

Poster für Krafttraining. ASVÖ und Regierung. Extremsport in Linz. Perspektiven für die Seele. Initiativen für Gesundheit. Hirnfutter. Süßes für Sie. Die Wüste ruft. ÖFB - Blick auf bessere Zeiten. und Sport Sport Sport ...

Kremsmünsterer Poster für das Krafttraining

Modernes Krafttraining, gegen Rücken- und Gelenkschmerzen für Freizeitsportler mit Wettkampfabitionen



„Laufen im Wohlfühltempo und ein regelmäßig durchgeführtes Krafttraining sind das Geheimnis für den anhaltenden Zulauf zum Fitnesstraining des Lauftreffs 2000 im Turn- und Sportverein Kremsmünster“, schildert Leichtathletiktrainer Mag. Karlheinz Meidinger vom TUS Kremsmünster. „Die beiden Poster sind für FreizeitsportlerInnen und Sportbegeisterte mit Wettkampfabitionen gleichermaßen geeignet.“ Als Themen nennen die Verantwortlichen das Kraft-, Koordinations- und Stabilisierungstraining. Es ist dies der 2. Teil eines Programms für den persönlichen Gebrauch. Zusammen mit Teil 1 präsentiert es mehr als hundert Übungen. Ziel hat diese „Hundertschaft an Möglichkeiten“ weiters die Koordination und die Rumpfstärke durch Krafttraining mit dem eigenen Körpergewicht zu verbessern. Dazu gibt es exakte Beschreibungen und Trainingstipps. „Asymmetrische Bewegungsabläufe in den meisten Sportarten lassen große Zugkräfte im Rumpf- und Hüftbereich wirksam werden, die nur durch ein kräftiges Muskelkorsett, wie die Bauch-, Rücken- und Hüftmuskulatur, kompensiert beziehungsweise minimiert werden können. Es gibt einen klaren Gegensatz zum Muskelkrafttraining an Maschinen: ein modernes asymmetrisches Krafttraining mit dem eigenen Körpergewicht erhöht das Gleichgewichtsgefühl und die Körperbeherrschung“, so der Kremsmünsterer Trainer. Die beiden von Mag. Karlheinz Meidinger her-

ausgegebenen Poster mit dem Titel „Kraft-, Koordinations- und Stabilisierungstraining 1 und 2“ (36x48cm, doppelseitig, glänzend) enthalten mehr als hundert (!) Abbildungen samt exakten Beschreibungen und wertvollen Trainingstipps (auf den Posterrückseiten). Die beiden Poster sollen SportlerInnen beim Laufen, Langlaufen, Radfahren, Triathlon, Skifahren und beim Ballsport helfen, ihre Leistungen zu verbessern und Verletzungen wirksam vorzubeugen. „Kraft-, Koordinations- und Stabilisierungstraining 1“ mit der ersten Hälfte der Übungen finden Sie als Beilage im aktuellen Informer. Das Poster „Kraft-, Koordinations- und Stabilisierungstraining 2“ mit der zweiten Hälfte der Übungen, können Sie im Internet sehen und bestellen unter: www.tus.kremsmuenster.at/LA Kosten: Drei Euro (zzgl. Ein Euro Versand).

Mit dem Kauf des Posters unterstützen Sie die ORF-Aktion Licht ins Dunkel. ■

ASVÖ und Regierung helfen in der „U1“ mit

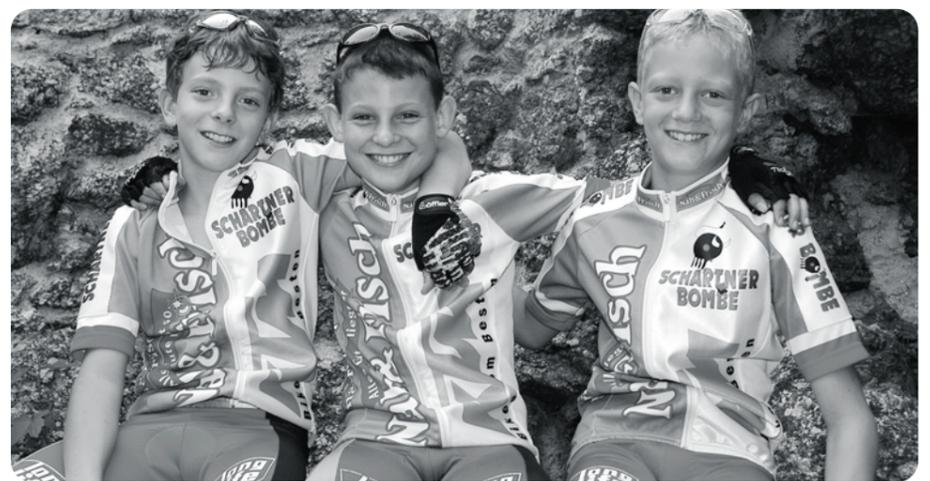
Für Jungmütter starten der Allgemeine Sportverband und das Bundeskanzleramt die Aktion „European Sports Au Pair“, kurz EU-SAP.



„Sport und Nachwuchs“ muss nicht unbedingt was mit der U8, U10, U12 oder U14 im eigenen Verein zu tun haben. Auch bei SpitzensportlerInnen kann die Doppelbelastung Familie und Beruf zum Thema werden, also

Die Highlights des ASVOÖ

Die sportlichen Großereignisse in unserem Bundesland, die Leistungen unserer Mitgliedsvereine, strahlende SiegerInnen, zufriedene OrganisatorInnen. Von der ASVÖ-Ski-Trophy bis hin zur Beteiligung unseres Sportlers Raphael Sperrer bei der Dakar-Rallye.



Ob durch zahlreiche Großveranstaltungen, zahlreiche Jubiläen oder sportpolitische Umbrüche – das Jahr 2005 hatte es in jeder Hinsicht in sich. Rein sportpolitisch, also auf Funktionärebene, wurde Oberösterreich gleich doppelt aufgewertet und das innerhalb weniger Wochen. In beiden Fällen in der Person von Kons. Siegfried Robatscher. Am elften März erging die Wahl des Österreichischen Olympischen Komitees an ihn, bereits am zweiten April wurde der bis dahin „nur“ Präsident des ASVÖ Oberösterreich zum Präsidenten des Allgemeinen Sportverbandes Österreich gewählt. Siegfried Robatscher, der neue starke Mann im heimischen Sport, ein Oberösterreicher auf der nationalen und inter-

nationalen Sportbühne. Rege ging's auch in Sachen Welt- und Europameisterschaften im „ASVÖ Land ob der Enns“ zu. Vor allem im Segelsport (Mondsee und Attersee) war Oberösterreich heuer Nabel der Sportwelt. Ebenfalls für hervorragende organisatorische Leistungen sorgten die VeranstalterInnen etwa bei der Fecht-WM im März oder der Minigolf-WM im August. Und natürlich, last but not least, die beliebten und erfolgreichen ASVÖ Oberösterreich Traditionsveranstaltungen, wie die Pyhrn-Eisenwurz-Rallye, die Ski-Trophy auf der Höss, den Granit-Marathon, den Alpin-Triathlon, die Windhaager Cross-Night oder die Traunsee Ruder Regatta, um nur einige zu nennen. **Fortsetzung Seite 3**

Geschätzte Mitglieder, werte Sportfreunde! Wiederum neigt sich ein - so glaube ich behaupten zu dürfen - erfolgreiches Sportjahr in Oberösterreich seinem Ende zu. Und ich denke, wir haben allen Grund, um mit etwas Stolz und Zufriedenheit auf unsere Arbeit in den abgelaufenen zwölf Kalendermonaten zurückzuschauen. Die Wahl eines Oberösterreichischen Präsidenten zum Präsidenten aller Landesverbände des Allgemeinen Sportverbandes in Österreich im April dieses Jahres gereicht ja nicht nur meiner Wenigkeit zur Ehre. Wir können dies sehr wohl als Bestätigung jener guten Arbeit werten, die in Oberösterreich geleistet wurde und wird.



Mit Freude und - ja, durchaus auch mit Stolz - darf ich Ihnen heute auch mitteilen, dass der Allgemeine Sportverband Österreich heute, im Dezember 2005 nicht nur zu den Mitglied stärksten in seiner Geschichte zählt, sondern mittlerweile auch zur Nummer 1 im Dachverbands-Ranking. Was könnte - abgesehen von seiner unabhängigen, überparteilichen und ideologiefreien Positionierung - mehr für die Attraktivität dieses einzigartigen Verbandes sprechen, wenn nicht seine erfolgreiche Arbeit in und für seine Vereine.

Apropos Vereine: in Abwandlung eines Sprichwortes aus dem Manager-Alltag, wonach ein Unternehmen nur so gut ist wie seine MitarbeiterInnen, sollte man an dieser Stelle freilich darauf hinweisen, dass auch ein Sportverband immer nur so gut sein kann wie seine Vereine! Und Vereine werden zu dem, was sie sind, bekanntlich von ihren FunktionärInnen und ManagerInnen „gemacht“!

Womit wir beim eigentlich Kern unseres Themas wären: im Mittelpunkt steht der einzelne Verein und seine Funktionäre. Wenn wir uns berühmte und erfolgreiche Sportgeschichten und -karrieren anschauen, dann waren und sind es immer die Einzelinitiativen die hinter den Erfolgen stehen, egal ob im sportlichen oder im organisatorischen Bereich. Das ist jetzt kein Plädoyer gegen den Teamgeist oder gegen die oft zitierten Synergieeffekte, ganz im

Gegenteil: es sind aber meist Qualität, Einsatz und Engagement des Einzelnen der in weiterer Folge das Team zusammen schweißt und dadurch Synergien ermöglicht. Die ungezählten sportlichen Ereignisse, ob Weltmeisterschaften, Europameisterschaften oder Staats- und Landesmeisterschaften, die auch 2005 wieder erfolgreich in Oberösterreich über die Bühne gingen, sind der entsprechende Beleg für diese These. So wichtig und wesentlich die Organisation und die Vereinsstruktur auch sind, es ist jedeR Einzelne, die/der daraus erst etwas macht und das Ganze zum Leben erweckt.

Mein Dank und meine Glückwünsche richten sich daher nicht einfach an unsere „Vereine“, sondern an alle einzelnen MitarbeiterInnen. Sie holen aus ihrer Position das Optimum heraus!

Und sogar mehr, wenn wir über den Tellerrand des Vereins und der Gemeinde hinausschauen und gemeinsam den Weg in die Zukunft zu gehen bereit sind. Denn der Sport war noch nie so wichtig wie heute und wird es morgen mehr denn je sein! Der gesellschaftspolitische Stellenwert des Sports wird in weiten Bereichen des Lebens zunehmend erkannt und an Bedeutung gewinnen. Neue Herausforderungen und Aufgaben werden in den kommenden Jahren auf uns zukommen - die Weichen müssen heute schon gestellt werden! Bei diesem Punkt möchte ich noch einmal mit Nachdruck auf meinen Appell im letzten

Informer hinweisen: Der ASVO Oberösterreich hat für all seine Mitgliedervereine ein Versicherungspaket geschnürt. Es ist uns nach langwierigen Recherchen, Verhandlungen mit namhaften Vertretungen des Europäischen Versicherungsmarktes gelungen, dieses Paket für Sie zusammen zu schnüren. Es ist ein Schutzprogramm, das speziell für Sie und Ihren Verein entwickelt wurde. Das Paket liegt auf dem Tisch. Nehmen Sie die ruhige Zeit und das Neue Jahr zum Anlass, sich dahin gehend zu informieren. Bedenken Sie: mit diesem Versicherungspaket können Sie im Sinne der Prävention vielen schwierigen bis existenzbedrohlichen Situationen zuvor kommen.

