihre erste Wintersaison. Das Besondere an „For winners with future“: Die jungen Sportler werden nicht nur in ihrer aktiven Karriere gefördert, sondern haben auch die Möglichkeit, gemeinsam mit Wüstenrot für ihre Zukunft besser vorzusorgen.

In Kooperation mit der Sporthilfe intensiviert die Bausparkasse Wüstenrot AG ihre Unterstützung für nationale Top-Athleten in Form der gemeinsamen Förderinitiative „For winners with future“. Dr. Susanne Riess-Passer, Generaldirektorin der Bausparkasse Wüstenrot AG: „Wüstenrot ist langjähriger Förderer des Sports. Mit der Initiative „For winners with future“ sehen wir einen weiteren Meilenstein zur Förderung im Jugendsport, den wir zusammen mit der Österreichischen Sporthilfe professionell umsetzen und damit die Chancen für Spitzenleistungen heben wollen.“

Sporthilfe als Förderinstitution gestärkt

Zielgruppe sind die besten Nachwuchssportler Österreichs, die ihr Können bereits unter Beweis gestellt haben. Unterstützt werden pro Jahr 20 Athleten im Alter bis 25 Jahren, die Auswahl erfolgt über die Sporthilfe, Wüstenrot und über Empfehlungen eines eigens geschaffenen, mit hochkarätigen Persönlichkeiten besetzten Beirats. Anton Schutti, Geschäftsführer der Sporthilfe: „Mit einem starken Partner wie der Bausparkasse Wüstenrot AG können wir die Athleten auf dem Sprung an die Weltspitze noch stärker unterstützen und ihnen auch in Sachen Zukunftsvorsorge weitere Optionen bieten.“

Förderung mit Perspektive

„For winners with future“ bietet Österreichs Top-Athleten nicht nur eine finanzielle Unterstützung, sondern auch Perspektiven für das Leben nach der Karriere. Dr. Susanne Riess-Passer: „Nicht jeder tritt als Olympiasieger oder Weltmeister ab, daher möchten wir den Athleten auch die Möglichkeit bieten, in Form einer individuellen, spitzensportgerechten Ausbildung zum Finanzdienstleistungsberater bei Wüstenrot für die Karriere nach dem Sport vorzusorgen.“

Athleten Winter 2007/2008 „For winners with future“

Johannes Dürr (Langlauf), Tobias Eberhard (Biathlon), Anna Fenninger (Ski Alpin), Christina Hengster (Bob), Marcel Hirscher (Ski Alpin), Daniel Leitentorfer (Snowboard), Claudia Lösch (Ski Alpin), Christian Pichler (Eisschnelllauf), Alfred Rainer (Nordische Kombination), Thomas Thurnbichler (Skispringen)



Auf dem Weg zur Weltspitze: Susanne Riess-Passer, Anton Schutti mit Nachwuchsathleten.

Das Sporthilfe-Wunscharmband – Toni Polsters sehnlichste drei Wünsche

Das Sporthilfe-Wunscharmband ist für nur zwei Euro unter www.sporthilfe.at, österreichweit in Ihrer Trafik und jetzt auch in allen BILLA-Filialen erhältlich. Lesen Sie, was sich Toni Polster wünscht...

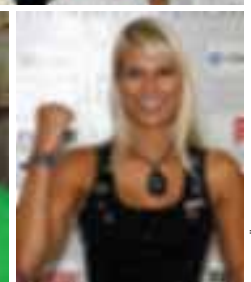
Binden Sie das magische Wunscharmband einem besonderen Menschen mit drei Knoten um das Handgelenk – während dessen kann sich der- oder diejenige drei Wünsche denken oder sie auch laut sagen. Das Material ist so konzipiert, dass das Armband nach einiger Zeit von alleine abfällt – das ist der Moment, in dem für den Träger einer der drei Wünsche in Erfüllung gehen soll. So besagt es zumindest die Legende, die dieses Band, das in Südamerika sehr verbreitet ist, umgibt.

Zudem finden Sie auf der Verpackung einen Code, mit dem Sie sich auf www.goforgold.at als Brückenbauer der Aktion „Brücke zum Erfolg 08“ und für das Sporthilfe Gewinnspiel mit zahlreichen Preisen rund um die Euro2008 und die Olympischen Spiele 2008 in Peking registrieren können.

Etwas mehr als 200 Tage vor der Euro2008 schwören auch Österreichs Fußballlegenden auf die Wirkung des Sporthilfe-Wunscharmbandes:

Toni Polster etwa wünscht sich Gesundheit für seine Familie und sich, eine goldene Schallplatte und dass die neue Hemdenkollektion, die gerade designed wird, ein voller Erfolg wird. Und auch Rekordmeister Rapid kennt seine Wünsche an das Sporthilfe-Wunscharmband bereits: Die Meisterschaft 2007/08 wieder nach St. Hanappi zu holen, den österreichischen Fußball im Europacup würdig zu vertreten und eine möglichst verletzungsfreie Saison.

Das Wunschband aus Stoff kostet zwei Sporthilfe-Förder-Euros, die unmittelbar zur Förderung österreichischer Nachwuchssportler verwendet werden. Wir wünschen Ihnen, dass Ihre Wünsche in Erfüllung gehen!



SK Rapid hofft auf Erfolge, Toni Polster wünscht sich eine goldene Schallplatte, das Wunscharmband zielt das Handgelenk von Heidi Krings.

Merchandi



Kapuzensweater

Damen

Empf.-HK €37,90

Material: 60% Viskose,
34% Baumwolle, 6% Elasthan

30,30



Polar Fleece Weste

Empf.-HK €32,90

24,-

Trainingsanzug

Xetra Line Microfaser

Damen/Herren

Empf.-HK €94,90

76,-



Laufshirt

Damen & Herren

Empf.-HK €36,90

Material: 92% Polyester,
8% Elasthan

29,50

26,30



Damen Sweathose

Empf.-HK €32,90

Material: 94% Baumwolle,
6% Elasthan

Fleece Jacke

Empf.-HK €42,90

Bademantel

30,-



lising



1,-



Basic Cap

in 3 Größen

Empf.-HK € 9,90

Material: 100% Baumwolle

6,90



75,-

**Ski/Snowboard-
helm wintex**

silber oder anthrazit

Empf.-HK € 99,90



**Performance Micro
Fleece Cap**

Kinder und Erwachsene

Empf.-HK € 9,90

Material: 100% Polyester

6,90



**Multifunktions-
Rucksack**

Empf.-HK € 26,90

18,-



21,-

**Golfschirm für
2 Personen**



32,-

Regenjacke

Empf.-HK € 39,90



30,-

**Große Sporttasche
mit Rollen**

Empf.-HK € 69,90

45,-



10,-

Badetuch

70 x 140 cm

Zu bestellen bei:
Sport & Marketing GmbH
Frau Eva Mayer
01-869 32 45-27
eva-mayer@inode.at

Österreichs Schützen holten acht Medaillen

Bei den Europameisterschaften im Sportschießen in Suhl (GER) gewann Barbara Doppler zum Auftakt Gold in der Luftpistole. Das Herrenteam (Müller, Holzner, Sponner) errang im Kleinkaliber-Dreistellungsmatch die Silbermedaille, und Werner Müller im KK-Einzel sowie Maria Luise Weber im Luftgewehrschießen Blind Stehend konnten zwei weitere Bronzemedailles auf das österreichische Medaillenkonto verbuchen. Für die weitere Goldmedaillen sorgten die Herren: Das Herrenteam mit

Werner Müller, Walter Holzner (beide Tirol) und Günther Sponner (Oberösterreich) gewann den Teambewerb Luftgewehr Stehend mit neuem Europarekord. Dazu holte Walter Holzner im Einzel Luftgewehrschießen Stehend Silber.

An den beiden letzten Wettkampftagen sorgte nochmals Walter Holzner (Tirol) im Gewehrschießen Falling Target für die dritte Goldmedaille, Blindensportler Kurt Martin-schitz (Kärnten) gewann ebenfalls Gold im Luftgewehrschießen Liegend.



Das erfolgreiche Schützenteam!

Zweitbestes Ergebnis Rollstuhl-Tennisspieler!

Beim diesjährigen Welt-Teamcup Rollstuhl-Tennis in Stockholm erreichte das österreichische Nationalteam mit Martin Legner, Adi Peinsith, Thomas Mossier und Harald Pfundner den ausgezeichneten 6. Platz.

Nach dem 3:0-Auftaktsieg gegen Argentinien mussten sich das österreichische Team gegen den Heimfavoriten aus Schweden knapp mit 1:2 geschlagen

geben. Im 1. Play-off-Spiel gegen das starke Team aus den USA kam es zu dramatischen Szenen. Zuerst überraschte Thomas Mossier durch einen grandiosen Sieg über Larry Quinterro, dann unterlag Martin Legner dem an diesem Tag überragenden Jon Rydberg. Im entscheidenden Doppel kamen Legner/Mossier vorerst nicht ins Spiel, gewannen aber letztendlich doch noch im 3. Satz mit 6:4. Das Spiel um Platz 5 gegen Polen ging knapp verloren. Somit Platz 6 für Österreich.



Österreichs beste RS-Tennisspieler und ihre Trainerin Susanne Graber.

Speergold und Weltrekord mit einem einzigen Wurf!

Bei den IBSA-World Championships and Games in Sao Paulo holte sich Bil Marinkovic vom ABSV – quasi zum Aufwärmen – erstmal mit 37,37 m die Bronzemedaille im Diskus.

Am nächsten Tag schritt er in seiner Parade-Disziplin Speerwurf zur Tat. Mit 51,04 m und damit erneut Weltrekord holte er sich souverän und unangefochten den Weltmeistertitel.

Sieg und Niederlage liegen oft nah beieinander. Roland Mitterlehner aus Wien, der Weltrekordhalter und Weltmeister der vergangenen Jahre im Kraftdreikampf und Powerlifting und damit Top-Favorit dieser WM, schied vorzeitig aus. Der Wettkampf begann wie gewohnt: 260 kg schaffte er bei der Kniebeuge, was wiederum neuen Rekord bedeutete hätte. Beim Bankdrücken aber sah der Schiedsrichter alle drei Versuche für ungültig an und warf damit Roland aus dem Rennen. Eine Entscheidung, die Mitterlehner aufgrund seiner gerade erlangten Topform doppelt so schwer traf.



Der blinde Speerwerfer Bil Marinkovic bleibt eine Klasse für sich!

FOTOS: ABSV



Gewinnen Sie Ihr 13. Gehalt.

Der 13. ist Ihr Glückstag.

Willkommen, mein Name ist Jack. Gewinnen Sie bei jedem 13. die 13. Glück im Wert von 1.200 Euro. Nur bei Casinos Austria® in Österreich.



VISA

CASINOS AUSTRIA
Machen Sie Ihr Glück

Erfolge in der Staatsmeisterschaft

ASKÖ-Teams bei den 4-Takt-Team-Kart-Rennen in Bayern und Laa/Zettling auf Erfolgskurs.

30 Kartteams starteten beim klassischen 24-Stunden-Rennen auf der perfekten Rennstrecke von Wackersdorf in Bayern. Ein gutes Qualifying bescherte den ASKÖ-Teams gute Startplätze.

Zwei Stockerlplätze für die ASKÖ-Teams

Der Rennverlauf selbst zeigte ein gewohntes Bild: Die Spitzenteams flogen dem restlichen Feld mehr oder weniger davon. Die ASKÖ-Youngsters p.b. La Chaive und die Lost Boys Youngsters p.b. Machbar hielten sich das ganze Rennen unter den Top-Ten und belegten hinter dem Staatsmeister des Vorjahres Transdanubia Racing die Plätze 2 und 3. Das dritte Nachwuchsteam – ausschließlich mit Rookies besetzt – zeigte eine deutliche Leistungssteigerung und belegte den beachtlichen 22. Platz. Die ASKÖ-Lost Boys belegten nach einem soliden Rennen den ausgezeichneten 14. Platz, mit dem das Team rund um Teamchef Christian „Fu“ Fuczik mehr als zufrieden war.

24-Stunden-Rennen in Laa/Zettling

Beim nächsten 24-Stunden-Rennen in Laa/Zettling erhielten die 17-jährige Nachwuchsfahrerin Nadja Polland und der für die Youngsters auch als Mechaniker tätige Wolfgang Schaller eine Chance für die ersatzgeschwächten ASKÖ-Lost Boys an den Start zu gehen.

Das Rennen selbst war von wechselnden Witterungsbedingungen, den damit verbundenen Reifenwechseln sowie extremer Materialbelastung und den daraus resultierenden Schäden an den Karts gekennzeichnet.

Team of the Race

Die Lost Boys waren nicht zuletzt durch eine hervorragende taktische Planung und perfekte Reifenwechsel stets unter den Top Ten und beendeten das Rennen schließlich an der 13. Stelle. Diese großartige Leistung wurde auch von der Rennleitung anerkannt:



Die Lost Boys wurden zum ersten Mal zum „Team of the Race“ gekürt.

Großartig haben sich auch wieder alle drei ASKÖ-Nachwuchsteams geschlagen: ASKÖ-Youngsters p.b. bwin erreichte Platz 2, die Lost Boys Youngsters beendeten das Rennen am sehr guten 9. Platz, und auch die Youngsters p.b. Machbar konnten mit dem 21. Platz zufrieden sein.

Neue Wege der ASKÖ-Kartteams

Um eine umfassende Ausbildung – vor allem der Nachwuchsteams – zu ermöglichen, realisierten die ASKÖ-Karting-Vereine abseits der Rennen drei neue

Projekte. Mit großzügiger Unterstützung der ASKÖ Wien wurden ein Erste-Hilfe-Kurs, ein Fahrsicherheits-Training sowie ein Trainingslager durchgeführt.

Das Trainingslager in Rechnitz war einerseits als Fortbildungskurs für die bestehenden Nachwuchsteams und andererseits als Sichtungstraining für alle Kartsport-Interessierten konzipiert. Vor allem der Andrang neuer Interessenten überraschte die Organisatoren, sodass kurzfristig zwei weitere Instrukturen hinzugezogen wurden. Insgesamt nahmen schlussendlich 65 Kartsporttalente an dieser Veranstaltung teil, und aufgrund des großen Interesses sind im Oktober zwei weitere Lehrgänge geplant.



Konzentriertes Training und Rennvorbereitung sind ein fixer Bestandteil des Kartsports.



