

05

BEWEGT IM PARK
ASVÖ Vereine bieten dieses
Programm zum Mitmachen

13

ISLE OF MAN
Das härteste und gefährlichste
Motorradrennen der Welt

15

VERSICHERUNGSSCHUTZ
Das exklusive Versicherungs-
paket für alle ASVÖ Vereine

WEINGUT HAGN
MAILBERG
Hagn

AUSGABE 3 | 2020

informmer

ZEITUNG DES ALLGEMEINEN SPORTVERBANDES OBERÖSTERREICH | € 9,80 | ASVO-SPORT.EU | 



FOTO: iStock / damirudic

Die Schule des Lebens liegt in der Bewegung

Durch Bewegung wird die geistige Leistungsfähigkeit drastisch erhöht.

Daher ist Sport in den Schulen zur Förderung des Lernerfolges sowie der Intelligenz überaus wichtig. Dies wäre doch Grund genug, die „Tägliche Bewegungs- und Sporteinheit“ flächendeckend einzuführen.

„Luft und Bewegung sind die eigentlichen geheimen Sanitätsräte“, hat schon Theodor Fontane richtig erkannt. Und dies nicht allein deswegen, weil der bekannte deutsche Schriftsteller bei der Einführung des Schulturnens im Jahr 1842 in Preußen – als erstes Land überhaupt – gewissermaßen Zeitzeuge war. „Profiteure“ dieser Weiterentwicklung waren anno dazumal aber ausschließlich höhere Schulen und dort ausnahmslos nur männliche Jugendliche. Etwas anders verhält es sich in Österreich. 1777, also drei Jahre nach der Einführung der allgemeinen Schulpflicht (1774) unter der Regentschaft Maria Theresias, gab es bereits einen Erlass für das Schaffen von Spielplätzen sowie einer täglichen Spielstunde. Auch der Pädagoge Johann Heinrich Pestalozzi ließ Ende des 18. Jahrhundert im Rahmen des Schulunterrichts täglich von seinen Lehrern und Schülern Gymnastik durchführen. Trotzdem

dauerte es hierzulande noch bis zum Jahr 1911 (Burschen) bzw. 1913 (Mädchen), bis das Schulturnen zu einem verpflichtenden Unterrichtsfach erhoben wird. Davor entspricht es lediglich dem Status eines Freifaches.

Zugegeben, bis zur vollständigen Etablierung des Turnunterrichts war es ein weiter Weg. Auch hinsichtlich der damaligen Intentionen gibt es heutzutage reichlich Diskussionsstoff. Worüber man sich jedoch immer einig war: Bewegung ist wichtig! Das wissen wir dank zahlreicher renommierter Studien heute besser denn je. Jetzt folgt allerdings das große „ABER“: Denn geht es um die praktische Umsetzung, hapert es - wie medizinische Untersuchungen immer wieder ergeben - an allen Ecken und Enden noch deutlich. Woran liegt das?

SPORT UND SCHULE

Ein Blick in österreichische Schulstundenplä-

ne macht zwar deutlich, dass Sport überall angeboten wird, dabei allerdings die Quantität stark variiert bzw. das Wochenstundenmaß – im Schnitt zwischen zwei bis vier Stunden – doch äußerst dürftig ausfällt. Und das, obwohl es schon lange wissenschaftlich belegt ist, dass eine tägliche Sporteinheit sowohl die motorischen Fähigkeiten von Kindern als auch deren Lernfähigkeit und Schulleistungen drastisch verbessert.

Wie wichtig Bewegung ist, wussten doch – eh klar – schon die alten Griechen! Deshalb wurde in den Gymnasien der griechischen Antike nicht nur eisern über hochkomplexe Denksportaufgaben geschwitzt, sondern genauso in bewegungstechnischer Hinsicht, wenn auch „nur“ deswegen, um die Verteidigung des Vaterlandes sicherzustellen.

Als „Erfinder“ des (deutschen) Turnens gilt der bis heute unter dem Namen „Turnvater

Jahn“ bekannte Johann Friedrich Ludwig Christoph Jahn (1778-1852), dessen Turnverständnis auf Regelmäßigkeit aufgebaut ist und bei dem Sport gleichwohl primär der vormilitärischen Jugenderziehung dient. Unter dem Motto „Frisch, fromm, fröhlich, frei“ eröffnet Jahn im Juni 1811 den ersten deutschen Turnplatz vor den Toren Berlins – den „Turnplatz auf der Haselheide“. Dort praktizierten die jungen Herren Sport, mit Barren, Reck und Hanteln sowie in Form diverser Turnübungen. Das ist zu damaliger Zeit absolut neu und die „in der frischen Luft“ stattfindenden körperlichen Übungen in aller Öffentlichkeit sorgten für reichlich Irritationen in der Bevölkerung. Doch: Die Turnbewegung ist nun voll im Gange.

Erst mit Ende des 1. Weltkrieges kommt es, neben vielen anderen gravierenden

FORTSETZUNG auf der Seite 03 >>

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Sportfreunde;



- besteht nun einmal in der Bewegung. Davon kann uns auch das - leider noch immer unser Leben dominierende - Corona-Virus nicht abhalten.

Bedauerlicherweise haben beim Outdoor-Sport im Sommer weitere Ereignisse unsere Aufmerksamkeit erregt, weil der verantwortungsvolle Umgang mit der Natur mancherorts in Vergessenheit geraten ist. Für uns alle sollte stets der Grundsatz lauten: Bewegung im Freien JA, aber nicht auf Kosten der Flora und Fauna. Mehr dazu in dieser Ausgabe.

Um früh genug zu lernen, Bewegung und Sport in den Alltag zu integrieren, um damit effektiv Krankheiten bzw. damit verbundene (physische) Einschränkungen vorzubeugen, ist es von größter Wichtigkeit, tägliche Bewegungs- und Sporteinheiten im Kindergarten und Schulalltag zu positionieren. Denn neben dem erfreulichen Nebeneffekt, dass Bewegung sich äußerst positiv auf das Lernen auswirkt, beugt man auch der Tatsache „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr“ vor. Deshalb macht sich der ASVÖ im Interesse unseres Nachwuchses für „Die Tägliche Bewegungs- und Sporteinheit“ in Volksschulen und Kindergärten stark und schickt im aktuellen Projektjahr 28 ASVÖ Bewegungskoaches

an die Front. Aber auch die Initiative „Bewegt in Park“, die in diesem Sommer bereits zum fünften Mal abgehalten wurde und ebenso seitens des ASVÖ größte Unterstützung erfährt, hat sich aufgrund der aktuellen Pandemie-Situation bestens bewährt. An dieser Stelle möchte ich mich bei allen mitwirkenden ASVÖ Vereinen wie z.B. dem Shaolin Tempel Steyr oder dem TuS Kemsmünster bedanken, die wahre Vorbildwirkung in puncto Angebot und Umsetzung gezeigt haben.

Emotional hat uns dieses Jahr so einiges abverlangt! Die vielen Veranstaltungen unserer ASVÖ Vereine, auf die wir uns alle gefreut haben und bereits als Jour Fix in unseren Kalender eingetragen waren, wurden wegen Covid-19 abgesagt. Einzige Ausnahmen waren der „ASVÖ King of the Lake“ mit 1.600 Startern und unser Wassersportevent am Traunsee der Upper Austria Kite Foil Grand Prix mit 19 Teams aus 9 Nationen die, nach anfänglichen Unsicherheiten, letztendlich doch unter strengsten Sicherheitsvorkehrungen als einzige ASVÖ-Veranstaltungen in diesem Jahr komplikationslos über die Bühne gehen konnten.

Mit Wehmut blicken wir auf eineinhalb erfolgreiche Jahrzehnte Präsidenschaftsamt von Konsulent Siegfried Robatscher beim ASVÖ

Österreich zurück, der im September dieses Jahres seine Funktion an seinen Nachfolger Dipl.-Ing. Christian Purrer (Präsident ASVÖ Steiermark) übergeben hat. Stellvertretend für alle Funktionärinnen und Funktionäre möchte ich mich bei unserem Altpräsidenten und nun Ehrenpräsidenten für die großartige Zeit und seinen unermüdlichen Einsatz für unseren ASVÖ und seine rund 6.000 Vereine recht herzlich bedanken. „Sigi, Du hast Großartiges geleistet, wir werden dafür Sorge tragen, dass Dein Vermächtnis nicht verblasst!“ Gleichzeitig freue ich mich auf die neuen und spannenden Jahre mit unserem neuen Präsidenten Dipl.-Ing. Christian Purrer.

Ich wünsche Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, an dieser Stelle nun erneut viel Spaß beim Lesen unserer diesjährigen Herbstausgabe, halten Sie sich fit und bleiben Sie weiterhin gesund!

Ihr Peter Reichl,
Präsident

Der Audi A4 quattro. Jetzt mit bis zu € 8.000,-* Bonus.

Sichern Sie sich jetzt beim neuen Audi A4 und Audi A4 Avant € 2.000,-¹ quattro Bonus. Zudem erhalten Sie noch € 3.500,-² Business Plus Bonus und € 2.500,-³ Top-Mehrausstattungsbonus. Mehr Informationen bei uns.

AUTO ESTHOFER TEAM

Vernunft, die bewegt!

Ihre Audi Verkauf & Service-Betriebe

4694 Ohlsdorf/Pinsdorf
Vöcklabrucker Straße 47
Tel. +43 7612 77477-0
4840 Vöcklabruck, Linzer Straße 38
Tel. +43 7672 75111

Ihre autorisierten Service-Betriebe

4820 Bad Ischl, Salzburger Straße 68
Tel. +43 6132 22888-0
4655 Vorchdorf, Lambacher Straße 44
Tel. +43 7614 7933-0

E-Mail: info@esthofer.com, www.esthofer.com



*Bonus setzt sich zusammen aus: ¹quattro Bonus von € 2.000,- brutto für alle A4 quattro Modelle (ausgenommen RS 4 Avant, A4 allroad quattro, A4 quattro unlimited). Gültig bis 31.03.2021. ²Business Plus Bonus von € 3.500,- brutto für alle A4 Modelle bei Bestellung von Komfort- und Businesspaket. Gültig bis 31.12.2021 (ausgenommen RS Modelle). ³Top-Mehrausstattungsbonus von € 2.500,- brutto für alle A4 Modelle (ausgenommen RS Modelle) bei Bestellung von Mehrausstattungen in der Höhe von mindestens € 18.000,- netto. Gültig bis 31.12.2021. Bitte beachten Sie, dass sich durch Sonderausstattungen und Zubehör relevante Fahrzeugparameter, wie z. B. Gewicht, Rollwiderstand und Aerodynamik verändern und sich dadurch abweichende Verbrauchswerte und CO₂-Emissionen ergeben können. Kraftstoffverbrauch kombiniert: 5,7 – 7,7 l/100 km. CO₂-Emissionen kombiniert: 150 – 192 g/km. Stand 10/2020. Symbolfoto. Aktion gültig solange der Vorrat reicht. Vorbehaltlich Satz- und Druckfehler.

Veränderungen, ebenfalls im Schulbereich sowie in der Bewegungskultur zu einem kollektiven Reformumdenken. Im Mittelpunkt stehen die vielfältigen Bewegungsformen, beginnend beim Turnen über Gymnastik bis hin zum Spiel, Wandern und Gesundheitsturnen. Maßgeblich an dieser Entwicklung beteiligt sind die österreichischen Turnpädagogen Margarete Streicher sowie Karl Gaulhofer, die gemeinsam das Konzept des „natürlichen Turnens“ erarbeiten. Beide gehen dabei kompromisslos vom Grundsatz der Gesamterziehung aus. Demgemäß wird das Schulturnen folgendermaßen verstanden: „Jede nach pädagogischen Grundsätzen geordnete Übung des Leibes, wobei der Körper zwar Angriffspunkt, der ganze Mensch aber das Ziel ist.“ Fokussiert wird der schulische Erziehungsauftrag, die „Pädagogik vom Kinde aus“, sprich die natürliche Bewegung. Darunter ist die „dem menschlichen Körper gemäße, dem Bewegungszweck entsprechende, kraftsparende und im Körperzentrum ansetzende Bewegung“ zu verstehen. Damit soll das „kinderfeindliche Subordinationsturnen“ nach Adolf Spieß (1810-1858), der gleichfalls prägend für das österreichische Schulturnen ist, abgeschafft werden. Denn auch dieser sieht das Turnen mehr als entscheidende Erziehungsmaßnahme zu Gehorsam, Disziplin und zur Herausbildung guter Untertanen.

Ein zentrales Anliegen der beiden Turnpädagogen besteht in der Stellung des Schulturnens innerhalb der Unterrichtsfächer. Sie fordern eine Erhöhung des wöchentlichen Unterrichtsfaches Leibesübungen, die Einführung der Schulschikurse bzw. eine achtsemestrige, vollakademische Ausbildung für Turnlehrer.

Eine massive Trendwende ergibt sich in den 1930er-Jahren. Unter dem Einfluss des Nationalsozialismus ändert sich für das österreichische Schulturnen erneut vieles. So dient der Sport zur Zeit des Deutschen Reiches vorwiegend als Vor-

In den 1960er-Jahren wird nun endlich die Leibeserziehung als Bestandteil der Gesamterziehung betrachtet. In den darauffolgenden Jahrzehnten etablieren sich schließlich jene zentralen Punkte heraus, die heute kontinuierlich in Sachen Gesundheit und Wohlergehen lauthals betont werden. Nämlich, dass der schulische Unterricht gleich aus mehrerer Hinsicht ohne die Vermittlung von Sport und Bewegung unvollständig sowie der Schulsport für lebenslanges Sporttreiben eine wichtige Grundvoraussetzung sei.

OHNE SPORT KOMMT'S DICK!

„Wie man sich füttert, so wiegt man!“ – könnte man angesichts der derzeitigen stark stagnierenden Bewegungsbereitschaft quer durch alle Altersgruppen durchaus richtig mutmaßen. Und Fakt ist: Das heutige Ernährungsverhalten, basierend auf sogenanntem „processed food“, gespickt mit ordentlich Zucker, Salz, gesättigtem Fett und reichlich Transfettsäuren, lässt sehr zu wünschen übrig. Abgerundet wird dies durch allerlei digitaler Nutzungsangebote, die überaus erfolgreich den an und für sich natürlichen Bewegungsdrang, insbesondere im (Klein-) Kinderalter, ad absurdum führen.

Denn die bombastische elektronische Revolution der letzten Jahre hat vor allem das Bewegungsmuster der Jugendlichen drastisch verändert. Gemeint ist jene Entwicklung, die vermehrt das Sitzen und die motorische Inaktivität propagiert sowie deutlich mehr zum Fahren als zum Gehen anregt. Eine Langzeitstudie legt offen, dass zwischen 2002 und 2017 die „Sitzkultur“ im europäischen Schnitt um acht Prozent zugenommen hat. Besonders bedauerlich: Österreich schneidet in dieser Disziplin äußerst schlecht ab und liegt deutlich unter dem EU-Schnitt (55,8 %). Während bei den Männern 65,4% mehr als vier Stunden täglich sitzend verbringen, liegt der Wert bei Frauen bei 61,1%. Die Folge: krankhafte Fettleibigkeit und körperliche Beschwerden.

„Die „Sitzkultur“ hat zwischen 2002 und 2017 im europäischen Schnitt um 8 % zugenommen.“

bereitung für den Krieg. Die Folge: Das natürliche Turnen wird kontinuierlich vom Konzept der militärischen, politischen Leibeserziehung verdrängt. Im Mittelpunkt steht die Vermittlung von Werten wie Disziplin, Mut, Willenskraft und Durchhaltevermögen, was inhaltlich verstärkt durch „abhärtende“ Sportarten wie Fußball oder Boxen verinnerlicht wird.

Erst in der Nachkriegszeit erfolgt wieder eine „Rückbesinnung“ der Leibeserziehung auf das Natürliche Turnen, welches ab diesem Zeitpunkt frei von jeglichen politischen Färbungen ist.

WAS HÄNSCHEN NICHT LERNT, ...

Um dieser Entwicklungen effektiv entgegenzuwirken, wird der Ruf nach der „Täglichen Turnstunde“ in Österreich immer lauter. Prominente Unterstützung gibt es in dieser Sache nicht nur seitens der WHO, die gleichsam empfiehlt, dass sich Kinder und Jugendliche zwischen fünf und 17 Jahren zumindest 60 Minuten am Tag bewegen sollen, sondern ebenso seitens des ASVÖ, der ASKÖ und der Sportunion.

Und 2012 dann mit einer groß angelegten Unterschriften Aktion die Sport Austria (zuvor BSO) und die diversen Inter-

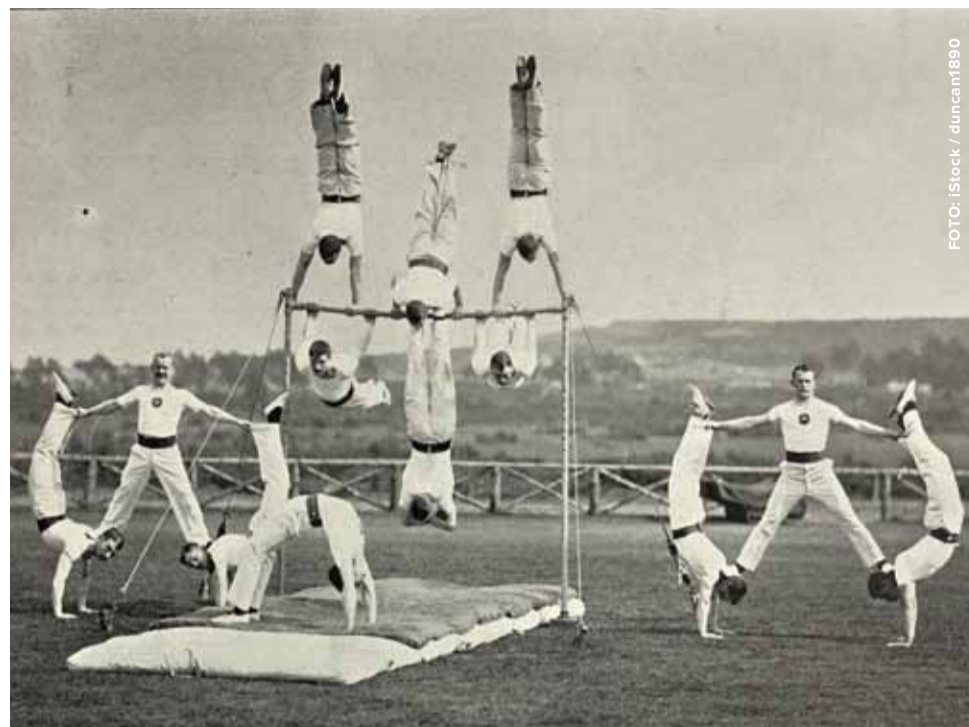


FOTO: iStock / duncan1890



FOTO: Thinkstock/Photos

essensvertretungen des österreichischen Sports sowie die WHO, und zwar in Form der Initiative der „Täglichen Bewegungs- und Sparteinheit“. Denn wie jeder weiß: Wenn es bereits im Kindesalter gelingt, die Lust auf Sport zu wecken und Spaß an der Bewegung zu vermitteln, schafft man bereits im Jugendalter präventiv ideale Bedingungen für ein gesundes Leben, also die ideale Grundvoraussetzung, auch im Erwachsenenalter weiterhin sportlich am „Ball“ zu bleiben.

Als optimaler Ausgangspunkt erweisen sich dabei, wie es auch in der erfolgreichen Unterschriftaktion für die „Tägliche Bewegungs- und Sparteinheit“ der Sport Austria gefordert wird, in erster Linie schulische Bildungseinrichtungen, beginnend beim Kindergarten über die Volksschule bis hin zu sämtlichen weiterführenden (höheren) Schultypen.

WUNDERWUZZI SPORT

Wie der Körper wird ebenso das Gehirn – ähnlich einem Muskel – durch seinen Gebrauch geformt. In welchem beindruckendem Ausmaß körperliche Aktivität auf un-

seren Denkapparat einwirkt, darüber sind sich leider sehr viele Menschen nicht bewusst. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass durch Bewegung die „Mechanik“ des Gehirns deutlich verbessert und somit auch die geistige Leistungsfähigkeit drastisch erhöht wird. Um Lernerfolge zu fördern ist es daher mehr als wichtig, Bewegung und Sport frühzeitig in den Schulalltag zu integrieren.

Die flächendeckende Einführung der „Täglichen Bewegungs- und Sparteinheit“ wäre ein wichtiger Schritt für die Zukunft des Schulsports und der Fitness der Kinder und Jugendlichen. Natürlich können täglich stattfindende Bewegungseinheiten die klassische Form der Vorbereitung aufs Leben – nämlich das Lernen – nicht ersetzen können, allerdings trägt der sportliche Einfluss ohne Zweifel dazu bei, die grauen Zellen in Schwung zu halten, um so Reize schneller verarbeiten zu können.

Körper und Geist werden es danken, und – geht es etwa um die kognitive Verteidigung des Vaterlandes – ebenso PISA! Denn: Zu unserer Natur gehört die Bewegung, die vollkommene Ruhe ist der Tod!

