

06+07

## IM GESPRÄCH

Mit Johannes Mayrhofer,  
GF des Pferdezentrum Stadl Paura

17

## AUSBILDUNGEN

Sicher durch die Krise mit  
den Angeboten des ASVOÖ

25

## SNOWKITING

Drachenzähmen auf  
zwei BretternWEINGUT HAGN  
MAILBERG  
Hagn

AUSGABE 4 | 2020

## informer

ZEITUNG DES ALLGEMEINEN SPORTVERBANDES OBERÖSTERREICH | € 9,80 | [ASVO-SPORT.EU](http://ASVO-SPORT.EU) | 

FOTO: iStock / amrphoto

## Sport in der Corona-Krise?

Die Corona-Pandemie hat die Welt auf den Kopf gestellt und damit ist auch der Sportbereich zunehmend ins Wanken geraten. Jetzt stellt sich die berechtigte Frage: Wie wird sich all das auf die Zukunft des Sports auswirken?

**T**osender Applaus, welcher – untermalen mit leidenschaftlichen Jubelrufen – schallend von den Zuschauerrängen ertönt; Mannschaften, die sich nach einem erfolgreichen Match taumelnd vor Freude um den Hals fallen und als Zeichen ihres Sieges lauthals miteinander zu tanzen und zu singen beginnen; Vereinskolleginnen und -kollegen, die sich tagtäglich selbstverständlich zum gemeinsamen Training verabreden, um, neben dem so menschlichen Kontaktaustausch, auch ihrem Lieblingssport nachzugehen; Kinder und Jugendliche, die sich topmotiviert in (den nicht nur schulischen) Sportstätten einfinden, um dort auf Freunde und Gleichgesinnte zu treffen, um – nach einem langen, anstrengenden Schultag – ihrem Bewegungsdrang nachzugehen; Wir alle kennen diese für uns Menschen so wichtigen Alltagsereignisse. Denn es sind alles Bilder, die wir seit Anbeginn unseres

Lebens mit Sport und Bewegung in Verbindung bringen und die, neben dem gesundheitlichen Aspekt, maßgeblich unser Bewusstsein prägen. Ihnen allen gemein ist der Wunsch nach uneingeschränktem Kontakt zu Sportkameradinnen und -kameraden sowie das vorbehaltlose Recht auf Sport in ALL seinen Formen und Facetten.

**UND PLÖTZLICH: STILLSTAND!**

Mit der Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2 Anfang dieses Jahres wurde diesem Anspruch, diesem zutiefst menschlichen Grundrecht, allerdings von heute auf morgen ein knallharter Riegel vorgehoben, und plötzlich ist nichts mehr so, wie es einmal war. Timeout! „Social Distancing“ lautet fortan die Devise, welcher, bedingt durch die damit einhergehenden gesetzlichen Bestimmungen, neben dem Kunst- und Kulturbereich ebenso der Sportsektor im überwiegenden Ausmaß

zum Opfer fällt. Allen voran der Nachwuchs-, Amateur- sowie Breitensport und damit das gesamte Vereinswesen. Doch steht in Lockdown-Zeiten nicht nur dieses, sondern gleich das gesamte Sportwesen nahezu still. Einzige Ausnahme, allerdings ebenso mit starken Einschränkungen verbunden, die Bewegung im Freien. Ein kleiner Wehrmutstropfen, der, im Vergleich zu anderen Ländern, immerhin in Österreich stets geblieben ist und im Zuge etlicher hitziger Auseinandersetzungen rund um das Thema Corona und Sport nie wirklich zu verdunsten drohte. Vorausgesetzt natürlich, man bleibt dabei, weiterhin nur für sich, sprich kontaktlos.

Lichte bzw. hoffnungsschöpfende Momente bieten einzig die warmen Sommermonate, in denen, wenn auch nach wie vor mit starken (finanziellen) Einbußen verbunden, „Sporteln“ offiziell wieder in

Schulen sowie Vereinen ermöglicht wird. Von der gewohnten Normalität kann allerdings selbst zu diesem Zeitpunkt wahrlich nicht die Rede sein. Denn Corona und die bis dato gültigen Gesetzesmaßnahmen zur Eindämmung, geben weltweit nach wie vor die auf Distanz bleibende Marschrichtung vor – so auch in Österreich, was heißt: Trainiert, geturnt, gespartelt wird fortan lediglich in Kleingruppen, unter Einhaltung eines gewissen Sicherheitsabstandes sowie vorwiegend unter freiem Himmel. Und, nun ebenfalls stets mit im Sportgepäck: NMS-Schutzmaske und ausreichend Desinfektionsmittel.

Einen weiteren drastischen Einschnitt erfährt der Sport auch in seiner unterhaltenden Funktion sowie im Spitzensport. So werden etwa Wettbewerbe und Sport-

**FORTSETZUNG auf der Seite 03 >>**

# Liebe Leserinnen und Leser, liebe Sportfreunde, geschätzte ASVÖ Familie



**Z**u Beginn des Jahres 2020 hat sich wohl kaum jemand von uns nur annähernd vorstellen können, welch enorme Herausforderungen auf uns in diesem Jahr – und das weltweit – zu kommen und welche Einschränkungen ab sofort unser tägliches Leben bestimmen werden. Einschränkungen, bedingt durch eine unsichtbare Gefahr, einem Virus namens SARS-CoV-2, der es schafft, unsere gesamten Lebensbereiche – nicht nur im SPORT – von heute auf morgen umzudrehen. Seit Mitte März gilt das Tragen einer Maske parallel zu einer „Distanz wahren Umgebung“ als „neue Normalität“. Social Distancing, Homeschooling und Homeoffice sind jetzt die Parameter, die unsere beruflichen sowie alltäglichen Strukturen bestimmen.

Auch dem Sport, insbesondere dem Breitensport und damit verbunden unseren 1.600 Mitgliedsvereinen & Sektionen setzt diese Situation auf mehreren Ebenen stark zu. Aufgrund der verordneten Lockdowns im März und jetzt zum Jahresende ist der Trainingsbetrieb in fast allen unseren ASVÖ-Vereinen zum Erliegen gekommen. ASVÖ Events, Verbandsmeisterschaften, Kurse und Ausbildungen mussten abgesagt werden. Ja, selbst in der Zeit dazwischen war aufgrund der bestehenden Sicherheitsmaßnahmen an eine gewohnt routinierte Vereins-Sportausübung nicht zu denken. Um finanzielle Schäden für alle Sport-Vereine möglichst klein zu halten, wurde aufgrund des Einsatzes der Sport Austria und der SPORT-Dachverbände der NPO Härte-Fonds eingerichtet. Ich bitte Sie, geschätzte Vereins-Leitungsorgane, genau zu prüfen, ob ein Schaden im Verein vorliegt und wenn ja, beim Fonds ein entsprechendes Ansuchen zu stellen. Wir haben im Büro und beim Verbands-Steuerberater entsprechende Servicestellen eingerichtet, um Ihnen im Bedarfsfall unter die Arme zu greifen.

Diese fordernde Situation zeigt – besser als jede menschliche Studie – aber auch einen positiven Effekt auf, nämlich, dass der Sport in Oberösterreich einen ganz großen Stellenwert hat. Egal, wohin man blickt, überall zieht es die Menschen hinaus ins Freie, um sich sportlich zu betätigen.

Not macht bekanntlich erfinderisch und so haben wir Alternativen gefunden, Menschen in ihren sportlichen Bestrebungen zu unterstützen und ihnen abseits des klassischen Outdoor-Trainings eine zusätzliche Alternative zu bieten. Sport wird, ergänzend zum analogen Work-out, von Vereinen nun eben digital gedacht und kommt ganz einfach direkt zu den Menschen nach Hause. Der ASVÖ bietet auf seiner Website und seinem YouTube Channel zahlreiche Fitnessübungen, die für Alt und Jung gleichermaßen geeignet sind. „Digital“ ist in diesem Zusammenhang ebenso das zentrale Schlagwort für den 14. Bewegungs- und Sportkongress, der dieses Jahr erstmals in seiner Geschichte online, aber gewohnt erfolgreich (über 300 Teilnehmer, 22 Referenten), über die Bühne gegangen ist. Dank gebührt auch unseren 28 ASVÖ-Bewegungscoaches, die im Rahmen des Projektes „Tägliche Bewegungs- und Sporteinheit“ auch im zweiten Lock-Down voll im Einsatz waren, um Schulen und Eltern bei der dringend notwendigen Betreuung zu unterstützen. Auch die Initiative „Bewegt im Park“ hat sich in der Pandemie bestens bewährt. Dafür möchte ich unseren Vereinen und den mitgestaltenden Funktionärinnen und Funktionären herzlich danken. Trotz etwas unkonventioneller Bedingungen bei diversen Wettkämpfen in diesem Jahr können wir Sie, liebe Leserinnen und Leser, über einige

sportliche Ereignisse und großartige Leistungen unserer ASVÖ-Mitgliedsvereine in dieser Ausgabe informieren. Hierzu zählen etwa die Erfolge des ASVÖ Nordic Ski Team Salzkammergut, des ASVÖ SC Höhenhart sowie jene unserer Sportkegler. Denn unter Einhaltung strenger Sicherheitsauflagen konnten zahlreiche Athletinnen und Athleten ihre hart erarbeiteten Leistungen unter Beweis stellen. Apropos Sicherheit: Alle unsere Mitgliedsvereine – derzeit haben rund 149 Vereins-Funktionärinnen und Funktionäre diese geförderte Ausbildung angenommen – sind herzlich dazu eingeladen, an der Vereinausbildung zum „Vereins-Sicherheitsbeauftragten COVID-19“, welche wir zusammen mit dem WIFI Oberösterreich entwickelt haben, teilzunehmen. Ab 2021 werden wir dafür ein Gütesiegel zur Verfügung stellen.

Nun wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Lesen der vor Ihnen liegenden „Informer“-Ausgabe, besinnliche Weihnachtsfeiertage und einen sportlichen Rutsch ins neue Jahr 2021. Bleiben Sie gesund und halten Sie sich weiterhin fit!

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,-<sup>1</sup> quattro Bonus. Zudem erhalten Sie noch € 3.500,-<sup>2</sup> Business Plus Bonus und € 2.500,-<sup>3</sup> 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: <sup>1</sup>quattro 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. <sup>2</sup>Business Plus Bonus von € 3.500,- brutto für alle A4 Modelle bei Bestellung von Komfort- und Businesspaket. Gültig bis 31.12.2021 (ausgenommen RS Modelle). <sup>3</sup>Top-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 CO<sub>2</sub>-Emissionen ergeben können. Kraftstoffverbrauch kombiniert: 5,7 – 7,7 l/100 km. CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 150 – 192 g/km. Stand 10/2020. Symbolfoto. Aktion gültig solange der Vorrat reicht. Vorbehaltlich Satz- und Druckfehler.

veranstaltungen coronabedingt weit bis ins nächste Jahr verschoben bzw. gänzlich abgesagt oder finden, gewissermaßen als kleines „seelisches“ Zugeständnis, notgedrungen, aber immerhin in Form von Geisterspielen - respektive Geisterrennen - statt. Wohlwissend, dass dies auf Dauer keinesfalls des Rätsels Lösung bleiben kann. Denn ganz gleich, wie man es auch dreht und wendet, eines steht zweifellos in jedem Fall fest: Sport BRAUCHT – sowohl im Spitzensport als auch im Breitensport – PUBLIKUM, als Motivator, als Treibkraft und zur Unterstützung.

#### LEHREN AUS DER KRISE

Demzufolge machen die aktuellen Einschränkungen, allen voran was den Besuch von Sportveranstaltungen per se betrifft, vor allem eines wieder so richtig bewusst: Nämlich, dass SPORT in erster Linie Menschen, ganz gleich welcher Herkunft, welchen Geschlechts und Alters, ZUSAMMENBRINGT und infolgedessen seit jeher eine zentrale Plattform für gemeinsame Werte und Leidenschaften darstellt. Im Fokus steht hier weniger die Entscheidung über Sieg oder Niederlage, sondern vielmehr das Erleben einer stimmigen Gemeinschaftskultur. Blickpunkte, die, hervorgerufen durch die aktuelle Krise, speziell im Spitzensport und der damit oftmals wahrnehmbaren Zügellosigkeit auf wirtschaftlicher Ebene, etwa in Form horrender Ablösesummen, wie es, um nur einige Beispiele zu nennen, u.a. im Profi-Fußball oder in der Formel 1 der Fall ist, wieder vermehrt in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit rücken und ein gewisses Rückbesinnen auf das zentrale Wesen des Sportes bewirken (sollen). Abseits des Drucks von immer schneller, weiter, höher, besser, erfolgreicher.

Ein beherzter Blick in die Vergangenheit zeigt jedoch, dass große Krisen, zu denen zweifelsfrei diese Corona-Pandemie zählt, seit jeher die Menschheit

punkt der gesellschaftlichen Aufmerksamkeit. Und tatsächlich: Wie niemals zuvor zieht es die Menschen zur Bewegung vermehrt hinaus ins Freie. Unabhängig von Tageszeit und Temperatur - es wird zunehmend gejoggt, gewalked, geradelt oder die Gegend spazierend erkundet. Herr und Frau Österreicher lechzen geradezu nach körperlicher Erleichterung. Die Frage nach dem Warum lässt sich dabei schnell beantworten: Nicht nur wegen des körperlichen sowie psychischen Ausgleichs, um weiterhin fit zu bleiben, sondern auch, um dem Gefühl des „Eingespart sein“ zu entkommen.

Nicht minder beeindruckend erweist sich in diesem Zusammenhang die Kritik bzw. das öffentliche Unverständnis gegenüber der aktuell geltenden Corona-Schulregeln. Gemeint ist hier nicht der abermalige Aufruf zum vermehrten Home-Schooling, sondern das rigore, unverblühte Streichen des Sportunterrichts aus sämtlichen Klassenstundenplänen. Und das, obwohl es jetzt wirklich allen hinlänglich bekannt sein sollte, dass gerade dieser Bereich nicht nur die Lernfähigkeit steigert, sondern auch die körperliche sowie psychische Widerstandsfähigkeit erhöht. Mehr als fraglich erweist sich unter diesem Aspekt das abermalige „Herunterfahren“ des Breitensports. Zu keinem Zeitpunkt seit Ausbruch der Pandemie stand der Breitensport als Hotspot für Infektionen mit dem Corona-Virus in Verbindung. „Sport stärkt das Immunsystem und trägt zum psychischen Ausgleich bei“, davon ist der Allgemeine Sportverband Oberösterreich überzeugt. Diese beiden Faktoren sind in einer Pandemie, wo Personen meist zu Hause bleiben müssen, besonders wichtig.“, so ASVOÖ-Präsident Peter Reichl.

#### SPORT GOES DIGITAL

Doch Not macht bekanntlich erfinderrisch und somit muss auch für diese Herausforderung eine adäquate Lösung

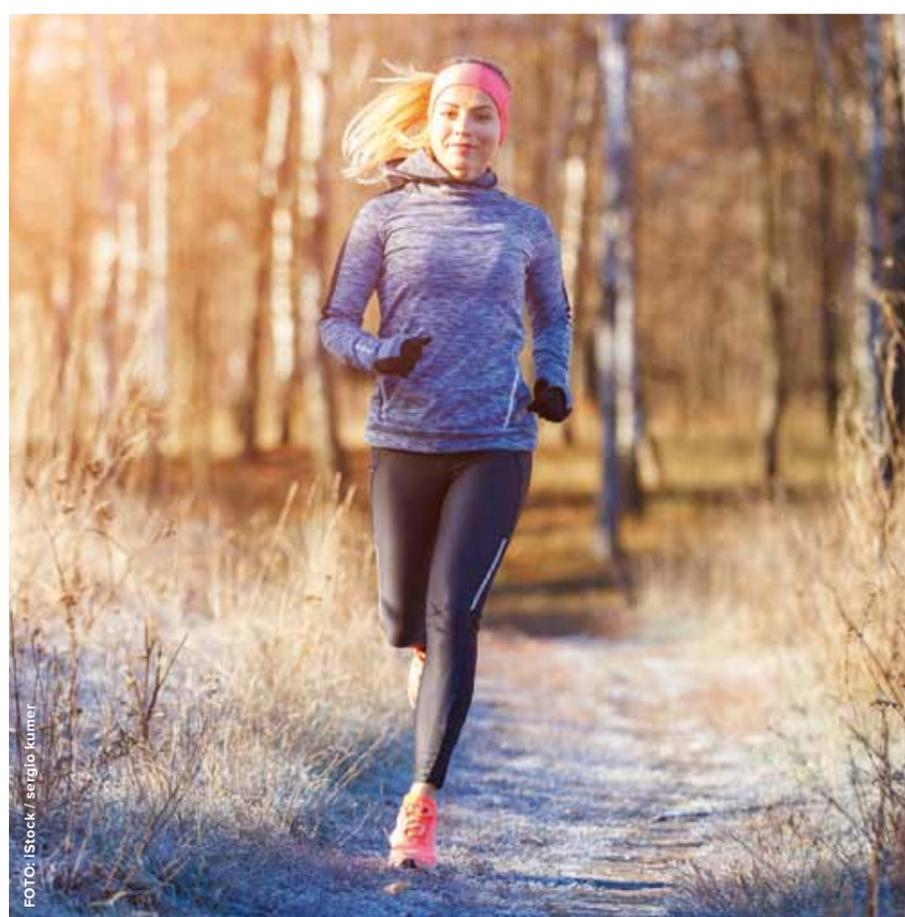
„Sport bringt Menschen zusammen,  
egal welchen Geschlechts, Alters oder Herkunft.“

begleiten und dabei immer wieder maßgebliche Veränderungen menschlicher Gewohnheiten und Routinen bewirkten, was aktuell ein weiteres Mal eintritt.

Bezogen auf den Sportbereich hat die gegenwärtige kritische Situation, so lässt sich anhand diverser Studien feststellen, hauptsächlich einen Wandel auf die Einstellung, den Stellenwert sowie das Bewegungsverhalten im Allgemeinen bewirkt. So steht ganz plötzlich die Wiedererkennung von Gesundheit als höchstes Gut, und dieses wird maßgeblich durch Sport gefördert, im Mittel-

gefunden werden. Auch in der Zeit des häuslichen Ausharrens muss es möglich sein, sowohl bisher gewohnte sportliche Routinen aufrecht zu erhalten als auch – damit verbunden – den Spaß und die Freude, wenn gegenwärtig nun einmal eben vermehrt auf Distanz, an der Bewegung nicht zu verlieren.

Kommt der Mensch nicht zum Sport, so muss eben der Sport ins Eigenheim des Menschen kommen. Und so können die eigenen vier Wände - wenn auch nicht für alle Sportarten - vorübergehend zur Sportstätte erklärt werden. Das könnte



die Geburtsstunde eines neuen Trends sein: Durch den Ausbau sowie die zunehmende Bedeutung digitaler Angebote, kommt nun ebenso der Sport via WLAN und PC direkt zu den Menschen nach Hause. Die Palette zeigt sich bereits jetzt als äußerst vielseitig. Angefangen von Online-Kursen (z.B. Jackpot. fit-Online) bis hin zu diversen (Vereins-) Plattformen, die mit ihren abwechslungsreichen Programmen Sportbegeisterte, aber auch ganze Familien zum Mitmachen einladen, ist für jeden, der Freude an der Bewegung hat, etwas Passendes dabei.