Zum Jahresabschluss möchte ich Ihnen allen persönlich noch einmal „Danke“ sagen. Ich danke Ihnen für Ihren Einsatz, für Ihr Engagement und für Ihre Arbeitskraft. Mögen Ihnen die kommenden Feiertage wie auch der anstehende Jahreswechsel jene Freiräume beschere, die Sie sich wünschen. Gestalten Sie die bevorstehende „ruhige Zeit“ nach Ihrem und Ihrer Familie Geschmack und genießen Sie einen hoffentlich spannenden Start in ein erfolgreiches 2006.

Mit sportlichen Grüßen
Konsulent Siegfried Robatscher
Präsident des ASVOÖ

www.asvo-sport.net

ASVÖ ALLGEMEINER SPORTVERBAND OÖ.
SMS Versand **80 SMS GRATIS**

Extremsport und Film bei Nacht in Linz Die „Extremsportfilmnacht 2005 powered by Festina“ hat am zweiten Dezember in Linz Station gemacht. 120 Minuten Action, Sport, Spannung und Spaß waren im Festsaal des Neuen Rathauses angesagt.

Nach einer mehr oder weniger langen Lernpause geht es jetzt für unsere SchülerInnen und StudentInnen wieder so richtig los. Schularbeiten, Prüfungen und Tests am laufenden Band - die lernintensiven Monate Jänner und Februar stehen vor der Tür und sind entscheidend für ein erfolgreiches Halbjahr. Alle wollen ansprechende Denkleistungen vollbringen und sich optimal konzentrieren können. Gute Grundvoraussetzungen liefern entsprechende Hilfen aus der eigenen Küche. Alles in allem gehören Hirnleistung und Lecithin untrennbar zusammen, also wenig Lecithin - weniger Hirnleistung. Lecithin hat eine Vitamin ähnliche Wirkung, unser Körper kann es aber, im Gegensatz zu den Vitaminen, selber herstellen. Lecithin setzt sich aus zwei Fettsäuren und Cholin zusammen. Dieses Cholin ist Bestandteil von Acetylcholin, einem Botenstoff des Gehirnes, der bei der Übertragung von Nervenimpulsen beteiligt ist. Außerdem hilft es Ablagerungen in Gefäßen zu verhindern. Lecithin ist ein so genannter „Emul-

gator“ und wird vielen Lebensmitteln wie Mayonnaise, Margarine, Brot, Backwaren, Schokolade und Speiseeis zugesetzt. Studien zeigen, dass Lecithin hauptsächlich das Aufnahmevermögen für neue Informationen, also das Kurzzeitgedächtnis steigert. Vitamine und Mineralstoffe sorgen für die Produktion der Botenstoffe im Gehirn sowie für die Verwertung von Energie. Sie schützen auch das Gehirn vor Schäden durch frei Radikale.



3 JAHRE GARANTIE bis max. 100.000 km www.landrover.at

LAND ROVER DISCOVERY 3
NUR EINER KANN ALLES AM BESTEN.

NUR KURZE ZEIT: 7-Sitz-Paket im Wert von bis zu € 1.714,- GRATIS!

- Terrain Response™ für optimale Traktion auf jedem Untergrund
- 8 Airbags, DSC, HDC, Integrated Body-Frame u. v. m. bieten Sicherheit in allen Situationen
- Drehmomentstarker TDV6 Motor mit CommonRail-Technologie der 2. Generation und 190 PS
- 1 Tag Land Rover Experience On- und Offroad-Training im Wert von € 200,- gratis!

EXPERIENCE
www.landroverexperience.at

JAGUAR & LAND ROVER CENTER GUMUNDEN
Vöcklabruckner Straße 47
4812 Pinsdorf/Gmunden
Tel.: 07612/77 4 77 - 0

DISCOVERY 3 Eis, Sand, Felsen, Schlamm und Asphalt haben wir nicht erfunden, aber die Technik dafür. Mit Ihrem intelligenten Co-Piloten Terrain Response™ stellen Sie den neuen DISCOVERY 3 per Knopfdruck spielend leicht auf jeden Untergrund ein. So bleiben Sie selbst unter härtesten Bedingungen ganz entspannt. Mit reichlich Platz für bis zu 7 Personen. Ab sofort bei Ihrem Land Rover Partner.

GO BEYOND™

Umweltinformation: DISCOVERY 3 TdV6 Kraftstoffverbrauch 9,4l/100 km, CO₂-Emission 249 g/km. Symbolfoto.

Fortsetzung Coverstory: Tolle und erfolgreiche Veranstaltungen wie die Segel-Weltmeisterschaften am Mondsee und Attersee, Kons. Siegfried Robatscher's Wahl zum ASVÖ Präsidenten, zahlreiche Jubiläen unserer Sportvereine und Erfolge unserer Masters bei Judo und Schwimmen.

29. Jänner
nach sechs Jahren Pause gibt es wieder ein Schauturnen in Linz, erstmals in der Sport-hauptschule Kleinmünchen.

30. Jänner
ASVÖ Ski Trophy auf der Höss, 25 Vereine haben bei 18 Grad unter Null um den ASVÖ Landesmeister in zwanzig Kategorien gekämpft.

11. März
ASVÖ-Präsident Kons. Siegfried Robatscher wird in das ÖOC gewählt.

20. bis 30. März
Toll organisierte Fecht-WM in Linz, FechterInnen aus 70 Nationen waren am Start.

2. April
ASVÖ-Präsident Siegfried Robatscher wird zum ASVÖ-Präsidenten gewählt. Robatscher ist Sportfunktionär des Jahres, Oberösterreich in Wien eine starke Vertretung und eine gewichtige Stimme bei Entscheidungen

22. und 23. April
die Pyhrn Eisenwurzen Rallye wird zum letzten Mal unter diesem Namen veranstaltet, erfolgreich und vor zigtausenden ZuseherInnen. In Zukunft wird die traditionelle Rallye unter der Federführung von Organisator Raphael Sperrer Ostarrichi-Rallye heißen. Der offizielle Start der neuen Veranstaltung wird in der Landeshauptstadt Linz über die Bühne gehen.

10. Juni
der ASVÖ Alpintriathlon ist in seine 19.

Runde gegangen. Das extreme Wetter verlangte den AthletInnen alles ab.

25. und 26. Juni
in Kleinzell geht der ASVÖ Granit-Marathon über die Bühne. 700 Biker, begeisterten zigtausende ZuschauerInnen.

13. bis 23. Juli
Yngling Weltmeisterschaft am Mondsee brachte nach vier Jahrzehnten wieder eine Olympische Segelklasse nach Oberösterreich.

27. Juni
der Neumarkter Helmut Gföllner triumphiert bei der Judo Masters WM in Toronto und holt sich wenige Monate später auch den EM Titel in London.

23. Juli
die Traunsee Ruder Regatta wird bereits zum 34. Mal ausgetragen und lockt mehr als 200 Mannschaften und Einzelrunder ab den Start.

24. Juli
ASVÖ Cross Night in Windhaag sorgt für Spektakel, inklusive Stunts, Sport, Action und eine Riesenparty im Bezirk Perg.

17. und 18. August
die Hundesportfreunde treffen sich zum Landessiegerbewerb in Ried/Innkreis.

16. bis 21. August
Erfolge am laufenden Band für unsere Schwimm-Oldies. Bei den Masters in Stockholm regnet es Medaillen für unsere Damen und Herren aus Oberösterreich.

24. bis 27. August
in Steyr geht mit der Minigolf-WM eine organisatorische wie sportliche Großveranstaltung über die Bühne.

9. bis 17. September
die Tempest Segelklasse ist zu ihrem vierzigjährigen Jubiläum zu Gast am Attersee.

24. und 25. September
Oberösterreichs Handball Nachwuchs gewinnt bei den Vergleichskämpfen in Traun bei Mädchen und Burschen jeweils Silber.

10. Oktober
der Kirchdorfer Raphael Sperrer gibt bekannt, bei der heurigen Dakar-Rallye zum Silvestertag, als erster Österreicher auf vier Rädern überhaupt, an den Start zu gehen.

Runde Geburtstage

Die Mitgliedvereine des Allgemeinen Sportverbandes Oberösterreich feierten im abgelaufenen Sportjahr 2005 zahlreiche runde Jubiläen. Hier finden Sie einen kleinen Auszug der runden Geburtstage, der Informer gratuliert!

Turnverein Gallspach	50 Jahre
ESV Mühlthal/Neufelden	50 Jahre
SV Garsten	60 Jahre
TSV Grein	70 Jahre
SV Traun	80 Jahre
Turnverein Aschach	100 Jahre

Mit Sport Perspektiven für die Seele schaffen

Liebe ASVÖ SportlerInnen, ich hoffe, Sie haben bereits den sehr interessanten Artikel „Depression wird zur Volkskrankheit“ in der Rubrik Gesundheit und Service gelesen. Die „krankhafte Niedergeschlagenheit“ setzt vielen Menschen gerade um die Weihnachtszeit zu. Gegen die Depression ist natürlich der Sport möglicherweise „der Schlüssel“ zum bleibenden Erfolg. Insbesondere Bewegung an der frischen Luft und das so oft wie möglich. Am Besten über eine Dauer von mindestens einer Stunde - das ist eine ideale



Voraussetzung im Kampf gegen ein seelisches Tief. Die Dauer über eine Stunde deswegen, weil es in den meisten Fällen zu einer Ausschüttung der Glückshormone, der sogenannten Endorphine kommt. Diese hellen nachhaltig ihre Stimmung auf. Als kleiner Geheimtipp empfiehlt sich sportliche Betätigung oberhalb der Nebelgrenze. Sei es Ski laufen, Langlaufen, Schneewandern, Bergtouren gehen oder ähnliches, weil es gerade hier zu einer Symbiose der „natürlichen Lichttherapie“ und der Endorphinausschüttung durch Bewegung kommt. Auch der damit verbundene Blick in die Ferne erzeugt Weitblick und, wenn sie es so wollen, auch „Perspektiven für die Seele“. Wenn wir gemeinsam in einer Gruppe unterwegs sind, erfüllt das soziale Bedürfnisse. Es hat verbindenden Charakter und die daraus resultierende nächste Aktivität wirkt sich entscheidend auf die persönliche Stimmungslage aus. Angenehmer Nebeneffekt solcher Tätigkeiten ist, der - gerade in der Weihnachtszeit auftretenden - Gewichtszunahme erfolgreich entgegen zu wirken. Wie wir alle wissen, wirkt sich ein positives Körpergefühl auch positiv auf unsere Seele aus. Für das Jahr 2006 und die damit verbundenen Vorsätze empfehle ich Ihnen das erprobte chinesische Vorgehen des „Weges der kleinen Schritte“: nehmen Sie sich nur das vor, was Sie auch erreichen können. Sobald sie einen dieser kleinen Schritte gesetzt haben, definieren Sie ihr nächstes, kleines Ziel.

In diesem Sinne wünsche Ich Ihnen einen guten Rutsch und ein gesundes sowie sportlich aktives Jahr 2006

Ihr
ASVÖ Sport-Doc
Christian Angleitner

Doppelsilber für Oberösterreichs Handball-Jugend

Tolle Erfolge für unseren ASVÖ Handball Nachwuchs beim Jugend Bundesländerturnier in Traun. Die Organisatoren haben für den Vergleichskampf mit internationaler Beteiligung einen tollen Rahmen geschaffen und dazu zwei Mal Silber errungen.



