

UNIONNEWS

DAS MAGAZIN DER SPORTUNION SALZBURG

#188 November 2025



P.B.B. ÖSTERREICHISCHE POST AG, MZ 02Z034581M, NR. 188/November 2025

SPORTUNION LANDESTAG 2025
Neues Präsidium der SPORTUNION
Salzburg s. 15

**NACHWUCHSFÖRDERPREIS
2025**
Die großen Sieger:innen s. 20

SPORT
UNION 
Wir bewegen Menschen

Eintauchen, abtauchen
und genießen.



GEWINNSPIEL!
Wir verlosen 5x2
Tageskarten

Senden Sie einfach eine E-Mail mit
dem Betreff: „Aqua Salza“ an:
gewinnspiel@sportunion-sbg.at
Einsendeschluss: 14.12.2025



Saunaparadies
Badelandschaft
Regionale Kulinarik
Sonnenterrasse
Wellness & Beauty
Aquakurse
Schwimmschule
Kindergeburtstage
Events



Anfahrt



GENUSSERLEBNIS FÜR ALLE.

Erleben Sie die einzigartige Wellness- und Sauna-Landschaft vor der mächtigen
Kulisse des Tennengebirges oder genießen Sie Familien-Spaß im Freizeitbad.

Aqua Salza · Möslstraße 199 · A - 5440 Golling · Tel. +43 6244 20040-0 · info@aqua-salza.at

Aqua Salza
natürlich wohlfühlen
www.aqua-salza.at

**JUMP
DÖME**

**Salzburgs
Trampolinpark**

- Salzburgs Trampolinpark
- 365 Tage im Jahr geöffnet
- Spaß und unvergessliche Momente für jedes Alter



» Gewinnspiel: Wir verlosen 5x2 Einzeleintritte für
jeweils 60 Minuten im JUMP DÖME.

Senden sie einfach eine E-Mail mit dem Betreff "JUMP DÖME" an:
gewinnspiel@sportunion-sbg.at Einsendeschluss: 14. Dezember 2025

WWW.JUMPDOME.AT

JUMP DÖME SALZBURG » Wilhelm-Spazier-Straße 1A » 5020 Salzburg
» Nahe dem Hangar-7 » +43 662 202 505 » salzburg@jumpdome.at

INHALT

Sport im Bild

- 02 Stocksport in Salzburg: Tradition, Vielfalt und Zukunft
- 05 SPORTUNION Landesmeisterschaften 2025/26

SPORTUNION unterwegs

- 06 Der SPORTUNION Landesverband unterwegs

Berichte aus den Vereinen

- 07-14 Aktuelles aus den Vereinen

SPORTUNION Thema

- 15 SPORTUNION Landestag 2025
- 20 Nachwuchsförderpreis 2025
- 22 Sportzentrum Mitte
- 24 Young Athletes
- 26 Streusalz
- 28 80 Jahre SPORTUNION - 8 Fragen an eine Legende
- 30 Inklusions-Herbstspiele
- 31 Ehrenamtspreis 2025
- 32 Integration durch Bewegung
- 33 SPORTUNION goes JUMP DOME

SPORTUNION Akademie

- 34 Aus- und Fortbildungsangebote

VEREIN im Fokus

- 36 SPORTUNION-Spendenplattform

Personalia

- 37 90 Jahre Prof. Mag. Anton Gassner
- 40 Die SPORTUNION gratuliert

Ernährungstipps

- 38 Das Immunsystem stärken
- 42 Newsletteranmeldung / Impressum



Liebe Leserinnen und Leser!

Im Rahmen des Landestags wurde am 12. September der neue Vorstand der SPORTUNION Salzburg bestätigt. Für das einstimmige Wahlergebnis und das entgegengebrachte Vertrauen bedanke ich mich herzlichst. Als neugewählter Präsident des Landesverbandes Salzburg freue ich mich auf die bevorstehende Zusammenarbeit und die gemeinsame Weiterentwicklung des Sports in unserem Bundesland.

In den kommenden Jahren haben wir viel vor. Unser neu formiertes Vorstandsteam bringt umfassende Erfahrung und viel Know-how der Salzburger Sportlandschaft mit. Beste Voraussetzungen, um gemeinsam mit unseren Vereinen zukunftsorientierte und nachhaltige Sportangebote in Salzburg weiter auszubauen. Dabei ist uns wichtig: Sport soll für alle zugänglich sein – für Jung und Alt, vom Breitensport bis zum Spitzensport.

Besonders freut es mich, dass wir im Rahmen des Landestags auch den Nachwuchsförderpreis verleihen durften – die Gewinner:innen findet Ihr auf Seite 20 dieser Ausgabe.

Ich wünsche Euch viel Freude beim Lesen und einen sportlichen und bewegten Herbst und Winter.

**Herzlichst,
Herbert Steinhagen**

Präsident der SPORTUNION Salzburg



STOCKSPORT IN SALZBURG:

TRADITION, VIELFALT UND ZUKUNFT

Der Stocksport hat in Salzburg eine lange Tradition und wird von zahlreichen SPORTUNION-Vereinen sowohl im Freizeit- als auch Wettkampfbereich angeboten.

Besonders im Pinzgau ist der Sport tief verwurzelt. Schon um 1900 gründeten Gemeinden wie Zell am See, Kaprun oder Saalbach die ersten Eisstockvereine. Daraus entwickelte sich die „**Pinzgauer Spielart**“, bei der spezielle Eisstöcke, die flacher sind und einen größeren Durchmesser haben, zum Einsatz kommen.

Mit über 17.000 Mitgliedern zählt der Salzburger Landesverband der Eis- und Stockschützen zu den größten Sportverbänden im Bundesland. Mehr als 11.000 Sportler:innen nehmen im Winter an Wettbewerben der Pinzgauer Spielart teil, im Sommer stehen über 9.000 Schütz:innen auf Asphaltbahnen im Einsatz. Neben Geselligkeit und Tradition rückt zunehmend auch der Leistungssport in den Vordergrund.

Auch auf internationaler Bühne ist der Stocksport vertreten: Bei der **Olympischen Spielart** treten Athlet:innen in Mannschaftsbewerben, im Weitschie-

ßen und im Zielschießen an – sowohl auf Eis als auch im Sommer auf Asphalt oder Kunststoff. Österreich gehört hier zu den führenden Nationen.

Mit der Staatsliga im Sommer und Staatsmeisterschaften im Winter gibt es auch national hochkarätige Wettbewerbe.





Norbert Gschaider

Besonders wichtig ist die Nachwuchsarbeit.

Ein Hauptaugenmerk dabei ist der Schulsport. Vereinsbetreuer:innen gehen aktiv in Schulen und stellen den Kindern diese vielseitige Sportart vor.

„Wir brauchen die Vereine vor Ort, um junge Menschen für den Sport zu begeistern“, betont **Norbert Gschaider**, Spartenreferent für Stocksport der SPORTUNION Salzburg. „Schulen und Vereine sollen künftig noch stärker zusammenarbeiten, um Nachwuchs zu gewinnen und das Image des Stocksports zu verjüngen.“

Der Sport selbst ist vielseitig: Im **Mannschaftsspiel** geht es darum, die eigenen Stöcke möglichst nahe an die „Daube“ zu platzieren.

Beim **Weitschießen** zählt die längste Distanz, beim **Zielschießen** Präzision.

Welches Material braucht man zum Stockschießen?

Man benötigt einen Stockkörper, Stiel und Laufsohlen (Platten), die je nach Untergrund angepasst werden. So verwendet man im Winter auf Eis Gummilaufsohlen und im Sommer auf Sportböden Kunststoffplatten. Im Sommer spielt man mit normalen Sportschuhen, im Winter benötigt man jedoch spezielles Schuhwerk mit rutschfesten Sohlen.

Der Stockkörper wiegt zwischen 2,73 kg (Schülerstock) und 3,83 kg. Die Stockkörper werden zusätzlich mit unterschiedlichen Schwerpunkten und Schlagkraftstärken angeboten.

Der Stiel ist der Griff des Eisstockes und verbindet den Stockkörper mit der Laufsohle. Diese unterscheiden sich nach Grifflänge und Griffform. Die Griffbeläge können gewählt werden. Im Profibereich ist es wichtig, einen Stiel mit der richtigen Schwerpunktverteilung zu finden – wobei sich die Turnierspieler:innen diese individuell anfertigen lassen. Wie der Stockkörper unterliegt auch der Stiel genauen Richtlinien.

