

Auf & Los!



Wir bringen
Salzburg in Bewegung

IN KOOPERATION MIT **Salzburger Nachrichten**

DIE SPORTBEILAGE VON



Freiwillige vor!



BILD: SH/ADOBEE STOCK/NINA/PEOPLEIMAGES.COM

Sport und Ehrenamt sind eng miteinander verknüpft

Das Ehrenamt im Sport ist vielseitig und bietet für alle Interessen die passende Einsatzmöglichkeit. Funktionäre berichten darüber, wie es gelingt, auch Jugendliche für das Ehrenamt im Sport begeistern zu können. **Seiten 3–5**

Events und Fortbildungen der drei Sportdachverbände

Auf dieser Doppelseite finden Sie wie gewohnt unterschiedlichste Sportveranstaltungen und Fortbildungen der drei Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION. Hier ist für jede und jeden etwas dabei! **Seiten 10–11**

Tennis erfreut sich in Salzburg großer Beliebtheit

Im Salzburger Tennis gibt es wieder einen großen Aufschwung bei den Mitgliederzahlen. Erich Mild, Geschäftsführer des Salzburger Tennisverbandes, erklärt, warum Investitionen in die Infrastruktur wichtig sind. **Seiten 12–14**

Sport und Bewegung ein Leben lang

Sport und Bewegung sollen selbstverständlicher Teil des täglichen Lebens werden. Der Weg dazu führt über Kinder und Jugendliche, die mit gezielten Projekten, wie „Jugend zum Sport“ oder dem „Tag des Sports“, angesprochen werden.

Weniger als die Hälfte aller Erwachsenen erreicht die Mindestempfehlung der WHO für körperliche Aktivität von 150 Minuten pro Woche. Bei Kindern und Jugendlichen zwischen 11 und 17 Jahren, die sich eine Stunde pro Tag bewegen sollten, erreichen nur rund 15 Prozent der Mädchen und 29 Prozent der Buben dieses sportliche Mindestziel. Mit gezielten Projekten möchte das Land Salzburg das Bewegungsverhalten im Bundesland steigern. Schlüssel dafür sind vor allem Kinder und Jugendliche. Nach dem Motto „was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr“ sollen Sport und Bewegung selbstverständlicher Teil des täglichen Lebens von Kindern und Jugendlichen werden.

Vielfältiges Programm

Die Vielfalt des Sports im Land Salzburg ist groß. In mehr als 1000 Vereinen, von rund 60 Fach- und drei Dachverbänden wird ein breites Spektrum an Sport- und Bewegungsmöglichkeiten von Jung bis Alt angeboten. Um auf das enorme Angebot aufmerksam und im Speziellen Kindern und Jugendlichen Sport und Bewegung schmackhaft zu machen, werden zahlreiche Aktionen vom Land Salzburg initiiert bzw. gefördert. So findet seit 2021 der „Tag des Sports“ am Salzburger Residenzplatz statt. Inmitten der Altstadt präsentieren sich die Salzburger Sportverbände und -vereine mit Showvorführungen und tollen Mitmachprogrammen. Seit mehr als 35 Jahren findet jährlich Mitte August „Jugend zum Sport“ im Universitäts- und Landessportzentrum Rif statt. Auch hier können Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 14 Jahren aus mehr als 30 Sportarten auswählen und diese mit Unterstützung von ausgebildeten Trainern ausprobieren.



American Football ist in Salzburg heiß begehrt und bei „Jugend zum Sport“ und beim „Tag des Sports“ live zu erleben.



Rhönradturnen gehört zu den beliebtesten Sportarten bei „Jugend zum Sport“.



Erste Erfahrungen sammeln beim Florettfechten kann man beim „Tag des Sports“.

Schule und Sport

Darüber hinaus fördert das Land Salzburg viele Aktivitäten in Zusammenarbeit mit den Schulen und Gemeinden. So werden bei Projekten wie „Schule und Sport“, „Sport im Kindergarten“ und „Sport in der schulischen Tagesbetreuung“ spezielle Sport- und Bewegungseinheiten mit professionellen Sportcoaches in Schulen und Kinderbetreuungsgruppen angeboten. Mit dem Projekt „Tägliche Bewegungseinheit“, das vom Bund in Zusammenarbeit mit den Ländern durchgeführt wird, sollen in den Schulen vier Stunden wöchentliche Bewegung sichergestellt werden. Dem Land Salzburg ist es wichtig, den natürlichen Bewegungsdrang der Kinder zu fördern, damit Sport und Bewegung ein dauerhafter Begleiter im Leben der Kinder und Jugendlichen bis ins hohe Alter bleiben und der eine oder andere auch den Weg Richtung Vereins- und Leistungssport einschlägt.

Ehrenamt als tragende Säule



BILD: SHADDOBE STOCK/DRAXEN

Alleine in Österreichs 15.000 gemeinnützigen Sportvereinen werden pro Jahr 56,4 Millionen Stunden unentgeltlich gearbeitet. Klar ist: Ohne Ehrenamt würde der Vereinssport nicht funktionieren.

Sport ist ein wesentlicher Bestandteil des Lebens in Österreich und begeistert Millionen von Menschen. Mehr als die Hälfte der Bevölkerung ist mindestens ein Mal pro Woche sportlich aktiv. Hunderttausende engagieren sich in ihrer Freizeit ehrenamtlich für den Sport. Im aktuellen Regierungsprogramm wurden die Aufwertung und Absicherung des Ehrenamts als Ziel vereinbart. Überlegungen mit Ländern, Gemeinden und Verbänden sollen angestellt werden, um bestmögliche Rahmenbedingungen für ehrenamtliches Engagement zu gewährleisten, steuerliche Erleichterungen überprüfen und ein österreichweiter Preis für besonderes ehrenamtliches En-

gagement im Sportbereich eingeführt werden. Sportminister Werner Kogler erklärt: „Ich freue mich, dass die Vorbereitungsarbeiten erfolgreich waren und das Sportministerium erstmals einen mit 50.000 Euro dotierten Ehrenamtspreis ausrufen kann. Das Ehrenamt ist die tragende Säule im österreichischen Sport. Viele Studien haben gezeigt, dass die österreichische Sportlandschaft ohne die unbezahlte Tätigkeit von über 500.000 Freiwilligen in dieser Vielfalt nicht aufrechtzuerhalten wäre.“ Die drei Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION leisten mit ihren Vereinen einen großen Beitrag für das Ehrenamt im Sport. Ein paar Best-Practice-Beispiele:

Gemeinsam etwas schaffen

Hansjörg Pfisterer, heute Finanzreferent bei der ASKÖ Salzburg, kam Anfang der 1980er-Jahre mit dem Laufsport in Berührung – und über einen Lauftreff über



BILD: SVA/ASVÖ

„Das Gemeinsame und die Erfolge sind das Schönste am Ehrenamt.“

Hansjörg Pfisterer,
Finanzreferent ASKÖ Salzburg

die Jahrzehnte mit diversen ehrenamtlichen Funktionen. So ist er auch beim ATSV Salzburg und beim Club Aktiv Gesund aktiv. „Das Ehrenamt bei der ASKÖ

genießt große Hochachtung, weil es dazu beiträgt, dass in den Sportvereinen überhaupt in Ruhe gearbeitet werden kann.“ Pfisterer spricht im Zusammenhang mit dem Ehrenamt von einem Verantwortungsbewusstsein, das er im Rahmen seiner Tätigkeiten immer miteingebracht hat. „Das Gemeinsame und die Erfolge sind die schönsten Seiten. Natürlich treten auch Schwierigkeiten auf, man nehme nur Corona – da muss man durchtauchen, das ist ganz normal“, sagt Pfisterer. Wie gelingt es denn heute, die Jugend für das Ehrenamt zu begeistern? „Mit Mundpropaganda und indem man ein Vorbild für die Jungen ist. So kann es gelingen, das ▶



BILD: SHADOBÉ STOCK/DRAXEN



BILD: SHADOBÉ STOCK/IRSHAD W/PEOPLEIMAGES.COM



BILD: SHADOBÉ STOCK/IRSHAD W/PEOPLEIMAGES.COM

Ehrenamt auch dem Nachwuchs schmackhaft zu machen.“ Ehrenamtspreise der ASKÖ dienen auch dazu, um den Ehrenamtlichen in einem feierlichen Rahmen eine kleine Belohnung zukommen zu lassen. „Die Leute sehen, dass man gemeinsam etwas weiterbringen kann. Das Ehrenamt hat viel mit dem Thema Wertschätzung zu tun“, erklärt Pfisterer. Alle ASKÖ-Vereine werden in Hinblick auf das Ehrenamt natürlich bestmöglich unterstützt, wobei Pfisterer anmerkt, dass es natürlich nicht ohne Unterstützungen und Förderungen der öffentlichen Hand funktioniert. Hier hat sich zuletzt einiges getan: Zwei Beispiele, die Pfisterer nennt, sind die Sanierung des ATSV-Fußballplatzes und das neue Football-Zentrum der Salzburg Ducks, das ebenfalls gerade in Lieferung entsteht. Für die Zu-

kunft erhofft sich Pfisterer viele junge Menschen, die im Sport gerne mitgestalten wollen.

„Etwas zurückgeben“

Der Skiclub Radstadt stellte in den vergangenen Jahrzehnten viele sehr erfolgreiche Wintersportlerinnen und Wintersportler, die auf der großen Sportbühne glänzen konnten. Auf Funktionärsseite unermüdlich im Einsatz ist German Bauregger, seit 1958 im Skiclub und seit 1999 Obmann. Bauregger bestätigt die alte Theorie, dass die Basisarbeit bei den Vereinen letztlich unbezahlbar ist und von einem Verband auch nicht ersetzt werden kann. Zum Thema Ehrenamt sagt er: „Ohne Ehrenamt gibt es keinen Sport!“ Obwohl Bauregger mit Mitte 70 immer noch Herz und Seele des Vereins ist, gibt er zu bedenken, dass es heutzutage

schwieriger geworden ist, junge Menschen langfristig für das Ehrenamt zu gewinnen.