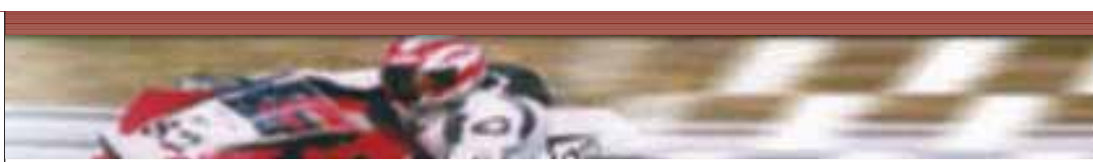
MIKASA-Bälle

ART Nr.	Kategorie	Beschreibung	Bemerkungen	Empfohlene Preis abgeschw.	Preis bei Sport & Marketing GmbH
BASKETBALL					
SD2100	Competition	Syn. Leather Basketball, Größe 7	FIBA Approved, BDC Größe 6 / BOY Größe 5	40,00	38,00
SD1500	Training	Syn. Leather Basketball, Größe 7	FIBA Approved, BDC Größe 6 / BOY Größe 5	30,00	32,00
1110C	Wobby	Rubber Basketball, Größe 7, schwarz/blau	1110C Größe 6 / 1200C Größe 5	12,00	16,00
BEACH VOLLEYBALL					
VXL20	Wobby	Syn. Leather Beach Volleyball, Größe 5	braunweiß/gelb	20,00	23,00
SDV-1	Jugend/Schule	Syn. Leather Beach Volleyball, Größe 5	130-220g, FIVB Inspekt.	24,00	19,00
VXS-02	Wobby	Syn. Leather Beach Volleyball, Größe 5	silber/leuchtorange, MSPT	24,00	19,00
VL3200	Competition	Syn. Leather Beach Volleyball, M-stitch	FIVB Approved	40,00	45,00
FUßBALL					
FT-SPR0	Competition	Syn. Leather Football, Größe 5		30,00	32,00
SRS350	Competition	Syn. Leather Football, Größe 5		30,00	32,00
VOLLEYBALL					
MVP200	Training	Syn. Leather Volleyball, Größe 5, 480-520g	Tri-color, wie MVP200	30,00	32,00
MVP200	Competition	Syn. Leather Volleyball, Größe 5	FIVB Exclusive Approved	34,00	48,00
MVP220NC	Competition	Syn. Leather Volleyball, Größe 5	FIVB Official Approved	47,00	38,00
MVP2201	Training	Syn. Leather Volleyball, Größe 5		30,00	32,00
MV250	Jugend/Schule	Syn. Leather Volleyball, Größe 5		27,00	32,00
YV-1	Jugend/Schule	Syn. Leather Youth Volleyball, Tri-color	105-170cm/220-260g	24,00	28,00

Versandkostenfrei ab € 100,00 Bestellwert

Alle anderen MIKASA-Bälle auf Anfrage

Zu bestellen bei:
Sport & Marketing GmbH
Frau Eva Mayer
01-409 32 45-27
eva.mayer@asko.at



„Motorsport ASKÖ“ setzt neue Maßstäbe



Karl Katoch der Präsident des MSA .

Der Verein „Motorsport ASKÖ“ – kurz MSA – steht für sicheren und unkomplizierten Motorsport in Österreich. Um aufgrund der steigenden Nachfrage Motorsport in Österreich für die Veranstalter und Teilnehmer leichter zugänglich zu machen, hat der MSA die Anforderungen, Erfordernisse und letztendlich auch die angesprochene Zielgruppe genau analysiert.

Festgestellt wurde, dass sehr viele Motorsportveranstalter im Bezug auf Genehmigungen und Sicherheit uninformiert sind und teilweise falsch agieren. Durch Defizite in der Ausführung können gute Motorsportveranstaltungen letztendlich auch gegen den Willen der Veranstalter und der Teilnehmer kurzfristig abgesagt werden.

Veranstaltungsunterstützung

Der MSA hat sich zur Aufgabe gemacht, Veranstalter bei der Ausführung und Planung so wie auch ambitionierte Motorsportler bei der Teilnahme an Motorsportveranstaltungen in Österreich maßgeblich zu unterstützen. Als wichtiger Partner in Sachen Vorsorge und Sicherheit hat sich dabei die UNIQA-Versicherung seit Anbeginn ausgezeichnet.

Tagesfahrerlizenzversicherung

Der MSA verpflichtet seine Partner-Veranstalter, die MSA-Lizenz-Versicherung für ihre Teilnehmer/innen abzuschließen. Die MSA-Fahrerlizenzgebühren müssen dabei im Nenngeld der jeweiligen Veranstaltung enthalten sein und dürfen den Teilnehmern nicht gesondert verrechnet werden.

Durch die einzigartige MSA/UNIQA (Tages)-Fahrerlizenzversicherung um nur EUR 3,50 pro Person werden von der UNIQA Unfallrisiken abgedeckt, sodass die MSA-Motorsportveranstalter die erforderliche Mindest-Unfallvorsorge für alle Teilnehmer garantieren können.

Die Teilnehmer entscheiden schlussendlich selbst, ob sie mit der gegenständlichen MSA-Fahrerlizenz-Versicherung das persönliche Risiko abgedeckt sehen, oder ob eine selbstständige, private Erweiterung des Versicherungsschutzes nötig ist.

Eine Sportunfall-Vorsorgeversicherung für Teilnehmer/innen wird Motorsport-Veranstaltern von den Behörden meist nicht vorgeschrieben. Im Falle eines Unfalls muss aber jeder Veranstalter damit rechnen, dass die betroffenen Teilnehmer/innen Ansprüche an den Veranstalter stellen.

Andere österreichische Motorsport-Organisationen wie z. B. der ÖAMTC/OSK berufen sich auf die FIM & FIA-Regeln – die übrigens in Österreich absolut keine rechtlichen Bedeutungen haben – und verlangen in Folge von ihren Teilnehmern überhöhte Lizenzgebühren, ohne dabei mehr Leistungen als bei der MSA-Unfallvorsorgeversicherung anzubieten.

SafeCard-Service

Der MSA bietet darüber hinaus seit 1.8.2007 für alle Motorradbesitzer das „SafeCard“-Service. Diese Clubleistung bietet die gleichen Pannen- und Unfall-Serviceleistungen wie ähnliche Produkte des ARBÖ und des ÖAMTC an, über die Zusammenarbeit mit der Europäischen Versicherung allerdings deutlich billiger, ohne lästigen Club-Mitgliedsbeitrag und mit dem Vorteil der Sofortbuchung via Internet: www.safecard.at Alle Informationen zu Lizenzerweiterungen, die MSA-Fahrer-Unfallversicherung, Versicherungen mit Bestpreisgarantie und die „SafeCard“-Pannenhilfe bekommen sie bei MSA-Berater Ing. Alexander Stieglitz unter www.welcome.co.at

FOTOS: MSA



Ein imposantes Bild: Die Startaufstellung beim Erzbergrodeo.

manches möglich machen ...



... wie die Förderung des Fußballnachwuchses. Optimale Trainingsmöglichkeiten und bestmögliche Betreuung kosten viel Geld. 2007 erhält die Sportförderung von den Österreichischen Lotterien rund EUR 60 Millionen. Für die Sieger von morgen.



Österreichische
LOTTERIEN



Warum Klettern? – Weil es SPASS macht!

Bist Du einmal „drinnen“, kommst Du nicht mehr los – vom Virus Klettern. Das bedeutet Spannung, Herausforderung, Selbstbestätigung, Erlebnis – egal ob am natürlichen Fels oder an Kunstwänden in der Halle. Klettern ist einerseits eine sportliche Herausforderung, andererseits die Möglichkeit, mit Freunden „herumzuhängen“ und verzwickte Kletterstellen gemeinsam auszutüfteln.



Jede einzelne Tour ist ein Rätsel – ein Puzzle – das es zu lösen gilt. Jeder gefundene Tritt und Griff bringt dabei den Kletterer seinem Ziel ein Stück näher. Es zählt aber nicht nur reine Rohkraft sondern im Besonderen auch Konzentrationsfähigkeit, Bewegungsgefühl, Gleichgewicht und vor allem der „stärkste Muskel“ im Menschen – die mentale Stärke.

Sportklettern hat sich zu einer eigenen Spielart des Bergsteigens entwickelt. Die Palette reicht vom Bouldern (Klettern in Absprunghöhe), Klettern an Einseillängenrouten, Alpines Sportklettern in den heimischen Bergen bis ins Karakorum, dem „Plaisierklettern“ auf sehr gut abgesicherten Mehrseillängenrouten bis zum Wettkampfklettern als Hochleistungssport. Durch die Kletterhallen mit ihren Kunstwänden in jedem Schwierigkeitsgrad wurde das Sportklettern zum Ganzjahressport.

Die Kletterhallen der Naturfreunde Österreich bieten alles was das Herz begehrt. Von der Kinderwand aus Naturholzplatten gebaut für den 3-jährigen Kletterfloh bis zur überhängenden Wettkampfwand für den Kletterprofi.

Sportklettern bei den Naturfreunden

Das Sportklettern ermöglicht in jedem Alter grundlegende Erfahrungen im körperlichen

(z. B. Spannung – Entspannung), im psychischen (Angst – Abenteuerlust) und im sozialen Bereich (Helfen – Sichern). Klettern verlangt Eigeninitiative, fördert die Selbstständigkeit und schult die Eigen- und Mitverantwortung.

Eine aus mehreren Bereichen bestehende Boulderwand mit allen Wandneigungen lässt auch die Boulderer auf ihre Rechnung kommen. Egal ob für Trainingszwecke, zur Vorbereitung auf die Begehung einer schwierigen Route oder zum Selbstzweck – „bouldern ist cool“. Auch für den Wettkampfkletterer haben wir das richtige Angebot. Unsere erfahrenen Trainer betreuen die Wettkampfgruppe – Techniktraining, Routentaktik, Krafttraining verlangt den jungen Kletterern viel Schweiß und Einsatz ab – und begleiten die Sportkletterer zu den Bewerben.

Therapeutisches Klettern – eine alternative Rehabilitationsform

Klettern ist in der Kindheit ein elementarer Baustein der motorischen Entwicklung, mit dem der Weg zum aufrechten Gang spielerisch gemeistert wird. Stützen, Ziehen, Gleichgewichtsverlagerung und Stabilisierung sind genauso Bestandteile des Kletterns, wie sie in der Phase zum freien Bewegen erlernt wurden. Kaum eine andere Therapie ermöglicht ein dermaßen konzentriertes und integriertes Training aller Muskelbereiche. Daher setzen moderne Therapeuten auch im Bereich der Rehabilitation zunehmend auf Indoor-Klettern. Einsatzgebiete sind zum Beispiel Physiotherapie, Ergotherapie, Psychologische Therapie und Ergo-

therapie und Pädagogik. Möglichkeiten zum Therapieklettern gibt es zum Beispiel: in der Kletterhalle Wien, Therapeutisches Kletterzentrum Weinburg, Institut für therapeutisches Klettern in der Kletterhalle Linz-Auwiesen, K1 Kletterhalle Dornbirn, Klettercenter NÖ Süd, u. v. m.

Einstieg leicht gemacht

Der beste und sicherste Weg, das Klettern zu lernen, ist ein Schnupperkurs. Hier erlernst du die Grundregeln des Kletterns. Wie bewege ich mich richtig? Wie benutze ich Seil, Gurt, Karabiner und vieles mehr!



Broschüre „Naturfreunde-Kletterhallen und -wände in Österreich“

Die Naturfreunde haben eine 20 Seiten starke Broschüre mit allen ihren Klettermöglichkeiten in Österreich aufgelegt. Hier findest Du nach Bundesländern sortierte Infos über die Kletterflächen, Schwierigkeitsgrade, Routen, Ansprechpersonen, ob Kurse stattfinden, ob es Leihmaterial gibt etc.

Die Broschüre wird gerne kostenlos zugeschickt.
Bestellungen: Tel.: 01/892 35 34-22,
E-Mail: team.alpin@naturfreunde.at

Alle Schnupperkurse, Fortgeschrittenkurse, Wettkampftrainings, Angebote Alpinklettern und Kletterreisen findest Du unter www.naturfreunde.at

Wer wird Österreichs



SUPERKLUB?

12 Chancen auf das Spiel gegen

Österreichs Nationalmannschaft

Erwähnung im
Österreichischer Fußballbund
Konzept Aktion SUPERKLUB
Sommerhaidegasse 100A, 1180 Wien
Oder E-mail an: press@oefb.at

Sonderbonus

Für besonders attraktive Vorschläge, Ideen etc. gibt es einen Sonderbonus von 20 Punkten.



www.SUPERKLUB.at

Schulungen, Funktionäre, Schiedsrichter

Vereine, welche interessierte Frauen und Männer bei ihrem Landesverband zum Schiedsrichterkurs oder zur Ausbildung zum Nachwuchsführer anmelden, erhalten ebenfalls Bonuspunkte. Für jeden/Teilnehmer(in) der/die den Kurs erfolgreich absolviert, gibt es 30 Punkte.

Charity 08

Eine Mindestspende von € 5,- auf das Charity 08 Konto des ÖFB bringt jedem Verein einmalig weitere 10 Punkte. Unser Konto Charity 08: Raiffeisen Landesbank NÖ/Wien AG, BIC: RLFW3333, Kontonr.: 317074100



www.SUPERKLUB.at

EM Event

Die nächste Klubfeier oder Party steht im Zeichen der EM - sende uns einen kurzen Bericht sowie ein Foto - 20 Punkte werden gutgeschrieben.

Nachwuchsteams

Für jede neue Mannschaft, die ab der Saison 2007/2008 an einem vom Landesverband ausgeschriebenen Bewerb oder einer Meisterschaft teilnimmt, gibt es 10 Punkte.

Lotterie

Der ÖFB wird im Herbst 2007 jedem Verein ein Glücksspiel zusenden. In dieser Aktion gibt es die einmalige Chance, mit etwas Glück 5 bis 50 Punkte zu ergattern. Jedes Los bringt einen Bonus.



www.SUPERKLUB.at

Foto-Kreativwettbewerb

Kreative Zeichnungen (Format mind. A3), Fotos oder Gedichte zum Thema EURO 2008 in Österreich und der Schweiz, bringen dem sendenden Verein Punkte.

EM-Poster im Verein

Wer den im Dezember zu erscheinenden EM-Poster in attraktiver Form in seinem Klubhaus, Spielplatz oder seiner Kirche anbringt und uns dies mit einem originellen Foto belegt, erhält die ersten 20 Bonuspunkte.



www.SUPERKLUB.at

Fair Play

Antirassismusaaktionen

Jeder Verein, der eine derartige Aktion organisiert und uns Unterlagen übermittelt, kann sich auf 10 bis 50 Punkte freuen.

Nachwuchsanmeldung

Für jeden/Spüler(in), der/die im Sommer 2007 neu für einen Verein angemeldet wird, gibt es 20 Punkte.

Meisterbonus

Für jedes Meistertitel in einem von deinem Landesverband ausgeschriebenen Bewerb der Saison 2006/2007, egal in welcher Altersklasse, gibt es 20 Punkte.

Ländermatch 07

Besucht Länderspiele der österreichischen Nationalmannschaft und sammelt Bonuspunkte! Sobald ein Verein mit mindestens 20 Personen ein Länderspiel der österreichischen Nationalmannschaft im Jahr 2007 besucht, erhält er pro Spiel 20 Punkte. Kartenbestellung über ÖFB!



www.SUPERKLUB.at

SUPERKLUB

ist präsentiert von

Coca-Cola

Bronzene Lisi strahlte in Schottland!