Die Laufsohlen sind in verschiedenen Härtegraden (Shore genannt) verfügbar, was zu unterschiedlichen Laufeigenschaften auf dem Untergrund führt. Den Härtegraden sind entsprechende Farben zugeordnet. Farbliche Abstufung der Laufeigenschaften von schwer bis leicht zu spielen: blaulila, hellblau, dunkelblau, orange, gelb, grau, schwarz, grün, rot, weiß.

Mit welchen Kosten muss man rechnen?

Ein kompletter Eisstock (Stiel, Stockkörper, Laufsohle) kostet im Profibereich ca. EUR 500,-.

Ein gebrauchter Eisstock (Anfänger) kann bereits zwischen EUR 100,- bis EUR 200,- gekauft werden.



Landesmeisterschaft Zielwettbewerb Nachwuchs 2025

Die SPORTUNION Salzburg ist mit 58 Eis- und Stocksportvereinen flächendeckend in der gesamten Region vertreten:

1. Union Sport Club Abersee
2. Union Eisschützen-Verein Abtenau (UEV Abtenau)
3. Eisschützenverein Altenmarkt
4. Union Sportclub Altenmarkt
5. Union-Eisschützenverein Anthering
6. SPORTUNION Bergheim – Stockschützen
7. Union-Eisschützenverein Berndorf 1979
8. Eisschützenverein Böndlsee
9. Union Stockschützenverein Eben im Pongau (USSV Eben)
10. Sportverein (USV) Ebenau
11. Union Sportverein Elixhausen
12. Union Sportclub Eugendorf
13. Union Sportverein (USC) Faistenau
14. Union Sportklub Filzmoos
15. Eisschützenverein Fusch
16. Union-Sportverein Fuschl am See
17. Eisschützenklub Goldegg
18. Union Großarler Eisschützen
19. USV Hallwang
20. USV Hollersbach
21. Eisschützenverein Hüttschlag
22. UNION Sportverein Koppl Stocksport
23. USV Koppl
24. USV Krispl-Gaissau
25. Union-Eisschützenverein Mattsee
26. Union Sportverein Michaelbeuern
27. Union-Sportklub Muhr
28. Eisschützenverein Niederuntersberg
29. SPORTUNION Niedernsill
30. Union Stockschützenverein Nußdorf
31. Eisschützen-Club Oberndorf
32. Union Eisschützenverein Obertrum
33. Union Eisschützenverein Oberuntersberg St. Veit
34. Union Sportverein Plainfeld – Zweigverein ESV
35. SPORTUNION Rauris
36. Eisstockverein Rußbach
37. Union Sportverein Rußbach
38. Schützengilde Saalbach-Hinterglemm
39. USV Schleedorf
40. Union Eisschützenverein Seeham
41. Union-Eisschützenverein Seekirchen 1970
42. Union Sportverein St. Georgen b. Sbg.
43. Eisschützen-Union St. Gilgen Abersee
44. Union Sportklub Raika St. Koloman
45. Union Sportverein St. Margarethen
46. Wintersportverein St. Martin am Tennengebirge
47. Union Sportklub St. Michael
48. Eisstockschützenverein St. Veit im Pongau
49. Eisschützenverein Sparkasse Tamsweg
50. Union-Eisschützenverein Taxenbach
51. Union-Eisschützen Verein Thalgau
52. Union Sportverein (USV) Thalgau
53. Union Sportclub Thomatal
54. Union Sportverein Unternberg
55. Union Sportklub Uttendorf
56. Eisschützenverein Wald im Pinzgau
57. Union Sportverein Weißbach
58. USV Raiffeisen Zederhaus



Weitere Informationen zu den Salzburger Eis- und Stocksportvereinen:

<https://sportunion.at/sbg/vereine/>





SPORTUNION LANDESMEISTERSCHAFTEN 2025/26

Der Countdown läuft!

Nicht mehr lange, dann heißt es wieder: Anpfiff für die SPORTUNION Landesmeisterschaften!

Die 22. Auflage unseres beliebten Hallenfußball-Highlights steht in den Startlöchern – und traditionell eröffnet die U12 am 16.11.2025 die Turnierserie.

Besonders heiß umkämpft ist der Titel in dieser Altersklasse, denn das Siegerteam qualifiziert sich gleichzeitig für die Bundesmeisterschaft, die heuer am 24.01.2026 in Innsbruck ausgetragen wird. Vor zwei Jahren konnte sich der FC Bergheim diesen begehrten Titel in Graz sichern – kommt der Titel heuer wieder nach Salzburg?

Wir erwarten auch in dieser Saison erneut über 800 Kinder und Jugendliche in der Halle des ULSZ Rif, die in den Altersklassen U9 bis U14 sowie der U16 um den Landesmeistertitel kämpfen werden.

Termine:

- U12 – 16. November 2025
- U10 – 03. Jänner 2026
- U11 – 04. Jänner 2026
- U14 – 21. Februar 2026
- U16 – 22. Februar 2026
- U13 – 28. Februar 2026
- U9 – 01. März 2026

Das Anmeldeformular findet ihr auf unserer Homepage unter:
<https://sportunion.at/sbg/sportunion-landesmeisterschaften/>



Die Vorfreude steigt – wir freuen uns auf spannende Spiele, tolle Stimmung und ein großartiges Fußballfest!

Zum Turnierplan



Ihr Ansprechpartner

 **Lukas Hindler**
 lukas.hindler@sportunion-sbg.at
 +43 662/84 26 88 - 12

Die SPORTUNION unterwegs

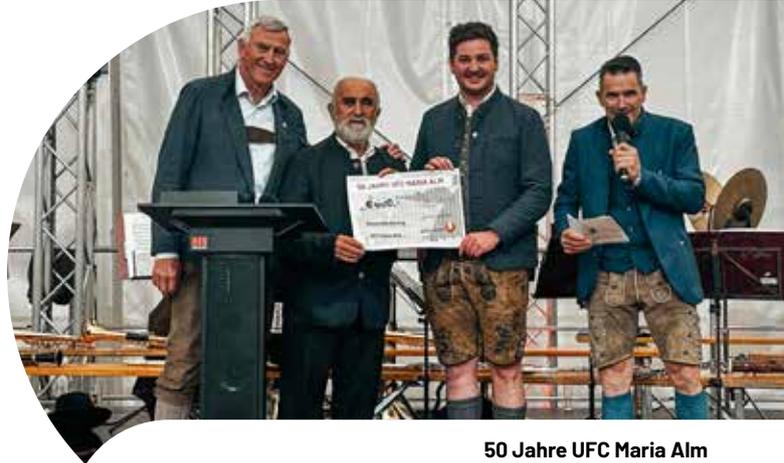


60 Jahre Skiclub Nußdorf

Dipl. Ing. Sudhir Batra überreichte beim Jubiläumfest den Gutschein der SPORTUNION an Obmann Florian Rausch.



SPORTUNION-Präsident Herbert Steinhagen besuchte die Ferienaktion **sports4fun** in Eugendorf. Im Bild von links Eugendorfs Bürgermeister Robert Bimminger, Projektleiterin Julia Kastner und Herbert Steinhagen.



50 Jahre UFC Maria Alm

SPORTUNION-Bezirksreferent Rudi Hinterlechner nahm an den Feierlichkeiten teil. Im Bild von links: Präsident UFC Maria Alm Fritz Lederer, Bezirksreferent Rudi Hinterlechner, Obmann UFC Maria Alm Lukas Seidl



Trendsportfestival 2025

v.l. Valentin Doupona, BSc. (SZM), Mag. Robert Tschaut (Bildungsdirektion), SPORTUNION Präsident Herbert Steinhagen, Isolde Schwaiger-Fleckl (UNIQA Vitalcoach), Anna Rohrmoser (Marketing UNIQA Salzburg), Erich Ivinger (UNIQA Vitalcoach), Bernd Frey (SPORTUNION).



Cyclodome Salzburg 2025

Im Bild v.l.: Lukas Leitner (SPORTUNION „Streusalz“), SPORTUNION Salzburg Geschäftsführer Bernd Frey, Landessportdirektorin Mag. Andrea Zarfl, MBA, SPORTUNION Salzburg Präsident Herbert Steinhagen, Martin Pucher (SPORTUNION „Streusalz“)

JUDO**Sport und Gemeinschaft beim Trainingslager in Hallein**

Foto: © Judo Union Hallein

Intensive Trainingseinheiten in Hallein

Beim Trainingslager der Judo Union Hallein-Golling kamen Kinder und Erwachsene zusammen, um ihre Techniken zu verbessern, ihre Fitness zu steigern und den Teamgeist zu stärken. Neben intensiven Trainingseinheiten gab es ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm. Ein besonderes Highlight für die Kinder war der Besuch bei der Freiwilligen Feuerwehr Hallein. Die Erwachsenen festigten die Freundschaften am Abend beim Gollinger Feuerwehrfest. Im Rahmen eines Orientierungslaufes wurde die Stadt Hallein erkundet.



