

move

27 JUGEND-
PROJEKTE
PRÄMIERT

NICHT NUR IN CORONA-ZEITEN

Bewegung ist das A und O

NACHGEFRAGT BEI ...
Vier Top-Athleten erzählen,
wie sie die Krise überstehen

Jetzt tolle
Gewinne!

Ausgabe 4/2020, Österreichische Post AG, SP 022039966S, Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur, Maria-Jacobi-Gasse 1, 1030 Wien



**Das Jahres-
abo:
4 Ausgaben
um nur
12 Euro**

Hol dir dein MOVE-ABO!

Zu bestellen unter: abo@movemagazin.at*

Zusätzlich kann der ASKÖ-Newsletter bestellt werden unter: www.askoe.at/de/aktuelles/newsletter

* Bitte gib an: Name, Geburtsdatum, Postanschrift, Anzahl der gewünschten „move“-Abos. Wir senden dir dann ein Bestätigungsmail zu.

Abo-Bedingungen

Allgemeine Geschäftsbedingungen für ein Abonnement des Sport- und Freizeitmagazins „move“ (Stand: 1.1.2016)

1. Geltungsbereich

Nachfolgende Bedingungen gelten für die Geschäftsbeziehung zwischen der Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur in Österreich (ASKÖ), Maria-Jacobi-Gasse 1, Media Quarter Marx 3.2, 1030 Wien, und dem Abonnenten/der Abonnentin (im Folgenden Kunde genannt).

2. Vertragsbedingungen.

Der Kunde bezieht das Magazin zum jeweils gültigen Bezugspreis vorerst für die Mindestbezugsdauer (1-Jahres-Abonnement à 4 Ausgaben), danach verlängert sich das Abonnement laufend für jeweils ein weiteres Jahr. Mit der schriftlichen Bestellung des Kunden wird der Vertrag wirksam.

3. Kündigungsbestimmungen

Das Abonnement kann frühestens zum Ende der Mindestbezugsdauer und danach jederzeit schriftlich abbestellt werden.

4. Zahlung und Lieferung

Die Zahlung erfolgt nach Rechnungserhalt per Überweisung. Die Lieferung erfolgt an die vom Kunden angegebene Lieferanschrift.

5. Datenschutz

Der Kunde stimmt zu, dass seine angegebenen Daten zur Kontaktaufnahme durch die ASKÖ sowie zur Versendung des ASKÖ-Newsletters verwendet werden dürfen. Der Newsletter kann jederzeit schriftlich abbestellt werden.



Bewegung ist wichtig und wirkt vielfältig auf unser Wohlbefinden. Gemeinsam mit Freunden oder der Familie fällt die Umsetzung gleich viel leichter.

EDITORIAL

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Es ist wohl nicht übertrieben zu sagen: Heuer ist nichts, wie es war. Und wenig, wie es sein soll. Das Corona-Thema ist omnipräsent. Während der Produktion dieser Ausgabe befanden wir uns bereits im zweiten Lockdown, Vereinsaktivitäten wurden wieder abgesagt, der Sport – mit Ausnahme des Spitzensports – heruntergefahren. Dennoch lassen wir uns nicht unterkriegen, denn Bewegung ist die beste Medizin. Darum geht es auch in unserer Coverstory. Gerade in besonderen Zeiten wie diesen sind Achtsamkeit und Ausgeglichenheit gefragt. Sport und Bewegung haben gesundheitsfördernde Wirkungen – lesen Sie mehr dazu ab Seite 4! Die passenden Übungen zur Sturzprophylaxe liefern wir gleich mit.

Dass der Sport in den letzten Wochen und Monaten nicht stillgestanden ist, beweisen die durchgeführten ASKÖ-Bundesmeisterschaften. Neues gibt es von der CSIT, im Jugendbereich konnte die Verleihung des ASKÖ-Jugendförderpreises über die Bühne gebracht werden.

Unsere engagierten Landesverbände berichten auf den Seiten 26–34 über ihre vielfältigen Aktivitäten. Im Fit-Bereich wird die neue Online-Plattform www.feel-fit.at vorgestellt. Weiters gibt es wieder ein Best-Practice-Beispiel von Inklusion sowie Infos über Online-Fortbildungen. Die Partnerschaft zwischen ASKÖ und der Wiener Städtischen Versicherung besteht 2020 bereits seit 35 Jahren – Grund genug, die Geschichte ein wenig aufzurollen.

Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen beim Lesen, einen Winter mit viel Bewegung, erholsame Feiertage und einen guten Jahreswechsel. Bleiben Sie gesund!

Herzlichst,
Ihr „move“-Redaktionsteam

Inhalt

4|20

4	Bewegung ist die beste Medizin
10	Seite des Präsidenten
13	Sport Intro
14	Bundesmeisterschaften
16	Interviews mit ASKÖ-Sportlern
23	ASKÖ-Jugendförderpreis
25	Aktuell Intro
26	DIE ASKÖ-LANDESVERBÄNDE
	Aktuelle News und Hintergrundberichte aus den ASKÖ-Landesverbänden
35	Fit & gesund Intro
36	35 Jahre Partnerschaft
40	Sport hilft - ein musterhaftes Beispiel
43	Pilotprojekt Basismodul online
45	Service Intro
46	DSGVO für Vereine

IMPRESSUM

Herausgeber: ASKÖ-Bundesorganisation, Media Quarter Marx 3.2, Maria-Jacobi-Gasse 1, 1030 Wien, www.askoe.at, ZVR: 953285696. **Medieninhaber und Hersteller:** echo medienhaus ges.m.b.h. (FN64424, HG Wien), Media Quarter Marx 3.2, Maria-Jacobi-Gasse 1, 1030 Wien, www.echo.at, UID: ATU 14928408. **Geschäftsführung:** Christian Pöttler. **Redaktionsanschrift:** Media Quarter Marx 3.2, Maria-Jacobi-Gasse 1, 1030 Wien. **Chefredaktion:** Michael Maurer, Hans Steiner. **Chefin vom Dienst:** Karin Windisch. **Grafische Gestaltung:** Karim Hashem. **Lektorat:** Nikolaus Horak (LtG.), Agnes Unterbrunner, MA, Gilbert Waltl, BA. **Druckerei:** Gutenberg-Werbering GmbH, 4020 Linz. **Unternehmensgegenstand:** Herausgabe diverser Publikationen und

Periodika sowie allgemeine Verlagsaktivitäten. **Verlags- & Herstellungsort:** Wien. **Coverfotos:** GEPA. Namentlich gekennzeichnete Beiträge und Gastkommentare müssen nicht mit der Meinung des Herausgebers übereinstimmen. Entgeltliche Einschaltungen werden mit „entgeltliche Einschaltung“ oder „bezahlte Anzeige“ gekennzeichnet. **OFFENLEGUNG:** Sämtliche gemäß § 25 MedienG erforderlichen Angaben sind unter www.echo.at/impresum/move abrufbar. *Aus Gründen der Lesbarkeit wird in unseren Texten die männliche Form gewählt. Selbstverständlich beziehen sich die Angaben sowohl auf männliche als auch auf weibliche Personen.*

ISTOCK BY GETTY IMAGES



BEWEGUNG ist die beste Medizin

Ein Zitat, das wir alle bestimmt schon oft gelesen oder gehört haben – aber was ist wirklich dran an diesen fünf Wörtern? Ist die Botschaft bereits bewusst bei uns angekommen, sodass wir **AKTIV** vorbeugen?

Es gibt kein Medikament, das so vielseitig wirkt wie Sport.



Besondere Zeiten, wie die Covid-19-Situation, erfordern Achtsamkeit und Handeln. Das Leben in Balance – ein Leben im Gleichgewicht – sowohl physisch als auch seelisch ist für die Aufrechterhaltung eines intakten Immunsystems enorm wichtig. Ein intaktes Immunsystem birgt präventiv einen hohen Schutzfaktor.

Bewegung kann uns dabei unterstützen!

Die gesundheitsfördernden Wirkungen sportlicher Aktivitäten sind vielfältig. Sie bremsen den biologischen Alterungsprozess. 20 Jahre 40 bleiben: Bewegung wirkt positiv auf Stimmung, Immunsystem, Muskulatur, Knochen, Gelenke, Herz und Kreislauf, Blut, Atmung, Verdauung, Stoffwechsel, Hormone, Stressverarbeitung, Aufmerksamkeit, Nervensystem und geistige Leistungsfähigkeit. Es gibt kein Medikament, das so vielseitig positiv wirkt!

Regelmäßige Bewegung verbessert die Koordination, beugt Stürze vor und ermöglicht, länger selbstständig FIT und aktiv zu bleiben.

Bewegung ist zweifelsohne ein gutes Mittel, um auch Krisen besser zu bewältigen. Regelmäßige Bewegung kann zu einem Abbau von Angst und Anspannung führen und dazu beitragen, dass wir stress-resistenter werden. Bei Menschen, die sich regelmäßig bewegen, steigt die Herzfrequenz in Stresssituationen naturgemäß weniger stark an und kehrt auch schneller wieder auf ein normales Maß zurück.

Wenn wir uns bewegen, Sport betreiben, dann sind wir aktiv, agieren und schaffen etwas. Das steigert unser Selbstbewusstsein und beeinflusst unsere Stimmung positiv.



Michael Benesch, Arbeits- und Wirtschaftspsychologe



„Die Beantwortung der Frage, ob man durch sportliche Betätigung im Alltag das Risiko psychischer Belastungen wie Stress, Burnout, verminderte Selbstwirksamkeitsüberzeugungen und Ähnliches reduzieren kann, ist eine Kernaufgabe der gesundheitspsychologischen Forschung. Mittlerweile gibt es dazu eine beinahe unüberschaubare Zahl an empirischen Untersuchungen. Diese zeigen beispielsweise, dass ein moderates und regelmäßiges Training etwa stimmungssteigernd wirken kann, ängstliche und depressive Zustände mindert und die Selbstwertschätzung erhöht. Dies auch in Kombination mit Moderatorvariablen wie dem sozialen Kontakt, der gerade auch bei niederschwelligeren Angeboten für viele Menschen wesentlich mitbestimmend dafür ist, durch Sport aktiv etwas für die eigene psychische und körperliche Gesundheit zu tun. Die positiven Auswirkungen sind eindeutig, messbar und relevant, sowohl für den Einzelnen als auch das nahe soziale Umfeld!“



Bewegung und Sport steigern das Selbstbewusstsein und beeinflussen die Stimmung positiv.

WIE?

Bewegung ist notwendig und wirkt vielfältig auf unser Wohlbefinden. Fixzeiten in der Woche mit Familienmitgliedern oder Freunden erleichtern die Umsetzung von Bewegungseinheiten. Denn automatisierte Tätigkeiten benötigen deutlich weniger Überwindung, um ins Tun zu kommen und den inneren „Schweinehund“ zu überwinden.

Zeitmangel, Stress oder auch Distanz, die vermehrt in der Covid-19-Situation vorkommt, sprechen für alternative

Christiane Loinig, ärztliche Leiterin des Olympiazentrum Kärnten

„Leider gibt es (noch) kein Wundermittel gegen eine Infektion mit dem Coronavirus, aber wir können durch moderaten Sport unser Immunsystem positiv beeinflussen: Bei körperlicher Belastung wird das Hormon Adrenalin freigesetzt, welches unsere Abwehrzellen dazu bewegt, sich schneller zu vermehren. Das zelluläre Immunsystem reagiert dabei unter anderem mit einer Vermehrung der weißen Blutkörperchen (Leukozytose). Besonders ausgeprägt ist aber die schon nach wenigen Sekunden auftretende Vermehrung von NK-Zellen (natürliche Killer), einer Lymphozyten-Subpopulation, die für die Abwehr von Tumorzellen und virusinfizierten Zellen eine wichtige Rolle spielt. Gleichzeitig werden auch Granulozyten, Monozyten, T- und B-Zellen mobilisiert. Wegen der potenziell schädigenden Auswirkungen von Stress auf das Immunsystem sollte Sport jedoch nicht selbst zum Stress werden! Die positive Beeinflussung des Immunsystems durch Sport kommt jedoch nur dann zum Tragen, wenn Sport nicht in völlige Erschöpfung ausartet. Deshalb wichtig: Nicht überlasten! In der Regel sind dies submaximale Belastungen von 30 bis 60 Minuten, die nicht allzu lange in einem sogenannten „anaeroben Zustand“ – einem Zustand, in dem der Körper wesentlich mehr Sauerstoff verbraucht, als er zuführen kann – absolviert werden. Denn erfolgt die Belastung zu lange in dieser anaeroben Phase, kommt es zu einer Minderung der Funktion des Immunsystems – zum einen wegen des verminderten Sauerstoffs, zum anderen durch das Ausschütten von Stresshormonen wie Cortisol, welches wiederum einen negativen Einfluss auf die Funktion vieler Immunzellen hat. Also nicht auspowern bis zur Erschöpfung, sondern moderat und regelmäßig trainieren, um die Aktivität der Immunzellen im Körper zu erhöhen und Stress ab- statt aufzubauen.“



Formen der Bewegung und Bewegungsanleitung.

Nützen Sie jede Möglichkeit, um im Freien, an der frischen Luft, aktiv zu werden. Zeit in der Natur kann die Nerven beruhigen und ist eine Sauerstoffkur für unseren Organismus.

Das ASKÖ-Online-Bewegungsportal (www.feel-fit.at) ermöglicht, innerhalb einer ASKÖ-FIT-Gruppe, auf Distanz aktiv zu werden und mitzumachen.

Was ist gesund? Was sind gesunde Entscheidungen? Wie trifft man Sie? Was den Menschen langfristig ins dynamische Gleichgewicht bringt, hält ihn fit fürs Leben. Das betrifft Körper, Geist und Seele.

Tipp:

Wählen Sie die Beanspruchung so angenehm, dass Sie beim Bewegen noch reden können. Mäßig, aber regelmäßig aktiv – eine gesunde Entscheidung für Ihr Wohlbefinden.

Lasst uns in der ASKÖ-Familie gemeinsam FIT, gesund und aktiv bleiben!

Sturzprophylaxe

Regelmäßige Bewegung ist wichtig, um möglichst lange selbstständig und FIT zu bleiben.

SICHER FIT IM WINTER

Mit dem zunehmenden Alter nehmen die koordinativen Fähigkeiten und die Kraft ab. Das Sturzrisiko, vor allem auf unebenem Gelände, erhöht sich dadurch. Um Stürzen und koordinativen Defiziten vorzubeugen und somit das Unfallrisiko zu minimieren, ist die Schulung des Gleichgewichts, vor allem für ältere Personen, sehr wichtig.

Unser TIPP:

Mit gezielten regelmäßigen & täglichen Bewegungsübungen vorbeugen!

Bleib im Gleichgewicht!

2. Beinpendel

- Stand am rechten Bein, Oberkörper bleibt aufrecht
 - Kniehub links vorne, linkes Bein seitlich abspreizen, linkes Bein nach hinten strecken
 - 15 mal langsam durchführen, dann Seitenwechsel zum rechten Bein
 - alternativ auch ohne sich anzuhalten
- Kräftigt Beine sowie Gesäßmuskulatur und schult das Gleichgewicht.



1. Walking - gegengleich

- beidbeiniger Stand, hüftbreit, Oberkörper bleibt aufrecht
- Kniehub vorne mit dem linken Bein, rechte Hand zum linken Knie
- dann Wechsel, linke Hand zum rechten Knie
- 1 Minute am Stand marschieren
- bei Unsicherheit Sessel zum Anhalten bereitstellen

Fördert die Rechts-links-Koordination, das Gleichgewicht und kräftigt Beine und Bauch.



3. Bleib im Gleichgewicht!

- Einbeinstand rechts, linken Fuß mit Zehenspitzen auf dem Boden auf tippen
 - Arme in Seithalte, Handflächen nach oben drehen, Schulterblätter zusammenziehen
 - 5 tiefe Atemzüge, dann Seitenwechsel
 - Variante: Einbeinstand rechts - linken Fuß am Unterschenkel abstützen - Hände in Brusthöhe
- Schult die Koordination.



4. Ausfallschritt - rück

- beidbeiniger, hüftbreiter Stand
 - mit dem linken Bein Ausfallschritt nach hinten
 - rechtes Bein (vorne) beugen und tief gehen, Oberkörper bleibt gerade
 - ACHTUNG: rechtes Knie soll nicht über die Zehenspitzen nach vorne hinausragen
 - dann wieder hochdrücken und aufrichten, Beine vorne wieder schließen
 - nach 10 Wiederholungen Seitenwechsel
- Kräftigt Bein und Gesäßmuskulatur.



5. Sicher aufstehen

- Sessel mit Rückenlehne an eine Wand stellen (kein Wegrutschen)
 - Sitz vorne an der Stuhlkante, linkes Bein vorne, rechtes Bein auf Zehenspitzen unter dem Stuhl
 - Arme in Brusthöhe verschränken
 - vom Stuhl hochdrücken, aufstehen und dann wieder langsam auf den Stuhl setzen
 - 10 Wiederholungen, dann Beinwechsel
- Kräftigt Beine, Gesäß und Rumpfmuskulatur.



6. Zehenspitzen / Fersen

- beidbeiniger Stand hüftbreit
 - mit dem Hochrollen auf die Zehenspitzen Arme in Schulterhöhe nach vorne bringen und einatmen
 - zurück in beidbeinigen Stand
 - Zehenspitzen anheben, Arme zurück bringen und ausatmen
 - 15 Wiederholungen
- Schult Gleichgewicht, Koordination und Fuß- und Wadenmuskulatur.



Chapeau,

liebe Mitglieder, Funktionärinnen und Funktionäre unserer ASKÖ-Familie

SEITEN DES PRÄSIDENTEN



Leicht haben wir es im Sport zurzeit wahrlich nicht. Alle normalerweise eingetakteten Veranstaltungen und Events wurden seit März „dank“ Corona über den Haufen geschmissen. Praktisch nichts kann mehr durchgeführt werden, mit Folgen, die wir noch gar nicht abschätzen können.

Sei's drum, ich möchte an dieser Stelle großen Dank an euch alle aussprechen.