„Der SK Pastl Traun hat für die TeilnehmerInnen hervorragende Voraussetzungen geschaffen. Um so schöner, dass unsere AthletInnen so hervorragend abgeschnitten haben“, ist Landesfachwart für Handball und Vizepräsident Wieland Wolfsgruber von der

Veranstaltung am 24. und 25. September in Traun begeistert. 140 junge SportlerInnen haben an den Vergleichskämpfen in Traun teilgenommen. Für die Organisation verantwortlich waren das Team um Manfred Steinmaurer, Vilim Mazur und Manfred Bokesch.

Und sie sahen hervorragende Leistungen unserer HandballerInnen. Bei den Damen hatte sich das Team aus Oberösterreich nur denkbar knapp geschlagen geben. Punktgleich mit den Niederösterreicherinnen mussten sie sich lediglich wegen der schlechteren Tordifferenz auf Platz zwei verweisen lassen. Besonders unglücklich, da die Oberösterreicherinnen im direkten Duell 12:11 gewonnen haben, leider aber gegen Steiermark eine überraschend hohe 14:19-Niederlage einstecken mussten. Auch unser männlicher ASVÖ Nachwuchs hat sich hervorragend geschlagen: unsere Burschen mussten sich lediglich den angehenden U17 Profis des internationalen Renommierklubs SC Magdeburg aus Deutschland geschlagen geben. Mit den Siegen gegen Kärnten (25:15) sowie Steiermark (20:18) zeigten unsere Handballer aber auf jeden Fall auf, wo der „Bartl den Most im Handball-Österreich holt“, wie ein erfreuter Zuschauer bei der Siegerehrung meinte. ■

Initiativen für Gesundheit und Bewegung an den heimischen Schulen

„Gesund & Munter“ gegen auffallende Haltungsschwächen der SchülerInnen. SchulärztInnen und LeibeserzieherInnen gemeinsam „Klug & Fit“ gegen Defizite und für Ausgleichsmöglichkeiten. Bei „Gemeinsam & Aktiv“ arbeiten Sportvereine und Schulen zusammen.



In der Initiative „Gemeinsam & Aktiv“ arbeiten die Sportvereine in dem Gesamtkonzept in den Schulen mit. Geht es nach dem Bundesministerium für Wissenschaft, Bildung und Kultur ist es ab der neunten Schulstufe besonders wichtig, dass SchülerInnen innerhalb der Schule zum Sporttreiben aller Art angeregt werden. Um den unterschiedlichen

Interessen der Jugendlichen gerecht zu werden, müssen ihnen Einrichtungen nahe gebracht werden, in denen außerhalb der Schule und später auch über die Schulzeit hinaus ein Bewegungsangebot genutzt werden kann. Es soll daher eine Zusammenarbeit jeder Schule mit allen Einrichtungen, die in der Umgebung Sport anbieten, entstehen: also

mit Sportvereine genauso wie in Anlagen der Gemeinden und auch mit Angeboten kommerzieller Sportschulen. Die zweite Initiative des Ministeriums trägt den Namen „Gesund & Munter“ und ist für Kinder zwischen sieben und zehn Jahren gedacht. Für die Volksschule gilt ganz allgemein, dass sich Kinder täglich zumindest einmal ausreichend bewegen sollen. Nicht nur in den Turnstunden, sondern auch in anderen Gegenständen und in den Pausen soll dem langen Stillsitzen entgegengewirkt werden. Oft ist es ganz besonders wichtig, dass auch in den Unterrichtsstunden selbst unterbrochen und mit gezielten Übungen für die richtige Haltung gesorgt wird. Diese Maßnahmen werden ergänzt durch Schüler gerechte Möbel und Hinweise auf das richtige Tragen der Schultasche. Sportvereine und andere Sportanbieter sollen ihre Programme auf einer geeigneten auffallenden Fläche in den Schulen bekannt geben. Schülerinnen und Schüler sitzen sehr oft falsch und häufig auch auf nicht passenden Schulmöbeln. So manches Mal würde eine mehrfache Kontrolle im Schuljahr hier schon Abhilfe schaffen. Kinder tragen falsche Schultaschen, zu schwere Schultaschen und verstärken damit ihre Haltungsschwächen. Auch hier kann Beratung unter

Einbeziehung der Eltern viel Gutes tun. Durch das Aufgreifen der Vorschläge von „Gesund & Munter“ haben sich die Haltungsauffälligkeiten der Schülerinnen und Schüler nachweisbar verringert, so die InitiatorInnen. In der Aktion „Klug & Fit“ wirken SchulärztInnen und LeibeserzieherInnen verstärkt dahingehend zusammen, dass Defizite rechtzeitig erkannt und Ausgleichsmöglichkeiten angeboten werden, wie etwa im Rahmen von Unverbindlichen Übungen. Wichtigstes Ziel dieser Aktion soll sein, für einzelne Schulstufen durch sportmotorische Tests und Muskelfunktionsprüfungen - gemeinsam mit SchulärztInnen - Motorik und Haltung der SchülerInnen zu beurteilen. Die Gestaltung und Differenzierung des Sportunterrichts und die Wahl der Inhalte von Schulveranstaltungen sollen sich daran ausrichten. Nach den Möglichkeiten in der Schule können sowohl Defizite aufgeholt als auch Begabungen der Jugendlichen gefördert werden.

Das Begleitvideo zur Aktion „Klug und Fit“ können Sie über das Bundesministerium bestellen.

Weitere Informationen unter www.bewegung.ac.at.

Depression wird zur Volkskrankheit JedeR Vierte fühlt den Herbst- und Winterblues. Das

ergibt eine aktuelle Umfrage des GfK-Fessel-Institutes. Weltweit leiden rund 100 Millionen Menschen an Depressionen. In Österreich gibt es etwa 400.000 Betroffene. Kampf gegen SAD (Saisonabhängige Depression) etwa durch Lichttherapie, regelmäßigen Ausdauersport und alte Hausmittel wie Johanniskraut.

Nebel, alles grau in grau, Kälte und Dunkelheit – wenn die Tage kürzer sind, sinkt bei vielen Menschen die Stimmung. Seit Wochen leiden viele Menschen auch in unserem Bundesland unter der so genannten „Saisonabhängigen Depression“, von MedizinerInnen kurz SAD (englisch: traurig) genannt. Nach letzten Untersuchungen sind zehn Prozent von SAD betroffen, jedeR Vierte fühlt sich depressiv verstimmt (aktuelle Untersuchung GfK-Fessel-Institut). Gründe für eine handfeste Depression können familiäre Probleme sein, gefolgt von beruflichen, gesundheitlichen und finanziellen. Frauen sind fast doppelt so häufig betroffen wie Männer, geschiedene Menschen am häufigsten. Die Reaktionen sind auch geschlechtsspezifisch unterschiedlich. Frauen ziehen sich eher innerlich zurück, Männer dagegen reagieren mit erhöhter Aggressivität, inklusive verstärktem Alkoholmissbrauch. Geht es nach ExpertInnen wird bis zum Jahr 2020 die Depression die dritthäufigste Krankheit (nach Krebs und Herz/Kreislaufkrankungen) sein. Im Vordergrund der SAD-Beschwerden stehen vermehrter Appetit, Stimmungsschwankungen, hohes Schlafbedürfnis mit Müdigkeit am Tag und der Heißhunger auf Süßigkeiten. Als eine der Hauptursachen für diese Form der Depression gilt der Mangel an Licht und damit das Defizit an Glückshormonen. Zur Erklärung: diese Glückshormone, genannt Endorphine, produziert unser Körper verstärkt durch Einfluss von Licht. Außerdem schüttet der Körper mehr Serotonin aus (ist ein Nervenbotenstoff, der



die Stimmung aufhellt). Diese beiden Stoffe gibt es in den Jahreszeiten Herbst und Winter schon alleine durch die kurzen Tage und langen Nächte weniger. Stattdessen produziert unser Körper Melatonin, und das wiederum macht uns müde und antriebslos. Wer über mehrere Wochen unter Symptomen einer Depression leidet, sollte auf jeden Fall medizinischen Rat einholen. „Bei der Behandlung einer SAD steht an erster Stelle die Therapie mit hellem, weißem Licht“, erklärt Dr. Edda Pjrek vom AKH Wien. „Die Lichttherapie führt bei etwa achtzig Prozent der SAD-PatientInnen zur Verbesserung der Beschwerden.“ Diese Behandlungsmethode wirkt über das Auge. Lichtimpulse erreichen die Retina (Netzhaut), werden in Nervenimpulse umgewandelt und an das Hirn weitergeleitet. Als Lichtquelle nehmen die

TherapeutInnen meist jene Strahlen her, die das gesamte Spektrum enthalten, mit Ausnahme des UV-Anteils. Sechs bis vierzig Watt-Leuchtstoffröhren werden verwendet, untergebracht in einem tragbaren Kunststoffgehäuse und bei der Behandlung sechzig bis achtzig Zentimeter vom Patienten entfernt. „Es werden Lichtquellen mit 2.500 bis 10.000 Lux verwendet. Pro Minute wird ein paar Sekunden direkt ins Licht geschaut. Das können Sie problemlos bei alltäglichen Tätigkeiten machen wie Lesen, Schreiben und Essen“, setzt Dr. Pjrek fort. Diese Lux-Stärke entspricht etwa der Lichtmenge, die wir registrieren, wenn wir an einem Frühlingstag aus dem Fenster blicken. Ein anderes Mittel kommt aus dem Kräutergarten, wird aber von einem Teil der WissenschaftlerInnen in seiner Wirkung angezweifelt. Johanniskraut soll - in

der richtigen Dosis - Nerven beruhigend und antidepressiv wirken. Geht es nach den BefürworterInnen, ist das Johanniskraut auch für eine mehrmonatige Nachbehandlung geeignet, da die Nebenwirkungen äußerst gering sein sollen. Ebenfalls „gut gegen Depressionen“ ist, laut aktuellen Studien, regelmäßiger Ausdauersport, wie etwa Lauftraining oder Walken. Die Glückshormone Endorphine werden dadurch aufgebaut, Stress und Anspannung dagegen reduziert (Mehr dazu in der Kolumne auf Seite 3). Der Ausbruch von Depressionen ist weder auf eine bestimmte Jahreszeit gebunden noch reduziert er sich auf spezielle Bevölkerungsgruppen. Diese Krankheit betrifft Menschen aller Altersschichten, allerdings mehrheitlich Frauen. Derzeit erkranken etwa 20 bis 25 Prozent aller Frauen und sieben bis zwölf Prozent aller Männer zumindest einmal im Laufe ihres Lebens an der „krankhaften Traurigkeit“. Obwohl Depression in jedem Alter vorkommen kann, ist sie besonders häufig bei älteren Menschen anzutreffen. Krankheit, Einsamkeit sowie der Verlust von Angehörigen und Freunden sind oft die Gründe. Bei jüngeren Menschen liegen die Ursachen häufig in psychosozialen Faktoren. Stress und Versagensängste sind mögliche Auslöser. Weltweit leiden rund 100 Millionen Menschen an Depressionen, in Österreich gibt es etwa 400.000 Betroffene.

Mehr Information und Rat finden Sie z.B. unter www.nein-zur-depression.at oder unter www.hpe.at

Eislaufen und Eishockey fordern viele Verletzte Alleine in Österreich kommen 7.000 Hobby-SportlerInnen vom Eis direkt ins Krankenhaus. Das ergibt eine Studie des „Institutes für Sicher Leben“. Besonders Kinder sind betroffen.