Kleine Radprofis ganz groß

Bei fast schon gewohnten nass-kühlem Wetter findet am Samstag, dem 18. Juli 2020, der erste Race Day im Rahmen der „Salzkammergut Trophy Individuell“ in Bad Goisern statt. Bei der am nächsten Tag folgenden ASVÖ SCOTT Junior Trophy 2020 in Obertraun beeindruckt der leistungsstarke Nachwuchs mit seinem Können, worauf sich sogar am Ende des Tages noch die Sonne blicken lässt. Mehr als 250 radbegeisterte Kids zwischen drei und 18 Jahren lassen sich dieses Coronakonforme Nachwuchswettbewerb nicht entgehen und matchen sich beim XC-Fun-Race,

beim Pumptrack-Bewerb, dem XCO-Pro-Race und beim Parcours-Bewerb. Während bei den Rennen in der BikeArena vor allem der sportliche Aspekt im Vordergrund steht, dominieren im Parcours sowie beim Pumptrack-Bewerb primär Spaß und Spiel am Bike. Anforderungstechnisch wurden alle Bereiche bestens abgedeckt.

Neben den grandiosen Strecken und der Tombola mit tollen Sachpreisen sind die leckeren Lebkuchen-Medaillen ein besonderes Gaumen-Highlight für die Kids. Alles in allem also wieder ein voller Erfolg!



250 Kids beeindrucken mit ihren Leistungen in Obertraun. | FOTO: Corleone

Ganz großes Tennis

Vom 21. bis 23. August findet auf der herrlichen Anlage der Tennisschule Weber in Schwechat-Rannersdorf der ASVÖ Tennis-Bundesländercup Jugend statt, zu dem insgesamt 6 Teams aus OÖ, NÖ, Vbg., Bgld. und Wien angereist sind. Oberste Zielsetzung dabei ist der Titel „ASVÖ Tennisjugendmeister“.

Schon in den Vorrunden, die bei strahlendem Sommerwetter stattfinden, hat sich gezeigt, was die „Mini-Thiems“ alles draufhaben. Bereits zu diesem Zeitpunkt wird ein hervorragendes Match

nach dem anderen gespielt. Als Gruppensieger der Vorrunden setzen sich die Teams aus Oberösterreich und Niederösterreich durch. Am Samstag wird es dann ernst, das große Finalmatch zwischen diesen beiden Bundesländern erreicht den spannenden Höhepunkt.

Die Oberösterreicher dominieren das Spiel ganz klar und behalten mit fünf Siegen und nur einer Niederlage die Oberhand. Den 3. Platz holt sich das Team aus Vorarlberg.



Die ASVÖ Tennisjugendmeister 2020 kommen aus Oberösterreich. | FOTO: Luger

Zurück auf die Schanze

Wegen der Covid-19-Pandemie findet verspätet, aber doch, am letzten August-Wochenende in Villach der Saisonauftakt des Austriacups für die Altersklasse Jugend und Junioren in Skisprung und Nordischer Kombination statt. Vertreten wird dabei das ASVÖ NTS Salzkammergut von fünf Athleten. In der Nordischen Kombination ist Sigrun Kleinrath wieder eine Klasse für sich. Sie kann sich, trotz eines unfreiwillig geleisteten Umweges auf der Rollstrecke, mit einem Vorsprung von 1,5 Minuten den ersten Sieg sichern. Zuvor hat sie im Springen die Tageshöchstweite erzielt.

Auch am Sonntag ist die Altmünsterin nicht zu schlagen. Beim Springen von der K90 Schanze starten Elisabeth Raudaschl mit Rang 3 und 5 und Kathi Ellmayer mit den Plätzen 8 und 6. Florian Mittendorfer erreicht in der Allgemeinen Klasse an beiden Tagen Platz 10. Auch Nikolaus Mair beginnt die Saison überaus zufriedenstellend. So kann er sich beim Springen vom 6. auf den 5. Rang verbessern und auch beim Skirollen kann er sich einen guten 4. Platz sichern. Wir gratulieren allen Nachwuchssportlern zu diesen tollen Ergebnissen!



So sehen Sieger aus: Sigrun Kleinrath und Nikolaus Mair. | FOTO: Mair

Neuer Landestrainer

Daniel Keil ist der neue OÖ Landestrainer der Sparte Sprunglauf und Nordische Kombination. Der junge Bad Ischler folgt dem bisherigen Coach Walter Cogoli, der nach vier Jahren in diesem Amt nun wieder von OÖ zurück in seine italienische Heimat kehrt.

Die Nachbesetzung kommt nicht allzu überraschend und ist, angesichts des hervorragenden Engagements des neuen Landestrainers, nicht allzu schwergefallen. So hat sich Keil bereits in der Vergangenheit durch seinen großen Einsatz als Team-

chef beim NordicSkiteam Salzkammergut hervor getan. Dort wird seine tolle Leitung durch etliche Podestplätze und einem 3. Rang in der Team-Wertung bei der Kinderverschanzentournee bestätigt. Mediales Interesse erhält er durch seine Trainertätigkeit für den belgischen Skispringer Jeno Farinon. So gelingt es ihm, den Skisprung-Anfänger in nur 10 Tagen zum belgischen Rekord (37m) zu verhelfen. Keil ist selbst noch aktiv und kann schon einige Erfolge verbuchen, u.a. den WM-Titel (Nordische Kombi) bei der letzten Master-WM in Seefeld sowie den Vize-WM-Titel im Springen.



Der neue OÖ Landestrainer ist selbst noch erfolgreich aktiv. | FOTO: NTS Salzkammergut



Fit bleiben mit „Bewegt im Park“

Dieses Projekt bietet zahlreiche kostenlose Bewegungskurse in öffentlichen Parkanlagen und ist absolut unverbindlich. Auch in Oberösterreich bieten ASVÖ Vereine dieses Programm zum Mitmachen an.

Ganz gleich, um welche Sportart es sich handelt – ob nun Yoga, Fußball, Tai-Chi oder Tanzen – bei den über 500 Kursangeboten von „Bewegt im Park“ ist für jeden Bewegungsfan etwas Passendes dabei. Völlig egal, wie alt oder jung, klein oder groß, erfahren oder unerfahren man ist, jeder, der an diesem Programm interessiert ist und daran teilnehmen möchte, ist herzlich dazu eingeladen. Die Teilnahme, und das ist ein ganz besonderer Bonus, ist kostenlos und absolut unverbindlich. Denn: Finanziert wird das im Sommer 2016 ins Leben gerufene und seither praktizierte Projekt vom Dachverband der Sozialversicherungsträger und dem Sportministerium in Kooperation mit dem ASVÖ und den beiden anderen SPORT-Dachverbänden.

In seiner nun bereits fünften Saison ist „Bewegt im Park“ heuer erstmals in ganz Österreich vertreten, da nun auch Vorarlberg mit an Bord ist. Wie bereits in den vergangenen Jahren laden im Zeitraum vom 22. Juni bis 15. September zwischen sieben Uhr morgens und acht Uhr abends viele professionelle Trainerinnen und Trainer der teilnehmenden ASVÖ Vereine zu abwechslungsreichen, gratis Bewegungskursen im Freien. Teilnehmende Vereine sind der TuS Kremsmünster, der Shaolin Tempel Steyr, der Skiclub Ampflwang und der Turnverein Micheldorf 1921. Neben reichlich körperlicher Fitness, vielen wertvollen Tipps in Bezug auf langfristige Gesundheit, kommt dabei selbstverständlich der Spaß- und Funfaktor nicht zu kurz.

FREUDE AN DER BEWEGUNG

Vor vier Jahren wurde das Projekt ins Leben gerufen und erfreut sich seitdem an immer größerer Beliebtheit. Einen sichthaltigen Beweis für die hohe Popularität liefern externe Umfragen durch die Med. Universität Wien, aus denen ersichtlich ist, dass in puncto Teilnehmerzufriedenheit 99 Prozent der Kurse bis dato mit einem „Sehr gut“ bewertet wurden. Pro Treffen nehmen im Durchschnitt elf Personen teil, wobei sich die Altersverteilung die Wage hält.

Als hilfreiche und wertvolle Sache hat sich diese Initiative auch während des Corona-Lockdowns bewährt. Hier helfen die „Bewegt im Park“-Kurse unter Einhaltung der jeweils aktuellen Corona-Regelungen ebenfalls dabei, die Fitness und das Körpergefühl eines jeden Teilnehmenden zu verbessern und dem Gefühl der Isolation vorzubeugen.

Ein weiteres nicht zu unterschätzendes Plus ist, dass man unzählige Sportarten kennenlernen, ausprobieren und auf diese Weise vielleicht die eine oder andere neue Lieblingssportart entdecken kann, zur Freude der vielen ASVÖ Vereine, welche in Oberösterreich mit zahlreichen, unterschiedlichen Sportarten punkten.

Als ein Beispiel können hier etwa Programme des ASVÖ Shaolin Tempel Steyr angeführt werden, der diesen Sommer mit „Shaolin FIT“ (speziell für ältere Personen sowie Menschen mit Übergewicht und körperlicher Einschränkungen geeignet), „Taiji im Park“ und „Sha-

olin Kung Fu im Park“ im Schlosspark Steyr für ordentlich sportliche Abwechslung gesorgt hat. Der Fokus liegt hier auf ganzheitlichem Training, welches einerseits die Gelenke schont und andererseits einen bewussteren Umgang mit dem Körper propagiert.

Das Ziel ist, den Körper und Geist zu entspannen, zu erfahren, was bewegungstechnisch möglich oder gar erweiterbar ist, Ausgeglichenheit zu finden sowie Selbstvertrauen zu gewinnen. Mit „Aktiv im Sommer“ verfolgt der TuS Kremsmünster eine ähnliche Philosophie. Er bietet ein vielseitiges und gesundheitsorientiertes Fitnessprogramm in der Natur zur Verbesserung der Kraft, Beweglichkeit sowie Ausdauer.

GRATIS, ABER NICHT UMSONST

„Bewegung an der frischen Luft schaffe mehr Immunität. Man müsse nicht nur eine Pandemie bekämpfen, sondern auch eine Seuche, die Bewegungsarmut. Denn diese führe zu Krankheiten, der wir entgegenwirken könnten, wenn wir uns in der frischen Luft bewegen würden,“ ist ASVÖ-Oberösterreich Chef Peter Reichl überzeugt.

Diese Aussage können wir alle nur bekräftigen. Regelmäßige Bewegung, vor allem in der Natur, ist daher wichtig, um gesund und fit zu bleiben.

Denn sie bringt nicht nur den Stoffwechsel in Schwung, es wird auch überschüssiges Körperfett verbrannt und so gegen Krankheiten wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Beschwerden und Problemen mit

dem Gelenks- und Bewegungsapparat effektiv vorgebeugt.

Das abwechslungsreiche „Bewegt im Park“-Programm werden in Oberösterreich von folgenden ASVÖ Vereinen angeboten:

- **TUS Kremsmünster**
Kremsegger Straße 42, 4550 Kremsmünster
- **Shaolin Tempel Steyr**
Dammberggasse 2, 4400 Steyr
- **SV Grün-Weiß Micheldorf**
Ziehbergstraße 9, 4563 Micheldorf
- **SC Ampflwang**
Schachen 48, 4843 Schachen
- **Turnverein Enns**
Weyermayrgutstraße 8, 4470 Enns

Alle ASVÖ Vereine, die auch bei dieser einzigartigen Initiative „Bewegt im Park“ dabei sein wollen, sind herzlich zum Mitmachen eingeladen. Das Projekt findet – bei jedem Wetter – immer in den Sommermonaten (Juni bis September) am gleichen Wochentag zur selben Uhrzeit statt. Sämtliche Bundesländerprogramme sind auf <https://www.bewegt-im-park.at> einseh- und abrufbar.

Informationen zum Projekt gibt's bei Norbert Hofer und Maria Flecker unter 0732 6014600.



„A bisserl die Natur genießen“

Österreichs Landschaftsparadies lässt bei vielen Naturliebhabern das Herz hochschlagen. Geht es aber um den respektvollen Umgang mit der Natur, herrscht stellenweise massiver Nachholbedarf.

„Land der Berge, Land am Strome“, heißt es zu Recht in der österreichischen Bundeshymne. Denn die kleine Alpenrepublik steht in Sache paradiesischer Naturwunder in keinerlei Weise anderen Regionen dieser Welt nach. Herr und Frau Österreicher können stolz auf dieses Land sein.

Die Natur hält in ihrer Vielfalt nahezu alles bereit, was unser aller Herz höher schlagen lässt: Für Wassersportliebhaber gibt es eine große Anzahl an wunderschönen Bade- und idyllischen Bergseen mit einer top Wasserqualität. Radfahrern, Wanderern, Bergsteigern sowie sonstigen Alpinbegeisterten bieten unsere malerischen Almen, Berge sowie Täler ein breites Spektrum an Einzigartigkeit und Schönheit. Das ist nicht nur den Einheimischen bekannt, sondern auch den zahlreichen Touristen, die Jahr für Jahr in unser schönes Land kommen, um ihren wohlverdienten Urlaub zu genießen.

KEINE KONDI, KEINEN PLAN

Es ist natürlich überaus erfreulich, dass Menschen gerne ihre Zeit in der freien Natur verbringen und auf diese Weise ihren Bewegungsapparat beweglich und fit halten. Doch kann dieser Umstand leider negative Einflüsse auf die Flora und Fauna haben. Lokaler Übertourismus sowie diverse Mikrotrends im Bergsport (z.B. starker Zuwachs an Mountainbike-Trails und Klettersteige) stellt die freiwilligen Einsatzkräfte der Bergrettung immer wieder vor neue Herausforderungen. Wurden diese früher mehrheitlich an Wochenenden zu Einsätzen geru-

fen, stehen heutzutage während der Urlaubs- und Ferienzeit tägliche Einsätze auf dem Programm. Gestiegen ist die Anzahl an Notrufen aber auch in anderen Outdoor-Bereichen, wie z. B. beim Bergwandern. Gravierende Probleme sind dabei nicht immer die rudimentäre Ausrüstung, sondern vielmehr die fehlende Kondition, Trittsicherheit, Tourenplanung sowie Falscheinschätzung der eigenen Leistungsgrenzen. Die Folge: Leichte Unfälle mit kleinen Blessuren sowie Erschöpfungs- und Übermüdungszustände, die ein Weiterkommen ohne fremde Hilfe verhindern.

ALPEN LITTERING UND PARTYWUT

Keine Frage, Aktivitäten in der Natur sind der neue „sexy“ Trend geworden. Massive Schattenseiten dieser Entwicklung zeigen sich jetzt bereits auf einer anderen, noch komplett unbekanntem, Ebene. Neu sind nun die illegalen, in die unberührte Natur, ausgelagerten Partyevents, die neben Müllansammlungen auch zu vermehrter Lärmbelästigung für die heimische Fauna wird. Solche Vorfälle zeigen deutlich, dass es vielen „Naturliebhabern“ am Respekt gegenüber der Umwelt fehlt.

Das Müllproblem z. B. verschärft sich durch das sehr im Trend liegende Bergwandern. Alles, was so mancher Wanderer nicht mehr braucht, wird achtlos in den Bergen oder Wäldern zurückgelassen, so die Kritik des Alpenvereins, für den die Beseitigung des Abfalls überaus aufwendig ist. Wenige denken im Moment noch an die unmittelbaren Auswirkungen auf Natur und Tier. Be-

gonnen bei der Bananenschale über Babywindeln bis hin zur Glasflasche findet man dabei nahezu alles – vereinzelt sogar und das ist kaum zu glauben ein Möbelstück wie bspw. eine Couch (!) - als Relikt einer illegalen Partynacht. Vielen ist gar nicht bewusst, wie lange es braucht, bis der geworfene Müll verrottet. So dauert es z.B. bei Bananen- und Orangenschalen bis zu 3 Jahre; bei Papiertaschentüchern und Kaugummi kann es bis zu 5 Jahre dauern; bei Zigarettenstummel, die zugleich eine Brandgefahr darstellen, sind es 7 Jahre und bei Plastikmüll oder Glas liegt die Zeitspanne sogar bei mehreren Jahrhunderten. Ganz zu schweigen von den schädlichen Chemikalien und Schwermetallen, die dadurch in den ökologischen Kreislauf gelangen.

Damit aber leider noch immer nicht genug: Gegenwärtig scheint es auch zum guten Ton zu gehören, illegale Outdoor Partyevents zu organisieren, wie erst kürzlich in der Sillschlucht bei Innsbruck. Aufgewartet wurde bei diesem Rave-Spektakel u.a. mit einer aufgebauten Schankanlage, einer generatorbetriebenen Soundanlage, einer Pyrotechnik-Show zwischen den Bäumen und zwei Dancefloors. Schon der Weg mit all diesen Geräten dorthin erweist sich als höchst abenteuerlich: über die Geleise der Brennerbahn, durch den Wald und den teils reißerischen Gletscherfluss.

Und dieser Aufwand nur, damit es uns „Naturliebhabern“ an keinen Partyannehmlichkeiten fehlt. Wen interessiert

da noch Mutter Natur!? Dass dadurch Waldboden bzw. Bäume beschädigt oder gar zerstört werden, erscheint als nebensächlich. Ebenso das „Dröhnen“ der Bassteine, bei denen es nicht nur dem Kuckuck wortwörtlich „den Vogel raushaut“, während er verzweifelt versucht, durch die massiven Vibrationen nicht vom Baum zu kippen. Apropos

6 wichtige Wander- und Tourenregeln

- **Selbsteinschätzung:** Schätze dein Können, deine Kräfte sowie jener deiner Begleiter (insbes. Kinder) ehrlich ein!
- **Tourenplanung:** Plane deine Tour sorgfältig und kalkuliere Alternativen ein. Informiere jemanden über deinen Tourenstrecke sowie die geplante Rückkehr!
- **Ausrüstung:** Passe diese der Witterung, der Dauer, Art und Schwierigkeit der Tour an! (Notfallausrüstung und Orientierungsmittel nicht vergessen!)
- **Verpflegung:** Gehaltvolle Nahrung einpacken, regelmäßige Pausen einlegen und ausreichend trinken. Müll NICHT zurücklassen, sondern mitnehmen!
- **Wettereinschätzung:** Stets Informationen über die Wetterlage einholen!
- **Tempo:** Das Tempo orientiert sich immer am schwächsten Mitglied einer Gruppe!

Tiere: Im Umgang mit diesen haben einigen unserer Mitmenschen so gar keinen Respekt vor den Vierbeinern und warten mit sehr fragwürdigen Ambitionen auf: Etwa mit einer kürzlich noch sehr populären, Gott sei Dank inzwischen verbotenen „Scaring Cow Challenge“, in welcher Kühe oder andere Tiere absichtlich in Panik versetzt werden, indem breitbeinig und mit emporgestreckten Händen vor ihrer Nase herumgetanzt wird. Ein sehr gefährliches Verhalten im Umgang mit dem Weidevieh auf den Almen. Denn hier passieren aufgrund von Fehlverhalten und Unkenntnis seitens der Natursportler immer wieder tragische Unfälle. Um die Schönheit der Natur auch weiterhin zu bewahren, muss sich vor allem unser Umweltbewusstsein ändern. Verpackung für Jause und Getränke sollte vermieden werden, stattdessen einfach wiederverwendbare Verpackungen verwenden, z.B. wiederbefüllbare Flaschen statt Einweg-Flaschen oder Dosen, Tupperbox statt Plastiksackerl.

Und wer das nicht hat, soll ganz einfach seinen auf der Tour entstehenden Müll wieder mit nach Hause nehmen oder korrekt im Tal entsorgen. Oberste Priorität hat neben dem Müllproblem auch der richtige Umgang mit dem Weidevieh und mit allen lebenden (Wild-)Tieren. Werden dabei diese einfachen Regeln befolgt, steht einer genussvollen Outdoor-Tätigkeit nichts mehr im Weg!

10 Verhaltensregeln für den Umgang mit Weidevieh



Kontakt zum Weidevieh vermeiden, Tiere nicht füttern und sicheren Abstand halten!



Begegnen Sie den hier arbeitenden Menschen, der Natur und den Tieren mit Respekt!



Ruhig verhalten, Weidevieh nicht erschrecken!



Wenn Weidevieh den Weg versperrt, mit möglichst großem Abstand umgehen!



Mutterkühe beschützen ihre Kälber, Begegnung von Mutterkühen und Hunden vermeiden!



Bei Herannahen von Weidevieh: Ruhig bleiben, nicht den Rücken zukehren, den Tieren ausweichen!