Danke für das Durchhalten, danke für die vielen konstruktiven Vorschläge und Beiträge, wenn es wieder einmal darum ging, chaotische Verordnungen aus den Ministerien ins „Vereinsdeutsch“ zu übersetzen, und auch danke, bei der Umsetzung viel Hausverstand an den Tag gelegt zu haben. Das Team in der Bundesorganisation ist praktisch nicht nur rund um die Uhr erreichbar, sondern auch intensiv in regelmäßigen Abstimmungsgesprächen mit unserem Verbandsanwalt Mag. Gernot Schaar, mit Ministeriumsvertretern, unseren Partnern der Sport Austria (Bundes-Sportorganisation), den Kollegen in den Dach- und Fachverbänden und natürlich unseren Landesorganisationen. Mit dem Ziel, alles, was da von Regierungsseite daherkommt, in verständliche und umsetzbare Vorgaben umzuwandeln und für alle in den Vereinen vor Ort brauchbar zu machen. Kein einfaches Unterfangen, aber wir bemühen uns redlich.

Und das alles neben den normalen, täglichen Abläufen, auch wenn es im Tagesgeschäft sicher etwas ruhiger ist als gewohnt. Viele Gespräche werden via Videomeetings erledigt, manches muss einfach auf später verschoben oder

direkt abgesagt werden. Im Sportbereich gibt es keine Bundesmeisterschaften oder Leistungskurse etc., im Fitnessbereich und bei „Kinder gesund bewegen“ herrscht auch weitgehend Stillstand. Und im Verbandsbereich werden Konferenzen, Sitzungen und Seminare auf später verlegt.

Uns erreichen dieser Tage viele Anrufe besorgter SchuldirektorInnen, die anfragen, ob wir mit unseren Angeboten eh wieder in die Schulen kommen. Sie sagen, unsere Experten wären als Bewegungskoaches dringend notwendig! Alleine die Bildungsverantwortlichen und der Gesundheitsminister sehen das anders. Wir dürfen derzeit nirgendwo in die Kindergärten und Schulen, leider.

Dennoch: Aufgegeben wird ein Brief, aber nicht die Hoffnung auf Besserung der Situation.

In der Zwischenzeit arbeiten wir intensiv an alternativen Möglichkeiten, um die Menschen in Bewegung zu halten und zu bringen, aber vor allem für Bewegung und Sport in der freien Natur zu begeistern und dann natürlich mit entsprechenden Angeboten präsent zu sein. Mit dem letzten „Lockdown light“ haben wir wieder unsere Online-Formate unter www.gesundheitssport-online.at sofort aktiviert, auch bringen wir mit Medienaussendungen die Freiluftmöglichkeiten laufend in Erinnerung. Spazierengehen, Langsamlaufen, Nordic Walking, Schneeschuhwandern, Langlaufen, Skibergsteigen, Tourengehen, Eisstockschießen, ... Es gibt so viele Sport- und Bewegungsformen, die man alleine, in Gruppen oder gemeinsam als Familie auch coronakonform ausüben kann. Mein Appell: Tut es regelmäßig und sagt dem Virus den Kampf an!

Bewegung im Freien hat aber auch immer etwas mit Sicherheit zu tun, im Herbst und Winter noch viel mehr. Es ist unabdingbar, dass man sichtbar ist. Ganz besonders auf öffentlichen Wegen und Straßen. Die ASKÖ möchte euch dabei nachhaltig unterstützen, und so starten wir mit einer Sicherheitsoffensive in Form von ASKÖ-Signalarmbändern und ASKÖ-Stirnlampen für den Outdoorbereich. Näheres dazu auf Seite 24 sowie auf unserer Homepage oder unserem Facebook-Auftritt. Dazu kommen weitere neue Produkte wie ASKÖ-Multifunktions-Tücher und auch das tragbare ASKÖ-Desinfektionsmittel, die helfen, die Gesundheit zu schützen.

Ganz wichtig bei all der Wichtigkeit von Vorsichtsmaßnahmen und Einschränkungen: Augenmaß und Hausverstand. Ganz besonders aber bei jenen, die diese Verbote und Einschränkungen vorbereiten und aussprechen. Da habe ich manchmal so meine Zweifel! Unverständliche Einschränkungen für Sportaktivitäten und Schulschließungen lassen mich und viele unserer FunktionärInnen den Kopf schütteln. Aber darüber habe ich schon mehrfach berichtet.

Kinder haben nicht nur einen unbändigen Bewegungsdrang, sondern sind auch sehr wissbegierig.

Alles Eigenschaften, die gefördert und nicht eingeschränkt gehören. Aber was entscheidet die Bundesregierung? Sie verbietet Indoorsport, schließt Turn- und Sporthallen, ordnet Distance Learning an, also noch mehr Einschränkung des Bewegungsdranges. Noch dazu treten erhebliche Schwierigkeiten im technischen Bereich auf. Die Schulen sind entgegen aller Ankündigungen kaum vorbereitet und die SchülerInnen nicht ausreichend für Hausunterricht ausgestattet. Es vergeht kein Tag, an dem uns nicht Eltern und PädagogInnen anrufen und dies mitteilen. Außerdem haben nicht alle Familien die Finanzkraft, Laptops und teures Internet bereitzustellen. Über den Sommer wurde viel versprochen, aber nichts vorbereitet. Ein echtes Trauerspiel.

Ich weiß, was wir in der ASKÖ alles leisten können, welche Innovations- und Umsetzungskraft unsere MitarbeiterInnen und FunktionärInnen haben. Daher bin ich sicher,

wir werden die Krise gut meistern und danach wieder voll durchstarten.

Mit unserem Kooperationspartner ERIMA haben wir Mitte November den „ASKÖ-Erima-Ideenwettbewerb“ gestartet. Jedes ASKÖ-Mitglied konnte einen kurzen Videobeitrag mit Möglichkeiten für Sport und Bewegung, outdoor wie indoor, trotz Zeiten der Corona-Einschränkungen an uns übermitteln. Die besten Vorschläge werden jetzt mit Warenpreisen von ERIMA prämiert. Die Aktion wurde zu einem Riesenerfolg. Noch rechtzeitig vor Weihnachten werden die Preisträger ermittelt und prämiert. Vielen Dank für die engagierte Teilnahme!

Für die bevorstehenden Weihnachtsfeiertage wünsche ich euch und euren Familienmitgliedern sowie Freunden ein besinnliches, geruhsames und schönes Fest sowie einen guten (symbolischen) Rutsch ins neue Jahr 2021. Möge es wieder ein besseres werden. Sport frei!

Euer Hermann Krist,
ASKÖ-Präsident



PICHL

Jeder Wettkampf,
jeder Sieg ist
einzigartig.

Ihre Medaille auch?

Angebot anfordern unter
office@pichl.com

HANDMADE
IN
TIROL

#füreinandersorgen



Wir sind in ganz Österreich für Sie da. Immer und überall.

Online auf wienerstaedtische.at, telefonisch und natürlich auch persönlich.

Ihre Sorgen möchten wir haben.

WIENER STÄDTISCHE
VIENNA INSURANCE GROUP

move

ASKÖ

sport

KURZ & BÜNDIG

Gold in Krakau

Mario Leitner (KC Glanegg) holte bei der U23-EM im Kajak-Einer (K1) Platz eins. Leitner, der heuer seine letzte Saison in der U23-Altersklasse bestreitet, qualifizierte sich im K1-Semifinale trotz zwei Strafsekunden als Siebenter für das Finale der besten 15. Im Endlauf gelang dem 23-jährigen Kärntner eine fehlerfreie Fahrt, mit der er sich bereits zum zweiten Mal nach 2017 zum U23-Europameister kürte. „Ich bin sehr happy über diesen Titel, vor allem, weil es mein letztes Jahr im Nachwuchsbereich ist“, freut sich Mario Leitner.



Metrostars in Feierlaune

Die Vienna Metrostars erkämpften sich zum insgesamt 15. Mal den Österreichischen Staatsmeister im Baseball. Es lief nicht alles glatt für den Rekordmeister in dieser Finalserie gegen die Traiskirchen Grasshoppers, doch schlussendlich hatten die Wiener den längeren Atem. Endstand in der Serie: 3:1 für die Vienna Metrostars.



15. Meistertitel für die Vikings

2020 ist alles anders. Auch der Weg zum Staatsmeistertitel im American Football. Mit einem 46:29-Sieg gegen die Graz Giants und somit drei Siegen in Folge in der Best-of-Five-Serie krönten sich die Dacia Vienna Vikings zum Österreichischen Staatsmeister. Es ist der 15. Titel für die Wikinger. Die Neo-Vikings und Running Backs Anton (Bild) und Florian Wegan holten die MVP-Offense-Trophäe, Leon Balogh (Vikings) wurde mit seinen herausragenden Defense-Plays zum Defense MVP dieser Finalserie gekürt. Die Rookie-MVP-Trophäe trug als Youngstar der erst 17-jährige Giant Raphael Komeyli nach Hause. Die ASKÖ gratuliert beiden Teams zu tollen Leistungen und den Vikings zum nächsten Meistertitel!

BEN SALZMANN VON DEN VIENNA METROSTARS

Das war eine ganz starke Finalserie von allen Beteiligten. Wir sind alle froh, dass wir heuer überhaupt eine Meisterschaft spielen konnten.



GEPA, ÖKV, MOLZAR

www.askoe.at

Medaillen wurden neu vergeben

In den letzten Monaten fanden drei ASKÖ-Bundesmeisterschaften statt. Die Athleten waren wie immer **mit vollem Einsatz dabei**.



BADMINTON

Dieses Turnier wurde von Sportreferent Christof Prassl, ATUS-Obmann Hans Hirschberger und Bundesreferent Helmuth Kreulitsch eröffnet. Mit 145 Sportlern aus ganz Österreich gab es in 36 Bewerben von U11 bis zur Altersklasse 65+ ein großes Starterfeld. Alle Teilnehmer boten hervorragende Leistungen. Im Nachwuchsbereich sind besonders die drei Titel von Ziling Zhan (KELAG Kärnten) im U11-Bewerb hervorzuheben. Lucas Lehner (U11, Neudörfel), Lena Schindler, Lorenz Oberndorfer und Piotr Jaszczynski (U13, alle WAT Hernals) durften sich über 2-fache Siege freuen.

In der Allgemeinen Klasse gab es folgende Bundesmeister: Luca Froschauer (ASKÖ Traun) im Herren-Einzel, Nina Almer (ATUS Weiz) im Damen-Einzel, Richard Schneeberger/Erik Seiwald (ATSE Graz) im Herren-Doppel und Luca Froschauer/Conny Ertl (ASKÖ Traun/KELAG Kärnten) im Mix-Doppel.

Nach zwei spannenden, fairen und verletzungsfreien Wettkampftagen – angefangen mit der Registrierung und Zuweisung der Plätze bis zur Corona-Siegerehrung – konnten die Gewinner ihre verdienten Preise entgegennehmen. Ein besonderes Lob gilt den Teilnehmern, die an beiden Tagen die Corona-Vorgaben immer mustergültig eingehalten haben. Die gesamten detaillierten Ergebnisse können in der Tournament-Software des ÖBV abgerufen werden.



SPRUNGLAUF UND NORDISCHE KOMBINATION

Der SV Achomitz – ŠD Zahomc, seines Zeichens Gewinner des ASKÖ-Jugendförderpreises 2020, führte die ASKÖ-Bundesmeisterschaft im Sprunglauf und der Nordischen Kombination durch. In der Villacher Alpen Arena wurden die aktuellen Covid-19-Maßnahmen beachtet. Die Bundesmeisterschaft wurde auf der Mattenschanze und mit Skirollern durchgeführt. In den Kinderklassen fand das Springen auf der 15-Meter- und der 30-Meter-Schanze, ab der Schülerklasse auf der 60-Meter-Schanze statt. Der jüngste Teilnehmer war sechs Jahre alt.

72 Läuferinnen und Läufer gingen in den Kinder- und Schülerklassen an den Start und lieferten sich spannende Wettkämpfe auf der Mattenschanze und dem Asphaltband. Die Nachwuchstalente und auch deren Eltern zeigten sich von der Durchführung der ASKÖ-Bundesmeisterschaft begeistert. Die geforderte Disziplin bei der Umsetzung der vorgeschriebenen Maßnahmen war sowohl bei den Sportlern als auch beim Betreuersteam und bei den Eltern hervorragend.

Die Siegerehrung wurde vom Präsidenten der ASKÖ Kärnten Toni Leikam vorgenommen. Er sah viele Talente, denen der Sport richtig Spaß machte.



EISKUNSTLAUF

Mit Enthusiasmus und präziser Planung wurden die ASKÖ-Bundesmeisterschaften im Eiskunstlauf 2020 in der „Keine Sorgen Eisarena“ in Linz durchgeführt. Es ist den Mitarbeitern des Vereins ASKÖ Linz Eislauf in Zusammenarbeit mit dem Österreichischen Eislaufverband zu verdanken, dass der Bewerb in dieser außerordentlichen Situation aufgrund eines sehr strengen Präventionskonzepts durchgeführt werden konnte.

Mittels der App „Sportity“ wurde die gesamte Organisation bzw. der Wettbewerb abgewickelt.

Leider gab es aufgrund der Maßnahmen bei dieser Veranstaltung keine Zuschauer in der Halle. Jedem teilnehmenden Sportler und deren Trainern wurde ein Time Slot zugeteilt. Zu den Siegerehrungen wurden nur die drei besten Sportler zugelassen. Die Ehrungen nahm Harald Pötscher, ASKÖ Linz-Obmann-Stellvertreter, vor.

Dank der App „Sportity“ konnte man die Präsentationen mitverfolgen und die Ergebnisse einsehen. Im nahe gelegenen Restaurant wurde die Gelegenheit geboten, die Präsentationen über einen Bildschirm im Großformat mitzuverfolgen. Es war schon eine eigenartige Stimmung in einer fast leeren Halle – keine Zurufe und Freudenbekundungen, die soziale Distanz und kein gemeinsames Feiern.

Dennoch war es ein wichtiger nationaler Wettbewerb und alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben in dieser schwierigen Situation ihr Bestes gegeben.



MARCOS NADER (30)

BOXER (ASKÖ BOXCLUB BOUNCE), GRÖSSTE ERFOLGE:
EHMALIGER EUROPEAN BOXING UNION CHAMPION, DERZEITIGER
IBF INTERNATIONAL CHAMPION IM MITTELGEWICHT

Nach-
gefragt
bei ...

Die ASKÖ hat sich bei SportlerInnen und Sportlern erkundigt, wie es ihnen in der Corona-Krise ergangen ist. Welche Herausforderungen haben sich ergeben, was hat sich verändert? Die Antworten geben einen interessanten Einblick in die Welt der Athleten.

1

Was hat für dich persönlich der Corona-Shutdown im März 2020 bedeutet und was hat er für deine Sportart bedeutet?

Noah Kallan: Für uns Rodler war die Wintersaison schon vorbei, also war es nicht so dramatisch, aber wir mussten auch unser Training, so gut es ging, nach Hause verlegen.

Marcos Nader: Da wir eine komplette Kontaktsportart sind, war es natürlich hart. Das Trainer-team rund um meinen Bruder Daniel Nader hat tolle Trainingspläne zusammengestellt. Schlimm waren die wirtschaftlichen Auswirkungen auf unseren Verein BOUNCE. Das Gym für drei Monate zu schließen, war hart – wir hofften, das nicht nochmals erleben zu müssen. Die Regierung hat sich aber tolle Maßnahmen rund um den NPO-Unterstützungsfonds überlegt und diese auch umgesetzt.

Katrin Neudolt: Ich befand mich gerade intensiv in der Vorbereitung für die Deaflympics 2021 und war schon relativ ausgebrannt von den Wettkämpfen davor. Somit war es für mich eine ganz gute Wettkampfpause,

in der ich viele Basissachen trainieren konnte. In dieser Zeit war es mir sehr wichtig, dass mir meine Sponsoren erhalten bleiben und mich weiter unterstützen. Ich bin sehr dankbar, dass ich beim Bundesheer angestellt bin, mein Gehalt weiter beziehe und sozial abgesichert bin.

Tina Unterberger: Wir waren unterwegs zur EM nach Moskau, als erste Gerüchte über Temperaturkontrollen an der Grenze und mögliche russische Quarantäne aufgekommen sind. Am Weg nach Hause wussten unsere italienischen Kollegen nicht, ob sie nach Hause kommen würden. Dann wurden bei uns die nationalen Rennen und Testwochenenden aus Sicherheitsgründen abgesagt. Zum „Glück“ war die EM der letzte große Bewerb und der Weltcup bereits unter Dach und Fach, somit hat uns der Shutdown nicht ganz so hart getroffen, wie vielleicht die Kollegen aus den Sommersportarten. Natürlich fehlen die Materialtests für die kommende Saison, aber das ist wirklich Jammern auf sehr hohem Niveau.

2

Wie hat sich dein Trainingsalltag verändert, bist du mit TrainerInnen, TrainingspartnerInnen oder TeamkollegInnen in Kontakt geblieben?

Kallan: Die Trainer schrieben uns Pläne, welche wir zu Hause verwenden konnten und ich war auch mit den Teamkollegen in Kontakt. Der Trainingsalltag hat sich schon geändert, denn ich konnte für ca. drei Monate nur zu Hause trainieren und hatte nicht so viele Möglichkeiten wie im Olympiazentrum in Rif, wo ich ja sonst trainiere.

Nader: Ja, auf alle Fälle. Die Leistungssportler in unserem Verein haben eine gemeinsame Whatsapp-Gruppe, hier wurden die Trainingspläne hineingestellt. Mein Bruder und sein Co-Trainer Tom Knöbl haben die Trainingseinheiten auch oft via Video kontrolliert. Somit waren wir regelmäßig im Kontakt.

Neudolt: Die erste große Veränderung war, dass ich 6–8 Wochen kein Hallentraining hatte. Mein Training hat sich mehr auf Grundlagenausdauer und Laufen sowie Kraft- und Mentaltraining fixiert. Für mich waren Videokonferenzen schwierig, weil ich als Gehörlose die Sprache nicht so gut verstehen kann und

auf Gebärdensprachdolmetscher angewiesen bin, die mir finanziell nicht zur Verfügung stehen. Daher haben wir viel über E-Mail kommuniziert, auch mit Videoanalysen. Unter strengen Auflagen durfte ich Ende April, Anfang Mai in die Halle. Das war eine echte Erleichterung, auch der Spaß war sofort wieder da. Mit meinen TeamkollegInnen bin ich über SMS oder Whatsapp in Kontakt geblieben.