Mehr als eine Million Menschen üben den Sport am Eis in Österreich gelegentlich bis regelmäßig aus. In den letzten Jahren ist die Zahl der Verletzten merkbar und kontinuierlich gestiegen. Rupert Kisser vom Institut Sicher Leben: „Sport ist gesund, fördert Ausdauer und Gleichgewicht. Man sollte sich aber gleichzeitig überlegen, wie man sich richtig und sinnvoll vor Verletzungen schützen kann.“ 7.000 FreizeitsportlerInnen verun-

glücken jährlich in Österreich beim Eislaufen und Eishockey Spielen. Besonders betroffen sind, laut Studie, die Kinder. „Der Anteil der Verletzten unter 15-jährigen beträgt etwa vierzig Prozent“, legt Kisser die alarmierenden Zahlen auf den Tisch. Die häufigsten Verletzungen passieren durch Stürze auf dem Eis. Etwa die Hälfte der Verletzten landet im Krankenhaus und verlässt das Spital mit Gips an Unterarm, Handgelenk oder Finger. Ebenfalls häufig werden Prellungen sowie Sehnen- und Muskelverletzungen diagnostiziert. Speziell bei Kindern treten auch oft Kopfverletzungen auf. Geht es nach den Verantwortlichen der Studie werde von den FreizeitsportlerInnen selbst zu wenig für die Sicherheit getan. „Mit wenigen Schritten kann schon eine große Wirkung erreicht werden. Dicke, gefütterte Handschuhe für gute Dämpfung beim Aufprall etwa. Und sorgfältige Wahl bei den Schlittschuhen, veraltete und nicht richtig gewartete Kufen erhöhen die Sturzgefahr“, so Kisser. Er appelliert gleichzeitig auch an die Sportartikel Hersteller: „Sie sollten Eislaufhandschuhe mit Protektoren entwickeln – ähnlich, wie es sie für das Inline Skaten gibt“.

Ausbildung für Qigong und Taiji InstructorIn In Linz kann man derzeit eine neue Laufbahn im Bereich der Gesundheitspflege einschlagen. Wie Sie sich Methoden aus der chinesischen Körper- und Geisteskultur aneignen können.



Seit wenigen Wochen pauken angehende Qigong und Taiji Instruktoren beim Wirtschaftsförderungsinstitut für ihr Diplom. Über einen Zeitraum von drei Jahren und mit einem Gesamtvolumen von 449 Unterrichtseinheiten bringt der Ausbilder den Azubis die umfassende fernöstliche Gesundheitspflege bei. Ziel ist es, durch regelmäßiges Üben den Bewegungsapparat geschmeidig und elastisch zu halten. „Es stärkt Sehnen, Gelenk sowie Knochen und hat positive Auswirkungen auf das Herz-Kreislauf-System. Das Gleichgewichts- und Koordinationsvermögen, Ausdauerleistung, Konzentrations- und Entspannungsfähigkeit werden gesteigert“, so ein Qigong- und Taiji-Instructor zu dieser neuen Ausbildung am WIFI-Linz. Zielgruppe für den dreijährigen Kurs sind demnach in erster Linie BeraterInnen, TherapeutInnen, TrainerInnen, PädagogInnen sowie Menschen in Wellness-Berufen. Geleitet wird der aktuelle WIFI-Kurs von Alois Riedler. Aufgrund der Nachfrage dürfte bereits in der ersten Jahreshälfte 2006 ein Folgekurs angeboten werden.

Mehr zur InstructorIn-Ausbildung unter www.ooe.wifi.at

Futter für das Hirn Lecithin und Co. fördern das Oberstübchen. Plus weitere Tipps für das schulische Halbjahresfinale der Sprösslinge, wie Vitamine A, E, B1, B12, Folsäure, Vitamin C und Spurenelemente.

Nach einer mehr oder weniger langen Lernpause geht es jetzt für unsere SchülerInnen und StudentInnen wieder so richtig los. Schularbeiten, Prüfungen und Tests am laufenden Band - die lernintensiven Monate Jänner und Februar stehen vor der Tür und sind entscheidend für ein erfolgreiches Halbjahr. Alle wollen ansprechende Denkleistungen vollbringen und sich optimal konzentrieren können. Gute Grundvoraussetzungen liefern entsprechende Hilfen aus der eigenen Küche. Alles in allem gehören Hirnleistung und Lecithin untrennbar zusammen, also wenig Lecithin - weniger Hirnleistung. Lecithin hat eine Vitamin ähnliche Wirkung, unser Körper kann es aber, im Gegensatz zu den Vitaminen, selber herstellen. Lecithin setzt sich aus zwei Fettsäuren und Cholin zusammen. Dieses Cholin ist Bestandteil von Acetylcholin, einem Botenstoff des Gehirnes, der bei der Übertragung von Nervenimpulsen beteiligt ist. Außerdem hilft es Ablagerungen in Gefäßen zu verhindern. Lecithin ist ein so genannter „Emulgator“ und wird vielen Lebensmitteln wie Mayonnaise, Margarine, Brot, Backwaren, Schokolade und Speiseeis zugesetzt. Studien zeigen, dass Lecithin hauptsächlich das Aufnahmevermögen für neue Informationen, also das Kurzzeitgedächtnis steigert. Vitamine und Mineralstoffe sorgen für die Produktion der Botenstoffe im Gehirn sowie für die Verwertung von Energie. Sie schützen auch das Gehirn vor Schäden durch frei Radikale.



Der Cocktail für Ihre Hirnnahrung

Lecithin gibt es reichhaltig in: Eidotter, Haferflocken, Hefe, Fisch, Fleisch, Soja und Weizenkeimen. **Vitamin/Provitamin A:** in Algen, Broccoli, Butter, Käse, Leber, Marillen, Melonen und roten Rüben. **Vitamin E:** in Karotten, Kopfsalat, Kraut, Nüssen und Pflanzenöl. **Vitamin B1:** in Hülsenfrüchten, Nüssen, Schweinefleisch, Vollkorn und Weizenkeimen. **Vitamin B6:** in Fisch, Gemüse, Hühner- und Schweinefleisch. **Vitamin B12:** in Eiern, Fisch, Fleisch und Milch. **Folsäure:** in Gurken, Leber, Salat, Spargel, Spinat und Tomaten. **Vitamin C:** in frischem Gemüse, Hagebutten, Sanddorn, frischem Obst und Zitrusfrüchten. **Spurenelemente:** wichtig für die Gehirnnahrung sind Eisen, Jod, Kalzium, Kupfer, Magnesium, Natrium, Phosphor und Zink.

Süßes für SIE – Deftiges für IHN Frauen trösten sich mit dem Essen über Dinge hinweg, Männer belohnen sich mit Leckereien. Die Art des Genusses von „Comfort Food“ ist laut aktuellen US-Studien klar abhängig vom Geschlecht.



Sind Frauen traurig oder einsam, trösten sie sich häufig mit süßen oder fetthaltigen Speisen. Männer dürften zur Nahrung dagegen einen „positiveren Bezug“ haben. Sie essen, wenn sie gute Laune haben und bevorzugen als „Seelenfutter“ deftige Suppen oder Steaks. So lautet das Fazit einer Studie, für die rund 280 TeilnehmerInnen befragt wurden. In manchen Lebenslagen essen Menschen, um ihr seelisches Wohlbefinden zu fördern. Dabei ist die Wahl des so genannten „Comfort Food“ auch vom Geschlecht abhängig, haben WissenschaftlerInnen der Cornell Universität entdeckt. In einer Umfrage stellte sich heraus, dass weibliche Teilnehmer in Stresssituationen häufig zu kalorienreichen Snacks wie Schokolade und Eiscreme greifen. „Solche Produkte mit einem hohen Zucker- und Fettgehalt sind besonders geeignet, trübe Gedanken zu vertreiben“, erläutert Jordan LeBel von der Cornell Universität in Ithaca.

Nahrungsmittel mit weniger Kalorien wie etwa Suppe, Obst oder Gemüse werden sehr oft mit positiven Gefühlen in Verbindung gebracht und sollen diese sogar verstärken können. Im Nachhinein wecken Heißhungerattacken bei Frauen Schuldgefühle, da sie eine Gewichtszunahme fürchten. Auch positive Empfindungen können das Essverhalten beeinflussen - zumindest bei Männern. Sie belohnen sich mit deftigen Gerichten, wenn sie in Hochstimmung sind und optimistisch in die Zukunft blicken. Grundsätzlich ergibt sich aus den Studien der ForscherInnen die Schlussfolgerung, dass sich diejenigen für gesündere Nahrungsmittel entscheiden, die weniger Sorgen haben oder zumindest sich weniger Sorgen machen. Grundsätzlich gilt für beide Geschlechter: verärgerte ZeitgenossInnen (solange nicht VegetarierInnen) essen mit Vorliebe bissfestes Fleisch um sich abzureagieren. Trauer lässt uns eher zu Süßem greifen. Einsamkeit will den Magen schnell und gut gefüllt haben, am ehesten mit Reis oder Nudeln. Gestresste Menschen sind besonders „scharf“ auf Kartoffelchips, Sojasaucen und Zwiebel. Schenkt man einer anderen Studie Glauben, trösten sich sehr viele Menschen mit Brot und Keksen, vor allem wenn sie deprimiert oder sexuell frustriert sind. Einschränkung der StudienverfasserInnen, besonders zur Jahreszeit passend: nicht jedeR die/der gerne Keks ist, sei allerdings von Depressionen oder einer sexuellen Frustration befallen.

Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer: Ein echtes Vorzeigeprojekt

Der Spitzensport nimmt eine Vorbildfunktion für die gesamte Sportbewegung in Oberösterreich ein. Vom Spitzensport gehen wichtige Impulse für den Breitensport aus. Der Breitensport ist aber auch Voraussetzung für den Spitzensport.



Wir müssen daher für Sportstätten sorgen, die den Anforderungen eines modernen Sportbetriebes gerecht werden. Wir haben mit dem Linzer Olympiazentrum ein echtes

Vorzeigeprojekt geschaffen, das unseren AthletenInnen bestmögliche sportliche und sportmedizinische Rahmenbedingungen bringt. In den Genuss dieser optimalen Betreuung kommen nicht nur die arrivierten SportlerInnen, sondern auch die hoffnungsvollsten heimischen Nachwuchstalente. Wir sind im Sport bundesweit an der Spitze, und können auch hervorragende internationale Erfolge vorweisen. Das Sportjahr 2005 stand vor allem im Zeichen unserer „Power Frauen“. Stellvertretend für alle nenne ich hier unsere Tischtennis-Europameisterin Liu Jia und die dritte der Judo-Weltmeisterschaften, Sabrina Filzmoser, die mit ihren großartigen Leistungen exzellente Bot-

schafterinnen unseres Landes in der ganzen Welt darstellen. Wir alle wissen, jene, die Edelmetall erringen und jene, die Edelmetall schmieden, vollbringen gleichermaßen Hervorragendes. Es sind aber nicht nur die Medaillen und Platzierungen, die uns Hochachtung abverlangen. Es ist auch die Tatsache, dass in unserem Bundesland mehr als 50.000 ehrenamtliche Funktionäre in mehr als 3.000 Vereinen tätig sind, die wertvollste Basis- und Aufbauarbeit leisten. All das und vieles mehr können Sie im Sportjahrbuch nachlesen. Herausgeber Max Stöger stellt auch heuer wieder den Menschen hinter dem Sportler ins Rampenlicht. Dieses Buch ist eine Pflichtlektüre für alle Sportbegeisterten! ■



Die Wüste ruft – Sperrer kommt

Wenige Tage sind es noch. Die Sahara hat den ersten Österreicher auf vier Rädern gerufen. Unser Motorsport-Aushängeschild Raphael Sperrer aus Kirchdorf hat ein oberstes Ziel: bei seiner ersten Dakar-Rallye mit Buggy und neuem Co-Piloten Ola Floene das Ziel an der afrikanischen Westküste zu erreichen - und das möglichst erfolgreich. Wenige Tage vor der Abreise gab es im Linzer Landhaus eine Pressekonferenz mit regionaler und internationaler Beteiligung mit feierlicher Verabschiedung durch Landeshauptmann Pühringer und ASVÖ Präsidenten Robatscher.