Auf der Webseite [www.asvo-sportzuhaus.at](http://www.asvo-sportzuhaus.at) finden sich etliche Videos mit tollen Bewegungsübungen für alle Altersklassen (Kinder & Jugendliche, Erwachsene, 55 Plus sowie die ASVÖ 21 Tage Challenge), die in der gegenwärtigen Situation eine ideale Alternativmöglichkeit zum klassischen Outdoor-Sporteln bieten. Großen Zuspruch erfahren Online-Bewegungsangebote vor allem bei jungen Menschen. Doch auch Altersgruppen, denen vor Corona aus Zeitmangel, we-

gen räumlicher Distanzen oder aus anderen Gründen eine sportliche Aktivität mit persönlichem Kontakt zu einem Sportverein bis dato kaum bis gar nicht möglich war, profitieren enorm von den zahlreichen Online-Sportmodulen

„Selten ein Schaden, wo nicht auch ein Nutzen“. Vielleicht kann sich aus dieser Zeit der Einschränkungen doch für den einen oder anderen eine persönliche Erfolgsstory entwickeln. Vielleicht sollten Sportanbieter den Gedanken aufgreifen, künftig analoge und digitale Sportangebote zu vermischen, um sich so weiteren Zielgruppen zu erschließen, aber auch jene Menschen weiterhin miteinzubinden, die aus unterschiedlichen Gründen nicht (mehr) am Training teilnehmen können.

Es wäre doch ein anzustrebendes Ziel, den digitalen Sportgedanken - auch für die Post-Corona-Zeit - eine Spur weit beizubehalten und beide Formen sinnvoll miteinander zu kombinieren. Gänzlich im Sinne eines modernen, krisenfesten Sportsgeistes!

## Bewegungs- und Sportkongress goes online

### Coronabedingt findet der 14. ÖBS-Kongress heuer erstmals als Online-Variante statt.

„Außergewöhnliche Situationen erfordern außergewöhnliche Maßnahmen!“ Dieses bekannte Sprichwort trifft im heurigen Jahr wohl auf so ziemlich alle Veranstaltungen zu. Auch für den 14. Österreichischen Bewegungs- und Sportkongress für Übungsleiterinnen und Übungsleiter sowie Pädagoginnen und Pädagogen, der – anders als bis dato üblich – heuer auf unkonventionelle Weise von Freitag, dem 16.10, bis Sonntag den 18.10. über die Bühne geht. Nicht wie bisher gewohnt wird er in Saalfeldern ausgetragen, sondern, bedingt durch die gesetzlichen Maßnahmen und damit verbundenen Sicherheitsvorkehrungen, stattdessen kurzfristig als Online-Variante abgehalten. Die anfängliche Sorge über ein damit verbundenes vermehrtes Fernbleiben der Teilnehmerinnen und Teilnehmer blieb dabei glücklicherweise mehr als unbegründet. Zu verdanken ist diese Entwicklung in erster Linie den 18 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des ASVÖ und den beiden anderen SPORT-Dachverbänden.

Insgesamt präsentieren 22 Referentinnen und Referenten in jeweils einstündigen praxisorientierten Arbeitskreisen jede Menge neue Inputs sowie viele innovative Ideen zur Gestaltung ent-

sprechender Sportmodule. Beginnend bei der „Activity Box“ für Kinder über „Beweglichkeit kennt kein Alter“ bis hin zu Hip Hop, Urban Dance und Zumba® wird auch in der Online-Ausgabe des ÖBS-Kongress nichts dem Zufall überlassen und mit viel Sportsgeist innerhalb kürzester Zeit ein breites Angebot auf die Beine gestellt.

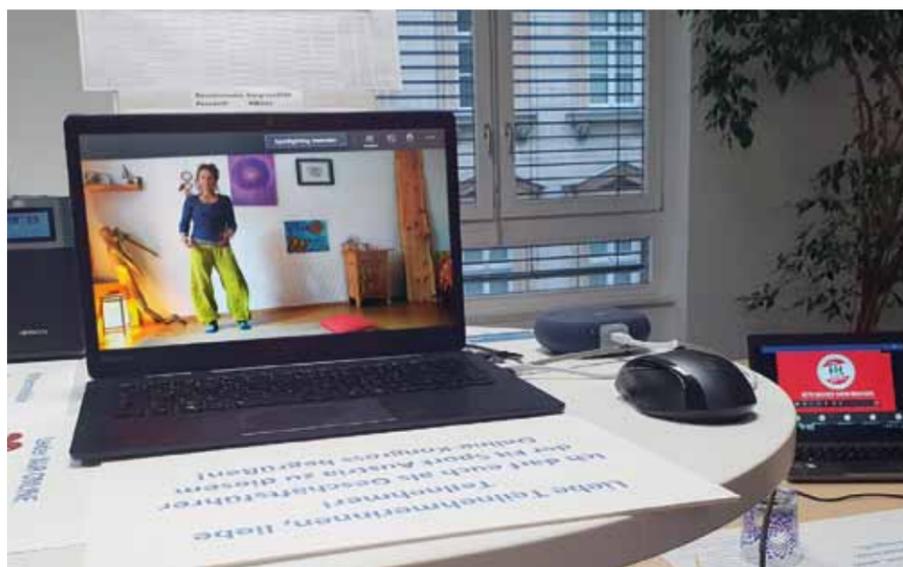
Beeindruckend erweist sich in diesem Zusammenhang gleichfalls die überaus rege Beteiligung. So haben sich sage und schreibe knapp 300 Teilnehmerinnen und Teilnehmer angemeldet und im Durchschnitt sieben bis acht Arbeitskreise besucht. Bei manchen Workshops, wie etwa beim funktionellen Ganzkörpertraining HIIT, ist der Zuspruch so groß, dass daran temporär sogar bis zu 100 Personen gleichzeitig teilnehmen. Doch auch die vielen anderen Workshops können mit einer Frequenz von bis zu 80 Teilnehmerinnen und Teilnehmern einen überaus guten Schnitt aufweisen, was – summa summarum – zugleich für die hohe Qualität der dargebotenen Inhalte spricht. Auch das jederzeit abrufbare Rahmenprogramm des Kongresses, welches sich dieses Mal aus einem kurzen Kabarettprogramm von und mit Ingo Vogl zum Thema „G’sundheit“ sowie zwei

Imagevideos zusammensetzt, ist überaus gut bei den Teilnehmern angekommen. Ausgehend von den vielen Rückmeldungen ist das Online-Format des ÖBS-Kongresses ein durchschlagender Erfolg. Trotzdem muss gesagt werden, dass Bewegung und Sport immer noch am besten in persönlicher Interaktion stattfindet.

Die aktuelle Situation hat deutlich gezeigt, welch hohen Stellenwert die körperliche Aktivität bei Herr und Frau Österreicher einnimmt. Die Wichtigkeit der SPORT-Dachverbände kann nicht

geleugnet werden, denn sie tragen mit ihren mehr als 14.000 Sportvereinen einen erheblichen Teil zur Gesundheit in Österreich bei. Denn Sport ist lebensnotwendig, stärkt das Immunsystem und kann gerade in Zeiten wie diesen jedem einzelnen von uns nützlich sein. Daher wird auch in Zukunft alles daran gesetzt, die nächsten Fortbildungskongresse wie gewohnt analog in ihrer klassischen Form umzusetzen.

So kommt der Sport zu den Menschen nach Hause. | FOTO: Fit Sport Austria



## Das sind die Sportler des Jahres 2020

### Zwei neue Siegergesichter bei der 24. Lotterien Sporthilfe-Gala.

Am 10. November wird im Rahmen der 24. Lotterien Sporthilfe-Gala wieder entschieden, wer heuer die heißbegehrte „Niki“-Trophäe an sich nehmen und sich somit Sportler bzw. Sportlerin des Jahres nennen darf. Gewählt wird erneut von den Mitgliedern der Sports Media Austria, der Vereinigung österreichischer Sportjournalisten sowie (in der Kategorie Sportler mit Herz) auch von Österreichs Sportfans. Durchgeführt wird die Ehrung in der bewährten MARX Halle in Wien, angesichts der Corona-Pandemie allerdings gänzlich anders als bisher gewohnt. So muss aufgrund der Covid-19 Maßnahmen die Veranstaltung dieses Mal ohne Publikum auskommen und als live-zeitversetzte TV-Show stattfinden. Durch den Abend führen – wie bereits die Jahre zuvor – die beiden Moderatoren Mirjam Weichselbraun und Rainer Pariasek.

Die Frage, „Wer wird Sportler des Jahres?“ gestaltet sich im heurigen Jahr natürlich besonders spannend, denn diese Kategorie wurde die letzten fünf Jahre ausschließlich von Superstar Marcel Hirscher dominiert. Und die gehandelten Favoriten kommen diesmal nicht aus dem alpinen Skisport. Ganz vorne mit dabei sind heuer Österreichs-Ball-Asse, der Fußballer David Alaba und der Tennisspieler Dominic Thiem. Mit einer überwältigenden Mehrheit überzeugt schließlich Tennis-Ass Dominic Thiem die

heimischen Sportjournalisten und kürt sich bereits erstmals in seiner jungen Karriere zum Sportler des Jahres. Vor allem seine Grand-Slam Titelpremiere bei den US Open beeindruckt die Jury schwer.

Er ist jedoch nicht der Einzige, der sich über diese Ehrung freuen darf. Denn es gibt noch viele andere herausragende Athletinnen und Athleten, die im Rahmen der wohl größten Sport-Benefiz-Veranstaltung Österreichs mit dem „Niki“ ausgezeichnet werden. Darunter befindet sich auch die Oberösterreicherin Ivona Dadic, die an diesem Abend ebenfalls zum ersten Mal den Titel „Sportlerin des Jahres“ erhält. Sie ist in der Geschichte der Lotterien Sporthilfe-Gala bis dato die fünfte Leichtathletin mit diesem Titel und tritt somit in prominente Fußstapfen.

Als wenig überraschend erweist sich die Wahl zur „Mannschaft des Jahres“. Hier dominiert zum dritten Mal in Folge der FC Red Bull Salzburg. „Diese Auszeichnung ist etwas ganz besonderes für uns und gibt jenem Weg recht, den wir vor Jahren eingeschlagen haben“, bedankt sich Verteidiger Andreas Ulmer stellvertretend für das gesamte Team.

Die Ehre unserer alpinen Skifahrer retten Veronika Aigner und Markus Salcher, die sich den Titel in der Kategorie Sportlerin

und Sportler des Jahres mit Behinderung holen. Im Bereich Special Olympics gehen die „Nikis“ an den oberösterreichischen Skifahrer Lukas Kaufmann und die Eisschnell- und Eiskunstläuferin Sabrina Bichlmair.

Zur Sportlerin des Jahres mit Herz wird Fußball-Rekordnationalspielerin Nina Burger gewählt, die sich mit ihrem Projekt „Daheimkicker“ stark engagiert und damit über 100 Menschen in 20 vollbetreuten Wohngemeinschaften in fünf Bundesländern, darunter auch OÖ, wöchentlich ein kostenloses Fußballtraining ermöglicht.

Ehrungen wie diese beweisen, dass die Bedeutung des Sports in Österreich nicht nur in puncto Erfolg, sondern auch hinsichtlich seiner gesundheitlichen, gesellschaftlichen sowie bildungstechnischen Funktion und Vorbildwirkung einen großen Stellenwert hat. In diesem Sinne möchten wir nochmals die hervorragenden Leistungen unserer Spitzenathletinnen und -athleten hervorheben und recht herzlich zu den gewonnenen Auszeichnungen gratulieren.

Ivona Dadic und Dominic Thiem punkten mit ihren Leistungen im Jahr 2020. | FOTO: GEPA pictures



## 30 Jahre Upper Austria Ladies

Unter besonderen Sicherheitsvorkehrungen und mit hoher medialer und internationaler Aufmerksamkeit findet heuer die 30. Ausgabe des Upper Austria Ladies vom 7. bis 15. November in der TipsArena in Linz statt. Organisiert wird die Jubiläums-Veranstaltung von Turnierdirektorin Sandra Reichel, die sich bereits seit 20 Jahren für die größte Frauensport-Veranstaltung Österreichs verantwortlich zeichnet. „Das starke Signal ist, dass dieses Turnier trotz Ausnahmejahr stattfinden kann! Und die Tennisswelt sieht auf Oberösterreich!“, so Reichel. Erarbeitet

wurde dafür ein Konzept höchster Sicherheitsstufe. Und obwohl dieser Jubiläums-event heuer ohne Gäste über die Bühne gehen muss, wird das Upper Austria Ladies 2020 vor allem aufgrund des hochkarätigen Teilnehmerfeldes in besonderer Erinnerung bleiben. So kommt die diesjährige Triumphatorin aus Weißrussland und heißt Aryna Sabalenka (Weltranglistenelfte). Für die stolze Gewinnerin ist es der achte WTA-Titel ihrer Karriere und der dritte im Jahr 2020. Den Doppelsieg heimsen Tamara Zidansek (SLO) und Arantxa Rus (NL) ein.



Aryna Sabalenka mit ihrem achten WTA Titel in ihrer Karriere. | FOTO: Matchmaker

## Meisterschaften im Sportkegeln

Am 2. und 3. Oktober ist es wieder soweit: Erneut heißt es „Gut Holz“ bei den lediglich alle zwei Jahre stattfindenden ASVOÖ-Meisterschaften im Sportkegeln in Lambach. Dabei finden sich wieder viele Kegelfreunde und -talente ein, um sich spannende Wettkämpfe zu liefern. Wacker schlagen sich die in Summe 45 Damen und Herren aus insgesamt fünf Vereinen. Bei den Damen dominiert – wie bereits 2018 – die Titelverteidigerin Sabine Grömer vom KSK Kremstalerhof mit einer super Leistung und sichert sich damit wieder den 1. Platz. Rang 2 geht an

Marianne Rollenhagen vom SK Lambach und Platz 3 an Gertrude Baumgartner vom KSK Kremstalerhof. Bei den Herren sind die Kegler vom SK Lambach eine Klasse für sich, liefern ein spannendes Match und können alle drei Podestplätze für sich belegen. Mit einer überaus starken Leistung erspielt Erich Gruber mit 646 Kegeln den Sieg vor seinen Vereinskollegen Michael Artner und Siegfried Rother auf Platz 3. Danke an dieser Stelle an die Organisatoren vom SK Lambach für die einwandfrei ausgerichtete Veranstaltung.



Die Stärksten bei den Damen und Herren, Sabine Grömer und Erich Gruber. | FOTO: Niederwimmer

## Athleten des NTS-Salzkammergut stehen für Erfolg

NTS Salzkammergut startet mit viel Selbstvertrauen in die Wintersaison.

Wie erfolgreich sich die Athletinnen und Athleten des NTS Salzkammergut heuer auch ohne Zuschauer schlagen, wird beim Austriacups der Jugend- und Juniorenklasse in Stams und in Bischofshofen unter Beweis gestellt. In Stams entscheidet Sigrun Kleinrath bei den Juniorinnen den Bewerb für sich. Eine Top-Leistung liefert auch bei den Junioren Nikolaus Mair ab und sichert sich am Tag eins der Bewerbe Rang 3 und am darauffolgenden Tag sogar den 2. Platz. In Bischofshofen kann Eli Deub-

ler beim Austriacup der Schüler sowohl im Springen als auch in der nordischen Kombination den Sieg holen. Auch im Teambewerb beeindruckt das Team OÖ mit Eli Deubler mit dem zweiten Platz.

Beim Heimbewerb in Bad Ischl haben in der Kinderklasse der Sieger Lorenz Podlipnik und der drittplatzierte Florin Kronnerwetter das Podest fest in der Hand. Dritter im Springen wird Simon Steinacher, in der Nordischen Kombination belegt Simon Gaisberger Rang

drei. Luca Grieshofer ist im Springen der Schülerklasse I der Athlet des Wochenendes. An beiden Tagen belegt er Platz 2. In derselben Kategorie gelingt mit Platz 3 in der Nordischen Kombination Christopher Kain ein super Erfolg. In der Schülerklasse II gehen Platz 3 an Raphael Lippert und Platz 2 an Jakob Peer. Der Konkurrenz die Stirn geboten wurde aber bereits vor Inkrafttreten der Corona-Maßnahmen, beim Landescup in Höhnhart. Dort entscheiden Lorenz Podlipnik und Florian Kronnerwetter in

beiden Disziplinen – Springen und Nordische Kombi – Platz 2 und 3 für sich. Bei den Kindern II sichert sich in der Nordischen Kombi Adrian Kronnerwetter Platz 2. Luca Grieshofer, der gleichfalls in der Schülerklasse Platz 2 einführt, beendet den Bewerb sowohl im Springen als auch Crosslauf mit dem 1. Platz. Bei den Schülerinnen ist es wieder Eli Deubler, die sich in beiden Disziplinen durchsetzt und die ebenso in den OPA-Spielen in Hinterzarten (D) im Teambewerb Platz 3 für Österreich holt.



In Stams liefern Sigrun Kleinrath und Nikolaus Mair top Leistungen. | FOTO: Mair



Auch das reduziertes NTS-Team hält jeder Konkurrenz stand. | FOTO: Grieshofer

# Alles Glück dieser Erde liegt auf dem Rücken der Pferde

Im Gespräch mit ASVOÖ-Präsident Peter Reichl erzählt der Geschäftsführer des Pferdezentrums Stadl-Paura, Johannes Mayrhofer, wie die Liebe zu Pferden seine Visionen beflügelt und sein tägliches Wirken so erfolgreich macht.



## informer:

*Johannes, du bist nun seit mittlerweile drei Jahren Geschäftsführer des Pferdezentrums Stadl-Paura. Was begeistert dich an dieser Funktion? Hattest du schon immer einen starken Bezug zum Pferdesport?*

## Mayrhofer:

Mein Bezug zu den Pferden reicht bis in meine Kindertage zurück: Mit sechs Jahren habe ich zu reiten begonnen und seither lassen mich diese faszinierenden Wesen nicht mehr los. Heute bin ich ambitionierter Freizeitreiter, Pferdezüchter, Nebenerwerbslandwirt und habe verschiedenste Funktionen in der Pferdewelt wie die Geschäftsführung im Pferdezentrum, die Obmannschaft in der bundesweiten Warmblutzuchtinstitution sowie der AWÖ oder als ASVO Bundesfachwart für Pferdesport.

Zum Pferdezentrum Stadl Paura – der ehemaligen Bundesanstalt für Pferdezucht und vormals K & K Hengstendepot – habe ich schon lange eine intensive und auch emotionale Bindung. Als Jugendlicher durfte ich bereits bei Vielseitigkeitsturnieren mithelfen, die damals der Welser Reitverein durchgeführt hat! Die Anlage war ja meist nicht zugänglich und ich habe das ganze Jahr als Lambacher Gymnasialschüler auf dieses Wochenende im Mai gewartet, bei dem ich wieder auf dieses einzigartige Gelände durfte! Für einen pferdebegeisterten Kaufmann

gibt es keine schönere Wirkungsstätte! Das Pferdezentrum ist Kompetenzzentrum und der Kristallisationspunkt für die österreichische Pferdewirtschaft. Die Fülle an Angeboten, Veranstaltungen und Dienstleistungen ist einzigartig – und das nicht nur in Österreich!

## informer:

*Im Jahr 2020, so ist uns zu Ohren gekommen, hat sich auf dem Areal des Zentrums gleichfalls in puncto Ausbau so einiges getan. Welche zukunftsweisenden Schritte wurden in diesem Zusammenhang gesetzt bzw. werden noch gesetzt?*

## Mayrhofer:

Das ist völlig richtig! Mit einem großen Investitionsprogramm, das mit Unterstützung des Landes OÖ und der Gemeinde Stadl-Paura, aber auch durch

unsere eigene betriebswirtschaftliche Leistungsfähigkeit möglich wurde, machen wir das Pferdezentrum fit für die Zukunft.