Unterberger: Gerade während des Lockdowns war ich unendlich froh, dass ich vor einigen Jahren in unserem Keller eine kleine Kraftkammer mit dem Allernötigsten eingerichtet habe. Um nicht „alleine“ trainieren zu müssen, haben wir hier u.a. gemeinsame Trainingseinheiten mit Kolleginnen aus Chile und Amerika via Zoom veranstaltet. Ausdauerseinheiten habe ich auf die Walze (Rad) ins Wohnzimmer verlegt oder war noch im Dunklen, fast heimlich quasi, laufen, um niemanden zu stören. Die fix eingeplanten Trainingseinheiten haben somit meinem Alltag Struktur gegeben und waren ein wichtiger Ausgleich zum Homeoffice in dieser Zeit.

3

Was bedeutet es für dich, wenn es keine Wettkämpfe/Turniere gibt?

Kallan: Wettkämpfe sind natürlich das, warum wir den Sport machen, denn es ist einfach toll, sich mit so vielen anderen zu messen. Deshalb ist es sehr, sehr schade, dass fast alle Wettkämpfe abgesagt wurden, obwohl wir beim Rodeln alle Abstände einhalten könnten.

Nader: Es ist natürlich schwierig. Man wird nur durch den Wettkampf besser. Es ist ja das Ziel, wenn man sich täglich im Training quält, auch die Lorbeeren nach einem Sieg im Wettkampf zu ernten. Um das geht es ja eigentlich.

Neudolt: Diese sind ganz wichtig für mich, um im Wettkampf-Rhythmus zu bleiben und meine mentalen Gewohnheiten und Techniken anzuwenden. Ich hoffe, dass es ab dem neuen Jahr wieder regelmäßig Wettkämpfe mit guten Sicherheitsauflagen gibt, aber falls nicht, werde ich das so hinnehmen. Ich kann damit gut umgehen und habe viele Trainingspartner, auf die ich zurückgreifen kann. Es hat auch etwas Gutes, nicht so viel herumfahren zu müssen, das spart Energie und Geld.

Unterberger: Bei uns wurden die Sommerrennen auf die kommende Sommersaison verschoben. Dies betrifft mich persönlich nicht so sehr, da ich meist nur mehr an einem Rennen auf Rollen teilnehme. Für unseren Nachwuchs war es bitter, da das Rollenrodeln eine sensationelle Möglichkeit darstellt, um in den Naturbahnsport hineinzuschmecken. Der ÖRV hat eine Möglichkeit gefunden, zumindest zwei Doppelveranstaltungen an zwei Orten zu organisieren – natürlich unter Einhaltung aller Auflagen. Ich bin gespannt, wie sich die Situation im Winter entwickelt – ob alle Weltcuprennen geplant durchgeführt werden können, da bereits die Bewerbe in Russland und Rumänien schon frühzeitig aus dem Wettkampfkalender gestrichen worden sind. Grundsätzlich bin ich ja alleine auf meiner Rodel unterwegs und ebenso wie bei den Alpinen dürfen auch bei uns heuer keine Zuseher vor Ort sein. Es sind mehrere Tests geplant und ein umfangreiches Hygienekonzept liegt auf. Sollten Bewerbe aber coronabedingt abgesagt werden, dann ist das zu akzeptieren.



4 Ist es schwierig, sich dennoch für die Trainings zu motivieren?

Kallan: In der Phase, als ich alleine trainieren musste, war es schon sehr schwer, mich jeden Tag aufs Neue zu motivieren. Seit ich wieder in Rif trainieren kann, funktioniert es super, hier motivieren wir uns als Sportler gegenseitig.

Nader: Natürlich ist es schwierig, sich im Training trotzdem zu motivieren. Vor allem anfangs war es hart.

Neudolt: Nein, generell nicht, da ich sehr, sehr gerne trainiere. Ich habe das Privileg, dass ich seit 2017 Vollzeitsportlerin sein darf und die größte Motivation ist, dass ich meinen Sport als Beruf ausüben kann.

Unterberger: Ich hab's wirklich sehr genossen, als wieder sämtliche Sportanlagen geöffnet wurden. Da merkt man erst, welche Vielfalt an sportlichen Möglichkeiten uns zur Verfügung steht. Bei Schönwetter fiel es mir ehrlicherweise schon etwas schwerer (nach der ganzen Zeit des „Eingesperrtseins“) in die Kraftkammer zu gehen, anstatt eine Berg- oder Radtour zu machen. Aber das gehört dazu und zum Glück kann man ja gewisse Trainingseinheiten auch outdoor bewerkstelligen

NOAH KALLAN (16)

KUNSTBAHNRODLER (RV HÜTTAU), GRÖSSTE ERFOLGE: 8. PLATZ BEI DEN YOUTH OLYMPIC GAMES, 3. PLATZ BEIM JUGEND A WELTCUP IN WINTERBERG, 1. PLATZ BEI DER ÖSTERREICHISCHEN MEISTERSCHAFT IN DER KLASSE JUGEND A

KATRIN NEUDOLT (31),

BADMINTONSPIELERIN (BADMINTON MÖDLING UND WIENER GEHÖRLOSEN SPORTCLUB 1901 & KULTURVEREIN), GRÖSSTE ERFOLGE: VIZEWELTMEISTERTITEL 2019 UND 2015, EUROPAMEISTERIN BEI DEN GEHÖRLOSEN 2018, STAATSMESTERIN BEI DEN HÖRENDEN 2016 UND 2020, RUNNERS-UP BEI INTERNATIONAL HELLAS FUTURE SERIES 2019 (HÖRENDEN TURNIER)



5 Haben sich durch die Corona-Zeit deine Zielsetzungen verändert?

Kallan: Ja, leider. Ich wollte heuer im Gesamtweltcup (Jug. A) einen Top-3-Platz erreichen. Da wir keine Weltcuprennen fahren dürfen, kann ich dieses Ziel nicht mehr erreichen, da ich nächstes Jahr in einer anderen Klasse (Junioren) fahre.

Nader: Es hat sich zumindest alles um 1 Jahr verzögert. Ich habe 2019 im November das letzte Mal gekämpft und werde voraussichtlich erst wieder im März 2021 im Ring stehen.

Neudolt: Grundsätzlich nein, es haben sich nur Planung und Rahmenbedingungen geändert. Mein Ziel sind die Teilnahme und der Gewinn einer Medaille für Österreich bei Deaflympics 2021.

Unterberger: Nicht verändert, eher bestärkt!

6 Glaubst du, es wird sich durch die Corona-Zeit etwas für deine Sportart verändern?

Kallan: Ja, denn diese Krise wird in allen Bereichen starke Spuren hinterlassen und so wird auch der Rodelsport nicht verschont bleiben.

Nader: Nein, das hoffe ich nicht. Boxen lernt man nur durchs Boxen. Nur durch Schattenboxen wird sich kein Boxer weiterentwickeln. Somit wären Maßnahmen, wie wir sie im Lockdown erlebt haben, sehr schlecht für die Konkurrenzfähigkeit zu anderen Nationen.

Neudolt: Ich denke, man hat die Chance verpasst, mit Nachbarländern zusammenzuarbeiten und kleine Turniere durchzuführen – so wie im Tennis. Vielleicht hat es ja aber auch etwas Gutes, wenn man mehr an der Basis trainiert und danach stärker aus dieser Phase herauskommt. Meiner Ansicht nach kann durch Online-/Internet-/Video-/Livestream-Übertragungen noch mehr herausgeholt werden, sodass einerseits die Sponsoren der Sportler und Veranstalter besser zur Geltung kommen (Stichwort Regelungen für Sponsoren auf Sportbekleidungen) und so die Finanzierung des Sports gesichert wird. Aber auch mit Berücksichtigung von Accessibility bin ich überzeugt, dass so mehr Viewer/Sportler erreicht werden können, zum Beispiel durch Einblendung von Untertiteln/Closed Captions von Moderatoren/Reportern/Interviews mit Sportlern.

Unterberger: Bestimmt, nur in welcher Art und Weise dann tatsächlich, wird uns wahrscheinlich nur die Zeit sagen können.



TINA UNTERBERGER (34)

NATURBAHNRODLERIN (ASKÖ BAD GMUNDEN), GRÖSSTE ERFOLGE: WELTMEISTER- UND EUROPAMEISTERTITEL IM TEAMBEWERB UND FÜNF BRONZEMEDAILLEN BEI WM UND EM IM EINSITZERBEWERB, DER ERSTE WELTCUPSIEG IN KÜHTAI/TIROL

7 Was sind deine sportlichen und persönlichen Ziele für die nächste Zukunft?

Kallan: Meine Ziele sind, ein Platz in den Top 3 im Junioren Gesamtweltcup in den nächsten Jahren und eine Medaille bei einem Großereignis zu gewinnen.

Nader: Um einen großen Titel zu kämpfen und natürlich gesund zu bleiben. Vor allem für meine kleine Tochter Mia wünsche ich mir nur das Beste.

Neudolt: Mein größtes Ziel ist es, bei den Deaflympics 2021 eine Medaille zu holen, dem wird alles untergeordnet. Des Weiteren wurde ich vom Österreichischen Badminton Verband für die Qualifikation für die Team-Europameisterschaft im kommenden Dezember nominiert, ich hoffe auf meinen erstmaligen

Antritt bei einer hörenden Europa-/Weltmeisterschaft. Danach möchte ich nochmal 4 Jahre für die nächsten Deaflympics weitertrainieren. Ich hoffe, dass ein neuer Vertrag mit dem Bundesheer zustande kommt.

Unterberger: Unbestrittenes Saison-Highlight ist die Heimweltmeisterschaft in Umhausen/Tirol (Ötztal, Februar 2021). Darüber hinaus hat sich der Internationale Rodelverband (FIL) mit der Sparte Naturbahn für die Aufnahme ins olympische Programm beworben (Mailand/Cortina 2026). Je nachdem, wie sich dieses „Projekt“ entwickelt, wird sich natürlich dann auch meine sportliche sowie persönliche Zielsetzung verändern.

Tolle Erfolge auf der Matte

Aus ASKÖ-Sicht liefen die österreichischen Judo-Staatsmeisterschaften **äußerst erfreulich** ab.

22 Medaillen (davon zehn goldene!) gingen in Oberwart an Sportlerinnen und Sportler aus unseren ASKÖ-Mitgliedsvereinen. Bei den Frauen jubelten schlussendlich fünf ASKÖ-Athletinnen über Gold: Jacqueline Springer (-48 kg, Vienna Samurai), Carina Klaus-Sternwieser (-52 kg, ASKÖ Reichraming), Sabrina Filzmoser (-57 kg, LZ Multikraft Wels), Michaela Polleres (-70 kg, JC Wimpassing), Maria Höllwart (+78 kg, ESV Sanjindo). Silber gab es für Larissa Sickinger (-52 kg, Judogym), Lisa Grabner (-57 kg, JC Wimpassing) und Marlene Hunger (+78 kg, JC Wimpassing), Bronzemedailien gingen an Fanny Amann (-52 kg, Vienna Samurai), Rosalie Wöss (-63 kg, ASKÖ Reichraming) und Asimina Theodorakis (-63 kg, WAT Stadlau) sowie Elena Dengg (-70 kg, ESV Sanjindo).

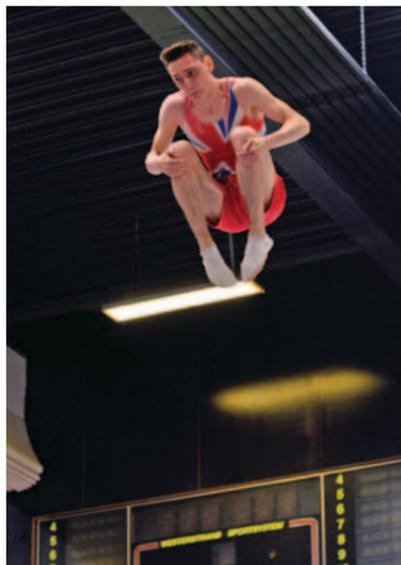


5 x Gold

Mit Daniel Leutgeb (-60 kg, LZ Multikraft Wels), Kimran Borchashvili (-66 kg, LZ Multikraft Wels), Lukas Reiter (-7 kg, JC Wimpassing), Sebastian Dengg (-81 kg, ESV Sanjindo) und Shamil Borchashvili (-90 kg, LZ Multikraft Wels) holten fünf Männer aus ASKÖ-Mitgliedsvereinen Gold. Aaron

Fara (-100 kg, JC Wimpassing) gewann Silber, Bronze gab es für Alexander Klaus-Sternwieser (-60 kg, ASKÖ Reichraming), Herbert Wicker (-73 kg, ESV Sanjindo), Michael Niederdorfer (-90 kg, ESV Sanjindo) und Clemens Prentner (-100 kg, Vienna Samurai). *Die ASKÖ gratuliert allen Medaillengewinnerinnen und -gewinnern herzlich!*

Niklas Fröschl holt Doppel-Gold



Der 23-jährige Wiener wurde in Steyr nicht nur Trampolin-Einzelstaatsmeister, sondern gewann auch den Synchron-Titel mit Martin Spatt. Fröschl stand bereits zum vierten Mal nach 2016, 2017 und 2018 auf dem obersten Einzel-Medaillenpodium, allerdings erstmals im Synchron-Bewerb. „Ich bin extrem glücklich, dass dieser Wettkampf durchführbar war – und mir persönlich alles aufgegangen ist. Jetzt gilt mein Fokus den Europameisterschaften Anfang Mai 2021 in Sotschi.“

Die „ewige“ Rangliste

In der rot-weiß-roten Trampolin-Staatsmeistertitel-Gewinnliste führt Martin Spatt mit 8 x Gold. Mit je 5 Titeln liegen ex aequo auf Rang 2: Sara Hekele, Niklas Fröschl, Markus Höckner (W, bis 2008) und Dieter Hayn (St, bis 2009).

Benny Wizani (W) ist mit seinen erst 19 Jahren als Jugend-Olympiadritter und Elite-Weltcup-Finalist bereits Österreichs international erfolgreichster Trampolinspringer. Wegen einer Handverletzung verzichtete er auf die Staatsmeisterschaft 2020. In der „ewigen“ ÖFT-Elite-Titelrangliste steht Wizani mit 4 x Gold (Einzel 2018, Synchron 2016–2014) schon auf Platz 6.

KURT EGGER/ÖFT, GEPA

Mein Regionalstrom.

Sicher. Nah. Immer da.



100%
SICHER VERSORGT
✓

LINZ AG
S T R O M

Mein Regionalstrom versorgt mich sicher und rund um die Uhr mit Energie aus meiner Nähe. Er wird in oberösterreichischen Kraftwerken erzeugt, also mit Sicherheit atomstromfrei. Jetzt und in Zukunft.

Mehr auf www.linzag.at/regionalstrom

Premiere beim 42. CSIT-Kongress

2020 fand der **alljährliche CSIT-Kongress** aufgrund der Corona-Pandemie erstmals online statt, und nicht – wie geplant – in Kroatien.

Beim 2. World Amateur Sports Forum „Sport Impacts All“ im Vorfeld des Kongresses berichtete CSIT-Präsident Bruno Molea, wie Mitgliedsverbände die schwierige Zeit meistern, und betonte, wie groß der Zusammenhalt der CSIT-Familie in herausfordernden Zeiten wie diesen ist. Mit großem Interesse verfolgten die Teilnehmer den Videobeitrag der ASKÖ, der zeigte, wie den Mitgliedern auch während eines Lockdowns unterschiedliche Sportangebote und Aktivitäten zur Verfügung gestellt werden können (Stichwort: ASKÖ Online-Plattform).

Spiele sollen stattfinden

Beim 42. CSIT-Kongress vernahm die ASKÖ-Delegation (ASKÖ-Vizepräsident und CSIT ExCom-Mitglied Christian Hinterberger, Sport-Abteilungsleiter Matthias Lindner,



ASKÖ-Sport-Vizevorsitzender Peter Putzgruber und Jugendreferentin Andrea Gruber) mit großer Freude und Zustimmung, dass die 2021 anstehenden CSIT World Sports Games planmäßig veranstaltet werden sollen. Dem kroatischen Mitgliedsverband ist es aufgrund eines Erdbebens und der Corona-Pandemie leider nicht möglich, die Veranstaltung zu stemmen. Die Provinz Emilia-Romagna (ITA) erklärte sich bereit, als Veranstalter der World Sports Games einzuspringen.

SMART RENT LANGZEITMIETE

MIETEN STATT KAUFEN



Günther und der ASKÖ bieten Vereinen mit SMART RENT eine tolle Möglichkeit, günstig den Fahrzeugbedarf abzudecken – vom Kleinwagen bis zum 9-Sitzer-Bus.



€ 349,-

Monatsmiete

KIA STONIC
TITAN 1.25 MPI

Benzin, 84 PS, Bluetooth Freisprecheinrichtung, 7" Multimedia-Display, Lenkradheizung, Sitzheizung, Start-Stopp-System uvm.

Listenpreis inkl. MwSt. und Nova

€ 16.590,-

Auto Günther GmbH
www.auto-guenther.at

Ing. Hermann Schober
M +43 664/51 11 385

ASKÖ VORTEILE

- bis zu EUR 6.000,- Ersparnis gegenüber Kauf
- EUR 0,- Anzahlung
- minimale monatliche Fix-Belastung
- motorbezogene Versicherungssteuer inklusive
- Haftpflicht- und Vollkasko-Versicherung inklusive
- Service inklusive

GÜNTHER
gemeinsam.unterwegs

ASKÖ-Jugendförderpreis 2020

27 Projekte ausgezeichnet

Die ASKÖ-Bundesorganisation prämierte im Oktober 27 Vereine für ihr **großartiges Engagement** im Nachwuchsbereich und die damit verbundenen Erfolge in der Saison 2019/20.

Sportlicher Erfolg ist einer von vielen Eckpfeilern einer erfolgreichen Jugendarbeit in den Sportvereinen, auf die nicht nur der Verein, sondern auch jeder Verband stolz sein kann“, so ASKÖ-Präsident Hermann Krist.

Teilnahmeberechtigt waren ASKÖ-Vereine, deren Nachwuchsathleten bzw. -teams im Alter von 14 bis 21 Jahren auf nationaler oder internationaler Ebene zwischen Jänner 2019 und April 2020 Erfolge verbuchen konnten. Von den 70 eingereichten Projekten erhielten die jeweils drei besten aus den neun Bundesländern eine Sonderförderung.

Am 2. Oktober 2020 wurden die Gewinner im Spiegelsaal im Haus des Sports in Wien von ASKÖ-Präsident Hermann Krist,



Die strahlenden Gewinner des ASKÖ-Jugendförderpreises 2020.