4.60 Meter lang, 2,20 breit und 1.80 hoch. Innen Kohlefaser überall, ein hoch gesetzter Schalthebel, viele Knöpfe, kleine Schalter und Anzeigen. Der spektakuläre Mittelmotor-Buggy von Raphael Sperrer ist bereits auf seine Reise Richtung Portugal zum Startpunkt der ersten Etappe gegangen, sein Pilot mit ihm. Gedanklich ist Sperrer aber schon an der afrikanischen Westküste im Rallye-Mekka Dakar, wo die 15te und letzte Etappe der höllischen Wüstenrallye Mitte Jänner Endstation macht. Das ist auch sein erklärtes Ziel.

Davor gibt es aber jede Menge Hindernisse zu überwinden: 9.043 Rallye-Kilometer, die „einem Alles abverlangen“. Auf europäischem Boden in Portugal und Spanien mehr als 900 an zwei Tagen. Vom zweiten bis siebten Jänner geht es dann ohne Verschnaufpause für Mensch und Material von Nador bis Nouakchott, mehr als 4.000 Kilometer in einer knappen Woche, dann folgt der erste Ruhetag. Einen Tag den alle brauchen, kommt doch gleich die längste „Stage“. Von Nouakchott bis Kiffa - eine harte Bewährungsprobe für das bis dahin sicher schon stark dezimierte StarterInnenfeld über 874 Kilometern -

anschließend noch sandige und staubige weitere gut 4.000 Kilometer durch den Westen Afrikas, ehe die Besten der Besten das Grand Finale in Dakar feiern dürfen. Die Top Drei des letzten Jahres haben klingende Namen. Stephan Peterhansel, Luc Alphand (beide FRA, auf Mitsubishi) oder die Deutsche Jutta Kleinschmidt (VW).

Sperrer mit perfektem Team

Der Kirchdorfer wird zum Jahreswechsel die Rallye Dakar 2006 für das „Raphael Sperrer Gauloises Team“ bestreiten. „Ich habe immer gewusst, dass ich eines Tages diese Rallye bestreiten würde“, sagt Sperrer. „Nach mehr als zwei Jahren Pause ist es für mich höchste Zeit, hinter Lenkrad zurück zu kehren. Ich habe schon Erfahrung mit Hitzeschlachten, ich bin die Dubai Rallye gefahren, war in Südafrika am Start und auch bei zehn anderen Rallye-WM-Läufen.“ Das bedeutet die Rückkehr des sechsmaligen österreichischen Rallyemeisters in die aktive Rennszene nach einer zweijährigen Pause. Und das Medieninteresse ist enorm. Am 12. Dezember gab Sperrer eine Pressekonferenz im Linzer Landhaus. Mehr als

zwanzig VertreterInnen regionaler, nationaler und internationaler Medien von Zeitung, Funk und Fernsehen ließen sich die Show nicht entgehen. Unter den zahlreichen Ehrengästen waren Boris Greiner, MBA (Greiner Holding), Karoline Haidlmair (Haidlmair Werkzeugbau), Landtagspräsidentin Angela Ortner, Dir. Jörg Rigger (Wohnbau 2000), Dr. Erich Schönleit-



ner (C+C Pfeiffer), Ing. DDr. Werner Steinecker MBA (Energie AG), Dir. Mag. Josef Traunbauer (Raiffeisenbank Leonding) und viele mehr. Mit dabei zwei große Förderer des Sperrer-Dakar Projektes, ASVÖ Präs. Kons. Siegfried Robatscher und Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer: „Ich bin stolz darauf, dass Raphael Sperrer als erster Oberösterreicher an dieser Rallye teilnimmt. Ich bin mir sicher, dass er unser Bundesland würdig bei dieser Veranstaltung von Weltstatus vertreten wird.“ Ebenfalls Feuer und Flamme ASVÖ Präs. Kons. Siegfried Robatscher: „Motorsport ist ein tolle Disziplin und Raphael Sperrer ein hervorragender Sportler, der sich über Jahre ausge-

zeichnet hat. Es ist für mich eine Selbstverständlichkeit ihm jede nur erdenkliche Unterstützung für dieses große Vorhaben zukommen zu lassen.“

Als Höhepunkt der Pressekonferenz präsentierte Sperrer auf der Linzer Promenade direkt vor dem Landhaus den Dakar-Buggy. Mit nahezu kindlicher Freude und einem Blick in die Nahe Rallye-Zukunft: „Ich freue mich riesig darauf, mich einer neuen Art von Rennsport zu stellen, die Wüste und all ihre Herausforderungen kennen zu lernen. Ich weiß, dass diese Rallye - selbst für einen erfahrenen Piloten wie mich - schwierig und anspruchsvoll ist. Aber ich bin zuversichtlich, dass meine Rennerfahrung und mein technisches Wissen mir bei dieser neuen Herausforderung helfen werden.“ In seiner 16-jährigen Karriere hatte



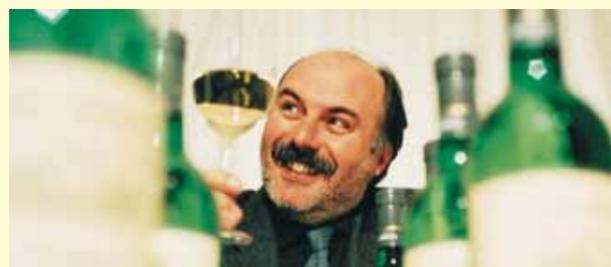
Sperrer nur einen ernsthaften Unfall, bei dem sein Auto stark beschädigt wurde. „Ich bin topfit, habe großen Wert darauf gelegt, täglich wie ein echter Leistungssportler zu trainieren“, bedankt sich unser heimischer Parade-motorsportler für die spezielle Vorbereitung durch ASVÖ „Sport Doc“ Primar Christian Angleitner. Der Traum einer Dakar-Teilnahme ist in Erfüllung gegangen und lässt auf mehr hoffen.

Mehr zur Dakar-Rallye und Raphael Sperrer finden Sie unter www.dakar.com und www.raphaelsperrer.com ■



Lenz Moser Selection

Fruchtig, frisch und bekömmlich –
so bieten die Weine
der Serie Lenz Moser Selection
höchstes Trinkvergnügen.



*„Ich garantiere die hohe Qualität durch meine Unterschrift –
auf jeder Flasche der Serie Lenz Moser Selection.“*

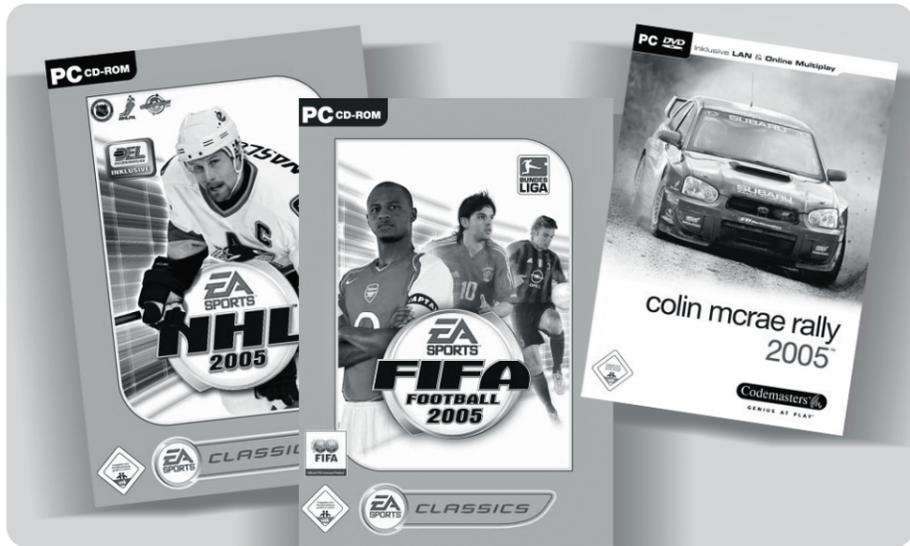
Kellnermeister Ernest Großauer

Weinkellerei
LENZ MOSER®
www.lenzmoser.at
Weininfo mit Onlineshop

Lenz Moser ist Österreichs Wein

TÜV für Sportspiele – jetzt kriegen auch Computer-games ihr Gütesiegel

Gute Computerspiele werden künftig in Österreich mit einem offiziellen Pickerl versehen. Zuständig zeigt sich dafür eine landesweit agierende Einrichtung mit dem klingenden Namen „Bundesstelle für die Positivprädikatisierung von Computer- und Konsolenspielen“, kurz BuPP, mit Sitz im Ministerium für Konsumentenschutz.



Action, Adventure, Fun, Jump & Runs, Simulatoren, Strategie und natürlich Sport - etwa 15.000 Spiele drängen jährlich auf den Markt. Kein Wunder, wenn hie und da die KonsumentInnen Orientierungshilfe benötigen. Seit August gibt es dazu eine Gutachter-Kommission in Österreich, Ort ist das Bundesministerium für „Soziale Sicherheit, Generationen und Konsumentenschutz.“ Vierzig schlaue Köpfe wollen dabei regelmäßig die

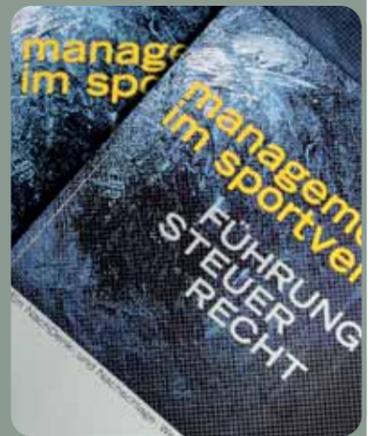
„guten“ Spiele, aus dieser unglaublichen Menge herausfiltern. Wöchentlich bis 14-tägig tritt eine Gutachter-Kommission zusammen und lässt über sämtliche Spiele den „Scan“ laufen. „Es geht nicht um die Verteufelung von Computerspielen mit zweifelhaften, gewalttätigen Inhalten“, will Ministerin Ursula Haubner betont wissen. „Untersucht werden die Kriterien Spielspaß, Pädagogik und technische Umsetzung.“ Eingeteilt wer-

den die Games in vier Altersgruppen: Kindergarten (zwei bis fünf Jahre), Volksschule (sechs bis neun), Kids (zehn bis 13) und Jugendliche (14+). Durch die rot-weiß-rote Ministeriums-Brille „gecheckt“ werden natürlich auch Rennsport- und Sportspiele fürs Computer-Kastl. So scheinen auf der BuPP-Seite im Internet derzeit vier Sport- und fünf Renngames auf, die den angegebenen Kriterien eines „guten Spieles“ entsprechen. Bei den Sportspielen handelt es sich um „FIFA Football 2005“, „NBA Live 2005“, „NHL 2005“ und „Tiger Woods PGA Tour 06“ von den Verlagen Electronic Arts beziehungsweise EA Sports. Bei den Rennsportspielen sind fünf in der Wertung. „Colin McRae Rallye 2005“ von Codemasters, „GTR“ und „Need for Speed: Underground 2“ von Electronic Arts, „Juiced“ von THQ Entertainment sowie „Trackmania Sunrise“ von Deep Silver/Koch Media. Unter www.bupp.at können Sie sich jederzeit über eine ständig aktualisierte Liste an gekennzeichneten Spielen auf den neuesten Stand bringen. „Die Eltern müssen sich für die Freizeitgestaltung ihrer Kinder informieren“, will die zuständige Ministerin Ursula Haubner die Erziehungsberechtigten künftig verstärkt mit Information füttern. ■

Buchtipps zum Jahreswechsel für alle Vereinsmanager

Beim Landesverband des ASVO Oberösterreich gibt es wieder ein schlaues Buch zu erwerben. Der alte und neue Titel des Almanachs ist „Management im Sportverein - Ein Nachdenk- und Nachschlagewerk für Funktionäre“.