Paukenschlag gleich beim ersten Bewerb der UCI-Mountainbike-Weltmeisterschaften in Fort William: Elisabeth Osl holte im Cross Country der U23-Fahrerinnen mit Bronze die erste Medaille für Österreich!

Das war ein Auftakt nach Maß. Gleich im ersten Bewerb der UCI-Mountainbike-Weltmeisterschaften in Schottland gab es die erste Medaille für Österreich! Die 22-jährige Elisabeth Osl holte beim Cross Country der U23-Fahrerinnen Bronze. Gold und Silber gingen an die schier übermächtigen Chinesinnen Liu Yin und Chen Wang Ren. Das Resultat ähnelte der letzten WM in Neuseeland. Denn schon 2006 gab es einen chinesischen Doppelsieg. Allerdings konnte Ying Liu in Schottland den Spieß umdrehen und gewann vor Ren Chengyuan. Vier Runden mussten die U23-Damen auf dem Kurs am Ben Nevis absolvieren. Die Chinesinnen dominierten das Rennen. Wie bereits häufiger in dieser Saison war nicht U23-Weltmeisterin Ren Chengyuan die Stärkere, sondern die zehn Monate ältere Ying Liu. Nach 34,2 Kilometern hielt die Zeit für Liu bei 1:45:43 Stunden an. Die 21-Jährige distanzierte die Vorjahressiegerin am Ende mit 3:31 Minuten deutlich auf den 2. Platz.

Traum in Erfüllung gegangen

„Die beiden Chinesinnen waren eine Klasse für sich, ich hätte sie nicht holen können, auch wenn ich mich das ganze Rennen über sehr gut gefühlt habe. Der Druck im Vorfeld war auf Grund meiner guten Ergebnisse sehr groß. Ich habe immer gesagt, dass eine WM-Medaille mein großer Traum wäre. Jetzt ist dieser Traum in Erfüllung gegangen“, strahlte die Kirchbergerin nach den vier Runden mit je sieben Kilometern Länge im Ziel. Für die junge Tirolerin ist dies die Sternstunde in ihrer noch jungen Karriere.

Hinter den beiden Chinesinnen entwickelte sich aber ein spannendes Rennen. Die Mitfavoritinnen Elisabeth Osl und Tereza Hurikova (CZE) kämpften mit der Polin Aleksandra Dawidowicz und Nina Homovec aus Slowenien um Bronze. Osl konnte die Attacken ihrer Konkurrenz abwehren und sicherte sich nach 1:51,03 Stunden Rang drei. „Es war ein harter Kampf, und ich blieb zum Glück von Defekten verschont“, sagte Lisi, die für das Team Tonis Pro Team Kirchberg fährt, nach dem Rennen. Auch Cross-Country-Trainer Kurt Exenberger war aus dem Häuschen und



streute Lisi Rosen: „Sie fuhr ein perfektes Rennen. Besser hätte es nicht laufen können!“

Gehbauer verpasst Medaille nur knapp

Ein hervorragendes Rennen absolvierte auch der Kärntner Junior Alexander Gehbauer im WM-Cross Country-Rennen. Gehbauer erwischte einen fantastischen Start ins Rennen, führte in der ersten Abfahrt und hielt sich bis zur Hälfte des Rennens im Spitzenfeld auf, das aus fünf Mann bestand. Erst im letzten Downhill konnte sich der Schweizer Europameister Thomas Litscher absetzen, und Alex fiel etwas zurück. Am Ende reichte es für den hervorragenden 4. Platz, sein bestes Ergebnis auf der internationalen MTB-Bühne überhaupt: „Für mich war dieses Ergebnis eine große Überraschung, ich starte das

erste Jahr in der Juniorenklasse, bin erst 17 Jahre alt und deshalb überglücklich mit diesem Ergebnis.“

Christoph Soukup wurde hervorragender Elfter

Für einen krönenden Abschluss bei den MTB-Weltmeisterschaften sorgte der Niederösterreicher Christoph Soukup. Beim Cross Country der Elitefahrer sorgte Soukup mit Rang 11 für das beste Ergebnis der MTB-Geschichte. Nach 51,4 Kilometern hatte er nur 3:10 Minuten Rückstand auf den frisch gebackenen französischen Weltmeister Julien Absalon.

Mehr Infos unter:
www.radsportverband.at

POWERSERV GEHT NEUE WEGE IM SPORTSPONSORING Förderung von Spitzensportlern auch in weniger bekannten Disziplinen

Der führende Personaldienstleister Powerserv Austria forciert die Förderung von herausragenden Nachwuchssportlern und dotiert sein Sponsorbudget 2008 neuerlich mit einem fünfstelligen Betrag. Mit Hilfe der ASKÖ-Bundesorganisation sucht Powerserv Kandidaten für sein nächstjähriges Förderprogramm. Bewerbungsfrist ist der 31. Dezember.

Unterstützt werden junge Spitzensportler, die in ihrer jeweiligen Disziplin führend sind. „Die Förderung der Jugend, vor allem von talentierten Hoffnungsträgern, ist seit 20 Jahren unsere Kernkompetenz!“ erläutert der Leiter der Unternehmensentwicklung und Unternehmenssprecher, Peter Lisowski, die Parallele zum Spitzensport. Dieser sei ein wichtiger Motivator, der vor allem junge Menschen auch im Berufsleben zu besonderen Leistungen anspornt. „Die Vielfalt im Sport ist ein Abbild der verschiedenen Interessen, die der Mensch haben kann. Vielseitigkeit ist unsere Philosophie, wobei immer der Mensch im Mittelpunkt steht!“, so Lisowski.

Powerserv fördert Leistungsträger auch in Sportarten, die sonst weniger vom Sponsoring profitieren, die gesponserten Top-Performer aber international zu den Besten zählen. Derzeit sponsert das Unternehmen erfolgreiche Einzelsportler und Teams in den Disziplinen Beachvolleyball, Volleyball, Poolbillard, Formationstanzen, Frauenlauf und Tennis.

Das bei Powerserv seit Jahren traditionelle und erfolgreiche Sponsoring soll künftig auf weitere Sportarten ausgedehnt werden.

Auskunft über Sponsormöglichkeiten erteilt die Powerserv Austria-Zentrale in Wien unter (01) 523 2000.

Ebenso rechtfertigt der Schüler-Staatsmeister von 2005 im Poolbillard, Patrick Kiesel, die Unterstützung durch Powerserv mit weiteren Spitzenrängen. Der heimische Ranglistenvierte in der Kategorie Schüler strebt derzeit den EM-Titel an. – Stolz ist Powerserv auch auf die Tanzsportler/innen des HSV-Zwölfaxing. Die viermaligen Staatsmeister/innen seit 2004 in Folge sind u. a. im Dezember bei der WM in Bremerhaven und bei der WM 2008 als Gastgeber in Wiener Neustadt in der Formation Latein vertreten.

Mit seinem Einsatz im Sportsponsoring liegt Powerserv ganz im Trend, wie eine kürzlich durchgeführte Umfrage unter 150 im Sport aktiven Unternehmen bestätigt. Demnach würden 92 Prozent der befragten Sponsoren auf die Sportförderung als Kommunikationsinstrument nicht mehr verzichten. (Quelle: www.ifm-sports.com).

Der Personaldienstleister Powerserv Austria ist seit 20 Jahren international tätig und beschäftigt an 40 Standorten in Österreich und weiteren Standorten im

EU-Ausland rund 25.000 Mitarbeiter/innen.

Nähere Information:
Powerserv Austria T: (01) 523 2000
Pressefachliche Betreuung:
esprit@esprit-pr.at, T: (01) 876 48 47



FOTO: POWERSERV

Powerserv verweist nicht ohne Stolz auf den Erfolg der gegenwärtig gesponserten Sportler/innen. So konnte das Beachvolleyball-Duo Felix Bläuel/Alexander Huber nach dem U23-Europameistertitel 2006 heuer bereits sechs Turniersiege und je zwei 2. und 3. Plätze für sich verbuchen.

WALTER NAUSCH – EINE ÖSTERREICHISCHE FUSSBALLLEGENDE!

von Ilan Fellmann



Zum 100. Geburtstag bzw. 50. Todestag

Am 11. Juli 2007 feierte man den 50. Todestag von Walter Nausch, dem ehemaligen Fußballer des österreichischen Wunderteams in den Dreißiger Jahren und Trainer unserer Bronze-Mannschaft bei der Fußball-WM 1954 in Bern. Walter Nausch wurde am 5. Februar 1907 in Wien geboren. Der begeisterte Fußballer kam 1923 zum Wiener Amateur SV, Vorläufer der Wiener Austria, und wurde bereits 1924 zum ersten Mal Staatsmeister. Von 1925–1929 spielte er beim WAC, um dann ab 1929 wiederum bei der Austria seine Karriere fortzusetzen. Er war

neben Matthias Sindelar Topspieler bei der Austria und auch im Nationalteam. Zu seinen größten Erfolgen als Spieler gehörten die beiden Mitropacupsiege mit der Wiener Austria, 1933 gegen Inter Mailand, 1936 gegen Slavia Prag. Auch im Nationalteam glänzte er (insgesamt 39 Teameinsätze), so auch bei der knappen Niederlage gegen England (3:4 in London, Chelsea-Platz im Jahr 1932). „Sir Walter“, wie er auch genannt wurde, war nicht nur am Spielfeld ein „Großer“. Auch im Privatleben zeigte er Menschlichkeit und Verlässlichkeit. Er verließ die Wiener Austria erst nach der am 17. März 1938 erfolgten Sperre des Vereins durch die Nationalsozialisten und dessen Umwandlung in den „Sportklub Ostmark“. Nausch erhielt ein Angebot, diesen Verein als Trainer zu übernehmen, wenn er sich von seiner jüdischen Ehefrau trennen würde. Das war zu viel verlangt!

Nausch verließ die Ostmark fluchtartig im November 1938 und floh mit seiner Frau nach Zürich und wurde schließlich Trainer bei Young Fellows Zürich. Nach dem Krieg holte man ihn nach Österreich zurück. Er wurde Trainer unseres Nationalteams und feierte mit unserem „zweiten Wunderteam“, mit grandiosen Spielern wie Zeman, Happel, Hanappi, Ocwirk, den beiden Körner, Probst und Stojaspal, viele Erfolge – den größten bei der Fußball-WM in der Schweiz 1954 als Dritter, hinter Weltmeister Deutschland und Ungarn! Das war der größte Erfolg, den unser Fußball jemals erreichen konnte! Walter Nausch wurde dann wiederum Trainer bei der Austria Wien, verstarb jedoch plötzlich – eben Fünfzig geworden – an den Folgen eines Herzinfarkts, den er nach einer Niederlage der Wiener Austria gegen den Kremser SC erlitten hatte!



Erste Österreichische Fahnenfabrik

TI 02262 720 00 | www.fahnenfabrik.at

Wir sind übersiedelt – Tradition hat Zukunft

Nationalen, Bundesländlichen, Gemeindefür, Wk. Bezirksfähnen, Transporter, Brauchfähnen, Dekorfahnen, Doppelköpfige, Mini-Brauch, u. Doppelköpfige, Österreichische Traditionsfahnen, Digitaldruck, Simuldruck, Dreifarben-, Digitaldruck, Fahnenmuster, Zubehör

Trachturner, Aufträge, Aufträge, Logos



Im Juli 2016 übernahm die Erste Österreichische Fahnenfabrik ein neu, modernes Betriebsgebäude im Gewerbegebiet Söllern bei Korneuburg. Der zuständige Fabrik-Produzent hat damit alle österreichischen Fahnenarten an einem Standort zentralisiert und präsentiert sich somit als qualitativer Schwingenhersteller im Bereich großer Fahnenherstellung.



Das neue, moderne Fertigungsgebäude der Erste Österreichische Fahnenfabrik in Söllern bei Korneuburg (ca. 13 km nördlich von Wien (16.)) Die Digitaldruckproduktion (1.) und die Dreifarbenherstellung (2.)

Volleyball

Linz und Wolfurt siegten bei ASKÖ-BM

An den ASKÖ-Bundesmeisterschaften im Volleyball nahmen im Landessportcenter Innsbruck bei den Damen 8 Teams aus Wien, Niederösterreich, Oberösterreich, Steiermark, Kärnten und Tirol teil. Bei den Herren gingen drei Mannschaften aus Kärnten und Vorarlberg an den Start.

Der VC Tirol, als Veranstalter dieser Bundesmeisterschaft, konnte bei der Eröffnung des Turniers neben dem ASKÖ-Bundesreferenten Franz Sachernegg und ASKÖ-Tirol-Geschäftsführer

Gerd Jeller auch den Vizebürgermeister Christoph Platzgummer begrüßen. Im spannenden Damen-Finale konnte der VC Tirol mit einer jungen Garde trotz Verletzung einer Spielerin das Spiel lange offen halten, letztendlich setzte sich aber dennoch das Team von Fabasoft Linz durch. Auf den weiteren Platzierungen: Volleyteam Wien (W), ATSC Klagenfurt (K), SVS X-Volleys (NÖ), SG Eisenerz/Trofaiach (ST), ASKÖ Pregarten (OÖ) und VBC Krottendorf (ST). Bei den Herren holte sich VC Wolfurt (V) vor Hypo Klagenfurt I (K) und Hypo Klagenfurt II (K) den Titel.



Fabasoft Linz holte bei den ASKÖ-Bundesmeisterschaften im Volleyball den Titel.

Fußball-Legende Helmut Senekowitsch verstorben †



Ein schweren Verlust muss der Österreichische Sport hinnehmen. In der Nacht den 9. September 2007, verstarb mit Helmut Senekowitsch ein wahrlich Großer des Österreichischen Fußballsports. Nach langem Leiden musste er 73-jährig den Kampf gegen den Krebs verloren geben. Helmut Senekowitsch wurde als Fußballprofi, Nationalspieler und Trainer im In- und Ausland bekannt. Sein „Meisterstück“ lieferte als Trainer des legendären „Argentinien-Teams 1978“ ab, der 3:2-Sieg Österreichs gegen Deutschland nach 47 Jahren Niederlagenserie ging in die österreichische Sportgeschichte ein. Auch danach war der Fußball-Globetrotter, dessen Sohn Christian (heute ein Arzt) im Handballsport ein Internationaler wurde, noch viele Jahre im Ausland tätig. In den letzten Jahren machte sich Helmut Senekowitsch als Sportreferent des Pensionistenverbandes ein Namen und setzte sich vehement für die Anliegen älterer Sportler/innen ein. Mit der ASKÖ verband den sympathischen Klosterneuburger eine tiefgehende Freundschaft und Verbundenheit. Die große ASKÖ-Familie trauert um einen verdienstvollen Vertreter des österreichischen Sports. Unsere Anteilnahme gilt den Hinterbliebenen.