ASKÖ-Vizepräsidentin Petra Huber und ASKÖ-Jugendreferentin Andrea Gruber ausgezeichnet. Unter Einhaltung der Corona-Maßnahmen konnten die 50 anwesenden Vertreter aus insgesamt 20 Vereinen ihre Ehrungen entgegennehmen.

Die ASKÖ gratuliert herzlich allen Gewinnern und wünscht weiterhin viel Erfolg!



Die prämierten Vereine des ASKÖ-Jugendförderpreises 2020

ASKÖ Kunstturnen Mattersburg / ASK eco-puls Horitschon / ASKÖ BSV Zurndorf / Klagenfurter Leichtathletik Club / SV Achomitz-ŠD Zahomc / ASKÖ Volleyball Villach / J. Stettner Badminton Mödling / SSV Stockfalken Hohenau / ASKÖ Waidhofen / KSV ASKÖ Outdoor Fitness Freistadt / SK VÖEST Linz Sektion Ringen / ASKÖ SBC Steyr / TTC Raiffeisen Kuchl / ASKÖ Karate Kara / 1. KC Saalfelden / KBC Leibnitz / KSV Nachwuchsmodell Kapfenberg / TUS Spielberg Karate / Sportverein Sellrain / Schützengesellschaft Thaur / BC Saustall Fieberbrunn / ARBÖ Bregenz / Shotokan Karate Club Lustenau / Erasmus+ Capoeira / NAVAX AHTC / Altmannsdorfer TC / ASV Wien



Bundes-Sport GmbH



Bundesministerium
Kunst, Kultur,
öffentlicher Dienst und Sport

**Jetzt
NEU!**

DAS ASKÖ-SICHERHEITSPAKET*

Beweg dich möglichst viel und komm sicher durch den Winter!

Bewegung und Sport sind wichtig, verbessern die Fitness, stärken das Immunsystem und die Psyche. Nicht nur in Corona-Zeiten bietet der Outdoor-Sport vielfältigste Möglichkeiten an. Damit du auch im Winter allein oder mit Familie und Freunden JEDERZEIT UND SICHER INS FREIE gehen kannst, bietet die ASKÖ mit dem ASKÖ-Sicherheitspaket* hilfreiche Produkte an.

DAS ASKÖ-SICHERHEITSPAKET*

ist ab Jänner zum **Sonderpreis von € 15,-** (zzgl. Versand) erhältlich.

Bestellungen und Anfragen für Einzelstückpreise bitte an askoe@askoe.at senden.
*Nur für Mitglieder aus ASKÖ-Vereinen; solange der Vorrat reicht.

ZUM ASKÖ-SICHERHEITSPAKET* IM SCHÖNEN VERBANDSDESIGN GEHÖREN:

- ➔ **1 Stirnlampe**
- ➔ **1 Reflektorenband**
- ➔ **1 Multifunktions-Tuch** für Hals, Kopf oder als Mund-Nasen-Schutz
- ➔ **1 Desinfektionsspray** (50 ml, wiederauffüllbar) mit Anhänger



move

ASKÖ

aktuell

ASKÖ-GEWINNSPIEL

WIE VIELE VEREINE WURDEN BEIM ASKÖ-JUGENDFÖRDERPREIS 2020 PRÄMIERT?

Schicken Sie die richtige Antwort bis spätestens 15. Jänner 2021 an presse@askoe.at, Betreff: „move-Gewinnspiel“.

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir 2 ASKÖ-Kofferwaagen mit ASKÖ-Logo, 2 Turnbeutel mit ASKÖ-Logo sowie 2 Multifunktionstücher mit ASKÖ-Logo.

Vergessen Sie nicht, Ihren Namen und Ihre

Postadresse anzugeben.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Pro Teilnehmer ist nur eine Teilnahme möglich. Ein Schriftwechsel zum Gewinnspiel wird nicht geführt. Die Gewinne können nicht in bar abgelöst werden. Die ASKÖ übernimmt keine Gewähr für entgangene Gewinnchancen durch

technische Unzulänglichkeiten. Vorbehaltlich Satz- und Druckfehler.

Mit der Teilnahme am ASKÖ-Gewinnspiel nehme ich zur Kenntnis, dass meine von mir im Zuge dieses Gewinnspiels bekanntgegebenen personenbezogenen Daten von der ASKÖ zum Zwecke der Durchführung dieses Gewinnspiels für eine Dauer von 1 Jahr gespeichert bzw. verarbeitet werden. Wenn Daten an Dritte weitergegeben werden, dann nur zur Durchführung des Gewinnspiels. Mir stehen die Rechte auf Auskunft, Berichtigung, Löschung, Einschränkung, Datenübertragbarkeit, Widerruf und Widerspruch bzw. Beschwerde an die Datenschutzbehörde zu (datenschutz@askoe.at).

**ASKÖ unterstützt
World Fair Play Day**



Der „World Fair Play Day“ ist eine Sportinitiative zur Förderung von Fair Play und ethischen Werten im Sport. In Brüssel fand heuer am 7. September der erste globale „World Fair Play Day“ mit formellen Unterzeichnungen sowie lokalen Aktivitäten statt.

Mit dabei war auch ASKÖ-Vizepräsident Christian Hinterberger in seiner Funktion als Präsident des European Fair Play Movement (EFPM).

Die ASKÖ steht voll und ganz hinter dieser Initiative, Präsident Hermann Krist brachte dies nun mit der Unterzeichnung des „World Fair Play Day“-Manifests zum Ausdruck. Dadurch verpflichtet sich die ASKÖ, Aktivitäten im Zusammenhang mit dem „World Fair Play Day“ zu setzen. www.worldfairplayday.org

PETER KORECKY, PRÄSIDENT ASKÖ WAT LANESDACHVERBAND WIEN

Im heurigen Winter wird es wichtiger sein denn je, in Bewegung zu bleiben. Körper und Seele profitieren enorm von regelmäßigen sportlichen Aktivitäten im Freien! So können wir im Frühling gemeinsam in gewohnter Form durchstarten!



VERFÜGBARE FARBEN



GEMEINSAM GEWINNEN

Holen Sie sich die aktuelle ASKÖ Kollektion für Ihren Verein!

Flyer der Original Kollektion in rot-weiß-schwarz zum Download auf der ASKÖ Homepage. www.erima.at



www.askoe.at



ZIEL VOR AUGEN

Der Traum von Olympia lebt

Luka Wraber, unser Ausnahme-Badmintonspieler von der ASKÖ Neudörfel, betreibt seit vielen Jahren **Leistungssport auf höchstem Niveau**.



Der viermalige österreichische Staatsmeister im Badminton will sich für die Olympischen Spiele 2021 in Tokio qualifizieren. „Durch diese Qualifikation möchte ich nicht nur meinen persönlichen Traum erfüllen, sondern auch zu einer besseren Zukunft für den Badminton in Österreich beitragen“, so Luka.

Seit zehn Jahren engagiert

Neben dem Sport engagiert sich Wraber seit zehn Jahren als Botschafter für „SoliBad“. Sein Engagement wurde mit der Nominierung für den von der Sporthilfe initiierten Preis „Sportler mit Herz“ belohnt. Zudem durfte Luka Wraber aus den Händen von LH Hans Peter Doskozil den Theodor-Kery-Preis in der Kategorie Sport entgegennehmen. ASKÖ-Präsident Alfred Kollar gratulierte und ist stolz, so einen Ausnahmesportler in der ASKÖ-Familie zu haben!

Mit Abstand in ein bewegtes Jahr

Seit nunmehr 10 Jahren sorgen ASKÖ-Bewegungscoaches in den Kindergärten und Volksschulen über die Initiative „Kinder gesund bewegen“ für eine zusätzliche Portion Bewegung im Burgenland.

Im Schuljahr 2020/2021 werden von der ASKÖ 41 Volksschulen und 103 Kindergärten betreut, insgesamt nehmen 512 Gruppen bzw. Klassen teil. Über 10.000 Kinder werden so von 21 Trainern zu regelmäßiger Bewegung motiviert.

Wertvoller Schulsport

Die Wichtigkeit der Wiederaufnahme des Schulsports und der Wiederzulassung von Sportvereinen in den Schulen und Kindergärten nach dem Corona-

Lockdown war eine Notwendigkeit, um den Fortbestand der vielfältigen Sportkultur zu ermöglichen. Die Einführung des normalen Sportunterrichts nach dem Lockdown ist vollkommen richtig. Gerade Sport und Bewegung tragen wesentlich dazu bei, dass das Immunsystem gestärkt wird, dass Kinder und Jugendliche gesund bleiben und damit auch die Ansteckungsgefahr geringer wird.

Deshalb wäre gerade jetzt der nächste Schritt – die auch im Regierungsprogramm vorgesehene Ausrollung der täglichen Sport- und Bewegungs-

einheit in ganz Österreich – so wichtig. Aufgrund der Ampelregelung dürfen die beliebten Bewegungseinheiten mit unserem „Fit und locker“-Frosch Hopsi Hopper in den Schulen bzw. Kindergärten bei den Farben Grün und Gelb durchgeführt werden dürfen.



Die Bewegungscoaches sind auf die „tägliche Portion Bewegung mit Abstand“ in den Kindergärten und Schulen ausgezeichnet vorbereitet.

ASKÖ-LANDESVERBAND BURGENLAND

Präsident: Komm.-Rat Dr. Alfred Kollar
Landesgeschäftsführer: Andreas Ponc
Adresse: Ruster Straße 8,
7000 Eisenstadt

Tel.: +43/(0)2682/666 54
Fax: +43/(0)2682/666 54-4
E-Mail: office@askoe-burgenland.at
Website: www.askoe-burgenland.at

PROJEKT



Vor allem die Skelettmuskulatur spielt eine zentrale Rolle für die Gesundheit und Lebensqualität des älteren Menschen. Mit regelmäßiger Aktivierung großer Muskelgruppen durch Kräftigungs- und Koordinationsübungen können ältere Erwachsene dazu beitragen, ihre funktionale Fitness und ein größtenteils unabhängiges Leben beizubehalten.

Das neue Projekt der ASKÖ Kärnten „Aktiv gesund – fit betreut“, eingereicht beim Kärntner Gesundheitsfonds und kofinanziert vom Land Kärnten, richtet sich an Bewohner in betreubaren Wohneinheiten sowie deren Umfeld. Mit gezielten wöchentlichen Bewegungseinheiten sowie Informationsveranstaltungen soll einerseits die Zielgruppe aktiv zur Bewegung

Für die Gesundheit und das Wohlbefinden im Alter spielt **altersgerechte Bewegung** eine entscheidende Rolle.

motiviert werden und andererseits das nähere soziale und auch örtliche Umfeld über die Notwendigkeit von Bewegung als lebenslangem Prozess aufmerksam gemacht werden.

Das Projekt wurde für einen Zeitraum von drei Jahren anberaumt. Sein Ziel ist eine nachhaltige Projektumsetzung in den einzelnen Gemeinden und im Setting.

ASKÖ Kärnten trägt Trauer

ASKÖ Kärnten-Ehrenpräsident und ASKÖ Bund-Ehrenmitglied Erwein Paska erlag am 7.10.2020 im 79. Lebensjahr einer heimtückischen Krankheit. Der ASKÖ-Landesverband Kärnten verliert mit ihm nicht nur einen großartigen ehemaligen Sportler, sondern auch einen jahrzehntelangen Spitzenfunktionär. Paska war vierfacher österreichischer Staffelleiter mit dem Klagenfurter Leichtathletikclub, mehrfach im Nationalteam im Einsatz und hielt 15 Jahre lang die Kärntner Jugendrekorde im 400- und 800-Meter-

Lauf. Von 1976 bis 1983 war er Vizepräsident, von 1983 bis 1996 Präsident der ASKÖ Kärnten sowie Vizepräsident der ASKÖ-Bundesorganisation. Mit seinem Wirken prägte er nachhaltig die ASKÖ, und durch seine engagierte, motivierende Art erfuhr unser Landesverband einen spürbaren Aufschwung.

Für seine Verdienste wurde Erwein Paska mit dem Großen Goldenen Ehrenzeichen des Landes Kärnten und der ASKÖ-Ehrenplakette in Gold ausgezeichnet.

Ein großer Sportler, Funktionär, vor allem aber Mensch ist nicht

mehr. Wir von der ASKÖ danken ein letztes Mal unserem Freund für sein Wirken.

Lieber Erwein, ein letztes „Sport frei“, du wirst uns unvergesslich bleiben.



ASKÖ-LANDESVERBAND KÄRNTEN

Präsident: Anton Leikam
Landesgeschäftsführer: Günter Leikam
Adresse: Rosenecker Straße 19,
9020 Klagenfurt

Tel.: +43/(0)463/51 18 76
Fax: +43/(0)463/51 18 76-14
E-Mail: guenter.leikam@askoe-kaernten.at
Website: www.askoe-kaernten.at



NEUER „SCHLITTEN“



Das Zweierbob-Nationalteam mit Katrin Beierl, Magdalena Baur und Selina Loibner mit dem Team von Fahrzeugtechnik Koglbauer sowie ASKÖ-Vizepräsidentin Monika Moser und ASKÖ-Landessekretär Kurt Ebruster.

Der schönste Bob für das Nationalteam

Mit einem rundum erneuerten Gerät starten die Damen des österreichischen Zweierbob-Nationalteams in die neue Saison.

Pilotin Katrin Beierl und die beiden Bremserinnen Magdalena Baur und Selina Loibner erhielten am 28. Oktober den vom Ternitzer Unternehmen Fahrzeugtechnik Koglbauer erneuerten Schlitten. Rund 40 Arbeitsstunden hat Sponsor Koglbauer, der den Großteil der Kosten übernahm, für die Karosserie und Lackierung aufgewendet. Aber auch die ASKÖ Niederösterreich hat sich finanziell an diesem Projekt beteiligt. „Wir sind stolz auf die erfolgreichen Athletinnen aus dem ASKÖ Bob- und Skeletonsportclub Himberg, die international auf höchstem Niveau aktiv sind“, so ASKÖ NÖ-Vizepräsidentin Monika Moser, die gemeinsam mit Landessekretär Kurt Ebruster einen Scheck in der Höhe von 1.520 Euro übergab.

Gut vorbereitet

Das Bobteam Beierl wird komplettiert durch die Niederländerin Jennifer Onasanya, die aufgrund der Einreisebestimmungen leider nicht bei der Übergabe dabei sein konnte. Trotz einer Covid-19-bedingt schwierigen Saisonvorbereitung präsentieren sich die Athletinnen in körperlicher Top-Verfassung und fiebern den ersten Wettkämpfen entgegen. „Höhepunkt

der Saison wird die Weltmeisterschaft im Februar 2021 in Deutschland sein, wo wir den vierten Platz aus dem Vorjahr noch toppen wollen. Und dann beginnt unsere Vorbereitung auf die Olympischen Winterspiele 2022 in Peking“, so Pilotin Katrin Beierl. „Wir bedanken uns bei Fahrzeugtechnik Koglbauer und deren Mitarbeitern, denn nun haben wir den schönsten Schlitten im Weltcup-Zirkus!“



Stockerau hat gewählt

Die Neuwahl des Vorstandes, Berichte sowie Ehrungen verdienstvoller Sportfunktionäre standen im Mittelpunkt der Generalversammlung des ASKÖ-Ortsverbandes Stockerau. ASKÖ-Landessekretär Kurt Ebruster nahm als Vertreter der ASKÖ NÖ teil. Jürgen Ruzicka wurde dabei wieder einstimmig zum Vorsitzenden gewählt. Weiters u. a. im Vorstand: Markus Bernas, Stefan Valsky und Daniela Hermann. Für ihre langjährige, verdienstvolle Tätigkeit wurden Leopold Grabler, Günter Ryba und Karl Kobermeyer geehrt.

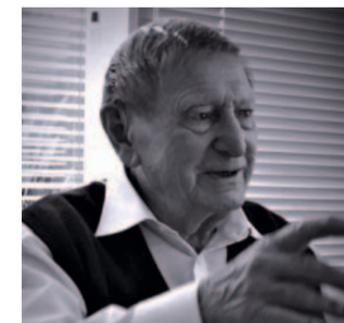
ISTOCKPHOTO

NACHRUF

ASKÖ-Familie trauert um Ehrenmitglied Max Lakitsch

Max Lakitsch hat in seinem Leben zahlreiche Funktionen im Sport ausgeübt, zwischenzeitlich waren es sogar 34 gleichzeitig. Sich selbst bezeichnete er als einen Multifunktionär der ersten Stunde. Max Lakitsch verstarb am 5. Oktober 2020 im Alter von 93 Jahren - ein Nachruf.

Max Lakitsch war der Inbegriff eines rührigen und engagierten Sportfunktionärs. Er war seit 1932 Mitglied der ASKÖ und begann im Jahr 1951 in der ASKÖ OÖ als Landessekretär sein Wirken. Ab 1958 war er beim Magistrat Linz angestellt und leitete bis zu seiner Pensionierung das Wohlfahrtsamt.



Vereinsmeier erster Stunde

In der Hochblüte seiner Funktionärs-tätigkeit bekleidete Max ehrenamtliche Positionen in den verschiedensten Gremien auf Vereinsebene, ASKÖ-Bezirksebene, ASKÖ-Landesebene, ASKÖ-Bundesebene sowie in zahlreichen Fachverbänden.



Zum 80. Geburtstag mit Ehefrau Luise (verstorben 2020). Rechts im Bild der damals amtierende Präsident der ASKÖ OÖ Fritz Hochmair und der damalige oberösterreichische Landeshauptmann-Stv. und aktuelle ASKÖ OÖ-Präsident Erich Haider.

Das Vereinswesen war ihm immer das größte Anliegen. Als „Vereinsmeier“ erster Stunde hat er sich auch stets um die Kooperation zwischen Vereinen und Schulen bemüht. „Wenn wir den Kindern den Weg in den Verein ebnen und sie dort Teil der Gemeinschaft werden, dann muss einer die Verantwortung für die weitere Entwicklung übernehmen.“

Verdiente Auszeichnungen

Mit seinem Wirken prägte er nachhaltig die ASKÖ in all ihren Facetten sowie das Sportgeschehen landes- und bundesweit und auch über die Grenzen von Österreich hinaus über viele Jahrzehnte. Seine Verdienste fanden Anerkennung in einer Vielzahl von höchsten Auszeichnungen der Republik, des Landes Oberösterreich und des Sports. Max Lakitsch hinterlässt viele tiefe Fußspuren in der Sportgemeinschaft.