Schwerpunkte sind hierbei neben dem Erhalt der historischen Bausubstanz – das Gelände mit seinen bis zu 200 Jahre alten Gebäuden steht ja unter Denkmalschutz – die Reitflächen (hier wurden 2,5 Hektar Reitplätze und Reithallen von Grund auf erneuert), die Infrastruktur für Zuschauer (neue Terrassen,

Gastronomie, Tribünen) und die Unterbringung der Gastpferde (es sollen bis zu 250 Fixboxen errichtet werden). Das

## informer:

*Was macht das Pferdezentrum Stadl-Paura so besonders? Wodurch zeichnet sich diese speziell für den Pferdesport ausgerichtete Einrichtung? Was wird hier den Besucherinnen und Besuchern geboten?*

## Mayrhofer:

Neben dem einmaligen Flair, welches das historische Gestütsensemble vermittelt, ist das sicher die einzigartige Vielfaltigkeit des hippologischen Angebots: Jährlich werden rund 30 Pferdesportturniere in sieben Disziplinen ausgetragen und darüber hinaus nahezu alle bundesweit relevanten Zuchtveranstaltungen wie Fohlenchampionate, Hengstkörungen, Bundesjungstutenschauen u. v. m. Das Pferdezentrum ist die heimische Prüfungsanstalt für Leistungs- und Veranlagungsprüfungen der Zuchtprogramme aller Pferderassen. Die Ausbildung von Pferden vom Remontenalter bis in die schwere Klasse ist sogar mit TÜV-Siegel zertifiziert. Das breitgefächerte, über das ganze Jahr durchgeplante Kurs- und Trainingsangebot ist ebenfalls einzigartig. Der Praxisunterricht mit 40 Schulpferden für das ABZ und die HAK Lambach werden im Pferdezentrum durchgeführt und der Sitz zahlreicher hippologischer Institutionen ist hier in Stadl-Paura – das ist nur ein Auszug – kurz gesagt: Pferdezucht und Pferdesport an einem Ort!

„Das Pferdezentrum ist die heimische Prüfungsanstalt für Leistungs- und Veranlagungsprüfungen der Zuchtprogramme aller Pferderassen.

Die Ausbildung von Pferden vom Remontenalter bis in die schwere Klasse ist sogar mit TÜV-Siegel zertifiziert.“

**informer:**

*Corona hat ebenso den Sport und das damit verbundene Vereinsleben schwer getroffen. So wurde mit dem Lockdown zunächst der Trainingsbetrieb gänzlich lahmgelegt, Veranstaltungen, Wettkämpfe sowie Kurse mussten gecancelt oder – bestenfalls – verschoben werden und auch mit den bestehenden Sicherheitsmaßnahmen ist an eine gewohnte, ungezwungene Sportausübung (noch) nicht zu denken – insbesondere, wenn wir an die Wintermonate denken, wo sich vieles wieder in den Indoor-Bereich verlagert. Wie ist es in diesem fordernden Jahr dbzgl. dem Pferdezentrum Stadl Paura ergangen?*

**Mayrhofer:**

Ja, dieses außergewöhnliche Jahr hat natürlich auch uns im Pferdezentrum sehr gefordert! Die Versorgung von rund 150 Pferden musste ja auch im Lockdown gesichert sein, gleichzeitig haben wir Veranstaltungsformate entwickelt, die uns nach dem Lockdown schnell wieder den Betrieb aufnehmen ließen. So konnten wir über den Sommer viele Veranstaltungen unter strengen Maßnahmen nachholen und den Reiterinnen und Reitern ein abwechslungsreiches Angebot bieten. Das alles ohne Zuschauer, aber mit Live-Übertragungen mittels Streaming-Dienst im Internet. Und nun haben wir uns auf die kommenden Monate ebenfalls bestmöglich

vorbereitet: Seit Anfang November ist der Veranstaltungsbetrieb wieder eingestellt! Wirtschaftlich für uns als Großveranstalter mit vielen Standbeinen, die derzeit allesamt nicht oder nur äußerst eingeschränkt bespielt werden können, selbstverständlich auch nicht leicht. Hier sei der Regierung und dem Land OÖ für die Hilfestellung gedankt, die Vereinen und Veranstaltern zu Teil wird – denn eins ist sicher – es wird eine Zeit nach Corona geben, in der ja die Infrastruktur im Sport auch wieder so hervorragend funktionieren soll wie vor der Pandemie!

**informer:**

*Was sind die Pläne, Erwartungen sowie Wünsche für das Jahr 2021?*

**Mayrhofer:**

Einerseits hoffen wir natürlich, dass das Seminar- und Veranstaltungszentrum, welches auch 2020 eröffnet wurde, aber auf Grund von Corona nicht voll in Betrieb gehen konnte, großen Anklang findet – in der Pferdecountry, aber genauso weit darüber hinaus. Es stehen 600m<sup>2</sup> Flächen mit modernster Infrastruktur für Firmenfeiern, Seminare, Hochzeiten u. v. m. zur Verfügung und das in einem spannenden architektonischen Konzept, einer beispiellosen Verbindung zwischen historischer Bausubstanz und Moderne! Und gleichzeitig arbeiten wir an einem neuen Angebot:

Künftig soll das Pferdezentrum auch speziell Nichtreitern zugänglich gemacht werden! Eine Erlebniswelt rund ums Pferd, die als touristischer Leucht-

turm die Region zwischen Attersee und Traunsee bereichern soll und die Faszination Pferd für möglichst viele Menschen erlebbar machen wird!

## Johannes Mayrhofer

Geschäftsführer des Pferdezentrum Stadl-Paura

Der gebürtige Welser absolviert die Mittelschule im Stiftsgymnasium Lambach. 1998 steigt er in dritter Generation in das Familienunternehmen LEMA Mayrhofer GmbH ein, einem Spezialisten für Hochdrucktechnik mit Sitz in Eferding und führt dieses seit 2001 als geschäftsführender Gesellschafter.

2008 gründet Mayerhofer die Green makes Clean Reinigungsmaschinen GmbH mit Schwerpunkt Bodenreinigung und Staubsaugertechnik. 2015 folgt die Gründung von 1Acooling mit Spezialisierung auf Kühlsysteme durch Vernebelung von Wasser und Nutzung der Verdunstungskälte.

Seit 2018 ist Mayrhofer Geschäftsführer der Pferdezentrum Stadl-Paura GmbH und hat als ambitionierter Freizeitreiter

seitdem die Führung in diesem Kompetenzzentrum über die Tiere, welche ihn schon im zarten Alter von sechs Jahren faszinierten und bis zum heutigen Tage sprichwörtlich nicht mehr loslassen.

### WEITERE FUNKTIONEN IN DER PFERDEWIRTSCHAFT:

- ASVÖ Bundesfachwart für Pferdesport
- Obmann der AWÖ – der bundesweiten Warmblut-Zuchtorganisation
- Obmann des Reitclub Pferdezentrum Stadl-Paura
- Ehrenobmann des Reiterbundes Wels u. v. m.

# Desinfektion ist das A und O für noch mehr Sicherheit im Sport

Der ASVÖ unterstützt seine Vereine mit einem Erstausrüstungspaket an Desinfektionsmittel made in Austria.

Wie wichtig hygienische Maßnahmen in Bereichen von Menschenzusammenkünften sind, ist vielen erst durch die weltweit rasante Ausbreitung des Virus Covid-19 so richtig bewusst geworden. Fakt ist aber nicht erst seit heute, dass unzureichende Hygienestandards, ganz gleich in welchen Bereichen, sich schon immer negativ auf die Gesundheit in unserer Gesellschaft ausgewirkt haben und nicht erst seit dem Ausbruch der Corona-Pandemie plötzlich eine wichtige Rolle spielen.

Dabei sollte sich der Fokus nicht nur auf die Wirtschafts- oder Tourismusbranche richten, sondern auch auf den Sport, also die vielen Sportstätten und Sporteinrichtungen in Oberösterreich. Denn genau in dieser Sparte, in der, bedingt durch die Vielseitigkeit ihrer Ausprägung, direkter Körperkontakt und auch Kontakt mit diversen Sportgeräten geradezu unausweichlich sind, eben weil hier tagtäglich so viele Menschen aufeinandertreffen.

Desinfektion ist daher das A und O. Da gilt es nicht nur zu beachten, dass genug Desinfektionsmittel vorhanden ist, eine viel wichtigere Rolle spielt hier die Qualität des Mittels, welches ja unmittelbar mit der Haut in Berührung kommt. Für diese Qualität sorgt das österreichische Unternehmen CB Chemie mit Dr. Christian Braunschier an der Spitze,

mit welchem der ASVÖ einen kompetenten Partner gefunden hat und mit dessen Premium-Produkt nun alle Funktionärinnen und Funktionäre des Verbandes ausgestattet werden. Denn bestmöglicher Schutz für einen gesunden und risikominimierten Sportbetrieb hat oberste Priorität beim Allgemeinen Sportverband Oberösterreich.

Ein erstes Ausstattungspaket wurde unseren Mitgliedsvereinen ja bereits zur Verfügung gestellt. Bei weiterem Bedarf können Sie jederzeit – natürlich zu speziellen Konditionen – weitere Flaschen in unserem Verbandsbüro ganz einfach nachbestellen. „Wir möchten mit dieser Aktion einen kleinen, aber essenziellen Beitrag leisten, damit unsere 1.600

Vereine und Sektionen in Oberösterreich einen sicheren und gesunden Sport auch in der Zukunft weiter anbieten können“, betont ASVOÖ Verbandspräsident Peter Reichl.

Qualität Made in Austria für einen sicheren Sport.



**WIR SCHENKEN IHNEN UNSER INNENARCHITEKTUR KNOW-HOW INDIVIDUELL GEPLANTE KÜCHEN STATT STANDARD-LÖSUNGEN**





# Leise gleitend durch den Schnee

Abseits der Pisten herrscht reges Treiben, denn Skitourengehen boomt wie nie zuvor.

**B**edingt durch die bereits länger anhaltende Pandemie und die damit verbundene Schließung sämtlicher Sportstätten, entdecken viele Menschen die sportlichen Möglichkeiten in der Natur. Denn hier ist körperliche Betätigung nahezu uneingeschränkt möglich, ganz gleich zu welcher Jahreszeit. Mit dem Einzug des Winters erfreuen nun wieder Sportarten, wie Schifahren, Langlaufen, Eislaufen und das aktuell boomende Skitourengehen unseren Alltag. Erfreut über diese Entwicklung zeigen sich die Naturfreunde, Österreichs größter alpiner Freizeitverein. Denn es handelt sich dabei eben nicht nur um eine Sportmöglichkeit, die ein sensationelles Erlebnis in der Natur darstellt, sondern – und dies ist in diesen Zeiten leider noch wichtiger – ein coronagerechtes Verhalten einfach und unkompliziert möglich macht.

Klar, Skitourengehen avanciert im Moment zu einem regelrechten Volkssport, obwohl es sich dabei eigentlich um gar nichts „Neues“ handelt. Man richte seinen Blick einfach mal etwas weiter in die Vergangenheit zurück, genauer gesagt auf das 19. Jahrhundert, sprich jene Zeit, in der der Skisport seinen Anfang nimmt, und man stellt fest, dass bereits anno dazumal Skipioniere die Gelegenheit nutzten, Berge oder andere alpine Gegenden mit Skiern zu erobern. „Beim Skitourengehen geht es aber nicht nur um stundenlange Aufstiege in abgelegene Regionen bzw. abseits der Skipisten. Es steht dabei auch das einzigartige Genusserlebnis der Entschleunigung und Naturnähe im Vordergrund. Ein erfreuliches und begrüßenswertes Gegenmodell zu dichtgedrängten Menschenansammlungen vor den Liftanlagen oder in überfüllten Skihütten!“, findet Günter Abraham, Bundesgeschäftsführer

der Naturfreunde Österreich. Ein weiterer erfreulicher Aspekt dieser Sportart: Sie ist für Jedermann geeignet. Neueinsteiger sollten aber langsam und vor allem kontrolliert beginnen. Denn das Gelände, auf dem sich Skitourengeher vorwiegend bewegen, ist anspruchsvoll und je alpiner man sich bewegt, umso mehr Erfahrung und Wissen ist in puncto risikobewusstes Verhalten natürlich nötig. „Als Einsteiger ist man gut beraten, einen Kurs zu besuchen. Hier lernt man, eine für sich angemessene Tour zu erkennen und zu planen, den Lawinenbericht zu verstehen, sich im ungesicherten Skigelände zu bewegen und den Umgang mit der Notfallausrüstung.“, erklärt Martin Edlinger, Leiter der Abteilung Skitouren der Naturfreunde Österreich. Ausbildungskurse werden österreichweit angeboten, und zwar in der Naturfreunde Akademie. Damit die Skitour wortwörtlich mit Sicherheit zum Vergnügen werden kann, gibt es im Rahmen der Kampagne „No reset am Berg“ kostenlose Sicherheitstage, an denen alle notwendigen Grundkenntnisse wie etwa zur Skitouren- und Notfallausrüstung, zur LVS-Handhabung u.v.m. vermittelt werden. Mit diesen Grundvoraussetzungen steht einer sicheren und entspannten Skitour dann auch nichts mehr im Weg. Aber dort, wo sich viele Menschen tummeln, ist es wichtig, sich an Regeln zu halten. Nur so kann ein mögliches Konfliktpotential mit einem natur- sowie umweltverträglichen Verhalten in Einklang gebracht werden (siehe Infobox).

Die Naturfreunde Österreich stehen für einen freien Zugang zur Natur für alle Menschen, allerdings nur, wenn dabei nicht gegen geltende Richtlinien verstoßen wird.

Unter sorgsamem Umgang mit der Natur zählen etwa: Wildtiere in ihrem natürlichen Lebensraum nicht unnötig zu stören, Aufforstungs- und Jungwuchsflächen nicht zu

befahren, Aufenthalte im Wald vor Sonnen- und nach Sonnenuntergang zu vermeiden und Informationstafeln, Markierungen sowie sonstige Hinweise stets zu beachten.

## Sicherheitstipps & Fair-Play-Regeln für Tourengeher

- ✓ Touren risikobewusst planen! Bei der Planung einer Skitour gilt es stets, sorgfältig zu sein und die aktuellen Verhältnisse sowie das eigene Können einzukalkulieren! Während der Tour sollte kontinuierlich überprüft werden, ob Planung sowie aktuelle Verhältnisse nach wie vor übereinstimmen.
- ✓ Den aktuellen Lawinenbericht immer gut studieren!
- ✓ Lawinenschutzgerät (kurz LVS) noch am Ausgangspunkt checken!
- ✓ Bei Skitouren muss eine VOLLSTÄNDIGE Notfallausrüstung immer mit dabei sein! Diese setzt sich aus LVS-Gerät, Schaufel, Sonde, Erste-Hilfe-Ausrüstung, Biwaksack und Handy zusammen.
- ✓ Bevor es richtig losgeht: Umgang mit der Notfallausrüstung üben!
- ✓ Stets in Kleingruppen und NICHT allein gehen!
- ✓ Der Aufstieg erfolgt hintereinander und ausschließlich am Pistenrand!
- ✓ Bei 30 Grad Hangneigung Abstand halten!
- ✓ Gesperrte Pisten bzw. Pistenteile nicht benutzen!
- ✓ Queren der Pisten nur an übersichtlichen Stellen und mit genügend Abstand zum Vordermann!
- ✓ Einzig die für Pistentouren gewidmeten Aufstiegsrouten bzw. Pisten benutzen!
- ✓ Stets auf die eigene Sichtbarkeit achten!
- ✓ Keine Hunde auf die Piste mitnehmen!
- ✓ Benützen der ausgewiesenen Parkplätze inkl. Entrichtung allfälliger Parkgebühren!



FOTO: Die FITMACHER

# 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 Eigenverantwortung und gezielter, effektiver Vorsorge viel für unseren Körper und unsere Gesundheit tun!“, lautet das Motto des FITMACHER-Teams. Das Team setzt sich aus Dr. Matthias Kirchmayr, Thomas Lettner und Michael Stadlmann zusammen. Die ärztliche Leitung obliegt Dr. Kirchmayr. 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 das Motto der FITMACHER! Menschen wie du und ich, egal welchen Alters oder Geschlechts, 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**. Nach einer Blutabnahme folgt eine **Körperanalyse** (Fett-, Muskel- und Wasseranteil, BMI), **Herz- & Lungenuntersuchung**, ein **Ruhe- sowie Belastungs-EKG**, eine **Blutdruckkontrolle** sowie eine **Abfrage des orthopädischen 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.



**Dr. Matthias Kirchmayr**  
 Arzt für Allgemeinmedizin mit Schwerpunkt Bewegungsapparat, Sportmedizin & Präventivmedizin

Gesunde Ernährung inkl. eines optimalen Mikronährstoffstatus, Bewegung (körperliche Aktivität und Mobilisation), mentale Fitness/Stressbewältigung (Mindfulness), Darmgesundheit, die Pflege von sozialen Kontakten sowie das Meiden von Umweltgiften sind jene Faktoren, die die Säulen eines gesunden Lebensstils, von Vitalität, Leistungsfähigkeit und „Good-Aging“ darstellen.

Ein guter Ernährungs- und Mikronährstoffstatus, körperliche Fitness, Stressbewältigungsstrategien etc. können die Ressourcen jedes Einzelnen unterstützen und stärken, um gegen die auf uns einwirkenden Stressoren (psychischer und körperlicher Stress, falsche Ernährung, Gifte, etc.) gewappnet zu sein.

## RESSOURCEN STÄRKEN – WIE UND WARUM?

Um mit den permanent einwirkenden Stressoren des Alltags umgehen zu können,

ist es wichtig, seine Ressourcen zu stärken und somit dem Entstehen von Krankheiten vorzubeugen. Bewegung stellt hierbei einen wichtigen Baustein dar. Bei vielen Menschen ist allerdings die Beweglichkeit durch Schmerz und Bewegungseinschränkung gehemmt und wenig Freude bringend.

Durch seine manuelle Faszientherapie, kombiniert mit zusätzlichen, schonenden Therapieansätzen, kann Dr. Kirchmayr, der sich mit Behandlungsmethoden sowie Bewegung per se beschäftigt, Bewegung schnell und effizient wieder ermöglichen, Schmerzen lindern und ein neues Körperbewusstsein herstellen. Um es aber erst gar nicht soweit kommen zu lassen, wurde von ihm das Offility-Mobilisationskonzept entwickelt. Dieses besteht aus einfach durchführbaren Übungen, mit denen man sich im Alltag geschmeidig und beweglich halten kann und somit Schmerz und Bewegungseinschränkung vorbeugt.

## ERNÄHRUNG UND MIKRONÄHRSTOFFSTATUS

Im Rahmen einer orthomolekularen Abklärung ist zusätzlich zum Bewegungsapparat ebenso die ganzheitliche Erfassung des Menschen in puncto Ernährung und Nährstoffaufnahme realisierbar. Nach einer ausgiebigen Anamnese bzgl. Lebensstil, Ernährung, Belastungen, Vorerkrankungen etc. ermöglicht eine gezielte Mikronährstoffdiagnostik eine Erhebung gewisser Parameter, um hier auf zellulärer Ebene therapeutisch und in weiterer Folge präventiv (Metabolic tuning) tätig zu werden. Basis ist dabei jedoch immer eine gesunde Ernährung.