Für ASVO Oberösterreich Mitgliedsvereine beziehungsweise Vereinsmitglieder kostet das Buch 24 Euro. Für alle Nicht-ASVO-Mitglieder kostet ein Stück 33 Euro.



Bestellungen bitte an das ASVOO-Landessekretariat unter Tel. 0732 / 6014600, Fax: 0732 / 601460-14, E-Mail: office@asvo-sport.at

Verschärft!

TELEKOM AUSTRIA

JETZT NEUE TARIFE:
12 MONATE
KEIN GRUNDGELT¹

A1

Ausschneiden und einlösen bis
31.12.²
Gilt nur für ASVO-Mitglieder

€ **99,90**
~~€ 139,90~~



Für bestechende Bildqualität:
HP Photosmart M23 D

- 4,2 Megapixel, 7x Digitalzoom
- Wetterfestes Vollmetallgehäuse
- Starker Akku für lange Betriebszeiten
- Videoaufnahme



€ **99,90**
~~€ 129,90~~

Creative Zen Nano MP3-Player
Der leichte Begleiter für den Sportler

- 512 MB Speicherkapazität
- 256 wma Titel/128 mp3 Titel speicherbar
- Integriertes FM Radio und Diktafon
- Aufnahme von z.B. Schallplatte möglich
- Lange Wiedergabezeit (bis zu 18 Std.)

CREATIVE



€ **49,-**

Nokia 5140i

Outdoor-Handy - staub- und spritzwasserfest

- Robust und widerstandsfähig
- Integrierte VGA-Digitalkamera
- Push to talk Funktion
- Polyphone und MP3-Klingeltöne
- MMS-, GPRS und WAP-fähig
- Tribandhandy mit Infrarotschnittstelle

Preis mit A1 Erstanmeldung und VFL! Package: € 49,-
 ■ A1 NEXT! und VFL! Package: € 49,- + 7.500 MP
 ■ A1 Erstanmeldung: € 99,-
 ■ A1 NEXT!: € 189,- + 7.500 MP
 ■ statt € 399,-

vodafone live!



¹ Gilt bei Neuanmeldung bis 31.12.05 in ausgewählten Tarifen. Ausgenommen monatl. Entgelt für Optionen und Zusatzdienste. 24 Monate Mindestvertragsdauer. Bedingungen Vodafone live! unter www.A1.net/live.
² Bei Beendigung des Vertrages vor 24 Monaten erhöht sich der Gerätepreis um € 79,-.
³ Einzulösen mit obigem Abschnitt nur in den oberösterreichischen Telekom Austria Shops bis 31.12.05. Solange der Vorrat reicht, Abgabe nur in Haushaltsmengen.

Die Angebote sind freibleibend, vorbehaltlich Druck- und Satzfehler.

Telekom Austria Shops Oberösterreich:

- Gmunden, Habertstr. 1
- Leonding/Linz, UNO Shopping Center, Im Bäckerfeld 1
- Linz, Fadinger Str. 6
- Linz/Pasching, Plus City, Pluskaufstr. 7
- Perg, Dirnbergerstr. 2
- Ried im Innkreis, Schillerstr. 10
- Wels, Karl-Loy-Str. 4
- **NEU** Wels, Shoppingcity Wels, Salzburger Str. 223, Top 2/19

Trikotwerbung ist oft zu teuer Eine deutsche Studie warnt die Vereine vor überzogenen Forderungen. Der Trend geht zu leistungsbezogenen Verträgen, die Schere zwischen den Klubs sei zu groß. Nicht überraschend, Bayern München überragt alle Europäischen Vereine bei weitem.



Einige Vereine sind klar unter-, einige klar überbewertet. Das hat eine Studie des IFM Institutes in Karlsruhe bei der Untersuchung der Preise für Trikotsponsoring ergeben. Von zwanzig Vereinen erlösen demnach gerade mal acht realistische Trikotpriese. Sechs bekommen zu wenig, vier zu hohe Einnahmen. Borussia Dortmund ist klarer „Verlierer“ der Analyse, das soll heißen: klarer Sieger, denn der Verein hat offensichtlich viel zu viel für die Werbung auf dem Leiberl bekommen. Der Ruhrpott-Klub kriegt derzeit zehn Millionen Euro pro Jahr. Das Dreifache von dem, was die wissenschaftliche

Berechnung ergeben hätte. Grundlage für diese aktuelle Untersuchung ist der „European Club Performance Check“ aus der vergangenen Saison. In diesem Check wird die mediale Präsenz der Vereine in den europäischen Kernländern gemessen und daraus der Wert abgeleitet. Der resultierende Index hebt die Münchener Bayern auf einen Thron. Sie schaffen einen Spitzenwert von 1.290 Punkten. Vereine wie Chelsea, Juventus Turin oder Real Madrid liegen klar dahinter. Aus der deutschen Bundesliga liegt Borussia Dortmund abgeschlagen bei 266 Zählern, Schalke 04 dagegen immerhin bei 700. Kritikpunkt an diesem Bewertungssystem ist allerdings, dass sich der Wert rein an die mediale Präsenz richtet und die Gründe des Sponsors sowie das Fanpotential nicht mit einschließt. Klar ist herauszulesen, dass sich der Index stark an dem sportlichen Erfolg des Vereins orientiert. Während der Berechnungsschlüssel Bayern München mit 17 Millionen Euro Trikoteinnahmen für realistisch einstuft, driften Dortmund und Schalke auseinander. Bei Dortmund wäre ein Betrag von 3,6 Millionen gerechtfertigt (derzeit 10 Mio.), bei Schalke elf (derzeit 7,5 Mio.). Nach den aktuellen Untersuchungen ist der große Teil der Werbeeinnahmen durch einen Fixbetrag gedeckt. In Zukunft soll der variable Teil aber eine immer größere Rolle spielen. Laut den ExpertInnen des IFM Institutes geht der Trend eindeutig Richtung leistungsbezogene Verträge. Das Risiko der Vereine werde damit zwar größer, für die so genannten „Kleinen“ würde damit aber die Chance steigen, mehr Einnahmen durch Trikotsponsoring zu bekommen. ■

Blick auf bessere Kicker-Zeiten Der Österreichische Fußballbund ÖFB feiert ein Jahrhundert mit Highlights vom Wunderteam, Rapids deutschem Meistertitel gegen Schalke über Cordoba bis hin zu den Debakeln auf den Faröer oder in Valencia. Gut zwei Jahre vor der Heim-EM wird zurück geschaut und gefeiert.

Die besten Mannschaften! Die schönsten Tore! Die größten Erfolge! – titelt ORF- und ÖFB-Produktionspartner Sony BMG auf seiner Website zu diesem aktuellen DVD-Produkt. Es soll ein Leckerbissen für alle heimischen Fußballfans sein. Diese DVD bietet den bislang umfangreichsten Streifzug durch alle Höhen und Tiefen des rot-weiß-rot gefärbten Fußballs. Mit einer Gesamtdauer von zweieinhalb Stunden sollen auf der Sony/ORF-Produktion noch einmal die wichtigsten Abschnitte aus der Geschichte des Österreichischen Fußballs lebendig werden. „In einem Jahr, wo die WM-Qualifikation klar verfehlt wird, der Meister in der Champions League regelrecht abgeschossen wird und keiner so recht einen Tau hat, wie wir 2008 die Heim-WM ohne Riesenblamage überstehen sollen, tut es gut, sich an bessere Zeiten erinnern zu können“, lässt ein Gast anlässlich der DVD Präsentation verlauten. Legenden spinnen sich etwa um das fabelhafte Wunderteam der 30er Jahre. Schall, Gschweidl, Sindelar, Hiden und Zischek waren mit ihrem „Scheiberkick“, später auch „Wiener Schule“ genannt, die Messlatte im Weltfußball und Gegenstück zu Großbritannien. Während des zweiten Weltkrieges macht sich Rapid Wien gegen Schalke 04 1941 in einem denkwürdigen Endspiel zum „Deutschen Meister“, 0:3 Rückstand, Endstand 4:3 für die Wiener. Oder die 78-er Generation in der das „kleine Österreich“ den Glücksfall hatte, auf so gut wie jeder Position extrem stark besetzt zu sein. Prohaskas Siegestor beim 1:0 in Izmir über die Türkei hatte die vierte WM-Teilnahme ermöglicht. In Cordoba wurde Hans Krankl zur Legende und Edi Finger „narrisch“. 1982 die Schande von Gijon mit dem Nicht-Angriffspakt, bei dem offenbar Schoko Schachner als Einziger nicht Be-



scheid wusste und zwischen den deutschen Verteidigern dem Ball nach wieselte. Oder das 0:1 gegen die Faröer Inseln, dass den alten und neuen Teamchef Josef Hickersberger zur Aufgabe brachte. Ein weiterer dunkler Fleck das 0:9 gegen Spanien, in der Halbzeit beim Stand von 0:5, das denkwürdige Zitat des Teamverteidigers Toni Pfeffer: „Hoch gewinn ma nimma!“. Bis hin zu den WM-Endrunden-Teilnahmen 1990 und 98 die zu Ende waren, bevor sie so richtig losgingen. Summa Summarum verschaffen die zehn Kapitel einen ansprechenden Überblick über die Geschichte des Verbands. Übersicht über die insgesamt acht WM-Teilnahmen einer ÖFB-Auswahl, die Highlights der Vereine mit ihren wichtigsten internationalen Erfolgen, wie Österreichs Meister und die Pokalsieger sowie schlussendlich Österreich und den ÖFB im internationalen Blickfeld. ■

Schließen Sie Ihre Vorsorgelücke

Holen Sie sich Ihren Pensionsplan!

Gewinnen Sie jetzt Raiffeisen-Vorsorgeprodukte im Gesamtwert von € 10.000,-

Sicherheit bedeutet, auch in der Pension finanziell flexibel zu bleiben. Damit Sie die beste Vorsorge-Entscheidung treffen können, hat Raiffeisen jetzt ein neues Beratungsservice entwickelt: den PensionsPlaner. Mit diesem Berechnungsinstrument erhalten Sie einen kompletten Überblick über Ihre zukünftige Pension – egal, ob Sie bereits vorgesorgt haben oder noch darüber nachdenken. So finden Sie sicher das passende Vorsorgepaket – von der flexiblen Lebensversicherung über die private Pensionsvorsorge mit staatlicher Prämie bis zur Veranlagung mit Wertpapieren.

www.raiffeisen-ooe.at/leonding

Reden Sie mit uns!

Raiffeisen RBL Leonding
Die Bank für Ihre Zukunft

Das ÖSV-INTERSPORT Serviceteam empfiehlt

- Skiservice jeden Winter vor der ersten Abfahrt.
- Jeweils nach ca. 6 Pistentagen, abhängig von den Schneebedingungen und vom Leistungsniveau.
- Am Saisonende, bevor die Sportausrüstung in den Keller wandert.