ASKÖ OÖ-Präsident Erich Haider: „Die ASKÖ wird diesem großartigen Menschen, herausragenden Sportler und Funktionär stets ein ehrendes Andenken bewahren.“

ASKÖ Bund-Präsident Hermann Krist schloss sich den zahlreichen Beileidsbekundungen an.

Biografie Max Lakitsch

- Geb.: 31.12.1927, Zell an der Ybbs
- Beruf: Magistratsbeamter
- Beruflicher Werdegang
 - Regierungsrat
 - Nebenberuflich als freier Sportjournalist für Presse und Rundfunk tätig
 - Angestellter des Magistrats Linz (Sozialbeamter - Leiter des Wohlfahrtsamtes) 1958-1987
 - Landessekretär der Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur Oberösterreich 1951-1957
 - Sportsekretär der Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur Niederösterreich 1950-1951
- Bildungsweg
 - Studium als Werkstudent an der Hochschule für Bodenkultur in Wien (ohne Abschluss)
 - Realgymnasium (Matura 1946)
 - Volksschule
- Ehrenzeichen
 - Silbernes Ehrenzeichen für Verdienste um die Republik Österreich
- Sonstiges
 - Während des Zweiten Weltkrieges Reichsarbeitsdienst in Polen sowie Kriegsmarine und in englischer Gefangenschaft in Schleswig-Holstein.



ASKÖ-LANDESVERBAND NIEDERÖSTERREICH

Präsident: Rupert Dworak
Landesgeschäftsführer: Kurt Ebruster
Adresse: Dr.-Theodor-Körner-Straße 64,
2521 Trumau

Tel.: +43/(0)2253/618 77
Fax: +43/(0)2253/618 77-14
E-Mail: office@askoene.at
Website: www.askoene.at

ASKÖ-LANDESVERBAND OBERÖSTERREICH

Präsident: Erich Haider
Landesgeschäftsführerin: Anita Rackaseder
Adresse: Hölderlinstraße 26,
4040 Linz

Tel.: +43/(0)732/73 03 44
Fax: +43/(0)732/73 03 44-33
E-Mail: lv@askoe-ooe.at
Website: www.askoe-ooe.at



WEITERBILDUNG

Beweg dich - gemeinsam aktiv

Das Erfolgsrezept des Bewegungsprogramms: **Gemeinsame und regelmäßige Bewegung**, die Spaß macht und hilft, in ein gesünderes und bewegteres Leben zu starten.

Unter dem Namen „Beweg dich - gemeinsam aktiv“ bietet die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) gemeinsam mit den Sportverbänden ASKÖ und SPORT-UNION kostenlose Bewegungskurse im Bundesland Salzburg an.

Das Kreuz mit dem Kreuz

Unser Körper ist für ein bewegtes Leben gemacht. Langes Sitzen und Stehen, Bewegungsmangel und eine falsche Haltung können zu Verspannungen und Rückenschmerzen führen. Wenn Sie Ihren Rücken regelmäßig trainieren, können Sie vorzeitige Abnützerscheinungen der Wirbelsäule verhindern und schmerzhaftes Verspannungen abbauen.

In den Rückenfit-Kursen wird dem Volksleiden Nr. 1, den Kreuzschmerzen, der Kampf angesagt. Moderates und regelmäßiges Training stärkt den Rücken und beugt schmerzhaften Verspannungen vor. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer trainieren in den Kursen 14 Wochen lang zwei Mal wöchentlich unter professioneller



Anleitung. In der Gruppe mit Gleichsinnigen macht das Spaß und Lust auf mehr.

Für wen sind die Rückenfit-Kurse?

Für alle Salzburgerinnen und Salzburger ab 20 Jahren mit Risikofaktoren für Rückenprobleme (z.B. langes Sitzen, Stehen, Bewegungsmangel – aber auch psychische Faktoren wie Stress oder berufliche Überlastung). Nicht teilnehmen können Personen mit schwerwiegenden medizinischen Problemen bzw. Behandlungsbedarf.

Der Schwerpunkt in den Kursen liegt auf Übungen zur Kräftigung der Rumpfmuskulatur, der Verbesserung der Beweglichkeit und Tipps für einen rückschonenden Alltag.

– Kostenlose Kurse im Bundesland Salzburg

■ Dauer: 14 Wochen

■ 2 x wöchentlich 1 Stunde Bewegung in der Gruppe

Infos und Details

Alle Details zu den Kursen, Terminen und Anmeldungen finden Sie auf: www.gesundheitskasse.at/gemeinsamaktiv



ASKÖ-LANDESVERBAND SALZBURG

Präsident: Gerhard Schmidt
Landesgeschäftsführer: Jan Häuslmann,
Oliver Jarau
Adresse: Parscher Straße 4, 5023 Salzburg

Tel.: +43/(0)662/87 16 23
Fax: +43/(0)662/87 16 23-4
E-Mail: office@askoe-salzburg.at
Website: www.askoe-salzburg.at

DER SCHWEIZunEBEN-TRAIL



Ein Ausnahmeprojekt

Die Stadtgemeinde Bruck an der Mur hat neben einem sehr schönen Stadtkern auch in sportlicher Hinsicht viel zu bieten.

Neben der klassischen Sport-Infrastruktur lockt dort auch ein tolles Areal für Frischluft, Sport und Bewegung. Im Weitental gibt es neben Lauf- und Nordic-Walking-Strecken und Wanderwegen nun seit kurzer Zeit auch einen großartigen Mountainbike-Trail. Federführend bei der Planung und Umsetzung dieser Unternehmung ist ein ASKÖ-Verein: die Do-Biker Bruck an der Mur.



Wer sind die Do-Biker?

Alles begann im Jahr 1995, als sich ein paar ambitionierte Mountainbiker*innen zu wöchentlichen Ausfahrten rund um Bruck/Mur beim regionalen Rad-sportladen trafen. Seit der Vereinsgründung 2013 gab es 267 Trainingsausfahrten mit mehr als 3.000 Teilnehmer*innen. Einige Sportler*innen sind national und international beim MTB-Enduro-Rennen am Start und wurden bereits Europa-, Staats- und steirische

Meister und fuhren Startplätze bei der EWS (Enduro World Series) heraus.

Was dem Verein bislang fehlte, ist ein eigenes Trainingsareal. Doch ist der SchweizUNeben-Trail (benannt nach der Schweizeben, einer freien Almfläche mit Almgasthaus) schon mal ein guter Anfang. 235 Arbeitsstunden stecken bereits im Trailbau, bis zur offiziellen Eröffnung werden wohl noch einige folgen.

Danke an die Stadtgemeinde Bruck/Mur, die diesen Trailbau auf dem Gebiet des Brucker Stadforsts möglich gemacht hat.

Webinar-Fortbildungs-November

Da es nicht möglich war, die bei den Trainer*innen allseits beliebten „Bewegungsland Steiermark-Fortbildungstage“ analog durchzuführen, gab es im November die Möglichkeit, sich

mittels Online-Programm die neuesten Bewegungsimpulse zu holen. Themen waren „Demenz. Bewegt!“ (von Petra Höllhuemer), „Digital fit sein in der Covid-19-Zeit“ (Ursula Witzani, Thomas Mlinek), „Dance

Hits for Kids“ (Andras Jüttner), „Neuromotorisches Lernen für alle Altersgruppen“ (Gerhard Judmayer) und „Coronakonforme Spiele“ (Florjan Grosseck). Die Anmeldezahl von knapp 80 Personen zeigt, wie groß das Interesse ist.



ASKÖ-LANDESVERBAND STEIERMARK

Präsident: Gerhard Widmann
Landesgeschäftsführer: Kurt Perner
Adresse: Schloßstraße 20,
8020 Graz

Tel.: +43/(0)316/58 33 54
Fax: +43/(0)316/58 33 54-88
E-Mail: office@askoe-steiermark.at
Website: www.askoe-steiermark.at

LEICHTATHLETIK

Laufen, Springen, Werfen mit Spaß

Zum bereits 16. Mal veranstaltete der IAC Leichtathletik Innsbruck gemeinsam mit der ASKÖ Tirol **den beliebten Jedermann ASKÖ Kinderzehnkampf**.



An der USI Innsbruck durften sportliche Kids im Alter von vier bis 15 Jahren ihr Können unter Beweis stellen. Das Motto: Jede/r ist willkommen, denn Spaß und Freude an der Bewegung sollen im Vordergrund stehen.

Bei fabelhaftem Wetter und grandioser Stimmung wurden spannende, altersgerechte Bewerbe mit professioneller Begleitung von Leichtathletikprofis durchgeführt. Alle künftigen Nachwuchsathleten erhielten am Ende eine Urkunde und Medaille für die erbrachten Leistungen. Die Bewerbe wurden kindgerecht und unter Einhaltung aller COVID-19-Richtlinien durchgeführt.

„Es ist immer wieder ein tolles Ereignis für die Kinder und deren Eltern“, sagt Udo Frizzi, Vize-Obmann vom IAC Leichtathletik Innsbruck. „Hoffentlich kann der ASKÖ Kinderzehnkampf nächstes Jahr dann wieder ohne den Beigeschmack von Corona stattfinden.“

Ein erfreulicher Landestag

Der für den 9.10.2020 geplante 44. ASKÖ Landestag (Generalversammlung) konnte coronabedingt nicht als Veranstaltung stattfinden. Um die 4-Jahre-Periodisierung jedoch weiterhin einzuhalten, hat das Präsidium der ASKÖ Tirol beschlossen, den ASKÖ Landestag im Jahr 2020 erstmals in schriftlicher Form im Zeitraum vom 1. bis 30.10.2020 durchzuführen.



Heinz Öhler freut sich über die tolle Bestätigung.

Von den insgesamt 516 geladenen Delegierten haben sich 287 (55,62%) an der Abstimmung beteiligt. Alle Anträge wurden mit großer Mehrheit genehmigt und Präsident Heinz Öhler wurde mit den restlichen Vorstandsmitgliedern mit über 99% der Stimmen wiedergewählt. Eine tolle Bestätigung für die sehr engagierte Arbeit des gesamten Präsidiums in den letzten vier Jahren.

Der wiedergewählte Vorstand ging dann auch schnell wieder an die Arbeit. Anfang November wurde die konstituierende Vorstandssitzung online durchgeführt.

Ein großes Dankeschön an alle Vereine für die rege Beteiligung bei der Abstimmung und dem neuen Vorstand weiterhin viel Erfolg für die kommende Periode!

ASKÖ-LANDESVERBAND TIROL

Präsident: Heinz Öhler
Landesgeschäftsführerin: Claudia Stern
Adresse: Langer Weg 15,
6020 Innsbruck

Tel.: 0512/58 91 12
Fax: 0512/58 91 12-15
E-Mail: office@askoe-tirol.at
Website: www.askoe-tirol.at

NEUE MITGLIEDER



Wassersport in all seiner Vielfalt

AKVO bedeutet auf Esperanto* Wasser und Wasser ist das „tragende und verbindende Element“ des Vereins AKVO.

Dieser hat das Ziel, Menschen an den Wassersport heranzuführen, Wassersport in all seiner Vielfalt zu fördern und praktizieren und so einen gesellschaftlichen und sportlichen Beitrag zu leisten.

Dem Verein sind einerseits Aktivitäten mit Kindern, andererseits auch Angebote für Gäste wichtig.

Die Anleitung von erfahrenen Mitgliedern und das niederschwellige Zur-Verfügung-Stellen des nötigen Equipments ohne preisliche Hürden erleichtern interessierten Personen den Zugang zu Wassersportaktivitäten.

Mit dem Multisport-Boot des Vereins können motorbootbezogene Wassersportarten wie Wasserski, Wakeboarden und Wakesurfen sowie Tube- und SUP-Fahrten für Kinder durchgeführt werden.

Als neues ASKÖ-Mitglied lädt der Verein alle anderen Vereine zur Kooperation und Zusammenarbeit ein!

* Esperanto ist eine erfundene Weltsprache, die es seit dem Jahr 1887 gibt.

ASKÖ-LANDESVERBAND VORARLBERG

Präsident: Eckart Neururer
Landesgeschäftsführer: Rajko Schermer
Adresse: Bodangasse 4, 6900 Bregenz

Tel.: 0664/73 12 16 01
E-Mail: info@askoe-vorarlberg.at
Website: www.askoe-vorarlberg.at

Lebensgefühl Tanzen

2020 wurde die „**Kindershowtanzgruppe Jumpies**“ in die ASKÖ-Familie aufgenommen.



Freude an Bewegung und Musik – das wollten zwei junge Mädchen vermitteln, als sie 2000 die Kindershowtanzgruppe gründeten. Als Probenraum diente anfangs eine Garage in Feldkirch. 20 Jahre später üben 50 Tänzerinnen in fünf Gruppen auf das Highlight des Semesters, den großen Auftritt, hin.

Tanz ist für Obfrau Sahide Keklik-Canlikas eine universelle Sprache, die keine Schranken kennt. Spontaneität und Emotionen begleiten den Tänzer und führen ihn in eine neue Erfahrungswelt – einen Teil von sich, den er selbst noch entdecken muss. Tanzen ist Sport. Es för-

dert koordinative Fähigkeiten, Kondition und die Entwicklung der mentalen Ebene. 90% unserer Kommunikation läuft nonverbal ab. Da hilft es, wenn man sich mit seinem Körper ausdrücken kann und sich dessen bewusst ist.

Die Interpretation der Musik befeuert die Fantasie und führt uns weg von der Bewertung, ob etwas falsch oder richtig ist. Tanzen stärkt das Selbstvertrauen und erleichtert es, mit anderen zu kooperieren. Kinder finden spielerisch einen Platz in der Gruppe und jeder ist wichtig. Zentral für die Freude am Tanzen ist, dass die ersten Schritte einfach und leicht sind. Tanzen ist einfach ein toller Sport, der Spaß macht.



LORBEEREN GEERNTET

Die FIVERS auf Europa-Tournee



Erstmals seit zwölf Jahren mischt wieder ein österreichischer Vertreter im Konzert der großen Handball-Nationen mit. Die FIVERS WAT Margareten sammeln in der EHF European League wichtige Erfahrungen und wollen für Überraschungen sorgen.

Die Qualifikation für den zweithöchsten europäischen Klubbewerb brachte der Truppe rund um die EM-Stars Lukas Hutecek und Tobias Wagner zehn Duelle mit den Spitzenklubs des Kontinents ein. In der Gruppe A sind die FIVERS gegen Abanca Ademar León (ESP), Orlen Wisla Plock (POL), Chekhovskie Medvedi (RUS), Fenix Tou-

louse Handball (FRA) und HC Metalurg (MKD) zwar in der Außenseiterrolle, wollten aber für die eine oder andere Überraschung sorgen. Dies gelang bereits mit dem Sensationssieg gegen Toulouse.

Das Erreichen der Gruppenphase ist für die Margaretner eine Bestätigung des eingeschlagenen Weges. Die FIVERS-Nachwuchsschmiede gilt als eine der besten des Landes. Viele Spieler aus der Kampfmannschaft stammen aus der eigenen Jugend, die Truppe von Trainer Peter Eckl kommt zudem ohne die Hilfe von Legionären aus.

In der heimischen Liga will man in dieser Saison wieder den Titel an Land ziehen.

Virtueller Lauf für den guten Zweck

Not macht erfinderisch. Aufgrund der Covid-Beschränkungen ging der WAT beim diesjährigen Movemberlauf neue Wege. Unter dem Motto „Mit Bewegung etwas bewegen“ wurde für den Movemberlauf ein neues Konzept erarbeitet. Dieser wurde als Virtual Run abgehalten. Der WAT als Organisator des Projekts „Wienläuft“ und die Initiative „Bewegung findet Stadt“ der Stadt Wien Marketing haben damit ein positives Zeichen inmitten der Gesundheitskrise gesetzt und die Menschen in Wien zur Bewegung im Freien ermuntert.

Die Teilnehmer liefen ihre gewählte Strecke von 2,5 oder 5 Kilometern nicht auf einem vorgegebenen Kurs. Sie sind einfach direkt von der Haustür losgestartet oder haben ihre Lieblingslaufstrecke absolviert, alles war erlaubt. Mittels Tracking-Tool zeichneten die Teilnehmer ihre zurückgelegte Strecke und Zeit auf und schickten diese im Anschluss an



„Wienläuft“. So war es möglich, sich allein im Park, im Wald auf der Straße zu bewegen und dabei auch noch Gutes zu tun.

Wer zusätzlich noch ein Foto von sich mit dem Markenzeichen der Movemberaktion, dem Schnurrbart (echt, aufgeklebt oder aufgemalt), mitschickte, nahm außerdem an einem Gewinnspiel teil. 50 Prozent des Nenngeldes wurden an die Organisation Movember gespendet, die mit diversen Aktionen wie dem Movemberlauf auf das Thema Männergesundheit aufmerksam macht.

Am Ende gab es viele lachende Bartgesichter und das gute Gefühl, etwas für die Gesundheit gemacht zu haben!

ASKÖ WAT WIEN

Präsidenten: Peter Korecky, Christian Pöttler
Leitung Landesgeschäftsstelle:
Sonja Landsteiner
Adresse: Maria-Jacobi-Gasse 1,
Media Quarter Marx 3.2, 1030 Wien
Tel.: 01/226 00 17
E-Mail: office@askoewat.wien
Website: www.askoewat.wien

fit & gesund



BEWEGUNG für ZU HAUSE
mit „feel-fit“ by ASKÖ

Besondere Zeiten erfordern besondere Achtsamkeit! Wir fördern daher deine Gesundheit auch von zu Hause aus. Einfach vorbeischaun, mitmachen und sich fit fühlen!

www.gesundheitssport-online.at wird zu www.feel-fit.at
Vorbeischaun und Bewegung NEU ERLEBEN.
Inklusive ERNÄHRUNG!

„Be the best version of yourself“

- Trend-Workout mit Kristina, Bewegungsexpertin –

„Training für Körper Geist und Seele!“

- Ernährung mit Andrea, Ernährungswissenschaftlerin – „Gesund AKTIV in der Küche!“
- Bodyworkout mit Sabine, Fitness- & Vitalcoach – „Tu deinem Körper etwas Gutes und fühle es!“
- Rücken-Fit mit Raimund, Sportwissenschaftler – „Wissen und Praxis zum gesunden Rücken!“
- Bleib im Gleichgewicht mit „feel-fit“ by ASKÖ

MATHIAS BINDER, FIT-LANDESKOORDINATOR, ASKÖ-LANDESVERBAND BURGENLAND

Die Arbeit in der ASKÖ motiviert mich täglich. Besonders schätze ich die Teamarbeit mit den Vereinen und Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.