Foto: © Judo Union Pinzgau

Die erfolgreichen Pinzgauer „Füchse“

Judo Bundesliga

Einen schönen Erfolg gab es für die Judo Union Raika Pinzgau in Rauris zu bejubeln. Mit einem 8:6 Erfolg über den Tabellenführer Wimpassing konnten die „Füchse“ aus dem Pinzgau den vorzeitigen Aufstieg in das Bundesliga Play Off fixieren und sind nun Zweiter in der Tabelle. Herausragend dabei war die Leistung von Daniel Pail, der den ungarischen Legionär der Wimpassinger besiegen konnte, sowie die gesamte kämpferische Mannschaftsleistung.



Foto: © Kanupolo Salzburg

1. Platz: UKK Wien U21, 2. Platz: UKK Wien Senior, 3. Platz: KN Innsbruck

KANUPOLO**Salzburg ist zum dritten Mal Ausrichter der ÖSTM**

Bereits zum dritten Mal fand die Österreichische Staatsmeisterschaft in der Mozartstadt statt. Mit der Heimstätte vom Verein „Kanupolo Salzburg“ am Salzach Badese in Salzburg-Liefering gab es optimale Bedingungen. Sportlich gesehen lief es für die Salzburger (Vorjahres-Vizemeister) nicht ganz optimal. Nach einer soliden Vorrunde mussten sie sich gegen beide Wiener Teams geschlagen geben. Im kleinen Finale gegen Innsbruck verpassten die Salzburger knapp das Podest.



Foto: © Karate Union Walsersfeld

Das Austrian Junior Open in der Walsersfeldhalle

KARATE

Austrian Junior Open 2025

In der Walsersfeldhalle kämpften 700 Athlet:innen aus 16 Nationen und 110 Vereinen mit über 1.000 Nennungen in den Disziplinen Kata und Kumite um die Medaillen. Die Karate Union Walsersfeld freute sich über herausragende Erfolge: Mit 12 Medaillen, davon fünf in Gold, wurde der 3. Platz in der Medaillenwertung erzielt. Allen voran Armin Selimović, der in den Kategorien U21 Kumite +84 kg und Open gleich zwei Goldmedaillen erkämpfte. Luca Ebner holte in der Klasse Junioren -76 kg Gold. Ceylin Cetin krönte ihre Leistung mit dem 1. Platz in der Klasse Juniorinnen -59 kg. Die weiteren Ergebnisse: 1. Elena Moser Kata EZ U8, 2. Plätze: Kata Team U10 Weiblich (Moser, Kowald, Öztürk), Kata Team U12 Weiblich (Voggenberger, Moser, Helmsauer), Kata Team U10 Männlich (Spindler, Raffler, Annerl). 3. Plätze: Kata Team U14 Weiblich (Gärtner, Gigic, Ebner), Kata Team U14 Weiblich (Gärtner, Matzinger, Sacher), Kata Team U12 Männlich (Schwab, Öztürk, Leymüller), Lisa Kowald Kata U8 weiblich.



Foto: © Lena Dillinger

Vizeweltmeisterin Alma Brandstätter

PFERDESPORT

URC Burghauser feiert Erfolge bei Islandpferde-WM

Drei Reiterinnen vertraten den Verein bei der Weltmeisterschaft für Islandpferde im schweizerischen Birmenstorf und kehrten mit beeindruckenden Ergebnissen zurück. Allen voran Alma Brandstätter, die mit ihrer Stute Frigg in der Passprüfung Vizeweltmeisterin wurde. Im Fünfgang erreichte sie den 10. Platz. Auch ihre Vereinskolleginnen bewiesen Nervenstärke und Können: Lorraine Essl erritt mit Forni im Fünfgang den 6. Platz und in der Töltprüfung T2 den 8. Platz, gefolgt von Clara Pann, die mit Gjóla den 10. Platz in der T2 belegte. „Wir sind sehr stolz auf unsere Reiterinnen – sie haben den URC Burghauser würdig auf internationaler Bühne vertreten“, so der URC Burghauser.

Nationales Vielseitigkeitsturnier beim URC Waidach für Haflinger, Noriker & Warmblutpferde

„Vielseitigkeit auf höchstem Niveau!“ gab es in Piesendorf-Walchen zu sehen. Die charmante Reitanlage „Waidachbauer“ wurde zum Treffpunkt für mehr als 100 Pferde und ihre Reiter:innen. Das Turnier begann mit der Mannschaftsdressur der Noriker, danach gab es den Teilbewerb der Einzeldressur, um dann in der Vielseitigkeit zu starten. Der Geländeritter mit Andreas Riedl und dem Hausherrn Josef Vogltreiter als Geländebauer sorgte für Emotion pur. Mit dem Springen ging es als letzten Teilbewerb weiter.



Foto: © Stefanie Karner Fotografie

Lisa Kezmah beim Springen in der allgemeinen Klasse



v.l.n.r.: Harald Palli, Franz Bachmann, Peter Rohrmoser, Peter Zehentmayer, Günter Rager, Jakob Dorfer

Foto: © Bachmann

PLATTENWERFEN

Landesmeistertitel 2025 für Maishofner Plattenwerfer

Die Maishofner Plattenwerfer holten den 1. Rang im Brauchtum-Plattenwerfen vor Dorfgastein 1 und Bad Aussee. Der Vorjahreslandesmeister Großarl 1 landete auf Rang 4. Die Maishofner konnten auch die Einzellandesmeisterschaft für sich entscheiden. Landesmeister wurde Günter Rager und Peter Rohrmoser Vizelandesmeister. Vier Maishofner Plattenwerfer schafften es unter die besten Zehn. Bei der letzten Tageswertung im Einzelwerfen sicherte sich noch Reinhard Höring den 1. Platz.

RADSPORT

Union OLD MEN Team Faistenau (OMT) unterstützt Tour of Austria

Das OMT Faistenau war als Volunteer bei der Tour of Austria im Einsatz. Die begeisternde Flachgau-Etappe vom Schloss Hellbrunn auf den Gaisberg führte mit einer Bergwertung auch durch Faistenau. Um die umfangreichen Verkehrsabsicherungen etc. kümmerte sich das OMT und erhielt großes Lob vom Veranstalter. Weiters zeigte sich das OMT auch heuer für den Mozart 100 Ultratrail und die etablierte sport4fun Ferienwoche verantwortlich.



Das Union Old Men Team Faistenau

Foto: © OMT



Die WM-Silbermedaillengewinnerinnen v.l.: Malena Kernacs, Luisa Galvan, Birgit Halwachs und Selina Memeti

Foto: © TGUS

RHÖNRAD

3. Team Weltmeisterschaft Eliteklasse – Silber für Österreich

Das TGUS-Team konnte in Leipzig die erste WM-Silbermedaille nach spannendem Wettkampf holen.

In der ersten Runde holte Luisa Galvan 1 Punkt, Birgit Halwachs ergatterte in Runde zwei und fünf jeweils 3 Punkte. Malena Kernacs erreichte in Runde drei und sechs auch jeweils 3 Punkte. Selina Memeti holte in Runde vier 3 Punkte.



Die TGUS-Rhönrraddamen v. l. Luisa Galvan, Birgit Halwachs, Selina Memeti und Malena Kernacs wurden beim Tag des Sports in Wien geehrt.

