



Selbstverteidigung lernen



BILD: SHUTTERSTOCK/STOCKEIGEN

Selbstverteidigung gewinnt zunehmend an Bedeutung

Das Erlernen von körperlichen Abwehrtechniken und die Stärkung des Selbstbewusstseins machen Spaß. In den Sportvereinen der Dachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION lernt man das Rüstzeug dafür. **Seiten 3–5**

Sportvereine als sicherer Hafen für Kinder und Frauen

Sportvereine sollen auch immer ein Ort sein, an dem sich Sportelnde und Funktionär:innen sicher fühlen. Im Bundesland Salzburg wird viel dafür getan, um diese Sicherheit in ausreichendem Maß zu gewährleisten. **Seiten 10–11**

Circusschule MOTA feiert 10-Jahr-Jubiläum

Das CircusTrainingsCentrum (CTC) gilt als eine der bedeutenden Trainingsstätten für Circuskunst in Europa. Der ASVÖ-Verein ist sehr bemüht, auch Kinder und Jugendliche für die Circuskunst zu begeistern. **Seite 13**

REGIONALSPORT EXTRA.

Jeden Montag in Ihren „Salzburger Nachrichten“
und täglich online unter
SN.at/regional sport



Mit Unterstützung von



Salzburger Nachrichten

WENN SIE MEHR WISSEN WOLLEN

Kampfkunst in Vollendung



BILD: SHUTTERSTOCK/DELICIO FERNANDES/PEOPLEIMAGES.COM

Das Thema Selbstverteidigung gewinnt in unserer Gesellschaft immer mehr an Bedeutung. In den Kampfsportvereinen der Sportdachverbände werden Groß und Klein bestens darauf vorbereitet.

Gewalt ist niemals eine Lösung! Und dennoch zeigen auch Statistiken, dass die Notwendigkeit, sich auch im Alltag entsprechend verteidigen zu können, wichtiger denn je ist. Selbstbewusstsein, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung – all das lernt man am besten in den Kampfsportvereinen der drei Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION. Neben Karate, Judo, Jiu Jitsu oder Taekwondo, um nur einige zu nennen, zählen verschiedene Boxsportarten zu den beliebtesten Kampfsportarten – oberstes Gebot ist dabei immer die Selbstverteidigung!

Kampfsport stärkt den Menschen nicht nur physisch, sondern auch psychisch. Neben der körperlichen Fitness, die durch das Ganzkörpertraining aufge-

baut wird, wird Stress abgebaut und das Selbstbewusstsein gezielt gestärkt. Gleichzeitig werden Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer geschult. Kampfsporttraining verfügt aber noch über zahlreiche weitere Vorteile: Zum einen fördern Kampfsportarten den Teamgeist und verbessern Kondition bzw. Beweglichkeit, zum anderen stärkt das Training das Herz und innere Organe. All das wirkt sich positiv auf das Immunsystem aus und die Anfälligkeit für Infektionskrankheiten sinkt.

Hervorragende Lebensschule

Der Kampfsport ist weit mehr als nur eine physische Aktivität oder eine Form der Selbstverteidigung. Er ist eine Schule der Disziplin und Selbstbeherrschung, die

tiefgreifende positive Veränderungen im Leben von Menschen bewirken kann. Da Kampfsportschülerinnen und Kampfsportschüler im Training und im Wettkampf sehr gefordert werden, kommt gesunder Ernährung, ausreichend Schlaf und der Vermeidung schädlicher Verhaltensweisen wie Rauchen oder übermäßigem Alkoholkonsum eine vielleicht noch entscheidendere Rolle zu als bei anderen Sportarten. Auch die emotionale Kontrolle ist wichtig: Starke Emotionen wie Wut oder Angst, die auftreten können, müssen erfolgreich verarbeitet und in positive Energie umgemünzt werden. Auch die Bedeutung des Respekts gegenüber Trainern und Kontrahenten kann man im Kampfsport nicht hoch genug einschätzen.

Ein respektvoller Umgang kann dabei auch im Alltag von unschätzbarem Wert sein.

Gute Technik als Basis

Die Entwicklung von Fähigkeiten im Kampfsport setzt Geduld, Hartnäckigkeit und Ausdauer voraus. Rückschläge und Niederlagen gehören ebenso dazu wie Siege. Das bestätigt auch die Salzburgerin Alisa Buchinger, Ex-Karate-Weltmeisterin und Bundestrainerin Kumite U16/U18: „Am Anfang steht nicht gleich das Kämpfen im Vordergrund. Zualererst muss man die Technik und Abwehrübungen erlernen. Das kann am Anfang etwas mühsam sein, eine saubere Technik ist aber die Basis für die erfolgreiche Ausübung von Karate“, sagt Buchinger, die mit fünf Jahren ▶



BILD: SNWARMIN MÖSINGER



BILD: SNWADOBÉ STOCK/USANPETKOVICI



BILD: SN/BOXCLUB ASKÖ HALLEIN



BILD: SN/SELBSTVERTEIDIGUNG JIU JITSU SALZBURG



BILD: SN/KARATE AUSTRIA

über den Verein Karate Union Shotokan Salzburg zum Karate kam. Bei Karate geht es vor allem um Schlag-, Stoß-, Tritt- und Block- sowie Fußfegetechniken. Buchinger selbst eiferte laut eigener Aussage als Kind den Teenage Mutant Ninja Turtles aus der gleichnamigen Comicserie nach. Für sie und ihre Eltern war Karate die perfekte Sportart, um ihrer Hyperaktivität beizukommen.

Buchinger beteiligt sich auch an einem Projekt in Indien, das jungen Frauen und Mädchen mehr Selbstvertrauen in der Gesellschaft geben soll. Ziel war und ist es, Mädchen aus der untersten indischen Kaste präventiv auf gewaltsame Übergriffe vorzubereiten. Die wöchentlichen Selbstverteidigungskurse leiten professionelle indische Karatelehrer. Buchinger war bereits drei Mal in Indien und ist seit 2015 Patin des Projekts. „Das Schönste ist, das Lächeln der Kinder zu sehen. Das macht etwas mit einem, man bekommt enorm viel zurück.“

Ihre Aufgabe als Nachwuchs-Bundestrainerin legt sie mit viel Elan an. „In Salzburg haben wir eine kleine, aber feine Truppe. Im gesamten Bundesland gibt es ei-

BILD: SN/SPORT AUSTRIA/GEPA



„Beim Karate lernt man vor allem auch viel für sich selbst.“

Alisa Buchinger, Ex-Karateka und Bundestrainerin Kumite U16/U18

nige sehr gute Karatevereine. Leider haben wir durch Corona ein paar Kinder verloren, aber ich bin guter Dinge, dass wir in den nächsten Jahren viele Erfolge feiern können.“

Die ersten zählbaren Erfolge haben sich zuletzt bereits eingestellt: Unter ihrem Kommando holten der Vorarlberger Pascal Platasa (U16) Silber und der Salzburger Armin Selimovic (U18/Karate Union Walserfeld) Bronze. Auch den Salzburgerinnen Emma Schütze, die im Herbst 2023 mit Top-Platzierungen für Aufsehen sorgte, und Ceylin Cetin traut sie in den kommenden Jahren einiges zu. Dass sie selbst vor nicht allzu langer Zeit noch aktiv gewesen sei, helfe ihr bei ihren täglichen Aufgaben. „Die Kinder haben ein Vertrauen zu mir, die Jugend braucht eine Sicherheit. Mittlerweile habe ich als Trainee-

rin doch schon eine gewisse Erfahrung“, sagt Buchinger.

Doch nicht nur die Coronapandemie, auch die Nichtaufnahme von Karate ins Programm der Olympischen Sommerspiele 2028 stellt die Sportart vor Herausforderungen: „Durch das Wegfallen der Förderungen muss man zusätzlich arbeiten oder studieren gehen, aber nicht jedes Vollzeitstudium lässt sich mit dem Profisport vereinbaren“, weiß Buchinger.