„Die guten Leute, die an vorderster Front ehrenamtlich arbeiten, haben fast immer auch im Beruf viel zu tun. Da ist vielen die Zeit für Familie dann wichtiger, als sich neben der Arbeit noch in einem Verein zu engagieren.“ Als Dankeschön für die ehrenamtlichen Funktionäre hat Bauregger kürzlich einen Ausflug für die Skiclub-Mitarbeiter auf die Beine gestellt, um „ihnen etwas zurückzugeben, denn man muss ihnen

ja auch etwas bieten“. Ganz wichtig für ihn ist – trotz der ehrenamtlichen Helfer –, dass auch die Eltern bei der Betreuung so gut wie möglich mithelfen. „Wir bekommen Kinder aus vielen umliegenden Orten, wie Flachau oder Obertauern. Die Kinder brauchen Aufmerksamkeit, die sie bei uns kriegen, da funktioniert das noch. Nur so gibt es eine Basis für den späteren Erfolg.“

Bauregger erinnert sich gerne an die Anfänge im Skiclub zurück – so zum Beispiel an den Winter 1963, als er als kleiner Bub die Teilnehmerinnen und Teilnehmer unterstützt hatte, indem er eine Tasse Tee holte und dabei immer einige anstrengende Meter zurücklegen musste. Das Ehrenamt liegt Bauregger im Blut: Als ihn die SN am Handy erreichten, wartete er gerade im stehenden Auto auf die

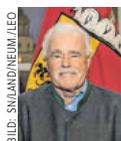


BILD: SW/LAND/NEUM/LEO

„Eines ist ganz klar: Ohne Ehrenamt gibt es keinen Sport!“

German Bauregger,
Obmann Skiclub Radstadt



BILD: SNS/ST/MAHNEU/ MARKTEL



BILD: SNS/ADOBE STOCK/MONKEY BUSINESS



BILD: SNS/ST/PHILIPP FREUND



BILD: SNS/ADOBE STOCK/SKUMER

Skiclub-Kinder, die eine ihrer wöchentlichen Trainingseinheiten in der Halle abhielten. Ein Mal Ehrenamtlicher, immer Ehrenamtlicher!

Ideen einbringen lassen

„Das Ehrenamt ist eine der wichtigsten Säulen im Sport und unersetzbar. Denn ohne die Arbeit der Freiwilligen wäre die großartige Vereinsarbeit unmöglich“, sagt auch Bernd Frey, Geschäftsführer der SPORTUNION Salzburg, der weiter ausführt: „Für uns ist die Ansprache der jungen Menschen wesentlich. Die Jugendlichen müssen einen Sinn im Ehrenamt sehen, es muss ihnen Spaß machen. Und Spaß macht es ihnen oft, wenn sie Aufgaben mit Freundinnen oder Freunden gemeinsam übernehmen.“ Am Anfang sollte man Jugendlichen einfache Tätigkeiten geben und ih-



BILD: SNS/SPORTUNION

„Man bekommt für das Ehrenamt im Sport viel zurück.“

Bernd Frey,
GF SPORTUNION Salzburg

nen stets einen Ansprechpartner im Verein zur Seite stellen, der sie unterstützt. „Ich brauche jemanden im Vorstand, der gut mit Jugendlichen kann.“ Junge Menschen müssen etwas ausprobieren und ihre Ideen einbringen können, rät Frey. „Sie wollen mitreden, mitgestalten und sind offen für neue Aktivitäten.“

Das verlange einerseits eine gewisse Präsenz des Vereins vor Ort – eine Möglichkeit wäre der Besuch von Jugendtreffs oder in Schulen –, andererseits aber auch eine neue Art der Ansprache mit-

tels sozialer Medien. Genauso wichtig wie die Ansprache der Jungen ist aber natürlich auch das Halten der bestehenden Funktionäre. Neben Ehrenamtspreisen bieten Events wie zum Beispiel Jahreshauptversammlungen oder Vereinsjubiläen die Möglichkeit, verdiente Funktionäre auszuzeichnen.

Die SPORTUNION legt beim Thema Ehrenamt außerdem großen Wert auf Schulungen. Bei der SPORTUNION können durch Theorie und Praxis verschiedenste Qualifikationen erworben werden. So finden an den Schulen sogenannte Übungsleiterausbildungen statt, an denen ganze Schulklassen teilnehmen können und am Ende alle Teilnehmenden ein Zertifikat erhalten. Außerdem ist die SPORTUNION bemüht, ihren Vereinen verschiedene Tools zur Verfügung zu stel-

len, um den verwaltungstechnischen Aufwand so gering wie möglich zu halten (Dienstzeugnisse, Vorlagen für Flyer und Plakate, Fotodatenbank etc.). Es gibt auch kostenlose Schulungen für Vereinsfunktionäre, die von Erster Hilfe über Finanzrecht bis hin zu Marketing reichen.

Frey wünscht sich für die Zukunft, dass es gelingt, das Ehrenamt insgesamt zu verjüngen. „Die Jungen sollen es erleben, wie wichtig es ist, die Gesellschaft zu unterstützen.“ Zum Abschluss erklärt der Geschäftsführer der SPORTUNION Salzburg, was ihm persönlich am Ehrenamt so gut gefällt: „Man bekommt einfach viel zurück. Veranstaltungen, die super laufen, bescheren einem Lachen und strahlende Kinder-Augen. Helfen macht Spaß und Spaß macht glücklich, das darf man nicht vergessen.“

BC Salzburg Knights: Neue Ära für den Basketball in Salzburg

Die Basketballlandschaft in Salzburg erhält Zuwachs mit der Gründung des BC Salzburg Knights. Der ASVÖ-Verein hat es sich zur Aufgabe gemacht, den Basketballsport nicht nur lokal, sondern auch auf nationaler Ebene in Österreich zu fördern.

Die Idee zur Gründung des BC Salzburg Knights entstand aus der gemeinsamen Begeisterung von Freunden, etwas Bedeutendes aufzubauen. Das Ziel, den Basketballsport in Salzburg und ganz Österreich auf ein neues Niveau zu heben, trieb die Mitgründer an. „Unsere Mission ist es, diesen Sport, der uns so viel Freude bereitet, einem breiteren Publikum zugänglich zu machen“, erklärt Raphael Miksch, Mitbegründer und Obmann des Vereins. Besonders im Fokus des BC Salzburg Knights steht die Förderung der Jugend. Die Vision des Vereins sieht vor, eine robuste Basis für junge Talente zu schaffen, die den zukünftigen Erfolg des Vereins sichern werden. „Unser langfristiges Ziel ist es, bis 2028 nicht nur in der ersten Liga zu spielen, sondern auch eine Damensektion zu etablieren“, sagt Miksch. Die Jugend wird als Herzstück der Bemühungen betrachtet, talentierte



BILD: SN/BC SALZBURG KNIGHTS

Nachwuchsspieler zu entwickeln und in die erste Mannschaft zu integrieren.

Der BC Salzburg Knights ist stolz darauf, Kinder und Jugendliche jeden Alters willkommen zu heißen, unabhängig von Geschlecht oder Hintergrund. Der Verein bietet Spielgelegenheiten für verschiedene Altersgruppen an, einschließlich Teams wie der U12 und U16 im Meisterschaftsspielbetrieb. Trotz vieler-

sprechender Ambitionen sieht sich der Verein auch einigen Herausforderungen gegenüber. Die Suche nach geeigneten Hallen stellt aktuell eine Schwierigkeit dar, ebenso wie das Wachstum der Mitgliederzahl. Dennoch sind die Knights entschlossen, diese Hindernisse zu überwinden und erfolgreich zu sein.

Ehrenamtliche Helfer spielen eine zentrale Rolle im Verein. Der Verein schafft eine Plattform für engagierte Personen, um sich weiterzuentwickeln und die Freude am Basketball zu teilen. Die BC Salzburg Knights laden Eltern und alle Interessierten herzlich ein, sich einzubringen und Teil dieser aufstrebenden Basketballgemeinschaft zu werden. Mit einem klaren Fokus auf die Jugend, sportlichen Ambitionen und starkem ehrenamtlichen Engagement bahnt sich der Verein den Weg für eine vielversprechende Zukunft des Basketballsports in der Region.

Rhönrad in der Turn-Gym-Union Salzburg

Die Turn-Gym-Union Salzburg ist ein Sportverein, in dem Sport, Ästhetik und Gemeinschaft zusammenkommen.

Innerhalb dieses vielseitigen Vereins hat die Sektion Rhönrad eine ganz besondere Bedeutung erlangt. Beim Rhönradturnen erleben Athlet:innen und Zuseher:innen die beeindruckende Verschmelzung von sportlicher Eleganz und künstlerischer Ausdrucksfähigkeit.

Sportbegeisterte aller Altersgruppen bekommen die Möglichkeit, sich in dieser einzigartigen Sportart zu entfalten. Das Metallrad, welches charakteristisch für das Rhönradturnen ist, wird zum Instrument der Bewegung und Kreativität.

Das Eliteklassen-Team der TGUS kann große internationale Erfolge verzeichnen. Mit der Rhönradweltmeisterin Birgit Halwachs und WM-Medaillen-Gewinnerin Malena Kernacs hat der Verein zwei Spitzensportlerin-



BILD: SNSPORFORUNION

nen in Hochform. Zuletzt war das Team bei den internationalen Rhönradmeisterschaften in Chi-

cago erfolgreich. Alle Rhönradinteressierten lädt der Verein gerne zu einem Schnuppertraining

ein! Trainiert wird jeweils am Montag und Donnerstag von 15.30 Uhr bis 17 Uhr im Sportzentrum Mitte.

Wer das Geschick der Turner:innen zudem live erleben will, ist herzlich eingeladen, die Landesmeisterschaften am 21. Oktober von 13 bis 19 Uhr im Sportzentrum Mitte oder die Austrian Open und den Mozart Cup am 25. und 26. November von 10 bis 20 Uhr in der Turnhalle Alpenstraße zu besuchen.

**Schnuppern für Kinder
beim Rhönradturnen
mit Voranmeldung:**

**TGUS-Obmann
Ing. Hans Pichler**
Tel.: +43 664 / 5360267

ATSV Salzburg – Sport in seiner Vielfalt

Im Jahr 1912 wurde der ATSV Salzburg der ASKÖ Salzburg unter dem Namen Allgemeiner Arbeiter-Turnverein gegründet.

Zehn Jahre später erfolgte dann die Umbenennung in Arbeiter-Turn- und Sportverein Salzburg. Nach dem Zweiten Weltkrieg kam mit den Sektionen Turnen, Tischtennis, Radfahren und Boxen ein Neubeginn. 1970 wurde der Vereinsname auf Amateur-Turn- und Sportverein Salzburg (ATSV) geändert, der bis heute so geblieben ist. Neben den Turngruppen in fast allen Stadtteilen entwickelten sich weitere Sektionen wie Schwimmen und Kanu. Die 70er- und 80er-Jahre wurden vor allem durch die Sektionen Faustball (Damen und Herren) und Handball (Damen) geprägt, die sich mit ihren Mannschaften erfolgreich in den jeweiligen Bundesligen etablierten.