Im Speziellen kann somit aufgrund einer entsprechenden Therapie gezielt auf die Darmgesundheit und dadurch gleichsam bewusst auf das Immunsystem eingegangen werden.

## Medaillenregen bei Ruder-EM

Vom 9. bis 11. Oktober findet in Posen (POL) die EM im Rudern statt. Beeindruckt kann dabei wieder einmal Magdalena Lobnig. Die Kärntnerin feiert im Einer mit dem Gewinn der Silbermedaille einen erneuten Erfolg und sichert sich so – nach Gold 2016 sowie Silber 2013 und 2018 – ihre inzwischen vierte Medaille in ihrer Karriere. Während des gesamten Rennens liefert Lobnig eine überaus gute Leistung ab und muss sich letztendlich nur der regierenden Weltmeisterin Sanita Puspure aus Irland geschlagen geben. „Ich bin super happy mit Silber

und sehr, sehr zufrieden. Ich habe mich in diesem Jahr sehr gut entwickelt und konnte meine Leistungen sehr gut abrufen.“, freut sich die frisch gekürte Vize-Europameisterin im Einer. Einen weiteren Erfolg kann Lukas Kreitmeier, Philipp Kellner, Alexander Maderner und Sebastian Kabas einfahren, die im Leichtgewichts-Doppelvierer die Bronzemedaille holen. Auf Platz vier und somit nur ganz knapp an der Medaille vorbeilanden Ferdinand und Rudolf Querfeld, Gabriel Hohensasser und Christoph Seifriedsberger im Vierer ohne.



Magdalena Lobnig mit ihrer inzwischen vierten Medaille. | FOTO: OERV\_Seyb

## Ein Stern am Kunstturnhimmel

Vom 07. bis 08. November finden in Egg die 74. Österreichischen Staatsmeisterschaften im Kunstturnen statt. Für Ricardo Rudy, einem gebürtigen Welser, der seine Wurzeln im WTV hat, kein Tag wie jeder andere. Er beeindruckt mit grandiosen Leistungen und holt sich nicht nur am Pauschenpferd, sondern auch am Sprung Gold und wird damit in zwei Disziplinen Einzel-Staatsmeister. Am Boden erturnt sich der ehrgeizige Sportler weiters Silber sowie – an den Ringen – Bronze. Im Mehrkampf holt er sich dann auch noch den 3. Platz. Gemeinsam mit vier oberös-

terreichischen Turnkollegen sichert sich Rudy, der in Innsbruck rund 25 Stunden pro Woche mit dem Nationalteam trainiert, noch den Vizestaatsmeistertitel im Teambewerb. Mit dieser Medaillenbilanz kürt er sich zum zweiterfolgreichsten Turner dieser Staatsmeisterschaft und qualifiziert sich damit für die Königsklasse, nämlich für die im Dezember in der Türkei stattfindende Kunstturn-Europameisterschaft! Dort wird es für ihn die erste EM bei den sogenannten „Senioren“. Wir gratulieren dem Staatsmeister und wünschen weiterhin „Gut Heil“!



Der Staatsmeister beim Training an den Ringen. | FOTO: Rudy

## Das neue Glockner-Biwak ist eröffnet

Erhöhte Sicherheit durch die neue Biwak-Schachtel.

Am Großglockner können sich Bergsteiger künftig auf 3.205 Meter Seehöhe noch mehr in Sicherheit wiegen. Grund dafür ist die kürzlich fertiggestellte Biwak-Schachtel in Oktagon-Form, die alte Biwak-Schachtel ist nun Geschichte. Die neue Unterkunft soll im Notfall Schutz und Sicherheit für Bergsportler bieten, die Routen für den Aufstieg über die Großglockner-Nordwand nehmen. Das neue Biwak, ausgestattet mit vier Fenster, besticht durch mehr Komfort, einem guten Lüftungssystem sowie einem breiten Platz- und Ausstattungsangebot für 15 Personen im Normalfall bzw. für 25 Personen im Notfall.

„Aufgestellt wurde der neue Unterschlupf hinter dem baufälligen, alten Glocknerbiwak, welches in den 50er Jahren errichtet wurde und mittlerweile auch aufgrund seiner Bausubstanz nicht mehr genug Sicherheit bietet“, so Peter Kapelari vom Österreichischen Alpenverein. Unterstützt wurde das

85.000-Euro-Projekt vor allem durch die Aktion #salwa3000 des Outdoor-Ausrüster „Salewa“, der ein wichtiger Partner des Alpenvereins ist.

So spendete die Bergsportmarke für jeden bestiegenen 3.000er in den Alpen 5 Euro für das Bauprojekt. Zusammengekommen sind dabei rund 9.200 Euro, die von SALEWA nochmals aufgerundet und auf 20.000 Euro verdoppelt wurden.

Eine große Wertigkeit hat man bei

der Errichtung ebenso auf den ökologischen Fußabdruck gelegt. So stellt das in einem Naturschutzgebiet stehende Bauwerk zum einen optisch keinerlei größeren Eingriffe in die Naturlandschaft dar, zum andere könnte es, falls gewollt, jederzeit ebenso wieder spurlos entfernt werden.

Weitere Infos unter [www.alpenverein.at](http://www.alpenverein.at)



Sicherheit für Bergsportler auf 3.205 Meter Seehöhe. | FOTO: Keck/Alpenverein



Atemberaubender Ausblick schon beim Aufwachen. | FOTO: Keck/Alpenverein

LAND DER MÖGLICHKEITEN  
**mein Land.digital**  
ENTDECKEN



Foto: @fotofrank - stock.adobe.com

## MIT DER OÖ APP

+ Gesprächstermine online vereinbaren

+ Anträge digital einbringen

+ aktuelle Infos rund um die Uhr abrufen

+ Jobbewerbungen jederzeit abgeben

App „Mein OÖ“ jetzt downloaden unter:  
**Google Play Store** oder **Apple App Store**



## MIT DER FÖRDERMAP OÖ

+ Schnell und unkompliziert zu Förderungen,  
Beihilfen und Zuschüssen unter:  
**[www.land-oberoesterreich.gv.at/foerderungen](http://www.land-oberoesterreich.gv.at/foerderungen)**



Bezahlte Anzeige



FOTO: iStock / SDI-Productions

## Fair, fairer, Fairplay

„Fairplay“ und „Fairness“ haben im Sport einen hohen Stellenwert, besitzen jedoch nicht von Grund auf jene Bedeutung, die man heute weitläufig zu wissen glaubt.

**W**enn wir über das Thema Sport nachdenken und sprechen, verbinden wir damit Begriffe wie Teamfähigkeit, Erfolg sowie Sports- und Kampfgeist. Termini, die in diesem Bereich aber gleichfalls eine wichtige, zentrale Rolle spielen, sind das „Fairplay“ und die „Fairness“. Und diese nicht unerheblichen Bereiche im Sport sollten zweifelsfrei in Verbindung mit den unzähligen (prominenten) sportlichen Vorbildern aus diversen Sportdisziplinen stehen. Denn Kinder und Jugendliche lernen nicht nur voneinander, sondern zu einem sehr großen Teil von jenem Verhalten, welches ihnen von Erwachsenen - und hier kommen nun die Idole ins Spiel - vorgelebt bzw. vermittelt wird.

An dieser Stelle stellt sich nun zwangsläufig die Fragen, was es mit den Bezeichnungen „Fairness“ und „Fairplay“ in Verbindung mit Sport im Allgemeinen konkret so auf sich hat. Die Antwort darauf verbirgt sich - wie so oft - in der Geschichte.

### DER „URSPRUNG“ DER FAIRNESS IM SPORT

Etymologisch leitet sich das Wort „fair“ vom altgriechischen „faeger“ ab, diesem wurde im Laufe der Zeit viele Bedeutungen zuteil. In einem sportlichen Kontext taucht „fair“ allerdings erst im 19. Jahrhundert auf, und zwar im viktorianischen Zeitalter in England. Vorher wird der Begriff vorwiegend mit Wör-

tern wie „schön“ (v.a. im Deutschen), „frei von Makel“ oder „günstig“ übersetzt. Bezeichnungen also, die in puncto Sport aus heutiger Sicht als wenig plausibel und eher unpassend erscheinen, aber dennoch ihre Berechtigung haben. Woran dies liegt, lässt sich im Grunde ganz einfach erklären. So hat sich die Idee von Fairness in der Geschichte aus zwei Wurzeln entwickelt: Hierzu zählt zum einen der ästhetische Ursprung, gemäß diesem Sport mit Geschmack und Stil ausgeführt und als schön anzusehen sein soll, zum anderen der Wettbewerbsgedanke selbst.

Nun könnte man meinen, dass der Ursprung sportlicher Fairness etwa in den Olympischen Spielen der Antike liegt. Dies entspricht bei genauerer Betrachtung aber nur bedingt der Wahrheit. Es ist zwar richtig, dass sich Wettkämpfer im griechischen Altertum weitgehend an bestehende Regeln hielten, ja sogar einen Schwur ablegten, diese zu befolgen, allerdings zählte die Schonung und Achtung des Gegners keineswegs zu derlei Verhaltensregeln. Von „Fairplay“ also keine Spur.

Weniger bis gar nicht fair verhielt man

sich ebenso gegenüber den Verlierern der Wettkämpfe, die nicht nur von Seiten der Zuschauer, sondern gleichfalls von der übrigen Bevölkerung verachtet und erniedrigt wurden.

Eine ungefähre Vorstellung von „fairrem“ bzw. „unfairrem“ Sportsverhalten lässt sich hingegen schon im Mittelalter erkennen. Veranschaulichen kann man dies etwa am Beispiel der Ritterturniere, die strengen Regeln unterlagen. So wurde bspw. penibel darauf geachtet, dass die Stärke und Leistungsfähigkeit der im Turnier antretenden Mannschaften demselben Niveau entsprachen. Weiters gehörte es zur Pflicht eines jeden Bewerbers, am Ende des Wettkampfes den Namen jenes Gegners zu nennen, der seiner Meinung nach am besten gekämpft hat.

Bis zur wahren inhaltlichen Ausformung des Fairness-Begriffs sowie annäherndem „Fairplay“ soll es jedoch noch eine Weile dauern. So ist vom „fairen Sportsmann“ erst im 19. Jahrhundert die Rede. Hier sind es allen voran die Engländer, d.h. die Mitglieder der oberen Gesellschaftsschicht, die das Ideal des Gentlemans auf den Sport überlagern und sich auf diese Weise vor dem Missbrauch „ihres“ Sports seitens der unteren Schichten zu distanzieren bzw. gar zu schützen versuchen. Großer Wert wird dabei vor allem auf eine schöne und moralisch korrekte Durchführung des sportlichen Wettkampfs gelegt, was



Der ästhetische Ursprung von Fairness: Sport mit Stil. | FOTO: iStock / clu

gleichfalls einen höflichen Umgangston untereinander miteinschließt. Demzufolge ist es weniger der Sieg als vielmehr der Genuss eines schönen Spiels, der im viktorianischen England im Mittelpunkt steht.

Das Fairnessideal gilt dabei auch im Sport als Standesethos, das eher dem Zweck der Selbstverwirklichung sowie der Vermeidung sozialer Konflikte dient. Mit der im Laufe der Jahre schrittweisen Öffnung des Sports für ALLE gesellschaftlichen Gruppen und der damit verbundenen zunehmenden Bedeutung von Leistung und Konkurrenz, erhält der Fairness-Begriff erneut einen anderen Sinngehalt.

Fairness wird somit zu einem übergreifenden Leitmotiv für den Sport, wodurch jetzt primär die Einhaltung der Spiel- und Wettkampfgeregeln in den Vordergrund gestellt wird.

#### „FAIRPLAY“ UND „FAIRNESS“ HEUTE

Im allgemeinen Sprachgebrauch werden „Fairness“ und „Fairplay“ zumeist synonym verwendet, was jedoch nicht ganz der Richtigkeit entspricht. So wird etwa unter „Fairness“ im eigentlichen Sinn das Bemühen eines Sportlers bzw. einer Sportlerin verstanden, Regeln auch unter schwierigen Umständen einzuhalten und sich keinerlei unangemessenen

„Sport ist nicht nur in Sache Bewegung ein zuverlässiger Partner, sondern gleichfalls in puncto Erziehungsarbeit.“



FOTO: iStock / kalib

Vorteil in der sportlichen Auseinandersetzung mit dem Gegner zu verschaffen. Das Gegenüber wird somit stets als Person bzw. Partner und nicht als Feind wahrgenommen. Als „Fairplay“ wiederum wird das von Fairness geprägte Verhalten, sprich dessen praktische Umsetzung im Wettkampf oder Spiel selbst verstanden. Der Sport ist heute ein fixer Bestandteil im Alltag vieler Menschen geworden. Sei es nun im Breitensport, um sich aus Spaß am Sport körperlich zu betätigen und dabei zugleich soziale Kontakte zu knüpfen, oder im Leistungssport. Dabei spielt in beiden Bereichen selbstverständlich auch die Fairness – und in weiterer Folge gleichfalls das Fairplay – eine grundlegende Rolle. Ein Ideal, welches im Übrigen nicht angeboren ist, sondern vielmehr „von außen“ anezogen wird – von Eltern, in Vereinen sowie durch (prominente) Vorbilder. Sport ist somit nicht nur in Sache Bewegung ein zuverlässiger Partner, sondern gleichfalls in puncto Erziehungsarbeit.

Wo derlei Charakteristika fehlen und es gemäß dem Motto „Koste es, was es wolle“ ausschließlich darum geht, zu siegen, dort kann freilich nicht mehr von Sport im eigentlichen Sinn und schon gar nicht von Fairness bzw. Fairplay gesprochen werden.

# WINTER, WUNDER, BRÜNDL-ZEIT!

Bründl  
SPORTS

## GUTSCHEINE SCHENKEN UND BESCHENKT WERDEN!

Mit einem Geschenkgutschein von Bründl Sports liegst du immer richtig. So können deine Liebsten sich selbst ihre Lieblingsteile aussuchen. Von **24.11. – 24.12.** beschenken wir beim Kauf eines Gutscheins auch dich. FÜR DICH gibt es

- **10 € Gutschein geschenkt** bei Gutscheinkauf ab 100 €
- **20 € Gutschein geschenkt** bei Gutscheinkauf ab 200 €
- **30 € Gutschein geschenkt** bei Gutscheinkauf ab 300 €

Unsere Geschenkgutscheine erhältst du nicht nur in jedem unserer 30 Shops, sondern kannst diese auch bequem von zu Hause bestellen: [bruendl.at/gutscheine](https://bruendl.at/gutscheine)

#### 30 SHOPS // 9 TOP-STANDORTE

Kaprun // Zell am See // Saalbach // Saalfelden // Salzburg // Mayrhofen // Fügen // Ischgl // Schladming  
[bruendl.at](https://bruendl.at)

BEQUEM ONLINE  
BESTELLEN:  
[BRUENDL.AT/  
GUTSCHEINE](https://bruendl.at/gutscheine)

Für  
Dich!





# Hygienestandards im Sport

Um auch in Zeiten von Corona einen sicheren Sportbetrieb zu garantieren, gelten seit Anfang des Jahres verstärkte Hygienebedingungen.

Im vorliegenden Beitrag wollen wir, basierend auf den gesetzlich gültigen Maßnahmen, gesondert auf die jeweiligen Sicherheitsmaßnahmen zur Minimierung des Infektionsrisikos während der Ausübung von sportlichen Aktivitäten im Rahmen von Vereinen aufmerksam machen. In diesem Zusammenhang möchten wir jedoch darauf hinweisen, dass es sich bei diesen Inhalten ausschließlich um eine Zusammenfassung der aus unserer Sicht wichtigsten Punkte handelt, die keinesfalls eine Rechtsauskunft im juristischen Sinne darstellt.

## SPORT UND GESUNDHEIT

Dass Sport einen wesentlichen Beitrag zur Gesundheit leistet - auf physischer wie auch psychischer Ebene -, steht zweifelsfrei außer Frage und muss nicht mehr gesondert erörtert werden. Außerdem ist allgemein bekannt, dass durch Bewegung, ganz gleich welcher Art, die eigene Immunabwehr gestärkt und somit die Gefahr, an einer (viralen) Infektion zu erkranken, reduziert wird. Auch auf die Wichtigkeit von sozialen Kontakten darf nicht vergessen werden, denn auch diese wirken sich positiv auf das menschliche Wohlbefinden aus. An dieser Stelle sind wir nun schon bei der zentralen Rolle, die den über 1.600 Vereinen & Sektionen des ASVOÖ sowie jenen der anderen beiden SPORT-Dachverbänden zukommt.

Um in Zukunft das Infektionsrisiko in Vereinen im Rahmen ihrer Sportausübungen so gering wie möglich zu halten und – damit einhergehend – zugleich eine hohe Handlungssicherheit zu gewährleisten, ist es ge-

rade jetzt in den Wintermonaten notwendig, die geltenden Sicherheitsvorkehrungen strikt einzuhalten, um so ein sicheres Miteinander, wenn auch auf Distanz, zu garantieren.

## GRUNDLEGENDES

Damit ein unproblematischer Vereinsablauf gelingt, sollte in jedem Sportbetrieb eine geschulte **Covid-19-Ansprechperson**

verfügbar sein. Eine Ausbildung wird hier bereits seitens des ASVÖ in Kooperation mit dem WIFI OÖ angeboten. Der laufende **Lehrgang „Vereins-Sicherheitsbeauftragter-Covid-19“** ist für ASVÖ Vereinsfunktionärinnen und -funktionäre kostenlos und bildet das erste der insgesamt drei Module. Darin werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer befähigt, Präventionskonzept-

te zur Senkung des Infektionsrisikos zu entwickeln und so zugleich ihren Verein in Versicherungsangelegenheiten abzusichern.

Infos dazu finden Sie unter [www.fsooe.at](http://www.fsooe.at)

## Verhaltensregeln für einen sicheren Sportbetrieb:

Prinzipiell gilt: Wer sich krank fühlt, Symptome aufweist oder in den letzten 10 Tagen Kontakt mit einer an SARS-CoV-2 erkrankten Person hatte, darf die Sportstätte nicht betreten.



Umgezogen zum Training erscheinen, sein eigenes Handtuch sowie seine eigene Trinkflasche mitnehmen und, wenn möglich, nach dem Training zu Hause duschen.



Mindestabstand von einem Meter auf der Sportstätte einhalten. Ausnahmen: Sportausübungen von Kontaktsportarten sowie Hilfestellungen! Außerdem in geschlossenen Räumen immer einen Mund-Nasen-Schutz tragen.



Der Trainer bzw. die Trainerin erstellt vor jeder Trainingseinheit eine Teilnehmerliste aller Anwesenden und erläutert die Verhaltensregel.



Viel Lüften ist ein effektives Mittel zur Eliminierung virushaltiger Aerosole. Daher in der Sportstätte auch die Garderoben und sanitären Einrichtungen regelmäßig für fünf Minuten lüften.



Regelmäßig Reinigungs- und Desinfektionsmaßnahmen setzen. **Desinfektionsmittel** auf Alkoholbasis sind für die Gesundheit unbedenklich und können jederzeit bei uns **im Landessekretariat kostenlos** angefordert werden. Auch eine begrenzte Anzahl von Desinfektionsständern kann von jedem unserer Mitgliedsvereine bei uns angefragt werden, beides, solange der Vorrat reicht.