Boxtrainer bringt Jugendliche von der Straße in den Ring

Früher war Tarik Asil Raucher – aber dann beschloss er, etwas für seine Gesundheit zu tun und sich im Sport zu engagieren. „Ich wollte für andere und vor allem für Jugendliche ein Vorbild sein“, erzählt Asil. Und so hat es sich der Obmann und Trainer des Boxclubs ASKÖ Hallein zur Aufgabe gemacht, die Kinder von der Straße in den Sport zu bringen und ihnen zu zeigen, dass Boxen keine Sportart ist, die auf den Straßen ausgeübt werden soll. Ganz im Gegenteil, die Kinder lernen sich von Auseinandersetzungen und Schlägereien fernzu-

halten, sich nicht einzumischen und die Konfrontation zu meiden. Doch für den Ernstfall rüstet er seine Schützlinge mit Selbstverteidigungstechniken, um sich gegen Angreifer wehren zu können, und lehrt sie Gefahrensituationen zu erkennen. Speziell Kinder sind ohne Übung oft nicht in der Lage sich zu wehren und Gefahren schutzlos ausgesetzt. Sie sollten früh für das Thema Selbstverteidigung sensibilisiert werden und ihre Möglichkeiten zur Selbstverteidigung kennen.

Beim Training mit Asil wird nicht zwischen Mädchen und Burschen unterschieden. Sie trainieren miteinander und kämpfen gegeneinander. Aktuell sind acht Mädchen im Boxclub ASKÖ Hallein. Zu Tariks Trainingsinhalten zählen unter anderem Schlagübungen, Schattenboxen, Sparring, Partnerübungen und Box-



BILD: SN/PRIVAT

„Der Boxsport in Salzburg ist eindeutig im Aufwind.“

Tarik Asil, Obmann und Trainer des Boxclubs ASKÖ Hallein



BILD: SNAODOBE STOCKPHOTO/CREO BEDNAREK



BILD: SNAODOBE STOCK/ANTONIODIAZ

kämpfe. Das Training fördert viele bei der Selbstverteidigung nützliche Eigenschaften wie zum Beispiel ein gutes Deckungs- und Meidverhalten und flexible und schnelle Schrittarbeit. Falls sich eine kritische Situation einmal nicht vermeiden lässt, sind die Kinder bestens darauf vorbereitet, für sich und ihre Mitmenschen einzustehen und sich zu verteidigen. Auch auf ordentliche Umgangsformen wie Grüßen wird Wert gelegt.

2023 hat Asil, der die gute Zusammenarbeit mit Halleins Bürgermeister Alexander Stangasinger und Sportstadtrat Josef Sailer sowie ASKÖ-Salzburg-Präsident Max Maurer hervorhebt, insgesamt 40 Schulklassen besucht. „Wir arbeiten viel mit Schulen und Jugendlichen. Egal welche Altersklasse – alle sind willkommen“, sagt Asil, der den Verein als eine große Familie mit vielen unterschiedlichen Nationalitäten beschreibt. Da neben dem Boxen auch Ausdauer-, Zirkel- und Laufseinheiten zum Training gehören, kämen auch mehr und mehr Fußballvereine auf ihn zu. Was zeichnet denn seiner Meinung nach einen guten Boxer

aus? „Disziplin und Charakter sind entscheidend. Und das Boxen sollte immer im Ring bleiben und nicht aktiv auf der Straße angewendet werden“, erklärt Asil, der das Boxen in Salzburg im Aufwind sieht. Dazu trage auch eine Großveranstaltung bei, die er alljährlich organisiert – und die für eine volle Halle sorgt!

Jiu Jitsu: Die Kunst der Selbstverteidigung

Jiu Jitsu ist eine von den japanischen Samurai stammende Kampfkunst der waffenlosen Selbstverteidigung. Sie vermittelt Techniken zur Selbstverteidigung, stärkt die körperliche Fitness und fördert mentale Stärke. Ziel ist es, einen Angreifer – ungeachtet dessen, ob er bewaffnet ist oder nicht – möglichst effizient unschädlich zu machen. Dies kann durch Schlag-, Tritt-, Stoß-, Wurf-, Hebel- und Würgetechniken geschehen. Einerseits wird die traditionelle japanische Variante angeboten, die weniger Kampfsportart, sondern vielmehr Kampfkunst ist, andererseits auch (neu) Brazilian Jiu Jitsu. Dies ist eine Kombination aus Judo und Jiu Jitsu, die in Brasilien

Ansprechpartner:innen der Sportdachverbände

ASKÖ

Boxclub ASKÖ Hallein

Tarik Asil

Tel.: +43 676 / 560 22 54

ASIL-66-66@HOTMAIL.COM

WWW.INSTAGRAM.COM/

BOXCLUB_HALLEIN

Selbstverteidigung

Jiu Jitsu Salzburg

Barbara Mair

OFFICE@SJS.AT

SJS.AT

ASVÖ

Der Polizeisportverein Salzburg bietet neben vielen weiteren Sektionen auch Jiu Jitsu und Selbstverteidigung an. Jiu Jitsu ist eine alte japanische Kampfkunst, die eine breite Palette von Techniken für den Nahkampf und die Selbstverteidigung umfasst. Es stärkt die körperliche Fitness und fördert mentale Stärke. Kindertrainings

im Alter von 8 bis 14 Jahren finden mittwochs statt, Trainings für Erwachsene am Montag, Mittwoch und Freitag. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

PSV Jiu Jitsu

Obmann Georg Erber

Tel.: +43 650 / 761 09 38

SPORTUNION

Aikido, Boxen, Bujinkan, historische Kampfkünste, Karate, Kendo, Kickboxen, Kung Fu, Taekwondo, Wing Chun u. v. m.: Die SPORTUNION beheimatet 52 Kampfsportvereine im Bundesland Salzburg.

Sportvereinsuche:

SPORTUNION.AT/SBG/VEREINE

Karate Union

Shotokan Salzburg

Alisa Buchinger

Tel.: +43 664 / 7503 9351

weiterentwickelt und perfektioniert wurde (Fokus auf den Bodenkampf).

Beim ASVÖ-Verein PSV Jiu Jitsu liegt der Schwerpunkt nicht auf Wettkämpfen, sondern auf der traditionellen Kampfkunst mit dem Hauptaugenmerk auf der Selbstverteidigung. Aber auch der Spaß und die körperliche Weiterentwicklung haben ei-



BILD: SNAODOBE

„Die Kinder fühlen sich in ihrer eigenen Gruppe besonders wohl.“

Georg Erber, Obmann PSV Jiu Jitsu

nen großen Stellenwert. „Bei uns ist jeder herzlich beim Schnuppertraining willkommen“, sagt Obmann Georg Erber, der seit 25 Jahren Selbstverteidigung und Jiu Jitsu lehrt. Seine sportlichen Wurzeln liegen im Judo. Sein Nefee Elias holt sich von ihm immer wieder Trainings- und Technikinspirationen. Er konnte 2023 bei den MMA-Weltmeisterschaften (Mixed-Martial-Arts) in Albanien den Titel im Federgewicht (65,8 Kilogramm) holen.

Bei einem Jiu-Jitsu-Training wird zuerst locker aufgewärmt, danach stehen Schnellkraft-, Koordinations- und Kraftübungen im Mittelpunkt. „Es gibt drei beachtenswerte Punkte: Wie schütze ich mich? Wie nutze ich die Energie des Angreifers für einen Gegenangriff? Wie finalisiere ich? Wir nennen das primäre, sekundäre und tertiäre Phasen“, führt Erber, der auch Polizisten trainiert, aus. Neben einem Kindertraining für 8- bis 14-Jährige werden Trainings für Erwachsene angeboten. Frauen und Männer trainieren zusammen, die Altersstruktur reicht von 14 Jahren bis über 60 Jahre. Das Training dauert circa 1,5 Stunden. Daneben werden auch noch Eintagesintensivseminare angeboten. „Selbstverteidigung passiert zu 95 Prozent dadurch, gut mit dem eigenen Stress umgehen zu können – man muss handlungsfäh bleiben. Und zu 5 Prozent über Technik“, sagt Erber. Deshalb werden Stresssituationen erzeugt, die die Teilnehmenden lösen müssen. Das Training mit Waffen zählt auch zur Selbstverteidigung, nimmt aber nur einen kleinen Teil des Trainings ein.