Tipp: Regelmäßiges Service und ein paar einfache Pflegemaßnahmen, die Sie selber erledigen können, halten Ihre Sportausrüstung in Top-Form.

- Reinigen und trocknen Sie Belag und Kanten nach jedem Skitag.
- Verwenden Sie oft Heißwachs, um den Belag zu schützen.
- Allfällige Schäden sollten Sie sofort reparieren lassen.
- Lagern Sie Ihre Ski oder Ihr Snowboard an einem kühlen, trockenen Ort.
- Ein Service und eine dicke Wachsschicht zu Saisonende halten Ihr Sportgerät bis zur nächsten Abfahrt fit.

Die Vorher-Nachher-Analyse



Wenn man vorher alles richtig macht, heißt das so viel, als dass nachher alles sehr viel besser läuft. Zum Beispiel die Ski. Mal sehen, was Hermann, Michi und Mario in ihrer Service-Analyse herausgefunden haben.



Hermann: „Stumpfe und abgerundete Kanten sind echt gefährlich! Was soviel heißt wie, dass man sicher nur mit optimal geschliffenen Kanten unterwegs sein kann.“



Michi: „Unser Job ist ziemlich anstrengend. Da wär's echt schlimm, wenn der Belag ausgelaugt und beschädigt ist. Darum geh ich es leicht und locker an. Soll heißen, nur mit perfektem Belag.“



Mario: „Wir sind alles ziemlich zähe Burschen. Trotzdem wollen wir natürlich Spaß haben. Ein Belagprofil ohne Struktur, und der Spaßfaktor geht gegen Null. Gleitvergnüglichen Strukturschliff garantiert da nur das ÖSV Racing Service von INTERSPORT.“

vorher

- **Gefährlich**, weil Kanten stumpf und abgerundet sind
- **Anstrengend**, weil der Belag ausgelaugt und beschädigt ist
- **Zäh**, weil das Belagprofil keine Struktur hat

nachher

- **Sicher**, weil optimal geschliffene Kanten
- **Leicht und locker**, weil perfekter Belag
- **Gleitvergnülich**, weil optimaler Strukturschliff

Gerald Stutz Preis erstmals vergeben

Seit heuer werden drei Personen aus den Gemeinden Neumarkt und Kallham aus einem ganz besonderen Grund geehrt. Der „Gerald Stutz Ehrenpreis“ ergeht an jene Menschen, die im angelaufenen Jahr besondere ehrenamtliche Leistungen bei Vereinen und Institutionen in den beiden Gemeinden vollbracht haben. Heuer erging der erste Preis, ein Reisegutschein im Wert von 600 Euro, an Adolf Tischler. Er ist seit 17 Jahren Gerätewart bei der Freiwilligen Feuerwehr Kallham. Mit dem zweiten Preis (einem Reisegutschein über 400 Euro) wurde Arnold Pauzenberger für seine Arbeit als Fußball Sektionsleiter des SV Ritterbräu Neumarkt-Kallham ausgezeichnet. Den dritten, also quasi die Bronzene für die ehrenamtlichen Leistungen, erhielt Mag. Florian Steinkellner, seit 15 Jahren Mitglied des SV Neumarkt-Kallham und Vorstandsmitglied. „Es freut mich ganz besonders diesen drei ehrenamtlichen Mitarbeitern den Preis überreichen zu dürfen“, sagte Turnvereins Obmann VBgm. Gerald Stutz bei der feierlichen Überreichung. „Mein Lebensmotto lautet: eine Gemeinschaft lebt von denen die geben, und nicht von jenen, die nehmen“, fasst Ehrenpreis-Initiator Stutz sein Credo im Namen aller ehrenamtlicher MitarbeiterInnen zusammen. Voraussetzung für die Einreichung beim Gerald Stutz Ehrenpreis ist die ehrenamtliche Tätigkeit bei einem Verein oder einer Institution, wie etwa der Feuerwehr, seit mindestens fünf Jahren. Diese Auszeichnung soll es künftig jedes Jahr geben.

Nordic Ski Team Salzkammergut verzeichnet Erfolge in St. Moritz, Stams und Innsbruck

In der ersten „gemeinsamen“ Saison der Vereine SV Bad Goisern und WSV Bad Ischl zeichnen sich schon jetzt erste Früchte der Arbeit ab. Ansehnliche Resultate gab es für David Fallmann mit den Rängen 9 und 17 beim FIS Cup in St. Moritz. Auch in der Gesamtwertung kam er mit seinem 13. Rang unter die Top 15. Geht es nach seinen Trainern könnten bald Einsätze beim Intercontinentalcup folgen. In Stams und am Berg Isel gab es beachtliche Resultate des NST Salzkammergut bei den diesjährigen Österr. Meisterschaften der Allgem. Klasse. Am Start waren David Unterberger, David Fallmann bei den Spezialisten und Nik Dier bei den Kombiniern. In Stams erreichten die beiden Davids die Ränge 30 und 31, Nik Dier gelang ein großartiger Wettkampf, er platzierte sich nach dem Springen auf Rang 10 und konnte beim Laufen über 15 Kilometer den hervorragenden 13. Platz belegen. Dieses tolle Resultat wiederholte Dier am Folgetag am Berg Isel.

Die ASVÖ Attersail Erfolgsbilanz

Trainingsgemeinschaft hat 2005 regen Zulauf bei Optimist, Zoom8-Einführung gelungen, 36 Kinder und Jugendliche bei 18 Regatten.

Alleine in der Optimist-Klasse kamen heuer 23 SeglerInnen vom Attersee in die Bestenliste. Aufsteiger des Jahres ist Moritz Zieher (SCAtt), Jahrgang 1994 auf Rang 34. Die „optimistischsten Attersailors“ wurden Valentina Richter (UYCAs, Rang 12), Florian Felzmann (SCK, 18) und Martin Lux (UYCAs, 23). Bei den verschiedensten Opti-Cups erreichten die Attersailors beachtliche sieben Top-Five Plätze. Die neue Zoom8-Jolle wurde gut aufgenommen. „Neben offenen Trainings zu Testzwecken für möglichst viele Interessierte haben wir ein Team Race mit großem Erfolg veranstaltet, eine SP Regatta als Landesmeisterschaft ausgerichtet und schließlich waren fünf Attersailors bei der Jugendmeisterschaft dabei“, zeigte sich Mag. Josef Raderbauer von seinem Attersail-Team erfreut. Bei den Landesmeisterschaften führte Thomas Ahlborn einen dreifachen SCK Sieg an. Dritter wurde derselbe bei den Österr. Jugendmeisterschaften. Bei den bundesweiten Schülermeisterschaften schaffte Fabian Schmiedinger (SV Weyregg YS) ebenfalls die Bronzene. In der stark reduzierten Trainingsgruppe der Europe und Laser gab es ein Saison Highlight: Veronika Beurle vom SCK wurde Europe Vizejugendmeisterin. In der 420er Klasse festigte sich ein starkes Team mit dem SCK-Duo Hermann Beurle und Niki Wienerroither. „Sie scheinen bereits im ersten Viertel der Ergebnislisten auf. Für die zu er-



wartenden Umsteiger wird es wichtig sein, sich an einem etablierten Team orientieren zu können“, blickt Raderbauer zuversichtlich in die Zukunft. Für das kommende Jahr nehmen sich die Verantwortlichen ums Attersail-Team einiges vor: Die Zoom8 dürfte gemeinsam mit der Opti-Klasse ein Trainingslager am Gardasee durchführen, vermutlicher Termin ist Ostern. Dazu wird es eine siebenköpfige „Attersail Opti SP Gruppe“ geben. Als Trainer soll Flo Kummer gewonnen werden. „Die Zoom8-Jolle haben wir erfolgreich eingeführt, neun Boote wurden angemietet, sechs davon an Attersailors verkauft, auf weitere drei hat das Team eine Kaufoption“, freut sich Raderbauer über die rege Nachfrage. In Zusammenarbeit mit dem ASVÖ „Sportdoc“ Prim. Dr. Angleitner wird in Linz und am Attersee mit einem speziellen Programm ein Wintertraining durchgeführt. ■

Die ASVÖ Traunsail Erfolgsbilanz

Die Segelclubs Altmünster, Ebensee, Traunkirchen und Union Yachtclub Traunsee ziehen seit einem Jahr in Sachen Nachwuchs an einem Strang.



In der abgelaufenen Saison wurden 25 JungseglerInnen in den Jugendklassen Optimist, Europe, Laser und Laser R, 420er und 470er von drei erfahrenen Trainern erfolgreich betreut. Das zehnköpfige Optimistenteam wird von Georg Praxmarer betreut. Das Einhandteam besteht aus acht Jugendlichen in den Klassen Europe, Laser und Laser R. Der ehemalige FD-Segler Johannes Zierler betreut diesen Bereich erfolgreich, wie Manfred Wasner seine 3 Mannschaften in den Klassen 420er / 470er. „Der Teamgeist entwickelt sich immer besser, die Kontakte innerhalb und auch zu anderen Teams verstärken sich. Das ist die Bestätigung für uns, dass wir auf dem richtigen Weg sind“, fasst Koordinatorin DI Karen Hoff die Saison zusammen. 20 Regatten in Österreich und 3 Regatten im Ausland wurden von den Traunsailern beschickt. Saisonhöhepunkt war die Österr. JM in Rust am Neusiedlersee, wo mehr als 200 Jugendliche um den

Jugendmeistertitel kämpften. Im Optimistenteam schafften Michael Praxmarer (SCA) und Felix Hoff (SCT) je einen Tagessieg. Praxmarer wurde bei der Regatta um den Traunseeschwan gesamt 3. Bei der Österr. Jugendmeisterschaft konnten sich beide für die Silberflotte qualifizieren, in der Optimist-Bestenliste erreichten sie einen Platz in der ersten Hälfte. Im Alpencup der Optimisten ersegelte das gesamte Opti-Team Plätze im ersten Viertel. Im Einhandteam schafft Oskar Hoff (SCT) im Laser R einen 5. Platz bei der Summer-Sail-Challenge am Mattsee, in der Jugendbestenliste erreichte er mit Platz 10 das Limit für den Landeskader. Das 470er Team Lucas Holzinger/ Emanuel Köchert ersegelte beim Spring-Cup in Neusiedl einen 2. Platz. Die 420er Mannschaft Lucas Holzinger / Paul Srienz (UYCTs) schafften die Qualifikationen für die Jugendmeisterschaft am Gardasee. Seit heuer gibt es im ÖSV eine neue Jugendklasse die Zoom8. Für den Traunsailer Max Häupl (SCA) brachte die Saison 2005 zahlreiche Höhepunkte, wie die Teilnahme an den EM und WM in Schweden und in Norddeutschland. Er schaffte in der Bestenliste einen Platz im ersten Drittel. „Wir werden ein eigenes Zoom8-Team gründen. Als Betreuer konnten wir Gerald Häupl gewinnen. Der Saisonhöhepunkt 2006 heißt österr. Jugendmeisterschaft am Wolfgangsee“, formuliert Koordinatorin Hoff die Blickrichtung für die kommende Saison. ■

Vereinsmeisterschaften beim SVÖ Rohrbach

Vom 17. bis 20. November fand bei den Mühlviertlern die Vereinsmeisterschaft internat. Beteiligung statt. Bereits Donnerstag standen die Rettungshundeprüfungen auf dem Programm. Die weiteren drei Tage wurden Bgh, FH, Breitensport und IPO Prüfungen durchgeführt. Den Leistungsrichtern Fischer, Fellner und Müllegger wurden durchwegs sehr gute Leistungen gezeigt. Der Wettergott hatte zur Meisterschaft den Winter ins Land geschickt. Vor allem den Fährtenhunden machte der Kälteeinbruch zu schaffen. Neben den mehr als siebzig Prüfungen von HundeführerInnen aus Österreich, Deutschland und der Schweiz gab es auch einen Festabend mit großer Tombola. Im Zuge dieser Meisterschaft wurde auch das 25-jährige Zwingerturnier von den „Bartl-Buam“ der Schäferhundezucht des Rohrbacher Obmannes Rudi Klein durchgeführt.