## Folgende Schritte verhelfen zu einem reibungslosen Vereinsalltag

- ✓ Die Erhebung der Kontaktdaten aller Teilnehmerinnen und Teilnehmer bzw. Vereinsmitglieder.
- ✓ Trainingseinheiten so planen, dass sie im Freien stattfinden können und, wenn möglich, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in unterschiedlichen Zeitstapelungen trainieren.
- ✓ Eine Beaufsichtigung von Kindern und unmündigen Minderjährigen während ihres Aufenthalts auf der Sportstätte seitens eines Erwachsenen bzw. einer volljährigen Person (ab 18 Jahre).
- ✓ Das Aufstellen von Desinfektionsmittelspendern an allen Ein- und Ausgangsbereichen der Sportstätte sowie das Bereitstellen von Flächendesinfektionsmittel, Einweghandschuhen, Mund-Nasen-Schutzmasken sowie Flüssigseife und Einweghandtüchern in allen Waschräumen.
- ✓ Die Anbringung von 1-Meter-Mindestabstands-Schilder am Vereinsgelände sowie Maskenpflicht-Schilder im Falle einer Veranstaltung.



# Fit & gesund durch den Winter

Der besondere Kick für jedes Immunsystem kommt direkt aus der Natur. Zu jeder Jahreszeit findet man heilende Früchte und Kräuter im eigenen Garten!

**A**uch im Winter stellt die Natur köstliche und gesunde Früchte und Kräuter, wahre Kraftpakete für Gesundheit und Wohlbefinden, für uns bereit! Denn gerade jetzt ist die Haupterkältungszeit und nun können nachfolgend vorgestellte Früchte vorzüglich zur Stärkung unseres Immunsystems eingenommen werden. Ganz natürlich, ohne Chemie, ohne unangenehme Nebenwirkungen und ohne viel Aufwand. Man muss sie nur sammeln und verarbeiten. Die Komplexität unseres Immunsystems spiegelt sich übrigens elegant in den Inhaltsstoffen unserer heimischen Pflanzen wider. Sie wirken vielfältig, mild und weit über die einzelnen Wirkstoffe hinaus. Wichtig dabei ist eine Regelmäßigkeit in der Anwendung.

## DIE FRÜCHTE DES SCHLEHDORNS (PRUNUS SPINOSA)

Der Schlehdorn oder Schlehe ist ökologisch hoch bedeutsam. Mehr als unglaubliche 120 verschiedene Schmetterlingsarten leben und entwickeln sich auf der Schlehe. Damit übertrifft er jedes andere heimische Gehölz. Die Früchte haben einen herb-sauren Geschmack mit adstringierender Wirkung. Die ersten Fröste mildern den eher strengen Geschmack, übrigens ganz ähnlich wie bei den früheren Vogelbeerfrüchten. Schon Sebastian Kneipp meinte, die Schlehe dürfe in keiner Hausapotheke fehlen. So wundert es nicht, dass die Früchte seit der Pfahlbauzeit verwendet werden. Heilende Eigenschaften schreibt man den Früchten und Blüten zu. Besonders das Fruchtmus stärkt den Magen und die Harnblase. Bei Nieren- und Blasenleiden wie auch bei Kreislaufstörungen erweist uns die Schlehe gute Dienste. Außerdem gilt sie als überaus vitalisierend bis ganz ins hohe Alter. Die Früchte wirken mild abführend. Herrlich kann die Schlehe in Wildfruchtmarmeladen oder bei säurear-

men Obstarten als Mischfrucht beigemischt werden. Auch Schlehenlikör ist eine Köstlichkeit für die Winterszeit (diesen aber besser nicht überdosieren).

## DIE MISPEL ODER ASPERL (MESPIUS GERMANICA)

Die Mispel (die fast vergessene Frucht des Mispelstrauches) war bereits in Babylonien und im alten Griechenland bekannt, über die Römer gelangte sie wahrscheinlich zu uns. Im Mittelalter war sie in Europa ihrer Früchte wegen hochgeschätzt und viel gepflanzt. Heute ist sie leider selten geworden. Der Strauch wird nicht sehr groß - daher ist das Mispelbäumchen auch für kleinere Gärten ideal und die reiche Blüte ist ein echter Hingucker. Die Früchte bleiben bis zu den ersten Frosteinwirkungen steinhart (ähnlich den Schlehen oder Hagebutten). Danach färben sich die apfelförmigen Früchte in ein warmes zimtbraun und nun ist die Zeit für ein köstliches Fruchtmus reif. Man kann diese aber auch gleich nach dem Pflücken direkt genießen. Der säuerlich-aromatische Geschmack ist wohlschmeckend und passt perfekt in die Winterszeit. Erntet man die Früchte noch im harten Zustand, benötigen sie etwa 3 Wochen, um weich zu werden. Aufgrund des hohen Gerbstoffgehaltes sind die Früchte vielfältig wirksam. Neben Fruchtzucker enthalten diese auch viel Vitamin C und Apfelsäure. Mineral- und Ballaststoffe, Pektin und Tannin sind nur einige von zahlreichen Inhaltsstoffen. Das Fruchtmus wirkt adstringierend, harntreibend, leicht fiebersenkend und blutreinigend. Es reguliert auf besonders sanfter Weise die Darmtätigkeit und kann somit gut bei Durchfall einsetzt werden. Auch Menschen mit empfindlichem Magen vertragen die Früchte der Mispel gut. Pur oder anderen Früchten beigemischt verleiht die Mispel Marmeladen, Kompotten,

Gelees oder Sirupen eine besondere, fein weihnachtliche Note. Mispeln können übrigens auch gut in Schnaps eingelegt werden.

## THYMIAN (THYMUS VULGARIS)

Ein wahrer Heilsbringer für Lunge, Haut und unsere Verdauung. Während sich bei unserem viralen Dauerbegleiter die Experten weder über Maßnahmen noch Gefährlichkeit einig werden, kann man hinsichtlich Thymian getrost die folgende Experten Empfehlung abgeben: Abwarten und Tee trinken - und dies bei höchster Wirksamkeit! Thymian ist das Mittel zum Zweck bei Erkältungen und Husten. Thymian wirkt desinfizierend, antiseptisch, beruhigt und löst bei krampf-

artigem Husten. Er ist schleimlösend und auswurfördernd. Auch bei Entzündungen im Mund- und Rachenraum kann er Linderung verschaffen. Als Tee bei Durchfall und verstimtem Magen und zum Baden bei entzündeter Haut, kleineren Wunden oder Juckreiz. Im Garten gibt man ihm eine warme, sonnige und trockene Stelle. Der Boden sollte eher mager und nicht extra gedüngt sein. So entwickeln sich die Inhaltsstoffe besser. Der Thymian kann eigentlich das ganze Jahr geerntet werden, solange genügend Kraut vorhanden ist. Verwendet werden Blätter, Stengel, aber auch Blüten frisch oder getrocknet.

## REZEPTE MIT THYMIAN

### Thymian-Tee:

1 Teelöffel Thymian mit einer Tasse heißem Wasser überbrühen. Zugedeckt 10 - 15 Minuten ziehen lassen.

### Thymian-Badezusatz:

1 - 2 Hände voll frisches Kraut mit 1 Liter Wasser kurz kochen und ca. 10 - 15 Minuten ziehen lassen. Abseihen und ins Badewasser schütten.

## HILFREICHE HINWEISE:

- Von getrocknetem Thymiankraut nimmt man etwa doppelt so viel wie vom frischen Thymian.
- Thymian lässt sich auch anderen Tees hervorragend beimengen.
- Die enthaltenen ätherischen Öle gelangen beim Einatmen oder Inhalieren besonders tief in die Lunge und werden dort sogar teils über diese wieder ausgeschieden. Dabei entfalten sich aufgrund des hohen Thymolgehaltes ihre starken, keimtötenden Eigenschaften.
- Thymian sollte nicht über einen längeren Zeitraum in hoher Dosierung eingenommen werden.

Weitere  
Infos unter:

[www.nordischer-garten.at](http://www.nordischer-garten.at)

# VEREINS-SICHERHEITS-AUSBILDUNG

Basis- und Aufbaukurs für Vereinsfunktionäre zum Sicherheitsbeauftragter-Covid-19.

Aufgrund der COVID-19 Verordnung, welche seitens der Bundesregierung erlassen wurde, gibt es für gemeinnützige Verein unzählige Auflagen einzuhalten und zu erfüllen, damit ein sicherer und reibungsloser Vereinsbetrieb auch in Zukunft erfüllt werden kann. Nach einer Idee des ASVÖ OÖ in Zusammenarbeit mit dem WIFI Oberösterreich und in Kooperation mit den beiden anderen SPORT-Dachverbänden wurde der Lehrgang zum „Vereins-Sicherheitsbeauftragten-Covid-19“ ins Leben gerufen.

„Die Auswirkungen von Covid-19 wird die Vereine aus Sicht der gesetzlichen Rahmenbedingungen und in Prävention zum Schutz ihrer Aktiven, Funktionärinnen und Funktionäre wie auch Besucherinnen und Besucher von Veranstaltungen noch lange beschäftigen. Unsere Vereine sollten sich bereiten jetzt auf die Zeit nach der heißen Phase von Covid-19 vorbereiten,“ empfiehlt ASVOÖ-Präsident Peter Reichl. Der angebotene Kurs setzt sich aus drei Modulen zusammen und wurde bereits von über 200 Mitgliedsvereinen in Anspruch genommen. Nach Abschluss des ersten Moduls, Basiskurs „COVID-Vereinsbeauftragter, sind die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum einen befähigt, die Aufgaben des COVID-19-Beauftragten zu erfüllen, das COVID-19

Präventionskonzept anzuwenden und somit die Maßnahmen zur Senkung des Infektionsrisikos umzusetzen. Unmittelbar daran knüpft als zweites Modul der Aufbaukurs „COVID-Vereinskoordinator“ an, in dem bereits ein Präventionskonzept erarbeitet wird, welches direkt auf den jeweiligen Verein sowie seine Mitglieder zugeschnitten ist. Im dritten und letzten Modul „COVID-Vereinspezialist“ werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer schließlich gezielt mit der Durchführung von Großveranstaltungen und deren Veranstaltungskriterien konfrontiert.

Auch wenn diese Schulungen bis dato nicht verpflichtend vorgeschrieben sind, empfehlen wir den Funktionärinnen und Funktionäre unserer Mitgliedsvereine dennoch, einen Sicherheitsbeauftragten-Covid-19 für ihren Verein ausbilden zu lassen. Seitens des Allgemeinen Sportverbandes Oberösterreich gibt es selbstverständlich dafür eine Förderung, da es für uns von größter Wichtigkeit ist, dass alle unsere Mitgliedsvereine auch in Zukunft einen möglichst „normalen“ und sicheren Vereinsablauf gewährleisten können.

Jeder Mitgliedsverein bekommt nach erfolgreicher Teilnahme vom Allgemeine Sportverband Oberösterreich ein Zertifi-

kat (Gold, Silber oder Bronze) verliehen, welches auf der Vereinswebsite oder auf allen Vereinsdrucksorten publiziert werden kann.

Wir freuen uns über Ihre weitere zahlreiche Teilnahme, denn damit stärken Sie auch unsere Bemühungen, unsere Vereine immer bestmöglich zu unterstützen.

Nächster Kurstermin  
27.01.2021 (17:00 bis 21:45), WIFI Linz

Alle weiteren Infos und Anmeldung unter  
[www.fsooe.at](http://www.fsooe.at)

Sollten Sie noch Fragen haben, kontaktieren Sie bitte unser Verbandsbüro.  
bitte unser Verbandsbüro.



FOTO: iStock / schwander

## So einfach lernt man kommunizieren mit „Zoom“ & Co Mit dem ASVÖ-Kurs „Organisation und Durchführung von Online Meetings“ sicher durch die Krise.

Das Abhalten von Meetings auf Distanz ist in der heutigen Zeit eigentlich nichts mehr Neues, hat aber durch die aktuelle Krise vermehrt an Bedeutung gewonnen. Als sehr beliebt erweist sich dabei z.B. das Kommunikationstool „Zoom“, das nicht nur viele interessante Interaktionsmöglichkeiten bietet, sondern eine sehr unkomplizierte Kommunikation auf digitaler Ebene ermöglicht. Um sich bestens mit dem Umgang von Online-Tools vertraut zu machen, finden sich – unter dem Motto „Distance Meeting“ – im Novem-

ber mehr als ein Drittel unserer ASVÖ-Vereine im Seminarhotel Kremstalerhof ein, um sich im Rahmen eines Kurses mit der digitalen Kommunikation vertraut zu machen. Unterstützt wird dieser Kurs vom Allgemeinen Sportverband Oberösterreich. Mithilfe der informativen und interessant gestalteten Module können die teilnehmenden ASVÖ-Vereine künftig Meetings auch online abhalten. Die insgesamt vier Module sollen den Vereinen Einblicke und Erfahrungsberichte vermitteln, die vielseitigen Einsatzvarian-

ten von Kamera und Mikro erklären und einen Überblick auf die Gestaltung von Online-Meetings im Allgemeinen geben. Ebenso mit im Programm: wertvolle Tipps hinsichtlich Dokumenten-Austausch, Präsentationen und Gruppen-Reflexionen. Das Erlernete wird bereits von den FunktionärInnen der ASVÖ-Vereine Fechtclub Wels, Fliegerclub Linz ASVÖ, ÖRV-HSV-Federnberg, PSV Linz/Donau, Segelclub Attersee, Turnverein ÖTB 1862, Tus Kremsmünster, TSV Ottensheim, Post-SV-Linz sowie ÖTB Turnverein Linz, um

nur einige zu nennen, in die Praxis umgesetzt. An dieser Stelle möchten wir uns beim Vortragenden, Herrn Danner, sowie bei der Projektkoordinatorin, Frau Flecker, die den Kurs trotz strenger Sicherheitsauflagen perfekt durchgeführt haben, sehr herzlich bedanken. Damit Sie Ihren Verein auch zukünftig bestmöglich unterstützen können, sichern Sie sich gleich einen Platz für diesen Kurs unter

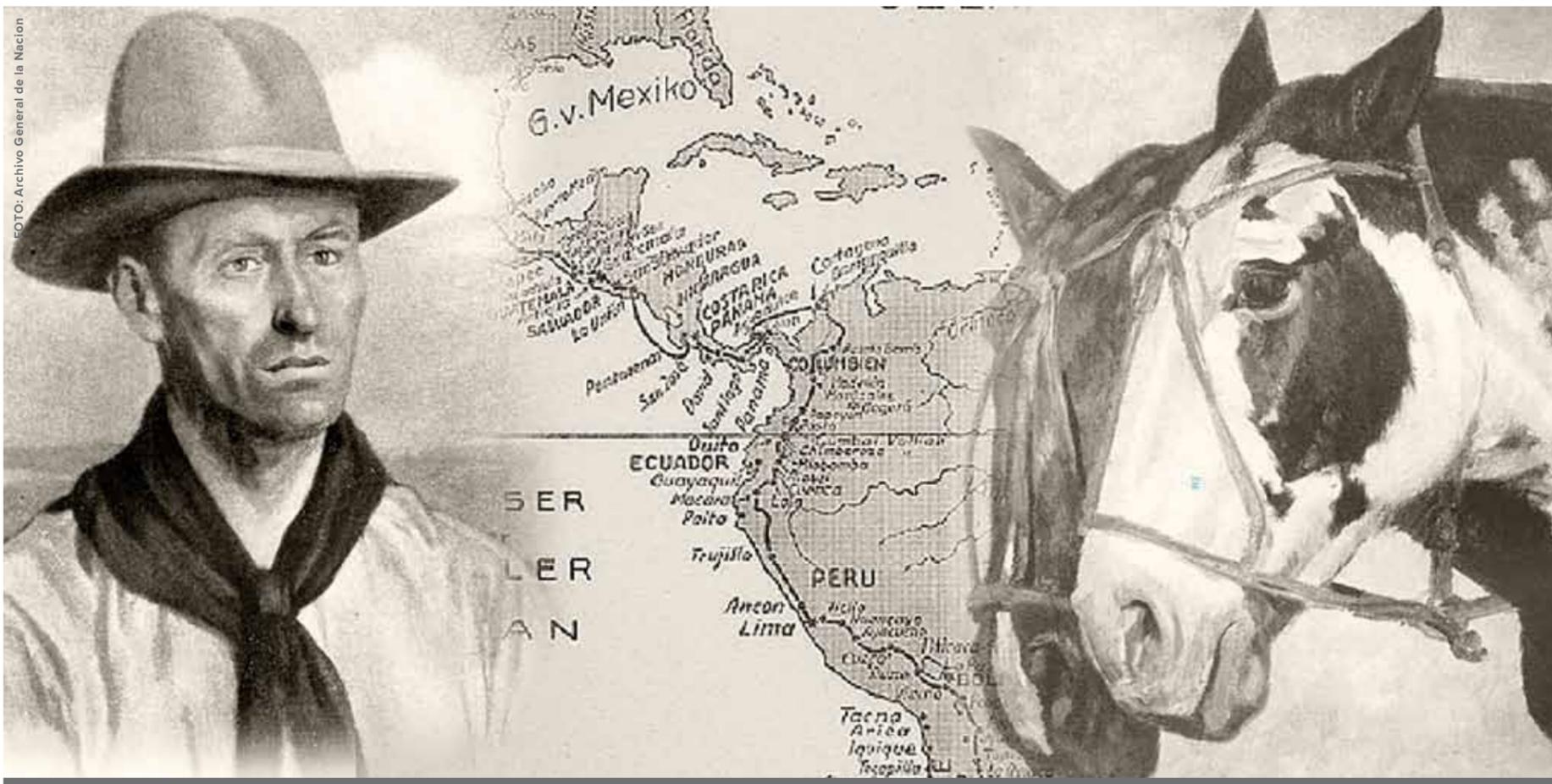
[ausbildung@asvo-sport.at](mailto:ausbildung@asvo-sport.at).



Der Vortragende Hermann Danner mit der Projektkoordinatorin Maria Flecker. | FOTO: Jachs



Motivierte Vereinsfunktionäre werden unter strengen Sicherheitsauflagen geschult. | FOTO: Jachs



## Auf Wanderschaft hoch zu Ross

Bis heute haben der Mensch und das Pferd eine ganz spezielle Beziehung zueinander. Besonders eindrücklich zeigt sich dies beim Wanderreiten, der wohl urigsten Form des Naturgenusses.

„Das Wandern ist des Müllers Lust“, lautet schon der erste Vers des gleichnamigen Wanderlieds des deutschen Dichters Wilhelm Müller, in dem vor allem der Zwang zur Wanderschaft von Handwerksgesellen thematisiert wird. Diese Zeiten liegen allerdings längst hinter uns. Das Wandern heute stellt durchaus keine „existenzialistische Muse“ mehr dar, sondern ist – ganz im Gegenteil – vielmehr zu einer der beliebtesten sportlichen Freizeitbeschäftigungen geworden, bei der man, neben dem Naturgenuss, auch in puncto körperlicher Fitness und Ausdauer reichlich auf seine Kosten kommt.