Erfolgreicher Saisonstart am ASKÖ-Heuberg-Mountainbike-Trail

Nach der Eröffnung des ersten legalen Mountainbike-Trails in Salzburg, des ASKÖ-Heuberg-Trails, konnten die Mountainbike-Enthusiasten knapp sechs Monate lang ohne Bedenken oder Strafen am Heuberg abfahren. In der Zeit von April bis November 2023 wurden durch ein Zählsystem rund 13.000 Fahrten registriert. Pro Tag entspricht das circa 50 Fahrten. Mit anderen Worten, der Trail wurde mehr als positiv von den Salzburger Mountainbiker:innen angenommen.



BILD: SN/ASKÖ SALZBURG

Der natürliche Singletrail wurde von der ASKÖ Salzburg in Kooperation mit dem MTB-Verein Linz und mit MTB Salzburg – der Verein errichtet. Als Hauptsponsor stellte GasGas auch eigene E-Bikes zur Verfügung. Durch die ASKÖ wurde eine Gruppe engagierter und erfahrener Instandhalter, der sogenannten Shapecrew, ins Leben gerufen. Diese kümmert sich laufend um Reparaturen, Auskehrungen und um die Verbauung der manchmal auftretenden, nicht freigegebenen Abkürzungen abseits des Trails. Die achtköpfige Shapecrew besteht zum Großteil aus

Mitgliedern des ASKÖ-Vereins MTB Salzburg.

Am 1. Dezember 2023 fiel der Trail in den Winterschlaf. Diese klar geregelten Nutzungszeiten und Sperren dienen den Grundbesitzern dazu, Forstarbeiten durchzuführen und dem Wild Ruhezeiten zu bieten. Diese wurden im letzten Jahr zum Großteil von den Nutzer:innen eingehalten. Nur ungefähr vier Prozent führen außerhalb der Öffnungszeiten. Da die Einhaltung der Nutzungsregeln so gut funktioniert, sind das Gesprächsklima und die allgemeine Stimmung zwischen den unterschiedlichen

Gruppen (Grundbesitzer, Förster, Jäger, Wanderer und Biker) viel entspannter. Seit 1. März 2024 sind wieder Mountainbiker:innen am Trail anzutreffen. Sofern das Wetter es zulässt, steht der Trail sieben Tage die Woche ab eine Stunde nach Sonnenaufgang bis eine Stunde vor Sonnenuntergang gratis der Bevölkerung zur Verfügung.

Für das neue Jahr ist am Heuberg am 7. Juni 2024 ein „Zsommram-Tog“ geplant, der von der ASKÖ Salzburg gemeinsam mit MTB Salzburg – der Verein organisiert wird. An diesem Tag widmen sich Freiwillige auf den

Haupttrouten zum Trail und vom Trail weg der Müllsammlung. Auch der Trail selbst wird abgegangen, jeglicher Müll eingesammelt, getrennt und entsorgt. Jede und jeder ist herzlich eingeladen, an diesem Tag mitzuhelfen und der Natur etwas Gutes zu tun.

Infos & Kontakt

ASKÖ Salzburg

Mag. Raimund Niedereder

Tel.: +43 662 / 871 623-14

NIEDEREDER@

ASKOE-SALZBURG.AT

SPORTUNION-Trendsporttage sorgen für Action

Kurz vor den Sommerferien finden die Trendsporttage der SPORTUNION statt. Dabei haben zahlreiche Kinder und Jugendliche die Möglichkeit, coole neue Sportarten auszuprobieren.

UGOTCHI Actionday

Die SPORTUNION Salzburg lädt im Rahmen des Projekts „Kinder gesund bewegen 2.0“ gemeinsam mit ihren Vereinen wieder zum UGOTCHI Actionday für Volksschulkinder ein. Am 2. Juli erwartet über 350 Kinder ein spannender Vormittag voll actionreicher Sportarten.

Das Angebot umfasst unter anderem Basketball, Ultimate Frisbee, Airtrack und vieles mehr. Der bewegte Vormittag steht ganz unter dem Motto „Ausprobieren, austoben und Spaß haben“. Anmeldungen sind ab Mitte April möglich.



BILD: SN/SPORTUNION/MARC SCHWARZ

UNIQA Trendsportfestival in Kooperation mit SPORTUNION

Am 3. Juli 2024 findet das große Trendsportfestival im Sportzentrum Mitte statt. Über 600 Kin-

der und Jugendliche aus Salzburgs Schulen im Alter von 11 bis 15 Jahren haben die Möglichkeit, Trendsportarten auszuprobieren. Neben Quidditch, Beachvol-

leyball, Rhönrad und Capoeira stehen noch viele weitere Sportarten auf dem Programm. So können sich die Jugendlichen vor den Sommerferien noch einmal rich-

tig auspowern. Betreut werden die Schülerinnen und Schüler an den verschiedenen Stationen von Trainerinnen und Trainern der SPORTUNION und von den Vitalcoaches der UNIQA.

„Durch die Trendsporttage lernen Kinder und Jugendliche die neuesten Trends und Möglichkeiten in unseren Sportvereinen kennen. So wollen wir möglichst früh viele junge Leute für den Vereinssport begeistern. Damit legen wir den Grundstein für eine aktivere und gesündere Zukunft“, erklärt Michaela Bartel, Präsidentin der SPORTUNION Salzburg.

**Interessierte Schulen
melden sich unter:**

OFFICE@SPORTUNION-SBG.AT

Bewegter Sportnachmittag des ASVÖ Salzburg

Die Trainings finden ab 10. April immer mittwochs im Sportzentrum Nord statt.

In Kooperation mit der Bewegten Stadt findet das Erfolgsprojekt „Bewegter Sportnachmittag“ in diesem Frühjahr seine Fortsetzung. Zehn Wochen lang können Kinder von acht bis zwölf Jahren, in der Zeit von 15 bis 17 Uhr im Sportzentrum Nord an einem abwechslungsreichen Training mit bestens ausgebildeten Bewegungscoaches des ASVÖ Salzburg teilnehmen. Start ist Mittwoch, der 10. April 2024. Das Training findet bei jedem Wetter und je nach Schwerpunkt indoor oder outdoor statt.

Ein wöchentlich polysportives Bewegungsangebot soll Kinder und Jugendliche ohne Mitgliedschaft in einem Verein zu mehr Bewegung und Sport motivieren. Fixe Bewegungsstationen werden unter Anleitung der Bewegungscoaches an jedem bewegten Sportnachmittag die



BILD: SN/STADT SALZBURG/ROCCO ESCABOSA

Möglichkeit bieten, Ballspiele auszuprobieren, zu turnen oder die Koordination zu verbessern. Durch wechselnde Themenschwerpunkte der ASVÖ-Salzburg-Vereine werden den Kindern zudem verschiedene Sportarten vorgestellt und zum Ausprobieren angeboten.

Einzigartig an diesem Projekt ist zudem, dass neben dem Kindertraining auch für ein Programm für Begleitpersonen gesorgt ist. Eltern, die ihre Kinder zum Training bringen, haben zugleich die Möglichkeit, an eigenen Kursen wie beispielsweise Pilates, Yoga, Lauftrainings etc. teilzunehmen.

Das gesamte Programm ist für Kinder und Eltern völlig gratis. Jetzt Fixplatz sichern unter:

UAWG.ONLINE/ASVOESBG/

BEWEGTER-SPORTNACHMITTAG-2024

FRÜHJAHR/SOMMER 2024 AUSBILDUNGSANGEBOTE & SPORTVERANSTALTUNGEN

Auf & Los!