Seit 1985

ASKÖ und Wiener Städtische Versicherung

35 Jahre Partnerschaft. Wenn du zurückblickst, dann lernst du für die Zukunft, was wichtig ist.

Von Günter Schagerl

Doris Wendler, Vorstandsmitglied der Wiener Städtischen Versicherung seit 2017, ging in der Vorgartenstraße zur Volksschule. Dort wurde der Direktorin ihrer Schule das „Hopsi Hopper Land“ übergeben.

Sanfter Ausdauersport für die Gesundheit

Die Geschichte des Referats für Fitness und Gesundheitsförderung, wie wir es 1985 nannten, ist untrennbar mit der Wiener Städtischen Versicherung verbunden. Natürlich gab es schon vorher eine starke Verbindung, aber neue Aktionen des Sportdachverbandes ASKÖ machten Sponsoring notwendig. Eine österreichweite Fit-Aktion mit Breitenwirkung, die sich den nicht vereinsgebundenen Zielgruppen öffnet, war der Auftrag, sanfter Ausdauersport als Mittel der „präventiven Medizin“ die inhaltliche Ausrichtung – so wie es heute ganz normal ist. Im Herbst 1985 starteten nach entsprechender Vorarbeit daher die ersten Langsam-Lauf-Treffs im Probebetrieb, ab April 1986 wurde ausgehend von der Wiener Donauinsel durchgestartet. Langsam laufen? Ist das Sport? Ja, Gesundheitssport! Kein Wettkampf mit einem Sieger, aber dafür persönliche Leistungen mit vielen Siegern. Immerhin waren in der Blütezeit rund 260 Langsam-Lauf-Treffs aktiv, 430 wurden ins Leben gerufen. Die Idee ist vom Grundsatz her ewig modern, hat aber heute andere Rahmenbedingungen.

Visionäre mit Herz gefunden

Um diese neue Entwicklung einzuleiten und umzusetzen, musste jemand, der etwas zu sagen hatte, aktiv zuhören, sein Herz öffnen und Sponsoring-Etat dafür einsetzen. Als Imagepflege, aber auch aus sozialer Verantwortung tat das die Wiener Städtische Versicherung. Elfriede Tozzer und Assistent Christian Hütter waren die gesundheitssportlichen Visionäre innerhalb des Versicherungskonzerns. Und das zu einer Zeit, wo noch niemand wirklich absehen konnte, dass Bewegung der Gesundheit halber und nicht wettkampforientierter Sport tatsächlich eine der wichtigsten Freizeitaktivitäten für die Bevölkerung werden würde.

Leider hat es insgesamt recht lange gedauert, bis die gesellschaftliche Bedeutung von Bewegung und Sport zu dem heranwuchs, wo wir heute stehen. Aber immerhin: Auch bei Covid-19-bedingten Ausgangsbeschränkungen darf jeder heute – ja, soll sogar – nach draußen gehen, um sich zu bewegen und Sport zu betreiben. Schließlich muss etwas gegen zusätzliche Kilos getan werden, die Psyche in Balance und die Kondition erhalten bleiben. Resümee: Die ASKÖ und die Wiener Städtische Versicherung wurden zur rechten Zeit ein starkes Team, denn zum richtigen Zeitpunkt wurde erkannt, dass die Partnerschaft für beide Seiten einen Sinn haben könnte.

Schritt für Schritt

Nach dem ersten Schritt folgten die nächsten: Promotion-Aktionen für

Herz-Fit- und Rücken-Fit-Kurse. Die Versicherten der Wiener Städtischen bekamen Gutscheine, um kostengünstiger an den Kursen teilzunehmen und damit ihre Gesundheit zu stärken, Risikofaktoren zu senken, aber auch Gemeinschaft zu finden. Die ASKÖ machte ihrem Namen alle Ehre – Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur in Österreich.

Wir waren die erste Sportorganisation, die den Begriff „Rücken-Fit“ einführte. Es folgten „Frauen-Fit“ gegen Osteoporose, Venenschwäche und für den Beckenboden sowie „Diabetes-Fit“. Die Zielgruppen waren primär Erwachsene und ältere Menschen. Begleitforschung machte damals sichtbar, dass die gute Theorie in der Praxis funktioniert. Heute läuft das unter dem Titel „Evaluierung“. Der Blutdruck und die Blutfette >>



werden gesenkt, die Leistungsfähigkeit steigt, die Entspannungsfähigkeit wird gefördert, das Wohlbefinden hebt sich.

Fit und locker mit Hopsi Hopper

Ab einem gewissen Zeitpunkt der Partnerschaft war klar, dass eigentlich die vielen positiven Wirkungen nicht erst im Erwachsenenalter, sondern von Kindesbeinen an genutzt werden sollten. 1994, zwei Jahre nach „100 Jahre Arbeitersport“, wurde aus „Hopper dem Sportfrosch“ „Fit und locker mit Hopsi Hopper“. Der erste Fit-Parcours beim Ferienspiel-Eröffnungsfest war nur durch den ASKÖ-Partner in dieser Größe möglich. Es folgten unzählige gemeinsame Veranstaltungen – ob bei Messen, Ferienspielen oder im Wiener Rathaus.

Der Betriebskindergarten der Wiener Städtischen Versicherung war der erste Ort des Ausprobierens des Maskottchens. Der erste „Hopsi Hopper Bus“ wurde von der Wiener Städtischen Versicherung zur Gänze gesponsert. Ein Meilenstein! Von da an besuchte Hopsi Hopper, der ASKÖ-Fit-Frosch, auch Kindergärten und Volksschulen,

zuerst in Wien und dann allmählich in allen Bundesländern. Heute ist er in der ASKÖ omnipräsent und kann mit Fug und Recht als Geburtshelfer von „Kinder gesund bewegen“ betrachtet werden. Innovationen wie das „Hopsi Hopper Land“, der Spielteppich, oder das „Hopsi Hopper Schupferl“ für bewegtes Lernen wären ohne die Wiener Städtische Versicherung nicht möglich gewesen.

Thementage

Dort, wo die Sportfreunde-Kampagne „Fit – Komm mit“, die „Gesundheitsallianz“ und die Aktion „Sicher fit mit

jedem Schritt“ präsentiert wurden, fanden in den letzten Jahren jährlich die gemeinsamen Thementage statt: im Wiener Ringturm der Wiener Städtische Versicherung. Der beeindruckende Rundblick über Wien ermöglicht den Partnern einen Ausblick in die Zukunft, wenn es Corona hoffentlich bald wieder zulässt. Wir freuen uns jedenfalls schon auf den nächsten Thementag.

PS: Vielen Dank den vielen bisherigen und aktuellen Wegbegleitern, allen voran Sabine Toifl, Leiterin der Sponsoringabteilung, und Landesdirektor Gerhard Hopfgartner.



Hochkarätige Zuhörer beim Thementag 2014: Hermann Fried, Judit Havasi, Petra Huber, Hopsi Hopper, Olympiasiegerin Trixi Schuba, Jürgen Weineck, Elfriede Tozzer, Sabine Toifl.

Online: Der 14. Österreichische Bewegungs- & Sportkongress

Herausfordernde Zeiten erfordern **Umdenken** und **strukturiertes Vorgehen!**

In unserer letzten Ausgabe von „move“ im Sommer haben wir den 14. Österreichischen Bewegungs- & Sportkongress noch wie folgt angekündigt:

„Zurück in den Sporthallen (...) ist auch wieder der Kongress.“

Schon im September mussten wir leider zur Kenntnis nehmen, dass unsere Aktivitäten in den Hallen vor Ort Covid-19-bedingt leider nur ein kurzes Gastspiel hatten. Es gilt daher, Fit Sport Austria-Geschäftsführer Werner Quasnicka und seinem Team an dieser Stelle ein großes Dankeschön auszusprechen. Denn sie schafften es innerhalb nur weniger Tage, den Kongress auf ein Online-Format umzustellen. Von 16. bis 18. Oktober 2020 konnten Interessierte an insgesamt 22 unterschiedlichen aufeinanderfolgenden Workshops – zu je einer

Stunde – online teilnehmen. Das Angebot reichte von Krafttraining mit Kindern über Street Racket, HIT, Zumba, Painfree Fascia bis zu Beckenbodentraining und Yoga. 262 Personen, vorwiegend Übungsleiterinnen und -leiter aus den Sportdachverbänden, nutzten die Gelegenheit, um sich auszutauschen und fortzubilden. Im Schnitt nahmen 80 Personen pro Workshop teil. Unsere Übungsleiterinnen und -leiter an der Basis, in den Vereinen, sind unser Kapital. Qualitätsgesicherter Aus- und Fortbildung kommt daher besonders in Zeiten wie diesen besondere Bedeutung zu.

Miteinander mehr bewegen!



In dieser **Taekwondo-Schule** trainiert man gemeinsam, unabhängig von den persönlichen Fähigkeiten.

Taekwondo-Meister César Valentim gründete den Verein 2016 zusammen mit seinen Taekwondo- und Parataekwondo-Sportlerinnen und -Sportlern – Ziel war von Anfang an, die Integration von Behindertensport zu fördern. Das Wien Taekwondo Centre arbeitet mit über hundert Kindern und Jugendlichen und eines von fünf Mitgliedern hat eine Beeinträchtigung. Das fällt einem allerdings auf den ersten Blick nicht auf. Besucht man eine Stunde, so sieht man, dass diese Taekwondo-Schule etwas Einzigartiges macht – nicht nur im Vergleich zu anderen Kampfkunstschulen, sondern auch im Vergleich zu anderen Vereinen im Behindertensport. Bei César und Co trainiert man gemeinsam, unabhängig von den persönlichen Fähigkeiten. Stunden in diesem ASKÖ WAT Wien-Verein finden – sogar in Pandemie-Zeiten – fast jeden Tag statt. Online-Training ersetzt das physische Workout. Kinder ab zwei Jahren, mit oder ohne Beeinträchtigung, können bereits am Training teilnehmen. Die Stunden werden in Altersgruppen unterteilt, wobei zu

gewissen Veranstaltungen sogar diese Barriere manchmal entfernt wird.

Erfolgreich unterwegs

Wichtig ist, die Sportlerinnen und Sportler und deren Beeinträchtigung zu kennen und dann dementsprechend zu planen. Der Verein hat mehrere in Parataekwondo ausgebildete Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und viele Jahre Erfahrung im Unterrichten im In- und Ausland. Parataekwondo ist ein paralympischer Sport.

Wettkämpfe finden sowohl für physisch als auch für mental beeinträchtigte Menschen statt.

Im Wien Taekwondo Centre findet man eine nicht kompetitive Umgebung, die Gesundheit und Inklusion fördert und lebt. Der Verein hat auch ein Wettkampfteam, das auf den Spitzensport fokussiert und zurzeit der erfolgreichste Verein in Wien ist.

Als das Wien Taekwondo Centre vor einigen Monaten von der ASKÖ und dem European Paralympic Committee zu einem Inklusionsprojekt eingeladen wurde, entschloss man sich sofort, daran teilzunehmen.

DITEAM 12

Inklusiver und freudvoller Sport für Kinder unter 12. Das Inklusionsprojekt ist eine Kooperation des European Paralympic Committee mit der ASKÖ.



Sport hilft!

Ein **musterhaftes Beispiel.**

SPORT HILFT – Beyond Sport“ ist das Nachfolgeprojekt von „Sport verbindet uns!“, das von den drei Sport-Dachverbänden ASKÖ, ASVÖ und SPORT-UNION unterstützt wird.

Dieses Projekt soll jugendlichen Asylwerberinnen und -werbern und sozioökonomisch benachteiligten Kindern helfen, in ihrer Freizeit Sport zu betreiben und mehr Bewegung in ihren Alltag zu bringen. Im Rahmen des Projekts wird eine Zusammenarbeit mit Vereinen gefördert, die Jugendliche aufnehmen und aktiv in ihr Sportangebot einbeziehen.

Ein wunderbares Beispiel dafür ist der Verein Wien Taekwondo Centre (Kampfsportverein) mit Vereinssitz im ASKÖ-Bewegungszentrum „Auf der Schmelz“. Der Mitgliedsbeitrag wird bedarfsorientiert angepasst. So können auch Menschen mit Fluchthintergrund für einen kleinen, oftmals sym-



bolischen Betrag Mitglied werden und die zahlreichen Trainingsangebote nutzen.

Besonders hervorheben möchten wir an dieser Stelle die Trainerin **Marzia Yousufi**. Marzia flüchtete mit ihrer Mutter im Jahr 2015 aus der Islamischen Republik Iran. Mit viel Glück schafften sie es, unabhängig voneinander nach Österreich zu kommen, wo sie in einer Flüchtlingsunterkunft Schutz fanden. Genau dort hielt der Verein zu dieser Zeit kostenlose Bewegungsangebote ab. Marzia hatte bereits im Iran Taekwondo betrieben und ist in den Rang des schwarzen Gürtels aufgestiegen. Sie nahm mit großer Begeisterung an den Einheiten teil und wurde daraufhin Vereinsmitglied. Im Jahr 2017 absolvierte Marzia die ÜbungsleiterInnen-ausbildung und gewann im Laufe der Zeit mit Unterstützung von erfahrenen Trainerinnen und Trainern des Vereins Selbstsicherheit, um eigene Gruppen anzuleiten.

Marzia wurde so Vorbild für Mädchen und Frauen mit Fluchthintergrund, aber auch für reguläre Vereinsmitglieder – Sport in seiner Vielfalt, so wie er gelebt werden sollte.

Marzia hat nicht nur im Sportbereich Aus- und Weiterbildungen absolviert, sie besucht mittlerweile die Universität, hat den Führerschein gemacht und unterrichtet Taekwondo für alle Altersgruppen – mit Inbrunst, Herz und Freude. Danke dafür!

Bei Interesse bitte Kontaktaufnahme mit Martin Schramm:
martin.schramm@askoewat.wien

ASKÖ

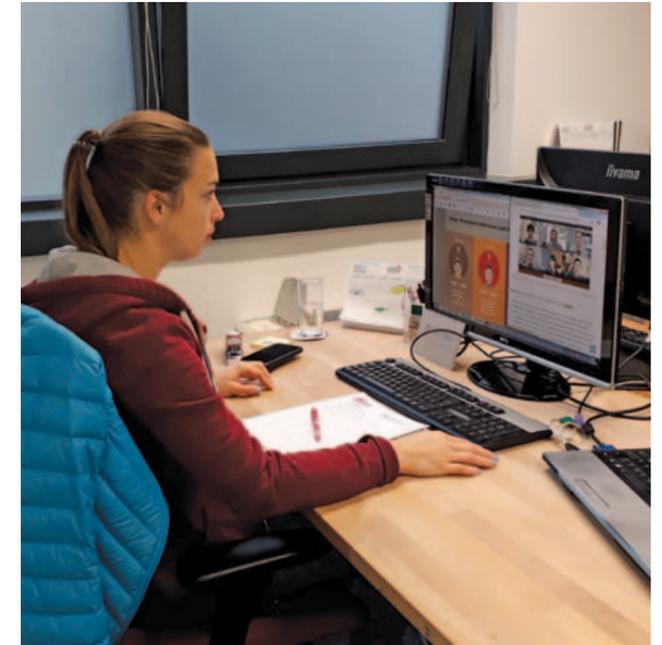
Online-Fortbildung kommt an

Die **momentane Krisen-Situation verändert vieles** in unserem Leben.

Sie beeinflusst unseren Alltag, unsere Beziehungen und auch unsere Arbeit. So stellt Covid-19 auch die Aus- und Fortbildungen innerhalb der ASKÖ vor große Herausforderungen. Die positive Resonanz auf unsere ersten Online-Fortbildungsangebote „Tipps für die Erstellung von Bewegungsvideos“ für unsere Kolleginnen und Kollegen war groß und hat uns gezeigt, wie Wissensvermittlung auch zukünftig funktionieren kann.

Mittlerweile hat die ASKÖ-Bundesorganisation 22 Online-Fortbildungen mit ausgezeichneten Referentinnen und Referenten durchgeführt. Impulse und Anregungen für den Berufsalltag wie „Bewegung mit Kindern im Freien“, „Umgang mit ‚schwierigen‘ Kindern“, „Jugend verstehen“, aber auch Themen, die darüber hinausgehen, wie „Gegensätze überwinden – kreativ kommunizieren“, „Zusammenhalt der Gemeinschaft – unser Sozialkapital“ sollen die Kolleginnen und Kollegen unterstützen und für Neues und Innovatives inspirieren. Weitere 12 Fortbildungen sind bis Jahresende vereinbart.

Unser Angebot: sich sorgenfrei weiterbilden – auch in herausfordernden Zeiten.



Informationen erhalten, sich austauschen und Impulse setzen

Am 13.11.2020 wurde dies sowohl bei der Gendertagung als auch bei der 3. European Sport Platform der ENGSO online ermöglicht.

Zwei Kernthemen waren:

Gender Mainstreaming: Wesentlich ist, dass bei allen Entscheidungen, Projekten und Vorhaben der Politik und Verwaltung die unterschiedlichen Lebensrealitäten und Bedürfnisse von Frauen und Männern im Vorhinein zu berücksichtigen sind (www.100prozent-sport.at).

Gender Mainstreaming geht alle Geschlechter etwas an!
Kinderschutz: Auf EU-Ebene wurde mit dem EPAS-Projekt, an dem sich „100% Sport“ beteiligt, ein wichtiger Schritt in Richtung Kinderschutz gesetzt. Es ist unsere Verantwortung, eine sichere Umgebung für Kinder und alle anderen zu schaffen und zu gewährleisten.

Der österreichische Sport und die ASKÖ machen sich stark für den Kinderschutz.



ISTOCK BY GETTY IMAGES

Charta: Kinder essen gesund

Eine Initiative des Fonds Gesundes Österreich.

Ernährung hat in jeder Lebensphase einen großen Einfluss auf die Gesundheit und das Wohlbefinden der Menschen. Gesundes Essen und Trinken beginnt bereits in der Kindheit. Die in dieser Lebensphase erlernte Ernährungsweise kann die späteren Ernährungsgewohnheiten ein Leben lang prägen.