FOTO: ASKÖ, WAT

Billard

Werner Rieschl verteidigt seinen Titel

Der ASKÖ-Wien-Sportler wiederholte bei den Österreichischen Meisterschaften seinen Titelgewinn im Englisch Billiards.

Werner Rieschl begann enttäuschend und verlor seine Auftaktpartie gegen seinen Wiener Vereinskollegen Carl-Walter Steiner, der in weiterer Folge auch gegen den achtfachen Billiardsmeister Michael Kreuziger einen Sieg verzeichnen konnte. Ein Sieg von Kreuziger über Rieschl entschied das Rennen um den 2. Platz in der Zwischenwertung, während Steiner nach dem ersten Tag mit fünf Siegen und ohne Niederlage klar in Führung lag.

Am 2. Tag kam jedoch die Wendung: Steiner verlor gleich seine ersten beiden Spiele, während Werner Rieschl alle seine Partien gewinnen konnte. In der letzten Runde war für das Toptrio noch alles offen – während Rieschl gegen Meszaros nichts anbrennen ließ und Nervenstärke zeigte, waren zwischen Steiner

und Kreuziger die letzten Sekunden entscheidend. Letztlich setzte sich Steiner durch und sicherte sich damit den Vizemeistertitel. Dies bedeutete gleichzeitig den zweiten Meistertitel für den 26-jährigen Wiener Werner Rieschl vom ASKÖ-Wien-Club SEBC.



Eishockey

Gelungener Saisonauftakt der Junior Capitals

Mit starken Leistungen startete der Wiener ASKÖ-Verein EAC Junior Capitals Vienna in die neue Saison. Die „Juniors“ sind Österreichs größter Nachwuchs-Eishockeyverein.

Im Rahmen des traditionellen Saisonöffnungsturniers der Kleinsten der Junior Capitals wurden wieder international starke Teams in die Albert-Schultz-Halle geladen, dazu kamen österreichische Gegner.

Während die Unter 8 (Jhg. 2000 u.j.) mit vielen neuen Spielern einstieg und Platz 4 beim Heimturnier erreichte, trumpten zwei Unter-10-Teams (Jahrgänge 1998 und 1999) mit sehr starken Leistungen auf. Das ältere Team der Junior Caps 1 kam in einem sehr spielstarken Turnier von 8 Mannschaften bis ins Halbfinale und wurde nach einem dramatischen Penaltyschießen großartiger Dritter. Die jüngere Mannschaft der Junior Capitals 2 überraschte alle mit großem Kampfgeist und Engagement und verpasste nur mit viel Pech den Einzug unter die letzten Vier. Nach einem 2:1 gegen den WEV gab es Rang fünf.

Somit wurde die großartige Nachwuchsarbeit im Wiener Eishockey unterstrichen und beweisen die Trainer Hannes Gehr (U8), Viktor Cirtek sowie Aurel Voican (U10), dass man auf dem richtigen Weg ist.

Weitere Infos zu den Junior Capitals unter www.junior-capitals.at



So raffig kann Nachwuchs-Eishockey sein. Der neunjährige – Georg Miksch von den Junior Capitals.



Michaela Gigon holte WM-Gold

Erfolge für die ASKÖ-Sportler/innen bei der Mountainbike-Orientierungsweltmeisterschaft in Tschechien.

Bei der Mountain-Bike-Orientierung-WM in Nove Metro na Morave (Tschechien) und erreichte die Wiener ASKÖ-Sportlerin Michaela Gigon ein lang ersehntes Ziel. Mit viel Einsatz und hartem Training gut vorbereitet legte Gigon die fast 29 km (+ 580 Steigung) am schnellsten zurück und holte sich mit fast zwei Minuten Vorsprung auf die Russin Ksenia Chernykh zum ersten Mal Gold in der Langdistanz. Bei der ersten von vier Zwischenzeiten noch an 6. Stelle, fuhr sie, mit der Wut im Bauch, bei der Mitteldistanz keine Medaille gemacht zu

haben, immer schneller. Bis zum letzten Funkposten hatte sie ihre Führung bereits auf über 3 Minuten ausgebaut. Kleine Kartenungenauigkeiten kosteten am Schlussteil noch eine Minute, aber die Goldmedaille war ihr nicht mehr zu nehmen. Der Salzburger Tobias Breitschädel konnte in seiner Runde die 7.-beste Zeit erzielen und leistete damit einen wesentlichen Beitrag zum hervorragenden 8. Platz des österreichischen Herrenteams gemeinsam mit seinen Teamkollegen Christian Gigon und Andreas Rief.

Fußball

Titel ging an Kärnten

Bei der in Kundl ausgetragenen Bundesmeisterschaft für U15 Mannschaften war die Kärntner Auswahl ein Klasse für sich und gewann das Finale gegen das Wiener Team (im Bild unten). Das Turnier wurde vom Salzburger Landesreferenten Adi Tschaut hervorragend organisiert und bei wunderbarem Fußballwetter ohne Verletzungen über die Bühne gebracht. Die Bundesmeisterschaft 2008, die in Wien ausgetragen werden sollte, wurde aufgrund der zu dieser Zeit stattfindenden Europameisterschaft nach Niederösterreich vergeben.



Ringen

Kontinuierlich an der Spitze

In der Jahreswertung des Amateurverband der Ringer erreichte der PSV Wien unter 33 Mannschaften den 4. Platz. Auch bei der Jugend konnte der 4. Rang erkämpft werden. Die Erfolge sind umso höher einzuschätzen, da man im Vergleich zur Konkurrenz mit einem wesentlich geringeren Budget auskommen muss. Insgesamt konnten von allen Wiener Vereinen bei Österreichischen Meisterschaften 38 Medaillen (9x Gold/13x Silber/16x Bronze) errungen werden.



MAG. MARION TRSKA, CHEFREDAKTEURIN

Österreichs erstes Frauensportmagazin ist da!



ANGESIEDELT zwischen Sport und Lifestyle soll das „sporting woman“ einerseits informieren, vor allem aber unterhalten und motivieren.

Diverse Sportarten werden „frauengerecht“ aufbereitet, Reportagen von aktiven Frauen und tolle Bilder machen Lust auf Bewegung. Natürlich kommen auch Männer vor, schließlich stellt ein sportlicher Männerkörper auch was dar!

Sportmagazine gibt es viele und Frauenmagazine auch.

Warum es bis dato noch kein Frauensportmagazin gab, liegt wahrscheinlich daran, dass in der Branche doch hauptsächlich Männer arbeiten und die naturgemäß keinen Wunsch nach einem Frauensportmagazin verspüren. Da ich Zeit meines

Lebens gerne Sport aller Art betreibe und weiß, wieviel Freude, Selbstbewusstsein, Energie und manchmal auch Trost man aus sportlicher Bewegung ziehen kann finde ich, dass es endlich Zeit für ein eigens für Frauen konzipiertes Sportmagazin ist, damit möglichst viele Frauen motiviert werden, sich sportlich zu betätigen. Und deshalb habe ich das „sporting woman“ ins Leben gerufen.

Das nächste „sporting woman“ gibt es ab 7. November in der Trafik.

Die Themen im kommenden Heft sind:

- Wintersport (alles für Frauen im Schnee), Fitness (Trends, Center, die attraktivsten Trainer), Laufen (auch im Winter), Wellness, Ernährung, Mode...



FOTO: ASKÖ, SPORT IN WIEN

Carina Hasenöhrl ist auf die andere Seite des Sports gewechselt

Österreichs Turn-Ass Carina Hasenöhrl trat im Juli dieses Jahres unmittelbar nach einem Comeback-Versuch nach einer schweren Halswirbelverletzung aus dem Leistungssport zurück. Die Klagenfurterin verrät „move“ ihre Beweggründe, Erinnerungen an ihren geliebten Sport und ihre ganz persönliche Zukunft.

Move: Du hattest im November vergangenen Jahres einen fürchterlichen Trainingsunfall, bei dem Du Dir einen Halswirbel gebrochen hast. Schneller als erwartet ist die Heilung verlaufen. Das Training verlief zuletzt schon wieder ganz gut. Warum der überraschende Rücktritt?

Carina Hasenöhrl: Nach meinem schweren Unfall wollten meine Eltern unbedingt, dass ich meine Karriere beende. Trotzdem habe ich weitergemacht. Bei meinem Comeback-Wettkampf, den holländischen Staatsmeisterschaften, habe ich mir dann das Kreuzband gerissen. In der Sekunde als es passiert war, wusste ich, dass ich aufhören werde. Mein großes Ziel nach der Verletzung war die Weltmeisterschaft am 2. September in Stuttgart. Die einzige Qualifikationsmöglichkeit für die Olympischen Spiele 2008 in Peking. Mit der Kreuzbandverletzung hatte ich keine Chance, bis Anfang September fit zu werden. Das war`s.

Bist Du müde vom Leistungssport?

Mit sieben Jahren habe ich beim KTC mit dem Turnsport begonnen. Aber erst mit 16 habe ich leistungsmäßig und hart trainiert. Von dem her bin ich noch lange nicht am Zenit. Aber ich war bei drei Weltmeisterschaften und drei Europameisterschaften, außerdem beim Weltcup-Finale. Mein großes Ziel war immer Olympia. Das habe ich

jetzt nicht geschafft. Weitere vier Jahre daraufhin zu arbeiten ist mir zu lange.

Du hast täglich mehrere Stunden trainiert. Wie sieht momentan Dein Tagesablauf ab?

Aufgrund meiner Halswirbelverletzung haben mir die Physiotherapeuten geraten, die Rückenmuskulatur zu stärken. Da ich in der Beweglichkeit im Halsbereich immer noch eingeschränkt bin, arbeite ich jetzt an meiner Rekonvaleszenz.

Also nur noch Kraftkammer und keine Turnhallen mehr?

Lacht. Ganz aus der Turnhalle bin ich noch nicht verschwunden. Über den Sommer trainiere ich beim KTC in Klagenfurt mit dem Nachwuchs. Fünf Tage in der Woche bin ich hier Trainerin und versuche, meine Erfahrungen weiterzugeben. Zuerst zeige ich ein Ballettprogramm vor, danach trainiere ich mein verletztes Knie. Ich bin sozusagen auf die andere Seite gewechselt – jetzt gebe ich die Befehle.

Werden wir auch in Zukunft eine Trainerin Carina Hasenöhrl sehen?

Ich komme aus dem Leistungssport, und Turnen ist keine Funsportart. Man muss tagtäglich hart an sich arbeiten, wenn man etwas erreichen will. Die Jungen scheitern

schon an Blasen an den Händen. Ich bin ab Oktober in Graz und habe ein Angebot, dort als Trainerin zu arbeiten. Aber ich weiß nicht, ob ich das will. Auch als Coach musst du den ganzen Tag in der Halle stehen. Da habe ich wieder keine Freizeit, und zudem bin ich zwar dabei, aber es geht nicht mehr um mich. Ich will mir selbst Ziele suchen und daran arbeiten.

Hat Dein Umzug nach Graz mit einem Studium zu tun?

Ja. Ich werde Chemie studieren und möchte irgendwann wissenschaftlich arbeiten. Die Erforschung neuer Medikamente würde mich interessieren.

Hast Du heuer schon mal Urlaub gemacht?

Ich hatte drei Wochen frei, musste nicht in der Halle trainieren. Der schönste Urlaub ist eh zu Hause bei meinen Eltern. Wir haben einen schönen Schwimmteich, da kann ich super relaxen. Zudem war ich mit meinem Bruder noch ein Woche in der Türkei in einem Magic Life Club. Die wenigen Tage haben sich aber sehr gezogen – ich bin kein Typ, der stundenlang am Sandstrand liegen kann.

Danke für das Gespräch und viel Erfolg für Dein Studium.



Hasenöhrl mit Klagenfurter Turn-Nachwuchshoffnungen.



Carina Hasenöhrl als Trainerin mit einer jungen Turnerin beim „Strecken“!



ASKÖ LGF Günther Leikam und ASKÖ-Vizepräsident GR Jürgen Pfeiler überreichen Carina Hasenöhrl den ASKÖ-Jugendförderungspreis.

MTB-Orientierung

2 Siege für Tobias Breitschädel

In Aspang (Niederösterreich) wurden zwei Läufe zum „Orientierung Austria Cup“ auf dem Mountainbike ausgetragen, wobei einer der Bewerben zugleich Staatsmeisterschaft in der Langdistanz war. In einem hochinteressanten, sowohl fahrtechnisch als auch orientierungsmäßig schweren Gebiet konnte der WM-Achte Tobias Breitschädel (ASKÖ Henndorf Orientierung) seine ganze Klasse ausspielen. Nach dem Sieg am Samstag beim 5. Lauf zum MTB-O Austria Cup, war er auch am Sonntag auf der doppelten Streckenlänge nicht zu bremsen und holte mit souveränen 5 Minuten Vorsprung den Staatsmeistertitel in der Langdistanz nach Salzburg.



Der frisch gebackene Staatsmeister in der MTB-O Langdistanz: Tobias Breitschädel vom ASKÖ Henndorf Orientierung.

PROF. DR. OTMAR WEIß – SPORTSOZIOLOGE

ENTWICKLUNGSTENDENZEN IM SPORT



Sport ist eine körperliche Aktivität, die erlebnis-, gesundheits-, leistungs-, spiel- und wettkampforientiert wird.

Mit Alter, Geschlecht, sozialer Schicht, Organisation usw. verändern sich Form und Bedeutung des Sports. Viele Spiele und Freiluftaktivitäten haben zunächst im kleinen Kreis begonnen. Mit wachsender Differenzierung der Gesellschaft wurden diese Spiele und Sportarten zunehmend formalisiert und in neuen Institutionen organisiert. Im Verlauf der Entwicklung wurden die einzelnen Sportarten selbst mehr und mehr verändert und erweitert. Heute besteht der Sport in vielfältigen Ausprägungs- und Erscheinungsformen. Er wird durch seine Beziehungen zur Gesellschaft ausdifferenziert. Von den einzelnen Ebenen in der Gesellschaft bzw. von den gesellschaftlichen Teilbereichen wie Familie, Schule, Kirche, soziale Schicht etc. wird Einfluss auf ihn ausgeübt.

Werden z. B. im Rahmen der familiären Sozialisation spezifische Handlungs- und Leistungsorientierungen internalisiert, so werden diese die Art und Weise wie Sport bzw. eine bestimmte Sportart betrieben wird, beeinflussen. Oder werden kulturelle Muster und Wettorientierungen der Mittelschicht zugleich zu dominierenden und bestimmenden Wertmustern der Gesamtgesellschaft (Leistungs- und Wettbewerbsorientierung, Fairness usw.), so ist zu erwarten, dass diese Wertorientierungen auch in den Sport diffundieren.