Kirchheim wird Nabel der Flugwelt



Der SFC Ried hat den Zuschlag für die Weltmeisterschaften 2008 in den Bewerbungen Präzision und Navigation erhalten. Damit ist Österreich zum ersten Mal Gastgeber einer Doppel-WM im Motorflug. SFC Ried-Präsident Anton Tonninger sen. spekuliert sogar mit einem Triple-Pack: „Es könnte noch zusätzlich die Disziplin Ziellanden dazu kommen, die Entscheidung dürfte bald fallen.“ Überraschend für alle Verantwortlichen im Verein die frühe Entscheidung. Die Vergabe fiel ein Jahr eher als üblich. „Wir wollen dem Publikum die Faszination der Fliegerei vermitteln“, sieht Tonninger eine wichtige Aufgabe auf sein Team zukommen, aber es gäbe auch noch die entsprechende Infrastruktur für die Bewerbe zu schaffen. „Wir werden Hangar und Betriebsgebäude zeitgemäß umgestalten müssen“, zeigt sich der SFC-Präsident gewappnet. Nach der Europameisterschaft im Präzisions-Motorflug 2003 wird damit der Flugplatz in Kirchheim fünf Jahre später 2008 erneut zum Schauplatz eines fliegerischen Großereignisses.

Eisarsch Regatta - Deftiges mit Tradition für den guten Zweck



Bereits zum vierten Mal haben sich Oberösterreichs SeglerInnen für einen guten Zweck ihren „Allerwertesten bei Temperaturen unter Null Grad“ im Kindersegelboot Optimist am Attersee regelrecht abgefroren. Daher auch die etwas deftige Betitelung dieser Benefiz-Veranstaltung. Elf von mehr als hundert TeilnehmerInnen mussten das Rennen vorzeitig beenden und mit der Wasserrettung an Land, um eine Unterkühlung zu verhindern. Nach gut einer Stunde ging Manfred Schönleitner (Union Yachtclub Attersee, Bild oben) als erstes ins Ziel, die Clubwertung gewann der Segelclub Attersee. Gewinner des Tages waren aber die Kinder. Der Gesamterlös der Veranstaltung soll Kinder und Jugendliche unterstützen, denen Gewalt angetan wurde. Mit Unterstützung der TeilnehmerInnen, Round Table Linz und SePiro Installationstechnik und Rohrleitungs GmbH nahmen die VeranstalterInnen 20.000 Euro für die minderjährigen Opfer ein.



Elfjährige Ennser Stadtmeisterin im Tennis

Bei den Ennser Stadtmeisterschaften 2005 hat sich die erst elfjährige Christina Pfoser den Titel bei den Damen in der Allgemeinen Klasse gesichert. Das Nachwuchstalents des ETV Enns 1874 setzte sich im Finale gegen ihre Kontrahentin Gabi Gusenbauer durch. In der Jugend konnte der ETV-Tenniscrack Peter Haidinger den Bewerb gegen seinen Vereinskollegen Lorenz Öhler für sich entscheiden. Den dritten Titel für den ETV 1874 verbuchte Kathrin Huber mit ihrem Mixed-Partner Thomas Kargl. Mehr finden Sie unter www.etvenns.at

Skiklub Eska Wels - sechzig Jahre und kein bisschen leise. Am 29. Oktober ist eine große Gala in der Stadthalle von Wels über die Bühne gegangen. Ein regelrechtes Staraufgebot aus Sport, Kultur und Musik hat sich zum Start ins Jubiläumsjahr eingefunden.



Zahlreiche Gäste haben auf das Jubiläum des Skiklubs Eska Wels in der Welser Stadthalle angestoßen. Zu den Gratulanten zählt auch Landeshauptmann und Sportreferent Dr. Josef Pühringer: „Mit seinen 2.000 Mitgliedern gehört der Eska Wels zu den traditionellen, großen und erfolgreichen Sportvereinen des Landes. Ich bedanke mich bei den Funktionären und Trainern für ihr Engagement, den Sportlerinnen und Sportlern wünsche ich für die Zukunft großen Erfolg.“ ASVÖ-Präsident S. Robatscher spricht seinen Dank und seine Hochachtung den Vereinsverant-

wortlichen aus: „Es ist ein wunderbares Gefühl heutzutage einem Verein zu seinem sechzigjährigen Bestehen gratulieren zu können. Wir sind stolz auf diesen Verein, denn Vereine wie der Welser Skiklub sind Raritäten geworden.“ Unter den Ehrengästen befanden sich die beiden fischen ÖSV Skidamen Katrin Zettel und Michaela Kirchgasser. Für die Damen gab es einen kleinen „Wehrmutstropfen“: der Salzburger Abfahrtsstar Michael Walchhofer musste kurzfristig seinen Besuch absagen. Die Lacher auf seiner Seite hatte auf jeden Fall der Kabarettist Reinhard Novak. Mit seinem Programm „Sport“ sorgte er für das Training der Lachmuskeln. Das Abendprogramm war bestückt mit zahlreichen Sondereinlagen. Für sportlichen Schwung nach dem Kabarett sorgte Einrad Vizestaatsmeister Arnold Fauler von den Boarders Wels mit seinen Rennlauf-Kindern. Den musikalischen Höhepunkt lieferte Boogie-Lady Sabine Pyrker (Tochter der Boogie-Legende Martin Pyrker) mit ihrer Solonummer „Keep on Drumming“. Die sehens- und hörensvalue Schlagzeugeinlage wurde mit tosendem Applaus der BesucherInnen goutiert und sorgte für einen gelungenen Abschluss des Rahmenprogramms in der Welser Stadthalle. ■

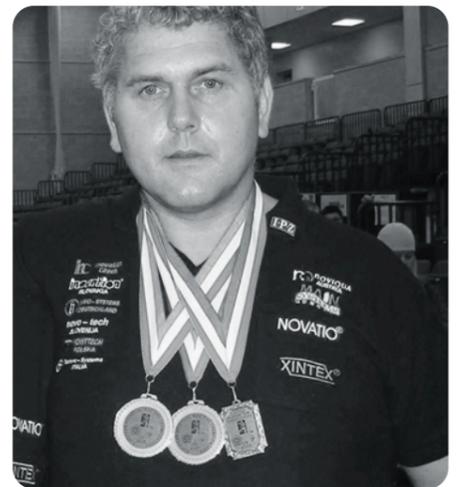
Spindoktoren des Vorzeigeklubs Biesenfeld zeigen Kämpferherz Tischtennisclub Uniqa Biesenfeld aus Urfahr kämpft in der höchsten Spielklasse des Landes um den Verbleib und macht vorbildliche Nachwuchsarbeit.

Eine kleine Zelluloid-Kugel, kleine Spielfläche, kleiner Schläger, Höchstgeschwindigkeiten und unglaubliche Reaktion. Nervenschlachten, und das alles bei einem Sport den die Meisten nur vom Freibad kennen. Tischtennis, oder auch „Schach mit 200 Km/h“ genannt. Und Oberösterreich ist regelrecht Tischtennis verrückt. Internationale Topmannschaften, Superliga-, Staatsligavereine mit Riesenbudgets sind hier beheimatet. Mitten unter diesen „Super Klubs“ hat sich in den letzten Jahren ein kleiner aber feiner ASVÖ Verein gemauert, der bei Freunden und Gegnern gleichermaßen hohes Ansehen genießt. „Wir sind in den letzten Jahren gesund gewachsen“, stapelt Uniqa-Biesenfeld Präs. Dr. Ewald Kirchmayr tief. Denn in Breite und Spitze tut sich bei den Biesenfeldern einiges. In der Spitze haben die „Spindoctors“, wie Sie sich selbst bezeichnen (www.biesenfeld.net), den Durchmarsch bis zur Landesliga geschafft. Szenekenner wissen, was sich hier seit Jahren abspielt. Toplegiönäre, Ex-Super- und Bundesligaspieler schütteln sich hier zur sportlichen Begegnung die Hände und: die Biesenfelder mit ihrer Truppe halten sich weiterhin dort oben fest. Neben den Erfolgen an der Spit-



ze, zeigt sich aber auch ein besonders erfreulicher Trend. Der Nachwuchs boomt. Zwischen 20 und 30 talentierte Mädchen und Buben jagen der Kugel nach. Sehr erfolgreich noch dazu, haben sich in den letzten Jahren gleich mehrere „Junior-Docs“ in die Oö. Kader gespielt. „Was unser Schreiner-Doc (Nachwuchs-Trainer Charlie Krumhuber) auf die Beine gestellt hat, ist unglaublich. Und die Kids lieben ihn“, will Kirchmayr es noch nicht wahrhaben, dass der Erfolgstrainer zu Saisonende die Biesenfelder verlassen will. „Aber ich möchte mich natürlich auch bei all den anderen für das Engagement der letzten Jahre bedanken“, verneigt sich der Präsident vor allen seinen ehrenamtlichen MitarbeiterInnen und HelferInnen. ■

Nach Weltmeister auch Europa-Champ: Neumarkt-Kallham feiert Gföllner erneut



Helmut Gföllner, der mehrfache Masters-Welt- und Europameister im Judo vom Neumarkter Turnverein im Hausruck, eilt von Sieg zu Sieg. Bei den Europa-Meisterschaften in London konnte der Oberösterreicher zweimal Gold und einmal Silber für seine reich bestückte Vitrine einheimen. Gold gewann Gföllner in der Schwergewichts- und in der offenen Klasse, Silber mit der Österreichischen Nationalmannschaft. „Siege in einem derartigen Szenario mit tausenden begeisterten Zuschauern wie hier in London, sind immer etwas ganz Besonderes. Ich freue mich riesig“, so der frisch gebackene Europa-Champ in einer ersten Reaktion. Damit wurde der Polizist im Zivilberuf erfolgreichster Athlet von London. Durch seine drei Medaillen kurz davor bei der WM in Toronto, ist Gföllner auch weltweit erfolgreichster Masters-Judoka des Jahres. Insgesamt hat er seine Zahl an Medaillen bei Großveranstaltungen dieser Art auf über zehn geschraubt. Als regierender Welt- und Europameister wird er seine Titel 2006 in Tours (Frankreich) beziehungsweise in der tschechischen Hauptstadt Prag verteidigen.

Impressum

HERAUSGEBER UND MEDIENINHABER
ASVOÖ Allgemeiner Sportverband
Oberösterreich, 4020 Linz, Leharstraße 28
Tel.: 0732 60 14 60 - 0, Fax: DW 14

FÜR DEN INHALT VERANTWORTLICH
Siegfried Robatscher, Präsident des ASVOÖ
Chefredaktion: Wieland Wolfsgruber,
Vizepräsident des ASVOÖ

BLATTLINIE
Überparteilich, unabhängig, gemeinnützig;
Aktuelle Berichte und Informationen für die
ASVOÖ Mitgliedsvereine, deren Funktionäre
sowie alle Freunde des Sportes und
unsere Abonnenten

ERSCHEINUNGSWEISE
Mindestens 4 Mal jährlich

AUFLAGE
10.000 Stück