Seit nunmehr 35 Jahren liegt die Heimstätte in der Josef-Brandstätter-Straße, gegenüber dem Sportzentrum Nord. Die 460 Mitglieder teilen sich in die Sektionen Badminton, Bogensport, Faustball, Fußball, Lauftreff, Kraftkammer, Tischtennis und Turnen auf.

Generalsanierung der Sportflächen

Im heurigen Jahr werden mit Unterstützung der Stadt und des Landes Salzburg die Außenanlagen des Panorama-Sportcenters general saniert, um im nächsten Frühjahr den Spielbetrieb für die mittlerweile in der 1. Landesliga spielenden Fußballer auf einer neuen Rasenfläche zu ermöglichen. Im Keller des Gebäudes befindet sich die Kraftkammer mit zwei Tischtennisplätzen samt Duschen und Sauna, welche allen Mitgliedern des Vereines zur Verfügung steht.

Ob Jung oder Alt, für alle Sportinteressierten hat der ATSV Salzburg in den Sektionen die Möglichkeit, den jeweiligen Sport zu probieren und bei Gefallen in einer netten Runde auszuüben. Auf ihrer Homepage findet man die Ansprechpartner, den Ort und die Trainingszeiten.

Nach dem Training bietet sich das in den letzten Jahren umgebaute Restaurant Panorama Caffè Brasserie mit Sonnenterrasse, Speis und Trank in einer angenehmen Atmosphäre an. Neben der Sportanlage befindet sich zurzeit das neue Fußballzentrum der Salzburg Ducks in der Bauphase.



BILDER: S/ATSV SALZBURG (3)



Kontakt und Information:

ATSV Salzburg

WWW.ATSV-SALZBURG.AT

Josef-Brandstätter-Straße 6

5020 Salzburg

Kinderschwimmen in der Schwimmunion

Die zahlreichen Gewässer in und um Salzburg machen Badeausflüge attraktiv und das Schwimmen zu einer wichtigen Kompetenz.



Kontakt – Kinderschwimmen:

**Schwimmunion
Generali Salzburg**

Tel.: +43 676 / 3134480
bzw. per E-Mail unter
folgender Adresse:
SCHWIMMUNION@SBG.AT

Was gibt es Schöneres, als bei sommerlichen Temperaturen ins kühle Nass zu springen? Kinderschwimmen hat sich in Salzburg zu einer bedeutenden Frühförderungsmaßnahme entwickelt, die nicht nur die Sicherheit der Kinder im Wasser gewährleistet, sondern auch eine lebenslange Fähigkeit vermittelt.

SPORTUNION-Vereine wie die Schwimmunion Generali Salzburg setzen mit speziellen Angeboten nicht nur auf das Lernen der richtigen Schwimmtechniken, sondern auch auf die Entwicklung von Wasserbewusstsein, Selbstvertrauen im Wasser und die Förderung eines gesunden, aktiven Lebensstils.

Schwimmen ist dabei mehr als nur das Erlernen einer Sportart. Es ist ein Weg, um Freude am Wasser zu finden, die Gesundheit zu fördern und im Falle von Interesse sogar den Pfad zum Leistungssport zu ebnet. Die Schwimmunion Generali Salzburg bietet eine umfassende und nachhaltige Herangehensweise

ans Schwimmen. Die Mission des Vereins ist, Kindern ab dem vierten Lebensjahr den Wassersport näherzubringen. Dabei stehen Spaß, Bewegung und eine gesunde Freizeitgestaltung im Vordergrund. Betont werden vor allem die Werte von Gemeinschaft, Freude, Gesundheit und sinnvoller Freizeitgestaltung.

Renew4Grow

20 Prozent der über 15-jährigen Frauen und Mädchen machen in Österreich unfreiwillige Erfahrung mit körperlicher und psychischer Gewalt. In einem Land, welches nicht von Krieg, Flucht oder Hungersnot gezeichnet ist. Trotzdem gibt es diese Gewalt, hinter verschlossenen Türen, nie erwähnt und nie erzählt.

Schülerinnen des Aufbaulehrganges der BFW Wörgl wollen deswegen ein Zeichen setzen. In Kooperation mit dem ASVÖ soll dafür mit der HBLA Ursprung, der HBLA Bruck an der Mur und dem Verein #starkGemacht in Vorarlberg am 21. Oktober 2023 zeitgleich in allen Bezirkshauptstädten der Bundesländer Tirol, Salzburg, Steiermark und Vorarlberg jeweils ein Baum unter der Schirmherrschaft einer österreichischen Sportlerin gepflanzt werden. Testimonial des Projektes ist Nicola Werdenigg, die als ehemalige Skirennläuferin 2017 die Aufarbeitung von Missbrauchsfällen im Skisport ins Rollen brachte.

Eine Holztafel, die den Grund der Bepflanzung wiedergibt, wird



Nicola Werdenigg mit Holztafel.

vor das Bäumchen gesetzt. Und dann soll es wachsen und hoffentlich ein stattlicher Baum werden.

Dieser Baum soll nicht nur ein kleiner Beitrag für die Umwelt unseres Landes sein, in erster Linie steht er insbesondere für die Frauen. Der Baum steht wie ein Fels in der Brandung, er steht gegen den Sturm und gegen das Unwetter und soll vor allem auch ein Symbol für das Aufbäumen von Frauen und Mädchen gegen Gewalt sein.

Die symbolische Wirkung dieses Projektes steht im absoluten Vordergrund und wird tatkräftig durch den ASVÖ sowie durch die unterschiedlichen Schulen in den vier Bundesländern unterstützt.

Minigolf in Bischofshofen hat Tradition

Bereits in den 1960er-Jahren wurde in Bischofshofen eine Minigolfanlage auf dem heutigen Standort errichtet. Ein Vorläuferverein des jetzigen ASKÖ-Clubs trug dort die ersten Turniere aus.

Nachdem sich dieser Verein Ende der 1970er-Jahre aufgelöst hatte, wurde erst 1983 ein neuer Verein – der jetzige ASKÖ-Minigolfverein Bischofshofen – von einigen engagierten jungen Leuten gegründet. Ende der 1980er-Jahre gab es die ersten sportlichen Erfolge. So wurden bereits die ersten Medaillen in der Landesliga errungen und so manche Trophäe kam von Pokalturnieren ins Clubheim. Beim Familienturnier können Kinder und Jugendliche sowie alle Interessierten gratis Minigolf spielen und es gibt Preise zu gewinnen. 1994 kam es dazu, dass viele starke Spieler:innen aus der Stadt Salzburg dem Minigolfclub Bischofshofen beitraten und in der höchsten Spielklasse Österreichs eine Mannschaft gestellt wurde. Seit dieser Zeit wurde acht Mal der österrei-



BILD: SN/ASKÖ MINIGOLFVEREIN BISCHOFSHOFEN

chische Meistertitel errungen. Bei der Teilnahme an der Champions League konnte drei Mal die Bronzemedaille erkämpft werden. Eine neue Ära für den Minigolfverein Bischofshofen begann 2000 und 2001. Die in die Jahre gekommene alte Minigolfanlage wurde durch eine den neuesten Standards entsprechende Anlage

ersetzt; diese wurde im Frühjahr 2001 mit Staatsmeisterschaften eröffnet. 2005, 2007 und 2010 fanden abermals österreichische Meisterschaften statt. Krönender Abschluss dieses Jahrzehnts war die Errichtung der Miniaturgolfanlage auf einem Teil des damaligen Adeje-Parks. Dies ermöglichte die Austragung von internatio-

nen Großbewerben. 2016 wurde der bis dahin größte Bewerb in der Vereinsgeschichte durchgeführt: die Jugendweltmeisterschaften. Mit der Durchführung des Jugendcups 2020 und der erneuten Ausrichtung von Staatsmeisterschaften 2022 etablierte sich der Verein als zuverlässiger Ausrichter von Großevents.

Kontakt und Informationen:

ASKÖ-Minigolfverein Bischofshofen

Eduard-Ellmauthaler-Straße 5
5500 Bischofshofen
Tel.: +43 664 / 3855 032
INFO@MINIGOLF-BISCHOFSHOFEN.AT

Ready to Compete?! Prävention und Rehabilitation im Nachwuchsleistungssport

Von 7. bis 8. November 2023 findet mit Unterstützung der drei Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION das 13. Internationale SSM Symposium zum Thema Nachwuchsleistungssport im Kultur- und Kongresshaus St. Johann im Pongau statt.

Die Frage nach der Möglichkeit von gesundem Nachwuchsleistungssport steht im Mittelpunkt dieser Tagung. Die Prävention von Verletzungen spielt eine entscheidende Rolle bei der Betreuung aufstrebender Sportler:innen. Um Rückschläge zu vermeiden, ist es notwendig, frühzeitig die geeigneten Maßnahmen zu ergreifen. Gleichzeitig kann durch eine umfassende physische und psychische Rehabilitation der Weg zur Genesung erleichtert werden, wodurch die jungen Talente optimal unterstützt werden. Internationale Expert:innen aus der Sportwissenschaft, Medizin, Psychologie und

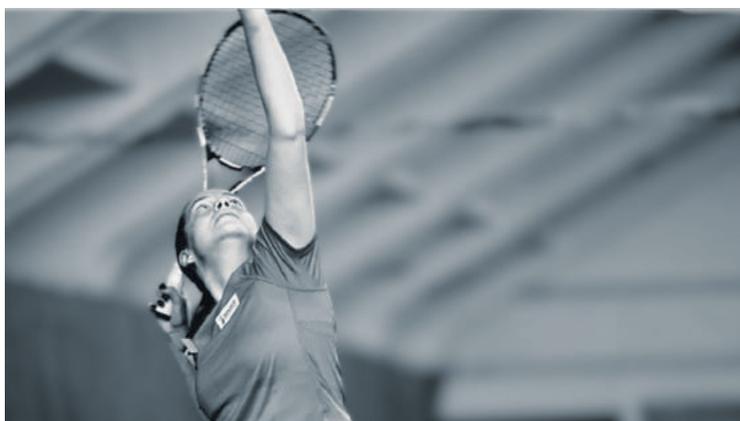


BILD: SN/SSM/MAISLINGER

Pädagogik vermitteln im Rahmen des Symposiums ihre Erkenntnisse und versuchen dabei einen möglichst großen wissenschaftli-

chen Handlungsbereich abzudecken. Die Referent:innen teilen ihre Coaching-Ansätze sowie interdisziplinären Einblicke in den

Leistungssport und bieten so eine umfassende Perspektive auf die Themen Prävention und Rehabilitation im Nachwuchssport.