Foto: © Pichler/TGUS

RHÖNRAD

Ehrung in der Hall of Fame am historischen Wiener Heldenplatz beim Tag des Sports

Das Sportministerium ehrte das TGUS-Rhönrrad Elite Team mit Malena Kernacs, Birgit Halwachs, Selina Memeti und Luisa Galvan für die WM-Silbermedaille 2025. Besonders hervorgehoben wurde Malena Kernacs, die nicht nur heuer mit dem Team WM Silber in Leipzig, sondern auch 2024 bei der WM in Almere/NL Silber in der Spirale und Bronze im Geradeturnen mit Musik geholt hat. Birgit Halwachs, 1. österr. Weltmeisterin, holte Gold und Silber 2022 in Sønderborg/DK. Selina Memeti wurde 8. in Almere und Luisa Galvan holte Rang 4 als Juniorin in der Spirale. Das TGUS-Team hat sich 2024 als viertes Team für die WM 2025 in Leipzig qualifiziert und Silber geholt. In Österreich gibt es nur einen Rhönrradverein, die TGUS, Turn-Gym-Union- Salzburg, der leistungsorientiertes Rhönrradturnen anbietet und jetzt in der Weltspitze mitmisch. Leider konnte Dr. Ingrid Vukusic, die bei der WM 2024 Bronze in der Sportart Roue Cyr (Einrad oder Monowheel) erturnte, aufgrund ihres Auslandsaufenthaltes in England an der Ehrung nicht teilnehmen. Es war die 1. WM-Cyr Medaille für Österreich.

RHYTHMISCHE GYMNASTIK

53. Österreichische Jugendmeisterschaften

Salzburg war durch die TGUS, Turn-Gym-Union-Salzburg und die Sportunion Rauris vertreten. Die TGUS trat mit 9 Gymnastinnen an und gewann insgesamt 11 Gold- und 2 Bronzemedailien. Mehrkampf-Ergebnisse: Jugend 1 (Reifen, Ball, Keulen, Band): 1. Eva Resmann TGUS. Jugend 3 (Reifen, Ball, Keulen): 1. Dariia Mykhailiuk TGUS. Jugend 4 (Reifen, Ball): 3. Lia Mutelica TGUS, 4. Nelly Merz TGUS. Einzel-Finali der besten Acht: 5x Gold und 1x Bronze. Jugend 4 Finale ohne Handgerät: 3. Nelly Merz TGUS, 5. Lia Mutelica TGUS. Jugend 3 Finale Reifen: 1. Dariia Mykhailiuk TGUS. Keulen: 1. Dariia Mykhailiuk TGUS, 7. Maria Teslenko TGUS. Jugend 1 Finale Ball: 1. Eva Resmann TGUS, 8. Anna Bezugla TGUS. Reifen: 1. Eva Resmann TGUS. Band: 1. Eva Resmann TGUS. Keulen: 5. Eva Resmann TGUS, 6. Johanna Herzog SU Rauris. Jugend 2 Finale Reifen: 5. Emilia Beckenberger TGUS. Eva Resmann mit 3 Einzelsiegen, Sieg im Mehrkampf und verantwortlich für den Team Erfolg in der Jugend 1 war die Dominatorin. Team-Wertungen: Jugend 3: 1. TGUS (D. Mykhailiuk, M. Teslenko). Jugend 2: 6. Turnsport Salzburg (E. Beckenberger TGUS, M. Obermoser SU Rauris). Jugend 1: 1. TGUS (E. Resmann, A. Bezugla, P. Resch), 6. SU Rauris. Jugend 4: 1. TGUS (L. Mutelica, N. Merz, T. Elbanna)



Die TGUS-Mädchen mit ihrer reichen Ausbeute

Foto: © TGUS



Foto: © URV Bad Vigaun

Das Team Vigaun bei den Österreichischen U14 Meisterschaften

RINGEN

Sieben Österreichische U14 Meister aus Bad Vigaun

Knapp über 100 Teilnehmer aus ganz Österreich kämpften um den Titel. Vom URV Bad Vigaun waren 11 Ringer am Start. Linus Kaposi (A/54kg) gewann alle seine Kämpfe in beiden Stilarten und krönte sich zum zweifachen U14 Meister. Dieses Double gelang auch Peter Pichler (A/42kg). Im Gr.-Röm. Stil wurden Alexander Wallmann (B/27kg) und Roland Wallmann (A/50kg) Meister. Thomas Salentinig (A/34kg) gewann Silber. Julian Stockl holte sich Bronze. Rupert Siller (A/34kg) wurde 5., Thomas Rettenbacher (B/29kg) und Markus Salentinig (A/38kg) erreichten den 6. Platz und Andreas Brüggler (B/34kg) und Andreas Siller (A/46kg) belegten den 8. Platz. Im Freistil wurde Andreas Siller (A/50kg) Österreichischer Meister, Silber holte sich Andreas Brüggler (B/34kg) und Bronze ging an Alexander Wallmann (B/27kg) und Roland Wallmann (A/50kg). Thomas Salentinig wurde 4., Julian Stockl 5., Rupert Siller 6., Thomas Rettenbacher 7. und Markus Salentinig belegte den 9. Platz. In beiden Stilarten konnte der URV Bad Vigaun Platz 4 in der Mannschaftswertung holen.

ROLLSTUHLTANZEN

Silber beim Worldcup für Sanja Vukasinovic

Sanja Vukasinovic vom Salzburger Rollstuhlтанзsportverein „WheelChairDancers“ gewann die Silbermedaille in der Disziplin Freestyle. Es nahmen 21 Damen aus 15 Nationen beim 2025 Oristano WPDS Worldcup in Italien teil. Erstmals präsentierte sie ihre neue Choreografie zu „La Terre vue du ciel“ von Armand Amar.



Foto: © WCDS

Sanja Vukasinovic mit Obfrau Kerstin Govekar

SHOWDANCE

Toller Erfolg von Olivia Lienbacher in Burgos/ESP

TGUS-Tänzerin Olivia Lienbacher holte bei den Worldfinals des Dance World Cups in Spanien im Jazz Solo Junior 1 (Why does my heart cry) den 1. Platz, im Solo Lyrical 1 (It´s all coming back) den 1. Platz, im Solo Contemporary Junior 1 (Cruel Intentions) den 4. Platz und im Solo Show Stopper Junior 1 (Etude of Masks) den 6. Platz.



Foto: © Ite

Olivia Lienbacher (TGUS)



Foto: © Richard Nuszpl / SPORTUNION Spartenreferent

Die Sieger:innen der SPORTUNION Bundesmeisterschaften

SPORTKEGELN

SPORTUNION Bundesmeisterschaften

120 Starter:innen aus sechs Bundesländern konnten auf der Bahn des USK Hallwang begrüßt werden. Die Salzburger Vereine stellten in der Mannschaftswertung auch überall Teams. Der USK Hallwang konnte in der Klasse U10 zwei Burschen und drei Mädchen, die aus dem Schulsport gewonnen wurden, stellen.

SQUASH

Offene Salzburger Meisterschaften

Im Tenniscourt Süd fanden sich sechzehn Teilnehmer, angeführt von Österreichs Rekord Staatsmeister Aqeel Rehman, ein. Besonders hervorzuheben war die Leistung der jungen Spieler. Dennoch zeigte die Erfahrung der älteren Teilnehmer ihre Stärke und sie setzten sich letztlich durch. Der ungeschlagene Österreichische Meister Aqeel Rehman (SSP) dominierte von Anfang an und schickte Daniel Lutz (USCA) mit 11/6, 11/5 und 11/9 vom Court.



Foto: © Rehman

Im Bild v. l. Johannes Cebis, Aqeel Rehman, Georg Rieser



Foto: © Taekwondo Oberndorf

Das starke Team des Taekwondo Oberndorf

TAEKWONDO

Österreichischen Taekwondo-Meisterschaften

Taekwondo Oberndorf zeigte bei den Österreichischen Staatsmeisterschaften und Österreichischen Meisterschaften starke Leistungen. Poomsae: Gleich drei Titel gingen in der U12 an Oberndorf: Sarah Sigmund wurde erneut Österreichische Meisterin. Ebenfalls Gold holte sich Alexander Lemmer. Gemeinsam traten die Beiden im Paarlauf an und sicherten sich auch hier Gold. Bei ihrer ersten Teilnahme in der Juniorenklasse zeigte Nina Sigmund eine tolle Leistung, schied jedoch in der ersten Runde äußerst knapp aus. Ebenso erging es Marvin Oswald bei seiner ersten Staatsmeisterschaft in der Allgemeinen Klasse. Für Silber sorgte Daniela

Wächtler (U40). Alexandra Kail (U50) rundete das gute Ergebnis mit einem 5. Platz ab. Kyrougi: Die SSM-Schülerinnen Zoey Ecker und Sophie Grabner konnten leider nicht an ihre gewohnten Leistungen anknüpfen. Dennoch erkämpfte sich das Team insgesamt zwei Silber- (Nadja Music, U14 und Breeana Würfel, U12) und drei Bronzemedailles (Ilyv Ecker, Zoey Ecker und Ines Music). Sara Music und Sophie Grabner belegten den 5. Platz. Die Erfolge spiegelten die engagierte Nachwuchsarbeit wider, für die Poomsae-Trainer Manfred Kral eine Auszeichnung des Österreichischen Taekwondo-Verbandes erhielt.