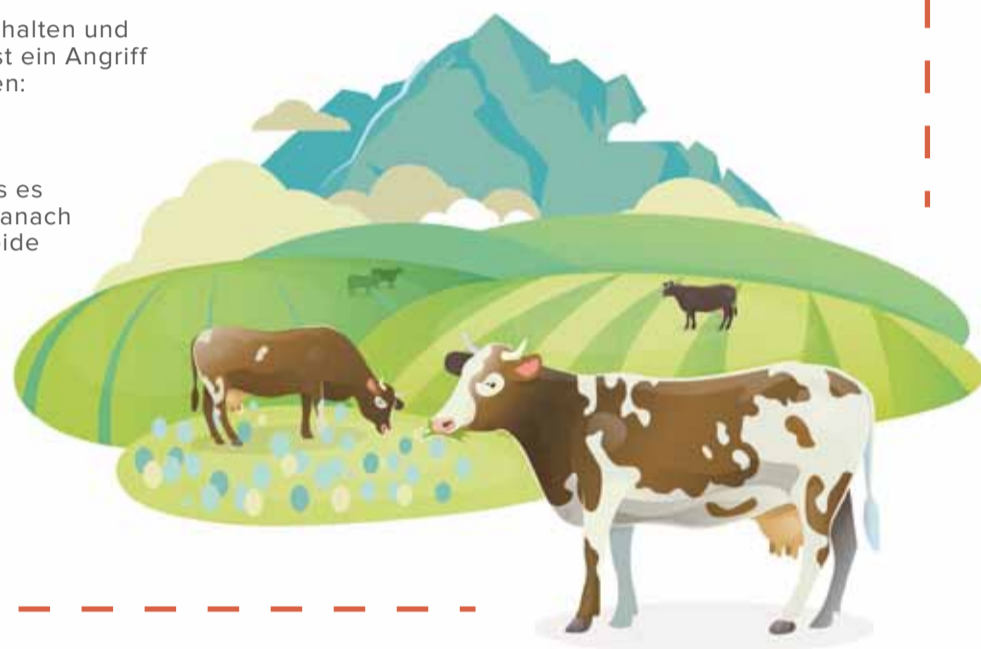
Hunde immer unter Kontrolle halten und an der kurzen Leine führen. Ist ein Angriff durch ein Weidetier abzusehen: Sofort ableinen!



Zäune sind zu beachten! Falls es ein Tor gibt, dieses nutzen, danach wieder gut schließen und Weide zügig queren.



Wanderwege auf Almen und Weiden nicht verlassen!



European Championships 2020 im Segeln

Am Attersee wird in drei olympischen Bootsklassen um den EM-Titel gesegelt.

Vom 26. September bis 4. Oktober finden am Attersee die Segelmeisterschaften in den Klassen 49er FX, 49er und Narca 17 statt. Ausgetragen wird der Event vom Union-Yacht-Club Attersee, der es schafft, diese Veranstaltung in nur drei Monaten auf die Beine zu stellen, obwohl es im Regelfall bei einer Veranstaltung in solch einer Größenordnung eigentlich zwei bis drei Jahre benötigt. Nach anfänglichen Unsicherheiten kann dann Dank der Unterstützung des Tourismusverbands Attersee Attergau, der Gemeinde Attersee, den Zuschüssen von Bund und Land sowie der Zurverfügungstellung der Flächen des Häuplhofs durch den Eigentümer Franz Häupl alles bestens umgesetzt werden. Und so können gleich drei olympischen Bootsklassen mit weit über 300 Bewerbern ihre Titelkämpfe erstmals in Österreich abhalten.

Hoherfreut über diese Premiere zeigen sich auch die Athletinnen und Athleten. „Ich bin noch nie solch ein großes Event bei uns in Österreich gesegelt. [...] Selber habe ich gute Erinnerungen an den Attersee, da ich dort 2010 die Staatsmeisterschaft im 420er gewinnen konnte.“, so etwa Tanja Frank, die, neben Laura Schoefegger und Elsa Lovreck, gemeinsam mit Lorena Abicht in der Kategorie 49erFX angetreten ist. Doch auch in den weiteren Klassen ist der Österreichische Segel-Verband mit Benjamin Bildstein und

David Hussl in der Kategorie 49er, Thomas Zajac und Barbara Matz sowie den Youngsters Laura Farese und Matthäus Zöchling in der Kategorie Nacra 17 würdig vertreten. Gesegelt wird mit drei verschiedenen Wettfahrtleitern auf drei Regatta-Bahnen, die zwischen Schörfling und Attersee am See aufgeteilt werden. Aus Sicherheitsgründen werden auch die 49er und 49erFX in zwei Gruppen aufgeteilt.

DIE SCHLACHT UM DIE EUROPAMEISTERSCHAFT

In der Kategorie Narca 17 werden zwar die Ziele der Österreicher nicht ganz erreicht, was jedoch die Leistungen unserer Seglerinnen und Segler keinesfalls schmälert. So erreichen Thomas Zajac und Barbara Matz im Abschlussklassemente den 19. Platz. Etwas besser ergeht es Laura Farese und Matthäus Zöchling, die sich über den 17. Rang freuen dürfen.

Bei der 49erFX-Klasse können Laura Schoefegger und Elsa Lovrek in der Gesamtwertung die EM mit dem 11. Rang beenden. Das bereits für Olympia qualifizierte Team Tanja Frank/ Lorena Abicht ersegelt sich den 23. Gesamtrang.

Einen krönenden Abschluss liefert das Duo vom Yacht Club Bregenz, das bis zum Schluss die Chance auf den Gesamtsieg hatte. Den Sieg verhindert leider ein zuvor ins

Wasser gefallener Gennacker des irischen Teams. „Wir konnten nicht mehr rechtzeitig ausweichen und sind gekentert.“, so Hussl. Es wird letztendlich Silber, worüber die Freude gleichsam überaus groß ist.

Ursprünglich hätte die EM schon im Mai am Gardasee stattfinden sollen. Wegen der Corona-Pandemie wurde sie aber dann doch für diesen Zeitraum abgesagt und eine neue Bewerbung ausgeschrieben. Den Zuschlag erhielt schließlich der Union-Yacht-Club Attersee. Trotz der großen damit verbundenen Herausforderungen zeigt sich UYCA-Präsident Michael Farthofer über diesen Entschluss hoherfreut. „Der Union-Yacht-Club

Attersee ist stolz, gemeinsam mit den anderen Segelclubs am Attersee dieses Großevent möglich machen zu dürfen. [...] Wir wollen den Segelsport in Österreich und bei uns am Attersee bestmöglich präsentieren und der internationalen Elite gute Meisterschaften bieten.“, so Farthofer. Ein großes Dankeschön richtet sich an die 120 Helfer aus dem UYCA und den Atterseevereinen sowie den UYC-Traunsee, der gleichfalls mit Material und Helfer tatkräftig bei den Vorbereitungen unterstützte.

Schoefegger und Lovrek können in der 49erFX Klasse den 11. Rang holen. | FOTO: Störkle



UPPER AUSTRIA KiteFoil Grand Prix

Connor Bainbridge und Ellie Aldridge können auch im Jahr 2020 ihren EM-Titel am Traunsee verteidigen.

Mit dem UPPER AUSTRIA KiteFoil Grand Prix Traunsee 2020 feiert ein neo-olympisches Format seine Österreich-Premiere im Salzkammergut. Von 15. bis 20. September steigt die erste Formula Kite Mixed Relay European Championship in der Freizeitanlage Rindbach in Ebensee. 19 Teams aus neun Nationen kämpfen an fünf Tagen um den Europameistertitel – bei nahezu perfekten Windbedingungen.

Ist der Wind zum Auftakt der Veranstaltung noch etwas lau, wird er von Tag zu Tag besser, konstanter und sorgt mit 16 Knoten vor allem am abschließenden „Super Sunday“ für reichlich Action. An diesem Tag werden zunächst in zwei Semifinali die beiden weiteren Teilnehmer für die neu konzipierte Medal-Series der Top-4 selektiert. Dem spanischen Duo Alejandro Climent Hernandez und Gisela Pulido Borrell gelingt eine fantastische Aufholjagd. Den Aufstieg ins Finale schaffen auch die parallel souverän fahrenden Briten Guy Bridge und Katie Dabson. Durch konstante Leistungen in der Qualifying- und späteren Final-Series – beide Phasen werden von Mittwoch bis Samstag absolviert – hat sich mit dem Doppelpack Connor Bainbridge und Ellie Aldridge ein weiteres britisches Team sowie das deutsche Duo Florian Gruber und Leonie Meyer für den Showdown qualifiziert.

BAINBRIDGE/ALDRIDGE MACHEN IM ERSTEN RENNEN DER MEDAL-SERIES DEN SACK ZU

Spannung verspricht die Medal-Series bereits im Vorfeld – das Team, das zuerst drei Siege erreicht, gewinnt Gold, wobei die beiden besten Teams aus der Goldflotte zwei bzw. einen Race-Win als Bonus mitnehmen. Und diesen Vorteil nutzen Connor Bainbridge und Ellie Aldridge auch prompt aus, und beweisen dabei zugleich ihr Können: Florian Gruber übergibt zunächst die deutsche Führung an Leonie Meyer, knapp dahinter liegt auch Ellie Aldridge. Die Entscheidung fällt etwa zu Mitte des Rennens: Leonie Meyer verpasst die Layline knapp und lässt so etliche Meter liegen. Ellie Aldridge schiebt sich vorbei und fährt einen ungefährdeten Sieg ein, womit sich die beiden – den Matchball ideal umgesetzt – nach 2019 erneut nach einem gleichwohl aufregenden Rennen zum Europameister krönen. „Wir sind in dieser Regatta von Tag zu Tag besser geworden. Es war ein unglaublich spannendes Rennen in den Medal-Series. Ich habe einen super Job gemacht und Ellie einen noch besseren. Dieser Sieg ist einfach großartig“, fasst Connor Bainbridge zusammen.

Aufgrund des aus der Goldflotte mitgenommenen Race-Wins behalten die

beiden Deutschen Rang zwei und erobern damit Silber. Guy Bridge und Katie Dabson fahren im einzigen Rennen der Medal-Series als Zweite durchs Ziel und komplettierten damit das Podium.

KITE-FREESTYLE-BEWERB BEI GRANDIOSEN BEDINGUNGEN

Nachdem die Kite-Freestyler am Samstag zu wenig Wind hat, sind 16 Knoten am Sonntag ausreichend – und sorgen für eine spektakuläre Competition. Bei den Damen geht der Sieg mit Merle Mönster nach Deutschland. Bei den Herren dominiert einmal mehr Lokalmatador Stefan

Spießberger, der die besten Wertungen für seine Sprünge erhält.

FORTSETZUNG 2021 GARANTIERT

Das Lakeventure soll es am Traunsee auch im Jahr 2021 geben – und dann wieder mit den besten KiteFoilern der Welt. Der bereits für heuer geplante World-Tour-Stop ist auch für den kommenden Sommer vorgesehen. Sollte sich bis dahin die Covid-19-Lage entspannt haben, werden auch wieder publikumsnahe Sideevents für Groß und Klein organisiert.

Freestyle-Action bei grandiosen Bedingungen am Traunsee. | FOTO: Schwarz



ASVÖ Bundestrophy 2020 in Stadl Paura

Ein Wochenende voller Highlights und Dressursport vom Feinsten, dafür steht das Pferdezentrum Stadl-Paura.

Am Wochenende des 14. bis 16. August 2020 zeigen Reiter und Pferd bei der ASVÖ Bundestrophy 2020 Dressursport vom Feinsten mit viel Ausdauer und Nervenstärke. Als Austragungsplätze dienen für das topbesetzte und sehr gut besuchte Dressurturnier der Kategorie CDN-A* CDN-B der Europlatz sowie die Waldarena.

Während am Samstag der Startschuss für die Medaillenvergabe fällt, stehen am Sonntag die entscheidenden Bewerbe

an. In der Mannschaftswertung treten insgesamt zehn Mannschaften aus vier Bundesländern an und kämpfen um die Titel und Schärpen. Platz 1 geht dabei an die Steiermark. Die Silbermedaille sichert sich das Team Oberösterreich, bestehend aus Jenny Hel, Kevin Lind, Simone Mair und Marlies Länger. Der 3. Platz geht an Vorarlberg. Reichlich Medaillenregen gibt es aber auch in den Einzelbewerben. So sichert sich den 1. Platz in der R4-Kategorie Corinna Gebhard (Stmk), gefolgt von Jeannette

Lechner-Gebhard (ebenfalls Stmk). Der 3. Platz geht an die Oberösterreicherin Magdalena Baumgartinger. Weiter geht's in der Rubrik R3, wo leider kein Stockerlplatz an Oberösterreich geht. Auch in der R2-Sparte können sich die heimischen Reiter bedauerlicherweise keine Medaille sichern. Unter den R1-Reitern können die Clubreiter des Pferdezentriums Stadl Paura brillieren. Die Stadlinger Bereiterin Simone Mair (OÖ) holt sich auf Ihrem Lipizzaner Wallach Siglavby Superba den 3. Platz. Den 1.

Platz in der Kategorie der Pony-Reiter nimmt Sandrina Kirchmann (Vbg) mit nach Hause.

Ein großer Dank gebührt an dieser Stelle der ASVÖ OÖ Landesfachwirtin Sissy Eichlberger, die wieder eine Top-Pferdesportveranstaltung auf die Beine gestellt hat, sowie den vielen freiwilligen HelferInnen, FunktionärInnen und RichterInnen, ohne deren Hilfe eine Veranstaltung dieser Größenordnung nicht möglich wäre.



Die Stadlinger Bereiterin Simone Mair auf ihrem Lipizzaner Wallach Siglavby Superba. | FOTO: TEAM myrtill



Kevin Lind aus dem Team Oberösterreich. | FOTO: TEAM myrtill



Danke für 15 großartige Jahre

Nach eineinhalb erfolgreichen Dekaden übergibt der Grandseigneur Präsident Siegfried Robatscher an seinen Nachfolger.

Seit 2005 steht Siegfried Robatscher als Präsident dem ASVÖ-Bundesverband vor. Nach 15 intensiven und überaus erfolgreichen Jahren soll nun aber Schluss sein. Natürlich ist Wehmut mit dabei, vor allem auf Seiten des Allgemeinen Sportverbandes Österreichs, dessen Anzahl an Mitgliedsvereinen sich inzwischen schon auf 5.450 beraumt und die das scheidende Oberhaupt - oder treffender formuliert, den allseits verlässlichen und zielstrebigem Leader - stets mit viel Augenmerk und Effizienz optimal unterstützt hat. So ist es Robatscher während seiner Amtszeit mit viel Verhandlungsgeschick und Hartnäckigkeit gelungen, die finanzielle Basis für die Verbandsarbeit massiv zu stärken. Sein Blick aufs Wesentliche blieb dabei fortwährend klar und ungetrübt: Gemeint sind damit etwa die Förderung des Vereinssportes, die Entwicklung des Gesundheitssports sowie der Impuls und Anspruch, Zukunftsvisionen mit Mut umzusetzen. Zentrale Punkte, die dem gleichsam sportbegeisterten Herrn alter Schule von Anfang an bedingungslos am Herzen liegen. Doch nicht nur das! Während Robatschers-Ära wurde das Ausbildungswesen im Breiten- und Gesundheitssport stark ausgebaut und die Vereinsentwicklung verstärkt in den Fokus gerückt. Bei

diesem großen Engagement ist es nicht verwunderlich, dass die letzten Jahre des ASVÖ zu den mit Abstand erfolgreichsten gehören und diesen damit zum mitgliederstärksten SPORT-Dachverband im Lande gemacht haben.

Begonnen hat Robatschers ASVÖ Karriere anfangs noch relativ überschaubar, aber ebenfalls schon mit viel Herz und Eifer, und zwar als Funktionäre beim Judoclub Straßham in Oberösterreich. Mitte der 1990er-Jahre wird er schließlich in den Vorstand des ASVÖ Oberösterreich

gewählt und acht Jahre später, 1998, nimmt durch das einstimmige Wahlergebnis seine Präsidentschaftskarriere auch schon seinen Lauf. Aufgrund seiner hervorragenden Arbeit wurde er nicht nur gleich zweimal wiedergewählt, sondern 2003 vom damaligen Landeshauptmann und Sportreferenten Dr. Josef Pühringer auch zum Konsulenten für das oberösterreichische Sportwesen ernannt.

Aus den anfänglich prognostizierten „paar Sitzungen“ erwachsen im Laufe der Jahre immer mehr Verpflichtungen, sowohl beim

ASVÖ, ÖOC, ÖPC, Sport Austria (vormals Bundessportorganisation) und bei diversen anderen Institutionen und Trägerorganisationen. Auch in puncto Verhandlungen zu den Bundessportförderungsgesetzen war sein Mitwirken gefragt. Der gebürtige Tiroler ist einer der treibenden Kräfte gewesen, wenn es etwa um die Installierung der FIT FÜR ÖSTERREICH-Initiative für den Gesundheitssport im Jahr 2006 geht oder die Gründung der FIT SPORT AUSTRIA anno 2013, die gleich ein Jahr später ihre Tätigkeit aufgenommen hat.



Der Vorstand des ASVÖ bedankt sich bei Sigi Robatscher für seinen unermüdlichen Einsatz für den Sport in Österreich und gratuliert Christian Purrer zur Präsidentschaft. | FOTO: Kaplan

Nach eineinhalb Jahrzehnten übergibt Robatscher nun den überparteilichen und unabhängigen SPORT-Dachverband, der mit schlanken Strukturen höchst effizient arbeitet, an seinen Nachfolger Dipl.-Ing. Christian Purrer.

Siegfried Robatschers Verdienste für den Verband, die nicht zuletzt mit der Verleihung der Ehrenpräsidentschaft des ASVÖ gewürdigt wurden, bleiben aber zweifellos unvergessen. Somit möchten wir an dieser Stelle nochmals die Gelegenheit nutzen, um unseren großen Dank für die allseits hervorragende und ganz besondere Zusammenarbeit auszusprechen.

EINIGE MEILENSTEINE SIEGFRIED ROBATSCHERS



Schachbezirksmeister

Trotz Corona-Pandemie können auch heuer im September die Innviertler Meisterschaft und die Schäringer Bezirksmeisterschaft im Schach in Taufkirchen an der Pram stattfinden. Die Sorgen und Bedenken bezüglich der Einhaltung aller Sicherheitsauflagen erweisen sich bis zuletzt als große Herausforderung. Mussten doch in einem Ausnahmejahr wie diesem, schon zahlreiche Veranstaltungen abgesagt werden. In diesem Fall ist es allerdings sehr zur Freude aller Beteiligten geglückt, die ohnehin schon heiß ersehnten Meisterschaften durchzu-

führen und an dem für die Spielgemeinschaft Sauwald traditionsreichen Turnier festzuhalten.

Mit von der Partie sind in Summe 34 Teilnehmer, was der Teilnehmerobergrenze und damit einer idealen Besetzung entspricht. Nach fünf spannenden Runden und einem gemütlichen Grillfest am Samstagabend, endet das Turnier schließlich am Sonntag mit einem Sieg von FM Florian Mostbauer. Zum Schäringer Bezirksmeister kürt sich Chulian Neuwerth vom Schachklub Schärding.



v.l.n.r. Bezirksmeister Neuwerth, Vize-Meister Bauer, Mostbauer, Lehner und Hiermann. | FOTO: privat

Richtig Fit mit Bewegung für Körper und Geist

RICHTIG FIT
... für ASVÖ Vereine

„Sich regen bringt Segen“: Jeder Mensch, ob Jünger oder Älter möchte gesund und zufrieden sein Leben genießen können! Motogeragogik ist eine neue Form der Bewegungsarbeit für ältere Menschen. Für diese sind die Bewahrung der körperlichen und geistigen Fitness, gute soziale Kontakte und der möglichst lange Erhalt von Selbstständigkeit von großer Bedeutung. In diesem Workshop werden Angebote aus folgenden Themenkreisen bearbeitet:

- Alltagsmaterialien einmal anders erleben
- Neue Herausforderungen annehmen, z.B. Jonglieren lernen
- Miteinander – Gegeneinander – Füreinander: Kooperative Aufgaben für Gruppen
- Die eigene Kraft spüren
- Gedächtnistraining in Bewegung
- Alte Kinderspiele neu entdecken

Zielgruppe:
ÜbungsleiterInnen, StudentInnen, TrainerInnen, Interessierte

INFOS & ANMELDUNG

WANN: 28. November 2020 / 09:00 bis 16:30 Uhr

WO: Gasthof Haunschmid, Rechberg 15, 4342 Rechberg bei Perg

ANMELDESCHLUSS: 13. November 2020

Nähere Informationen und Anmeldung unter:
www.asvoe.at/ausbildung



FOTO: iStock/kenon

Austria Triathlon Podersdorf

Fast, Hard, Legendary - Radweltbestzeit und neuer Staatsmeister.

Der Austria Triathlon in Podersdorf, der dieses Jahr vom 03. bis 05. September bereits zum 33. Mal ausgetragen wird, ist einer der traditionsreichsten Triathlons in Österreich und gehört fix in den Kalender eines jeden hartgesottenen Sportlers. Demzufolge stellen sich heuer wieder zahlreiche Athletinnen und Athleten mutig den überaus fordernden Disziplinen Schwimmen (3,8 km), Radeln (180 km) und Laufen (42 km). Wegen der flachen Streckenführung gilt die größte Sportveranstaltung des Burgenlands als guter

Boden für schnelle Zeiten, was die aktuelle Ausgabe deutlich erkennen lässt.

So hat sich heuer besonders einer bei der Lang-Distanz Männer hervorgehoben: Michael Weiss (AUT), er übernimmt bereits auf der Radstrecke in der 3. Runde die Führung und erreicht mit einer neuen Split-Zeit von 04:01:00 eine neue Weltbestzeit. Mit über 11 Minuten Vorsprung auf seine Verfolger verpasst er auf der Laufstrecke nur ganz knapp eine weitere Langdistanz-Weltbestzeit.

Schließlich gelingt ihm mit einer sensationellen Gesamtzeit von 07:36:56 ein durchaus phänomenaler Sieg und darf sich nun stolz Staatsmeister 2020 nennen.