Wir bringen
Salzburg in Bewegung



HEIMSPIELE DER SALZBURG DUCKS



BILD: SN/STEFAN MÜLLER

Sa., 30. 3., 14 Uhr:
Salzburg Ducks vs. Thalheim Graz Giants
Sa., 27. 4., 14 Uhr:
Salzburg Ducks vs. Prague Black Panthers
Sa., 25. 5., 14 Uhr:
Salzburg Ducks vs. AFC Rangers Mödling
Sa., 15. 6., 16 Uhr:
Salzburg Ducks vs. Swarco Raiders Tirol
Ort: Ducks Pond, Josef-Brandstätter-Straße 10, 5020 Salzburg

ASKÖ HENNENDORF ORIENTEERING



BILD: SN/ASKÖ HENNENDORF ORIENTEERING

Mo., 1. 4., Mönchsberg
Sa., 27. 4., Gmoowald, Seekirchen
Sa., 15. 6., Salzburg Stadt
Sa., 29. 6., Tannberg

ASKÖ-Landesverband Salzburg

Der ASKÖ Hennendorf Orienteering lädt alle Familien zur Teilnahme an den Familienstrecken der Salzburg Cups ein! Die Bewerbe finden bei jedem Wetter statt. Eine Familie oder ein Elternteil mit Kind(ern) erhält einen Leihstock mit Leihkompass und Laufkarte für die Familienstrecke. Bitte bis eine Woche im Voraus anmelden. Unkostenbeitrag: € 5,-

Infos und Anmeldung: Katharina Hinterhofer,
katharina.hinterhofer@copilot.co.at

ASKÖ-FIT-ÜBUNGSLEITUNG SPEZIALMODUL KINDER/JUGEND



ALZBURG

WORLD TOURNAMENT 2024



BILD: SN/JOHANNES RADLWIMMER

**Fr., 29. 3.–So., 7. 4.,
Spiele täglich von 7–23 Uhr**

Ort: Zell am See
ASVÖ Salzburg

World Tournament 33 Zell am See – Europas größtes Eishockeyturnier für Nachwuchsmannschaften aus mittlerweile mehr als 20 Nationen! Auch wieder mit dabei sind drei Teams aus der Ukraine. Die kostenlose Teilnahme samt Unterbringung und Verpflegung der ukrainischen Sportfreunde wird vom SEHV (Salzburger Eishockeyverband) mit Unterstützung vieler Organisationen und Sponsoren finanziert. Seit mittlerweile 32 Jahren ist das Event ein willkommener Anreiz, zum Saisonabschluss nach Zell am See kommen. Eintritt frei.

Infos: <https://www.hockey-world.org/world-tournament>

AUS- UND FORTBILDUNG: TAPING – UNTERE EXTREMITÄTEN

So., 21. 4.

ASVÖ Salzburg

Jeder Sport birgt Verletzungsgefahren und häufig typische Verletzungsmuster. Der Workshop bietet praktische Tipps und Anleitungen, wie einfache Tapes selber angelegt werden können, und in welchen Situationen der Einsatz sinnvoll und hilfreich ist. Der Workshop ist für Einsteigerinnen und Einsteiger geeignet.

Infos und Anmeldung:
<https://partner.venuzle.at/asvoe-oesterreich/courses/612/>

AUS- UND FORTBILDUNG: ÜBUNGSLEITUNG BASISMODUL



ILD

ÜBUNGSLEITUNG KINDERSPORT/SPEZIALMODUL



BILD: SN/SPORTUNION

**Sa., 6. 4.–So., 7. 4. & Sa., 13. 4.,
jeweils 8.30–18 Uhr**

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

Für Einsteigerinnen und Einsteiger im Bereich Kinder- und Jugendsport sowie Übungsleiterinnen und Übungsleiter, die ihr Wissen auffrischen wollen. Ball- und Bewegungsspiele, Gerätelandschaften, Koordinationstraining, Achtsamkeitsübungen u. v. m.

Infos und Anmeldung:
<https://sportunion-akademie.at>, Kursnummer: SB24007

FORTBILDUNG: BASICS IM GERÄTETURNEN

Sa., 27. 4., 9–16 Uhr

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

Vermittelt werden Techniken des Geräteturnens, die die Basis für jeden Kinderturnkurs bilden. Zu den einzelnen turnerischen Elementen wie Rolle, Felgaufschwung, Radwende u. s. w. werden methodische Übungsreihen sowie passende Vorübungen präsentiert. Weiterer Kursinhalt: Helfen und Sichern.

Infos und Anmeldung:
<https://sportunion-akademie.at>, Kursnummer: SB24013

INKLUSION, FUN, SPORTS & CHILLWEEKEND



ILD: SN/SPORTUNION



Fr, 5. 4.–Sa., 6. 4. & Sa., 25. 5.

Ort: ASKÖ Sportzentrum West, ABC Maxglan
Eichertstraße 29–31, 5020 Salzburg
ASKÖ-Landesverband Salzburg

Bewegung spielt ab dem ersten Lebensjahr eine entscheidende Rolle bei der Entwicklung körperlicher und geistiger Fähigkeiten. In 25 Einheiten werden praxisorientierte Bewegungsspiele vermittelt sowie Wissen über Koordinations- und Geschicklichkeitsschulung nähergebracht. Neben den Hopsi-Hopper-Bewegungsstunden und dem Stundenaufbau Eltern-Kinder-Furnen sowie Kleinkinder- u. Kinderturnen finden Kooperationsspiele die Ausbildung ab.

Infos und Anmeldung: Michael Schweigerer,
+43 662 / 87 16 23-13, schweigerer@askoesalzburg.at
<https://www.askoe-salzburg.at/de/aus-fortbildungen>

ASKÖ-FIT-ÜBUNGSLEITUNG SPEZIALMODUL FITNESS- UND PRÄVENTIONSSPORT

Fr, 19. 4.–Sa., 20. 4. & Fr., 7. 6.

Ort: ASKÖ Sportzentrum West, ABC Maxglan
Eichertstraße 29–31, 5020 Salzburg
ASKÖ-Landesverband Salzburg

Neben theoretischem Basiswissen wird der Schwerpunkt auf die Gestaltung von Bewegungseinheiten für Erwachsene in Fitness- und Präventionssport gelegt. In 25 Einheiten werden Theorie und Praxis von erfahrenen Referenten vermittelt.

Infos und Anmeldung: Michael Schweigerer,
+43 662 / 87 16 23-13, schweigerer@askoe-salzburg.at
<https://www.askoe-salzburg.at/de/aus-fortbildungen>

LAUFSEMINAR „GEMEINSAM LÄUFT'S LEICHTER“

Fr, 26. 4.

Ort: ASKÖ Sportzentrum West, ABC Maxglan
Eichertstraße 29–31, 5020 Salzburg
ASKÖ-Landesverband Salzburg

Gesund Laufen: macht nicht jeder, kann aber jeder lernen. Wie es geht, verrät der Lauftechnik-Fachmann Richard Roither. Dabei kann jeder Teilnehmer und jede Teilnehmerin sein/ihr Tempo frei wählen. Im Vordergrund steht der Spaß an der Bewegung in der Natur. Ob Einsteiger oder bereits etablierte Sportlerin, jede und jeder ist herzlichst eingeladen, am Laufseminar teilzunehmen.

Infos und Anmeldung: Michael Schweigerer,
+43 662 / 87 16 23-13, schweigerer@askoe-salzburg.at
<https://www.askoe-salzburg.at/de/aus-fortbildungen>

„ZSOMMIRAM-TOG“ AM HEUBERG

Fr, 7. 6., 14.30 Uhr

MTB Salzburg

Lasst uns gemeinsam den Heuberg „zsommmrama“, die Wege und die Natur vom Müll befreien und im Anschluss beim Daxlueg eine Mahlzeit aufs Haus genießen. Anstoßen kann man gegen eine freiwillige Spende und am Ende des Tages wartet ein großes Gewinnspiel.