Umgekehrt wirkt das Produkt zurück auf seinen Produzenten. Kulturelle Merkmale und Wertorientierungen des Sports beeinflussen andere gesellschaftliche Bereiche. Sportlichkeit, Fitness, Fairness, Gesundheit und Wohlbefinden sind nicht nur sport-spezifische Sinnmuster und Wertvorstellungen, sondern finden ihren Niederschlag in einer Versportlichung der Gesellschaft. Indem der Sport Fernsehprogramme füllt, Unterhaltung bietet, Modetrends beein-

flusst und Vorstellungen davon liefert, was z. B. sportlich oder fair ist, bestimmen seine Sinn- und Handlungsmuster das übrige kulturelle Leben mit. Sie beinhalten Vorstellungen eines kulturellen Habitus im Sinne postmaterielle Lebensorientierung, also z. B. Vorstellungen von Individualität, Aktivität und sozialer Offenheit. Dabei finden Sportlichkeit und Sportivität als Lebensstilbestimmende Verhaltensmuster, die weit über den Bereich des organisierten Sports hinausgehen, besonderes Interesse. Wie nie zuvor besitzt der Sport eine alltags- und lebensorganisierende Wirkung und ist Kristallisationspunkt sich wandelnder sozialer und psychosozialer Bedürfnisse.

Sport wirkt sozial vermittelnd, weil in ihm die Inhalte des Kulturellen in verständlicher Form abgebildet werden. Verschiedene kulturelle Werte wie Chancengleichheit, Fairness etc., an die Menschen glauben, werden im Sport real vorgelebt. Dadurch erfolgt eine direkte Bestätigung gesellschaftlicher Werte und Bedeutungen, und es wird demonstriert, dass deren Anwendungen im Sport zum Erfolg führen. Indem im Sport der Erfolg nur durch die regelgeleitete Leistung erzielt wird, erscheint er als Ideal bzw. Utopie der Gesellschaft. Er bietet eine hervorragende Möglichkeit für Identifikation und Projektion. Mit seinen Zielen, Werten, Verhaltensmustern und Wirkungen eröffnet der Sport die Möglichkeit par excellence, Anerkennung bzw. Identitätsbestätigung zu erfahren. Die quantifizierbaren Maßeinheiten (z. B. Sek., Punktetabellen usw.) bzw. die Technizität und Neutralität der Regelungen, die sportliches Handeln auf eindeutige Symbole reduzieren und über die sich der Sport in idealisierter Form als soziales Handeln erschließt, machen ihn zu einer universellen Kommunikationsform, in der und über die jeder mit jedem kommunizieren kann.

Wer viel Erfolg hat kriegt seinen Preis

Seit 1999 ehrt der ASKÖ-Landesverband Kärnten alle zwei Jahre seine besten Jugendsportler/innen mit dem Jugendförderungspreis. Heuer kamen gleich 21 Einzelsportler und drei Teams in dessen Genuss, die Auszeichnung fand in Velden statt.

Das Jugendgästehaus Cap Wörth bei Velden diente als passendes, stilvolles Ambiente, mit der Sonne lachten auch die Verantwortlichen des ASKÖ-Landesverbandes Kärnten und deren sportliche Aushängeschilder aus dem Nachwuchsbereich. Letztere wurden für ihre Leistungen mit dem Jugendförderungspreis ausgezeichnet.

Preise werden seit 1999 vergeben

„Wir vergeben diesen Preis seit 1999 an unsere besten Nachwuchssportler“, stellt der Präsident der ASKÖ Kärnten stolz fest. Zwei Kriterien müssen für die Vergabe erfüllt werden. Der oder die Aktive ist zwischen 14 und 19 Jahre alt und hat entweder



Diese Mädels haben's drauf – dessen ist sich auch Kärntens Volleyballpräsident Peter Kaiser (links) bewusst. Er gratulierte den Brückl hotvolleys zum errungenen österreichischen Meistertitel 2007 und wagte einen Ballwechsel. Im Görtschitztal herrscht seitdem ein Volleyballboom.

einen österreichischen Meistertitel errungen oder internationale Erfolge vorzuweisen. Als Belohnung winken Einzelsportlern jeweils 400 Euro, den Mannschaften je 500 Euro. 1999 wurde der Preis an zehn Sportler vergeben, heuer waren es bereits 21 Einzelsportler und 3 Teams. Präsident Leikam: „Das ist wohl der beste Beweis für die ausgezeichnete Nachwuchsarbeit, die in unserem Vereinen geleistet wird!“

Sonderförderung für Hermann Brandstätter

Die Top-Leistung erbrachte der Achomitzer Tomaz Druml: Der Nordische Kombinierer errang mit Österreich Gold bei der Junioren-WM. Eine Begeisterung lösten wiederum die Mädels der Brückl Hotvolleys aus: Sie kamen bei den österreichischen U13-Meisterschaften als Ersatzteam zum Zug, jubelten am Ende über den Turniersieg. „Seitdem brach übers Görtschitztal ein Volleyball-Boom herein“, weiß Leikam, der den Jugendlichen auch ein Vorbild präsentierte:

„Hermann Brandstätter ist seit 40 Jahren erfolgreich im alpinen Skilauf tätig, dreifacher Seniorenweltmeister. Daher bekam auch er ausnahmsweise die Förderung.“

Folgende Jugendsportler/innen wurden mit dem Jugendförderungspreis ausgezeichnet: Tomaz Druml (Nord. Kombination, SV Achomitz), Kevin Perchthaler (Radsport, RC ARBÖ Team Graf St. Andrä), Robert Gehabauer (Radsport, Carinthian Power Bike Team), Alexander Gehbauer (Radsport, Carinthian Power Bike Team), Anja Puggl (Snowboard, ASKÖ ESV St. Veit), Ina Meschik (Snowboard, TSA Kelly's Landskron), Johann Stefaner (Snowboard, TSA Kelly's Landskron), Carina Hasenöhr (Kunstturnen, KTC Klagenfurt), Kerstin Walkam (Judo, Judoclub Wolfsberg), Patrick Süßenbacher (Karate, Karateclub Feldkirchen), Niclas Michenthaler (Karate, Karateclub Feldkirchen), Thomas Grader (Langlauf, ASKÖ Stall-Wildegg), Roman Abubakorow (Boxen, Boxclub Villach), Dominik Scherwitzl (Kanu, Kanuclub Glanegg), Christian Zluga (Schwimmen, SV Wörthersee), Helena Suppin (Leichtathletik, LAC Klagenfurt), Belinda Heber (Badminton, ASKÖ Kelag Kärnten), Georg Schönfelder (Fechten, FK Treibach), Jürgen Kreinbacher (Fechten, FK Treibach), Simon Frühbauer (Beach Volleyball, HYPO VBK Klagenfurt), Hermann Brandstätter (Ski alpin, SC Rosental), ASKÖ Kelag Kärnten (Badminton-Mannschaft), Brückl Hotvolleys (Volleyball-Mannschaft), Wörthersee-Piraten (Basketball-Mannschaft).



Das ASKÖ-Radteam: Landesreferent Norbert Steiner mit Kevin Perchthaler sowie Alexander und Robert Gehbauer.



Unsere Asse auf weißem Untergrund: Tomaz Druml (Nord. Kombination) und Thomas Grader (Langlauf) nahmen ASKÖ-Präsidenten Toni Leikam in die Mitte.

Kanu

Erfolg bei der Junioren-EM

Nach dem 4. Platz bei der Junioren-WM in Racice gewann Sabine Bachmayer mit ihrer Linzer Partnerin Ana Lehaci die Bronzemedaille im „Kajak-Zweier“.

Mit dem 1. Platz im Vorlauf – 43 Nationen waren am Start – qualifizierten sie sich direkt für das Finale. Leider hatten die beiden im Endlauf einen schwachen Start und lagen bei der Hälfte der Strecke nur an Platz 7.

Doch dann legten sie ihre Nervosität ab, wurden je länger das Rennen dauerte immer stärker und fuhren mit einer Zeit von 1:47,175 nur 0,7 Sek. hinter den Siegern aus Ungarn und 0,165 Sek. hinter den zeitplatzierten Russinnen als Dritte über die Ziellinie. Die PSV-Sportlerin holte damit die erste EM-Medaille für Wien und machte sich unmittelbar vor ihrem 18. Geburtstag ihr wohl größtes Geschenk.



Die erfolgreichen Sportlerinnen (v. l.): Ana Lehaci und Sabine Bachmayer.

DR. BENNO ZIFKO – SPORTMEDIZINER

Sportverletzungen



Was tun bei Knochenbrüchen?

Schauen – Hören – Tasten

Wenn Sie einen Frischverletzten sehen, gilt es, zuerst den verletzten Bereich anzuschauen und nicht gleich abzutasten. Schauen Sie ob äußerlich eine Veränderung vorliegt – Schwellung, Deformierung, eine Wunde.

Lassen Sie sich den Unfallhergang schildern und die schmerzhafteste Stelle vom Verletzten zeigen. Beim ersten Abtasten fangen Sie in einem Bereich an, von dem Sie vermuten, dass er unverletzt ist und somit nicht schmerzhaft.

Sie gewinnen das Vertrauen des Verletzten und können gleichsam im Ausschussverfahren die tatsächlich verletzte Stelle eingrenzen. Abnorme Beweglichkeit im verletzten Bereich, die oft spontan durch unwillkürliche Muskelanspannung des Verletzten sichtbar wird, ist ein sicheres Bruchzeichen.

Sicherheitshalber ins Spital

Schwellung und Blauverfärbung können auch oft erst nach einiger Zeit auftreten und uns somit am Unfallort nicht helfen, zu entscheiden, ob der Verdacht auf einen Knochenbruch vorliegt oder nicht. Das entscheidet im Zweifelsfall nur die Röntgenaufnahme im Spital. Bei Unmöglichkeit, ein verletztes Bein zu belasten, besteht Verdacht auf Knochenbruch. In solchen Fällen wird ebenfalls eine rasche Röntgenaufnahme notwendig sein.

Erste Hilfe

Bei einem offenen Bruch muss die Wunde steril abgedeckt werden. Der Bruchbereich mit den benachbarten Gelenken muss stabil gelagert werden. Das Bein soll nicht hin- und herwackeln. Keine zirkulären schnürenden Verbände anlegen. Beinverletzte sollen liegend transportiert werden. Beim Umlagern kann durch leichten Zug am Fuß der

Bruchbereich entlastet und das Schmerzgefühl vermindert werden. Armverletzte haben bei halb-sitzender Position mit Rückenabstützung üblicherweise weniger Beschwerden. Durch die Schwerkraft hängt sich ein Oberarmbruch, der gegen den Oberkörper fixiert wird, aus, und die Bruch-Enden reiben nicht so stark gegeneinander. Bei Armbrüchen Anlegen eines Dreiecktuches. Bei Armverletzungen die Wäsche über die gesunde Seite – zuerst ausziehen und dann erst den Ärmel über die verletzte Seite hinunterziehen. Beim Anziehen genau umgekehrt – zuerst mit dem verletzten Arm in den Ärmel hineinschlupfen und danach mit dem gesunden Arm.

Bei Verdacht – nicht Essen, nicht Trinken

Am Unfallort besteht der Verdacht auf einen Knochenbruch entweder bei sichtbarer Fehlstellung oder wenn der Verletzte das Bein nicht belasten kann. Nach schonender Lagerung des Beines oder Anlegen eines Dreiecktuches bei Verdacht auf Armbruch Aufsuchen der nächstgelegenen Unfallambulanz. Es ist besonders wichtig; keine Nahrung mehr zu sich nehmen, d. h., der Patient muss für den Fall, dass eine Knochenoperation notwendig wird, nüchtern sein = nichts essen und nichts trinken.

Nahrungskarenz vor OP

Die Nahrungskarenz vor einer Operation soll sechs Stunden betragen. Natürlich muss der Unfallchirurg oft in Notfällen diese Regel ignorieren und vor Ablauf der sechs Stunden operieren. Das bedeutet jedoch für den Patienten ein erhöhtes Anästhesierisiko – es besteht die Gefahr, dass Speisereste in die Lunge geraten und eine gefürchtete Lungenentzündung, die Aspirationspneumonie, auslösen können.

Tirols Radsport-„Ikone“ Doris Posch feiert 20 Jahre Radrennsportgeschichte



Doch der Reihe nach. Und es war kein Aprilscherz, als Doris am 1. April 1973 in Innsbruck das Licht der Welt erblickte. Und es war auch kein Zufall, dass Doris als waschechte Tirolerin zunächst Bekanntheit mit den berühmten „zwoa-Brettl'n“ machte. In Folge führten leichte „Wachstumsprobleme“ im „pubertierenden Alter“ Regie. So wurde Doris von ärztlicher Seite empfohlen, im Sommer verstärkt in die „Pedale zu treten“. Ein Rat, aus dem zunächst Liebe und mittlerweile schon echte Leidenschaft geworden ist.

Mit 14 Jahren begonnen

Doris stieg mit 14 aufs Rennrad und hörte von der „Sucht“ Radsport gepackt nicht wieder auf. Hinter den Kulissen des Damenradsports – ob beim Straßenradfahren oder beim MTB – geht es nicht nur um Zeitmessung und kräfteaubende Höhenunterschiede. Die Lizenz zum Rennen fahren bedeutet Dopingkontrollen, ein Teller Spaghetti am Morgen und Renntage, die von fünf Uhr morgens bis zehn Uhr abends dauern. Im Ziel sucht man dann eine Dusche und in stundenlanger Autofahrt das Hotelzimmer. Von Glück ist die Rede, wenn der Regen ausbleibt oder wenn der Reifenplatzer erst im Ziel passiert und nicht bei der vorangegangenen Talfahrt, oder wenn man zum Auto zurückkommt und noch alle aufgepackten Räder vollständig vorhanden sind.

Alle Höhen und Tiefen erlebt

Doris hat in ihrer langen Karriere wie auf einer Berg- und Talfahrt so ziemlich alles erlebt. Strahlende Erfolge wie tiefsitzende

Die Eleganz des Rennrads oder des Mountainbikes ist ein Thema. Auch bei Frauen. Eine von ihnen, Doris Posch, lebt in Imst, gehört seit nunmehr 20 Jahren der nationalen und internationalen Radsportelite an und holte sich heuer zum zweiten Mal den Weltmeister-Mastertitel im Einzelzeitfahren.

Enttäuschungen. Beides gehört unwiderlich zum Sportlerleben, auch zu dem einer Radsportamazone. Doch die vielen Siege und Glücksmomente, die es vor allem in den letzten Jahren gab, stellen die negativen Aspekte wie „tägliche Trainingsqualen“ oder schmerzvolle Verletzungen verbunden mit oftmals langwierigen Therapien komplett in den Schatten.

Die Erfolgsliste von Doris, einer karenzierten HS-Lehrerin, ist ellenlang: 10-fache Staatsmeisterin im Einzelzeitfahren, Staatsmeisterin 3000 m Einzelzeitfahren auf der Bahn, Österreichische Meisterin MTB Hillclimb, insgesamt 27 Medaillen bei Staatsmeisterschaften im Straßen- und MTB-Sport.

Tolle Saison

Und auch die diesjährige Radsportsaison verlief aus Doris' Sicht einfach perfekt.