Eine ganz spezielle und immer beliebter werdende Form davon ist das Wanderreiten, das – ähnlich dem klassischen Wandern – sowohl im Alleingang bzw. in (Klein-) Gruppen und erfreulicherweise zu jeder Jahreszeit möglich ist. Natürlich sollten für derlei Reisen vorwiegend das Frühjahr, der Sommer sowie teilweise auch der Herbst bevorzugt werden. Historisch betrachtet gilt es – zunächst nur bei vornehmen und wohlhabenden Menschen üblich – sogar als die ursprünglichste Art des Reisens. Ein begeisterter Wanderreiter ist, um nur ein prominentes Beispiel zu nennen, auch Johann Wolfgang von Goethe gewesen, der über dieses ganz besondere Erlebnis folgende Zeilen schrieb: Laßt mich nur auf meinem Sattel gelten!/ Bleibt in euren Hütten, euren Zelten!/ Und ich reite froh in alle Ferne,/ Über meiner Mütze nur die Sterne. Mit diesen Worten skizziert der deutsche Dichter und Literat den Stil des

Wanderreitens bereits sehr gut. Natürlich hat sich seit anno dazumal vieles verändert (z.B. Beweggründe, Ausstattung, etc...), was nun die Frage aufwirft, was es mit dieser Sportart heute konkret auf sich hat und welche Möglichkeiten sich in Oberösterreich für Pferde- und Naturliebhaber ergeben.

tet, als Reiter nahezu keinerlei Erfahrungen besitzt. Als „Liebhaber eines dynamischen Lebens“, wie er sich einst selbst beschreibt, beschließt er schließlich, den Lehrerberuf aufzugeben und sich auf die (für Mensch und Tier) strapaziöse Reise zu machen. Was die Reitpferde betrifft, so entscheidet sich der emigrierte Schwei-

beschwerlichen Route trotzen Reiter und Pferd(e) glühend heißen Wüsten und schlagen sich gleichsam durch lebensfeindliche Dschungel. Als überaus strapaziös erweisen sich auch die vielen Auseinandersetzungen mit den Bürokraten und Revolutionären des südamerikanischen Kontinents sowie – last but not least – die damals bereits „wilden“ Straßenbedingungen in den Vereinigten Staaten. Am 20. September 1928 endet der Monumentalritt schließlich mit der Ankunft in Washington, wo der Präsident Tschiffely sogar eine Audienz gewährt.

Aufgrund dieser außergewöhnlichen Wanderschaft wurde Tschiffely von vielen Zeitgenossen als Spinner angesehen, was ihn jedoch nicht davon abhielt, dieses Abenteuer anzutreten und somit zur Legende zu werden. Übrigens, für die Rückkehr nach Buenos Aires wählt der Abenteurer allerdings für sich und seine Pferde ein anderes, deutlich schonenderes Fortbewegungsmittel – das Schiff.

### MIT DEM PFERD AUF TOUR

Beim Wanderreiten gibt es vier Besonderheiten, die solch ein Vorhaben so einzigartig machen: die Verbindung zur Natur, das gemächliche, ursprüngliche und vor allem umweltfreundliche Reisen, das Stärken der Mensch-Tier-Beziehung und das Finden seiner eigenen Stärken. Ein Wanderritt mit seinem Pferd gehört, darüber sollte man sich sowohl als Anfänger als auch geübter Reiter stets im Klaren sein, gut vorbereitet, sitzt man doch im Regelfall gleich

„Auch Johann Wolfgang von Goethe war ein begeisterter Wanderreiter.“

### VOM NIEMAND ZUR LEGENDE

Zu den Pionieren dieser Disziplin zählt eindeutig der Schweizer Aimé Felix Tschiffely, der sich vor 95 Jahren aus einer abenteuerlustigen Idee heraus mit seinen Pferden „Gato“ und „Mancha“ von Buenos Aires in das 16.000 Kilometer entfernte Washington macht. Noch heute gilt sein Ritt unter Fachleuten als der herausragendste Fern- bzw. Weitritt des 20. Jahrhunderts, der eine ganz spezielle Form des Wanderreitens darstellt. Bis zu seiner Ankunft in Washington sollen aber gut dreieinhalb Jahre vergehen. Besonders beeindruckend ist, dass Tschiffely, der ursprünglich als Englischlehrer in einer deutschen Schule in Argentinien arbei-

zer und Criollos-Liebhaber (= argentinische Pferderasse) selbstverständlich für zwei Rösser dieser Rasse, Damit will er auch gleich den Beweis liefern, dass es sich dabei um überaus zähe und robuste Tiere handelt.

Am 20. April 1925 startet Tschiffely mit „Gato“ und „Mancha“ in Argentinien los und muss schon bald feststellen, dass der Weg nach Washington durchaus mit vielen Strapazen verbunden ist. So setzt sich das Trio geradezu allen Klimaextremen aus, bezwingt schwierigstes Gelände, überquert gefährliche Flüsse und bewegt sich bis hinauf in die eisige, geradezu einsame Höhe der Anden. Auf der langen,



FOTO: Archivo General de la Nación

mehrere Tage hintereinander für mehrere Stunden im Sattel, um die zuvor geplanten und gut recherchierten Tagesetappen zu erreichen. Ergänzend dazu muss man aber unbedingt auch auf das Alter seines Tieres achten. Empfohlen wird hier ein Mindestalter von auf alle Fälle sechs bis acht Jahren, da in diesem Altersstadium das Pferd schon ausgewachsen ist und dessen Muskulatur und Kondition bereits ausreichend entwickelt sind.

Bevor man sich dann in den Sattel schwingt, ist man gut beraten, noch einige Reitstunden zu absolvieren, um vorab einige Erfahrungen im Geländereiten zu sammeln und sich mit jeder Gangart des Tieres bestens vertraut zu machen. Weiters muss der Reiter dazu in der Lage sein, sein Pferd auch in schwierigen Situationen jederzeit kontrollieren bzw. führen zu können, ohne dabei selbst seine Ruhe zu verlieren. Nicht selten liegen kritische Passagen auf der Wanderroute, wo, neben der körperlichen Ausdauer und mentalen Stärke des Reiters, auch jene des Pferdes gefordert sind.

Solch ein Vorhaben ist für Reiter und Pferd ein nicht alltägliches, außergewöhnliches Erlebnis. Die Wahl des richtigen Tieres ist hier entscheidend für ein gelungenes Unternehmen. Gehorsam, Zuverlässigkeit, Trittsicherheit und Nervenstärke gelten hierbei als die grundlegendsten Eigenschaften seines vierbeinigen Partners. Weiters sollte das Wanderreitpferd schon einige Erfahrungen mit den diversen Sachlagen im Gelände wie z.B. Brücken, Tunnel, Wasserübergänge oder befahrene Straßen gemacht haben. Im Idealfall erfüllt das Pferd nicht nur diese Eigenschaften, sondern lässt sich darüber hinaus auch noch überall ohne große Schwierigkeiten anbinden, hört auf alle Kommandos des

Reiters und befindet sich in einem guten Trainingszustand.

Doch damit ist es noch immer nicht getan, denn beim Wanderreiten spielt auch die Ausrüstung eine wesentliche Rolle. Entscheidend ist die Bekleidung des Reiters – die sollte prinzipiell bequem sein – sowie ein perfekt angepasster Sattel und eine gut ausgestattete Notfallapotheke. Die Reithose bzw. Jeans sollte, um unangenehmes Scheuern oder Drücken zu vermeiden, im besten Fall eng anliegen und weder an der Sitzfläche noch an den Schenkeln Falten bilden. Ein entsprechendes Augenmerk sollte auch auf die Passform der Reiterstiefel bzw. Schuhe im Allgemeinen gerichtet sein, da es beim Wanderreiten auch vorkommen kann, größere Strecken im unwegsamen Gelände zu Fuß zu bestreiten. Obligat ist gleichfalls ein Helm oder zumindest ein Hut. Unberechenbare Witterungsbedingungen legen



In der Ruhe liegt die Kraft, auf ins Abenteuer. | FOTO: iStock / mlenny

vor allem das Mitführen eines speziellen Regencapes, der Reiter wie Sattel ausreichend vor Nässe schützt, nahe.

Was logischerweise eines der wichtigsten Utensilien ist, ist der Sattel, der sorgsam ausgewählt werden muss. Er darf am Partner Pferd nicht drücken und nicht scheuern. Am besten eignen sich hierfür spezielle Wanderreit- oder Westernreitsättel, an denen praktischerweise Satteltaschen, etwa für das Verstauen von frischer Wäsche, Hygieneartikel sowie Putz- oder Hufpflegeartikel, befestigt werden können.

Sind all diese Kriterien erst einmal optimal erfüllt, kann einem ausgedehnten Wanderritt nichts mehr im Wege stehen. Gemütlich geht es schließlich – gemäß dem Motto „In der Ruhe liegt die Kraft“ – in der Hauptgangart „Schritt“ los ins Abenteuer. Denn so viel sollte jedem, der an diesem sportlichen Vergnügen teilnehmen möchte, bewusst sein: Das Wanderreiten

dient allen voran der Entspannung sowie der genusslichen Bewegung in der Natur. Hektik oder Unruhe sind hier gänzlich fehl am Platz.

#### WANDERREITEN IN OBERÖSTERREICH

Wer nun auf den Geschmack gekommen ist, sich hoch zu Ross auf eine spannende und abenteuerreiche Wanderreise zu begeben – es müssen ja beim ersten Mal nicht gleich 16.000 Kilometer sein –, der hat in Oberösterreich selbst im Winter genug Möglichkeiten, diesem Vorhaben nachzugehen. Ganz gleich, ob nun als Rookie oder Fortgeschrittener, beim Wanderreiten bleibt garantiert jeder fest im Sattel!

#### 8 Gründe fürs Wanderreiten

- U Die Natur kann dadurch hautnah erlebt werden!
- U Es bietet die ideale Gelegenheit, abzuschalten, zu entspannen und die Seele baumeln zu lassen!
- U Es fördert die Beziehung zwischen Reiter und Pferd!
- U Es entspricht dem Naturell des Pferdes und ist gesund!
- U Jeder Tag ist ein Abenteuer!
- U Wanderreiten besitzt keinen Wettkampfscharakter!
- U Es bietet die ideale Gelegenheit, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen!
- U Wanderreiten ist nicht nur für den Reiter, sondern vor allem für das Pferd eine gute Schule!

# ASVO

## | INSIDE |



### Ein großer Mann des Ehrenamts!

Bereits im zarten Alter von sieben Jahren entdeckt Gerald Stutz seine Begeisterung zum Turnen und tritt dem ÖTB Neumarkter Turnverein bei. 1972 beginnt er als Marschtrommler in der Abteilung Spielmansszug und es ist schnell klar, dass er hier sein Talent besser unter Beweis stellen kann. Wo aber seine wahren Stärken liegen, zeigen die Jahre 1994 – 2020, in welchen Gerald als jüngster Obmann 26 Jahre lang die Geschicke der bereits 116-jährigen Vereinsgeschichte des ÖTB Neumarkter Turnvereines leitet und lenkt. Unter seiner Verantwortung erscheint im Jahr 1988, genauer im Monat April, erstmals die Vereinszeitung „Neumarkter Turnerpresse“, für deren erfolgreiche Publizierung er sich 32 Jahre lang verantwortlich zeichnet. In diesen 26 Jahren im Dienste des Ehrenamtes gab es 113 Turnratssitzungen, bei denen Beschlüsse für wichtige Vereinsagenden, unter der Turnratsleitung von Gerald Stutz, meist einstimmig getroffen wurden.

Neben seinem Schaffen und seinen Erfolgen beim ÖTB Neumarkter Turnverein, der ihn heuer zum Ehrenobmann ernannt hat, ist er nach wie vor Marschtrommler des Spielmansszuges, ASVOÖ-Landesfachwart für Geräteturnen, ASVOÖ-Vizepräsident und seit 2012 Konsulent der OÖ Landesregierung für Sportwesen. Zahlreiche Ehrungen runden sein Leben für das Ehrenamt ab, wie z. B. das silberne Verdienstzeichen der Republik Österreich (als jüngster Sportfunktionär in OÖ), das Landessportehrenzeichen des Landes OÖ in Gold, das ASVOÖ Verbandszeichen in Gold, um nur einige zu nennen.

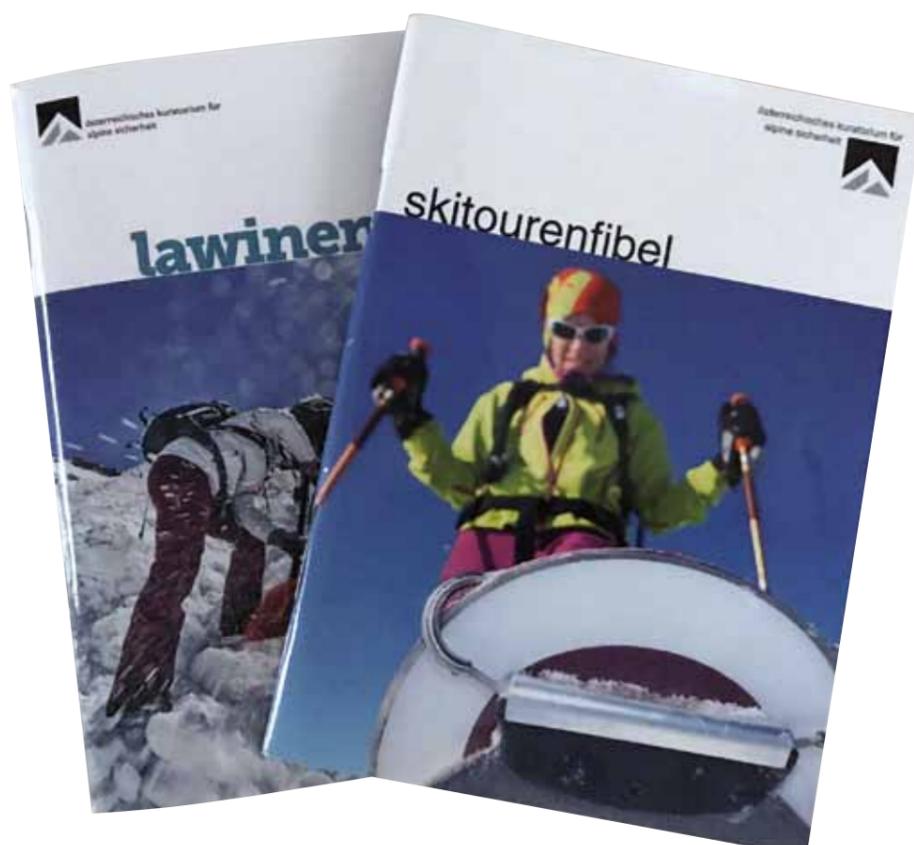
Das gesamte Team des ASVOÖ möchte unserem Vize-Präsidenten Konsulent Gerald Stutz nicht nur zur Verleihung des Titels Ehrenobmann sehr herzlich gratulieren, sondern auch ganz besonders für seinen jahrzehntelangen, ehrenamtlichen Einsatz zum Wohle des Sportes in Oberösterreich Danke sagen, denn solche Vorbilder braucht es, um die Jugend in jedem Verein zu stärken und zu beflügeln. | FOTO: Parzer

### Buchvorstellungen: Lawinen- und Skitourenfibel des Österreichischen Kuratoriums für alpine Sicherheit

Winterzeit heißt in der Regel auch Wintersportzeit. Ein Trend - mit Tendenz steigend -, der sich in den letzten Jahren zu einem regelrechten Boom entwickelt hat, ist die Urform des Skisports: das Erlebnis Skitourengehen. Ski anschnallen und ab geht's durch den Wald, in stiller und idyllischer Einsamkeit auf unberührter Schneelandschaft den Berg hinauf und schließlich im Pulverschnee bzw. über Firmhänge wieder zurück ins Tal. Gerade beim Tourengehen gilt es jedoch, angefangen von der Gehtechnik über die Ausrüstung und Planung bis hin zu Beachtenswertem vor, während und nach der Tour, einiges zu berücksichtigen. Auf vielfachen Wunsch hat das Kuratorium für alpine Sicherheit daher nun eine **Skitourenfibel** erstellt, die ausführlich über diese Themen sowie alles rund ums Skitourengehen beleuchtet und informiert. Auf mehr als 100 Seiten liefert die Fibel wertvolle Tipps und Tricks zum Tourengehen und erweist sich somit sowohl für Einsteiger als auch erfahrene Skitourengeher als wertvoller Begleiter.

Auch mit dem Thema Lawinen hat sich das Österreichische Kuratorium für Alpine Sicherheit ausführlich auseinandergesetzt. In der überarbeiteten **Lawinenfibel**, die ebenfalls ab sofort erhältlich ist, finden Sie wertvolle Informationen mit den Schwerpunkten „richtige Routenplanung“, „Ausrüstung“, „Lawinen- und Schneekunde“, „Maßnahmen im Gelände“, „Strategien“ sowie „Lawinenunfall“. Die Lawinenfibel erweist sich als kompaktes rucksacktaugliches Nachschlagwerk mit wertvoller Unterrichtsunterlage und sämtlichem Lehrmaterial für alle Schneesportler, die sich gerne im freien Skiraum bewegen.

[www.alpinesicherheit.at/de/fibeln/](http://www.alpinesicherheit.at/de/fibeln/)



## 75 Jahre ESKA-Skiclub Wels

Seit 75 Jahre gibt es den ESKA-Skiclub Wels bereits, der mit aktuell 1.080 Mitgliedern zu den größten Skivereinen Oberösterreichs zählt.

Gegründet wurde der Verein 1945, in einer Zeit, in der nicht nur das Land, sondern auch der Skisport aufgrund des Krieges in Trümmern lag. Pioniere aus den Vereinen Welser SC und Hertha setzen sich das Ziel, den so beliebten Schisport wieder eine geeignete Plattform zu geben und gründen den Welser Skiclub, der schon in seinen Anfangsjahren eine stolze Zahl von 65 Mitgliedern aufweisen kann und sich bereits ein Jahr später, im Jahre 1946, um die Austragung von Skirennen verdient macht. Parallel zu den Mitgliederzahlen wächst gleichfalls das Interesse an Gruppenreisen, die bis heute, etwa in Form von Zweitagesausfahrten und Urlaubswochen, vom Verein organisiert und geplant werden. Seit 1970 widmet sich der Verein sehr intensiv der Kinder- und Jugendarbeit. Eine Zielgruppe, die vor allem aufgrund großartiger Erfolge im österreichischen Skisport, verstärkt gefördert werden soll. Dies führte dazu, dass neben dem Profisport auch die Breitenarbeit, inkl. eines Lehrwesens mit staatlich geprüften Lehrwarten, im Verein verstärkt wurde.

Heute bietet der Verein allen Schneesportheliebenden – sind es nun Skio- oder Snowboardliebhaber bzw. Anfänger oder Wiedereinsteiger aller

Altersgruppen – eine ideale Vereinsstruktur. Besonders stolz ist man natürlich auf die vielen sportlichen Erfolge. So haben es im Laufe der Vereinsgeschichte bereits etliche Nachwuchstalente in den ÖSV-Kader geschafft. Darunter z.B. die 17-jährige Maria Niederndorfer, die seit 2020 mit der heimischen Skilite trainiert. Doch auch ehemalige ÖSV-Sportler, wie etwa Evelyn Scharinger, gehören als Freiwillige zum Trainerteam und bieten insbeson-

dere für Kinder und Jugendliche eine gediegene Ausbildung. Das Jubiläumsjahr lässt man sich trotz sämtlicher coronabedingter Absagen dennoch nicht vermiesen. „Die Vorbereitungen laufen wie gewohnt. [...]“, geben sich Doppelbauer und sein Team optimistisch. Dies gilt vor allem für die Skiurlaubwochenenden, Renntermine sowie Anfängerkurse und Jugendskitage.