Infos u. Anmeldung: MTB Salzburg – der Verein
www.mtb-salzburg.at

Angebote der einzelnen Vereine:

Alle Angaben ohne Gewähr. Irrtümer und Änderungen vorbehalten. Stand 19. 3. 2024



Fr, 10. 5.–So., 12. 5.

ASVÖ Salzburg

Das Basismodul ist der Grundstein und die Voraussetzung für die österreichweite Übungsleiterausbildung im organisierten Sport. In 21 Einheiten wird ein theoretischer Backgrund aus den Bereichen Sportbiologie, Trainingslehre und Vermittlung von Bewegung und Sport gelehrt. In der allgemeinen Sportpraxis wird die Verbindung von Theorie zur Praxis hergestellt.

Infos und Anmeldung:
<https://partner.venuzle.at/asvoe-oesterreich/courses/607/>

AUS- UND FORTBILDUNG: ÜBUNGSLEITUNG SPEZIALMODUL KINDER

Sa., 8. 6.–Fr., 28. 6.

ASVÖ Salzburg

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erlernen kindgerechte Übungen und Spiele zur Entwicklung und Verbesserung der sportmotorischen Fähigkeiten Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit und Koordination. Voraussetzung ist der Abschluss des Basismoduls.

LIONS SUMMER CAMP



Mo., 15. 7.–Fr., 19. 7.

Mo., 29. 7.–Fr., 2. 8.

Mo., 26. 8.–Fr., 30. 8.

ATP Lions

Eine, zwei oder drei Wochen lang können Kinder von 6–15 Jahren in den polysportiven Lions Camps unterschiedliche Sportarten ausprobieren und neue Freundschaften knüpfen.

Infos: www.atp-lions.com



BILD: SN/ASKÖ S

BILD: SN/ASVO SALZBURG

Sa., 4. 5.–So., 5. 5.
Ort: Hans-Donnenberg-Park
SPORTUNION Salzburg
Viele Sport- und Spielangebote kostenlos ausprobieren. Für Kids von 8 bis 18 Jahren. Keine Anmeldung erforderlich.
Infos: +43 662 / 84 26 88

WINGS FOR LIFE RUN

So., 5. 5., 13 Uhr

Wir verlosen 10 kostenlose Plätze für das Team SPORTUNION SALZBURG! Einfach bis 20. April ein E-Mail an office@sportunion-sbg.at mit dem Kennwort „Wings for Life-Gewinnspiel“ schicken. Die Gewinner werden am 22. April per E-Mail verständigt.
Gewinnspielfeilnahme: office@sportunion-sbg.at

FIT FÜR MEINEN VEREIN: GEWALTPRÄVENTION & KINDERSCHUTZ



BILD: SNS/SPORTUNION

Mi., 5. 6., 18.30–20 Uhr

Online

SPORTUNION Salzburg

Sport ist ein Umfeld, das geprägt wird von Vertrauen und Respekt. Funktionärinnen und Funktionäre, Vereinsverantwortliche und Trainerinnen und Trainer werden sensibilisiert, um Kinder und Jugendliche zu schützen und um ihnen Handlungsempfehlungen für den Trainingsbetrieb und im Falle eines Verdachts oder einer Beschuldigung anbieten zu können.

Infos und Anmeldung:
<https://sportunion-akademie.at>, **Kursnummer: ST24073**

FIT UND BEWEGLICH IM ALLTAG

Mo., 10. 6., 8.45 Uhr

Ort: Schlosspark Kleßheim,
Fitnesparcours beim Eingang zum Kavalleriehaus
SPORTUNION Salzburg

Dieser Kurs ist ein abwechslungsreicher Mix aus Kräftigung, Gleichgewichts- und Herz-Kreislauf-Training, um fit für den Alltag zu bleiben bzw. zu werden. Gemeinsam in der Gruppe mit Musik geht es leichter und macht es mehr Spaß! Für alle Altersgruppen und jedes Fitnesslevel geeignet. Keine Anmeldung erforderlich. Auftakt zu Bewegt im Park 2024.

Infos: +43 662 / 84 26 88

Sportvereine sind ein sicherer

Vereine der Dachverbände gewährleisten die Sicherheit für Sportler:innen und Funktionär:innen.

Sportminister Werner Kogler betonte die Wichtigkeit des Themas: „Der Sport ist ein Brennglas der Gesellschaft. Was dort – im Guten wie im Schlechten – auftritt, findet sich auch im Sport: Betrug, Machtmissbrauch, Gewalt in allen Ausprägungen. Wir wollen auf diese Schattenseiten genau hinschauen. Jeder und jede soll ohne Angst vor Missbrauch und Übergriffen trainieren können – in allen Vereinen, im Breiten- wie im Leistungssport.“ Sicherer Sport und das Wohlergehen der Athlet:innen und Sportler:innen hat für alle Verantwortlichen Priorität. Ein Überblick:

Allgemeine Angebote

100% SPORT ist eine der zentralen Anlaufstellen, wenn es um Präventionsarbeit und den Schutz vor Gewalt aller Akteur:innen im österreichischen Sport geht. Im Jahr 2022 setzte 100% Sport im Auftrag des Sportministeriums die Einrichtung der Vertrauensstelle Vera* um. Ein Kernelement des Angebots ist die Beratung und Begleitung von Personen aus dem Sport, die von Belästigung und Gewalt betroffen sind.

Betroffene, egal ob im organisierten Breiten-, Leistungs- oder Spitzensport können sich an die Vertrauensstelle wenden. So auch haupt- und ehrenamtlich tätige Personen (Trainer:innen, Betreuer:innen, Schiedsrichter:innen, Vertrauenspersonen etc.) und Erziehungsberechtigte, die Fragen zu einem Vorfall oder einem Verdacht haben oder selbst von Belästigung oder Gewalt im Sport betroffen sind. Die Beratungsleistungen sind kostenlos.

Die Vertrauensstelle Vera* stellt einen Erstkontakt her, bietet Information und Beratung und vermittelt im Bedarfsfall weiterführende Unterstützungsleistungen. Sie bietet Betreuung und Begleitung bei Vorfällen und Ver-

dacht auf Belästigung und Gewalt im Sport an. Außerdem ist sie Anlaufstelle bei Fragen, Sorgen und Unsicherheiten/Unklarheiten zu körperlicher, psychischer, sexualisierter Gewalt und Vernachlässigung.

Nach der Kontaktaufnahme werden die Anliegen von den Mitarbeiter:innen der Vertrauensstelle vertraulich behandelt. Sie sind ausgebildet in Gesprächsführung, Krisenmanagement, Case-Management und Beratung. Sie kennen die österreichischen Sportstrukturen genau und sind mit Kinder- und Opferschutzorganisationen gut vernetzt.

Infos & Kontakt:

100% SPORT

OFFICE@100PROZENT-SPORT.AT

VERA-VERTRAUENSSTELLE.AT

Angebote der drei Sportdachverbände

ASKÖ

Bei der ASKÖ werden Trainer:innen, Mitarbeiter:innen und Funktionär:innen diverse Ausbildungen und kostenlose Onlinekurse wie zum Beispiel Safe Sport angeboten – und die Verantwortlichen in den Mitgliedsvereinen werden natürlich auch dazu aufgefordert, diese erfolgreich zu absolvieren, um dieser verantwortlichen Aufgabe bestmöglich nachkommen zu können. ASKÖ-Vereine sollen und müssen einen sicheren Ort für alle Mitglieder und speziell für Kinder darstellen. Das ist dem Dachverband ein großes Anliegen – und diese Vorbildfunktion wird in den Vereinen tagtäglich vorgelebt.

Aus diesem Grund sind auch alle Trainer:innen, die in der Täglichen Bewegungseinheit (TBE) mit Kindern arbeiten, dazu verpflichtet, dem Sportdachverband einen Strafregisterauszug für Jugendvorsorge vorzuzeigen. Damit wird bereits vorab der Grundstein für mehr Sicherheit in Sportvereinen gelegt.