Kontakt und Informationen:

SSM Symposium

7. bis 8. November
Kultur- & Kongresshaus am Dom, St. Johann im Pongau

Mehr Infos:

WWW.SSMSYMPOSIUM.AT

HERBST 2023

AUSBILDUNGSANGEBOTE & SPORTVERANSTALTUNGEN

Auf & Los!

Wir bringen
Salzburg in Bewegung



MINIGOLF-SCHNUPPERRUNDE



BILD: SN/PEXELS

Fr.–So., nach Anmeldung

Ort: Campingplatz, 5202 Neumarkt am Wallersee
Minigolfclub Neumarkt am Wallersee

Ein Sport, der für Jung und Alt gleichermaßen geeignet ist, ob als gemeinsame Freizeitgestaltung oder auch für ganz Ehrgeizige als nationale und internationale Turnierspielerinnen und -spieler. Der MGC Neumarkt am Wallersee bietet eine kostenlose Minigolf-Schnupper-runde ab 10 Jahren an. Mitzubringen sind viel Zeit und sportliche Kleidung. Die Schnupperrunde wird mit einem Clubmitglied gespielt, das zeigt, wie die verschiedenen Bahnen gespielt werden.

Infos und Anmeldung: **Hubert Zach, 0664/2329641, huza@gmx.at**

DART-SCHNUPPERTAG

nach telefonischer oder schriftlicher Anmeldung

Ort: Hallein
DC Dart ASKÖ Hallein

Der DC Dart ASKÖ Hallein bietet für Anfängerinnen und Anfänger, Fortgeschrittene sowie Expertinnen und Experten einen kostenlosen Schnuppertag an. Dieser ist ab 16 Jahren und soll einen Einblick in den Dartsport gewähren.

Infos und Anmeldung: **Petra Holzattner, 0676/5900509, dcdartpub@gmail.com**

42. HOPSI-HOPPER-SPIELFEST



BILD: SN/WILDFOTO

So., 17. 9., ab 13 Uhr

Ort: Spielwiese Hellbrunn (neben Kinderspielplatz)
ASKÖ-Landesverband Salzburg

Auf der großen Spielwiese neben dem Kinderspielplatz werden ab 13 Uhr über 20 Spielstationen und verschiedene Sportarten (American Football, Frisbee, Hopsi-Hopper-Kinderlauf, Basketball, Eis-

AKTIV DURCH DEN HERBST – KURS 1

jeweils montags, ab 18. 9., 8.30–9.30 Uhr,
10 Termine

Ort: Roittner-Turnhalle, Rupertgasse 11, 5020 Salzburg
ASVÖ Salzburg

Gemeinsam aktiv durch den Herbst für Menschen 50+! Mobilisierung, Kräftigung und Dehnungsübungen mit Inhalten des Antara-Rückentrainings und Yogaelementen.

Infos und Anmeldung:

Mag. Birgit Riener, 0660/6297900, birgit.riener@asvoe.at,
https://www.asvoe-sbg.at/projekte/nordic_walking_aktiv_im_herbst

AKTIV DURCH DEN HERBST – KURS 2

jeweils dienstags, ab 19. 9., 9–10.30 Uhr, 10 Termine

Ort: Preuschenpark Mitte, Spielplatz, Nähe Apothekehofstraße

Mit Nordic Walking durch den Herbst! Nordic Walking kombiniert mit Dehnungs- und Kräftigungsübungen in der wunderbaren Natur am Fuße des Gaisbergs in Aigen und Parsch.

Infos und Anmeldung:

Mag. Birgit Riener, 0660/6297900, birgit.riener@asvoe.at,
https://www.asvoe-sbg.at/projekte/nordic_walking_aktiv_im_herbst

SCHNUPPERKURSE TANZEN



BILD: SN/FLORIAN GSCHÄIDER

Di., 19. 9., Schnupperkurs Kids Dance, Elixhausen:
15 Uhr (6–8 Jahre) & 16.10 Uhr (ab 9 Jahren)

ab Mo., 25. 9., Schnupperkurse für alle

Interessierten: ab 25. 9., montags in Elixhausen:

17 Uhr: Individual Dance

18.30 Uhr: div. Kurse Anfänger & Fortgeschrittene

ab 26. 9., dienstags in Elixhausen:

15 Uhr: Kids Dance (6–8 Jahre)

16.10 Uhr: Kids Dance (ab 9 Jahren)

18.30 Uhr: div. Kurse Anfänger & Fortgeschrittene

ab 28. 9., donnerstags in Hallein:

18.30 Uhr: div. Kurse Anfänger & Fortgeschrittene

TC/TSC Stardance Elixhausen

Der TC/TSC Elixhausen & Hallein startet wieder sein Herbstprogramm

STREUSALZ – SPORT.MOBIL



BILD: SN/SPORTUNION

Mi., 20. 9., 14–18 Uhr, Hans-Donnenberg-Park

Fr., 29. 9., 10–16 Uhr, Insel Salzburg

Sa., 30. 9. & So., 1. 10., Kaigasse (Kaiviertel fest)

SPORTUNION Salzburg

Der mit Spielsachen und Sportgeräten beladene Bus tourt im Herbst durch die Salzburger Parks und ist an öffentlichen Plätzen anzutreffen. Kinder und Jugendliche können die verschiedenen Sportgeräte ausprobieren und kennenlernen.

BASISMODUL ÜBUNGSLEITUNG

Fr., 22. 9. bis So., 24. 9.

Ort: Sportzentrum Mitte

Ulrike-Gschwandner-Straße 6, 5020 Salzburg

SPORTUNION Salzburg

Das Basismodul ist der Grundstein und die Voraussetzung für jede Übungsleitungs-Ausbildung im organisierten Sport. In 21 Einheiten wird ein theoretischer Background aus den Bereichen Sportbiologie, Trainingslehre und Vermittlung von Bewegung und Sport nähergebracht. In der allgemeinen Sportpraxis wird die Verbindung von Theorie und Praxis hergestellt.

NOCKSTEINTROPHY



BILD: SN/MTR KOPPL

hockey, Schach, Mountainbike, Speed-Tennis, Volleyball u. v. m.) völlig kostenlos zum Ausprobieren angeboten. Weitere Attraktionen: Kletterberg, Hüpfburg, Bungee-Run und die Kreativ-Station (Malen, Schminken).

Infos: 0662/871623, office@askoe-salzburg.at, www.askoe-salzburg.at

ASKÖ-RÜCKENTRAINING NACH DEM ANTARA®-BEWEGUNGSKONZEPT



BILD: SN/ASKÖ SALZBURG

Fr., 13. 10., 14–20 Uhr & Sa., 14. 10., 9–17 Uhr Modul A (Körperhaltung, Fehlhaltung, -korrektur)
Fr., 17. 11., 14–20 Uhr & Sa., 18. 11., 9–17 Uhr Modul B (Core-Funktion, Dysfunktionen, Core Reprint)
Fr., 12. 1. 24, 14–20 Uhr & Sa., 13. 1. 24, 9–17 Uhr Modul C (Praxistage Group)

Ort: Gesundheitssportzentrum Gnigl, Dojo-Halle
Parscher Straße 4, 5023 Salzburg
ASKÖ-Landesverband Salzburg

Diese Weiterbildung ist für Personen mit Übungsleitungs- und Trainingsfunktion konzipiert und thematisiert die verschiedenen Rücken-Probleme. Das erworbene Wissen zu Körperhaltung, Statik, Fehlhaltungen und Fehlformen wird in die Praxis, ins Group-Training transferiert und intensiv geübt. Die Absolventinnen und Absolventen können für Kursteilnehmende adäquate Trainingsprogramme zusammenstellen, diese betreuen und korrigieren. Voraussetzung: Übungsleitungs- bzw. Kursleitungserfahrung im Gesundheits- und Fitnesport. € 470,— Mitglieder ASKÖ-Vereine, € 690,— Normalpreis
Inkludiert sind jeweils Kursgebühr, Kursunterlagen u. Abschlussbestätigung.

Infos und Anmeldung:
0662/871623, office@askoe-salzburg.at, www.askoe-salzburg.at

ÖSTERREICHISCHER BEWEGUNGS- UND SPORTKONGRESS

Fr., 20. 10. bis So., 22. 10.

Ort: Saalfelden

ASKÖ, ASVÖ & SPORTUNION

Der 17. Bewegungs- und Sportkongress für Übungsleiterinnen und Übungsleiter sowie Pädagoginnen und Pädagogen bietet ein breites Spektrum an Themen für die sportfachliche und bewegungspädagogische Betreuung im Verein, im Kindergarten und in der Schule. In praxisorientierten Arbeitskreisen werden vielfältige Anregungen zum Bewegen und Sporttreiben geboten und es wird der Austausch mit Fachleuten ermöglicht.

€ 99,— Übungsleiter & Übungsleiterinnen Qualitätssiegelangebot
€ 179,— Studierende, € 229,— Normalpreis

Anmeldung unter: www.fitsportaustria.at/go/kongress2023

Weitere Infos: Fit Sport Austria, 01/5047966, office@fitsportaustria.at

und freut sich auf viele Tanzbegeisterte von Kindern bis zu Seniorinnen und Senioren, von Anfängerinnen und Anfängern bis zu Fortgeschrittenen.

Infos und Anmeldung:

Christine Gschaider, 0660/3155470, christine.gschaider@sbg.at, www.stardance.at

GLASENBACHKLAMMLAUF



BILD: SN/SC ELSBETHEN

Sa., 23. 9.

Ort: Glasenbach
SC Elsbethen

Beim 17. Glasenbachklammlauf wartet auf die Sportlerinnen und Sportler eine ca. 5,2 km lange, kopierte Laufstrecke mit einer Höhendifferenz von ca. 110 m auf Asphalt und Schotter. Der Bewerb richtet sich an 14 Altersklassen von Bambini bis Seniorinnen und Senioren – und umfasst auch Nordic Walking. Der Skiclub Elsbethen freut sich wieder auf zahlreiche Teilnehmerinnen und wünscht allen viel Spaß beim Sporteln!

Infos und Anmeldung:

0664/3165132, <https://sports-app.at/sc-elsbethen/ammeldung/lauf>

WORKSHOP:

GROSSE & KLEINE SPIELE MIT KINDERN



BILD: SN/WILDBILD

So., 15. 10.

In diesem praxisorientierten Workshop wird ein vielseitiges Kindertraining anhand von großen und kleinen Spielen vorgestellt. Dabei wird vermittelt, wie Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit in lustigen Spielen verpackt werden können. Inhalte: Planung von Kinderstunden, Beobachtung von Kindern und individuelle Fördermöglichkeiten, die sich daraus ergeben, Materialangebot und Möglichkeiten des Einsatzes..