Nicht minder spannend geht es bei den Damen zu, die ihren männlichen Kollegen in puncto Leistung in nichts nachstehen. So sichert sich Jaqueline Kalina, die erst das dritte Mal auf der Langdistanz startet, als beste Österreicherin mit einer Gesamtzeit von 09:08:29 einen

hervorragenden 4. Platz. Bei der Halbdistanz konnte mit 03:43:31 ebenfalls ein neuer Streckenrekord aufgestellt werden. Leider befindet sich hier aber kein Österreicher unter den Top 3.

Anders hingegen bei den Damen, wo Simone Kumhofer mit einer Gesamtzeit von 04:16:12 einen sensationellen zweiten Platz einfährt. Damit liegt sie nur ganz knapp hinter Laura Jansen (GER), die sich mit 04:11:45 schließlich zur Siegerin in dieser Disziplin kürt.



3,8 km Schwimmen – 180 km Radeln – 42 km Laufen | FOTO: Jonas



Gewinner Michael Weiss hält die Radweltbestzeit über 180km. | FOTO: Jonas

ASVÖ-King of the Lake feiert 10-jähriges Jubiläum

„Keine Gnade für die Wade“ heißt es auch im Jahr 2020.

Trotz zahlreicher Covid-19 bedingter organisatorischer Änderungen und Einbußen lässt das einzigartige Zeitfahren rund um den Attersee seine Jubiläumsausgabe nicht ins Wasser fallen. Nein, die Veranstaltung wartet heuer sogar noch mit einer weiteren Besonderheit auf. Es ist der einzige ASVÖ-Event, der Dank der großartigen Arbeit der unzähligen freiwilligen Helferinnen und Helfer, einem Großaufgebot von rund 150 Einsatzkräften aus Feuerwehr, Polizei, Rotes Kreuz und 20 Motorrad-Marshalls sowie der vorbildlichen Disziplin aller Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Jahr 2020 stattfindet. Ebenso von Anfang an als Gründungsvater und stets mit voller Unterstützung dabei: der Allgemeine Sportverband Oberösterreich, heuer vertreten durch Vizepräsidenten Konsulent Gerhard Buttinger.

Klar, das runde Jubiläum hat man sich ganz anders vorgestellt, trotzdem wurde das Beste daraus gemacht und auch noch überaus erfolgreich. „Keine Gnade für die Wade“, ist das Motto am 19. September 2020, wenn auch unter noch nie da gewesenen Umständen. 1.395 RadfahrerInnen aus 19 Nationen stellen sich den 47,2 Kilometern rund um den türkisblauen Kammersee. Dabei dürfen natürlich altbekannte Größen aus der

österreichischen und deutschen Zeitfahrerszene nicht fehlen. Angefangen beim Wetter bis hin zu der für den Verkehr gesperrten Strecke rundum den See ist die Veranstaltung mehr als perfekt über die Bühne gegangen. Gekämpft wird um jeden Meter, und selbst bei den Amateuren sorgen die Teilnehmer für ordentlich „Profifeeling“ und sicheres Zeitfahren auf höchstem Niveau. Ein wahrer Adrenalinrausch also, der sich bei diesem Radsportkrimi bemerkbar macht.

Besonders begehrt bei den ambitionierten Top-Athleten und Hobbysportlern: der Titel des „King“ sowie der „Queen of the lake“.

Um Punkt 13:00 Uhr fällt der Startschuss in Schörfling am Attersee, gleich mit einer Premiere: So zeigen beim 10er Mannschaftszeitfahren erstmals 20 Mannschaften, was es heißt, so richtig um den See zu bolzen.

Mit einer Zeit von 1:00:41,25 geht der Sieg an das Team RC Freidberg-Pinggau. Beim 4er-Mannschaftszeitfahren holt sich indes das Team Melasan Sport mit einer Topzeit von 0:58:15,71 den Titel. Last but not least: die Einzelzeitfahren und somit die begehrten Titel zum „King of the lake“ und „Queen of the

lake“. Bei den Damen kürt sich wieder Lisa Brömmel (DE) zur Siegerin. Bei den Herren sieht es zu Beginn ganz nach einem Heimsieg des Atterseers Felix Hermanutz aus. Dieser wird allerdings durch eine gleichfalls tolle Performance von Tobias Häckl (DE) nur ganz knapp vom ersten Platz verdrängt.

Doch auch im Kampf um den Titel des „Elite King“ geht es richtig heiß her. So trennt die ersten drei Starter nur eine Sekunde voneinander. Das Rennen entscheidet, wie bereits im Vorjahr, schließlich Julian Braun (DE) für sich.

„Als Obmann der Atterbiker bin ich stolz, dass wir es als Verein, gemeinsam mit der BH Vöcklabruck, den Attersee-Ge-meinden und den Tourismusverband Attersee-Salzkammergut geschafft haben, diesen Radsport-Event, mit nicht nur enormen Werbe-, sondern in diesem Jahr vielleicht auch Vorbildwirkung, für unsere Region zu organisieren“ zeigt sich Erwin Mayer erfreut. „Wir freuen uns schon auf die Neuauflage am 18. September 2021!“

Zeitfahren auf höchstem Niveau bei der Jubiläumsausgabe. | FOTO: Gärtner



Fest im Sattel in Stadl Paura

Großer Andrang beim ASVÖ Sommerlehrgang Pferdesport.

Vom 3. bis 7. August ergreifen auch dieses Jahr interessierte Pferdesportbegeisterte die Chance, am ASVÖ OÖ Sommerlehrgang „Dressur-, Springreiten, Vielseitigkeit und Working Equitation“ im Pferdezentrum Stadl Paura teilzunehmen. Wie gut dieser Weiterbildungskurs trotz Corona-Auflagen angenommen wird, spiegelt sich in der hohen Anmeldezahl wider. So sind es in diesem Jahr gleich 36 Teilnehmer – so viele wie noch nie – die begeistert bei der Sache sind. Auch wenn sich das Wetter anfangs leider nicht gerade von seiner schönsten

Seite zeigt, gibt's keinerlei Sorge darüber, dass der Lehrgang eventuell „ins Wasser fallen“ könnte. Durch die vielen Ausweichmöglichkeiten aufgrund der Vielzahl an verschiedenen Hallen im Pferdezentrum, bleiben sowohl Reiter als auch Pferde auch an den regnerischen Tagen immer trocken.

Gestartet wird am Montag und Dienstag mit den Disziplinen Dressur und Springen. Am Mittwoch wird – bei inzwischen sonnigem Wetter – dann mit der Sparte „Vielseitigkeit“ fortgesetzt. Diese Kategorie gibt es

erst seit 2019 und erweist sich auch heuer wieder großer Beliebtheit bei den Teilnehmern. Der Donnerstag schließt mit der Turniersdisziplin „Working Equitation“ ab, wo bereits viele Anmeldungen für den Sommerlehrgang 2021 vorgenommen werden. Den wohlverdienten Abschluss bildet der gemeinsame Grillabend, bei dem das Wirtshaus 7er-Stall mit einem hervorragenden Essen und Nachspeisenbuffet beeindruckt.

Die hervorragenden Gastgeberqualitäten des Pferdezentrums Stadl Paura müssen

an dieser Stelle erwähnt werden. Beginnend bei der Einstellung in den Fixboxen, der Rundumversorgung durch das Stallpersonal über die komplette Abwicklung der Plätze bis hin zur ständigen Bereitschaft von Rudi Krippel, ist diese Betreuung wirklich top. Da verwundert es nicht, dass sich die Teilnehmer schon heuer einstimmig eine Wiederholung der Veranstaltung im Jahr 2021 in Stadl Paura wünschen. Ein großes Dankeschön richtet sich selbstverständlich auch an die großartigen Trainerinnen und Trainer der einzelnen Sparten.



Bildunterschrift fehlt. | FOTO: Brandstetter



Bildunterschrift fehlt. | FOTO: Brandstetter



Fit bleiben mit den Fitmachern

Die Gesundheit ist ein wertvolles Gut, bei dem auch Sport eine zentrale Rolle spielt. Dieses Wissen nutzen die „Fitmacher“, indem sie diese beiden Bereiche effektiv auf jeden Einzelnen abstimmen.

„Neun Zehntel unseres Glücks beruhen allein auf der Gesundheit. Mit ihr wird alles eine Quelle des Genusses“. Dies wusste nicht nur Arthur Schoppenhauer, sondern auch das Team der **Fitmacher**. Trotz dieser Erkenntnis ist einem Großteil der Menschen ein regelmäßiger Servicecheck beim Auto, bei technischen High-Tech-Produkten oder bei anderen Dingen des gesellschaftlichen Lebens wichtiger als eine Analyse der körpereigenen Gesundheit und Fitness. Diesen lebenswichtigen Bereich vernachlässigen wir alle sehr gerne.

PROFESSIONELLER WEG ZU MEHR GESUNDHEIT UND VITALITÄT

„Wir können zwar nicht alles beeinflussen, aber wir können mit Eigenverant-

wortung und gezielter, effektiver Vorsorge viel für unseren Körper und unsere Gesundheit tun!“, lautet das Motto des **Fitmacher**-Teams. Das Team setzt sich unter der Leitung von Dr. Matthias Kirchmayr - aus Michael Stadelmann und Thomas Lettner zusammen. **Fitmacher**, wie der Name schon erahnen lässt, bedeutet „fit machen“, und zwar sowohl auf gesundheitlicher, sportlicher und mentaler (geistiger) Ebene. Schon die WHO definiert Gesundheit als einen Zustand „völligen psychischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur [als] das Freisein von Krankheit und Gebrechen.“ Genau das ist da Motto der **Fitmacher**! Menschen wie du und ich, egal welchen Alters oder Geschlecht, ob Antisportler, Hobby-, Breitensportler, Spitzen- oder

Leistungssportler, jeder ist willkommen, um seinen Körper in Schwung zu halten! An oberster Priorität bei den **Fitmachern** steht neben ausreichend Zeit für persönliche Gespräche auch Integrität und Einfühlungsvermögen. Kurzum: **Im Mittelpunkt steht der Mensch**. Garantiert werden eine professionelle ärztliche Untersuchung und Beratung.

WIE SIEHT DER ERSTBESUCH AUS

Der Check für mehr Gesundheit, Vitalität und Fitness umfasst zwei „Stationen“. Bei der ersten erfolgt ein **Anamnese-Erstgespräch**. Es folgt eine **Körperanalyse** (Fett-, Muskel- und Wasseranteil, BMI), **Herz- & Lungenuntersuchung**, ein **Ruhe- sowie Belastungs-EKG** und eine **Blutdruckkontrolle** sowie eine **Abfrage des orthopä-**

dischen Status. Beim zweiten Treffen wird der Befund besprochen und eine **individuelle Ernährungs- und Vitalstoffberatung** durchgeführt. Das Endresultat ist eine speziell nach Bedarf **angepasste Trainingsempfehlung**, die ein ideales Work-out garantiert.

GEWICHTSMANAGEMENT

Ernährung ist das A und O für Gesundheit und Wohlbefinden in unserem Leben, sie ist eigentlich die beste Medizin. Nährstoffe wie Kohlenhydrate, Eiweiße, Fette, Vitamine, Mineralstoffe und Wasser sind für die unterschiedlichen Funktionen in unserem Körper verantwortlich. Sie versorgen diesen jeden Tag mit lebenswichtigen Substanzen, liefern Energie und halten uns gesund und fit.



VITALSTOFFEXPERTE
Thomas Lettner

Zum Erfolgskonzept der „**Fitmacher**“ gehört ebenso das für die allgemeine Gesundheit wichtige „Gewichtsmanagement“, welches sich aus mehreren Bereichen zusammensetzt.

Hierzu zählen etwa die innere Reinigung sowie entsprechende Impulse zur Entlastung des Körpers. Zentrale Punkte stellen weiters die optimierte Versorgung (insbesondere in den Bereichen Nähr-, Vital- und Mikronährstoffe), die langfristige Stabilisierung und Sicherstellung der Vitalstoffversorgung, die Ernährungsstabilisierung und Ernährungsumstellung hin zu einer gesunden und ausgewogenen Ernährung dar. Auf welche Thematik dabei ebenfalls nicht vergessen wird, ist die Bewegung, welche nicht nur regelmäßig, sondern vor allem den individuellen körperlichen Ansprüchen angepasst werden soll.

STELLENWERT DER ERNÄHRUNG

Ernährung nimmt schon vor der Geburt einen wichtigen Bestandteil in unserem Leben ein und stellt bis ins hohe Alter einen wichtigen Grundpfeiler für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden dar. So sind es vor allem Nährstoffe wie Kohlenhydrate, Eiweiße, Fette sowie Vitamine, Mineralstoffe und Wasser, die im Körper viele unterschiedliche Funktionen einnehmen, indem sie dem Körper jeden Tag mit lebenswichtigen Substanzen versorgen, Energie zuführen sowie im Idealfall gesund und fit halten.

Der altbekannte Spruch „Du bist, was du isst!“ kommt daher also nicht von ungefähr und lässt sich zugleich noch um die Phrase „... und du fühlst dich auch so, wie du dich ernährst und versorgst!“ erweitern. Demzufolge ist unser Körper gewissermaßen mit einem Auto vergleichbar, welches

gleichfalls eine gute Wartung, beispielsweise in Form von genügend guten Sprit, Motoröl sowie Bremsflüssigkeit, benötigt, um gut funktionieren zu können. Genauso verhält es sich mit unserem Körper! Auch dieser braucht, um effizient funktionieren zu können sowie gesund zu bleiben, lebensnotwendige und qualitativ hochwertige „Betriebsmittel“.

Ausgehend auf eigenen Erfahrungen, wurde mir schon früh klar, dass es definitiv notwendig ist, in diesem Bereich Eigenverantwortung zu übernehmen. Genauso wichtig ist es aber auch, für die Unterstützung der Gesundheit und für die optimierte Versorgung des Körpers eine wertvolle und effektive Lösung zu haben. Doch benötigt man nicht nur die Entscheidung, sondern gleichsam einen wertvollen Weg, auf dem wir, die „Fitmacher“, Sie gerne unterstützen.



FOTO: Kneen

Die Wikinger des 19. Jahrhunderts

Die „Isle of Man Tourist Trophy“, kurz TT, gilt als das härteste und gefährlichste Motorradrennen der Welt, bei dem das Motto nicht umsonst lautet: „Nicht sterben!“

Bis ans Limit und darüber hinaus“, ist einer der zentralen Gedanken, die einem durch den Kopf schwirren, wenn man als Motorcyclist an der „Isle of Man TT“ mitfährt oder besser gesagt mitrast. Denn diese Veranstaltung zählt nicht umsonst zu den legendärsten und auch gefährlichsten der Welt. Doch muss man sie deswegen gleich auf eine abgeschottete Insel „verbannen“? Die Antwort lautet eindeutig „ja“! Der Grund hierfür ist in der Geschichte zu suchen, in der im weitesten Sinn auch das Wikingervolk eine nicht unwesentliche Rolle spielt. „Wie jetzt?“ – Was haben denn die einstigen Seekrieger mit dem wohl umstrittensten Motorradrennen unserer Zeit und deren Teilnehmer zu tun? Vielleicht, dass es sich in beiden Fällen um harte Hunde handelt, die sich – auf Teufel komm raus – in ihrer Unerschrockenheit in keinerlei Weise beirren lassen? Oberflächlich betrachtet ist dies nicht ganz von der Hand zu weisen, der sprichwörtliche Pudels Kern liegt aber woanders!

Die Anfänge der TT

Die Entstehungsgeschichte und Philosophie der „Isle of Man TT“ erinnert schemenhaft an jene der unbeugsamen Gallier, die sich mit ihrem Mut wacker gegen die politischen Anwandlungen Cäsars erwehren. In diesem konkreten Fall sind es im Jahre 1903 zahlreiche begeisterte Motorradrennsportler, denen die von der britischen Regierung verhängten Tempolimits von 20 Me-

ilen pro Stunde (= rund 32 km/h) so gar nicht schmeckt und denen sie sich anno dazumal gleichfalls zu erwehren versuchen. Dazu muss betont werden, dass organisierte Motorradrennen schon ab den Zeitpunkt der Erfindung des Motorrads, sprich so um 1900, stattgefunden haben, diesen aber durch die Tempo-Limitierungswut des englischen

Staatsapparats immer häufiger ein gesetzlicher Riegel vorgeschoben wurde. Was macht also der findige Motorrad-sportler, der angesichts dieser (Not-) Situation natürlich einen Plan B in petto hat? Ganz einfach, er sucht sich ein gesetzliches Schlupfloch, welches er auf der Isle of Man findet.

Doch weshalb soll dort etwas möglich sein, was im Vereinigten Königreich verboten ist? Liegt doch das 572 km² große Inselchen mit einer Länge von 52 km und einer Breite von 22 km inmitten der Irischen See, genau zwischen Irland und England. An dieser Stelle kommen

nun die Wikinger ins Spiel. Denn vor einem Jahrtausend haben diese die verkehrsgünstig perfekt gelegene Insel als Ausgangspunkt für Plünderfahrten nach Irland und Wales genutzt und dabei ein eigenes Herrschaftsgebiet etabliert, den Tynwald. Ein politisches System, das bis heute gültig ist und in dem die bestehenden Gesetze und

Verkehrsregeln Großbritanniens keine Beachtung finden.

Die ersten Rennen...

Dem Startschuss für das erste Rennen am 28. Mai 1907 war somit nichts mehr entgegenzusetzen. Insgesamt 25 Fahrer haben an dieser Erstaufgaben - auf einen Rundkurs von rund 25 Kilometer - teilgenommen. Doch die damalige „Isle of Man TT“ hat mit der heutigen nur noch sehr wenig gemeinsam. Dies beginnt bei der heute vorgeschriebenen Schutzkleidung, die damals noch optional ist. Weiters sieht es das Reglement vor, einen Werkzeugsatz mitzu-

führen, sowie die Motorräder mit einer gut funktionierenden Auspuffanlage, einem richtigen Sattel, Schutzbleche sowie mit 2-Zoll-Reifen auszustatten. Eine bis heute gebliebene Besonderheit ist der Start. Die Teilnehmer starten seit Anbeginn nicht gemeinsam, sondern zeitversetzt im Sekundentakt. Sieger ist jener Teilnehmer mit der höchsten Durchschnittsgeschwindigkeit und nicht der, der als Erster über die Zielinie fährt.

Übrigens: Der erste Österreich-Sieger bei der „TT“ ist Rupert Hollaus im Jahr 1954. 2010 gewinnen Klaus Klaffenböck und sein einheimischer Beifahrer Daniel Sayle beide Seitenwagenläufe.

Als weiteres kleines Randdetail gilt es zu erwähnen, dass die „TT“ im Laufe ihrer mehr als 100-jährigen Geschichte nur dreimal unterbrochen wird, nämlich zur Zeit des 1. und 2. Weltkrieges sowie aktuell im Jahr 2020 aufgrund der Corona-Pandemie.

Der Snaefell Mountain Course

Seit 1911 gibt es den Snaefell Mountain Course. Bei einer Streckenlänge von 60 Kilometer weist dieser über 200 Kurven auf und ist nach dem höchsten Berg der Insel, dem Snaefell (621m), benannt. Er führt entlang der Küstenpassage, durch die Inselhauptstadt Douglas und in die nahezu unbewohnten Berge im Inselinneren. Mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit von 200 km/h bewegen sich die heutigen Rennfahrer dabei nur auf öffentlichen Straßen, die

„Die Ideallinie nur ein par Zentimeter zu verpassen, kann das Leben kosten.“

für das ca. zwei Wochen andauernde Rennen abgesperrt werden. Dies war nicht immer der Fall. Anfänglich wurden die Straßen nur für die Rennen abgeriegelt, nicht für die Trainings, die in der ersten Woche stattfinden. Dies ändert sich im Jahr 1927, als Archie Birkin bei einem Trainingslauf – damals noch im fließenden Verkehr – tödlich

verunglückt, als er einen Lieferwagen auszuweichen versucht und dabei gegen eine Mauer prallt. Er stirbt noch an der Unfallstelle.