ASVÖ

Der Schutz von Kindern und Frauen im Sport ist von essenzieller Bedeutung für eine gesunde und sichere sportliche Umgebung. In diesem Kontext ist der Sportverband ASVÖ Salzburg seit 2019 am EU-Projekt HALT (Halting Harassment and Abuse in Sports) beteiligt, das sich aktiv für die Sicherheit und das Wohlergehen aller Beteiligten einsetzt. Das Projekt HALT wurde ursprünglich mit dem Ziel

gestartet, Belästigung und Missbrauch im Sport zu bekämpfen. Seit letztem Jahr wurde die Zielgruppe auf Sechs- bis Zwölfjährige erweitert, um bereits in jungen Jahren ein Bewusstsein für die Prävention sexualisierter Gewalt im Sport zu schaffen. Eine der zentralen Maßnahmen von HALT und HALT4Kids ist die Entwicklung und Bereitstellung digitaler Lernmaterialien für Kinder, Jugendliche, Trainer, Funktionäre und Eltern. Diese Mate-

Hafen für Kinder und Frauen



BILD: SHADOBEE STOCK/PARLOV

rialien decken ein breites Spektrum an Themen ab, darunter Prävention von Missbrauch, Umgang mit Belästigung, Aufklärung über persönliche Grenzen und das Melden von Vorfällen. Durch die Bereitstellung von leicht zugänglichen Ressourcen wird eine Kultur der Offenheit und Sensibilisierung geschaffen, die dazu beiträgt, potenziell problematische Situationen frühzeitig zu erkennen und angemessen darauf zu reagieren.

Im ASVÖ Salzburg agiert zudem Claudia Hünig als Kinderschutz- und Genderbeauftragte. Hünigs Aufgaben umfassen die Entwicklung von Richtlinien und Schulungsprogrammen, die Unterstützung von Opfern sowie die Zusammenarbeit mit Vereinen, Institutionen und Behörden. Dadurch wird sichergestellt, dass der ASVÖ Salzburg eine umfassende und effektive Präventionsstrategie entwickelt und umsetzt.

Mehr Infos:

WWW.ASVOE-SBG.AT/PROJEKTE/SAFESPORT

Projektseite

HALT4Kids-Projekt:
HALT4KIDS.PHED.AUTH.GR

Kinderschutz- und Genderbeauftragte des ASVÖ Salzburg:

Claudia Hünig
CLAUDIA.HUENIG@ASVOE.AT
Tel.: +43 660 / 981 90 16

SPORTUNION

Die SPORTUNION hat mit der Kinderschutzorganisation „die möwe Kinderschutz“ ein Kinderschutz- und Präventionskonzept (KSK) entwickelt. Dieses KSK soll den Mitgliedervereinen als Orientierung und Vorbild dienen. Zudem werden auch Fortbildungen für Übungsleiter:innen, Trainer:innen und Funktionär:innen angeboten. „Sport ist einer der sichersten Orte, kann aber noch sicherer werden, daher setzen wir mit konkreten Maßnahmen präventiv an. Die SPORTUNION duldet keine Art von Gewalt, auch nicht in verbaler Form oder durch Übertraining. Eltern und Erziehungsberechtigte müssen sich darauf verlassen können, dass ihre Kinder im Sportverein in der Obhut von verantwortungsvollen Personen sind. Unsere Vereine leisten eine hervorragende Arbeit“, erklärt Michaela Bartel, Präsidentin der SPORTUNION Salzburg.

Vereine, die dem Dachverband beitreten wollen, müssen einen Ehrenkodex in ihren Statuten verankern, der sich für Respekt und Sicherheit und gegen jede Form von Diskriminierung oder Gewalt ausspricht. Seit 2020 verfügt die SPORTUNION über ein internes Krisenhandbuch und ein Interventionsschema mit Fallbeispielen für Vereine. Funktionär:innen und Betroffene können sich an eingesetzte Vertrauenspersonen im Verband wenden. Das Sportzentrum Salzburg-Mitte erarbeitet ebenfalls gerade ein Schutzkonzept mit Schwerpunkt Kinder-/Jugendschutz. Die Förderung der Gleichstellung der Geschlechter, insbesondere die Stellung der Frau im Sport, ist der SPORTUNION ein Anliegen. Damit soll auch eine Erhöhung des Frauenanteils in allen Bereichen des Sports geschaffen werden.

Infos & Kontakt:

MMag.^a Petra Jopp
Projektkoordinatorin
Kinder-/Jugendschutzkonzept
Tel.: +43 664 / 1331 951
PETRA.JOPP@SPORTUNION.AT

Internationale Kidstrophy in Zauchensee

Der Skiclub Salzburg der SPORTUNION veranstaltet das weltweit größte Kinderskirennen.

Wenn sich am Wochenende vom 23. und 24. März rund 2000 Kinder im Rennfieber und in athletischer Vorfreude am Zielhang in Zauchensee tummeln, ist es wieder so weit: Der Skiclub Salzburg lädt zur weltweit größten Veranstaltung ihrer Art: Die 19. Internationale Kidstrophy für Kinder und Jugendliche zwischen 7 und 13 Jahren.

„In den vergangenen Jahren hatten wir Athleten aus 24 verschiedenen Ländern“, freut sich Urs Tanner, Präsident des Skiclubs Salzburg, der Veranstalter des Kindersportspektakels mit Weltcupfeeling. Das erklärte Ziel für den Club ist, den Skisport



zu fördern und die Jugend dafür zu begeistern.

Um das zu erreichen, finden zwei unterschiedliche Bewerbe statt: am Samstag, 23. März, der Kids X-Cross, ein spektakulärer Vielseitigkeitslauf bestehend aus Riesentorlauf, Wellenbahn, Sprüngen und Super-G-Elementen, sowie am Sonntag, 24. März, der Riesentorlauf.

Am Zielhang der Weltcupstrecke in Zauchensee warten auch heimische Weltcup-Skistars auf die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bzw. ihre Familien. Die Flying Bulls sorgen heuer wieder mit ihren atemberaubenden Fallschirmabsprüngen dafür, dass auch abseits des Laufs der Spaß nicht zu kurz kommt.

**Infos und
Anmeldung auf**
WWW.KIDSTROPHY.AT

Check your LimitZ: Sportwissenschaftliche Testserie der ASKÖ Salzburg

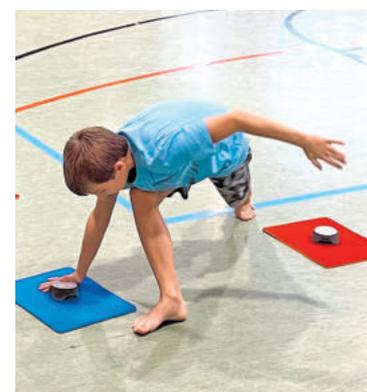
Die zunehmende Bewegungsarmut der Bevölkerung, vor allem bei Kindern und Jugendlichen, stellt die Gesellschaft vor große Herausforderungen. Gemeinsam mit dem Institut für medizinische und sportwissenschaftliche Beratung (IMSB) entwickelte die ASKÖ daher eine eigene „sportmotorische Testserie“ für Jugendliche: Check your LimitZ.

Check your LimitZ bietet eine vielfältige Auswahl an sportmotorischen Tests für alle Teilnehmenden. Die Testmodule können individuell ausgewählt werden. Die erbrachten Leistungen werden mit Referenzdaten (bis 18 Jahre) verglichen und nach Abschluss der Testungen kann das persönliche Datenblatt mit allen Resultaten angefordert werden. Durch eine kontinuierliche Beobachtung im Jahresverlauf können Entwicklungen bestimmter Parameter und Verän-

derungen der Fähigkeiten im Altersverlauf erfasst werden. Zudem wird eine fundierte Analyse von gruppenspezifischen Istzuständen ermöglicht.