Ziel ist es, eine österreichweite Initiative zur besseren Ernährung von Kindern zu starten und damit langfristig einen gesunden Lebensstil (Ernährung und Bewegung) und das gesunde Körpergewicht zu fördern. Die Unterzeichnerinnen und Unterzeichner der Charta setzen mit ihrer Unterschrift ein Zeichen der Unterstützung dieses Ziels und der folgenden Prinzipien:

- Gesundes Essen und Trinken mit Genuss fördern!
- Ernährungskompetenz stärken und die richtigen Entscheidungen treffen!
- Gemeinschaftsverpflegung zum Wohl der

Kinder verbessern!

- Nachhaltige, regionale und saisonale Lebensmittel bevorzugen!

- Alle Kinder haben ein Recht auf hochwertige Lebensmittel im Sinne einer gesundheitlichen Chancengerechtigkeit!

- Qualität der Maßnahmen sichern!

Die Unterzeichnerinnen und Unterzeichner bekennen sich in ihrem jeweiligen Bereich zu den Leitsätzen dieser Charta und erklären sich dazu bereit, deren Umsetzung mit konkreten Maßnahmen zu unterstützen.

Hopsi Hopper, der ASKÖ-Fit-Frosch, unterstützt seit 1994 neben Bewegung, gesunde Ernährung und andere Gesundheitsbausteine. Er freut sich daher über diese Initiative des Fonds Gesundes Österreich sehr und unterzeichnet daher natürlich auch die Charta.

Weitere Infos und Tools sowie die Charta unter:



Volkswagengruppe freut sich über den Hattrick

Der Seat Leon, der Škoda Octavia und der Porsche Taycan überzeugten die 100-köpfige Jury.



Im 37. Jahr seines Bestehens musste der Große Österreichische Automobilpreis des ARBÖ-Klubjournals FREIE FAHRT erstmals ohne feierlichen Galaabend auskommen. Aufgrund der Corona-Pandemie musste die Preis-

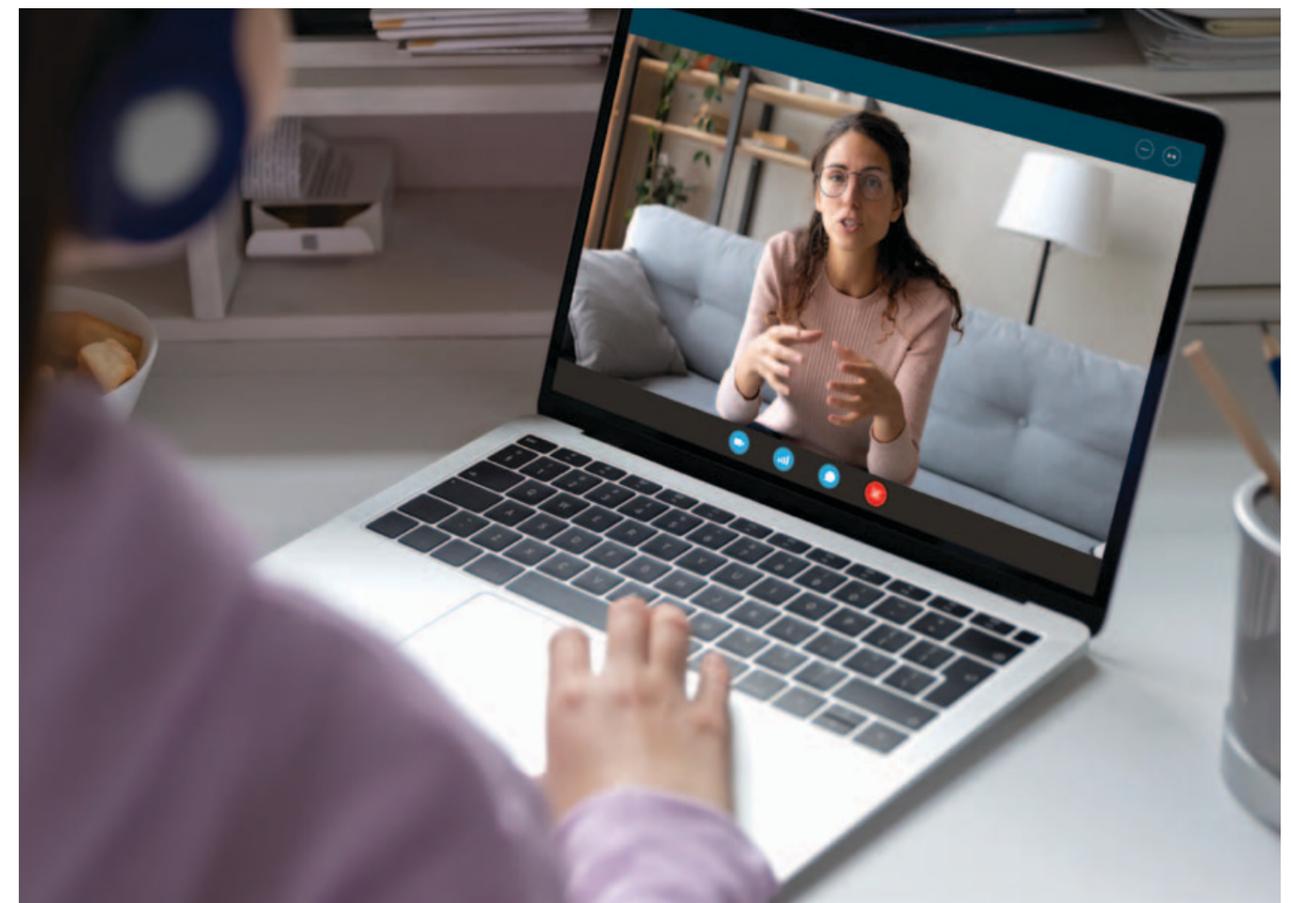
verleihung heuer zum ersten Mal unter freiem Himmel stattfinden.

In der Kategorie „Start“ setzte sich der Seat Leon gegen vier weitere Mitbewerber durch. Die mittlere Kategorie ist die seit Jahren zahlenmäßig am stärksten besetzte Klasse. Daher war auch der Sieg in dieser Kategorie hart umkämpft, den sich letztlich der Škoda Octavia sicherte. Zum zweiten Mal in Folge gewann mit dem Porsche Taycan ein Elektroauto die Kategorie Premium. Der Sportler ließ alle anderen prominenten Mitstreiter hinter sich.

Mario Ehrnhofer, Chefredakteur ARBÖ-Klubjournal FREIE FAHRT; Wolfgang Wurm, Geschäftsführer Porsche Austria/SEAT und CUPRA; Gerald Kumnig, ARBÖ-Generalsekretär; Max Egger, Geschäftsführer Porsche Austria/ŠKODA; Peter Rezar, Präsident der ARBÖ-Bundesorganisation; Helmut Eggert, Geschäftsleiter Porsche Österreich (v. l.).



ARBÖ



ASKÖ-Pilotprojekt: Basismodul Übungsleiter*innen - ONLINE

Das **Pilotprojekt** wurde von ASKÖ Steiermark und ASKÖ WAT Wien ausgezeichnet umgesetzt.

Wissensvermittlung kombiniert mit interaktiven Aufgabenstellungen gewährleisten die geforderten Qualitätsansprüche. Das Basismodul mit den theoretischen Inhalten als Präsenzmodul aber auch als Onlinevariante den angehenden ASKÖ-Übungsleiter*innen zu ermöglichen, ist ein weiterer Schritt in die Zukunft.

Prüfungen und die praktischen Spezialmodule werden weiterhin mit persönlicher Anwesenheit erfolgen. Die neuen und einheitlichen Unterlagen der drei Breitensportdachverbände kamen zum ersten Mal zum Einsatz und fanden großen Anklang bei den Teilnehmer*innen.

Eine dachverbandsübergreifende Vereinheitlichung der Onlinevariante wird zeitnahe angestrebt.

Übungsleiter*innen Ausbildung NEU

2020 haben die drei Sportdachverbände gemeinsam mit der Sport Austria (BSO) die Übungsleiter*innen Ausbildung neu konzipiert. Somit kann man nach erfolgreichem Abschluss des Basismoduls die Spezialmodule von Dach- und Fachverbänden besuchen und am Ende das Übungsleiter*innen Zertifikat erwerben.

Mit dem Staatswappen und den Unterschriften von Sport Austria-Präsident Hans Niessl und Sportminister Werner Kogler auf dem Dokument sind wir der staatlichen Anerkennung der Übungsleiter*innen Ausbildung als ersten Ausbildungsschritt im Sport ein großes Stück näher gekommen.



ISTOCKPHOTO

service

FIT-InFORM FIT-Ausbildungen

FIT-ÜbungsleiterIn

FIT-ÜBUNGSLEITER*IN - KÄRNTEN

Basismodul: 20.2.-21.2.2021, Klagenfurt; Prüfung: 8.5.2021; (Pflichtmodul für alle weitere Module)

Spezialmodul Jugend: 10.4.-11.4.2021, 24.4.2021, Klagenfurt; Prüfung: 8.5.2021

Nähere Informationen:

www.askoe-kaernten.at/de/aktuelles-service/aus-und-fortbildungen

FIT-ÜBUNGSLEITER*IN - SALZBURG

Basismodul: 11.6.-12.6.2021, ABC Gnigl; Prüfung: 21.6.2021 (Pflichtmodul für alle weitere Module)

Spezialmodul Senior*innen: 10.3.-20.3.2021, 16.4.2021, ABC Maxglan; Prüfung: 17.4.2021

Spezialmodul Kinder/Jugend: 18.6.-19.6.2021, 1.10.2021, ABC Gnigl; Prüfung: 2.10.2021

Nähere Informationen:

www.askoe-salzburg.at/de/service-infos/aus-und-fortbildungen

FIT-ÜBUNGSLEITER*IN - NIEDERÖSTERREICH

Basismodul: Situationsabhängig online oder mit persönlicher Anwesenheit in Trumau (Pflichtmodul für alle weitere Module)

• 23.1.-24.1.2021 oder • 6.3.-7.3.2021 oder • 11.9.-12.9.2021 oder • 25.9.-26.9.2021

• **Spezialmodul Kinder:** 1.5.-2.5.2021, 9.5.2021; ABC Trumau

• **Spezialmodul Erwachsene:** 18.9.-19.9.2021, 10.10.2021; ABC Trumau

• **Spezialmodul Senior*innen:** 2.10.-3.10.2021, 9.10.2021; ABC Trumau

Nähere Informationen:

www.askoenoe.at/de/fit-gesund/aus-und-fortbildungen

FIT-ÜBUNGSLEITER*IN - STEIERMARK

Basismodul: 29.5.-30.5.2021, ABC Graz; (Pflichtmodul für alle weitere Module)

Spezialmodul Kinder: 27.8.-29.8.2021, Trieben; Prüfung: 9.10.2021

Spezialmodul Senior*innen: 12.11.-4.11.2021, ABC Graz; Prüfung: 4.12.2021

Nähere Informationen:

www.askoe-steiermark.at/de/fit-angebot/fortbildungen

FIT-ÜBUNGSLEITER*IN - TIROL

Basismodul (Pflichtmodul für alle weitere Module)

• 27.2.-28.2.2021, ASKÖ Volkshaus; Prüfung 13.3.2021 oder • 18.9.-19.9.2021, ASKÖ Volkshaus; Prüfung 16.10.2021

• **Spezialmodul Senior*innen:** 27.3.-28.3.2021, 10.4.-11.4.2021, ABC Innsbruck; Prüfung: 8.5.2021

• **Spezialmodul Erwachsene:** 17.4.-18.4.2021, 24.4.-25.4.2021, ABC Innsbruck; Prüfung: 29.5.2021

• **Spezialmodul Nordic Walking:** 11.9.-12.9.2021, ABC Innsbruck

• **Spezialmodul Kinder/Jugend:** 25.9.-26.9.2021, 2.10.-3.10.2021, Volksschule Rum; Prüfung: 16.10.2021

Nähere Informationen:

<https://askoe-fit.at/askoe-tirol/ausbildungen>

AUSBILDUNG ZUM/ZUR DIPLOMIERTEN BEWEGUNGSTRAINER*IN RÜCKENFITNESS (inkl. Grundlagen Faszien-Training) OBERÖSTERREICH

1. Teil: 23.-24.1.2021

2. Teil: 6.-7.3.2021

3. Teil: 17.-18.4.2021

Abschluss/Prüfung: 29.5.2021

Nähere Informationen:

www.askoe-ooe.at/de/bildung/fitness-gesundheit2

FIT-ÜBUNGSLEITER*IN - WIEN

• **Spezialmodul Senior*innen:** 12.2.-14.2.2021 und 27.2.2021; Prüfung 30.3.2021

• **Spezialmodul Erwachsene:** 9.4.-11.4.2021, 24.4.2021, Wien; Prüfung: 8.5.2021

Nähere Informationen:

www.askoewat.wien/de/fit-gesundheitssport/aus-fortbildungen



Sportinstruktoren und Sportinstructoren mit dem Schwerpunkt Fit www.bspa.at/ausbildungen/aktuell

Weitere aktuelle Aus- und Fortbildungen finden Sie auf den Websites der ASKÖ-Bundesorganisationen sowie der ASKÖ Landesverbände bzw. unter: <http://www.askoe.at/de/fit-gesundheitssport/aus-fortbildungen>

iStock by Getty Images



Ehrenamtliche vor den Vorhang



Bei der Wahl zum „Ehrenamtlichen des Jahres“ erreichten Gottfried Pöschl und Christian Ramsebner zwei Stockerlplätze. Über 110.000 Stimmen wurden insgesamt bei dieser Wahl abgegeben. Stockschütze Gottfried Pöschl (68) von der ASKÖ Freinberg freut sich über den zweiten Platz. Vor 42 Jahren war er Gründungsmitglied des Vereins, seit 21 Jahren ist er Obmann. Sein Engagement wurde bereits mit dem Landessportehrenzeichen in Silber und dem goldenen Ehrenzeichen der ASKÖ geehrt.

Platz drei ging an Christian Ramsebner (58). Er gründete im Oktober 2008 die Sparte Karate bei der ASKÖ Neuhofen. Anfangs noch von vielen belächelt, zählt die Sparte mittlerweile mehr als 200 Mitglieder. Die ASKÖ gratuliert Gottfried Pöschl und Christian Ramsebner herzlich zu ihren Erfolgen bei dieser Wahl. Sie sind zwei Vorzeige-Beispiele – die ASKÖ ist stolz auf all ihre Ehrenamtlichen in ganz Österreich. Danke für euren Einsatz!

GERHARD HOPFGARTNER,

LANDESDIREKTOR WIEN, WIENER STÄDTISCHE VERSICHERUNG

Als führender Gesundheitsversicherer wissen wir um den Wert von Prävention und unterstützen gerne die Initiativen der ASKÖ für mehr Sport und Bewegung.



ELKE MAYR

DATENSCHUTZ während der Coronazeit

Die nunmehr wieder einsetzenden Verschärfungen der Maßnahmen zur Bekämpfung der Verbreitung des COVID-19-Virus lässt vordergründig alle **anderen Rechtsbereiche in den Hintergrund** treten.

Dennoch bleiben diese für uns alle bindend und verpflichtend, sohin auch der Datenschutz. Gerade in den Sommermonaten, in welchen sich die Lage augenscheinlich entspannt hatte, wurde von Organisationen bei Veranstaltungen sehr viel im Zusammenhang mit Contact Tracing bzw. COVID-19-Präventionskonzepten und einem auf freiwilliger Basis erfolgen-

den datenschutzkonformen System zur Nachvollziehbarkeit von Kontakten im Rahmen von Trainingseinheiten und Wettkämpfen zur Erfassung von Anwesenheiten verlangt (u.a. COVID-19-Lockerungsverordnung (BGBl. II Nr 342/2020).

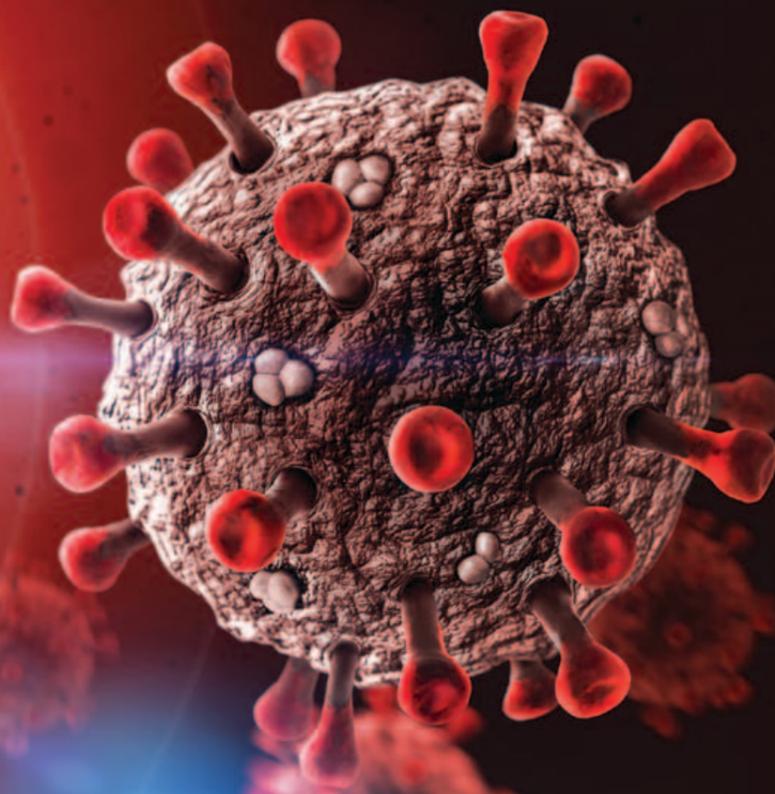
Damit war der Verein gefordert, sich mit der Datenerfassung und -speicherung der bei ihm bei Trainings und Wettkämpfen anwesenden Personen, sei es Sportler, Betreuer oder Zuschauer, auseinanderzusetzen.

Was bedeutet dies für Vereine?

Die Statuten sind der privatrechtliche Vertrag zwischen Verein und seinen Mitgliedern.

Daher ist die Verarbeitung von personenbezogenen Daten seiner Mitglieder durch den Verein per se zulässig und zwar auch ohne gesonderte vorherige Zustimmung der Mitglieder, da der Verein seine vertragliche Verpflichtung gegenüber seinen Mitgliedern zu erfüllen hat.