TANZEN

Dance Base Salzburg hebt ab – neuer Standort, neue Kurse, noch mehr Tanzpower!

2023 gab es einen wilden Umbau in der Weiserhofstraße in Salzburg: die Dance Base wurde frisch eröffnet – mit noch mehr Platz für Energie und Begeisterung. Doch es wäre nicht die Dance Base, wenn nicht schon das nächste Level eingeläutet werden würde: Im September 2025 wurde expandiert und es gibt einen weiteren Standort in der Ziegeleistraße 18. Mehr Raum, mehr Möglichkeiten, mehr Tanz für alle, die sich bewegen wollen. Insgesamt gibt es über 30 Kurse pro Woche für Groß und Klein – von absoluten Anfänger:innen bis zu ambitionierten Fortgeschrittenen oder allen, die einfach Spaß am Tanzen haben möchten. 15 hochmotivierte Trainer:innen teilen ihre Leidenschaft in drei modern ausgestatteten Tanzsälen und bringen eine Vielfalt an Tanzstilen näher:

➔ Kindertanz, Hip Hop, Contemporary Flow, Contemporary, Street Jazz, Commercial, Shuffle Dance, Break Dance, Dancehall & Afro Fusion, High Heels Class, Ballett, TikTok Choreo Kids, Afro Dance, Krafted Movements, House Dance sowie die exklusive Masterclass. Ob Kind oder Erwachsener, Anfänger:in oder Bühnentalent – in der Dance Base findet jede:r Tanzliebhaber:in seinen/ihren Platz. Ein besonderes Highlight ist die Masterclass, in der Talente ihr Können verfeinern und an ihrer Bühnenpräsenz feilen können. Aber auch für alle Hobbytänzer:innen bleibt genügend Raum – schließlich lautet das Motto: wichtig ist die Freude an der Bewegung. Weiters gibt es spannende Workshops und die Möglichkeit, die Räume für Projekte zu mieten oder Kindergeburtstage zu feiern.

<https://dancebase.sportunion.at/>

<https://dancebase.sportunion.at/angebot/kurse/>

<https://www.instagram.com/dance.base45/>

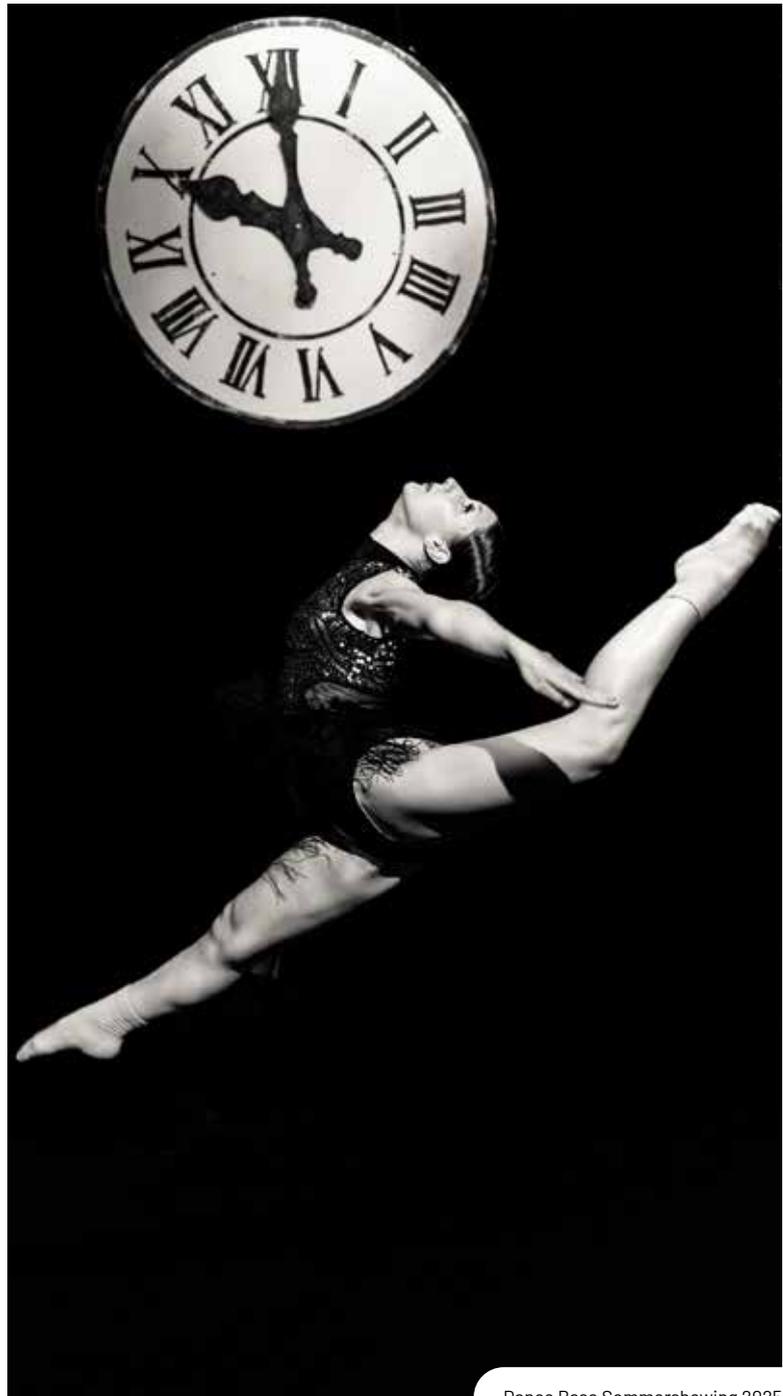


Foto: © Georg Krietsch

Dance Base Sommershowing 2025



Foto: © Pichler

Gold für Sophia Pichler und Lucja Kobosz (Pol)

TISCHTENNIS

1. Sieg von Sophia Pichler beim WTT U15 Turnier in Riga im Mädchen Doppel

Sophia Pichler vom UTTC Sparkasse Salzburg kletterte beim europäischen Youth Turnier im lettischen Riga aufs oberste Podest. Sie gewann mit Einzelsiegerin Lucja Kobosz (Pol) das U15-Doppel. Im Einzel wurde die Salzburgerin Fünfte. Joshua Sams belegte mit dem Tiroler Alexander Mayer im U15-Doppel Rang neun.



Foto: © TGUS

Tolle Ergebnisse für die TGUS-Turnerinnen

TURNEN

Turn10 - 1. Team-Cup

Im ULSZ-Rif fand der erste Team-Cup Turn 10 mit 300 Teilnehmer:innen statt. Die TGUS (Turn-Gym-Union-Salzburg) war mit neun Teams am Start und konnte tolle Ergebnisse holen: Basisstufe TUI AK 9-10: 12. TGUS-7, Basisstufe - TUI AK 11: 2. TGUS-5, 6. TGUS-8, Basisstufe - TUI AK 13: 1. TGUS-3 mit Marie Hohla, Valerie Aichinger, Emilie Oberndorfer, Sophia Weber, 7. TGUS-4, Basisstufe - TUI AK 14: 1. TGUS-2, Lea Moser, Anna Kopp; Julia Sommerer, Katja Neumaier, Oberstufe TUI AK 15-18: 1. TGUS-1, Clara Rettensteiner, Valentina Baumgartinger, Sophia Hajek, Anna Leifer, 4. TGUS-6, Oberstufe TUI AK 19 und älter: 1. TGUS 9, Julia Kurz

VOLLEYBALL

USC-Eugendorf – Turnier und Trainingslager

Der Verein hat sich mit dem Leistungskader in Holzgerlingen (GER) einem internationalen Turnier in der Kategorie U18 und U16 gestellt. In der U16 konnte der sensationelle dritte Platz belegt werden (von 21 Teams) und erzielte damit auch den bisher besten Vereins Erfolg.

Unter großer Beteiligung wurde das Trainingslager in Fürstenfeld abgehalten. Neben einem Beach Turnier direkt im Ort und dem Besuch der Therme Loipersdorf wurde die hoteleigene Doppelfeldhalle für viele Trainingsstunden genutzt.