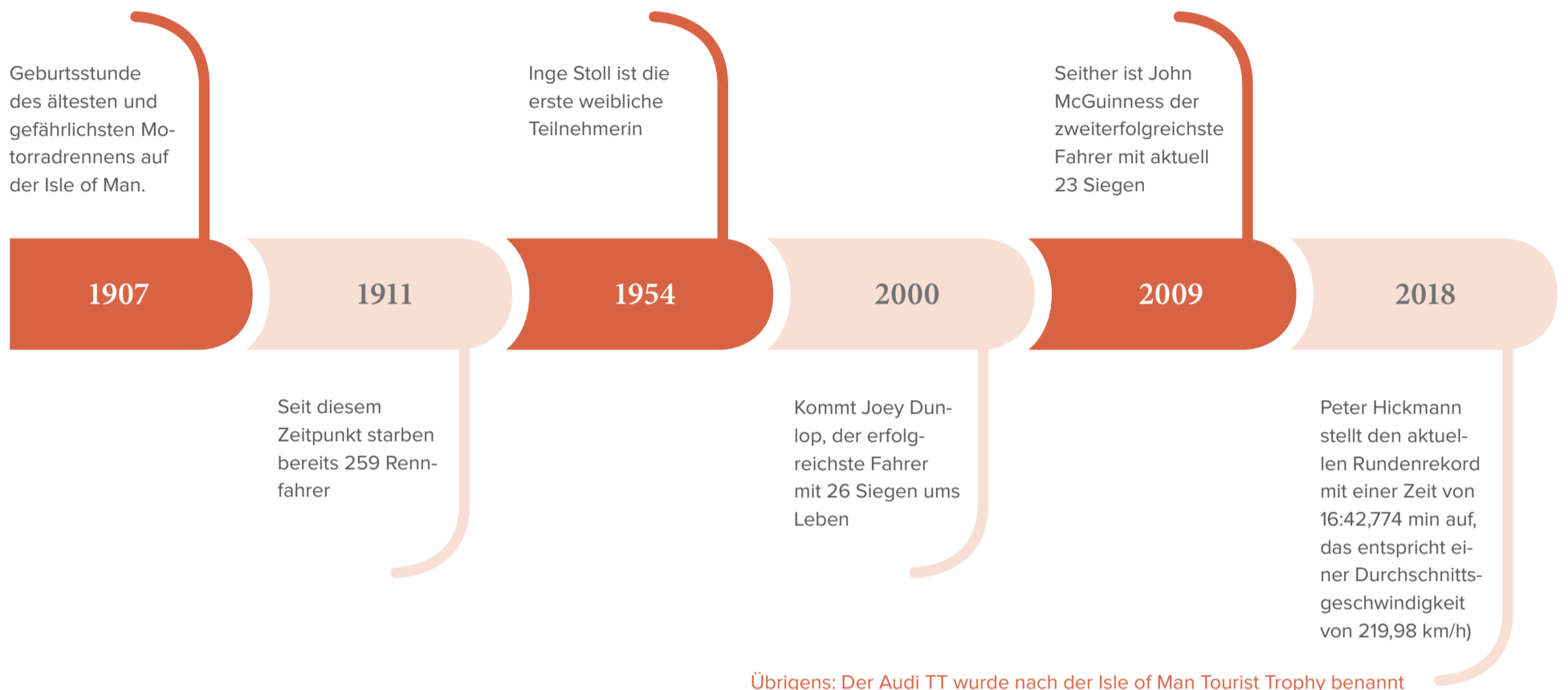
Gevatter Tod lauert überall

Von 1949 bis 1976 wird die „TT“ als Lauf der Motorrad-WM ausgetragen. Dabei kommt es immer wieder zu schweren

Unglücken, was ab 1972 zahlreiche Spitzenfahrer zu einem Boykott der „Isle of Man TT“ bewegt. Die tragischen Ereignisse rund um das Event gehen sogar so weit, dass die FIM (Federation Internationale de Motocyclisme) diese Veranstaltung aus dem WM-Kalender streicht. Obwohl es bis heute Jahr für Jahr zu tödlichen Unfällen kommt, bleibt

dieser Event ein Zuschauermagnet, der jährlich über 40.000 Rennsportfans auf die Insel zieht.

Für alle Teilnehmer gilt damals wie heute der eiserne Grundsatz: Fehler werden nicht verziehen, alles muss passen! Denn: Die Ideallinie nur ein paar Zentimeter zu verpassen, kann das Leben kosten.



Übrigens: Der Audi TT wurde nach der Isle of Man Tourist Trophy benannt

Sport & Spaß beim ASVÖ Kinder-Sportcamp

Das sind die Zutaten für einen Fun-Cocktail für Kinder im Alter von 5 bis 12 Jahren.

Vom 27. bis 31. Juli 2020 findet - trotz der Covid-19 Pandemie - beim ASVÖ Turn- und Sportverein Kremsmünster die erste Auflage des ASVÖ Kinder-Sportcamps unter dem Motto „Zusammen sind wir stark“ statt. 56 Kinder im Alter von fünf bis zwölf Jahren nutzen diese Gelegenheit, unterschiedliche Sportarten und Aktivitäten wie Hindernisparcours, Kooperationsspiele, Wasserschlachten, Sprung- und Wurfübungen von Montag bis Freitag bei strahlendem Sonnenschein in drei altersgerechten Kleingruppen auszuprobieren. Betreut werden

die Kinder von den ASVÖ Bewegungskoches, welche mit Herz und Enthusiasmus dabei sind und den Kindern auf spielerische Art zeigen, dass Sport auch trotz Covid-Auflagen und Regeln viel Spaß macht. Neben Geschicklichkeit, Konzentration und Teamverhalten steht jede Menge Spaß und Freude an der Bewegung in freier Natur im Vordergrund. Das Highlight ist die große Siegerehrung am Freitag, bei der sich die Kinder über tolle Preise wie Olympiamedailen, Trinkflaschen, Jausen-Boxen, T-Shirts und Urkunden freuen. Auch der LT1-Dreh

am Dienstagnachmittag ist für die Kinder eine große Aufregung, da sie einen Blick hinter die Kulissen des Fernsehsenders werfen können. Dabei lernen die Kids den ASVÖ Präsidenten Peter Reichl und den Bürgermeister von Kremsmünster Gerhard Oberberger kennen. Präsident und Bürgermeister sind begeistert von der hohen Qualität des Sportangebots und bedanken sich bei Gerhard Steinkogler, Obmann des ASVÖ Turn- und Sportvereins Kremsmünster, und bei allen Bewegungskoches für die gute Arbeit.

Nach wochenlangem Homeschooling und dem außerordentlichen Schulbetrieb hat das ASVÖ Kinder-Sportcamp trotz Corona-Maßnahmen und unter Einhaltung aller behördlichen Auflagen dazu beigetragen, neue Kontakte und Freundschaften zu schließen, damit Kinderherzen wieder höher schlagen.

Hat auch Ihr Verein Interesse ein ASVÖ Kindersport-Camp zu veranstalten? Dann melden Sie sich unter sportcamp@asvo-sport.at.



Zusammen sind wir stark. | FOTO: Jachs



Sport & Spaß für Kinder von 5 bis 12 Jahren. | FOTO: Flecker



FOTO: ASVÖ

EXKLUSIVER
VERSICHERUNGSSCHUTZ
für unsere Vereine

ASVÖ Versicherungsschutz bei Covid 19

Sich permanent ändernde Verordnungen werfen stets neue Fragen für den laufenden Vereinsbetrieb auf, etwa: Sind Vereine bzw. deren Organe im Falle einer Ansteckung haftbar?

Inzwischen ist uns allen klar, dass das Jahr 2020 nicht nur für jeden einzelnen, sondern vor allem auch für unsere ASVÖ Vereine eine überaus fordernde Zeit geworden ist. Denn aufgrund der unzähligen und sich laufend ändernden Einschränkungen zur Verhinderung der Ausbreitung des SARS-CoV2, werden Vereine vor große organisatorische Herausforderungen gestellt, die nicht nur finanzielle Engpässe, sondern auch Wettbewerbs- und Veranstaltungsabsagen mit sich bringen. Und die Verantwortung der Vereinsfunktionäre ist wieder einmal eine besonders große geworden.

Denn so soll zum einen der Zusammenhalt, die Kameradschaft im Verein sowie der Vereinszweck – die Sportausübung mit all ihren Facetten – weiterhin erhalten bleiben bzw. erfüllt werden, aber auch eine finanzielle Schieflage verhindert werden – trotz geringerer sozialer Kontakte. Doch gerade von Kontakten leben die Sport- und Bewegungsangebote der Vereine. Einerseits bringen Sport und Bewegung viele positive Effekte für das Wohlbefinden und die Gesundheit mit sich, andererseits ist damit aber bei vielen Sportarten auch Körperkontakt notwendig, und eben genau dieser birgt die Gefahr des Infektionsrisikos. Für unsere Vereine eine wahrlich schwierige Aufgabe!

Natürlich wurden im Laufe der Pandemie nach und nach Lockerungen

vorgenommen und der Vereins- und Sportbetrieb konnte wieder - wenn auch eingeschränkt - aufgenommen werden. ABER: dafür müssen unzählige und sich laufend ändernde Auflagen erfüllt werden. Oberstes Gebot sind Hygienemaßnahmen und das Einhalten der Abstandsregeln. Weiters sind wir

aufgefordert - aus Solidarität zu den gefährdeten Gruppen -, die sozialen Kontakte auf das minimal Nötigste zu reduzieren, um das Infektionsrisiko zu minimieren.

Auch datenschutzrechtliche Aspekte im Zuge der Registrierung bei Veranstaltungen sind nicht außer Acht zu lassen und können persönliche Haftungen zur Folge haben. Als oberstes Gebot gilt immer: Die Empfehlungen der Regierung (siehe Infobox) sowie Hygienemaßnahmen und das Einhalten der Abstandsregeln sind Folge zu leisten, um so das Risiko so gering wie nur möglich zu halten. Nur so kann im Fall eines Falles

ein Versicherungsschutz sichergestellt werden kann.

Unter <https://corona-virus.asvo-sport.eu/> finden Sie eine Zusammenfassung von Hinweisen, Empfehlungen, weiterführenden Links und den aktuellen Verordnungen bzw. Handlungsemp-

fehlungen. Die Informationen sind als Empfehlungen zu verstehen. Bitte beachten Sie, dass Sportstättenbetreiber sowie Bundesländer und Gemeinden ggf. noch weitere oder abweichende Regelungen bestimmen können.

Das ASVÖ-Vereinsversicherungspaket, das mit dem der ECR-Ecorisk GmbH und den risikotragenden Versicherern entwickelt wurde, bietet Versicherungsschutz gegen etwaige Haftungen (Abwehr sowie ggf. die Befriedigung von Forderungen) bzw. rechtliche Folgen aus etwaigem Fehlverhalten des Vereins oder dessen Organe. Insbesondere die D&O Versicherung bietet Schutz bei

Eingriffen auf das Privatvermögen der Vorstände und Vereinsorgane. Somit legen wir Ihnen den Abschluss dieses Paketes wärmstens an Herz, um etwaige Risiken für den Verein so gering wie möglich zu halten.

Die im Moment wichtigsten versicherungstechnischen Fragen

- „Was ist, wenn bei einer Veranstaltung oder im laufenden Betrieb eine Ansteckung mit SARS-CoV2 nachgewiesen wird?“
- Sind der Verein oder seine Leitungsorgane dafür haftbar?“

Grundsätzlich wird es in solchen Fällen stets eine Einzelbetrachtung geben, die an folgende Fragenstellungen gebunden ist:

- Liegt ein Verschulden/Schaden vor bzw. wie hoch ist dies/dieser einzustufen?
- Wurde gegen Gesetze/Verordnungen verstoßen, die Strafen nach sich ziehen können?

Weitere Informationen finden Sie unter: <https://asvo-sport.eu/versicherung.html>. Fragen können Sie gerne jederzeit an unser Versicherungsteam unter versicherung@asvo-sport.at richten.

„Das ASVÖ Versicherungspaket schützt auch in Zeiten von COVID-19 unsere Mitgliedsvereine.“

WICHTIGE INFOS und EMPFEHLUNGEN zur Minimierung der SARS-CoV2-Ausbreitung:

1.

BLEIBEN SIE ZUHAUSE!

Wer **krank** ist, bleibt zu Hause, bis er wieder gesund ist! Diesen Grundsatz sollten Sie allen Mitgliedern per Rundmail oder per Brief kommunizieren. Bitten Sie im Schreiben um Verständnis, dass Sie damit einer Ausbreitung des Corona-Virus entgegenwirken wollen.

3.

LÜFTEN

Lüften Sie Ihre Räumlichkeiten mehrmals täglich, aber nur für einige Minuten (Stoßlüften), mit weit geöffneten Fenstern durch. Ein Zug in den Räumlichkeiten unterstützt Erkältungskrankheiten.

5.

KÖRPERKONTAKT VERMEIDEN

Empfehlen Sie Ihren Mitgliedern, wenn sie sich doch einmal begegnen, **Körperkontakt und Händeschütteln zu vermeiden**. Unter Vereinskameraden ist es vielfach üblich, sich mit Küsschen zu begrüßen. Oder man begrüßt sich per Handschlag. Hierauf sollte man derzeit zwingend verzichten.

2.

INFO HYGIENEMASSNAHMEN

Informieren Sie Ihre Besucher ebenso **schriftlich sowie mittels Aushänge** über die Hygienemaßnahmen, z. B. durch einen Aushang in Ihren Toiletten, beim Eingang, etc. Sorgen Sie dafür, dass in Ihren Toiletten und Waschräumen Flüssigseife und Papierhandtücher in ausreichender Menge vorhanden sind und regelmäßig nachgefüllt werden. Sie können auch zertifiziertes Desinfektionsmittel direkt über Ihren Dachverband beziehen.

4.

VEREINSRÄUMLICHKEITEN

Sorgen Sie für sorgfältige **Hygiene in den Räumlichkeiten** Ihres Vereins. Sorgen Sie dafür, dass die Toiletten und Waschräume täglich sorgfältig gereinigt und mit einem Flächendesinfektionsmittel desinfiziert werden. Hierbei sollten auch die Türklinken, Lichtschalter, Wasserhähne und andere Gegenstände, nicht vergessen werden. Außerdem müssen die Abfallbehälter täglich geleert werden. Besprechen Sie dies unbedingt mit Ihren Reinigungskräften.

6.

HUSTEN- und NIESETIKETTE

Weisen Sie klar erkennbar auf die sogenannten „Husten- und Niesetikette“ hin. Das heißt: Bitten Sie darum, nicht in die Hand zu husten oder zu niesen und auch das Gegenüber nicht anzuhusten oder anzuniesen. Richtig: In die Ellenbeuge husten und niesen. Raten Sie Ihren Mitgliedern, sich möglichst wenig ins Gesicht zu fassen, um zu vermeiden, dass Viren so über die Schleimhäute in den Körper gelangen.

AUF DIE PISTE, FERTIG, LOS!



SLALOMCARVER
FISCHER RC4 WC SC
+ RC4 Z12 PR
RIESENTORLAUFSKI
FISCHER RC4 WC RC
+ RC4 Z12 PR
INKL. BINDUNG



statt € 749,99
€ 449,99

-40%



SKISCHUHE DA. & HR.
SALOMON X PRO W
SALOMON X PRO MR



statt € 329,99
€ 199,99

-39%



SKIHELM
ATOMIC REVENT +
ULTRA HELM



statt € 149,99
€ 99,99

-33%



SKIBRILLE
ATOMIC SAVOR
ULTRA SKIBRILLE



statt € 139,99
€ 89,99

-36%

BESUCHE EINEN UNSERER 30 SHOPS AN 9 TOP-STANDORTEN IN ÖSTERREICH
Kaprun // Zell am See // Saalbach // Saalfelden // Salzburg // Mayrhofen // Fügen // Ischgl // Schladming
bruendl.at

WIR BEWEGEN MENSCHEN



Familien-Wellnessresort Sonnwies

Back to Nature with a Smile – Der perfekte Rückzug für Familien fernab von Touristenströmen und bleibende Erinnerungen und aufregende Abenteuer für große und kleine Entdecker.

Nach langem Warten hat das Familien-Wellnessresort Sonnwies endlich wieder geöffnet und bietet einen einzigartigen Bergsommer inmitten unberührter Natur. Unzählige Freizeitaktivitäten für gemeinsame Familienerlebnisse, ein eigener Erlebnisbauernhof, riesige In- und Outdoor-Spielplätze, ein Aquapark und Family Spa lassen keine Wünsche offen. Unternehmungslustige Gäste können das traumhafte Südtirol auf eigene Faust erkunden und finden spannende Ausflugsziele in der direkten Umgebung. Unvergessliche Momente sammeln, den Alltag vergessen, Spaß haben oder einfach nur eine Auszeit genießen. Ein Sommer im Sonnwies ist das ultimative Urlaubserlebnis für die ganze Familie. In den neuen exklusiven Loft und Spa Suiten, ausgestattet je mit offenem Kamin und edlen Möbeln aus heimischen Hölzern und teils privaten Pools, genießen Familien alle Annehmlichkeiten eines Luxusresorts. Ein professionelles Betreuungskonzept für Kinder und Babys jeden Alters schenkt Eltern Zeit für Zweisamkeit und pure Entspannung.

FERIEN AUF DEM BAUERNHOF

Der eigene Bauernhof mit Streichelzoo, Ponyreiten, Manufaktur und Heustadel liegt direkt hinter dem Hotel und ist ein Highlight für alle Kinder. Ein Ort wie aus einer vergangenen Zeit, an dem die Bergnatur die Hauptrolle spielt. Die kleinen Gäste lernen spielerisch, wie man Tiere füttert und pflegt, den Stall ausmistet, Butter macht, Blumenkränze bindet und Marmelade einkocht. Lustige Traktorfahrten, Übernachten im Heu oder Mithelfen beim Ernten und Jäten im Sonnengarten machen den Aufenthalt für Kinder unvergesslich.

BADEPASS FÜR DIE GANZE FAMILIE

Ein weitläufiger Aquapark umgeben von ei-

ner traumhaften mediterranen Gartenanlage lädt zum Ein- und Abtauchen ein. Die Wasserwelten im Sonnwies bieten schier unendliche Möglichkeiten und grenzenloses Badevergnügen. Egal ob wilde Wasserrutschen, Spielgeräte zum Spritzen und Planschen, ein ganzjährig beheizter Outdoor-Pool, Baby- und Kleinkinderpools oder gemeinsames Relaxen im Kuschelkorb, hier kommen abenteuerlustige sowie erholungssuchende Wasserratten voll auf ihre Kosten. Für Familien, die die Ruhe eines idyllischen Bergsees suchen, ist der Naturbadeteich in Lüsen ein perfektes Ausflugsziel. Beim erfrischenden Sprung in reines Quellwasser ist der Alltag ganz weit weg.

NATUR ERLEBEN

Ein über 10.000 Quadratmeter großer Abenteuerspielplatz mit Indianerzelt, Lagerfeuerplatz, Baumhaus, Hängeseilbahn, Wasserpumpen, Bachspielplatz, Weidentunnel, Klettergerüst, Go-Kart-Bahn und vielem mehr, liegt am Waldrand fernab der Straßen rund um

das Resort und ermöglicht sicheres Spielen und Entdecken für alle Kinder. Bei spannenden Naturprogrammen und Thementagen im Wald lernen Kinder zusammen mit den Animatoren spielerisch die Welt kennen und erfahren die Natur mit allen Sinnen. Direkt vom Hotel aus führen familienfreundliche Spazier- und Wanderwege in die herrliche Bergwelt vorbei an Weinreben, duftenden Bergwiesen und bizarren Felsformationen. Bei gutem Wetter ist die Wanderung zur traditionellen Almparty mit leckerem Picknick das Highlight für die ganze Familie. Mountainbike-Fans können beim hauseigenen E-Bike und Mountainbike-Verleih ihr Wunschbike ausleihen und die Umgebung entweder auf eigene Faust erkunden oder an geführten Touren teilnehmen. Auch bei schlechtem Wetter gibt es immer etwas zu erleben. Hochwertig ausgestattete Indoor-Spielbereiche, eine Kletter- und Turnhalle sowie die Wasserwelten mit vielen Rutschen und einem Pool-Kino lassen Kinderherzen höherschlagen.

WELLNESS & SPA

Im großzügigen Wellnessbereich Salientes Runcada, einem Family Spa, werden entspannungssuchende Eltern, Schwangere und auch Kinder mit regenerierenden und vitalisierenden Treatments und Massagen auf mehr als 1.000 Quadratmetern verwöhnt. Salientes Runcada ist eine Wohlfühl-Adresse, in der Eltern und Kinder erfahren, was es bedeutet, wieder zu sich selbst finden und sich etwas Gutes zu tun.

AUSFLUGSZIELE

Mit mehr als 300 Sonnentagen im Jahr gibt es in Südtirol zu jeder Jahreszeit viel zu entdecken. Durch die zentrale Lage Lüsens, ist das Sonnwies der ideale Ausgangspunkt, um die Einzigartigkeit der Region zu entdecken und ihren besonderen Charme zu erleben. Wunderschöne Orte, wie die mittelalterliche Bischofsstadt Brixen, die Terme von Meran und die berühmten Gärten im Schloss Trauttmansdorff, das mediterrane Bozen oder die Weinhügel um Kaltern sind ideal, um bei einem Tagesausflug entdeckt zu werden.

Das Familienresort liegt am Fuße der Dolomiten, die seit 2009 zum UNESCO Weltkulturerbe gehören. Ihre beeindruckende Schönheit mit spektakulären Bergmassiven, weitläufigen Almen und Schluchten beeindruckt Touristen seit jeher und laden zum Wandern, Mountainbiken und Naturgenießen ein. Die Kalkofen Alm ist in zehn Minuten und der mächtige Peitlerkofel in 15 Minuten bequem mit dem Auto erreichbar.

Ausführliche Informationen zu den neuen Hygiene- und Sicherheitsstandards unter: <https://www.sonnwies.com/weitere-themen/infos/sonnwies-sorglos-reopening>



Natur genießen, fernab von Tourismusströmen. | FOTO: Sonnwies

WWW.SONNWIES.COM



FOTO: speedrunners

IRONDOG: Triathlon im Hundetempo

Der „IronDog“ ist der größte Hundetriathlon in Europa. Er wird jedes Jahr im September in Litschau ausgetragen und erweist sich im wahrsten Sinne des Wortes als Sport für harte Hunde.