Der gesamte Rennlauf-Kader mit Trainern und Eltern. | FOTO: Skiclub Wels



## Vöcklabruck tanzt auf dem Eis

4 Podestplätze für den noch jungen Eiskunstlaufclub Vöcklabruck beim Lentia Cup 2020.

Über einen großartigen Saisonauftakt beim Lentia Cup in Linz darf sich der heuer neu gegründete Eiskunstlaufclub Vöcklabruck (kurz EKV), mit dem Trainerteam Claudia Aschl und Ursula und Manuel Koll, am Wochenende des 23. bis 25.10.2020 freuen. Leonie Spiesberger stellt mit ihrer faszinierenden und packenden Kür ihr Können unter Beweis und sichert sich damit in der Gruppe 3B Mädchen Gold. Auch Jonathan Aschl beeindruckt in der Kategorie 3A Knaben bei einer fehlerfreien Kür mit 3 Doppelsprüngen die Jury und sichert sich mit neuer persönlicher Bestleistung von 26,73 Punkten in einem starken Teilnehmerfeld den 2. Platz.

Im Paarlauf ziehen das Geschwisterpaar Raphaela und Jonathan Aschl mit ihrer ausdrucksstarken Kür alle Blicke auf sich und verpassen um nur 0,04 Punkten haarscharf den Sieg. In der Kategorie „Neulinge Mädchen“ darf sich Suzan Mayr über ihre gelungene Kür freuen und ertanzte sich damit den großartigen 3. Platz. Weitere gute Leistungen in den Einzelbewerben zeigen in der Gruppe 4B Mädchen Annika Cagitz, die mit viel Hingabe und Musikalität den 5. Platz erreichte, sowie Raphaela Aschl mit ihrem 6. Platz als jüngste Teilnehmerin unter 22 Mädchen in der Kategorie 3A.

Leider macht Corona den für November 2020 geplanten Eislaufkursen für Erwachsene und Kinder, welche der Eiskunstlaufclub Vöcklabruck in der REVA-Halle in Vöcklabruck geplant hat, einen Strich durch die Rechnung, die Kurse müssen leider vorerst verschoben werden.

Interessierte finden Infos unter [www.eiskunstlaufclub.at](http://www.eiskunstlaufclub.at)

Die jungen Eiskunstlauf Talente des Eiskunstlaufclubs Vöcklabruck. | FOTO: privat\_Claudia Aschl



## Meister Höhnhart



Die junge Herren-Faustball-Mannschaft des ASVÖ SC Höhnhart wird zum Vizemeister in der 1. Landesliga. Mit einem knappen 1:3 müssen sich die Höhenharter gegen den neuen Meister Enns geschlagen geben. Durch einen klaren 3:0-Sieg gegen Arbing machen die Innviertler jedoch Rang 2 für sich klar. Einen Erfolg darf auch Höhnharts 2. Mannschaft feiern, die sich den Bezirkstitel holt und sich so für das Aufstiegs-Turnier in die 2. Landesliga qualifiziert. Einmal Silber in der U18 bei den Landes- und Platz 3 und 4 des U10-Teams bei den Bezirksmeisterschaften runden den Erfolg ab.

## Medaillen für LAC Steyr



Unter strengsten Sicherheitsauflagen finden vom 3. bis 4. Oktober die OÖ Landesmeisterschaften auf der Rennbahnsportanlage in Steyr statt. Ausgerichtet wird der Bewerb vom Steyrer LAC. Durch die fleißige Mitwirkung der 30 ehrenamtlichen Kampfrichterinnen und -richter geht diese Veranstaltung einwandfrei über die Bühne. Überaus stolz machen aber die großartigen Leistungen der LAC Steyr Mehrkämpferinnen und -kämpfer: 8 Medaillen sind das Ergebnis an diesem sportlichen Wochenende. Gratulation zu dieser Leistung! Ein großer Dank für die Unterstützung richtet sich auch an das Trainerteam und die engagierten Eltern.

## Dojo-Eröffnung



Am 03. Oktober hatte das Judo-Zentrum Rapso Linz OÖ gleich zwei Gründe zum Feiern. Zum einen die Eröffnung des neuen Budo-Centers in Alkoven, zum anderen das 50-Jahr-Jubiläum des Vereins. Initiator für die Errichtung dieses modernen und behindertengerechten Dojos ist Obmann Mag. Otto Bruckner. Aufgrund 4.000 freiwilliger Helferstunden sowie Förderungen von Land und Gemeinde lässt sich dieses Vorhaben in die Tat umsetzen. Mit der neuen Halle sollen einerseits die Kinder- und Jugendarbeit forciert und andererseits die internationalen Aktivitäten gestärkt werden.

**5** | JAHRE  
GARANTIE\*

## DER NEUE CUPRA FORMENTOR

FOLGE DEINEM EIGENEN WEG.

MEHR INFORMATION: [CUPRAOFFICIAL.AT](http://CUPRAOFFICIAL.AT)

Verbrauch: 8,5-9,0l/100 km. CO<sub>2</sub>-Emission: 192-204 g/km. Stand 09/2020. Symbolfoto.  
\*CUPRA Garantie von 5 Jahren bzw. 100.000 km Laufleistung, je nachdem, was früher eintritt.



**AUTO ESTHOFER TEAM**  
Vernunft, die bewegt!

4694 Ohlsdorf/Pinsdorf, Vöcklabrucker Str. 47, Tel. 07612/77477-371  
Autorisierte Servicebetriebe:  
4655 Vorchdorf, Lambacher Straße 44, Tel. 07614/7933  
4820 Bad Ischl, Salzburger Straße 68, Tel. 06132/22888  
4844 Regau, Am Unterfeld 1, Tel. 07672/75112  
[www.esthofer.com](http://www.esthofer.com), [info@esthofer.com](mailto:info@esthofer.com)

FROHE WEIHNACHTEN  
UND VIEL GLÜCK UND ERFOLG  
IM NEUEN JAHR!

Die richtige Zeit, DANKE zu sagen.  
#dankesagen #wirbackendas

[www.raiffeisen-ooe.at/dankesagen](http://www.raiffeisen-ooe.at/dankesagen)




### IMPRESSUM

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

## Professionelle Desinfektion und Reinigung

Im Gesundheitswesen reinigen wir seit mehreren Jahrzehnten unter Einhaltung hoher Qualitätsstandards. 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 zugänglichen Stellen dekontaminiert werden.

P. Dussmann GmbH, Tel. +43 5 7820-13000  
[linz@dussmann.at](mailto:linz@dussmann.at), [www.dussmann.at](http://www.dussmann.at)



# Ein Newcomer unter Strom! Maximilian Günther und die Formel-E-Szene

Im Gespräch mit Landessekretär Wilhelm Blecha zeichnet uns der talentierte Rennsportpilot mit österreichischem Background ein Porträt über sich und den E-Rennstall.



## informer:

*Maximilian, du giltst aktuell als einer der besten Fahrer in der Formel E. In der ABB FIA Formula E Championship in Santiago de Chile, wo du in der letzten Runde das Rennen für dich entscheidest, gelingt dir ein weiterer Coup, mit dem du dich mit nur 22 Jahren und 200 Tagen zum jüngsten Rennsieger in der Geschichte der Formel E kürst. Wie gehst du mit so viel Erfolg um? Wie mit Misserfolg?*

## Maximilian:

Ich denke, eine meiner Stärken war es immer, mich nur auf mich selbst zu konzentrieren. Das hat mich bis hierhergebracht und hilft mir sicher auch dabei, weiterhin meinem Weg treu zu bleiben.

Natürlich sind Erfolge sehr schön, genau für diese speziellen Momente arbeitest du hart, jeden Tag.

Aber egal ob Erfolg oder Misserfolg, wenn du das nächste Mal ins Auto steigst, geht es wieder von Null los.

## informer:

*Wenn es um den Motorrennsport geht, so assoziieren damit die meisten Menschen PS-starke Boliden, die mit ohrenbetäubenden Motorsound über die Strecke donnern. In der Formel E ist zumindest in puncto Geräuschpegel kaum etwas zu hören. Warum hast du dich ausgerechnet für dieses Renn-Format entschieden?*

## Maximilian:

Für mich ist es ein Privileg, in der FIA Formel E Weltmeisterschaft zu fahren. Wir fahren mit den neuesten und komplexesten Technologien im Rennsport. Der Wettbewerb zwischen Teams und Fahrern sucht seinesgleichen. Allein die große Anzahl der involvierten internationalen Automobilkonzerne zeigt, von welcher Größe und Wichtigkeit die Serie ist. Mir macht es Riesenspaß, diese futuristischen Fahrzeuge auf den engsten Stadtkursen der Welt am Limit zu bewegen.

## informer:

*Im Zuge deiner Rennsportkarriere hast du schon viele Erfahrungen und Eindrücke sammeln können. Was bedarf es deiner Meinung nach, um als Rennsportpilot in der Formel E ganz vorne dabei zu sein?*

## Maximilian:

Die Fahrzeuge sind unheimlich komplex und den Einfluss, den du als Fahrer hier mit einbringen kannst, ist sehr groß. Du musst es schaffen, nach sehr geringer Trainingszeit in einer einzigen Qualifying Runde deine beste Runde des Wochenendes zu fahren. Der Grad ist hier sehr schmal, denn die Top10 bewegen sich gewöhnlich innerhalb drei Zehntel, das ganze Feld innerhalb einer Sekunde. Im Rennen bist du als Fahrer mental unheimlich gefordert. Das Thema Energiemanagement verlangt alles von dir ab, du musst stets so effizient wie möglich fahren, permanent mit dem Team kommunizieren,

Änderungen am Lenkrad vornehmen und stets deine Energie und das Rennen um dich herum managen.

## informer:

*Die anhaltende Corona-Pandemie hat auch drastische Folgen für den Sport – leere Zuschauertribünen, Veranstaltungen werden entweder verschoben oder ganz abgesagt und auch die geltenden Sicherheitsbestimmungen (MNS-Masken, Sicherheitsabstand usw.) fordern das ihrige. Wie geht es dir in dieser fordernden Zeit? Welche Maßnahmen hast du getroffen, um in Form bzw. im Training zu bleiben?*

## Maximilian:

Sicherlich ist es eine neue Herausforderung, die wir durch die Corona-Pandemie haben. Dennoch ist sie für alle gleich und für uns als Team ist es wichtig, auch hier das Beste daraus zu machen. Flexibilität steht momentan im Vordergrund. Ich trainiere weiter im körperlichen Bereich meine Fitness, bin im Simulator oder bei Testfahrten mit meinem Team und halte regelmäßigen Kontakt mit meinen Ingenieuren, um weiterhin unser Paket zu verbessern, egal, wann und wie es weitergeht.

## informer:

*Basierend auf deinem familiären Background hast du auch einen Bezug zu Österreich. Welche Rolle spielt Österreich*

*in deinem Leben, auch in rennsportlicher Hinsicht?*

## Maximilian:

Ich bin stolz auch die österreichische Staatsbürgerschaft zu besitzen. Da ich im Allgäu, also sehr nahe an der Grenze zu Österreich aufgewachsen bin, habe ich oft Zeit in Österreich verbracht.

Das Wiener Schnitzel ist mein unangefochtenes Lieblingsessen. Österreich hat im Rennsport schon viele sehr erfolgreiche Rennfahrer hervorgebracht. Ich bin zu Beginn meiner Karriere im Kartsport auch schon Rennen mit österreichischer Lizenz gefahren, fahre jedoch schon seit langer Zeit mit deutscher Lizenz.

## informer:

*Eine Rennsportkarriere ist stets mit einem hohen zeitlichen Aufwand verbunden, sei es nun trainings- oder wettbewerbsbedingt. Wo und wie findest du Zeit zum Entspannen, Entschleunigen bzw. Kraft tanken?*

## Maximilian:

Familie ist für mich unheimlich wertvoll und ein sehr wichtiger Bestandteil. Ich habe an meinem Wohnort in Monaco ideale Trainingsbedingungen und genieße die Zeit dort sehr.

Dennoch verbinde ich meine Factory-Besuche bei BMW in München oft mit einem Trip zu meinen Eltern ins Allgäu, um hier zusätzlich meine Batterien aufzuladen.



FOTO: Günther Motorsports

**2005-2010**  
**Karting-Highlights:**  
 Südbayrischer ADAC Meister (2006 und 2007), Westdeutsche ADAC Meister (2008), Meister in der ADAC Kart Masters (2010)

**2011**  
 Vizemeister beim Formel BMW Talent Cup

**2012**  
 Aufnahme ADAC Stiftung Sport

**2013**  
 Vizemeister beim ADAC Formel Masters

**2014**  
 Vizemeister beim ADAC Formel Masters Deutschlands Motorsport-Talent des Jahres

**2015**  
 8. Platz bei der FIA F3 EM  
 2. Platz beim Grand Prix de Pau  
 Gesamtzweiter bei der Deutsche Post Speed Academy

**2016**  
 Vize-Europameister bei der FIA F3 European Championship, ADAC Junior Motorsportler des Jahres, Deutschlands Motorsport-Talent des Jahres, DTM Test- und Ersatzfahrer Mercedes AMG DTM, Formel 1 Simulationsfahrer Mercedes AMG F1

**2017**  
 Sieger beim Grand Prix de Pau  
 3. Platz bei der FIA F3 EM  
 5. Platz bei der FIA F3 WM  
 DTM Test- und Ersatzfahrer Mercedes AMG DTM  
 Formel 1 Simulationsfahrer Mercedes AMG F1

**2018**  
 1. Platz bei der FIA F2 Meisterschaft – Silverstone Circuit (GB)  
 2. Platz bei der FIA F2 Meisterschaft – Bahrain  
 Formel E Test- und Ersatzfahrer Dragon Racing

**2019**  
 ABB FIA Formel E Meisterschaft (GEOX Dragon)  
 5. Platz beim E-Prix Bern sowie E-Prix Paris

**2020**  
 Gewinner beim E-Prix Santiago (Chile) und Berlin (D), 2. Platz beim E-Prix Marakesch (Marokko)

QR codes and captions:  
 Homestory Maximilian | Maximilian im Hanger Red Bull | Formula E sounds

**TECNICA**

MACH1 MV T-DRIVE

#LIVETHEMOMENT

TECNICASPORTS.COM



FOTO: iStock / stephfaurnet

# Drachenzähmen auf zwei Brettern

Wer trotz niedriger Temperaturen nicht auf seinen Surfspaß verzichten möchte, der steigt ganz einfach auf Snowkiting um und macht so die Piste zu seinem „Surfareal“.

Der Sommer hat sich nun endgültig verabschiedet und damit auch die Gelegenheit, entsprechenden Wassersportarten, wie etwa dem Kitesurfen, nachzugehen. Eine altbekannte, überaus beliebte Freizeitsportart, die grundsätzlich in den warmen Sommermonaten praktiziert wird. Benötigt wird hierfür ein Surfbrett, ein „Kite“, auch Schirm oder Drache genannt, und selbstverständlich eine ordentliche Portion Wind, der – je nach Intensität – das Surfvergnügen erst so richtig auf Hochtouren bringt und neben ordentlich Speed gleichfalls spektakuläre Freestyle-Tricks in luftigen Höhen ermöglicht.

Mit dem Wechsel der Jahreszeit muss mit diesem Vergnügen aber nicht zwangsläufig Schluss sein! Denn in leicht adaptierter Form ist diese Trendsportart ebenso auf schneebedeckten Pisten möglich und verleiht dabei nochmals einen besonderen Kick.

## VON DER PISTE IN DIE LÜFTE

Snowkiting nennt sich dieser Wintersport der ganz besonderen Art, bei dem man – verbunden mit einer etwa 25 Meter langen Leine – an einem rund 6-15 m<sup>2</sup> großen Zugdrachen („Kite“ bzw. „Powerkite“) hängt. Und ohne dabei übertreiben zu wollen, hat es doch gleich nochmals ein zusätzliches Flair, bei strahlendem Sonnenschein (und selbstverständlich idealen Windverhältnissen) auf den Skiern oder – gleichfalls möglich – dem Snowboard kilometerweit durch unberührten Pulverschnee zu cruisen. Ähnlich dem sommerlichen Pendant, ergibt sich – unter Voraussetzung gewisser Kenntnisse – dabei ebenso die Gelegen-

heit, bei entsprechender Geschwindigkeit die Physik kurzfristig „außer Kraft“ zu setzen und aufsehenerregende Sprunghöhen von bis zu 20 Metern und Weiten von bis zu 120 Metern zu erreichen.

Wie bei jeder anderen (extravaganten) Sportart gilt es aber auch beim Snowkiting gewisse Regeln zu beachten, damit man nicht unvorbereitet Hals über Kopf in dieses dynamische Wintersport-Erlebnis stürzt.

## HÖHER, SCHNELLER, WEITER ...

Dieses Motto, das sicherlich auf viele Wintersportarten zutrifft, entspricht allerdings beim Snowkiting noch ein Quäntchen mehr der Wahrheit, ganz gleich, ob man sich nun für die Race-, Spring- oder Freestyle-Variante entscheidet. Nichtsdestotrotz: Obwohl dieser Sport für jedermann geeignet ist, bedarf es dennoch gewisser Vorkenntnisse und so steht es zweifelsfrei außer Frage, sich bei seinen ersten Versuchen bzw. in der Anfangsphase von einem erfahrenen Kitelehrer begleiten und instruieren zu lassen. Ein sicherer Stand auf den Skiern bzw. Snowboard bildet hierbei bereits eine gute Grundvoraussetzung. Alles weitere lässt sich dann ganz einfach erlernen. Denn anders als etwa beim Kitesurfen, besteht ein entscheidender Vorteil bei der winterlichen Version darin, dass man stets Boden unter den Füßen hat und somit immer mühelos wieder aufstehen kann, sollte der Wind einem doch einmal ein Schnippchen schlagen und einen ungestüm zu Boden reißen.

Durch die Windkraft ergibt sich noch ein weiterer Pluspunkt. So kann diese ebenso dafür genutzt werden, sich gleichfalls bergauf ziehen zu lassen, um sich einen kräftezehrenden Aufstieg zu ersparen.

Was die Ausrüstung betrifft, braucht man Ski, Snowblades oder ein Snowboard, sprich dasselbe Equipment wie beim klassischen Skisport und natürlich den Schirm (Powerkite), denn gerade dieser macht ja die Besonderheit von Snowkiting aus. Der Schirm wird in der Regel mit einem Gurt an der Hüfte fixiert und mittels einer Stange gesteuert. Ebenso wenig dürfen die üblichen Wintersport-Accessoires wie die passende Skibekleidung, Handschuhe, Skibrille sowie – ganz wichtig – der Helm und idealerweise ein Rückenprotektor nicht fehlen. Letzteres dient vor allem dem Schutz, sollte etwa ein Sprung nicht ganz nach Vorstellung gelingen.

## SNOWKITING IN ÖSTERREICH

Mittlerweile hat sich Snowkiting zu einem regelrechten Boom entwickelt und wird vor allem in jenen Regionen ausgeübt, die sich besonders zum Skifahren oder für andere Wintersportarten gut eignen. Die Hochburg der Snowkiter befindet sich übrigens im Hardangervidda-Nationalpark, der sich in etwa 250 Kilometer nördlich von Oslo (Norwegen) befindet. Die weitläufige Landschaft mit ihren verschneiten, sanft geschwungenen Hügeln bietet für diesen Sport die idealen Bedingungen, da weder störende Liftanlagen noch Baumkronen die Wege kreuzen.

Doch nicht nur in Norwegen, Russland, Kanada, der Schweiz sowie im Norden Amerikas tummeln sich schon emsig die Snowkiter, auch in Österreich findet man im Winter bereits viele leidenschaftliche Fans dieses neuen Trendsports. Hotspots sind neben den Obertauern und Zell am See auch das „Meer Tirols“ - der Achensee.