Foto: © Bammer

Die Sieger des internationalen Turnieres in Holzgerlingen



Foto: © USC Werkschulheim Felbertal

Das Oberstufen-Beachvolleyballturnier USC Werkschulheim Felbertal

VOLLEYBALL

60 Jahre USC Werkschulheim Felbertal: Jubiläumswochenende am Werkschulheim

Zahlreiche Schüler:innen, Lehrkräfte, Eltern, Geschwister sowie viele ehemalige Mitglieder der Schulgemeinschaft nahmen daran teil. Das Programm zeigte die breite sportliche Ausrichtung des Vereins. Einer der Höhepunkte war das Beachvolleyballturnier der Oberstufe. Darüber hinaus wurden Fußball- und Streetballturniere, Badmintonbewerbe, ein Crosslauf, ein Trailrun sowie Aktivitäten in den Bereichen Klettern, Tischtennis, Leichtathletik und Rückschlagspiele angeboten. Für jüngere Besucher:innen standen eine Kinderstation, ein Kletterturm und eine Zirkusstation bereit. Beim Festakt präsentierten sich die einzelnen Sektionen des Sportclubs und hoben die Bedeutung des Sports im Schulalltag hervor. Das Jubiläum unterstrich die zentrale Rolle des Sportclubs im Werkschulheim Felbertal – als Ort der Bewegung, Begegnung und des gemeinschaftlichen Engagements, freuten sich Obmann Mag. Stefan Felgitscher und Union Ehrensenat Franz Kendler unisono.

Der neu gewählte Vorstand v. l.: Johannes Lackner, Robert Tschaut, Herbert Steinhagen, Lena Pilz, Rainer Summersberger (hinten), Birgit Berger, Sabrina Rohrmoser, Sabine Schatzl, Christian Stöckl, Thomas Wörz



Foto: © SPORTUNION Salzburg/WilfBild

SPORTUNION LANDESTAG 2025

NEUES PRÄSIDIUM DER SPORTUNION SALZBURG BEI NEUWAHLEN BESTÄTIGT

Unter dem Beisein von zahlreichen Ehrengästen aus Politik, Gesundheit und Sport fand am 12. September im Stiegl-Keller der Landtag der SPORTUNION Salzburg statt. Im Zuge der Neuwahlen wurden unter anderem personelle Neubesetzungen im Vorstand von den Delegierten beschlossen und Herbert Steinhagen einstimmig zum neuen Präsidenten für die Funktionsperiode 2025-2029 gewählt. Abgerundet wurde der Landtag mit der Verleihung des prestigeträchtigen Nachwuchsförderpreises, den sich im heurigen Jahr Emilia Herzgsell, Nachwuchstalent des USC Altenmarkt-Zauchensee, sichern konnte.

Vorstand der SPORTUNION stellt sich neu auf

Herbert Steinhagen, langjähriges Vorstandsmitglied und bisher Vizepräsident der SPORTUNION Salzburg, wurde einstimmig als neuer Präsident bestätigt. Er folgt auf Michaela Bartel, die aus beruflichen Gründen nach zwei Funktionsperioden aus dem Vorstand ausscheidet.

„Ich freue mich über das ausgesprochene Vertrauen. Gemeinsam mit meinen Vorstandskolleg:innen und unseren 446 Vereinen werde ich mich dafür einsetzen, dass wir innovative und nachhaltige Sportangebote im Bundesland Salzburg für alle Altersgruppen ausbauen – vom Breiten- bis hin zum Leistungssport. Sport ist eine Querschnittsmaterie. Deshalb ist mir die Vernetzung mit unterschiedlichen Interessensgruppen und Ressorts ebenso wichtig. Denn mit Teamwork klappt vieles einfacher und es wird damit ein Mehrwert geschaffen, von dem der Sport nachhaltig profitieren wird.“



Herbert Steinhagen

Verstärkt wird Herbert Steinhagen von einem multiprofessionellen Vorstandsteam. Mag. Dr. Thomas Wörz, Geschäftsführer des Salzburger Schulsportmodells SSM, wurde als Vizepräsident von den Delegierten wiedergewählt. Mit Lena Pilz, BEd rückt eine erfahrene Vorstandskollegin als

Vizepräsidentin nach. Lena Pilz war zuletzt als Vorstandsmitglied für die Bereiche „Kultur, Werte und Soziales“ zuständig und wird auch in ihrer neuen Funktion den Fokus ihrer Arbeit darauflegen. Weiter im Vorstand bleiben auch Mag. Dr. Christian Stöckl und Mag. Rainer Summersberger.

Neu in den Vorstand bestellt wurden:

Birgit Berger, MSc.

Präsidentin des Salzburger Triathlonverbandes

„In meiner Funktion als Obfrau des TrumerTriTeams hatte ich auf mehreren Ebenen mit der SPORTUNION Kontakt und durfte diese als eine hoch professionelle Organisation mit motivierten Mitarbeiter:innen erleben.

Die Art und Weise, wie gearbeitet wird, unterstützt Vereine in der täglichen Arbeit und erleichtert Funktionär:innen das Leben. Ich freue mich, dieses Engagement mittragen zu dürfen und auf viele neue sportliche Inputs und Erfahrungen.“



Birgit Berger

Sabrina Rohrmoser, BA MA ;BA

Geschäftsführerin des Universitäts- und Landessportzentrum Rif

„Die SPORTUNION Salzburg erlebe ich als mitgliederstarken Verband, der die traditionellen Sportarten fördert, den Breiten- und Gesundheitssport anspricht und zugleich auf innovative Projekte und Sportarten setzt und dabei die Vereine, Funktionär:innen, Trainer:innen sowie natürlich die Sportler:innen bestens im Blick hat – dieser ganzheitliche Ansatz spricht mich sehr an – so funktioniert es auch, Menschen zur Bewegung zu bringen. Auch als Geschäftsführerin vom ULSZ Rif ist mir ein umfassender, systemischer Ansatz wichtig – sowohl in der Führungsarbeit als auch in der Zugänglichkeit des Sportzentrums mit all unseren Nutzergruppen. In den letzten Jahren konnte ich mir ein sehr gutes Netzwerk im Sport, in der (Sport)politik und Wirtschaft sowie mit zentralen Institutionen auf regionaler Ebene, in Österreich aber auch über die Grenzen hinweg aufbauen. Dabei unterstützen mich meine Funktionen als stellvertretende Vorsitzende vom Olympiazentrum sowie Beiratsmitglied im SSM. Als Vizepräsidentin vom IAKS Österreich setze ich mich mit Sportinfrastruktur und der Betriebsführung von Sportzentren auseinander, wofür ich mit Vertreter:innen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz vernetzt und im Austausch bin. Gerne möchte ich meine Erfahrungen und mein Knowhow einbringen, aktiv zur Weiterentwicklung im Verband beitragen und Verantwortung übernehmen. Gemeinsam werden wir neue Impulse setzen und Herausforderungen angehen, um die so wichtige Basisarbeit in den Salzburger Sportvereinen auf den verschiedenen Ebenen zu unterstützen.“



Sabrina Rohrmoser

Mag. Sabine Schatzl

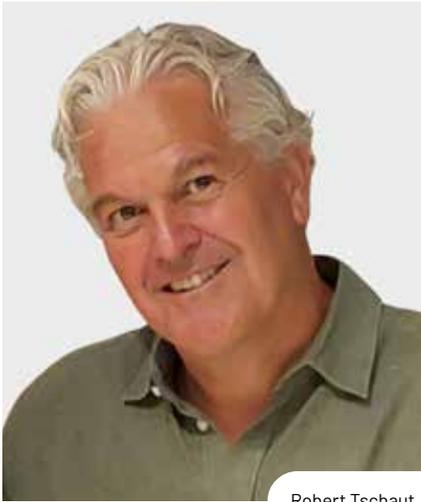
Juristin

„Ich freue mich auf eine Mitarbeit im Landesvorstand weil das Engagement für den Sport eine Bereicherung für mich darstellt und es mir eine Ehre ist, diesen Verband an der Seite großartiger Persönlichkeiten zu unterstützen. Als Juristin habe ich manchmal vielleicht einen anderen Blick auf die Dinge, aber gerade damit möchte ich mich auch gerne im Team einbringen.