Der Hund gilt als ältester und loyalster Freund des Menschen. Vor über 15.000 Jahren noch als menschenfeindlicher Wolf auf Streifzug in den Wäldern unterwegs, wurde er aufgrund der Sesshaftwerdung des Menschen nach und nach zu einem überaus wertvollen Nutztier. Die gezähmten Tiere erwiesen sich vor allem bei der Jagd und als Wächter für die kontinuierlich entstehenden Siedlungen als überaus nützliche und treue Helfer. Die einstigen Wildtiere passten sich in dieser Phase nun immer mehr ihrer menschlichen Umgebungen an und durch gezieltes Züchten wurde schließlich der Hund „geboren“. Inzwischen ist dieser aber mehr als ein bloßer Aufpasser und Jagdgefährte. Mittlerweile ist man auch in sportlicher Hinsicht „auf den Hund gekommen“. Denn aufgrund seines sozialen Wesens und Bewegungsdranges ist er auch im Sport ein idealer Partner.

MENSCH UND HUND ALS TEAM

Als einzigartiges Beispiel gilt der seit 2010 alljährlich im September stattfindende „IronDog“-Triathlon in Hörmanns bei Litschau (NÖ). Jahr für Jahr kommen hier mehr als 100 Starterteams - sowohl Zwei- als auch Vierbeiner - ganz auf ihre athletischen Kosten. Nicht zu vergessen der Actionfaktor, der, bedingt durch die nordisch-mystisch anmutenden Wälder des Waldviertels, der unzähligen Teiche und einzigartigen Steinformationen, nochmals einen gesonderten Kick verliehen bekommt. Jedenfalls gibt es europaweit kaum eine Veranstaltung, die größentechnisch so-

wie in puncto Bekanntheitsgrad an dieses Spektakel heranreicht. Und dies wird auch ziemlich schnell deutlich, wenn man sich gemeinsam mit seinem „Partner mit der kalten Schnauze“ dieser Herausforderung stellt.

Die Bezeichnung „IronDog“ und die damit verbundenen Disziplinen – Schwimmen,

Radfahren und Laufen – leiten sich namentlich wie inhaltlich mehr oder minder von einem der schwierigsten und härtesten Wettkämpfe der Welt ab: dem „Ironman“. Wesentliche Unterschiede gibt es allerdings bei den Anforderungen, was sich in der Länge der einzelnen zu bewältigen Distanzen zeigt, der sportlichen Komponente aber trotzdem keinen Abbruch tut. Auch was die Temperaturen betrifft, gibt es selbstverständlich graduelle Abweichungen. So kann von tropischem Klima im Waldviertel eher nicht die Rede sein – klimatische Umschwünge hin oder her.

Den mit Abstand größten Unterschied verrät

aber der Veranstaltungstitel. Denn hier gilt es, die vorgegebene Strecke nicht allein, sondern mit seinem vierbeinigen Sportpartner, einem Hund jeder beliebigen Rasse, zu bewältigen. Wichtig sind dabei folgende Dinge: Der Hund MUSS ein Mindestalter von 18 Monaten aufweisen, physisch und psychisch den Anforderungen der Veranstaltung entsprechen, bei bester Gesundheit

des Tieres. Wie sieht das Ganze aber nun im Detail aus?

„IRONDOG“ EN DETAIL

Der „IronDog“ setzt sich aus drei Bereichen zusammen, die als Einzelbewerbe ohne Pause hintereinander absolviert werden müssen. Nach der Startnummernausgabe sowie einem letzten Vet-Check am Vortag, steht dann auch schon der erste Wettkampftag an, der im letzten Jahr wettertechnisch nicht besser hätte ausfallen können – nicht zu kalt, nicht zu warm und zunehmend sonnig. Ein großes Plus dieser Veranstaltung ist, dass sich hinsichtlich Erfahrungswerte oder Alter keiner ausgeschlossen zu fühlen braucht. Denn geboten wird für jeden etwas.

So gibt es insgesamt vier Kategorien:

- **den Hauptbewerb** (Triathlon oder Duathlon) inkl. Nachtlauf für die „Veteranen“ bzw. „Rookies“,
- **den Happy Dog** (ohne Zeitnehmung und Wertung, für Neueinsteiger sowie für Trainingszwecke),
- **den Kinderlauf** von 8-14 Jahre (ca. 1 km) und
- **den Knirpsenlauf** von 0-7 Jahre (ca. 400m um den Teich).

Als „Rookies“ gelten diejenigen, die erstmals beim „IronDog“ mitmachen und sich – so die Mindestanforderung – durch die Absolvierung eines Duathlons (inkl. Nacht-

„Gib dem Menschen einen Hund und seine Seele wird gesund.“

FOTO: speedrunners



lauf) für den Hauptlauf im nächsten Jahr qualifizieren. Erst wenn in den vergangenen Jahren mindestens ein „IronDog“-Start vorgewiesen werden kann, gilt man als „Veteran“ und darf beim Hauptlauf mitmachen. Ziemlich schnell wird deutlich, dass die meisten Teilnehmenden aus dem „Dogtrekking“-Bereich kommen. Bei dieser Sportart ist es üblich, dass der Hund ein Führgeschirr trägt und durch eine Leine mit dem Menschen bzw. mit dessen umgeschnalltem Laufgürtel verbunden ist. Diese beiden Komponenten dürfen auch beim „IronDog“ den gesamten Wettbewerb hindurch nicht fehlen. Auch darf die Leine bei ausgezogenem Ruckdämpfer die Länge von 2,5 Meter nicht überschreiten. Spektakulär wird das Ganze aber dann beim Radfahren. Hier kann die Leine an der Lenksäule des Rades oder mittels eines Bauchgurtes am Menschen befestigt sein – je nach entsprechender Vorliebe. Statt dem Rad darf ohne Probleme wahlweise auch ein geeigneter „Scooter“ verwendet werden.

WHO LET THE DOG OUT?

Jetzt aber ran an den Speck. Der Anpfiff steht unmittelbar bevor. Angemeldet als „Veteran“ geht's mit dem nicht minder aufgeregten Wauwau zur Startlinie, wo jeweils einzeln, d.h. immer ein Mensch-Hund-Team, und im Minutentakt gestartet wird. Der Countdown beginnt. Je näher es in Richtung „0“ geht, umso mehr steigt der Puls, rast das Herz, noch bevor überhaupt ein erster Schritt getan wurde. Nur noch 3-2-1 ... und ab geht's! Unter lautem Gegröle beginnen die unter Adrenalin stehenden Pfoten bzw. Beine loszudonnern, um schnurstracks auf die erste Disziplin – **Schwimmen** – zuzusteuern. Mit einem Mordskaracho geht es Richtung Teich. Wie hervorragend Bello in Form ist, zeigt sich schon bei dieser Challenge. 150 Meter schwimmt er samt hinter ihm befindlichem Begleiter – die verbindende

Leine kontinuierlich auf Zug – geradewegs Richtung herannahendes, ach, wer glaubt's, heranrasendes Ufer, zu. Ein paar wenige Mitstreiterinnen und Mitstreiter haben bei dieser Aufgabe etwas weniger Glück. So scheint Wasser – manchmal auch ganz spontan – nicht jedes Hundes Geschmack zu sein, was aber zu keiner Disqualifikation führt, sondern dem Zweiergespann lediglich eine Strafrunde um den Teich beschert, die, obwohl unfreiwillig, dennoch lächelnd in Kauf genommen wird. Tja, das gehört halt ebenfalls dazu!

Es bleibt aber keine Zeit für lange Überlegungen. Kaum das Ufer erreicht, geht es schon zur nächsten Disziplin: **Radfahren**. In der dafür vorgesehenen Wechselzone gilt es zunächst, den Hund an der Wechselzonen-Stakeoutkette anzuhängen und in Windeseile Helm und Rad zu ergreifen. Duathlon-Bewerber können sich hier von einer Person helfen lassen, die entweder

den Hund oder das Rad bzw. den Scooter hält. Wenn der Wechsel ordnungsgemäß vorgenommen wurde, geht's nun auf der 4 Kilometer langen abwechslungsreichen Rennstrecke, auf der Felsformationen umfahren sowie kurvenreiche Unebenheiten bewältigt werden müssen, weiter. Besonders herausfordernd wird diese Disziplin, wenn es regnerisch ist und der erdige Untergrund vereinzelt keinen festen Halt mehr bietet. Doch die Verhältnisse sind an diesem Tag einwandfrei und das Rennen nimmt wieder ordentlich Fahrt auf. Hügel, Kurven sowie einzelne Wasserläufe werden ideal „genommen“ und können ohne große Verzögerungen tadellos gemeistert werden. Unmittelbar nach der Überquerung eines kleinen Bachbeets, die der vierbeinige Teamkamerad zeitgleich für ein paar Erfrischungsschlucke nutzt, wird nochmals alles gegeben. Mit ordentlich Speed geht es vorwärts und der inzwischen routiniertere Fahrtwind ist wieder zu spüren. Bei den

spannenden Überholmanövern, muss darauf geachtet werden, dass man dem Vordermann rechtzeitig mit dem Zuruf „Trail“ den augenblicklich folgenden Überholvorgang signalisiert.

Eine weitere Kraftanstrengung an diesem Tag erfolgt beim vorerst letzten Disziplinwechsel, bei dem es wieder heißt: Beinkraft und Ausdauer zeigen! Auf der rund vier Kilometer langen **Laufstrecke** müssen nicht nur Wasserstellen durchquert sowie gemeinsam felsige Anstiege und Gefälle überwunden werden. Mensch und Hund geben auf den letzten Metern bis zur Überquerung der Ziellinie nochmal alles, auch wenn die Wadeln noch so brennen. Aber wer nun glaubt, dass der Bewerb nun zu Ende ist hat sich zu früh gefreut. Am Abend findet ein weiterer Höhepunkt statt: der drei Kilometer lange Nachlauf. „Bewaffnet“ mit Stirnlampe geht es mit dem vierbeinigen Freund durch die dichten Wälder des Waldviertels. Konzentration und Geschwindigkeit bieten keinen Platz für Gruselfaktor. Denn: Gelaufen wird weiterhin auf Zeit. Einen stimmungsvollen Anblick bietet dabei der in einer Fackelgasse eingebettete Zieleinlauf, der lediglich das Ende des ersten Wettkampftages einläutet.

Nach einer hoffentlich ruhigen und erholsamen Nacht bricht schließlich um Punkt 08:00 Uhr der finale Wettbewerbstag an. Und wieder heißt es rein ins kühle Nass, rauf auf das Zweirad und Fersengeld geben, zum Glück nur noch bei Tag.

Erst am Finaltag entscheidet sich, welches Dream-Team den „IronDog“-Sieg für sich beansprucht. Eines gilt jedoch für alle Bewerber gleichermaßen: Der „IronDog“ macht richtig süchtig und daher gibt es sehr viele „Wiederholungstäter“. In diesem Sinne: „Gib dem Menschen einen Hund und seine Seele wird gesund“.



Aufgrund seines sozialen Wesens ist der Hund der ideale Partner im Sport. | FOTO: speedrunners

ASVÖ

| INSIDE |



Gedankenaustausch

Ein sehr positiver Gedankenaustausch zwischen den drei SPORT-Dachverbänden und der Sport Austria (ehemals BSO) fand im Rahmen eines dreistündigen Meetings am 31. August 2020 in Linz statt. Dabei wurden die verschiedensten Hürden und Probleme im Breiten- und Vereinssport, wie etwa die Einreichungen samt Nachweiserbringung beim NPO-Härtefond oder die Bedeutung der „Täglichen Bewegungs- und Sporeinheit“ eingehend diskutiert. Präsident Niessl (Sport Austria) sprach den drei Dachverbänden seinen Dank für die Bemühungen um eine flächendeckende Umsetzung aus und betonte, dass dieses Projekt in Zukunft noch sehr viel mehr an Bedeutung gewinnen wird. Er bedankte sich weiters bei den Verbänden für die tolle Zusammenarbeit während des Lockdowns und zeigte nochmals die Bedeutung der Österreichischen Sportstruktur auf.

Im Bild v.l.n.r. ASVOÖ Präsident Peter Reichl, Präsident der Sport Austria Hans Niessl, ASKÖ Präsident DI Erich Haider, Sport Austria Vizepräsident Breitensport Siegfried Robatscher und Sportunion Präsident Franz Schiefermayr. | FOTO: Holzinger

Auszeichnung für's Ehrenamt

Als Zeichen des Dankes und der guten Zusammenarbeit verleihen Wirtschafts- und Sport-Landesrat Markus Achleitner sowie Präsident DI Erich Haider, aktuell Vorsitzender der Landessportorganisation, den Herren Dietmar Schlöglmann und Günther Sulzbacher für ihr jahrelanges Engagement im Sport den Titel „Konsulent für das Sportwesen in OÖ“.

Günther Sulzbacher war für seinen Heimatverein ASVÖ Skiverein Spital am Pyhrn 24 Jahre lang unermüdlich im Einsatz. Auch Dietmar Schlöglmann hat für seinen Verein WSV Ottensheim seit 1987 unzählige ehrenamtliche Arbeitsstunden geleistet, als ASVÖ Bundes- und Landesfachwart für Kanusport zeigt er ebenso großes Arrangement. Der vorbildliche Funktionär nahm bereits 1980 selbst an den Olympischen Spielen teil.

Der ASVOÖ gratuliert den beiden Funktionären sehr herzlich zu dieser Auszeichnung und bedankt sich für ihre großartigen Einsätze im Ehrenamt.



v.l.n.r. Erich Haider, Konsulent Günther Sulzbacher und Markus Achleitner. | FOTO: Land OÖ



v.l.n.r. Erich Haider, Konsulent Dietmar Schlöglmann und Markus Achleitner. | FOTO: Land OÖ

Mit Kaltvernebelung gegen Covid-19

Wir sind ein langjähriger Experte für Reinigung und Desinfektion hochsensibler Bereiche. Zur Prävention und Desinfektion kontaminierter Bereiche setzen wir ein modernes Kaltvernebelungsverfahren ein, dessen Wirkung gegen SARS-CoV-2 bestätigt ist und mit dem auch schwer zugängliche Stellen dekontaminiert werden.

P. Dussmann GmbH | T +43 5 7820-13000
linz@dussmann.at
dussmann.at





Gerhard Beck wird Ehrenbürger

Dem langjährigen Obmann des ASVÖ SC Höhnhart, Gerhard Beck, wurde anlässlich der Jahreshauptversammlung des SC Höhnhart durch den Bürgermeister Erich Priewasser die Ehrenbürgerschaft der Gemeinde Höhnhart für seine großartigen Verdienste und wegweisenden Projekte verliehen. Unter den Gratulanten ist, neben Landeshauptmann a.D. Dr. Josef Pühringer, auch ASVOÖ Vize-Präsident Gerhard Buttinger, ganz rechts im Bild. | FOTO: SC Höhnhart

Der Multifunktionär Wolfsgruber!

Im Jahre 1977 kam Wieland Wolfsgruber im Alter von 35 Jahren in den Vorstand des Allgemeinen Sportverbandes Oberösterreich. Seine erste Funktion im Vorstand nahm er in der Kontrolle ein. Hier beobachtete er bis ins Jahr 1992 ganz genau die finanziellen Aktivitäten von Präsident und Finanzreferent und erstellte seinen Bericht für die Vorstandssitzungen. Danach, und zwar von 1992 bis 1998, war er als Beirat die beratende Stimme im Vorstand. 1998 wechselte Wieland dann ins Präsidium des ASVÖ Oberösterreich und bekleidete bis 2007, also neun Jahre, das Amt des Vize-Präsidenten. Bis ins Jahr 2018 unterstützte der umtriebige Wieland den Verbandsvorstand des ASVOÖ noch als Vorstandsmitglied.

Wieland war und ist ein Multifunktionär. Neben seinen Aktivitäten beim ASVOÖ, wo er übrigens auch seit 1998 Chefredakteur der Verbandszeitung „Infomer“ ist und damit unsere Verbandszeitung maßgeblich geprägt hat, vertrat er auch über ein Jahrzehnt alle Linzer ASVOÖ Vereine im Stadtsportausschuss, dem jetzigen Jour Fix der SPORT-Dachverbände Linz.

Weiters war er Vorsitzender einer Vielzahl von ASVOÖ Delegation und seit 1990 ist Pressereferent des Allgemeinen Sportverbandes Oberösterreich und von 1980 bis heute Landesfachwart für Handball in OÖ. Neben seiner hervorragenden Arbeit im Ehrenamt war unser Wieland aber auch immer sportlich aktiv. Hier zählten vor allem Handball und Turnen zu seinen Favoriten. Letzteres übt er heute noch aktiv im ÖTB Turnverein Linz aus. Vizebürgermeisterin und Sporträtin Karin Hörzing bedankt sich mit einem schönen Brucknerhaus-Gemälde für sein jahrzehntelanges Engagement im Sport. Auch das gesamte ASVOÖ-Team möchte Wieland an dieser Stelle großen Dank für seine unermüdlichen Einsätze aussprechen und wünscht ihm und seiner Gitti für die Zukunft alles erdenklich Gute. | FOTO: Niederwimmer

Buchvorstellung: Jochen Rindt: Ikone mit verborgenen Tiefen

Am 5. September jährt sich der Todestag eines der größten Talente im Formel-1-Sport zum 50igsten mal: Jochen Rindt. 1970 verunglückt Österreichs Nationalheld beim Training zum Grand Prix von Italien. In der Parabolica kracht der erst 28-jährige Formel-1-Pilot mit seinem filigranen Lotus 72 in die Leitschiene mit tödlichen Verletzungen als Folge. Rindt, der wenige Wochen später posthum zum Formel-1-Weltmeister gekürt werden sollte, gilt auch heute noch als schillernde Persönlichkeit, die freilich auf vielseitige Weise zu polarisieren wusste. Anlässlich des 50. Todestags des Rennfahrers hat sein Weggefährte, Dr. Erich Glavitz, das Buch „Jochen Rindt: Ikone mit verborgenen Tiefen“ verfasst, das einen umfassenden Einblick in das Leben des populärsten Sportlers Österreichs gibt.

Der Journalist, Autor, Renn- und Stuntfahrer sowie promovierte Philosoph kannte Rindt gut und hat in der großformatigen Biografie ein überaus schillerndes, erkenntnisreiches und einfühlsames Bild seines einstigen Wegbegleiters gezeichnet. Beschrieben wird u.a. der ungestüme Charakter Rindts sowie die eher unbekanntere, ganz andere Beziehung zu seinem Halbbruder. Ausführlich analysiert wird zudem der tödliche Unfall.

Das 400-seitige Standardwerk – mit Vorworten von Bernie Ecclestone und Uwe Eisleben – bietet somit eine reiche Illustration mit teils nie gezeigten Privat- und Rennsportfotos. So beispielsweise von Alois Rottensteiner, der gleichfalls äußerst nah an Rindt und dem Rest der Szene dran war.



LAC Amateure Steyr im Medaillenrausch

Auch im Coronajahr hält die Erfolgsserie des LAC Amateure Steyr weiterhin an. Der Verein zeigt sich hoch zufrieden über die tollen Leistungen seiner Athleten.

Wohin man schaut, beim LAC Amateure Steyr regnet es Medaillen. Die Erfolgsserie startet unter der Leitung der Trainer Schwarz und Lindtner am 22./23.08. bei der U16 und U20 Landesmeisterschaft in Ebensee. Dort heimst das junge Team gleich 26 Medaillen ein, davon 6x Gold, 12x Silber und 8xBronze. Damit nicht genug! Weiter geht es am 29. August, an dem zum einen die OÖ Landesmeisterschaft im Mehrkampf U14 in Wels, zum anderen die Langstaffel- sowie Staatsmeisterschaften über 3000m Hindernis und 10.000m im Stadion LAZ-Wien stattfinden. In Wels sticht bei der Einzelwertung Flora Heimpl hervor, die sich souverän Silber sichert. In der Teamwertung dürfen sich, neben Flora Heimpl, ebenso Annabella Bogic und Isabel Ladein über Bronze freuen. Bei der Langstaffelmeisterschaft in Wien brilliert das Trio Daniel und Tobias Rattinger sowie Paul Leitenbauer. Das junge Team sichert sich (bei 3 x 1000m) den 3. Platz und somit Bronze. Mit 2:38 min, 2:37 min bzw. 2:29 min laufen alle drei Athleten jeweils (inoffiziell) ihre persönliche Bestzeit. Und auch bei den österreichischen U18 Meisterschaften am 5. September in Klagenfurt wird es den Konkurrenten nicht leicht gemacht. Mit zehn jungen Damen und Herren geht man hier ins Rennen. Das Ergebnis: 3x Gold und 1x Bronze. Leon Glavas holt sich sowohl im Kugelstoßen (14,39m) als auch Stabhochsprung (4,20m) 2x Gold; Lisa Gruber glänzt

im Stabhochsprung (3,86m) und holt hier nicht nur die Goldene, sondern schafft den OÖLV Landesrekord. Last but not least: In der Disziplin 4 x 100m Staffel sichern sich Sara Bogic, Viona Knoll, Veronika Schwarz und Lisa Gruber mit einer Zeit von 50,26 sec. Bronze. Ein historisches Detail: Am 01. 09. 1955 holten die Leichtathleten des Vereins das erste und einzige Mal in der Sportgeschichte den Staatsmeistertitel in der klassischen Sprintstaffel (4 x 100m) nach Steyr. Die schnellsten Österreicher waren anno dazumal im Linzer

Stadion Franz Lechner, Hannes Krejczy, Fritz Gärtner-Steinparz und Franz Schlager. So siegten die Steyrer vor 65 Jahren vor dem Wiener WAF und dem Grazer GAK. Dass die Athletinnen und Athleten heuer unter schwereren Bedingungen als üblich starten, war eine große Herausforderung. Der LAC Amateure Steyr zeigte erneut eine top Sportperformance, zu der wir recht herzlich gratulieren!