Infos: <https://partner.venuzle.at/asvoe-oesterreich/courses/463/>

Sa., 23. & So., 24. 9.

Ort: Nocksteinarena, Schlagstraße 17, 5321 Koppl
Union Mountainbike Club Koppl

Ein Wochenende voller Radfahren und Mountainbiken: Jede und jeder ist herzlich eingeladen, mitzumachen oder zuzusehen, was die Athletinnen und Athleten von der U7 bis hin zu den Erwachsenen alles mit ihren Mountainbikes anstellen können. Eines der Highlights ist der Pölzcup, bei dem bereits die Kleinsten starten.

BODY WORKOUT DAY

Sa., 30. 9., 9–15 Uhr

Ort: Volksschule Viehhausen, 5071 Wals-Siezenheim
SPORTUNION Salzburg

Am Body Workout Day geht es um das Thema „Jungbrunnen Muskulatur“. Was leisten starke Muskeln für den Körper neben dem Krafttaspekt? In zwei Stundenbildern werden die Muskeln auf verschiedene Weise beansprucht. Beide Stundenbilder werden anschließend detailliert besprochen und analysiert.

FORTBILDUNG: HALTUNGS- & BEWEGUNGS-ABC

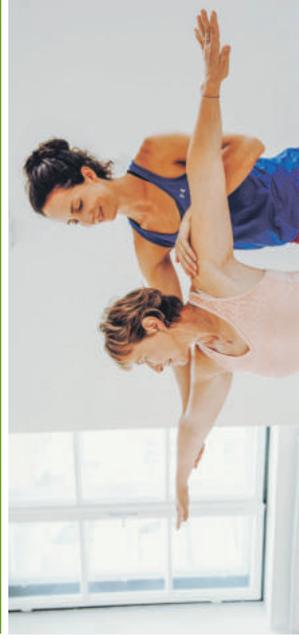


BILD: SN/SPORTUNION

Sa., 7. 10., 9–16.30 Uhr

Ort: Sportzentrum Mitte
Ulrike-Gschwandner-Straße 6, 5020 Salzburg
SPORTUNION Salzburg

Eine ergonomisch richtige Körperhaltung bringt Sportlerinnen und Sportlern bei jeder Trainingseinheit einen Vorteil. Dies bei den Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmern zu erkennen und sie mit kleinen Anleitungen auf- und auszurichten wird in dieser aktiven „Mitmach-Fortbildung“ vermittelt.

FORTBILDUNG: FITNESS- & GESUNDHEITSSPORT

Fr., 13. 10. bis So., 15. 10.

Ort: Sportzentrum Mitte, Ulrike-Gschwandner-Straße 6, 5020 Salzburg
SPORTUNION Salzburg

Dieser Kursteil ist nach einem absolvierten Übungsleitungs-Basismodul für die Umsetzung von Bewegungseinheiten im Bereich Fitness- und Gesundheitssport und zur Erlangung eines UL-Zertifikats erforderlich. Insgesamt werden in 25 Einheiten praktisch-methodische Übungen bzw. Praxisseinheiten von erfahrenen SPORTUNION-Referentinnen und -Referenten abgehalten.



gemeinsamer Termin
aller 3 Vereine

Angebote der einzelnen Vereine:
Alle Angaben ohne Gewähr. Irrtümer und Änderungen vorbehalten. Stand 8.9.2023

Neuer Rekord bei Mitgliedern

Ende 2022 hatten die 93 Mitgliedsvereine des Salzburger Tennisverbandes 14.535 Mitglieder, das ist ein Plus von 3,1 Prozent gegenüber dem Vorjahr und ein neuer Höchststand seit der Gründung.

Sowohl sportlich als auch bei Veranstaltungen und in der Weiterentwicklung der Infrastruktur war 2022 das Tennisland Salzburg von einer Vielzahl an Erfolgen und Aktivitäten geprägt. Neben steigenden Mitglieder- und Mannschaftszahlen gab es auch bei den Teambewerben eine neue Rekordbeteiligung. Insgesamt haben in der Hallen- und in der Freiluftsaison nicht weniger als 1054 Mannschaften teilgenommen, das ist ein Plus von 4,5 Prozent gegenüber dem Vorjahr. „Viele Vereine platzen aus allen Nähten. So erfreulich der derzeitige Boom ist, so große Anforderungen stellt er auch an die Infrastruktur“, erklärt Erich Mild, Geschäftsführer des Salzburger Tennisverbandes. „Der Investiti-

BILD: SVL PULLIRSCH



„Das Challenger in Salzburg hat sich hervorragend entwickelt.“

Erich Mild, Geschäftsführer Salzburger Tennisverband

onsbedarf in den Vereinen ist hoch. In den kommenden Jahren müssen viele Anlagen generalsaniert werden.“ Zusätzlich gibt es einen großen Mangel an Hallenplätzen. Während es 2004 im Bundesland Salzburg noch 118 Hallenplätze und 40 Tennisanlagen gab, waren es 2022 nur mehr 68 Hallenplätze und 25 Anlagen. Drei Viertel der Hallenplätze sind in Privateigentum – und stehen nicht immer (nur) fürs Tennisspielen zur Verfügung. „Auch die größten Hallen wie Anif oder Bergheim sind langfristig nicht abgesichert“, sagt Mild, der sich seit Jahren bemüht, ein Bewusstsein für das Problem zu schaffen. Ein aktuelles Beispiel ist Kösten-

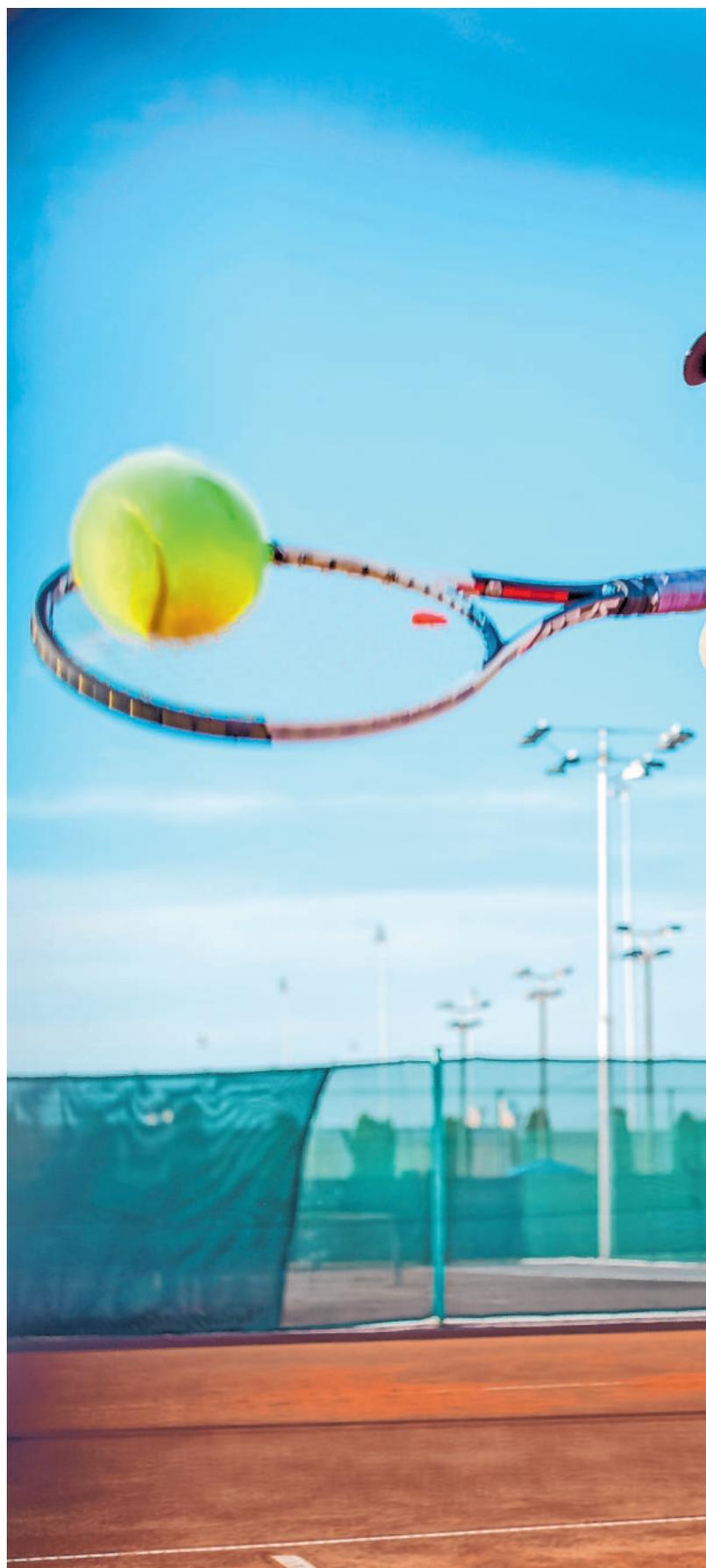
dorf, wo die Bemühungen für die Revitalisierung einer Vierplatzhalle bereits weit fortgeschritten sind. Ein anderes Problem: Die Sportstättenförderung betrifft nur Hallenplätze in öffentlichem oder Vereinseigentum. Mild ist daher viel mit Bürgermeistern und privaten Inhabern von Hallenplätzen in Kontakt, um eine Verbesserung zu erreichen.

Förderprogramm für Talente

Der Salzburger Tennisverband hat viel in den Breitensport investiert und hat die höchsten Zuwächse an Mitgliedern in Österreich. Auch die Coronapandemie konnte der Beliebtheit nichts anhaben. Im Gegenteil: Da Tennis nicht als Kontaktsport eingestuft wurde, entdeckten viele plötzlich die Sportart (wieder) für sich. Der Salzburger Tennisverband hat auch viel in den Leistungssport bei Jugendlichen investiert. „Das Jugendbudget ist stark gestiegen. Anlässlich der österreichischen Meisterschaften in Villach fand Mitte August ein einwöchiges Trainingscamp statt. Unsere Trainer fahren mit vielen Kindern auf Turniere, die in ganz Österreich ausgetragen werden. Das ist eine große Entlastung für die Eltern“, klärt Mild auf.

Unter Führung seines Bruders Gerald Mild, der früher als Tennisprofi aktiv war, hat der Salzburger Tennisverband ein spezielles Förderprogramm für 12- bis 14-Jährige entwickelt. Die Basis ist ein zusätzliches Training, das zwei Mal pro Woche stattfindet.