So sicherte sich die sympathische „Oberländerin“ und Obfrau des „pro-V-ARBÖ-Lady's Team Tirol“ zunächst den Europameistertitel im 24-Stunden-Mountainbiken, und sicherte sich vier Jahre nach ihrem ersten WM-Titel bei der Masters-WM in St. Johann in Tirol mit neuem Streckenrekord ihren zweiten Weltmeistertitel im Einzelzeitfahren. „Form und Material haben ganz einfach optimal gepasst“, so die frischgebackene Weltmeisterin im Ziel.

Abgerundet wird die Erfolgsbilanz vorerst mit der erfolgreichen Titelverteidigung bei den ÖM im MTB-Hillclimb. Auf der sehr schwierigen, aufgeweichten Strecke mit bis zu 35% Steigung von Zell am See auf die Schmittenhöhe (12 km/1.250 Hm.) verwies Doris Posch ihre Mitkonkurrentinnen Maria Koch und Martina Stauer auf die Plätze 2 und 3.

Erfolgsstory geht weiter

Bei allen Siegen, Doris wird – und davon gehen wir aus – bei bester Gesundheit und

voller Motivation weiter in die Pedale treten. Und damit ist ein Ende der Erfolgsstory der Doris Posch noch lange nicht in Sicht. Ganz im Gegenteil: Es wird mit Sicherheit noch um einige Kapitel reicher werden. Dabei wünscht ihr die ASKÖ jedenfalls von ganzem Herzen alles Gute.



Volle Konzentration beim Start von Doris Posch.

Badminton

WBH Wien holt den Donaupokal

Mit vier Siegen in Folge holten die Wiener ASKÖ-Sportler/innen den prestigeträchtigen Donaupokal 2007 nach Österreich.

Als ausgeglichene Mannschaft und mit einer überragenden Tina Riedl, setzten sich die Wiener in der Vorrunde ungefährdet mit zwei Siegen jeweils 5:2 durch. Etwas überraschend kam dann das klare 4:0 im Semifinale gegen Linz. Im Finale trafen die Hernalser auf Gastgeber Preschau, der sich mit zwei Legionären aus Indonesien und Thailand verstärkt hatte. Im ersten Spiel setzte sich die neue Nummer 1 im Wiener Team, Jan Vondra, klar durch. In der zweiten Partie schlug Heimo Götschl den Indonesier Daryono Budisantoso, der in den 1990er Jahren ein Top-Ten-Weltranglistenspieler war, in zwei Sätzen. Gemeinsam gewannen die Wiener auch das Herrendoppel. Tina Riedl – mit weißer Weste bei insgesamt sieben Siegen im ganzen Turnier – holte mit Gastspielerin Iris Freimüller den entscheidenden 4. Punkt zum Sieg im Finale.



Die siegreichen Mannschaft (v. l. n. r.): kniend: Claudia Mayer, Iris Freimüller, Tina Riedl und stehend: Lukas Klacansky, Heimo Götschl, Jesper Madsen, Jan Vondra.

HERMANN SCHMID – HEIL- UND SPORTMASSEUR

Sporttherapeutische Praxis



Stretching!

Im Kollegenkreis kommt es immer wieder zur Diskussion über den Sinn oder Unsinn von Dehnung der Muskulatur zur Verletzungsprophylaxe, welche unter den populären Begriff Stretching zum Nonplusultra im Sport geworden ist.

Unterschiedliche Auffassungen

Es war für mich spannend, welche unterschiedlichen Auffassungen über dieses Thema bestehen. Nun gut, um meine eigene Position darzustellen:

Ich halte Stretching (bleiben wir dabei) für eine gute Sache, wenn es darum geht, die Muskeln, Sehnen und Gelenke auf die bevorstehenden Höchstleistungen vorzubereiten. Den positiven Effekt, den mir meine Sportler subjektiv rückmelden, bekräftigt mich in Form von Aktiv- und Passiv-Stretching, einen verletzungsminimierenden Akt zu setzen, wohl wissend, dass sich Muskeln und Sehnen nicht wirklich dehnen lassen.

Hobbysportler/innen: Vorsicht!

Neurologen, Sportphysiologen und Sportwissenschaftler vermuten, dass dieser Effekt auch nur eine Rückmeldung des Nervengewebes sein kann und physiologisch wenig Wirkung zeigt!?

Außerdem muss man berücksichtigen, dass Spitzensportler/innen durch permanentes Training ganz andere muskuläre Voraussetzungen haben als ein Hobbysportler. Gerade bei schlecht trainierten Hobbysportlern kann es durch extreme Dehnungsversuche aufgrund einer antagonistischen Muskelreaktion zu negativen Veränderungen des Muskeltonus kommen.

Aktives Dehnen

Es muss dabei aber berücksichtigt wer-

den, um welche Sportart es sich handelt. Vergleicht man nun einen Speerwerfer oder Handballer mit einem Balletttänzer, so wird man bei allen Dreien eine hohe Beanspruchung an die Muskulatur und des Sehnen- und Bandapparates feststellen, aber unterschiedliche Vorbereitungen treffen. Der Balletttänzer wird seinen Muskel- und Sehnenapparat mehrmals täglich dehnen, um das notwendige Bewegungsausmaß für seine Aktivitäten zu erhalten. Es handelt sich hierbei um ein Mittelding zwischen Stretching und Gymnastik. Der Begriff dafür ist aktives Dehnen.

Passives Dehnen

Übernimmt eine andere Person den Part der Dehnung, so nennt man das passives Dehnen, wobei durch Gegendruck gegen den Widerstand des Ausführenden die Wirkung verstärkt wird. Die beiden oben genannten Sportler hingegen werden nach den allgemeinen und spartenspezifischen Aufwärmübungen ihre Wurfhand mit kurzen und schnellen Ausholbewegungen auf die Erfordernisse ihrer Schnellkraftsportart vorbereiten. Diese Art nennt man dynamisch-ballistisches Dehnen.

Stretching ersetzt nicht das Aufwärmen!

Als Ende der 1970er-Jahre das Stretching modern wurde und alle Hobbysportler nach dem Vorbild der Profifußballer an irgendeinem Geländer unter starkem Wippen ihre ach so verkürzte Muskulatur dehnten, begann die Fragwürdigkeit dieses Handelns. Etwas nachzuäffen ohne den Sinn zu verstehen war noch nie etwas Gutes!

Eines sollte immer berücksichtigt werden: Stretching kann nie das Aufwärmen ersetzen!

Volleyball

Wolfurt-Trophy 2007

Sportlich, stimmungsmäßig und schlussendlich auch wettermäßig war die Wolfurt-Trophy 2007 ein großer Erfolg.

Bereits zum 15. Mal veranstaltete der Vorarlberger ASKÖ-Verein Volleyballclub Wolfurt das größte Beachvolleyball-Event Westösterreichs. Schon viele Jahre ist der Austragungsort Wolfurt Teil der Masters Tour, Österreichs höchster Spielklasse im Beachvolleyball. Seit 2003 veranstaltet der Volleyballclub Wolfurt dieses internationale Turnier unter dem Titel Wolfurt-Trophy. Dieses Jahr konnte der Damenbewerb mit dem stärksten Starterfeld in der Geschichte der Wolfurt-Trophy auftrumpfen. Durch gute Kontakte des sportlichen Leiters und Turnier-

direktors Walter Geißler, sowie ein sehr gutes Image bei den Spielern, konnten erstmals zwei brasilianische Kracher bei den Damen akquiriert werden. Die U23-Weltmeisterin Taiana konnte sich mit ihrer Partnerin Izabel im Finale gegen das zweite brasilianische Team durchsetzen. Bei den Herren dasselbe Bild – ein super Starterfeld. Die Österreicher Berger/Haidbauer und Hupfer/Paul Schroffenegger zeigten hier hohes Spielniveau. Auf den ersten drei Plätzen setzten sich jedoch die internationalen Teams aus Tschechien, Estland und



Brasilien durch. Den 1. Platz belegte der Beachvolleyball-Weltmeister von 1997 Para, der mit seinem Bruder Jan am Start war. Sie setzten sich im Finale knapp gegen die ebenfalls auf der World Tour spielenden Esten Kais/Arak durch.

Das Wetter war anfangs der Woche noch alles andere als brasilianisch. Sintflutartiger Regen und Temperaturen unter 12° C machten den Turnierverantwortlichen vom Volleyballclub ernsthafte Sorgen. Ab Samstagmittag hatte Petrus Erbarmen und bescherte wieder sommerliche Temperaturen.

Der Publikumsandrang sprengte 2007 alle Rekorde. Sowohl beim Beachvolleyballbewerb der Damen und Herren als auch auf den Side-Events wie den Beachparties am Freitag und Samstagabend war ein Massenansturm an Zuschauern zu verzeichnen.



Alle Jahre wieder: 2. Bronze für Drexler

In der Vorrunde der Universiade in Bangkok in der Klasse bis 63kg besiegte die COLOP Samurai-Kämpferin die Kasachin Zarina Aldikova mit Ippon, legte dann gegen die Mongolin Sainjorgal Batbaatar nochmals nach und gewann mit Yuko. Gegen Emmanuelle Payet (FRA) musste sich die aufopferungsvoll kämpfende Drexler (im Bild oben) denkbar knapp geschlagen geben und verpasste somit den Kampf um die Goldmedaille.

Im Duell um Platz 3 holte sie sich verdient gegen die Kanadierin Jennie Bonsant Bronze und konnte damit ihren Vorjahreserfolg, wo sie in Korea bei der Student/innen-WM ebenfalls Dritte wurde, bestätigen.



Motorflug

Titel für Johann Gutmann

27 Piloten, darunter auch die 11 ASKÖ-Teilnehmer, kamen auf dem Flugplatz Spitzerberg um den Navigationsflug über eine Strecke von ca. 180 km mit 9 Wendepunkte – größtenteils über slowakisches und auch ungarisches Gebiet – durchzuführen.

Mit einer soliden Leistung holte sich Ing. Johann Gutmann vom ESV Amstetten sich den ASKÖ-Bundesmeistertitel, vor Ing. Paul Szameitat, der ebenso wie die Drittplatzierten Siegfried Schreibmayr und Thomas Naverschnigg von der ASKÖ-Flugsportgruppe Oberers Murtal kommt.

In der Teamwertung der Staatsmeisterschaft im Präzisions-Motorflug sicherte sich Ing. Paul Szameitat den Titel, in der Einzelwertung belegte er Platz 2. Der Staatsmeistertitel für die besten Ziellandungen ging an Ing. Johann Gutmann.

Casting

Zinner knapp am Weltrekord vorbei



Bei den 37. internationalen Castingmeisterschaften in Atzgersdorf, bei denen Sportler/innen aus der Schweiz, Tschechien, Ungarn und von verschiedenen österreichischen ASKÖ-Vereinen am Start waren, war Alena Zinner vom ASKÖ-Casting-sportclub Wien in Bestform und verfehlte den Weltrekord in der Disziplin Fliege-Weit nur um 40 cm.

MAG. THOMAS SCHNEIDER

Fit – komm mit



Kraft fürs Leben

Welche Gedanken verbinden Sie mit Krafttraining? Schwere Hanteln? Komplizierte Maschinen? Große Anstrengungen und Erschöpfung? Jahrzehntlang war Krafttraining mit diesen Bildern behaftet. In letzter Zeit wurde das Spektrum von Krafttraining allerdings deutlich verbreitert: Neben dem gezielten Einsatz von „Krafttraining“ zur Vermeidung akuter Verletzungen des aktiven und passiven Bewegungsapparates wird kräftigenden Übungen auch im Bereich chronischer Stoffwechselerkrankungen oder bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen ein breiter Wirkungsbereich eingeräumt. Menschen mit koronaren Herzerkrankungen oder z. B. Diabetiker können und sollen – entgegen früheren Meinungen – auch ein spezifisches Krafttraining absolvieren, um neben der Optimierung der Herz-Kreislauf-Funktionen durch Ausdauertraining, eine Verbesserung der peripheren Stoffwechsel- bzw. Gefäßfunktion zu erreichen. Diese Erweiterung des Einsatzgebietes ging natürlich auch mit einer Vergrößerung der Zielgruppe einher. Nicht mehr nur relativ junge Menschen sollen Krafttraining betreiben, sondern gerade ältere Menschen können z. B. Sarkopenie (dem altersbedingten Verlust von Muskelmasse) höchst erfolgreich entgegenwirken. Maria FIATARONE führte zu Beginn der 1990er-Jahre bahnbrechende Untersuchungen durch, in denen 86–96-jährige, gebrechliche Patienten eines Alters- und Pflegeheims für 10 Wochen 2x 5 Minuten pro Woche ein Training an einem Bein-Trainingsgerät („Leg-extension“) absolvierten. Der Kraftanstieg betrug in der Folge bis zu 174%! Treppensteigen war wieder ohne Stock möglich, die Probanden fühlten sich sicherer und konnten buchstäblich wieder auf ihren eigenen Beinen stehen. Herzpatienten fühlen sich beim Krafttraining öfters besser als beim Ausdauertraining, da die Herzbelastung kurz ist, der Puls wenig ansteigt und die leichte Blutdruckerhöhung zu einer besseren Herzdurchblutung führen kann. Für Menschen ab 60 Jahren spielt die

Muskelkraft die entscheidende Rolle! Kraft steht beim älteren Menschen in der Rangliste vor Herzleistung und Beweglichkeit. Wenn ab dem 50. Lebensjahr der Muskelabbau deutlich einsetzt, sollte man sinnvollerweise das Krafttraining intensivieren, um die Kraft für Jahre auf einem höheren Niveau halten zu können. Damit ist man für körperliche Aktivitäten gerüstet und die antrainierte Muskelmanschette dient dabei als Stütze und Schutz für Wirbelsäule und Gelenke. Um kräftiger zu werden, ist weder hartes Training bis zum Muskelversagen notwendig, noch enormer Muskelzuwachs anzustreben. Basis dafür bildete einerseits ein Umdenken in der grundsätzlichen Trainingspraxis des „Krafttrainings“ vom „no pain – no gain“ Prinzip zu „sanfteren“ Ansätzen, andererseits eine Erweiterung der methodischen und inhaltlichen Aspekte von „Krafttraining“. Wichtig für die Praxis ist die Betonung der koordinativen Lernprozesse zu Beginn eines Krafttrainings. Das Kennenlernen von spezifischen Kräftigungsübungen – egal ob mit Hantel, Maschine oder Theraband – ist die Basis eines nachhaltigen und funktionellen Trainings. Nach dieser Phase des „Gewöhnungstrainings“ kann mit Gewichtsbelastungen begonnen werden, die als „mittelschwer“ empfunden werden und einer Intensität von 30–50% der Maximalkraft entsprechen.