Check your LimitZ setzt sich aus verschiedenen Testübungen zusammen, die Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und koordinative Fähigkeiten überprüfen. Bei der Zusammenstellung der einzelnen Testübungen wurde dabei besonders die Einsetzbarkeit im Grundlagen- und Nachwuchsbereich aller

Sportarten sowie die Anwendbarkeit bei Nichtsportler:innen berücksichtigt. 2023 nahmen 185 Schüler:innen aus insgesamt neun Klassen in der Stadt Salzburg am Projekt Check your LimitZ teil und wurden der Testserie unterzogen. Eine Testserie für 15 bis 30 Jugendliche dauert zwischen 60 und 90 Minuten. Die Sportwissenschaftler:innen der ASKÖ Salzburg besuchen gern auch Vereine, Gemeinden, Firmen und Schulen in der Stadt Salzburg.



Infos & Kontakt

ASKÖ Salzburg
Mag. Michael Schweigerer
Tel.: +43 662 / 871 623-13
SCHWEIGERER@
ASKOE-SALZBURG.AT

10 Jahre MOTA Salzburg: Angezündete Geburtstagskerzen unterm Circuszelt

Die Salzburger Circusschule MOTA feiert ihren 10. Geburtstag. Was als Gedankenblitz eines engagierten Ehepaars begann, ist heute tief in Salzburg verwurzelt und in der Welt vernetzt.

Bruni und Beme Neumayer standen am Scheideweg, wollten sich nach vielen Jahren im Leistungssport neu orientieren, vor allem mit Kindern und Jugendlichen arbeiten. Der Erfolg eines Drei-Tage-Workshops „Akrobatik und Jonglieren“ wurde zum Schicksal. Aus einer Schulkoooperation mit der Volksschule der Franziskanerinnen in der Schwarzstraße entwickelte sich der 2014 gegründete ASVÖ-Verein MOTA. Eltern meldeten sich, immer mehr Kinder wollten mitmachen. „Wir haben mit neun Kindern begonnen, ein Jahr darauf waren es 25, dann 50, 100, 200 – das Projekt ist richtiggehend explodiert“, erinnert sich Beme Neumayer. Heute trainieren rund 500 Buben, Mädchen und Erwachsene in einem 720 Quadratmeter großen Circuszelt im Stadtteil Gnigl sowie in der Volksschule Schwarzstraße. „Das CircusTrainingsCentrum (CTC) ist die modernste Trainingsstätte für Circuskunst Europas und eine der besten weltweit“, freut sich Neumayer.

Starke Partner aus der Szene

Am Organisieren von Schauturmen und Shows hatten die beiden immer schon Freude. Also weshalb diese Begeisterung nicht zum Beruf machen? MOTA war geboren. Die vier Buchstaben stehen für Motorik-Tanz-Artistik, eingebettet in die Idee eines zeitgenössischen Circus: ohne Tiere und mit Enthusiasmus fürs Geschichtenerzählen. Als Ideal dient der klassische Clown. Der konnte alles – skurril sein, Spaß machen und jederzeit sein Können in Akrobatik, Balance und Jonglage abrufen. Und: Sie haben richtig gelesen: Circus mit zwei „c“ geschrieben, nach franko-kanadischem Vorbild.

Die Circusschule ist Herzensangelegenheit und Lebenswerk



BILD: SN/MOTA/WILDBILD/DORIS WILD



BILD: SN/MOTAFERIKAWATER



BILD: SN/MOTA

von Bruni und Beme. Aus dem ursprünglichen Vorsatz, in einem neuen Betätigungsfeld etwas leiser zu treten, ist nichts geworden. „Am Vormittag sitzen wir drei bis vier Stunden am Computer und sind am Organisieren, am Nachmittag stehe ich bis zu vier Stunden in der Halle“, lächelt Neumayer. Es gibt nicht zu wenig Interessenten für die Kurse – es musste sogar einmal ein Aufnahmestopp erfolgen –, das Problem liegt im administrativen Bereich. Neumayer: „Es ist ein gesellschaftliches Problem, dass sich immer weniger junge Menschen finden, die sich für eine Sache voll einsetzen!“ Die Arbeit in

der Circusschule ruht derzeit auf den Schultern von einer Handvoll Leuten.

Allein hätten Beme und Bruni Neumayer das Projekt auch nicht verwirklichen können. Es ging nur mit Partnern des Vereins Contemporary Circus in Österreich (vormals „Circusschulen in Österreich“): Evelyn Daxner-Ehgartner vom bekannten Salzburger Winterfest brachte ihr Wissen und ihre Kontakte ein, Architekt Wilfried Haertl stellt dem Team seine Erfahrung zur Verfügung. So wuchs in den vergangenen Jahren eine Idee zu einem gestandenen Verein mit Hunderten Aktiven heran.

Tipp:

Die Zehnjahresfeier findet am 1. und 2. Juni 2024 im Kultur- und Veranstaltungszentrum Odeion in der Salzburger Waldorfschule statt.

Öffentliche Vorführungen gibt es am 1. Juni um 15.30 Uhr und am 2. Juni um 16 Uhr, Schulvorführungen am 3. Juni um 9.30 und 12 Uhr.

Der Festabend geht am 1. Juni um 18 Uhr in der Waldorfschule über die Bühne.

Trainer-Workshops und Performance-Camps

Die Profis Patrick Zuckerstätter und Christian Rothart zeigen bei der ASVÖ-Aktion vor, wie's geht.

Patrick Zuckerstätter und Christian Rothart sind seit Jahren erfolgreiche Athletiktrainer und Performance-Coaches für den ASVÖ Salzburg. Als solche trainieren sie Profisportler:innen auf ihrem Weg an die Spitze, aber auch Vereinsbetreuer:innen, die ihre Arbeit mit jungen Sportler:innen optimieren wollen. Dafür haben die beiden ein

spezielles Athletiktrainingsprogramm für diese Zielgruppe entwickelt, das im April mit zwei Workshops stattfinden wird.

„Ein umfassendes Training mit dem Fokus auf das Wesentliche soll den Teilnehmenden durch die Kombination von verschiedenen Bewegungen, Sportarten und Haltungen neue Perspektiven im Trainerwesen eröffnen“,

so die Vision von Christian und Patrick.

Termine:

7. und 14. April,
von 9 bis 16 Uhr.

Infos und Anmeldung:

WWW.ASVOE-SBG.AT/ASVOE_SALZBURG/AKTUELLES/DETAIL/NEWS/ATHLETIKTRAINING

wicklung der Athlet:innen, durch umfassende Leistungsdiagnostik, sportmotorische Testungen, physiotherapeutische Checks, Mentalcoaching, sportartübergreifende Inhalte und maßgeschneiderte Trainingsplanung.

Alle Infos:

WWW.ASVOE-SBG.AT/PROJEKTE/TL_PERFORMANCE_SUMMER

Anmeldung und Kontakt:

PATRICK.ZUCKERSTAETTER@ASVOE.AT

Termine 2024

Camp 1: 8. bis 12. 7. 2024
Camp 2: 29. 7. bis 2. 8. 2024
Camp 3: 26. bis 30. 8. 2024

Die Camps können einzeln, aber auch gesamt gebucht werden.



BILD: SINASVÖ SALZBURG

Zusätzlich wird nach dem großen Erfolg im letzten Jahr das ASVÖ Tomorrow's Leaders Performance Camp unter der Leitung der beiden Experten erneut stattfinden. Zielsetzung dabei ist, den Horizont im Bereich Athletik und die allgemeine sportliche Entwicklung von angehenden Leistungssportler:innen im Alter von 15 bis 25 zu erweitern. Das Performance Camp hat sich als ganzheitliches Programm erwiesen und legt den Fokus auf die Ent-

SPORTUNION „Young Athletes“

Bei SPORTUNION „Young Athletes“, dem Nachwuchsförderprogramm für leistungsorientierte Athlet:innen, werden bundesweit 130 junge Sportler:innen im Alter von 12 bis 15 Jahren aufgenommen.

„In den verschiedenen Sportarten gibt es bereits Modelle, die ab der Oberstufe die motivierten und schon erfolgreichen Kids fördern. Oftmals herrscht aber das Problem, dass den jungen Sportler:innen die polysportive Grundausbildung fehlt. Genau hier setzt unser Programm Young Athletes an“, so Michaela Bartel, Präsidentin der SPORTUNION Salzburg.