Das große Salzburger Aushängeschild bei den Erwachsenen ist sicherlich Lukas Neumayer, der sich mittlerweile unter den 250 besten Spielern der Welt befindet. Salzburgs beste Tennisdame ist Arabella Koller (Platz 700 bis 800 in der Weltrangliste).



im Salzburger Tennis



Das bekannteste Tennisturnier in Salzburg sind die Salzburg Open, die heuer wieder als ATP Challenger 125 auf der Anlage des 1. Salzburger Tennisclub über die Bühne gegangen sind. Erich Mild ist mit der Entwicklung des Events hochzufrieden: „Der Standort ist super, 1000 Zuschauer sind die ideale Größe. Für den österreichischen Spitzentennissport bietet das Turnier den passenden Rahmen.“ Mild betont die sehr gute Zusammenarbeit mit der Stadt und dem Land Salzburg, den politisch Verantwortlichen bescheinigt er „ein Herz fürs Tennis“. Bereits 2019 fand der Davis Cup in Salzburg statt, auch da habe alles bestens funktioniert, lobt Mild, der selbst seit über 50 Jahren als Meisterschaftsspieler im Tennis aktiv ist. In der Ausübung des Sports im hohen Alter sieht der Pongauer einen der großen Vorteile der Sportart. Welche gibt es noch? „Es macht viel Spaß und man ist im Sommer in der freien Natur. Teambewerbe laden dazu ein, Tennis mit Freunden zu spielen. Außerdem ist Tennis ein gerechter Sport, denn jeder hat dieselben Bedingungen.“

Angebote der Sportdachverbände

Die Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION bieten mit ihren Vereinen eine Vielzahl an Tennisangeboten an. In weiterer Folge finden Sie eine Auswahl:

ASKÖ

ESV ASKÖ Saalfelden

Offiziell war der ESV Saalfelden der dritte Tennisverein im Land Salzburg (nach STC 1911 und TC Zell am See 1928). Allerdings war anfangs nur ein Platz bespielbar. Erst in den nächsten Jahren wurde die Anzahl der Plätze auf drei erhöht. Der Tennissport erwies sich im Pinzgau als Riesenerfolg und obwohl sich in den 70er-Jahren bereits drei Vereine in Saalfelden angesiedelt hatten (ESV Saalfelden Sektion Tennis, 1. Saalfeldner Sportklub Sektion Tennis, HSV Saalfelden Sektion Tennis), waren drei Tennisplätze auf der

Anlage des ESV Saalfelden aufgrund der Nachfrage zu wenig. Daher wurden drei weitere Plätze errichtet.

Tennishalle Maxglan

In der Tennishalle in Maxglan befinden sich insgesamt drei Granulatplätze, welche das ganze Jahr über von Montag bis Freitag von 8 bis 23 Uhr und am Wochenende von 8 bis 22 Uhr bespielt werden können. Diese Plätze können online über das Buchungsprogramm Venuzle eigenständig gebucht werden. Außerdem werden zwei verschiedene Tennisabos zu einem vergünstigten Preis angeboten: ein Ganzjahresabo und ein Winterabo (Spielzeit vom 1. Oktober bis zum 30. April).

ETB-Tragfluthalle Gnigl

Damit auch in den kälteren Monaten die Außenplätze genutzt werden können, gibt es auf der ASKÖ-Sportanlage in Gnigl seit Herbst 2022 eine Tragfluthalle der European Tennis Base.

Die European Tennis Base, kurz ETB, konzentriert sich schwerpunktmäßig auf die Ausbildung und Förderung von talentierten jugendlichen Tennisspieler:innen, die durch eine intensive und fachlich fundierte Ausbildung erfolgreich an die Weltspitze herangeführt werden sollen. Ziel ist es, dass jede:r individuelle Spieler:in seine/ihre persönliche maximale Leistungsgrenze erreicht.

Die erste Herbst-/Wintersaison mit der neuen Tragfluthalle stellte eine große Umstellung im Betrieb der Anlage dar, da erstmals auch ein ganzjähriger Tennisbetrieb mit all seinen Begleiterscheinungen (Parkplätze, Reinigung etc.) bestand. Leider erforderte die Errichtung der temporären Tragfluthalle auch einige Umbauarbeiten im Umfeld (auch aufgrund baurechtlicher bzw. naturschutzrechtlicher Auflagen). Von Mai bis Oktober werden die Tennisfreiplätze durch den ASKÖ ESV Tennis Gnigl bespielt. ▶



BILD: SHADOBEE STOCK/PEMSTOCK



BILD: SHADOBEE STOCK/IRSHAAD M/PEOPLEIMAGES.COM

ASVÖ**Tennisclub
St. Johann im Pongau**

Die Anlage umfasst acht Sandplätze sowie ein zweistöckiges Clubhaus mit Umkleide- und Nebenräumen im Untergeschoß und dem Clubheim im Obergeschoß. Zudem gibt es eine vereinseigene Tennishalle in Wagrain, Trainings können mit dem vereinsinternen Trainer jederzeit vereinbart werden. 2022 wurde der TC St. Johann Meister der Bundesliga Herren 35.

Infos & Kontakt:

WWW.TC-STJOHANN.AT

1. STC Salzburg

Der Verein besteht seit 1911 und liegt im Herzen der Landeshauptstadt. Für die jüngsten Mitglieder gibt es vom Ferienprogramm bis zur professionellen Tennisschule und einem ausgearbeiteten Jugendkonzept viele Möglichkeiten, Tennisluft zu schnuppern. Seit 2022 werden die Salzburg Open auf der Anlage des 1. STC Salzburg ausgetragen. Auf der

Anlage steht 2024 eine Renovierung des Dachs der einzigen Sandplatzhalle Salzburgs an.

Infos & Kontakt:

WWW.SALZBURGER-TENNISCLUB.AT

Tennisclub Zell am See (TCZ)

Der Tennisclub Zell am See wurde im Jahr 1928 gegründet und zählt seither zu den mitgliederreichsten Vereinen des Bundeslandes Salzburg. Die Zeller gewannen 2023 den Landesmeistertitel der Herrenmannschaft 60+. Die Anlage besteht aus fünf Sandfreiplätzen und vier Hallengranulatplätzen.

Infos & Kontakt:

ZELLAMSEE.TENNISPLATZ.INFO

SPORTUNION**UTC St. Veit im Pongau**

Durch seine Allwetterplätze hat der Verein die Möglichkeit, eine doppelte Spielzeit von Anfang März bis Mitte November zu bieten, so können Mitglieder das Spielerlebnis bis zum Schluss auskosten. Im Sommer haben

Kinder zudem die Möglichkeit, bei den Mountain-Tennis-Camps mitzutrainieren und mit Spaß und Action ihre Spielfertigkeiten zu verbessern.

**Union Tennisclub
Sparkasse Radstadt**

Der Tennisclub Sparkasse Radstadt leistet hervorragende Jugendarbeit. Lukas Neumayer konnte sich so den Staatsmeistertitel 2023 der Herren holen. Durch einen starken Jugendfokus mit Tenniscamps im Sommer, Frühjahrskurs während der Schulzeit bis zu den Sommerferien und Intensivkursen werden Kinder und Jugendliche von Beginn an gefördert. Spaß und Begeisterung stehen natürlich im Mittelpunkt und ermöglichen ein spielerisches Erlernen der Techniken. Auch Erwachsene kommen auf ihre Kosten und können in Form von Anfängerkursen ihre Fertigkeiten verbessern.

Union Sportverein St. Georgen

Von Mai bis September gibt es bei der Sektion Tennis jeden Freitag

ein Kindertraining, in dem zwei Stunden lang intensiv und spielerisch geübt und trainiert wird. Im Sommer veranstaltet der Union-Sportverein St. Georgen außerdem zwei Intensivwochen, in denen Kinder ihre Fertigkeiten verbessern und mit viel Spaß und Begeisterung gegeneinander spielen.

Union Sportklub Maishofen

Neben dem jährlichen Spielbetrieb bietet die Sektion Tennis des Sportklubs Maishofen Kindertrainings im Sommer an, bei denen jeder herzlich willkommen ist! Auch bei den Kinderkursen von Anfang Mai bis September wird zahlreichen Kindern die Sportart nähergebracht. Der Spaß und die Freude am Spiel stehen dabei im Mittelpunkt. Durch ein eigenes Turnierformat – die sogenannte ROG-Liga – werden die etwas Größeren und Fortgeschrittenen gezielt auf den Meisterschaftsbetrieb vorbereitet.

Mehr Infos:

SPORTUNION.AT/SBG/VEREINE

„BE-GEISTERUNG – Beweg Dich und Dein Gehirn lacht“

Vor dem Hintergrund des demografischen Wandels nimmt gesundes Altern einen großen Stellenwert ein. Prävention von chronischen Beeinträchtigungen wird als der zentrale Ansatzpunkt für die zukünftige Gesundheit, Unabhängigkeit und Mobilität von älteren Menschen gesehen.

Zielsetzung des Projekts sind eine Sensibilisierung für Gehirngesundheit und Möglichkeiten im Umgang mit Menschen mit Vergesslichkeit/Demenz, eine Inklusion und Teilhabe im Frühstadium einer Demenz und neue aktivierende Bewegungsmaßnahmen für ein fittes Gehirn.

Der ASVÖ Salzburg möchte durch Einbindung seiner Sportvereine das Thema Demenz in den Fokus der „Welt des Sports“ rücken, um die Wichtigkeit von Bewegung für die Gehirngesundheit und Autonomie im Alter in den Fokus zu rücken.

Vorträge, Workshopreihen, aktivierende Bewegungsmaßnahmen von Sturzprophylaxe bis bewegungsorientiertes Gehirntraining werden im Laufe des zweijährigen Projekts angeboten. Ab

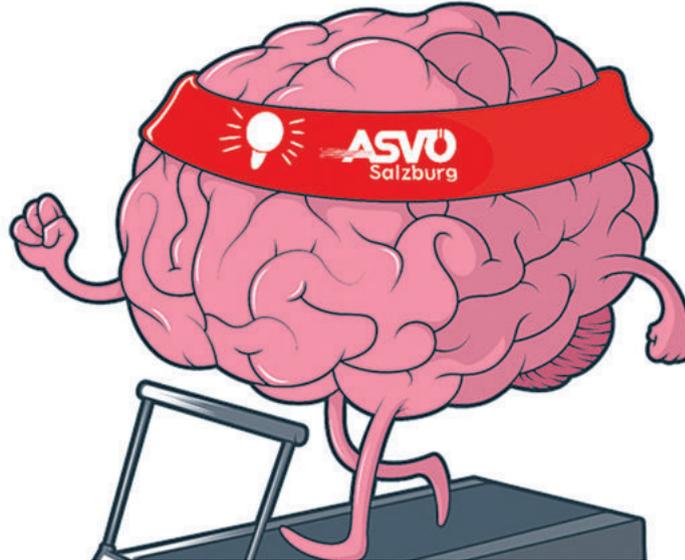


BILD: SN/ASVÖ

September starten Kurse zu Sturzprophylaxe und Gehirntraining in zwei Seniorenwohnhäusern.