Die erfolgreichen Athletinnen und Athleten von LAC Amateure Steyr. | FOTO: LAC Amateure Steyr



Beim ÖTB Neumarkt gibt's keine Langeweile

Bei der Aktion „Bewegte Ferien“ wird trotz Corona nicht auf ausreichend Bewegungsspaß in den Sommerferien verzichtet. Sehr zur Freude vieler Kinder und Eltern.

Die Corona-Pandemie hat nicht nur weltweit den Sportkalender ordentlich durcheinandergewirbelt, auch der ÖTB Neumarkter Turnverein musste im Frühjahr seine Turnhallen schweren Herzens schließen. Und auch sämtliche altbewährte Ferienaktionen in Neumarkt und Umgebung standen auf dem Prüfstein. Die Folge: Drohende Langeweile in den Sommermonaten, was es auf jeden Fall zu verhindern galt. Aus diesem Grund hat sich der Verein etwas ganz Besonderes einfallen lassen und die Aktion „Bewegte Ferien“ ins Leben gerufen. Und das beste: Jedes Kind durfte mitmachen. Ganz gleich, ob nun Mitglied oder nicht, aus Neumarkt, Pötting oder Taufkirchen, der ÖTB Neumarkter Turnverein ist einfach für alle Kinder da! Dabei haben sich die Turnerinnen und Turner wirklich sehr viel einfallen lassen. So wurden für dieses Angebot gleich zehn bewegte Ferientage für knapp 200 Kinder organisiert. Das Programm reichte von Leichtathletik, Ballsport über Schwimmen bis hin zu Theateraufführungen und Bogenschießen (Wer kann schießen wie Robin Hood). Was selbstverständlich ebenso wenig fehlen durfte: einige lustige Wanderungen und eine Kinderolympiade, natürlich stets unter der Berücksichtigung der geltenden Corona-Auflagen.

Doch bei dieser einzigartigen Aktion sind nicht nur die Kinder gänzlich auf ihre sportlichen sowie freizeitechnischen Kosten gekommen, sondern ebenso ihre Eltern. Denn bei denen war die Freude mindestens genauso groß wie bei ihren Sprösslingen. Große Begeisterung hat das ganze Spektakel auch bei den zahlreichen Betreuerinnen und Betreuern gefunden, die sogar ihre Freizeit und so manchen Urlaubstag unentgeltlich zur Verfügung gestellt haben, wofür wir uns nochmals herzlich

bedanken möchten. Alles in allem also eine gelungene Performance, bei der alle gänzlich auf ihre Kosten gekommen sind.

„So gelungen die Aktion auch war, jetzt freuen sich alle auf den Beginn der regelmäßigen Turnstunden in der zweiten Schulwoche“, gibt der ebenso stolze Obmann und ASVOÖ-Vizepräsident Kons. Gerald Stutz schmunzelnd zu.

Abwechslungsreiches Programm an zehn Ferientagen. | FOTO: ÖTB Neumarkt



**DESINFEKTIONS
SÄULE**

Edelstahl mit extra schwerer Bodenplatte für kontaktloses desinfizieren. ManuSan Desinfektions-Gel von CBC auf alkoholischer Basis.
Made in Austria

ASVO
ASVO-SPORT.EU

Schachmatt



Bei der wegen Covid-19 frühzeitig beendeten Meisterschaft der 2. Bundesliga Mitte gibt es für den Schachverein Steyregg Grund zur Freude. Diesem gelingt mit dem 3. Platz eine beachtliche Mannschaftsleistung. Dem nicht genug, können sich die Steyregger außerdem bereits zum 3. Mal in Folge bei der Kreisliga Ost über den 1. Platz (Team Steyregg 3) freuen und bei der Landesliga Ost heimst das Team Steyregg 2 den 3. Platz ein. Steyregg 5 sichert sich den 3. Platz in der 1. Klasse Nord, bei der auch noch zwei Schülerteams sowie die 2. Klasse Jugend beteiligt sind.

Höhharts Faustballer auf Höhenflug

Die ASVÖ SC Höhhart Spielerinnen und Spieler der 1. Bundes- und Landesliga-Saison im Faustball zeigen in der heurigen Saison starke Leistungen.

Erneut fliegen die Bälle auch in dieser Saison zielsicher. Besonders stark zeigen sich bei den Turnieren vor allem die Höhharter Faustball-Herren, die mit zwei souveränen Siegen in die 1. Landesliga-Saison starten. Als Gegner stehen dem Faustballteam, die Mannschaften Grünburg und Inzersdorf gegenüber, die von der gut zusammenarbeitenden Mannschaft gekonnt jeweils mit einem 3:0 besiegt werden. „Ich bin richtig stolz auf die Jungs. Wir haben einen Altersschnitt von 19 Jahren und sind dennoch dominant“, zeigt sich Faustball Sektionsleiter Lukas Diermair über die beiden Siege in Grieskirchen begeistert. Ihre Fortsetzung findet die Siegeschleife der Höhharter in zwei weiteren Spielen. So gelingt es ihnen auch bei den Partien gegen Hirschbach und Waldburg die Gegner mit 3:1 bzw. 3:0 vom Platz zu fegen. Dank dieser grandiosen Leistung gilt die Mannschaft nach wie vor als ungeschlagen und nimmt somit hinter Enns einen soliden zweiten Platz ein.

Etwas weniger gut läuft es hingegen bei den Höhharter Damen in der 1. Bundesliga. So müssen Verena Poll und Co eine 1:4-Niederlage gegen Wolkersdorf/Neusiedl einstecken. „Wir haben sehr lange nicht in die Partie gefunden und

sind dann gleich 0:3 in Rückstand geraten. Die Mädels haben sich zwar danach noch ordentlich gesteigert, aber es war zu spät“, resümiert Trainer Thomas Augustin. Auch beim zweiten Damen-Bundesliga-Wochenende springt der Funke noch nicht ganz über. Denn trotz starker Leistung rund um das Team von Lena Gruber muss sich die Mannschaft im heimischen Borbet-Allianz Sportzentrum dem Mitfavoriten aus Linz-Urfahr mit 1:4 geschlagen geben. Im letzten Bundesliga-

Spiel wendet sich jedoch das Blatt und die junge Damen-Mannschaft kann sich über einen souveränen 4:1-Sieg gegen Hirschbach freuen. Somit beenden die Innviertlerinnen ihre Gruppe auf Rang drei. „Es war ein tolles Match, was unsere Mädels ablieferten. Ich bin richtig stolz auf diesen super Abschluss“, freut sich auch Sektionsleiter Lukas Diermair.

Grandiose Leistungen zeigen die Höhharter Faustball-Herren. | FOTO: ASVÖ SC Höhhart



75 Jahre SV Sierning

Ein siegreiches Derby am Jubiläumstag sowie ein top besuchtes Fußballcamp im Sommer – bei den Sierninger Nachwuchsfußballern läuft's einfach rund.

Am 13. September hat der SV Sierning im Zuge des Meisterschaftsspiels gegen Union Wolfern zugleich sein mittlerweile schon 75-jähriges Bestehen gefeiert. Diesem Anlass entsprechend, sind natürlich auch viele Ehrengäste, darunter Günter Haidinger, Vizebgm. Richard Kerbl und Helmut Reiter, ÖÖFV Herr Eglseer, der Einladung zu diesem Ehrentag gefolgt. Und wie nicht anders zu erwarten, wird auch das Meisterschaftsderby gegen die Nachbargemeinde Wolfern mit einem phänomenalen 5:1 Ergebnis gewonnen. Im Anschluss an das Spiel folgt der offizielle Teil, bei dem die Mitglieder des SVS vom ASVOÖ würdig geehrt werden.

Dies sind aber noch nicht alle Neuigkeiten! So ist etwa im Sommer, genauer vom 22.07. bis 25.07., die Löwenfußballschule mit ihrem Trainerverein in der Lehner Arena zu Gast. Dabei handelt es sich um den Partner des SV Sierning, dem deutschen Traditionsverein TSV 1860 München.

Die Kids absolvieren im Zuge dieses Fußballcamps tolle, anspruchsvolle und intensive Trainingseinheiten, bei denen der Spaß freilich nicht zu kurz kommt. Insgesamt nehmen an dem Camp 26 Kinder teil. Ein großes Dankeschön geht hierbei daher an Stefanie Kurfner, August

Dietachmayr und Traudi Herzog, ohne deren Hilfe diese top Trainingscamp nicht möglich gewesen wäre. Gleichfalls gilt es ebenfalls die Eltern nicht zu vergessen, die es den Kindern ermöglichen haben, an dem freudigen Spektakel überhaupt dabei zu sein. Ein weiteres Dankeschön richtet sich an die Gastgastgeber des Imbiss Kranawetter, an das Gasthaus Hack/Marktstube sowie Petra und Werner Neuhuber für die grandiose Verköstigung. Ein großes Highlight hat für die Leiter des Trainingscamps,

Uwe und Trainer Dominik, nicht zuletzt die Mostschank Binderberg dargestellt. Abschließend sei noch erwähnt, dass der SV Sierning eine neue Senioren-/Hobymannschaft hat, die aus Nachwuchstrainern, Eltern von Nachwuchsspielern sowie ehem. Spielern und Hobbyfußballern aus dem Ort besteht. Wer Interesse hat, ebenfalls Teil des Teams zu werden, ist herzlich eingeladen und jederzeit willkommen.

Die Löwenfußballschule zu Gast in der Lehner Arena. | FOTO: SV Sierning



Rollenrodeln 2020



Aufgrund Corona können in diesem Sommer im August, genauer gesagt von Samstag, 29. bis Sonntag, 30. August, nur die Österreichischen Meisterschaften im Rollenrodeln in Obdach in der Steiermark und zwei Cuprennen vom 19. bis 20. September in Nassreith in Tirol durchgeführt werden. Der ASVÖ SV Rosenau-Edlbach ist trotz Ausnahmesportjahr mit seinen Rodlern natürlich mit dabei.

Bei den Österreichischen Meisterschaften kann Michelle Schnepfleitner ihren Titel aus dem letzten Jahr erfolgreich verteidigen. Andreas Sölkner wird Zweiter und Gerald Redtenbacher holt sich den dritten Stockerlplatz. Raimund Redtenbacher erreicht in seiner Klasse ebenfalls den 3. Rang und Laurenz Benedetter, unser jüngster Rodler und erst seit heuer neu dabei, erreichte bei der Jugend männlich den 9.Rang.

Bei den Cuprennen holt sich Michelle bei den Junioren weiblich in der Gesamtwertung den hervorragenden 2. Platz, Andreas bei den Herren Allgemein ebenfalls den 2. Platz und Gerald wird Fünfter. Laurenz erreichte in seiner Klasse Platz 9, Lukas bei den Junioren männlich ebenfalls den 9. Platz und Raimund holte sich in der Herren Altersklassen II Platz 3.

Unsere Athleten haben in dieser – zwar sehr kurzen – Saison wieder top Leistung gezeigt. An dieser Stelle nochmals herzliche Gratulation zu diesen tollen Leistungen.

Junioren EM Belgrad



Der RC Wels kann auch weiterhin im internationalem Rudergeschehen mitwirken. Denn die beiden Juniorinnen Lisa Zehetmair und Sophie Damberger, haben sich für die U19 Europameisterschaften, welche im September in Belgrad (Serbien) stattfinden, nominiert. Lisa hat sich das Ticket im Juniorinnen Vierer mit ihren Kolleginnen vom RV Wiking Linz gesichert. Sophie mit Hannah Keplinger vom WSV Ottensheim beim Juniorinnen Zweier. Neben den Mädels vom Ruderclub Wels, darf sich auch die Trainerin Sabine Damberger freuen. Sie ist die ausgewählte Bootstrainerin des Juniorinnen Zweiers.



SOVIEL JETZT ODER NIE
GAB ES NOCH NIE.
DER AUDI Q3.



Der Audi Q3 ist ein Familien-SUV mit vielen Allround-Talenten. Er verspricht nicht nur Geräumigkeit sondern auch zahlreiche Infotainment-Highlights, wie beispielsweise einem serienmäßigen, digitalen Cockpit und einem großen MMI touch-Display. Während der Fahrt in der Stadt, auf der Langstrecke und beim Parken unterstützen clevere Assistenzsysteme den Fahrer und sorgen für noch mehr Komfort im Audi Q3.

Jetzt bei uns Probe fahren.

ESTHOFER TEAM
Vernunft, die bewegt!

Verkauf und Service

4694 Ohlsdorf/Pinsdorf, Vöcklabrucker Straße 47, Tel. +43 7612 77477-0
4840 Vöcklabruck, Linzer Straße 38, Tel. +43 7672 75111-0

Ihre autorisierten Verkaufsagenten

4820 Bad Ischl, Salzburger Straße 68, Tel. +43 6132 22888-0
4655 Vorchdorf, Lambacher Straße 44, Tel. +43 7614 7933-0

E-Mail: info@esthofer.com, www.esthofer.com

Kraftstoffverbrauch gesamt in l/100 km: 5,8 - 8,8. CO₂-Emission gesamt in g/km: 149 - 199. Symbolfoto. Stand 06/2020. Bitte beachten Sie, dass sich durch Sonderausstattungen und Zubehör relevante Fahrzeugparameter, wie z. B. Gewicht, Rollwiderstand und Aerodynamik verändern und sich dadurch abweichende Verbrauchswerte und CO₂-Emissionen ergeben können.

Was uns verbindet:
ANTRIEB UND ZUSAMMENHALT

Sport fördert nicht nur die Gesundheit, sondern erfüllt mit den zahlreichen Sportvereinen und verschiedenen Veranstaltungen in der Region auch eine wichtige gesellschaftliche Funktion. Deshalb unterstützen wir den Sport in OÖ und freuen uns auf faire Wettkämpfe und spannende Entscheidungen.

www.raiffeisen-ooe.at/hoersching

IMPRESSUM

HERAUSGEBER: Allgemeiner Sportverband Oberösterreich (ASVOÖ), Leharstraße 28, 4020 Linz, ZVR Zahl: 657392363, Telefon: +43 732 601460-0; E-Mail: office@asvo-sport.at

FÜR DEN INHALT VERANTWORTLICH: Peter REICHL, Präsident ASVOÖ; Gerald STUTZ, Chefredakteur.

REDAKTION: Wilhelm BLECHA CvD; Franz ALTMANN; Fred SPERRER; Jutta KLEIN; Pascal WEISANG; Dominique WEISANG; Kurt GANGLBAUER; Gerald STUTZ; Eva-Maria JACHS.

BLATTLINIE: Überparteilich, unabhängig, gemeinnützig; Berichte und Informationen aus der Welt des Sportes; Aktuelle Berichte und Informationen der Mitgliedsvereine;

VERLAG + ANZEIGEN: SPORT Service und Consulting GmbH, Auf der Kohlweise 15, 4111 Walding; UID-Nummer: ATU 62980634, E-Mail: office@sport-consulting.at

ERSCHEINUNGSWEISE: Mindestens 4x jährlich; Auflage 14.900 Stück;

Bei den Artikeln unter der Rubrik Expertentipps handelt es sich um eine Zusammenfassung der wichtigsten Punkte zum jeweiligen Thema und ersetzt NICHT die Auseinandersetzung der Verantwortlichkeit mit der Rechtsgrundlage. Die Rechtsauskünfte dienen ausschließlich der Information und wurden nach besten Wissen und Gewissen erstellt. Der Allgemeine Sportverband Oberösterreich übernimmt für deren Vollständigkeit und Richtigkeit keine Haftung. Aufgrund der besseren Lesbarkeit wird im vorliegenden Text verallgemeinernd das generische Maskulin verwendet.

TECNICA

MACH1 MV T-DRIVE

#LIVETHEMOMENT

TECNICASPORTS.COM

VW ID.3 – Mehr als nur eine Idee voraus

Voll elektrisch, volles Raumgefühl, volle Dynamik, voller Lifestyle.

Das neue E-Mobil von Volkswagen soll für die E-Mobilität nicht weniger als das sein, was der Käfer oder Golf einst für den Konzern waren: Der Durchbruch. Bei VW bedeutet das, dass alles auf einer Konzern-Plattform steht. MEB – Modularer Elektroantriebs-Baukasten – dieses Akronym wird uns in nächster Zeit noch öfter unterkommen, denn nahezu alle Stromer von Skoda, Seat, Cupra und Audi werden darauf zurückgreifen.

Auf den ersten Blick überrascht der Heckantrieb mit Heckmotor, den kennt man eigentlich nur noch vom Porsche 911 oder dem Smart. Die Vorteile sind einerseits deutlich mehr Traktion beim Beschleunigen, was gerade bei den extrem drehmomentstarken E-Motoren naturgemäß eine gute Sache ist. Andererseits können damit die Vorderräder ohne hinderliche Motor- und Antriebsachsen weiter eingeschlagen werden, wodurch sich ein wirklich minimaler Wendekreis von knapp 10 Meter ergibt.

Auch in Sachen Raumgefühl besticht der ID.3. Er ist innen deutlich geräumiger, als man auf den ersten Blick annehmen würde. Das liegt an der vollelektrischen Plattform, die um die große Batterie im Boden herum gebaut wurde, dem langen Radstand und den kurzen Überhängen. Zusammen mit der leicht erhöhten Position und dem

aufgeräumten Cockpit, fühlt man sich wie in einem Mittelklasseauto. Und wie es sich für ein innovatives Elektroautomobil gehört, erfolgt die Steuerung intuitiv über Sprache und Touchscreen in Kombination mit intelligenten Assistenzsystemen. Auf haptische Tasten oder Knöpfe wurde bewusst verzichtet.

Zur Auswahl stehen zwei Grundvarianten. Das Hauptmodell **ID.3 Pro „Performance“ mit 58 kWh** Batterie und den sieben verschiedenen Ausstattungsvarianten: Pro, Life, Style, Business, Family, Tech und Max. Den **Pro „S Tour“** gibt es zwar nur in der gehobenen Ausstattungsvariante, er offeriert dafür mit seinem stärkeren **77 kWh** Akku wirklich extra langes Reisen. Sechs Lackierungen und fünf Innenraumdesignpakete vervollständigen die Auswahl.

Mit bis zu 420 km Reichweite nach WLTP und einem Startpreis von rund 36.000 Euro (inkl. Ust, aber ohne Förderungen von 5.400 Euro) stellt die 58 kWh Variante sicher den besten Mix aus Praxisnutzen und Leistbarkeit dar.

Einsteigen, Bremse antippen und schon erwacht der Wagen zum Leben. Startknopf drücken überflüssig. Der an der Lenksäule montierte Fahrmodus-Wahlhebel wird leicht nach vorn geschoben, rechtes Pe-

dal gedrückt und schon surren 1.800 kg los. Quasi lautlos, da er besonders gut gedämmt ist, wie sonst nur in deutlich größeren und teureren Fahrzeugen. Schon nach kurzer Fahrzeit lässt sich attestieren: Kräftiger Motor, direkte Lenkung, niedriger Schwerpunkt, sehr gute Fahrwerksabstimmung, zwei intelligente Rekuperationsmodi, optimaler Cruise-Faktor. Bereits die ID.3 Basisversion hat eine Ladeleistung von maximal 100 kW, höhere Ausstattungslinien schaffen bis zu 125 kW. Damit wird ein auf 5 Prozent herunter gefahrener Akku in 30 Minuten wieder zu 80 Prozent voll, kommt also wieder 350 Kilometer weit. An der

häuslichen VW-Wallbox mit 11 kW Ladeleistung ist eine komplett leere Batterie in maximal 7,5 Stunden wieder voll. Preis schlanke 799 Euro plus Montage.

Beim Autohaus VW Esthofer in Pinsdorf bei Gmunden kann der ID.3 jederzeit bei einer Probefahrt persönlich mit E-Mobilitätsspezialist Oliver Heissl erlebt werden. Die Auslieferungen starten im Dezember. In der Pipeline ist bereits der SUV ID.4

www.esthofer.com

ID.3 Volkswagen, just electric und der Beginn einer neuen Ära. | FOTO: Autohaus Esthofer



STARD - Vorreiter für elektrischen Motorsport

Weltweite Aufmerksamkeit für Ex-Rallyechampion Manfred Stohl.

2019 wurde Stohl Advanced Research & Development mit Sitz in Großenzersdorf bei Wien exklusiver Technikpartner der revolutionären „Projekt E“-Rennserie. Diese Serie wird von der weltgrößten amerikanischen Sport- und Eventpromotion-Agentur „Endeavor-IMG“ veranstaltet und ist die weltweit erste internationale - offiziell von der FIA anerkannte - rein elektrische Rennserie auf Basis von Serienfahrzeugen. Standesgemäß fuhr daher US Star Ken Block bei der World RX of Sweden im STARD Ford Fiesta ERX den ersten Sieg ein.