10–20 Wiederholungen sollten mit gleichmäßigem Tempo, zügig durchgeführt werden. Wichtig ist die Vermeidung von Pressatmung: Atmen Sie in der überwindenden Phase aus und in der nachgebenden Phase ein! Versuchen Sie Ihr Krafttraining mit koordinativen Übungen (Balanceübungen, Stabilisationsübungen usw.) zu ergänzen, um die Ausnutzung Ihrer höheren Kräftfähigkeiten zu optimieren. Gute Koordination lässt „Kraft“ besser zur Geltung kommen, so wie ein Computer mit starker Recheneinheit und mit viel Arbeitsspeicher auch einer guten Software bedarf, um eine optimale Gesamtleistung zu erzielen!

Fußball

SSC Napoli trifft FC Stadlau

„Fußball-Götter“ aus Italien zu Besuch beim ASKÖ-Wien-Verein FC Stadlau.

Bei strahlendem Fußballwetter trafen die Weltkicker vom SSC Napoli (der Ex-Verein von Diego Maradona) und eine gute Mischung von Spielern aus der Admiral-Stadtliga auf dem FC-Stadlau-Platz aufeinander – und machten den Abend zu einem

Fußball-Erlebnis der besonderen Art. Nach dem Ankick durch FC-Stadlau-Präsident LAbg. Mag. Thomas Reindl schlug sich die Wiener Amateurauswahl – gecoacht von Goran Djuricin (SV Donau), Kurt Jusits (FC Stadlau) und Djelko Ristic (Wiener Fußball-

verband) – äußerst ehrenvoll, denn die Startruppe aus Süditalien – immerhin der Aufsteiger der italienischen Serie A – gewann gegen die Amateurmansschaft aus Wien nur mit 2:0 (51., 70.). Dem zahlreich erschienenen Publikum hats gefallen.



Voltigieren

Gold für die Zillertalerinnen

Junioren-Damenmannschaft aus dem Zillertal erfolgreich bei der Europameisterschaft in Ungarn.



Das Team mit Sandra Geisler, Katharina Wegscheider, Anita Flörl, Melanie Danzl, Franziska Fieg, Christina Hasenauer, Jasmin Lindern und Longenführerin Jaqueline Helm sowie dem Turnierpferd „Viva Alegria“ konnte sich bei der Voltigier-Euro-

pameisterschaft in Kapsovar (HUN) mit insgesamt 7839 Punkten gegen die übermächtige europäische Konkurrenz durchsetzen, und holten damit erstmals in der Vereinsgeschichte die lang ersehnten Goldmedaille ins Zillertal. Silber erhielt Deutschland mit 7578 Pkt. Und Bronze das Team aus der Slowakei mit 7095 Pkt.

„Wir sind sehr stolz, einen so erfolgreichen Voltigierverein in unserer großen ASKÖ-Familie zu haben“ so Präsident Klaus Gasteiger. „Natürlich schwingt auch etwas Wehmut mit, wenn diese so erfolgreiche Mannschaft jetzt auseinandergeht. Jaqueline Helm ist für ein Jahr in Australien, Jasmin Lindner, Anita Flörl und Franziska Fieg wechseln zur VG Pill, Sandra Geisler muss aus schulischen Gründen aufhören und Christina Hasenauer trainiert in Salzburg; lediglich



Katharina Wegscheider bleibt aus der erfolgreichen Mannschaft dem VV Zillertal erhalten, und wird ihre EM-Gold-Erfahrungen sicherlich in einer neuen Mannschaft einbringen“, so Gasteiger.

Hapkido

Bei der 8. Hapkido-Europameisterschaft der International Hap Ki Do Cooperation (IHC) in Aachen holten sich die Salzburger Hapkido-Sportler/innen im Bewerb Technik (Paarwertung) Paul Lengenfelder/Christian Keksak in der Klasse M und Irmgard Mausz/Nikolas Hangler in der Klasse C die Europameistertitel. Im Bild zu sehen (v. l. n. r.): Christian Wagner, Niki Hangler und Irmgard Mausz, Regina Strasser, Diana Mayr, Nikolaus Stefflbauer, Elke Greindl, Alexander Kozik, Michael Müllner, Christian Keksak und Paul Lengenfelder.



Das erfolgreiche Team (v. l. n. r.) : Turnierpferd Viva Alegria, Jaqueline Helm, Anita Flörl, Sandra Geisler, Katharina Wegscheider, Christina Hasenauer, Franziska Fieg, Melanie Danzl, Jasmin Lindern.

PROF. WOLFGANG PEER – ERNÄHRUNGSEXPERTE

BEWUSST ESSEN



Ernähren Sie sich für Ihre Sportart richtig?

Um alte Fehler auszumerzen und neue Fehler zu verhindern, möchte ich Ihnen einige wichtige Ernährungstipps vorschlagen:

Die Portionsgrößen richten sich nach Alter, Gewicht, Körpergröße, beruflicher und sportlicher Tätigkeit. Die für den Sport benötigte Leistungskraft kann nicht nur am Tag der sportlichen Tätigkeit getankt werden, sondern die Energiereserven werden Tage vorher aufgebaut, daher ist es wichtig, genügend zu trinken – nicht erst am Sporttag! (Kohlenhydrate sollten über die Saison hinaus in richtiger Weise konsumiert werden)

Frühstück

Powermüsli: Das Müsli sollte schon am Abend mit Wasser angesetzt werden und am Morgen nur mehr mit Früchten und Joghurt fertig angerichtet werden. Mindestens 3 bis 4 Stunden vor der sportlichen Tätigkeit essen. Etwa zwei Stunden vor einer anstrengenden Ausdauerleistung sollten Sie 450 bis 570 ml Flüssigkeit aufnehmen und 50 bis 30 Minuten vorher noch einmal einen ¼ Liter.

Ausreichend Mineralstoffe und Vitamine zuführen

Achtung: Sollten Sie mit der normalen Ernährung täglich nicht genug Mineralstoffe und Vitamine zu sich nehmen, dann müssen Sie um so mehr darauf achten, dass während der sportlichen Tätigkeit in Ihrem Getränk genug davon als Vorbeugung gegen Krämpfe vorhanden sind. Während einer länger als zwei bis drei Stunden dauernden sportlichen Tätigkeit Mineral Vitamin Drink und Kohlenhydrate (Power Pack Riegel oder eine Banane etc.) zuführen (Detailinformationen unter www.peero-ton.com).

Auf Kohlenhydrate nicht vergessen.

Bei Ausdauersportarten, bei denen Sie keine größeren Trinkflaschen und Ernährungspakete bei sich tragen können, z. B. laufen, sollten Sie einen Trinkgurt verwenden, in dem Sie Flaschen mit Kohlenhydratekonzentrat und mineralstoff- und vitaminhaltige Getränken mitnehmen. Ohne komplexe Kohlenhydrate werden Sie sicher keine längeren Strecken durchhalten können.

Langzeitenergispender

Um den Blutzuckerspiegel für längere Zeit aufrechtzuerhalten, sollten die Getränke und die Nahrung leicht verdaulich und ohne Industriezucker sein. Günstige Langzeitenergispender mit vielen komplexen Kohlenhydraten sind z. B. das Peero-ton Plus oder Energizer. Richtig wäre, bei höheren Temperaturen alle 20 bis 30 Minuten zumindest 120 bis 180 ml Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Wer sich beim Ausdauersport nur auf sein Durstgefühl verlässt, kann mehrere Tage brauchen, um die Flüssigkeitsbalance des Körpers wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

Das richtige Trinken und Essen nach dem Sport

Wie viel Energie haben Sie verbraucht? Wenn Sie intensiv Ausdauersport betreiben haben, sollte das Essen reichlich Kohlenhydrate, aber auch Eiweiß zur Regeneration zerstörter Muskelstrukturen (es kommt immer wieder zu ganz kleinen Muskelverletzungen) enthalten. Vergessen Sie nicht, genug zu trinken (keine kohlenstoffhaltigen Getränke!) – denn der Flüssigkeitsverlust muss kompensiert werden, die fehlenden Mineralstoffe und Spurenelemente müssen ersetzt werden.

Volleyball

Titel-Double für Österreich

Bei der CSIT-WM Volleyball der Junioren im steirischen Voitsberg konnte sich die ASKÖ als Organisator und mit ihren Teams bestens in Szene setzen.

In einem dramatischen Finale der CSIT-WM in Voitsberg, in dem die österreichische Auswahl die taktischen Vorgaben ihres Trainers Michael Henschke perfekt umsetzte, konnte das ASKÖ-Junioren-Team die finnischen Gäste mit 3:1 (25:18, 27:29, 25:19, 25:17) besiegen.

800 Zuschauer/innen

Vor einer vollen Halle und 800 Zuschauern hatten die Burschen um Kapitän Fritsche die starken Finnen jederzeit im Griff. Nach den beiden Niederlagen in der Vorrunde kann man durchaus von einer Überraschung sprechen. Im Finale zeigte die ausschließlich aus hotVolleys-Spielern bestehende Auswahl das aggressivere Angriffsspiel und konnten den

Druck über vier Sätze hochhalten. Coach Michael Henschke: „Das war nicht Volleyball, sondern Schach mit Ball. Ich bin stolz, dass die Mannschaft nach einer langen Saison das taktische Konzept diszipliniert umsetzte.“

Juniorinnen ebenfalls CSIT-Weltmeister

In einem Volleyball-Krimi setzte sich auch bei den Juniorinnen Österreich durch. Die ASKÖ-Auswahl besiegte ebenfalls Finnland, allerdings mit 3:2. Vor dem dritten Satz sah bereits alles nach einem klaren Sieg der Heimmannschaft aus (25:17, 25:23), aber die Gäste aus dem Norden schlugen zurück. Die Sätze drei (22:25) und vier (24:26) wurden in



langen Spielzügen erkämpft. Die Österreicherinnen um Kapitänin Pirker hatten bereits Matchball, aber die in dieser Phase besonders beherzt spielenden Gäste konnten einen Entscheidungssatz erzwingen, in dem sie auch 9:7 in Führung lagen. Eine Serviceserie Zauers führte aber zur Entscheidung zugunsten der Österreicherinnen (15:9). Beide Teams übergaben im Anschluss an die Siegerehrung ihre Pokale an OK-Chef Stadtrat Franz Sachernegg und Turnierdirektor Hans Bergmann, als Dankeschön für die perfekte Organisation dieser CSIT-WM.

Portugiese siegt bei CSIT-WM Schach in Burgau

34 Spieler aus 8 Nationen (Finnland, Bulgarien, Mexiko, Brasilien, Israel, Italien, Portugal, Österreich) nahmen an der CSIT-Weltmeisterschaft im steirischen Burgau teil.

Nach 7 Spielrunden – die Spiele wurden im wunderschönen Schloss ausgetragen – siegte der Portugiese Henrique Galvao mit 6 Punkten, vor dem Österreicher Mag. Heimo Löbler (ESV Graz) 5,5 Punkte und dem Finnen Teemu Topi-Hulmi mit 5 Punkten. Galvao siegte 5mal und spielte gegen Löbler und Topi-Hulmi remis. Alle Spieler waren von der hervorragenden Organisation der ASKÖ und ihrem Bundesreferenten Peter Roth begeistert.



Erstmals seit zwei Jahren ging der CSIT-WM-Titel nicht an einen ASKÖ-Spieler. Mit 4 Spielern unter den Top 6 kann man aber durchaus zufrieden sein. Der Grazer Stefan Steiner (rechts) belegte den 5., sein Gegenüber Marco Ottavi (links) den 20. Platz.



DIE ASKÖ UNTERSTÜTZT DEN ANKAUF VON MBT MIT DIESEM 20 EURO GUTSCHEIN

NUR EINZULÖSEN BEI:
 KÖRPER.GEH.FÜHL
 1130 Wien, Algasse 20
 office@k-g-f.at
 www.koerpergehfuhl.at
 01-8774666



Eiskunstlaufen

6. Platz für Miriam Riegler

Beim sehr stark besetzten Damenbewerb des 1. Cup of Vienna, in der Albert-Schultz-Eishalle konnte die erst 13-jährige Miriam Ziegler aus Wien von 33 Eiskunstläuferinnen von praktisch allen Eislaufnationen der Welt, den hervorragenden 6. Platz erkämpfen.

Die EKE-Läuferin hat damit, obwohl eine der jüngsten Teilnehmerinnen, bei ihrem ersten Anreten bei einem Wettkampf der Serie „Junior Grand Prix of Figure Skating 2007–2008“ der International Figure Skating Union (ISU) eine hervorragende Leistung erbracht. Bleibt nur zu hoffen, dass sie vom Österr. Eiskunstlaufverband zu weiteren Bewerben dieser Serie entsandt wird, damit sie Punkte sammeln und am Finale teilnehmen kann.

Siegerin wurde Rachael Flatt (USA), vor Kristine Musademba (USA) und Jenni Vähämää (Finnland).



DR. CHRISTOPH HAIDLEN

Sport & Recht



Unfallversicherung für „gefährliche Sportarten“

Der (spätere) Kläger hatte bei der Beklagten eine „Einzel-Unfallversicherung für Berufs- und Freizeitunfälle“ abgeschlossen.

Von dieser Versicherung waren insbesondere Unfälle bei der Benützung von Luftfahrtgeräten, Fallschirmabsprünge etc. ausgenommen. Nach der Absicht des Versicherers sollten Sportarten, die mit besonderen Gefahren verbunden sind, von der vom Kläger gewählten Versicherung nicht erfasst sein.

Um derartige Risiken in den Versicherungsschutz einzubeziehen, wurde die Möglichkeit geboten, die „Mitversicherung Sonderrisiko“ abzuschließen.

Die Sportarten „Klettern oder Extremklettern“ waren im Antragsformular nicht angeführt.

In weiterer Folge hatte der Kläger beim Klettern in der Dachstein-Südwand einen Unfall:

Er stürzte ins Seil und zog sich dabei einen Bruch der Schienbeingelenksfläche und des Sprungbeinkopfes zu. Dies führte zu einer Invalidität im Umfang von 10% des Beinwertes. Der Kläger hat eine Schadensmeldung an die Beklagte erstattet. Diese lehnte eine Versicherungsdeckung ab, da das Sonderrisiko „Klettern mit höherem Schwierigkeitsgrad“ vom Versicherungsvertrag nicht umfasst sei.

Entscheidung des Obersten Gerichtshofes

Der Oberste Gerichtshof entschied, dass der vorliegende Unfall entgegen der Ansicht der Versicherung vom Versicherungsschutz umfasst ist: Nach ständiger Rechtsprechung dürfen

Risikoausschlüsse nicht weiter ausgelegt werden, als es ihr Sinn unter Betrachtung ihres wirtschaftlichen Zwecks erfordert. Den Beweis für das Vorliegen eines Risikoausschlusses hat der Versicherer zu führen.

Extremklettern nicht erwähnt

Die Sportart (Extrem-)Klettern wird in den Versicherungsbedingungen zum Risikoausschluss nicht erwähnt.

Die im Antragsformular vorgenommene beispielhafte Aufzählung eines (mitversicherbaren) Sonderrisikos „Drachenfliegen, Paragleiten, Gleitschirmspringen“ etc. nennt ausschließlich gefahrengeeignete Flugsportarten. Es kann daher der Schlussfolgerung, es sei klar zu erkennen, dass sämtliche besonders gefahrengeeignete Sportarten vom Versicherungsschutz ausgeschlossen sein sollten, nicht gefolgt werden.