Ich selbst bin sportbegeistert und verfolge das Geschehen in der SPORTUNION schon sehr lange mit großer Bewunderung. Ich finde es beeindruckend, wie ein Verband wie dieser es schafft, so viele verschiedene Vereine zu unterstützen und Menschen ohne jegliche Diskriminierung zusammenzubringen.“



Sabine Schatzl



Robert Tschaut

Mag. Robert Tschaut

Fachinspektor für Bewegung und Sport

„Ich freue mich auf eine Mitarbeit im Landesvorstand, weil ich die SPORTUNION Salzburg beruflich und privat seit langer Zeit begleite und meine Expertise im Sinne des Salzburger Sports sehr gerne einbringen werde.“

Mag. Johannes Lackner

Olympiapfarrer

„Ich freue mich darauf, im Landesvorstand der SPORTUNION Salzburg mitarbeiten zu dürfen, weil ich schon von klein auf sehr sportbegeistert bin, weil ich die SPORTUNION im Rahmen meiner bisherigen Tätigkeit als Sportseelsorger als eine große Familie kennengelernt habe und weil ich davon überzeugt bin, dass Glaube und Sport gemeinsam in der Gesellschaft vieles zum Guten bewegen können.“



Foto: © Hwa Naqshi

Johannes Lackner



SPORTUNION Österreich Präsident Mag. Peter McDonald gratuliert Herbert Steinhagen

Foto: © SPORTUNION Salzburg/Wildbild

Mag. Peter McDonald: „Interdisziplinäres und hoch kompetentes Team“

„Ich möchte mich für die herausragende Arbeit der letzten Jahre für Salzburgs Sportvereine stellvertretend für den Vorstand bei der scheidenden Präsidentin Michaela Bartel recht herzlich bedanken. Die Salzburger SPORTUNION war nicht nur im Bundesland, sondern auch in der Gemeinschaft der Präsidenten auf Bundesebene in Wien stets eine starke Stimme für Salzburg“, so Mag. Peter McDonald, Präsident der SPORTUNION Österreich.

„Es freut mich, dass es gelungen ist mit Herbert Steinhagen einen erfahrenen Sportfunktionär und Verbinder für das Präsidentenamt zu gewinnen und mit ihm ein interdisziplinäres und hoch kompetentes Vorstandsteam. Ich gratuliere im Namen der SPORTUNION-Familie zu diesem Wahlergebnis und hoffe, dass sie den so erfolgreich eingeschlagenen Weg weiter fortsetzen“, ergänzt McDonald.

Impressionen vom SPORTUNION Landestag 2025



v. l. Bezirksreferent Flachgau Norbert Laimer, Lena Pilz, Bezirksreferent Reiter und Fahrer Anton Meingast, Sabrina Rohmoser, Bezirksreferentin Pongau Veronika Scheffer, Bezirksreferentin Tennengau Kati Baier-Bein und Herbert Steinhagen



v. l. Bernd Frey, Dr. Christian Stöckl, Landesrätin Mag. Daniela Gutschl, Herbert Steinhagen



Die zahlreichen Delegierten beim Gedenken an die Verstorbenen



v. l. Moderatorin Marissa Jöbstl, Landesrat Mag. Martin Zauner, Landesrätin Mag. Daniela Gutschl, Mag. Peter McDonald, Bürgermeister Bernhard Auinger, Herbert Steinhagen



Herbert Steinhagen wurde einstimmig zum Präsidenten gewählt



Das gesamte Salzburger SPORTUNION-Mitarbeiterteam mit Herbert Steinhagen

Fotos: © SPORTUNION Salzburg/Wildbild



80 Jahre SPORTUNION - v.l. Ehrensenatsvorsitzender Herbert Winkler, TGUS-Obmann Johann Pichler, Karateka Alisa Buchinger, Herbert Steinhagen, Peter McDonald und Marissa Jöbstl



v. l. Birgit Berger, Bernd Frey, Sabrina Rohmoser mit Gatten, Rainer Summersberger



Sabine Mayrhofer wurde zum Ehrenmitglied der SPORTUNION Salzburg ernannt - im Bild mit Herbert Steinhagen.



"Die jungen Tennengauer" sorgten für die musikalische Umrahmung



Der neue Sportzentrum Mitte Obmann Robert Tschaut (rechts) mit Gattin (links) und Sabine Mayrhofer



Auch das Präsidium der SPORTUNION Österreich besuchte den Salzburger Landtag



Fotos: © SPORTUNION Salzburg/Wildbild

NACHWUCHSFÖRDERPREIS 2025

Emilia Herzgsell & Schwimm Union Generali Salzburg als große Sieger

Grund zum Jubeln hatte bei der Verleihung des diesjährigen Nachwuchsförderpreises die Pongauerin Emilia Herzgsell. Die Athletin des Union Skiclub Altenmarkt-Zauchensee, die bei der Junioren-Weltmeisterschaft in Tarvis Bronze in der Team-Kombination gewann, konnte sich unter insgesamt 23 Einreichungen durchsetzen. Platz zwei ging an den Karateka Armin Selimovic, Bronzemedailengewinner der Junioren-Europameisterschaft, gefolgt von der mehrfachen Showdance-Weltmeisterin Olivia Lienbacher auf Rang drei.

Der Nachwuchsförderpreis der SPORTUNION Salzburg hat inzwischen Tradition. Im Rahmen des SPORTUNION Landtags wurde dieser bereits zum 16. Mal vergeben. Ausgezeichnet wurden Sportler:innen der Jahrgänge 2005 – 2010, die bereits nationale und



Mag. Daniela Gutsch (links) und Dr. Thomas Wörz (rechts) gratulierten Dr. Kurt Kozak von der Schwimm Union Generali Salzburg zum Vereinspreis

internationale Topleistungen erbracht haben. Die talentierte Skifahrerin Emilia Herzgsell ging als Siegerin aus insgesamt 23 Einreichungen von jungen Sportler:innen hervor. Vor den 240 Gästen im Festsaal des Stiegl-

Kellers berichtete Herzgsell von ihren beiden Top-10-Platzierungen in der Abfahrt bei den Europacuprennen in Zauchensee und gab einen Einblick auf ihre nächsten Ziele in der kommenden Saison. Mit dem Sieg sicherte sich die

junge Pongauerin ein Preisgeld in der Höhe von 2.000 Euro. Der Karateka Armin Selimovic von der Karate Union Walserfeld und die Showtänzerin Olivia Lienbacher von der Turn Gym Union Salzburg TGUS komplettierten das Podium. „Die diesjährigen Preisträgerinnen und Preisträger haben sich die Auszeichnung mehr als verdient. Mit ihren nationalen und internationalen Spitzenplatzierungen unterstreichen sie mehrfach, dass sie das Potential bis an die Weltspitze besitzen“, so **Herbert Steinhagen**, Präsident der SPORTUNION Salzburg.

Schwimm Union Generali Salzburg mit Vereinspreis prämiert

Den mit 2.000 Euro dotierten Vereinspreis sicherte sich in diesem Jahr die

Schwimm Union Generali Salzburg. Besonders die konsequente Förderung des Nachwuchsleistungssports überzeugte die Fachjury. Immer wieder bringt der vielseitige Verein Athlet:innen auf Weltklasse-Niveau hervor, wie an den Beispielen von Luka Mladenovic und Luca Karl sichtbar wird. Bei der Scheckübergabe durch Landesrätin **Mag. Daniela Gutsch** betonte Obmann Dr. Kurt Kozak, dass der Grundstock für die erfolgreiche Nachwuchsarbeit die Trainer:innen vor Ort sind, die mit den jungen Talenten arbeiten. Viele vom Trainerstab waren selbst im Leistungssport aktiv, haben eine jahrzehntelange Vereinsvergangenheit und geben diesen Spirit an die jüngere Generation weiter.

Nachwuchsarbeit, die Früchte trägt

446 Vereine mit 114 verschiedenen Sportarten tragen maßgeblich dazu bei, dass Sport facettenreich im Bundesland Salzburg ausgeübt werden kann – sowohl im Breiten- wie auch im Spitzensport. „Insbesondere bei der Förderung und Entwicklung von Nachwuchssportler:innen sind unsere Vereine am Puls der Zeit, indem sie junge Talente bis an die Spitze begleiten. Mit dem Förderprogramm Young Athletes und dem Nachwuchsförderpreis setzen wir zugleich wertvolle Impulse bei der Entwicklung von talentierten Sportler:innen bis zur Leistungssportkarriere“, betont **Mag. Dr. Thomas Wörz**, Vizepräsident der SPORTUNION Salzburg und verantwortlich für Leistungssport.