## Worauf ist bei Snowkiting zu achten.

- ✓ Auswahl eines **anfängergerechten Spots**, der frei von jeglichen Hindernissen ist (z.B. Bäume, Stromleitungen, und befahrenen Straßen);
- ✓ Die richtige **Kite-Größe** ist entscheidend;
- ✓ Rücksichtnahme auf **Wind- und Wetterlage**;
- ✓ Die **Vorfahrtsregeln beachten!** Wie beim Kitesurfen gelten auch beim Snowkiting die gleichen „Right-of-way“-Rules;

## Bei welcher Wetterlage ist Snowkiting zu unterlassen?

- ✓ Bei **Sturm- und Gewitterwarnung**: Immer die lokalen Wetterbedingungen berücksichtigen;
- ✓ Bei **starkem Wind**: Westwind sorgt für starke Böen, daher unbedingt rechtzeitig landen;
- ✓ Bei **schlechter Sicht und Lawinengefahr**: Heftiges Schneetreiben oder Nebel erhöht die Gefahr, die Orientierung zu verlieren;
- ✓ Bei **Eis**: Bei zugefrorenen, schneebedeckten Seen immer ausführlich über die Eisbeschaffenheiten informieren;

## Die schönsten Chalets in den Alpen

Das Bergdorf Lech beeindruckt nicht nur mit einem breiten Aktivitätenangebot, sondern auch mit zwei Urlaubsdomizilen, die zum Verweilen einladen.

Unweit von der Schlosskopf-Piste und dem Zentrum von Lech entfernt liegt ein brandneues Chalet, das Chalech S vom größten Chaletanbieter der Alpen, Bramble Ski. Die mit sechs Schlafzimmern ausgestattete Wohlfühloase ist das ideale Urlaubsdomizil für Familien oder Gruppen.

Besonders hervorzuheben ist hier die Liebe zum Detail des Interieurs. Die Beleuchtung, die Verwendung von sanften Farben, die Auswahl der Stoffe sowie die individuelle Gestaltung der einzelnen Zimmer zeigen die sorgfältig

gewählten Überlegungen bei der Inneneinrichtung. Beim Bau des Chalets hat man sich an an der traditionellen Bauweise orientiert und einzelne Elemente mit modernem Stil verbunden. Ein großzügiger Spa-Bereich und ein Pool ergänzen das luxuriöse Angebot.

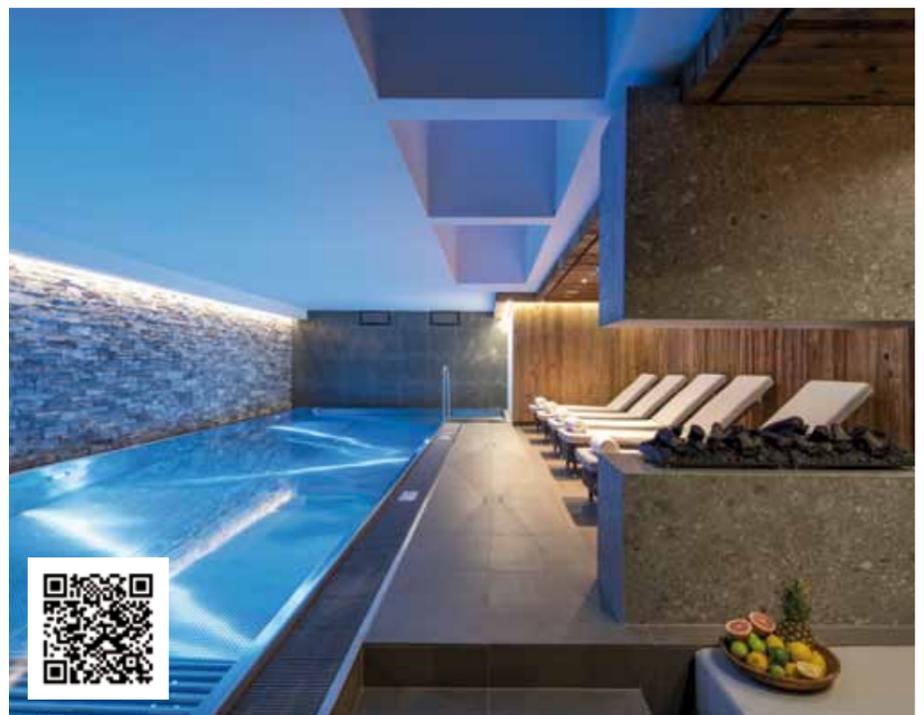
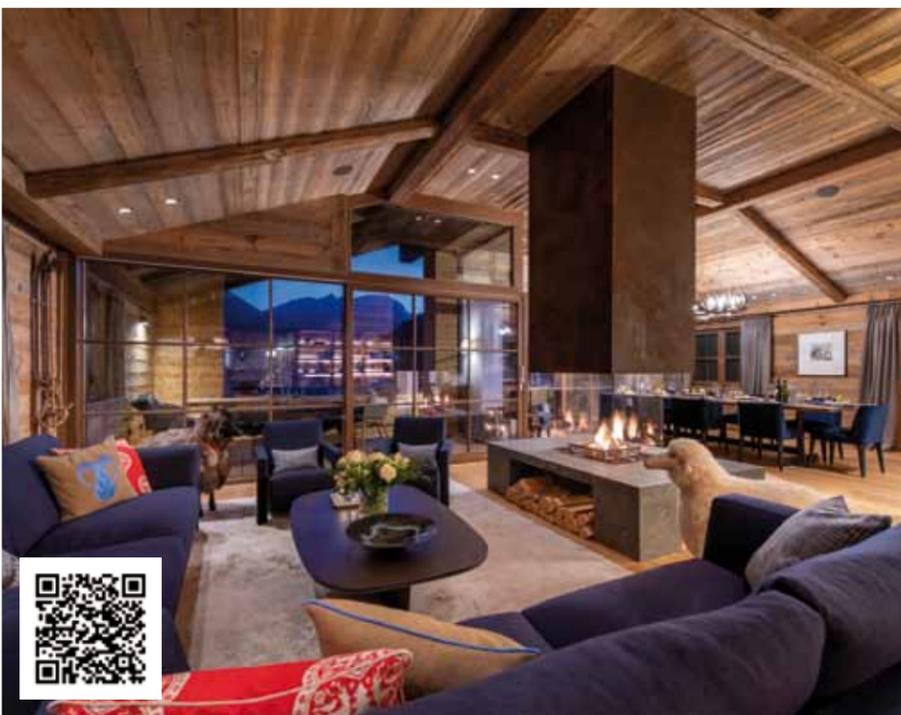
Ebenfalls im Zentrum von Lech gelegen und nur einen kurzen Spaziergang vom Sessellift Schlosskopf entfernt, liegt ein weiteres neues Chalet, die Residenz Brunnhof 3. Erfahrene Skifahrer können von der Piste direkt zur Residenz fahren, da diese nur wenige hundert

Meter von der Piste entfernt liegt. Die Residenz besteht aus 14 separaten Wohnungen, wobei Brunnenhof 3 – im ersten Stock der Residenz – erst kürzlich renoviert wurde. Die neue Inneneinrichtung ist eine Hommage an die faszinierende Bergsteigergeschichte der Region, denn dafür wurden alte Fotografien und Exponate gut erhaltener Skiausrüstungen verwendet. Auf 145 m<sup>2</sup> finden bis zu sechs Gäste Platz. Ein großer, luxuriöser Wohnbereich und drei geschmackvoll eingerichtete Schlafräume ermöglichen eine entspannte Urlaubsatmosphäre. Gäste

des Brunnenhof 3 können das Hallenbad, den Spa-Bereich und die Sauna der Residenz nutzen.

Das glamouröse Bergdorf Lech beeindruckt mit zahlreichen Restaurants und einem breiten Angebot an Aktivitäten. Es liegt mitten im größten zusammenhängenden Skigebiet Österreichs und ist für jeden Wintersportler ein Erlebnis. Im Sommer beeindruckt das malerische Dorf mit blühenden Wiesen und anregenden Wanderwegen.

[www.brambleski.com](http://www.brambleski.com)



Mit der Verwendung des QR Codes können Sie schon jetzt – wenn auch nur virtuell - eine Reise durch die beiden Chalets vornehmen. | FOTOS: Yves Garneau



**MEHRFACH PRÄMIERT**  
UNSER BLAUER  
ZWEIGELT 2019



WEINGUT HAGN MAILBERG  
A-2024 Mailberg 154 | [www.hagn-weingut.at](http://www.hagn-weingut.at)



# Berghotel Biberkopf

Das Lifestyle-Hotel auf 4-Sterne-Superior-Niveau liegt im Herzen des Vorarlberger Bergdorfes Warth und ist die perfekte Ski-in Ski-out Destination mit gemütlich-stylishem Ambiente.

**M**it allen Sinnen genießen, Natur entdecken, sich zuhause fühlen und Zeit mit Partner und Freunden verbringen. Das Berghotel Biberkopf, inmitten des Alpeneldorados Arlberg, ist ein Ort der Freiheit und des individuellen Erlebens und eröffnet im Dezember 2020.

## LAGE & DESTINATION

Das Berghotel Biberkopf liegt im Zentrum von Warth am Arlberg. Mit direktem Zugang zur Bergbahn bietet das Lifestyle-Hotel eine einzigartige Ski-in Ski-out Location im Herzen des Alpenortes. Auf einer Höhe von 1.495 Metern ist Warth die höchstgelegene Vorarlberger Gemeinde und Teil des größten zusammenhängenden Skigebiets Österreichs. Mit 305 Pistenkilometern in allen Schwierigkeitsgraden und 200 Kilometern exklusiven Tiefschneeabfahrten gehört die Wintersportregion Ski Arlberg zu den Top 5 der weltbesten Skiregionen. Elf Meter Naturschnee machen Warth-Schröcken zum naturschneereichsten Skigebiet Europas und bieten Wintergenuss bis ins Frühjahr hinein.

## DAS HOTEL

Dieses Berghotel ist ein zentraler Treffpunkt sowohl für internationale Hotelgäste als auch verwurzelte Arlberger. Das einzigartige architektur- und designorientierte Lifestyle-Hotel vereint alpines Lebensgefühl mit urbanem Zeitgeist und lädt durch seine gemütliche Atmosphäre dazu ein, sich Zeit für sich selbst und andere zu nehmen. Natürliche und nachhaltige Materialien, inspiriert von lokalen Künstlern und ausgestattet mit modernem Komfort, prägen das Design des Hotels, das zwei Gebäude durch einen unterirdischen Gang verbindet.

## ZIMMER & SUITEN

65 Zimmer und acht Suiten in unterschiedlichen Kategorien bieten für jeden Geschmack und Reisetyp das passende Getaway. Ausgestattet mit großen Panoramafenstern und Sitzbank sowie Balkonen holen die Zimmer die beeindruckende Bergwelt in das Zuhause auf Zeit und laden zum Genießen, Verweilen und Träumen ein. Inspirierende Kunst und versteckte Botschaften wecken zudem den Entdeckergeist.

## EINRICHTUNGEN & SERVICE

Erlesene Kulinarik finden Gäste im Restaurant Bibers und der Biberia – einem Bistro und Concept Store mit Take-Away-Bereich. Entspannen lässt es sich im Wellnessbereich des Hotels mit Saunalandschaft sowie Behandlungsräumen für Kosmetik und Massagen. Fitnessbegeisterte können sich im Fitnessraum auspowern oder beim Yoga ihre innere Ruhe finden. Seminarräumlichkeiten und auch ein Co-Working-Space lassen berufliches mit persönlichem Genuss verbinden und schaffen einen inspirativen Rahmen für erfolgreiche Meetings. Insbesondere im Winter profitieren Gäste vom direkten Zugang vom Hotel zur Bergbahn. Zudem steht für jedes Zimmer ein Tiefgaragenstellplatz zur Verfügung.

## RESTAURANT BIBERS

Erlesene Genussmomente mit aufregenden Gerichten und Cocktails verspricht das Restaurant „Bibers“. Das junge Team kreiert leidenschaftlich neue kulinarische Innovationen passend zur Saison. Private Nischen als auch lange Tafeln ermöglichen sowohl intime Candle-Light-Dinner als auch „Sharing is Caring“ mit Familie und Freunden.

Ein kleiner Fine Dining Bereich für bis zu 14 Personen verspricht zudem besonders persönliche Gaumenfreuden für den erlesenen Kreis der Liebsten.

## BISTRO & CONCEPT STORE BIBERIA

Eine weitere kulinarische Erlebniswelt bietet auch die neue „Biberia“ im kleineren Haus des Berghotels. Als eine Kombination aus Bistro und Concept Store, lädt die Biberia mit ihrem vielfältigen Angebot von Accessoires und Souvenirs über heimische Spezialitäten und regionale Produkte bis hin zu Pflegeartikeln, zum Stöbern, Entdecken und Schlemmen ein. Täglich wechselnde Gerichte mit natürlichen und frischen Zutaten – vegan, vegetarisch oder mit Fleisch – lassen die Herzen von Gourmets höher schlagen. Wer lieber in den eigenen vier Wänden auf Zeit oder flexibel an einem seiner Lieblingsplätze speisen will, kann sich die Kreationen auch einfach im Take-Away-Bereich mitnehmen.

## NATUR- UND WOHLFÜHLERLEBNIS SOMMER UND WINTER

Ob Powdern im Pulverschneeparadies oder Biken und Wandern in der sommerlichen Naturoase, die Region Warth bietet unzählige Aktivitäten. Im Winter finden Gäste vom Berghotel Biberkopf den perfekten Ski-in Ski-out Hotspot für ihr persönliches Wintervergnügen und haben direkten Zugang vom Hotel zur Bergbahn. Exklusive Tiefschneeabfahrten bieten reichlich Abwechslung für gemütliche Pistenskifahrer als auch abenteuerliche Freerider. Schneeschuhwanderwege, Skitourrouten und Langlaufloipen Naturerlebnisse abseits der Piste. Ein besonderes Highlight ist die Naturrodelbahn hinter dem Hotel. Täglich frisch präpariert,

kann sie bis 22 Uhr befahren werden. Zweimal die Woche sorgen Rodelabende für besonderen Spaß, wenn ein Traktor die Schlitten samt Fahrer auf den Berg zieht. An der Ziellinie warten warmer Glühwein und Punsch auf die Rennfahrer. Auch der Sommer bietet ein abwechslungsreiches Bewegungsprogramm. Ausgeschriebene Wanderwege und geführte Wanderungen reichen von leichten bis anspruchsvollen Touren. Hochalpine Gemüter können bei zahlreichen Kletterrouten, Klettersteigen und Bergsteigerpfaden an ihre Grenzen gehen. Geschick und Schwindelfreiheit fordern auch Hochseilgärten, ein Flying Fox oder Canyoning. Ob mit Liftunterstützung oder für Selber-Treter, Biker finden hier ein wahres Eldorado an schmalen Singletrails, Flow-Lines, Downhill-Strecken und Forstwegen.

## WELLNESS & FITNESS

Entspannung, Erholung und Ruhe ermöglicht der Wellnessbereich in alpinem Chic. Dampfbad, Sauna, Whirlpool und ein Ruhebereich laden zur vitalisierenden Auszeit ein. Bei wohltuenden Massagen und Beauty-Treatments können sich Gäste zurückerholen und verwöhnen lassen. Sportbegeisterte können sich im modern ausgestatteten Fitnessbereich auspowern.

## ÖFFNUNGSZEITEN & PREIS

Das Berghotel Biberkopf ist im Winter und im Sommer geöffnet. Gäste können den Aufenthalt im Doppelzimmer für zwei Personen inklusive Halbpension ab 295 Euro genießen. Buchungskontakt: office@biberkopf.at



01



02



03



04

# Erlesene Produkte mit Wohlfühlfaktor

"Kein Genuss ist vorübergehend,  
denn der Eindruck, den er zurücklässt, ist bleibend."  
- Johann Wolfgang von Goethe

## 01 SIEGERWEINE IM SET

Über 300 Jahre bereits widmet sich die Familie Hagn in der Weinviertler Gemeinde Mailberg dem Weinbau und blieb dabei stets am Puls der Zeit. Seit 2006 wird der Betrieb von Leo Hagn jun. und Wolfgang Hagn jun. geführt. Jahr für Jahr schafft es der Familienbetrieb zahlreiche Auszeichnungen heimholen zu können – für Rot, Weiß und das Weingut an sich. In diesem Jahr wurde der Blaue Zweigelt 2019 bei der Niederösterreichischen Weingala zum Landessieger 2020 gekührt und schaffte es, gemeinsam mit der Cuvée Colloredo sowie der Cuvée Komptur ins SALON-Buch 2020. Die drei Rotweine sind im Set erhältlich.

[www.hagn-weingut.at/shop](http://www.hagn-weingut.at/shop)

## 02 MAGNETISCHE SICHERHEIT

Im Steigbügel hängen zu bleiben ist der Albtraum jedes Reiters und kann einen einfachen Sturz in eine lebensgefährliche Situation verwandeln. Die schwedische Marke Ophena hat sich deshalb eine technologisch raffinierte Lösung überlegt: Ein seitlich geöffneter, magnetischer Steigbügel. Für zusätzlichen Grip und höchste Sicherheit im Falle eines Sturzes. Das Magnetsystem ist nahtlos in die Steigbügel integriert – und magnetische Einlegesohlen transformieren jeden handelsüblichen Reitschuh in das magnetische Gegenstück. Durch das innovative Design und die hochwertige Bearbeitung aus Edelstahl ist dieses Produkt ein echter Hingucker. Die Steigbügel sind Made in Sweden und kommen mit 60 Tage Geld-zurück-Garantie.

[www.ophena.at](http://www.ophena.at)

## 03 BEST OF VULCANO

Vulcano-Schinken gibt es in Reifungsgraden von 8, 15, 27 und 36 Monaten. Ausgewählte Stücke reifen sogar bis zu 60 Monaten. Jedes Stück ist ein Unikat: Die Dauer der Lufttrocknung bestimmt die Intensität des Geschmacks. Produkte wie Karree, Räucherspeck, Kaiserteil oder Schopf werden zusätzlich zart geräuchert. Bei Vulcano produzieren 42 Mitarbeiter etwa 11.000 Schinken und andere Wurstwaren jährlich. Sie bedienen damit den österreichischen Markt und den Export. Alle Bestseller finden sich in dem Paket „Best of Vulcano“ und machen das Schenken einfach. Das Paket beinhaltet 90g Rohschinken geschnitten, 90g Pfeffersalami geschnitten, 90g Rohschinken Crisps 90g, Speck Käse 120g, Salami Klassik 300g, Vulcanossi würzig-scharf 85g.

[www.vulcano.at](http://www.vulcano.at)

## 04 ORGANIC GIN

Spirit of Hven organic Gin ist ein handgemachter destillierter Gin aus Schweden. Destillation in einzigartigen Kupferdestillationsbehältern (lange Hälse). Ergebnis: besonderer, luxuriöser Gin mit den Aromen und dem Geschmack von Zitrus, Wacholder und Getreide. Hintergrund von Bourbon Vanille und Kassinrinde. Frischer schwedischer Wacholder. Kardamom und Kalmuswurzel, Pfeffer aus Sichuan und Guinea, Anis. Langanhaltender Nachgeschmack. Kann auf Eis mit Zitrone und Tonic oder nur mit Wasser getrunken werden. Endprodukt: 40% vol, keine Farbverbesserung oder Zusätze. Alle Flaschen sind individuell nummeriert und kontrolliert.

[www.weisang.at](http://www.weisang.at)