Am 17. März erfolgte der Startschuss für die Region Mitte (Salzburg und Oberösterreich) im Sportzentrum Mitte. 27 „Young Athletes“ aus unterschiedlichen Sportarten wurden von Expert:innen sportmotorisch und -psychologisch getestet.

In den kommenden Monaten werden die Athlet:innen in den Bereichen Athletik, Mentaltraining und Ernährung geschult



und nehmen dabei an hochwertigen Workshops teil. Auch für die Trainer:innen und Eltern gibt es Angebote. „Wir begleiten die Athlet:innen und ihr Umfeld ein Jahr lang, um ihre Bedürfnisse richtig kennenzulernen und sie bestmöglich in ihrer Entwicklung der jeweiligen Sportart zu unterstützen“, erklärt Präsidentin Bar-

tel. Den krönenden Abschluss bildet ein Young Athletes Camp in der Sportsarea Grimming in Niederöblarn (Steiermark) in den Herbstferien. Hier kommen alle Athlet:innen der österreichweiten Workshops zusammen und erleben ein gemeinsames polysportives Camp mit jeder Menge Training, Spaß & Action.



BILDER: SINASVÖ SALZBURG

Infos & Kontakt

Lukas Leitner, MSc
Projektkoordinator
Tel.: +43 662 / 842 688-24
STREUSALZ@SPORTUNION-SBG.AT

SPORTUNION-Nachwuchs-Hallenmeisterschaft

900 Mädchen und Burschen zeigten vollen Einsatz und viel Teamgeist.

Bereits zum 20. Mal kürte die SPORTUNION bei dem beliebten Hallenturnier die besten Nachwuchsmannschaften!

Insgesamt wurden neun Turniere im ULSZ Rif ausgetragen, an denen stolze 75 Mannschaften und rund 900 Spielerinnen und Spieler teilnahmen. Die Atmosphäre war hervorragend, mit fesselnden Spielen, beeindruckenden Toren und jubelnden Teams, die ausgelassen ihre Siege feierten.

Besonders aufregend war das Turnier der U12-Mannschaften, da der Sieger sich für die SPORTUNION Bundesmeisterschaften in Graz qualifizieren konnte. „Nach einem mitreißenden Wettbewerb setzte sich schlussendlich der FC Bergheim verdient durch und sicherte sich nicht nur einen Platz bei den Bundesmeisterschaften, sondern holte auch erstmals diesen Titel nach Salz-



BILD: SNI/SPORTUNION

burg“, freut sich Präsidentin Michaela Bartel.

Die SPORTUNION Hallenmeisterschaft ist mittlerweile ein Highlight im Salzburger Fußballkalender, bei dem die jungen Kicker wertvolle Erfahrungen sammeln können. Die topmotivierten Spieler:innen begeisterten durch ihr technisches Können, Spielwitz und Teamgeist.

„Ein ganz herzliches Dankeschön an das routinierte Organisationsteam Steinhagen/Gorbic/Hindler für ein äußerst stimmungsgeladenes, verletzungsfreies Turnier. Die Begeisterung und Leidenschaft, mit der die Mädchen und Burschen die Spiele bestritten haben, zeigt, dass Fußball nach wie vor die beliebteste Sportart der Kinder

ist. Die gut eingespielten Teams, die füreinander arbeiten, waren am Ende erfolgreich“, freut sich Bernd Frey, Geschäftsführer der SPORTUNION Salzburg.

Die Verantwortlichen freuen sich bereits jetzt auf das kommende Jahr, in dem alle Fußballfans wieder atemberaubende Spiele und spannende Wettkämpfe erleben dürfen.

ASKÖ Henndorf Orienteering: Vom Breiten- und Gesundheitssport zum Spitzensport

Der ASKÖ Henndorf Orienteering ist rund um den Wallersee aktiv und bietet Orientierungslauf für Jung und Alt an. Bei ihnen laufen Kinder, Eltern und Großeltern als Elite- oder Breitensportler:innen mit.

Die Sektion Orientierungslauf des ASKÖ Henndorf wurde am 1. Mai 1990 von Eva und Christian Breitschädel gegründet und 30 Jahre lang als einer der besten OL-Vereine Österreichs geführt. Mit 2021 traten Roland Kohlbacher und Katharina Hinterhofer in die Fußstapfen der Vereinsführung. 2023: fünfterfolgreichster Orientierungslaufverein in Österreich. Orientierungslauf, kurz OL, ist eine familienfreundliche Laufsportart. Mithilfe einer speziellen Karte und einem Kompass

werden Kontrollpunkte (Posten) im Gelände, meist im Wald, aber auch in Parks und Ortschaften angelaufen. Je nach Gelände und Fähigkeit des Läufers, der Läuferin, führt die selbst gewählte Route über Wege oder über Stock und Stein – der direkte Weg ist nicht immer der schnellste. Jede und jeder erhält einen elektronischen Stick (SI-Chip), mit dem nachgewiesen wird, ob alle Posten in der richtigen Reihenfolge angelaufen wurden. OL fordert nicht nur das läuferische Kö-

nnen, sondern auch das Köpfchen. Man ist viel an der frischen Luft und der Sport eignet sich bestens für die ganze Familie.

Alle Familien sind zur Teilnahme an den Familienstrecken der Salzburg Cups eingeladen. Die Bewerbe finden bei jedem Wetter statt. Bei Kindern und Jugendlichen steht häufig das Abenteuer im Vordergrund, denn die Strecke gleicht einer Schatzsuche oder Schnitzeljagd, jeder erfolgreich angelaufene Posten ist ein Erfolgserlebnis.



BILD: SNI/ASKÖ HENNDORF ORIENTEERING

Infos & Kontakt

ASKÖ Henndorf Orienteering

Obfrau Katharina Hinterhofer
Tel.: +43 664 / 737 828 58
AHDO-OFFICE@COPILOT.CO.AT

Traumrad ZUM TRAUMPREIS!

Unser Service

- ➔ Rad- und E-Bikeservice
- ➔ große Auswahl Radzubehör
- ➔ Dienstrad-Leasing
- ➔ 0% Finanzierung*

corratec *PASSION OF CYCLING*

Das smarte System

powered by **BOSCH**
85 Nm 625 Wh



~~3999,99 €~~
3199,99 €
800 € SPAREN

E-MTB E-POWER X-VERT ELITE

leichtes Performance E-Bike mit starkem und smarten Antrieb / leichter Aluminiumrahmen mit Shadow Edge Technik / Bosch Performance Line CX Motor / Bosch Akku und Bosch Intuvia 100 Display / Shimano Deore 1x11 Schaltung / hydraulische Shimano Scheibenbremsen / Luftfedergabel mit 120 mm Federweg



~~2499,99 €~~
1499,99 €
1000 € SPAREN

MTB REVO BOW

Mountainbike im einzigartigen Bogendesign / der edle Carbonrahmen bietet beste Dämpfungseigenschaften / SRAM Eagle 1x12 Schaltung / SRAM Level Scheibenbremsen / Manitou Luft-federgabel mit Lockout / 29" Zzyzx Laufräder

*Repräsentatives Berechnungsbeispiel für eine Ware mit einem Kaufpreis von € 1.499,99 Anzahlung (min. 25%); € 375,00 Gesamtkreditbetrag; € 1.124,99 Rate; € 46,87 mtl. Laufzeit: 24 Monate Soll-/Effektivzins: 0,00% / 0,00% p. a. Gesamtbetrag: € 1.124,88 / Bankübliche Bonitätskriterien vorausgesetzt. Die Finanzierungsentscheidung obliegt unserer Partnerbank, der Santander Consumer Bank GmbH.

DEIN BERG & BIKESPORT ANBIETER IM SALZBURGER LAND



**TOP
BERATUNG**



**TOP
MARKEN**



**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/at