Die Kooperationspartner:innen „Demenzfreundliche Stadt Salzburg“, Tagesbetreuung Diakonie

Salzburg, Seniorenwohnhäuser Itzling und Lieferung, Gedächtnistrainingsakademie, ÖGK, Bewohnerservicestellen der Stadt unterstützen das Projekt maßgeblich, denn in der Stadt Salzburg leben rund 3000 Menschen, die an einer Form der Demenz leiden. Mit ihren Angehörigen sind rund 10.000 Menschen betroffen. Schätzungen zufolge leben in Österreich derzeit zwischen 130.000 und 150.000 Menschen mit Demenz. Diese leben mitten unter uns und sind doch weitgehend ausgeschlossen aus dem gesellschaftlichen Leben. Dabei wirkt sich Bewegung auf Menschen mit Demenz positiv aus. Gefördert wird das Projekt durch den Fonds Gesundes Österreich, die Stadt Salzburg und das Bundesministerium für Sport.

Aktionstag „ÖGK bewegt“ powered by SPORTUNION

Die Österreichische Gesundheitskasse lädt gemeinsam mit der SPORTUNION zu einem Bewegungstag am 29. September 2023 ein.

Das Motto steht ganz unter dem Zeichen Bewegung und bietet mit dem vielseitigen Sportprogramm etwas für jedermann. Es besteht aus Schnupperkursen und Bewegungs-Workshops, sportlichen Showeinlagen, Infos zu Sportvereinsangeboten in Ihrer Nähe und Motivation und Bewegung mit TV-Vorturner Philipp Jelinek („Fit mit Philipp“). Außerdem haben Teilnehmer:innen die Möglichkeit, einen sportwissenschaftlichen Fitness-Check zu absolvieren. Gemessen werden Vitalwerte und Beweglichkeit sowie Gleichgewicht.

Im Bundesland Salzburg beteiligen sich am Programmangebot die SPORTUNION-Vereine Capoeira Sportunion, der Lieferinger SV und die DanceBase. Einen ganzen Nachmittag lang können sich Interessierte über das



BILD: SN/SPORTUNION

Vereinsangebot informieren und dabei natürlich auch selbst gleich bei verschiedenen Kursen mitmachen.

Zusätzlich zum Sportangebot gibt es ein Gewinnspiel, bei dem zahlreiche Sachpreise sowie ein großer Überraschungspreis verlost werden.

Eintritt frei!

29. September
13 bis 18 Uhr

ÖGK-Kundenservice Salzburg
Engelbert-Weiß-Weg 10
5020 Salzburg

Mehr Infos:

WWW.GESUNDHEITSKASSE.AT/BEWEGT

Voller Körpereinsatz: Rollerderby

Bereits seit 1940 füllt Rollerderby die Stadien. Diese ungewöhnliche Sportart stammt aus den USA und erlangte durch den Film „Roller Girl“ bei einem breiten Publikum Bekanntheit. Vor etwa 15 Jahren wurde in Europa das erste Team gegründet, weltweit gibt es mittlerweile 1500 Teams und fast alle sind Frauenteam. Seit gut sechs Jahren gibt es Rollerderby auch in Salzburg. Die Salzburg Knockouts der ASKÖ Salzburg sind eines von fünf Teams der österreichischen Liga.

Anfangs spielten sie zu fünft nach Ladenschluss auf den Parkplätzen von Supermärkten. Die Regeln der Sportart lernten sie mithilfe von Videos aus dem Internet. Beim Rollerderby fahren die Spieler:innen nicht nur im Kreis. Ziel des Spiels ist es, die gegnerische Mannschaft am Fortkommen zu hindern und sie zu überrunden.

Während des Matches haben alle ihren eigenen Namen. Damit verschaffen sie sich bei der gegnerischen Mannschaft Respekt. Damit jeder einmal zum Zug kommt, werden die fünf pro Mannschaft auch regelmäßig durchgewechselt. Rollerderby-Spieler:innen benötigen: Roll-



BILD: SIVANNA BOSCHNER

schuhe, Knie-, Ellbogen- und Handschützer sowie Helm und Mundschutz. Ohne Ausrüstung darf niemand mitmachen, das wäre zu gefährlich.

Aufgrund des komplexen Regelwerkes braucht es sieben Unparteiische und weitere Beobach-

ter:innen. Denn: „Auch wenn es zur Sache geht, ist es ein sauberer Sport“, erklärt Kathi Premm, Gründerin der Salzburg Knockouts.

Aufgrund dessen ist es auch ein sehr offener Sport; wer das Rempeln auf der Bahn nicht mag,

kann trotzdem als Unparteiische:r oder Beobachter:in Teil des Rollerderbys sein. Für jede und jeden findet sich eine Position.

Seit den Trainings auf Parkplätzen hat sich das Team vervierfacht. „Was erst nur ein Traum war, ist jetzt ein Verein mit 20 aktiven Skaterinnen“, sagt die 38-Jährige.

Kontakt und Information:

Salzburg Knockouts

Instagram:
sbgknockouts

SPORTUNION-Fahrtechniktraining in Hintersee

Die SPORTUNION Salzburg und der Union MTB Club Koppl unterstützen die fahrtechnische Ausbildung und haben in Zusammenarbeit mit DAS Hintersee ein gemeinsames Bike-Wochenende ins Leben gerufen.

Das E-Mountainbike hat in den letzten Jahren eine große Fangemeinde gewonnen. Im Salzkammergut gibt es zahlreiche Touren für alle, die auf zwei Rädern die Region erkunden wollen. Viele Touren ganz unterschiedlicher Schwierigkeitsstufen – einfach, mittel, schwer – hat die Gemeinde Hintersee zu bieten. Direkt vom Aktivhotel DAS Hintersee kann man den Wegweisern folgen und die Bergwelt erklimmen. DAS Hintersee bietet nicht nur einen eigenen KTM-E-Mountainbike-Verleih, sondern auch einen Shop für fehlendes Equipment. Für alle, die sich auf dem E-MTB noch etwas unsicher fühlen oder ihre Fähigkeiten verbessern möchten, bietet sich ein Fahrtechniktraining mit dem erfahrenen Mountainbike-Guide Franz



BILD: SPORTUNION

Termin: 6. bis 8. Oktober

Spezial-Leistungspaket: zwei Übernachtungen inkl. Schmankehl-Halbpension + Bike-Guide u. v. m. ab 325 Euro

Anmeldung unter: HOTEL@HINTERSEE.AT,
Tel.: +43 6224 / 8900-0, WWW.HINTERSEE.AT



BILD: SIVANNA BOSCHNER

Mayer vom Mountainbike Club Koppl an. Das Training findet auf dem eigenen Trainingsplatz statt, der nur zwei Minuten mit dem E-MTB vom Hotel entfernt ist. Als Mitglied der SPORTUNION Salzburg bekommt man zudem 10% Nachlass auf das KTM-E-Bike-Testzentrum und auf Übernachtungen im DAS Hintersee.

Club Aktiv Gesund – Zentrum für Fitness und Gesundheitsförderung

Ab 18. September startet der Club Aktiv Gesund, ein Verein des ASKÖ-Landesverbandes Salzburg, wieder mit den gesundheitsorientierten Bewegungsangeboten und Ernährungsvorträgen ins neue Herbstsemester.

Mehr als 1500 Kursteilnehmer:innen freuen sich auf ein abwechslungsreiches Kursprogramm. Aktuell werden 150 Bewegungskurse angeboten und sechs hauptberufliche sportwissenschaftliche Mitarbeiter:innen und über 50 Übungsleiter:innen sorgen für einen reibungslosen Ablauf und zufriedene Teilnehmer:innen. Von Anfang an mit dabei ist Geschäftsführer Oliver Jarau: „Wie wichtig unsere Tätigkeit in Sachen Prävention und Gesundheitsvorsorge ist, zeigen zahlreiche Studien, zum Beispiel der Sport Austria oder der Universität Wien. Das Ergebnis beweist, dass jeder Euro, der in Sport und

Bewegung investiert wird, mindestens doppelt so viel an Einsparungen im Gesundheitssystem bringt. Der Verein leistet somit einen wichtigen Beitrag zur Volksgesundheit.“

Umfangreiches Kursangebot

Das Kursangebot reicht dabei von den klassischen Fitnesskursen wie Rücken-Fit oder Pilates bis hin zu Eltern-Kind-Turnen oder Jumping-Fit, welches wöchentlich an den Standorten in der Stadt Salzburg, dem Flachgau, Pinzgau und Pongau angeboten wird. Ein weiteres wichtiges Standbein für den Verein sind die Zusammenarbeit und Vernet-

zung mit Betrieben und Gemeinden. Etwa die Hälfte der Kurse ist ausschließlich für die Betriebskooperationen reserviert. Neben den Fitnesskursen bietet der Verein auch maßgeschneiderte Gesundheitstage (Fitness-Checks und Workshops) in den Betrieben an. Neu im Programm sind Ernährungsvorträge und Ernährungsangebote.

Wichtige Partner des Club Aktiv Gesund sind neben der ASKÖ Salzburg-Stadt und Land Salzburg die Gesundheitskassen ÖGK, BVAEB, SVS, der Fonds Gesundes Österreich und die ARGE Betriebssport von AK/ÖGB Salzburg.



BILD: SHADORE STOCK/PHOTOPHREE.U

Club Aktiv Gesund

Zentrum für Fitness und Gesundheitsförderung
Gesundheitszentrum
Gnigl, Parscher Straße 4,
5023 Salzburg
Tel.: +43 662 / 45 11 24
INFO@CLUBAKTIVGESUND.AT
WWW.CLUBAKTIVGESUND.AT

SPORTUNION-Kids-Trail beim Trailrunning Festival

Von 20. bis 22. Oktober 2023 geht das bereits 12. Salzburger Trailrunning Festival über die Bühne und stellt damit erneut das Saisonfinale der Trailrunningsszene im deutschsprachigen Raum dar.

Neben der großen Auswahl an Bewerben bietet das Eventwochenende auch ein umfangreiches Rahmenprogramm: Livekonzert, Expo & Foodtrucks am Kapitelplatz, Trail Matinee mit Verleihung der Austria Trail Awards und Pasta-Party sowie tolle Stimmung.