Versicherungsdeckung gegeben

Im vorliegenden Fall musste der Kläger, da nur bestimmte Flugsportarten ausdrücklich ausgeschlossen wurden, nicht davon ausgehen, dass auch die Beklagte die Sportart Extremklettern vom Versicherungsschutz ausschließen wolle.

Da also dem Kläger keine Verletzung seiner Anzeigepflicht vorgeworfen werden kann, ist eine Versicherungsdeckung hinsichtlich dieses Unfalles gegeben.

Kontakt:

Dr. Christoph Haidlen,
Bozner Platz 4, Palais Hauser,
A-6020 Innsbruck,
Tel.: 0512-567373,
E-Mail: kanzlei@chg.at

Fußball

Als Volunteer an der UEFA EURO 2008™ dabei sein

An der UEFA EURO 2008™ tragen 5000 Volunteers als freiwillige Helfer dazu bei, dass das Turnier ein Erfolg wird. Unvergessliche Erinnerungen, bereichernde persönliche Erfahrungen, sowie ein einzigartiges Erlebnis prägen den Einsatz aller Volunteers, welche die rund 300 Vollzeitangestellten der Euro 2008 SA in 14 Einsatzbereichen unterstützen.

Volunteers sind wichtige Botschafter des Turniers. Mit ihrer Kompetenz, ihrem Engagement und ihrer Hilfsbereitschaft prägen sie den Eindruck, den Millionen in- und ausländischer Besucher des Turniers mit nach Hause nehmen.

Volunteer-Einsatz als wertvolle Erfahrung

Die Blicke hinter die Kulissen eines Gross-Events und die Erfahrung, Teil der grössten Sportveranstaltung zu sein, die je in Öster-

reich und der Schweiz stattgefunden hat, werden für jeden Volunteer zu einem einmaligen Erlebnis.

Zweite Bewerbungsphase angelaufen

Wer sich als Volunteer bewerben will, kann dies ausschließlich über die Website www.euro2008.com tun. Die zweite Bewerbungsphase läuft vom 3. Dezember 2007 bis Ende Februar 2008. Um sich bewerben zu können, haben interessierte Personen einige



grundsätzliche Anforderungen zu erfüllen. Ein Volunteer muss 18 Jahre alt sein (Stichtag 01.Juni 2008) und Englisch sowie Deutsch sprechen oder Englisch und die Sprache eines der für die Endrunde qualifizierten Länder beherrschen. Wichtig ist die Persönlichkeit des Bewerbers, Deshalb entscheiden bei der Rekrutierung nicht allein die beruflichen Qualifikationen, sondern auch Motivation, Zuverlässigkeit, Teamgeist und eine hohe Identifikation mit der Veranstaltung. Erfahrung in der Freiwilligenarbeit ist keine Voraussetzung, aber sicherlich von Vorteil.

Lugstein und Schwarzl siegten im Zielbewerb

In Kundl wurde die diesjährige ASKÖ-BM der Stocksportler auf der Asphaltbahn im Mannschafts- und Zielbewerb ausgetragen.

Insgesamt 115 Aktive aus allen Bundesländern gingen im Mannschafts- und Zielbewerb in den Kategorien Herren und Jugend U18 in der Eisarena Kundl an den Start.

Im Herren-Mannschaftsbewerb holte sich der ESV Lear Kowald Voitsberg (Heinz Ofner, Heimo Ofner, Sepp-Günter Ofner, Ewald Pfeifer und Gerhard Scherz) vor EV

Wals (S) und EV Straßwalchen (S) den Sieg. Den Zielbewerb gewann der Salzburger Anton Lugstein (EV Straßwalchen) mit 177 Punkten. Zweiter wurde Heinrich Reicher (EV Wals) mit 175 Punkten und Dritter Johann Kuen (SR Oberlangkampfen/Tirol) mit 168 Punkten.

Bei den Burschen U18 setzte sich im Mannschaftsbewerb ASKÖ Kärnten 1 vor ESV Bad Häring und ASKÖ Steiermark 1 durch. Im Einzel-Zielbewerb kürte sich Stefan Schwarzl (Steiermark) zum Bundesmeister. Er verwies Reinhard Feisberger (Kärnten) und Manuel Kaufmann (Tirol) auf die weiteren Podestplätze. Insgesamt waren im U18-Bewerb 8 Mannschaften und ebenfalls 8 Starter im Einzelbewerb mit dabei.



ASKÖ-Bundesreferent Manfred Hoinik (3. v. r.) mit dem dem Siegerteam von ESV Lear Konald Voitsberg.

Badminton

Rekordteilnehmerfeld in Klagenfurt

144 Teilnehmer/innen aus 6 Bundesländern (Wien, Niederösterreich, Oberösterreich, Salzburg, Kärnten und Steiermark) nahmen an den ASKÖ-Bundesmeisterschaften im Badminton teil und in 232 Spielen wurden die ASKÖ-Bundesmeister/innen 2007 ermittelt.

Gespielt wurde in der Ballspielhalle St. Ruprecht in Klagenfurt auf 8 Spielfeldern. Nach 10,5 Stunden am Samstag und 4,5 Stunden am Sonntag (232 Spiele) standen alle Sieger/innen in den 10 verschiedenen Altersklassen (von U11 bis Senioren) fest.

Erfolgreichster Teilnehmer in der Allgemeinen Klasse war Manuel Berger (BSC 70 Linz), der sich die Titel im Einzel und im Doppel (zusammen mit Martin Lechner) holte.

Die Veranstaltung wurden von ASKÖ-Bundesreferent Helmuth Kreulitsch und seinem Team hervorragend organisiert. Die Eröffnung nahmen ASKÖ-Landessekretär Günter Leikam und Kärntens Badminton-Verbandspräsident Joachim Bergner vor.

Alle Ergebnisse im Detail unter www.askoe.or.at



Das Kärntner Nachwuchstalent Constantin Sintschnig von Kelag Kärnten.

GERD-ROGER JELLER – LITERATUREXPORTE

BÜCHERTIPPS

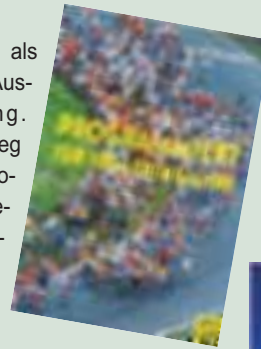


Sport-Fach- u. Sachbücher von A (wie Abenteuer) bis Z (wie Zirkeltraining).

Dr. van Aaken gilt als „Papst“ der deutschen Ausdauersportbewegung. Über Jahrzehnte hinweg hat er eine neue revolutionäre Trainingsmethode für den Ausdauer- und Gesundheitssport entwickelt. Nach seinen Methoden trainiert der größte Teil der Weltklasseathleten im In- und Ausland. Seine Werke erreichten insgesamt Millionenaufagen; er ist in der ganzen Welt für die „van-Aaken-Methode“ ausgezeichnet worden. Unter dieser Methode versteht man eine gesunde Mischung aus langsamen und erholsamen Trainingseinheiten, angereichert mit einem geringen Anteil von Tempoarbeit. Diese Methode ist sowohl Freizeit- und Gesundheitssportlern als auch Leistungs- und Hochleistungssportlern nützlich. Dass Ausdauersport der Gesundheit förderlich ist, ist dank van Aakens Einsatz inzwischen eine abgesicherte, wissenschaftlich fundierte Aussage. Ausdauersport „ohne zu Schnaufen“ bis ins hohe Lebensalter verbessert die Lebensqualität, und man kann sein Leben in Gesundheit unter Umständen bis auf 100 Jahre programmieren.

Aus dem Inhalt:

- Physiologische Grundlagen von Gesundheit und Leistung
- Gesundheit und Leistungsfähigkeit für jedes Alter
- Die Rolle der Ernährung für Gesundheit und Leistungsfähigkeit
- Die Vorbereitung der Mittel- und Langstreckenläufer
- Dauerlauf als Regeneration des Leistungssports
- Behandlung von Sportverletzungen
- Umdenken im Frauen- und Jugendsport
- Sollen Kinder Marathon laufen?
- Gesundheitsfragen, die jeden interessieren.



Titel:
„Programmiert für 100 Lebensjahre“,
362 Seiten
Verlag: Meyer & Meyer
Autor: Ernst van Aaken



Titel:
„LaufGuide“ –
speziell für
Frauen, 173
Seiten
Verlag: blv
Autorin:
Samantha
Murphy

Sie stecken fest in der täglichen Tretmühle? Sie möchten mit dem Laufen beginnen, wissen aber nicht wie? Vielleicht sind Sie Läuferin, aber schon seit einiger Zeit verletzt? Oder Schwangerschaft hat Ihr Training gestoppt. Wenn Ihnen eine dieser Situationen bekannt vorkommt, ist der „LaufGuide“ das richtige Buch für Sie! Er ist für Frauen mit Jobs geschrieben, für Frauen mit Familie und Freunden, mit sozialen Verpflichtungen – und vielen weiteren Interessen neben dem Laufen. Quälende Trainingspläne werden Sie hier nicht finden. Das Laufen soll nicht Ihr Leben beherrschen, sondern Ihre Lebensqualität steigern! Deshalb bekommen Sie hier alle Informationen, die es Ihnen ermöglichen, ein individuelles Laufprogramm zu gestalten, das in Ihr Leben passt. Sie lernen, wie Sie Spaß am Laufen haben und motiviert bleiben, was Sie essen und trinken müssen, um Ihre Energie zu steigern, wie Sie richtig stretchen und Sportverletzungen vermeiden. Der LaufGuide zeigt, wie Sie in jedem Lebensalter laufen können, wie Sie sich realistische Trainingsziele setzen und wie Sie die Herausforderung steigern können. Mit seiner Hilfe werden Sie endlich die Läuferin, die Sie schon immer sein wollten!



Das Jugendgästehaus Cap Wörth bei Velden sorgte bei der Verleihung des Jugendgästepreises für ein stilvolles Ambiente. Die Verantwortlichen des ASKÖ-Landesverbandes Kärnten freuten sich mit den sportlichen Aushängeschild aus dem Nachwuchsbereich über ihre Leistungen. Das Funktionärsteam der ASKÖ Kärnten (v. l. n. r.): vorne: Kraxner, Rotschnig, Kristof, Feistritzer, Krammer und hinten: Pfeiler, Volpe, Petter, Schlagholz, Britzmann, Eder, A. Kremer, Präs. Leikam, Sternad, G. Leikam, M. Kremer.



Im Rahmen des 35-jährigen Sporthilfe-Jubiläums wurde ein Charity-Golfturnier in Adamsthal durchgeführt. Mit dabei auch ASKÖ-Präsidiumsmitglied Stephanie Graf, die in einer Gruppe mit Sporthilfe-Chef Toni Schutti (ganz rechts) spielte. Beim Turnier dabei auch ASKÖ-Bund-Generalsekretär Michael Maurer und ASKÖ-Wien-Vizepräsident Herbert Kocher (spielte sein erstes Turnier).



Im Rahmen der 45-Jahr-Feier der ASKÖ Wallendorf wurden alle noch lebenden Gründungsmitglieder der ASKÖ SV Wallendorf geehrt. V. l.: Landesgeschäftsführer Rasztovits (ASKÖ), Präsident Habeler (ASKÖ), Kloiber, Vize-Bgm. Hafner, Bgm Dolmanits, Ernst Zenz, Obmann Lipp, Kassier Haller, Soretz Franz jun., Amtmann Granitz Gerhard.



Beim diesjährigen Landstag der ASKÖ Oberösterreich wurde dem Präsidenten der ASKÖ OÖ Konsulent Fitz Hochmair (li.) vom Landeshauptmann Stellvertreter Erich Haider die Goldene Ehrennadel der ASKÖ OÖ verliehen.

Im Rahmen der bereits traditionellen jährlichen Sportler/innen-Ehrung der ASKÖ Niederösterreich wurden in Stockerau auch diesmal wieder dutzende der ASKÖ angehörenden Topathletinnen und Topathleten ausgezeichnet. Zwei der zahlreichen anwesenden Stars: Beachvolleyball-Europameister Peter Gartmayer (2. v. l.) und Tischtennis-Aushängeschild Werner Schlager (3. v. l.). Beide wurden von ASKÖ-NÖ-Vizepräsident Bgm. Rupert Dworak und SPÖ-NÖ-Klubobmann Hannes Weninger ausgezeichnet.





Viel Promienzenz am Tag des Sports (v. l. n. r.): Dr. Walter Pillwein, Toni Schutti, Dr. Hermann Gruber, Dr. Franz Löschnak, Gerhard Hofbauer und ASKÖ-Präsident Dr. Peter Wittmann.

€ 70.500,- für einen guten Zweck erspielte die 10. Auflage des Golfturniers der Franz Klammer Foundation. Darüber durfte sich Foundation-Chef Franz Klammer (hier mit Klaus Lindenberger, Claudia Christofics-Binder und Hubertus Hohenlohe) freuen. Die Gelder der Franz Klammer Foundation kommen der Hilfe von Spitzensportlern zu. Der Reingewinn der Veranstaltung wird heuer u. a. für die Unterstützung der ehemaligen Skirennläuferin Heike Türtscher und den Tennis-Sisters Klementschtz verwendet.



Die Gelder der Franz Klammer Foundation kommen der Hilfe von Spitzensportlern zu. Der Reingewinn der Veranstaltung wird heuer u. a. für die Unterstützung der ehemaligen Skirennläuferin Heike Türtscher und den Tennis-Sisters Klementschtz verwendet.



Bundesminister Mag. Norbert Darabos (re.) ehrte im Zuge des „Military Sports Award“ die erfolgreichsten Sportler des Österreichischen Bundesheeres. Felix Gottwald, Doppel-Olympiasieger von Turin 2006, ging bei der heurigen Wahl zum Sportler des Jahres des Österreichischen Bundesheeres“ als überlegener Sieger hervor.



Auch Bundespräsident Dr. Heinz Fischer zeigte mit seiner Anwesenheit bei der Eröffnungsfeier der 13. Weltgymnastrada, welchen hohen Stellenwert diese Veranstaltung hat.





Lassen Sie Ihren optimalen Versicherungsschutz unsere Sorge sein.
ServiceLine: 050 350 350 oder www.wienerstaedtische.at

IHRE SORGEN MÖCHTEN WIR HABEN

WIENER 
STÄDTISCHE
VIENNA INSURANCE GROUP



Ihre Marke für Teams und Vereine

• erima-Artikel sind auch in großen Mengen kurzfristig lieferbar

• erima-Modelle gibt es für Herren, Damen und Kinder in den passenden Größen

• erima-Modelle sind bis zu 4 Jahre nachlieferbar

• erima-Artikel gibt es bei Ihrem Sportfachhändler zu finden unter www.erima.at

• erima und ASKÖ – zwei starke Partner!