Gilt dies aber auch für die Erfas-



ISTOCK BY GETTY IMAGES



Gernot Schaar, Rechtsanwalt
www.schaar-wien.com

sung von Anwesenheitsdaten seiner Mitglieder? Dies wird grundsätzlich zu bejahen sein, da der Verein Leistungen gegenüber seinen Mitgliedern zu erbringen hat, die er im Bestreitungsfall auch zu belegen hat: sogenannte Anwesenheitslisten, welche auch für die Erteilung von Spielberechtigungen (Mindesttrainingsanwesenheiten) dienen können.

Gilt dies aber auch für die allfällige Weitergabe dieser Anwesenheitslisten an Dritte, bspw. Behörden?

Schmalere Grat

Dies wird grundsätzlich kritisch zu hinterfragen sein. Einerseits beinhaltet Verarbeitung auch die Offenlegung/Weitergabe der verarbeiteten personenbezogenen Daten der Betroffenen (= sohin beim Verein seiner Mitglieder) an Dritte (sohin auch an die zuständige Gesundheitsbehörde) bzw. sieht Art. 6 DSGVO auch die Verarbeitung im öffentlichen Interesse als berechtigten Grund an, beides wird daher vorliegen, andererseits könnten diese Daten als Gesundheitsdaten

angesehen werden (geben diese doch möglicherweise Aufschluss über einen „Krankheitsfall“, womit diese in diesem Umfang und Konnex dann aber allenfalls sensible Daten (= besondere Kategorien personenbezogener Daten) nach Art. 9 DSGVO werden könnten, welche aber nur mit (vorheriger freiwilliger bzw. an nichts gebundener) Einwilligung der Betroffenen verarbeitet (sohin auch gegenüber Dritten offengelegt) werden dürfen. In Art. 9 DSGVO wird aber auch die Datenverarbeitung von sensiblen Daten zum Schutz lebenswichtiger Interessen von Personen als Berechtigung zur Datenverarbeitung angesehen.

Damit erscheint auch eine derartige Datenoffenlegung an die zuständige Gesundheitsbehörde grundsätzlich berechtigt. An andere Dritte (auch an andere Behörden außer der zuständigen Gesundheitsbehörde) erscheint dies aber nicht (ohne zusätzliche Einwilligung des Betroffenen) zulässig.

Grundsätze der Datenverarbeitung überprüfen

Dafür war erforderlich, die eigene Datenverarbeitung zu prüfen, zu prüfen, ob man alle Grundsätze für die Verarbeitung personenbezogener Daten nach Art. 5 EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) erfüllt und einhält bzw. einhalten kann oder will. Diese sind, dass die Daten

- auf rechtmäßige Weise ermittelt und verarbeitet werden,
- für festgelegte eindeutige und legitime Zwecke erhoben wurden,
- sich auf das dem Zweck angemessen und notwendige Maß beschränken,
- sachlich richtig und auf dem neuesten Stand sind,
- nur so lange gespeichert werden, wie es für den Zweck der Datenverarbeitung erforderlich ist,
- sowie dass alle technischen organisatorischen Maßnahmen zum Schutz der personenbezogenen Daten vor unbefugter und unrechtmäßiger Verwen-

dung durch Dritte getroffen werden

Die Rechtmäßigkeit der Datenverarbeitung begründet sich nach Art. 6 DSGVO auf (mind. 1 Bedingung)

- der Einwilligung der Datenverarbeitung durch den Betroffenen
- der Erfüllung einer vertraglichen Verpflichtung samt Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen
- der Erfüllung einer rechtlichen Verpflichtung des Verantwortlichen (= Verein)
- der Erfüllung von lebenswichtigen Interessen des Betroffenen oder Dritter
- der Wahrnehmung einer im öffentlichen Interesse liegenden Aufgabe
- der Wahrnehmung von berechtigten Interessen der Verantwortlichen oder eines Dritten

Premiere und Hattrick bei der Lotterien Sporthilfe-Gala

Österreichs Para-Ski-Asse räumten bei der Lotterien Sporthilfe-Gala gleich doppelt ab.

Veronika Aigner mit Schwester und Guide Elisabeth nahm in der Marx-Halle in Wien-Landstraße erstmals in ihrer noch jungen Karriere den „Niki“ als Sportlerin des Jahres mit Behinderung 2020 entgegen. Zuvor hielt Schauspielerinnen Edita Malovčić die Laudatio auf die sehbehinderte Niederösterreicherin, die im vergangenen Winter bis zu ihrer Verletzung das Maß der Dinge war, und verlas den Namen der Preisträgerin. „Ich habe natürlich immer verfolgt, wie sich Marcel Hirscher hier die Trophäe in den letzten Jahren abgeholt hat. Aber ich hätte nie damit gerechnet, dass ich einmal selbst auf der Bühne stehen werde“, war die Medaillenhoffnung für die Paralympics 2022 in Peking überwältigt, um dann einem Millionenpublikum vor den TV-Schirmen zu erklären, wie es möglich ist, dass sie mit eingeschränktem Sehvermögen die Pisten hinunterjagt.

Noch lange nicht Schluss

Auf den Einwurf von Schwester Elisabeth, die erst kürzlich ihre Ausbildung zur Polizistin begonnen hat, dass es manch-

mal schon zu schnell wird und sie lieber bei den technischen Disziplinen bleiben möchte, meinte Veronika nur lachend: „Irgendwann jag’ ich sie da auch noch runter!“

Bei den Herren setzte sich Markus Salcher gegen Handbiker und Triathlet Thomas Frühwirth sowie Para-Kanute Mendy Swoboda durch. Für den Kärntner, im letzten Winter Gewinner der kleinen Kristallkugel im Super-G und Zweiter im Gesamtweltcup, war es bereits der dritte „Niki“ als Sportler des Jahres nach 2014 und 2017. „Es ist eine große Ehre und immer wieder ein schönes Gefühl, hier auf dieser Bühne zu stehen und die Trophäe zu bekommen“, freute sich der Paralympics-Sieger von SOTSCHI 2014, und: „Ich hätte nichts dagegen, wenn es in den nächsten Jahren wieder klappt.“ Die sechs Siege von Marcel Hirscher sind für den Zollsportler kein Ziel („Ich bin ja auch schon in einem fortgeschrittenen Alter!“), die Ski-Weltmeisterschaften im norwegischen Hafjell im nächsten und die Paralympischen Winterspiele in PEKING 2022 dagegen schon. „Ich möchte dort natürlich wieder um die Medaillen mitfahren.“



Veronika (l.) und Elisabeth Aigner freuten sich über ihren ersten „Niki“.

Markus Salcher machte den „Hattrick“ perfekt.



Komm ins Team!

Du bist sportlich, verantwortungsbewusst und gerne mit Gleichgesinnten in der Natur unterwegs? Dann **engagiere dich** bei den Naturfreunden und mach eine Ausbildung zur/zum ÜbungsleiterIn sowie zur/zum InstruktorIn.

Text: Doris Wenischnigger, Chefredakteurin des Magazins „Naturfreund“, Fotos: Martin Edlinger, Naturfreunde Österreich

Die Naturfreunde Österreich bieten ihren Mitgliedern in vielen Sportarten ein umfangreiches Kursprogramm – von Ski- über Kletter- bis hin zu Paddelkursen. Solche Kurse können jedoch nur mit gut ausgebildeten und motivierten Übungsleiterinnen/-leitern und Instruktorinnen/Instruktoren abgehalten werden. Hast du Freude daran, anderen dein Wissen weiterzugeben und mit Gruppen zu arbeiten? Dann bist du bei den Naturfreunden richtig! Hier kannst du im Rahmen einer hochwertigen Ausbildung

- soziale Kompetenz für das Arbeiten und Führen von Gruppen,
- Fachkompetenz,
- methodisch-didaktische Grundlagen für die Vermittlung sportspezifischer Inhalte sowie
- Wissen auch im juristischen Bereich erwerben.

Für alle, die gerne mit Gruppen arbeiten

Die Ausbildung zur/zum ÜbungsleiterIn und zur/zum InstruktorIn ist in folgenden Sportarten möglich: Schneesport (Langlaufen, Pistenski-

lauf, Snowboarden), Skitourengehen, Skihochtouren, Freeriden, Bergsteigen (Alpinklettern, Klettersteiggehen, Hochtouren, Wandern), Sportklettern, Kajak- und Kanusport sowie Radsport und Mountainbiken.

Angesprochen sind motivierte Natur-

freunde-Mitglieder, welche die Teilnahmevoraussetzungen erfüllen, eine leitende, verantwortungsvolle Rolle übernehmen wollen und gerne mit Menschen arbeiten.

Weitere Infos und Kursbuchungen: akademie.naturfreunde.at

Naturfreunde-Ausbildungsprogramm 2021

In der druckfrischen Programmbroschüre der Naturfreunde-Akademie findest du sämtliche Aus- und Fortbildungen für 2021. Diese richten sich vor allem an alle aktiven OrtsgruppenmitarbeiterInnen, aber auch an motivierte Mitglieder, die in einer Ortsgruppe tätig sein wollen. Die Kurse und Fortbildungen sind sowohl fachlich als auch hinsichtlich der Auswahl der KursleiterInnen und AusbilderInnen durch höchste inhaltliche Qualität, Kompetenz und Professionalität charakterisiert. In der Naturfreunde-Akademie sind ausschließlich bestens ausgebildete BergführerInnen, InstruktorInnen und TrainerInnen mit langjähriger Erfahrung tätig. Die Inhalte der Koordinationen und Fortbildungen bauen auf den Inhalten der Übungsleiter- und Instruktorausbil-

dungen auf und entsprechen dem State of the Art der jeweiligen Sportart. Das im Vorjahr gestartete Projekt „Sport von und für Frauen“ wurde sehr gut angenommen. Die Naturfreunde-Akademie hat daher das Angebot für Damen und Mädels erweitert.

Auf akademie.naturfreunde.at kannst du diese kostenlose Broschüre online bestellen oder downloaden.



Sportvereine und Umsatzsteuer

STEUERTIPPS

Das Umsatzsteuerrecht ist sehr formalistisch, mit zahlreichen Ausnahmen und Spezialregelungen.

Trotzdem gibt es eine – für Vereine und gemeinnützige Organisationen wichtige – Grundstruktur. Grundsätzlich: Gemeinnützige Sportvereine sind, was den Sport betrifft, von der Umsatzsteuer befreit. Das heißt allerdings, Sie haben auch keinen Vorsteuerabzug. Wenn Sie Umsätze haben, die nicht den Sportbetrieb betreffen, dann ist systematisch wie folgt heranzugehen:

Zuallererst unterscheidet das Umsatzsteuergesetz (UStG) in steuerbare und nicht steuerbare Umsätze.

Steuerbar heißt noch nicht automatisch steuerpflichtig, aber dass die Einnahmen aus einer bestimmten Tätigkeit zumindest umsatzsteuerlich relevant sind.

Nicht steuerbare Umsätze unterliegen gar nicht der Steuer – es erübrigt sich daher jede weitere Suche nach einer etwaigen Ausnahmeregelung. Der für Vereine hierfür wichtigste Grund ist der fehlende Leistungsaustausch. Wenn zwischen Leistung und Gegenleistung (Bezahlung) keine Verknüpfung besteht, sind die Einnahmen (= Gegenleistung) nicht steuerbar. Das ist etwa bei echten Mitgliedsbeiträgen, die ausschließlich für die Erfüllung des Vereinszwecks entrichtet werden, oder bei echten Zuschüssen der Fall (vgl. VereinsRz 430).

Wenn eine Einnahme nach dem Unterscheidungskriterium „Leistungsaustausch“ steuerbar ist, gilt es die weiteren Regelungen und Steuerbefreiungen näher anzusehen.

Umsatzsteuerpflichtig sind nur die Umsätze von Unternehmern

Unternehmer ist, wer eine gewerbliche oder berufliche Tätigkeit selbstständig ausübt. Gewerblich oder beruflich ist jede nachhaltige Tätigkeit zur Erzielung von Einnahmen, auch



wenn die Absicht, Gewinn zu erzielen, fehlt oder eine Personenvereinigung nur gegenüber ihren Mitgliedern tätig wird.

Dabei ist es durchaus möglich, dass ein Verein sowohl einen unternehmerischen Bereich als auch nicht unternehmerischen Bereich haben kann. „Nicht unternehmerisch“ tätig sind Personenvereinigungen, die Mitgliedsbeiträge einheben, wenn sie nur in Erfüllung ihrer satzungsgemäßen Vereinsaufgaben tätig werden, ohne Einzelleistungen an die Mitglieder (oder Dritte) zu erbringen – das ist beim klassischen Sportverein in der Regel so.

Fazit: Umsatzsteuerpflichtig ist allenfalls nur der unternehmerische Teil! Tätigkeiten, die auf Dauer gesehen Gewinne oder Einnahmenüberschüsse nicht erwarten lassen, sind keine Unternehmen im Sinne des UStG und damit besteht keine Umsatzsteuerpflicht, aber auch kein Vorsteuerabzug. In der Regel geht die Finanzverwaltung bei Körperschaften, Personenvereinigungen und Ver-

mögensmassen, die gemeinnützigen, mildtätigen oder kirchlichen Zwecken dienen, von Liebhaberei aus.

Fazit: Bei Vorliegen von Liebhaberei besteht keine Umsatzsteuerpflicht!

Falls die umsatzsteuerlich relevanten Leistungsumsätze von Vereinen und anderen gemeinnützigen Körperschaften im Kalenderjahr 35.000 Euro netto nicht übersteigen, gilt die Kleinunternehmerregelung und es besteht eine „unechte Befreiung von der Umsatzsteuer (keine USt., aber auch kein Vorsteuerabzug). Einnahmen aus dem nicht unternehmerischen Bereich bleiben unberücksichtigt.

Es kann jedoch mittels Antrag zur Umsatzsteuerpflicht optiert werden – Bindungswirkung 5 Jahre! Diesfalls muss zwar Umsatzsteuer in Rechnung gestellt werden, es kann aber auch die Vorsteuer vom Finanzamt zurückgeholt werden. Natürlich nach einem Günstigkeitsvergleich.

Achtung: Bei Umsätzen über 40.000 Euro aus wirtschaftlichen Geschäftsbetrieben muss um eine Ausnahmegenehmigung beim Finanzamt angesucht werden, sonst geht die Gemeinnützigkeit für den gesamten Verein verloren!

Sie haben Fragen? Zögern Sie nicht, uns anzurufen oder unseren Statutencheck zu nutzen. Wir freuen uns darauf! Weitere Tipps und Informationen finden Sie auf www.slt.at und www.sport-steuer.at.

Bleiben Sie gesund und sportlich!

Stand: 10. 11. 2020, Haftung ausgeschlossen.



PROF. MAG. RUDOLF SIART,
MAG. RENÉ LIPKOVICH
Wirtschaftsprüfer und Steuerberater in Wien,
SLT Siart Lipkovich + Team GmbH & Co KG
1160 Wien, Thaliastraße 85
Tel.: +43/(0)1/493 13 99-0, E-Mail: slt@slt.at
www.slt.at und auf www.sport-steuer.at

Eine Freude

Präsident Gerhard Widmann und sein Team in der ASKÖ Steiermark wurden in Deutschlandsberg bei einem mustergültig nach Corona-Vorschriften durchgeführten Landtag wiedergewählt. ASKÖ Bund-Präsident Hermann Krist gratulierte als einer der Ersten.



„Ein sportliches Danke, Siegi!“

Mit Ende September legte ASVÖ-Präsident Siegfried Robatscher sein Amt freiwillig zurück. Bei der Generalversammlung der Sport Austria wurde er ebenfalls in den wohlverdienten sportlichen Ruhestand verabschiedet und mit der Goldenen Ehrenmedaille der Sport Austria ausgezeichnet. „Ich habe Siegi Robatscher als grundehrlichen, geradlinigen und mit Handschlagqualität ausgestatteten Sportfunktionär kennengelernt. Sein Herz schlägt für den Breitensport, und die Zusammenarbeit mit der ASKÖ und mir als Präsident war immer von Wertschätzung und Respekt geprägt. Dafür ein aufrichtiges und sportlich kräftiges Danke! Ich wünsche Siegi nun auch im Sportfunktionärs-Ruhestand alles Gute, bestmögliche Gesundheit und jede Menge Aktivität“, so ASKÖ-Präsident Hermann Krist.

Verdienter Ruhestand

Eva Mayer, Mitarbeiterin in der ASKÖ Bundesgeschäftsstelle, wurde Ende Oktober in ihren wohlverdienten Ruhestand verabschiedet. Generalsekretär Michael Maurer bedankte sich bei einem gemeinsamen Mittagessen (natürlich unter Einhaltung der Abstandsregelung) für ihren 20-jährigen Einsatz und wünschte Eva, auch im Namen von ASKÖ-Präsident Hermann Krist und der gesamten Belegschaft, alles Gute für die kommende Zeit.



Trauer um Franz Steiner

Die ASKÖ Burgenland trauert um Landesvorstandsmitglied Franz Steiner. Der langjährige Sportfunktionär ist plötzlich und unerwartet im 59. Lebensjahr verstorben. Ihm war es eine Herzensangelegenheit, sich für den Fußballsport in Kobersdorf einzusetzen. Franz hatte immer das richtige Gespür, den nötigen Weitblick und die Durchsetzungsfähigkeit, den Sport generell, aber vor allem den Fußballsport in Kobersdorf und den der ASKÖ Burgenland, voranzubringen. Zahlreiche Ehrungen, wie die ASKÖ Trophy, oder die vielen Sportfunktionär-Ausbildungen bezeugen eindrucksvoll die enorme Bedeutung von Franz Steiner für das Sportwesen im Burgenland. Die ASKÖ-Familie trauert um einen bedeutenden Sportfunktionär und einen großartigen Menschen.



ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG

npo-fonds.at

Weil ich in unserem Verein mein Bestes geben kann.

Der NPO-Fonds unterstützt gemeinnützige Organisationen. Unsere Gesellschaft braucht dieses Engagement.



 Bundesministerium
Kunst, Kultur,
öffentlicher Dienst und Sport

Mit dem NPO-Fonds konnten bisher bereits rund 15.000 Vereine und Organisationen aus den Bereichen Sport, Kunst und Kultur, Umweltschutz oder Soziales in der Corona-Krise unterstützt werden.

Sichern auch Sie sich Hilfe für Ihren Verein:

- ▶ Anträge für die Monate April–September 2020 nur bis 31. Dezember 2020
- ▶ Anträge für die Monate Oktober–Dezember 2020 ab Anfang Jänner 2021

Alle Informationen dazu auf www.npo-fonds.at

Foto: © stock.adobe.com/maranso