Das Besondere am Salzburg Trailrunning Festival ist die einzigartige Kombination aus Citytrails und technisch-herausfordernden Singletrails, entsprechend dem Motto „Cityflair & Mountainair“. An diesem Wochenende kann die Mozartstadt Salzburg aus einer völlig neuen Perspektive erlebt werden.

Ein Highlight der Veranstaltung ist der Kindertrail presented by SPORTUNION. Bei diesem Lauf starten bereits die Jüngsten über unterschiedliche Distanzen.



BILD: SNI/LUKAS SCHRAMM

Dabei sind je nach Altersklasse verschiedene Streckenlängen zu bewältigen. Für die ganz Kleinen gibt es einen „Windeltrail“ über 120 Meter. Die kleine Runde für Kinder der Gruppe 1, 2 und 3 ist 320 Meter lang und 1 x, 2 x oder 3 x zu laufen. Die große Runde für Kinder der Gruppe 4 ist 670 Meter lang und 2 x zu laufen.

Die SPORTUNION

verlost zwei Plätze fürs
Trailrunning Festival!

Teilnehmen bis zum
26. September per E-Mail an
OFFICE@SPORTUNION-SBG.AT

Betreff: „SPORTUNION-
Trailrunning“

90 Jahre Skiklub Hallein

Erfolgsgeschichte eines besonderen ASVÖ-Vereins.

Am 14. Oktober 2023 feiert der Skiklub Schlotterer Hallein sein 90-jähriges Jubiläum und kann auf eine lange Erfolgsgeschichte zurückblicken. Am 9. September 1933 wurde im Hotel Bahnhof der Skiklub Hallein gegründet. Mit Ausnahme der Jahre 1940 bis 1947 (Auflösung durch die Reichsstatthalterei) wurde der Verein über 80 Jahre durchgehend geführt. Unter Ehrenobmann Sepp Leeb nahm besonders der nordische Skisport in Hallein in den 70er-Jahren einen stetigen Aufschwung, wobei auch Langlaufloipen in Hallein-Gamp errichtet und betrieben wurden.

Durch die enge Zusammenarbeit mit der Stadtgemeinde Hallein und den Salzbergbahnen konnten die Pisten und Abfahrten für die Skisportfreunde bestens adaptiert und ausgebaut werden. Dadurch stellten sich im alpinen Sektor zahlreiche Erfolge für den Skiklub ein. Staats- und Landesmeistertitel konnten eingefahren werden. Der Nachwuchs des Skiklubs gehört seit vielen Jahren zu den Besten im Land Salzburg. Es konnte bereits vier Mal die Gesamtwertung im Salzburger Land nach Hallein geholt werden.

Auch zwei große Namen im Skiweltcup konnte der Skiklub bereits hervorbringen: Mit Thomas Stangassinger, dem Olympiasieger von 1994 in Lillehammer und Gesamtweltcup Sieger im Slalom von 1999, sowie Anna Veith, Olympiasiegerin, dreifache Weltmeisterin und Gesamtsiegerin im Weltcup, hat der Klub zwei ganz große Aushängeschilder und Vorbilder.

Aufseiten der Trainer war mit FIS-Direktor Atle Skårdal, dem Super-G-Weltmeister von 1996 und 1997 sowie Kitzbühel-Sieger



BILDER: SKIKLUB SCHLOTTERER HALLEIN (3)

1990, eine herausragende Persönlichkeit im Verein als Trainer tätig. Mit diesem ausgezeichneten Trainer:innenteam inklusive vieler Jungtrainer:innen aus den eigenen Reihen und durch das große Engagement von Langzeitobmann Walter Alber ist der

Nachwuchs im Skiklub Hallein bestens versorgt. In langjähriger Partnerschaft stehen dem Klub zudem verlässliche Partner wie unter anderem das bekannte Unternehmen Schlotterer zur Seite.

Doch nicht nur der Skisport wird hier großgeschrieben: Auch

die Sektion Laufsport ist wichtiger Teil des Vereins geworden. Seit Jahren bietet der Skiklub ein Lauftraining in verschiedenen Leistungsgruppen – von Einsteigern bis zu Fortgeschrittenen – an, welche von erfahrenen Trainer:innen betreut werden. Der Salzkristalllauf ist zudem mittlerweile fixer Bestandteil im Laufkalender und zieht jedes Jahr zahlreiche Teilnehmer:innen aller Alterskategorien an.

Das oberste Ziel des Vereins ist es daher nach wie vor, Kindern und deren Eltern Sport in einem professionellen Umfeld möglich und leistbar zu machen. Hier stehen die Kinder im Vordergrund und man sieht die Leidenschaft, mit der im Skiklub Schlotterer Hallein der Sport gelebt wird.



Bewegte Stadt: Erfolgsprojekt baut Bewegungsangebote weiter aus

Vor drei Jahren hat das Sportteam der Stadt Salzburg gemeinsam mit dem Fitnessexperten Michael Mayrhofer das Projekt Bewegte Stadt ins Leben gerufen. Der hohe Anspruch: Die Stadt Salzburg soll zu einem riesigen Fitnesspark bzw. zu einem großen Spiel-, Sport- und Bewegungsplatz werden.



BILD: SNWILDBILD/DORIS WILD



BILD: SN/STADT SALZBURG/ALEXANDER KILLER

Die Bilanz der ersten drei Jahre Bewegte Stadt kann sich sehen lassen. Rund 8000 Teilnehmer:innen – im Alter zwischen 4 und 80 Jahren – haben an den 152 Workshops und 11 Veranstaltungen teilgenommen, dazu kommen noch rund 2500 Kinder aus dem Schwimmprojekt.

Das Projekt „Schulschwimmen – Alle Kinder lernen Schwimmen“

2019 wurde mit dem ambitionierten Ziel gestartet, dass jedes Kind in der Volksschule Schwimmen lernen soll. Seit Herbst 2021 haben bereits 2400 Kinder die Gratis-Schwimmkurse absolviert. Für 23/24 sind über 1300 Kinder angemeldet (ein neuer Höchstwert). Dieses Projekt ist einzigartig in Österreich.

Die neue Bewegte Stadt App

Ab sofort können die Sportangebote der Bewegten Stadt bequem am Smartphone aufgerufen werden. Die neue App gibt eine gute Übersicht über alle bevorstehenden Termine und

Sportangebote. Das Highlight: 12 verschiedene Laufrouen samt detaillierter Streckenbeschreibung und Schwierigkeitsgrad, die über das ganze Salzburger Stadtgebiet verteilt sind.

Ice Action Day

18 Schulklassen, rund 500 Schüler:innen, konnten die verschiedensten Eissportarten wie Eishockey, Eiskunlauf, Eisstockschießen betreut von den Profis der Vereine ausprobieren. Den Ice Action Day wird es auch im Winter 2024 wieder geben.

Sport Action Day

Beim zweiten Sport Action Day im Sportzentrum Nord nahmen 28 Schulklassen und 7 Kindergartengruppen (circa 1000 Teilnehmer:innen) teil, die 15 Sportarten ausprobieren konnten. Den 3. Sport Action Day wird es am Ende des Schuljahres 2023/2024 geben.

Bewegungsinselfund Calisthenics-Anlagen

Als ein kleines Leuchtturmprojekt

und für die bessere Sichtbarkeit der Bewegten Stadt wurden dabei spezielle „Bewegungsinself“ konzipiert. Aktuell gibt es im gesamten Stadtgebiet 9 Calisthenics-Anlagen und 6 Bewegungsinself als kleine „Fitnessstudios“ im Freien und Grünen. Im Rahmen eines Schulprojektes werden den Schüler:innen und dem Lehrpersonal unter Anleitung eines Trainers erste Übungen und Trainingsmöglichkeiten aufgezeigt. In der ersten Saison nahmen circa 40 Klassen und 900 Schüler:innen teil. Julia Zweimüller und Sabine Pichler vom Sportteam der Stadt Salzburg werden mit den Salzburger:innen Bewegungsvorschläge erarbeiten, damit alle Menschen – altersunabhängig – zu mehr Bewegung und Gesundheitsbewusstsein animiert werden.



Bewegte
Stadt

Das „Herbstprogramm“ der Bewegten Stadt

Pilates-Training, seit 6. September immer am Mittwoch von 17.30 bis 18.30 Uhr (Calisthenics-Anlage – Frohnburgweg)

„Laufend die Stadt entdecken“: Laufworkshops finden seit 7. September immer am Donnerstag von 18.30 bis 19.30 Uhr statt.

„Beachen und Baggern“ findet seit 13. September immer mittwochs von 15.30 bis 17.30 Uhr im SPZ Nord statt.

„Thaiboxen“, Kampfkunst als perfektes Work-out, findet ab 22. September immer freitags von 15 bis 16 Uhr statt (Bewegungsinself Hellbrunn).

Am **„Women's Day“** gibt es ein gendergerechtes, angepasstes und zielgerichtetes Muskel- und Straffungstraining. Immer Montag von 18.30 bis 19.30 Uhr (ab 2. Oktober 2023) bei der neuen Bewegungsinself neben dem Friedhof Aigen.

Expedition Gaisberg:

Heuer erstmals findet am Sonntag, 15. Oktober, der offene Wandertag auf den Salzburger Hausberg statt. Auf drei unterschiedlichen Routen erkunden Kids, aber auch Erwachsene den Gaisberg und feiern zusammen den „Gipfelsturm“ mit einem bunten Programm.

Basketball im SPZ Nord:

Auch erstmals gibt es offene Basketball-Schnuppertrainings. Jeden Dienstag von 16 bis 18 Uhr (ab: 7. November 2023).

Dein Partner FÜR BERGSPORT



ORTOVOX



...und
viele weitere
Top-
Marken!



Jetzt ausrüsten!

- ➔ Berg- und Wanderausrüstung
- ➔ Top-Beratung von Experten
 - ➔ Fahrräder und Radbekleidung
 - ➔ optimale Passform finden

© Salewa

Wir sind offizieller Ausrüstungspartner
der Salzburger Bergrettung



DEIN BERG & BIKESPORT SPEZIALIST IM SALZBURGER LAND



Wir freuen uns auf Deinen Besuch!



TOP
BERATUNG



TOP
MARKEN

P

DIREKT
VOR DER TÜR

iko Europe GmbH
Wiener Bundesstraße 75
5300 Hallwang
Tel. +43 (0)662 660663-0
Mo-Fr 9.00 - 18.30 Uhr
Sa 9.00 - 17.00 Uhr
iko-sport.com