Stohl's Firma ist dabei nicht nur für das gesamte technische Konzept verantwortlich, sondern liefert auch exklusiv die selbst entwickelten Hochvoltbatterien sowie die Einheits-Elektroantriebs-Systeme an alle Teams. Nach bestandenen FIA Formel E-Crash-Tests steigt das Team aus hochqualifizierten Ingenieuren und erfahrenen Technikern nun in die höchste Liga, die E-Rallyecross Weltmeisterschaft, auf.

Die Hochleistungsbatteriesysteme müssen im Motorsporteinsatz viel höhere Anforderungen an Leistung, Kühlung, Gewicht und vor allem Crash-Sicherheit erfüllen, als bei Serienfahrzeugen.

terreichische Unternehmen bei der Entwicklung und Produktion der Ford Fiesta und Citroen C3 ERX Rallyeboliden.

Bisher wurden daher solch elitäre „FIA-Zertifikate“ ausschließlich an die Formel 1 Teams von Williams und McLaren vergeben.

Der technologische Vorsprung von STARD gegenüber den Mitbewerbern hat auch bereits Anklang in der internationalen Automobilbranche gefunden.

So unterstützen Ford und Citroen das ös-

Die 613 PS und 1.002 NM starken und 240 km/h schnellen Allradler beschleunigen dabei ohne Zugkraftverlust in fast unglaublichen 1,8 Sek. auf 100 Km/h. Oder wie Manfred Stohl es ausdrückt: „Als würdest du mit einem Katapult ins Weltall geschleudert werden“.

www.stard.at



STARD Citroen Racing C3 ERX, erstes elektrisches R5 Rallyecross-Auto | FOTO: Stard



STARD REVELution RCR3b Antriebsstrang | FOTO: Stard



Kraftpakete für Körper & Seele

Der Herbst, in all seiner Farbenpracht, präsentiert sich nicht nur mit wärmenden Sonnenstrahlen, sondern zeigt mitunter auch schon einen kleinen Vorgeschmack auf den Winter.

Es kann nie schaden das Immunsystem auf Vordermann zu bringen. Besonders herausfordernd ist für unseren Körper samt Psyche der Wechsel von sommerlichen Temperaturen auf das nass kalte Herbstwetter und auf die bevorstehenden Minusgrade im Winter. Und – heuer nicht zu vergessen – schlagen wir uns nebenbei auch noch mit einem Virus herum, der es geschafft hat, eine weltweite Pandemie auszulösen. Sportler wissen um die besondere Bedeutung der Einheit von Psyche und Körper, beide in den nächsten Monaten in Schuss zu halten, lautet also jetzt die Devise.

Am besten man beginnt mit einem Rundgang im eigenen Garten oder draußen in der Natur, um die Schätze des Herbstes zu entdecken und in weiterer Folge dann auch zu nutzen. Nebenbei ist dies auch Balsam für unsere Seele. Um für die bevorstehende kalte Jahreszeit bestens gerüstet zu sein, empfiehlt sich das Lagern oder Haltbarmachen von verschiedenen Kräutern und Früchten. Diese können dann jederzeit z.B. als schmackhafte Tees genossen werden oder aber auch zum Würzen von diversen Speisen.

Heute möchte ich Ihnen drei unterschiedliche Pflanzen vorstellen, die nebenbei auch sehr einfach zu kultivieren sind und in keinem Garten fehlen sollten.

FENCHEL (FOENICULUM VULGARE)

Schon beim Vorbeigehen erinnert sein angenehmer, aromatischer Duft an den Bauchweh-Tee in der Kindheit. Der Fenchel ist ein imposanter Riese unter den Kräutern, an ausreichend feuchten Jahren kann er bis zu 2,5 Meter hoch werden. Und er gibt sich bereits mit einem halben Quadratmeter Anbaufläche zufrieden. Im September ist er verblüht und hat im Idealfall reichlich Früchte gebildet.

Die wertvollen Inhaltsstoffe in den Samen entfalten ihre vielfältige Wirkung hervorragend mittels eines Tee-Aufgusses.

Anwendung & Wirkung:

Vor dem Aufbrühen sollten die Samen leicht mit einem Mörser angequetscht werden, damit das gesamte Aroma in den Tee abgegeben werden kann. Die Inhaltsstoffe wirken antibakteriell, blutdrucksenkend und krampflösend. Gegen Erkältung wirkt dieser Tee deshalb so gut, weil er den Schleim löst und den Auswurf ankurbelt. Und ja, auch Babys dürfen diesen Tee schon trinken und hier hilft er gegen Bauchschmerzen.

Gekaut sorgen die frischen Samenkörner für einen sekundenschnellen herrlich frischen Atem.

Tipp: Getrocknete Samenkörner können den ganzen Winter über gelagert werden.

MINZE (MENTHA SPECIES)

Die Minze steht uns in den unterschiedlichsten Varianten zur Verfügung, von der Pfefferminze, Erdbeermintze bis zur Marokkanischen Minze können wir unseren persönlichen Geschmacksfavoriten auswählen. Minzen zeichnen sich dadurch aus, dass sie über die gesamte Vegetationsperiode verwendet werden können. Nach jeder Ernte bilden sich neue Blätter. Bei stark wuchernden Sorten sollte unbedingt der Setzplatz gut überlegt werden, da der Eroberungsdrang keine Grenzen kennt. Andererseits bedeutet eine reichliche Ernte auch viel Vorrat für den gesundheitsfördernden Tee in der kalten Jahreszeit.

Anwendung & Wirkung

Neben den ätherischen Ölen sind es vor allem Gerbstoffe und Flavonoide, mit denen

Minzen bestechen. Ihr Geschmack ist uns aus diversen Kaugummis und Zahnpasten sehr vertraut.

Die Blätter (übrigens auch mit Blüten) geben frisch oder getrocknet einen besonders schmackhaften Tee ab. Dieser kann gerne auch mit Honig gesüßt werden. Der Tee beruhigt unsere Psyche, unseren Magen und Darm und regt dabei unseren Gallenfluss an – was will man mehr! Der Tee ist mild und kann so auch ohne weiters regelmäßig, also täglich getrunken werden.

Bei Atemwegsproblemen empfiehlt sich eine Inhalation. Hier kommen die ätherischen Öle mit ihrer antibakteriellen Wirkung voll zum Einsatz.

Die Blüten sind essbar und eine stilvolle Dekoration für Salate oder Schokodesserts.

Tipp: Aus Minzen lassen sich mittels einer Destille hervorragende Hydrolate herstellen. Diese können als wirksames Mundwasser aber auch zum Aromatisieren diverser Gerichte genutzt werden.

HAGEBUTTEN VON WILDROSEN

Als Kinder mit großer Freude als Juckpulver missbraucht, konnten wir noch nicht erahnen, welche positive Kräfte dieser Frucht innewohnen. Je nach Art (z.B. Hunds-, Vogesen-, Weinrose oder Kartoffelrose, die ergiebigste ihrer Art) variiert die Hagebutte in ihrer Form und Farbe. Von leuchtend rot über orange

bis hin zu schwarz, reicht das Farbspektrum – allesamt sind sie essbar und ähnlich in ihren Inhaltsstoffen. Und sie haben einen wahrlich kolossalen Vitamin C-Gehalt. Hier können nur noch die Früchte des Sanddorns mithalten. Etwa 25 g decken bereits den Tagesbedarf eines Erwachsenen! Die Früchte sind prallvoll mit den besten Vitaminen und gesundheitsförderlichen Gerbstoffen, ätherischen Ölen, Fettsäuren und vieles mehr.

Anwendung & Wirkung

Die entzündungshemmende Wirkung der Früchte bewährt sich als Tee bei Rachenentzündungen. Die Abwehrkräfte werden angekurbelt und beugen so sämtlichen Winterinfekten vor. Der Tee wirkt auch leicht fiebersenkend.

Der Tee hilft bei Parodontose aber auch bei Nierenproblemen und Wasserstauungen. Außerdem scheinen die Hagebutten eine krebsschützende Wirkung zu haben. Und das enthaltene Vitamin B1 beruhigt sogar unser Nervensystem!

Auch Marmelade, Saft oder Sirup lässt sich sehr gut aus Hagebutten herstellen. Aufpassen muss man hier nur, dass zu langes Kochen nicht die wertvollen Vitamine zerstört. Wenn die Hagebutten nach der ersten Frosteinwirkung patzig und weich ist, kann man sie wie eine Mini-Vitamin Bombe einfach roh essen, schmeckt herrlich, wirkt bombig und kostet nichts.

REZEPT FÜR EINEN HAGEBUTTENTEE:

Die reifen Hagebutten (man erkennt die Reife daran, wenn Hagebutten schon etwas weich sind) sammeln und durchschneiden. Alle innen liegenden Samen und Härchen gut entfernen und nochmals mit Wasser abspülen. Die sauberen Fruchtteile an einem warmen Platz ohne direkte Sonneneinstrahlung trocknen. Die getrockneten Schalen mit heißem Wasser aufgießen und 10 - 15 Minuten ziehen lassen. Fertig.



Mit Turboboost ab durchs Gemüse

Der Alptraum jedes Downhill-Meister! Das E-Bike als moderne Aufstiegshilfe und danach die Downhill-Strecken ins Tal runterbrausen. Unser Redakteur Franz Altmann hat die Leidenschaft zu einer neuen Sportart gefunden.

Radfahren wird nie wieder dasselbe sein. E-Bikes schwemmen die Märkte – und damit die Wälder, Radwege und vor allem: die Berge. „Des einen Freud, des andren Leid“ – nicht nur die Jägermeister beklagen den Trend, auch diejenigen, die Ruhe und Ehre der Bergsteigerschaft gefährdet sehen. Sogar ihre nächsten Verwandten – die Mountainbiker, die mit reiner Muskelkraft die Berge erklimmen – auch sie müssen nun die Wege teilen, über die die neuen Bergsportler leichtfüßig hoch- und runtersurren. Und noch viel schlimmer: Sie müssen jedem Wandersmann, den sie antreffen, zu verstehen geben, dass sie eben nicht mit E-Antrieb schummeln, sondern die würdevollen „echten“ Mountainbiker seien.

ANFÄNGLICHE SKEPSIS

Ich muss zugeben: Auch ich hab's anfangs belächelt. „E-Bikes – das ist doch für Senioren, die's nicht mehr ordentlich „datreten.“ Stimmt im Grunde – die meisten E-Bikes sehen genau so aus: Korb und/oder Gepäckträger, hoher Lenker, tiefer Einstieg, bequemer Sattel, Rücktrittbremse, großzügige Federung, Klingel und Beleuchtung. Und eben ein E-Motor, der das Treten erleichtert. Auch in meinem Bekanntenkreis fallen die Reaktionen auf das Thema E-Bike unisono ähnlich aus: Naserümpfen und verächtliche Aussagen à la „Das brauch ich noch nicht.“ Doch E-Bike geht mittlerweile auch anders. Hier schlägt eine Lebensweisheit durch, die auch in anderen Themenkreisen gelten sollte: Erst, wer's probiert hat, sollte mitreden dürfen.

ERSTER KONTAKT

Das erste E-Mountainbike, das ich fahren durfte, war gleich ein E-FATbike. Gemeint sind mit „Fat“ nicht in erster Linie die Fahrer

selbst, sondern vielmehr die Ballonreifen, die das Fahren auf lockerem Untergrund wesentlich vereinfachen. Damals, 2015 im schönen Tiroler Kaiserwinkel, ging's mir weniger um die Traktion der Reifen als vielmehr um den E-Antrieb per se: Das erste Mal mithilfe elektrischer Hummeln unterwegs, nutzte ich diese gleich mal für die Auffahrt auf eine Alm. Nicht etwa auf dem Forstweg, sondern gleich – illegalerweise – auf dem Wanderweg, der die mühsamen Serpentinien in direkter Linie auffädelt. Die Blicke der Statisten deutete ich bewundernd, wohingegen sie auch verächtlich gewesen sein konnten – mir war's ganz gleich. Den Fahrtwind im Gesicht, der die wenigen Schweißperlen im Ansatz trocknete, kam ich auf heroische Weise oben an. Heureka – das war ein Erlebnis! Fahrspaß auch aufwärts – das ist schon was anderes.

TRAILFAHREN – wo gibt's das?

Wer sich legal von den gnadenlosen Forstwegen verabschieden und die Sphären der waghalsigen Rinnenreiter aufsteigen möchte, hat es nicht ganz leicht. Als Flachland-Oberösterreicher kommt man mit Biketrails nicht zwangsläufig in Berührung, das muss man schon proaktiv angehen. Gemeint sind jene eigens angelegten Schotter- und Erdrunnen, die – mit möglichst vielen Kurven, Sprungschanzen und Hindernissen vom Gipfel ins Tal ziehen. Dazu braucht es nebst der nötigen Infrastruktur grundsätzlich mal die Schwerkraft und damit – logisch – Berge, bzw. zumindest Hügelland. Beides gibt es in Oberösterreich – im Norden das schöne Mühlviertel, im Süden das ebenso zauberhafte Alpenvorland. Nur dazwischen – im wirklich flachen Flachland – eben nicht. Aus diesem Grund standen bis dato nur ein Hardtail-Mountainbike sowie ein Rennrad in der Garage.

2019 war sozusagen der Testrun. Mit unseren „Normalo-Mountainbikes“ warfen wir uns ins Vergnügen – und gelegentlich auch in den Graben. Der Vorsicht wich alsbald die Zuversicht und wenig später der Übermut, den wir mit einigen Hechtsprüngen und Schrammen bezahlten – aber alles im Rahmen des Verschmerzbaeren – monetär als auch im eigentlichen Sinne. Das einzige Hindernis war im Grunde das Hinaufkommen auf den Berg. Mit der Gondel geht das ins Geld, auf der Mautstraßen benötigt man Fahrer und ebenfalls: Maut. Ein paarmal ließen wir so die Muskeln spielen – diese wollen sich nach 700 Höhenmetern jedoch nicht mehr so richtig auf ein Downhill-Abenteuer einlassen.

SCHWITZEN GEGEN SURREN

Dieses Jahr rückten wir mit schwererem Gerät an: Carmen Neuhauser (Sports Unlimited in Neuhofen) ließ unseren Fuhrpark um ein Surr-Eisen wachsen. Ein E-Mountainbike in einer für Mann wie Frau nutzbaren Größe – vor allem aber in einer Optik, die die schärfsten Nörgler zum Schweigen bringt: Das ist Sportlichkeit, nicht Seniorenausflug! Die Praxis gab der Kaufentscheidung recht: Nicht nur das Hochkommen auf den Berg, auch das Hinabdüsen über die Trails war von potenziertem Qualität. 25 Minuten hochsurren, 25 Minuten Abwärts-Action, inklusive erster Sprünge. Dabei bietet das E-Mountainbike aber noch weitere Vorteile, die wir nicht antizipiert hatten:

- Unterschiedliche Ambitionen: Die verschiedenen Modi (Eco, Tour, E-MTB, Turbo) lassen eine unterschiedliche Ansprüche zu: Surr die beste Frau beispielsweise auf Turbo, so muss man durchaus 150 Watt und mehr in die Pedale investieren, um im E-MTB-Modus dranzubleiben.

- Kürzeres Zeitfenster: 25 Minuten hoch – kurze Pause – 25 runter. Selbst wenn man das zweimal macht, bleibt der zeitliche Aufwand überschaubar. Das ist vor allem für Paare mit Kindern ein großer Vorteil, die die familiäre Vereinigung alsbald wieder herbeisehnen. Oder umgekehrt gedacht: In derselben Zeit bleibt einfach mehr Trail-Anteil. Das ist auch für Enthusiasten ein eindeutiger Vorteil.

- Das höhere Eigengewicht der E-Mountainbikes – in dem Fall ca. 23 kg – ist beim Abwärtsdüsen kein Nachteil: Die breiten Reifen und das hohe Gewicht lassen das E-Bike deutlich ruhiger auf der Straße bzw. in der Kurve liegen als unsere gewöhnlichen Mountainbikes.

- Uphill-Trails: Was abwärts geht, geht auch aufwärts. Technisch gesehen könnte man die Trails wohl auch aufwärts fahren. Klar sind sich „Downhiller“ und „Uphiller“ im Weg, doch mit etwas Vorsicht können Trails in beide Richtungen genutzt werden.

FAZIT

E-Trails ist eine grandiose Sache. Es ist kurzweilig und darf sich getrost als Sport bezeichnen. Nach zwei „Runs“ schmerzen Hintern, Oberschenkel und Unterarme. Ja, das gefällt uns, sodass wir künftig die Augen offenhalten werden, wo andere Trails entstehen, die mit dem E-Bike plötzlich alle möglich und interessant erscheinen. Das drohende Unheil, das vermeintlich von den neuen Bergsportlern ausgeht, sehe ich persönlich nicht. Mit etwas Hirn und Willen können wir die Berge schon gemeinsam nutzen. Klar bedarf es einen regen Diskurs, klarer Strukturen und Rahmenbedingungen, aber das haben wir als Wanderer, Skifahrer, Hundebesitzer, Jäger und Skitourengeher doch auch bewerkstelligt, oder?



01



02



03



04



TECNICA

07



05



06



08

Produkte. Innovationen. Leben.

Diese Produkte begeistern in der Sportsaison 2020, optimieren das Training, erhöhen die Sicherheit und den Funfactor. Das richtige Material macht den halben Erfolg. In diesem Sinne viel Spaß beim Ausprobieren.

01 TECNICA MACH1 TD
Skifahren in Präzision und höchster Performance mit der neuen T-Drive Technologie. Eine dynamische Carbonplatte auf der Rückseite des Skischuhs, verbindet den Schaft mit dem unteren Teil der Schale und verlängert somit die Hebelwirkung. Dadurch lässt sich der Ski noch schneller, präziser und effizienter von einer Kante auf die andere setzen.
www.blizzard-tecnica.com

02 BLIZZARD FIREBIRD WRC
Wer sich bei langen Schwüngen genauso zu Hause fühlt wie in engen, rasanten Kurven, findet mit dem FIREBIRD WRC die optimale Lösung. Österreichische Ingenieurskunst gepaart mit Carbon-Technologien, doppelter Titanal-Begurtung und Sandwich Compo und Sidewall führen zu einer perfekt abgestimmten, stabilen und präzisen Rennmaschine.
www.blizzard-tecnica.com

03 BLIZZARD ALLMOUNTAIN
Die Salzburger High Tech Ski Hersteller haben ihre erfolgreiche All Mountain Linie von BRAHMA, BLACK PEARL und Co. buchstäblich am Kern gepackt und komplett neu aufgebaut. Die TrueBlend Woodcore Technologie ermöglicht noch natürlicheres und dynamischeres Fahrverhalten und Steuerung auf Grund einer bisher nicht gekannten Komplexität des Holzkerns.
www.blizzard-tecnica.com

04 JULBO SKYDOME
Ihre Oversize-Panoramasscheibe eröffnet einen maximalen Sehwinkel und ihr rahmenloses Design garantiert eine absolut uneingeschränkte Sicht. Perfekt für Backcountry Freerider. Ultraleichte 135g und angenehmster Tragekomfort. Selbsttönende Reactive Scheiben passen sich sofort an wechselnde Lichtverhältnisse an und sorgen für optimale Sicht.
www.julbo.com

05 JULBO FURY
Mit ihrem coolen Stilfaktor, ihrer zylindrischen Scheibe mit riesigem Sichtfeld und perfekter Belüftung ist die ideale Sonnenbrille für Geschwindigkeitsfreaks. Diese leichte Brille passt bequem unter jeden Helm und garantiert jederzeit sicheren Halt. Erhältlich mit Spectron Polycarbonat-Scheiben für eine absolut klare Sicht und perfekten Schutz.
www.julbo.com

06 KYBOOT MATTERHORN
Gln KYBUN Schuhen gehen sie auf einem weich-elastischen Luftpolster, das ihre Fußrezeptoren Schritt für Schritt sanft stimuliert und stärken dabei automatisch ihre Bein- und Rumpfmuskulatur. Über 100 verschiedene Modelle für Beruf, Freizeit und Sport. Ihr KyBoot Spezialist in OÖ: Gianni Bootfitting in Gmunden.
www.gianni-bootfitting.com

07 TECNICASCHUHANPASSUNG
Der Pionier der anpassbaren Outdoorschuhe setzt seinen Weg der individuellen Schuhanpassung konsequent fort und hat inzwischen vier Modelle für unterschiedliche Einsatzgebiete im Sortiment. Dank einer revolutionären Technologie wird der Schuh auf einfache Weise und in nur 20 Minuten im Fachhandel an jeden Fuß angepasst.
www.tecnicasports.com

08 KTM SX-E5 2020
Auf in ein neues Zeitalter. Völlig emissionsfrei und mit geringer Geräuschentwicklung ist die KTM SX-E5 das Nonplusultra bei den wettbewerbsfähigen Mini-Motocross Motorrädern mit Elektroantrieb. Eine legitime Alternative zu konventionell angetriebenen 50-cm³-Motoren, die sowohl auf Anfänger als auch auf erfahrene Junioren-Rennfahrer abzielt.
www.ktm.com