Jeweils EUR 500,- gingen an: v. l. Teodora Krajic, Sarah Kemetinger, Hermann Klug, Laurin Korber-Perner und Emma Stockinger

Foto: © SPORTUNION Salzburg/Wirdbild

SPORTUNION-Salzburg – Sportliche Vielfalt unter einem Dach

Die SPORTUNION Salzburg ist flächendeckend im Bundesland Salzburg mit 446 Vereinen in 114 verschiedenen Sportarten und 77.346 aktiven Mitgliedern einer der führenden Sportdachverbände des Landes. Die erfolgreiche Jugend- und Nachwuchsarbeit ist eine tragende Säule der SPORTUNION.



Ihr Ansprechpartner

Günther Pernkopf, MA
 guenther.pernkopf@sportunion-sbg.at
 +43 662/84 26 88 - 13
 +43 664 / 606 13 510



Fotos: © sportbox_schifflechner



Sportzentrum Salzburg Mitte

Sportzentrum Salzburg Mitte wählt neuen Vorstand

Nach über zehn Jahren übergibt Herbert Steinhagen die Obmannschaft des Sportzentrums Salzburg Mitte (SZM) an Mag. Robert Tschaut. Neue Obmann-Stellvertreterin ist Mag. Sabine Schatzl, eine Expertin für Sport und Recht. Mag. Wolfgang Gallei folgt Peter Bacher sen., der sich nach 20 Jahren engagierter Mitarbeit zurückzieht. Johann Pfandl, Mag. Manuel Federspieler und Bernd Frey bleiben weiterhin im Vorstand tätig.

Das SZM will in der kommenden Vorstandsperiode die erfolgreiche Zusammenarbeit mit den Hauptnutzern SPORTUNION Salzburg und SAK 1914 sowie die Kooperation mit öffentlichen Partnern auf Stadt-, Landes- und Bundesebene weiter ausbauen. Diese enge Zusammenarbeit hat in den letzten Jahren maßgeblich zur positiven Entwicklung und zur stark gestiegenen Nutzung beigetragen.

Nachhaltigkeit – ökologisch, sozial und ökonomisch – bleibt weiterhin zentraler Leitgedanke des SZM.

Nach 18 Jahren Betrieb steht im Sommer 2026 ein wichtiger Schritt an – die



v. l.: Bernd Frey, Peter Bacher, Sabine Schatzl, Bernhard Helminger, Herbert Steinhagen, Hannes Pfandl, Manuel Federspieler, Gernot Gatterbauer, Valentin Doupona

Erneuerung des Kunstrasens.

Mag. Robert Tschaut, neuer Obmann des Sportzentrums Salzburg Mitte: „Ich bedanke mich herzlich für das mir entgegengebrachte Vertrauen. Das Sportzentrum Salzburg Mitte ist ein echtes Vorzeigeprojekt, das den Schul- und Vereinssport auf einzigartige Weise verbindet und längst zu einem unverzichtbaren Bestandteil der Sportlandschaft in der Stadt Salzburg geworden ist. Es ist mir ein großes Anliegen, gemeinsam mit dem neuen Vorstands-

team, unseren ansässigen Vereinen und der Geschäftsstelle den Standort in den kommenden Jahren nachhaltig weiterzuentwickeln. Wir haben die Chance, spannende Projekte umzusetzen, die nicht nur die Infrastruktur stärken, sondern auch den Nachwuchs- und Breitensport in besonderem Maße fördern werden. Ich freue mich sehr auf die bevorstehende Zusammenarbeit und darauf, die Erfolgsgeschichte des Sportzentrums Salzburg Mitte gemeinsam weiterzuschreiben.“

Servus bewegt Kinder Aktionstage 2025 im Sportzentrum Mitte

Am 22. und 23. September fanden im Sportzentrum Mitte die vollständig ausgebuchten „Servus bewegt Kinder“-Aktionstage statt. Gemeinsam mit den Partnern Sportbox, ServusTV und Intersport wurde ein vielfältiges Bewegungsprogramm für Schulklassen sowie Privatpersonen organisiert. Ziel war es, Kindern und Jugendlichen auf spielerische Weise verschiedene Sportarten näherzubringen und ihnen Freude an Bewegung zu vermitteln.

Ein besonderes Highlight war der Besuch von Skisprunglegende Andreas Goldberger, der sich viel Zeit nahm, um gemeinsam mit den Kindern die einzelnen Stationen zu erproben. Ob Kletterturm, Airtrack, Gladiator, Tanzen, Radfahren, Fußball oder Geschicklichkeitsübungen – die Begeisterung der jungen Teilnehmer:innen war überall spürbar.

Auch SPORTUNION-Präsident Herbert Steinhagen sowie Fachinspektor für Sport und SPORTUNION-Vorstandsmitglied Mag. Robert Tschaut waren

vor Ort und zeigten sich beeindruckt von der Vielfalt und der professionellen Organisation der Aktionstage.

„Die beiden Veranstaltungstage haben auch heuer eindrucksvoll gezeigt, wie wichtig ein niederschwelliger Zugang zu Sport ist, um bei Kindern und Jugendlichen nachhaltige Begeisterung für Bewegung zu wecken“, betonte **Valentin Doupona**, Geschäftsführer des Sportzentrums Mitte.

Mit dieser gelungenen Veranstaltung wurde erneut unterstrichen, wie wertvoll es ist, jungen Menschen frühzeitig positive Bewegungserfahrungen zu ermöglichen. Die „Servus bewegt Kinder“-Aktionstage setzen damit ein starkes Signal für mehr Freude an Sport und gemeinsamer Aktivität – und wecken bereits Vorfreude auf eine Fortsetzung im kommenden Jahr.



Foto: © sportbox_schiffleitner

#BeActive Night im SZM

Das Sportzentrum Salzburg Mitte (SZM) veranstaltete zum zweiten Mal die #BeActive Night im Rahmen der Europäischen Woche des Sports. Diese findet zeitgleich in ganz Europa statt, allein in Österreich wurde an insgesamt 48 Standorten ein Event organisiert – so auch im SZM. Man konnte sich bei Sportarten wie Pickleball (Pickleball Salzburg Union), Showdance (TGUS) sowie mit verschiedenen Jongliermaterialien, Wurf-Geräten und Fun-Sports aktiv betätigen und Neues ausprobieren (SPORTUNION Salzburg). Ein besonderes Highlight war das Training der TGUS-Leistungsgruppe Showdance, die ihr Können anschließend in einem mitreißenden Dance-Battle präsentierte – mit beeindruckender Energie und kreativen Choreografien. Zeitgleich fand im Haus auch eine Fortbildung zum Übungsleiter:innen-Ba-

sismodul statt; nach den intensiven Theorieeinheiten nutzten einige Teilnehmende die Möglichkeit, sich bei der #BeActive Night sportlich auszupeinern. Die #BeActive Night im SZM war ein bewegtes Event und spiegelte den europäischen Gedanken von Gemeinschaft, Inklusion und Freude an der Bewegung wider.

#BEACTIVE
EUROPÄISCHE WOCHE DES SPORTS



Kofinanziert von der Europäischen Union



Kontakt:

Valentin Doupona, BSc., Geschäftsführer
office@sportzentrummitte.at
Tel. +43 660/51 82 204
Tel. +43 662/84 12 32
Website: www.sportzentrummitte.at





YOUNG ATHLETES

Unsere **diesjährigen Young Athletes** geben weiter richtig Gas – im Verein genauso wie bei unseren eigenen Angeboten. Neben dem sportartspezifischen Training bekommen die Athlet:innen und ihr Umfeld das ganze Jahr über vielseitige Angebote in den Bereichen Athletik, Mentaltraining und Ernährung.



Seit dem Kick-off im März, bei dem alle ein Screening durchliefen, haben wir schon einiges umgesetzt:

■ Auftaktveranstaltung

- Screening Athletik
- Screening Sportpsychologie
- Workshop Ernährung
- Vortrag für Eltern & Trainer:innen

■ Präsenzcoaching Athletik Teil 1

- Workshop Stabilisationstraining
- Einführung Kraftkammer

■ Präsenzcoaching Athletik Teil 2

- Workshop Schnellkraft/Schnelligkeit
- Action & Fun beim Trampolinspringen
- Einführung Kraftkammer

■ Wöchentliche Athletiktrainings

- Kraftkammertraining/Schnelligkeitstraining/etc.

■ Präsenzcoaching Mentaltraining

- Workshop Nervosität
- Workshop Selbstbewusstsein

■ NADA Vortrag – Einführung in das Thema Doping

■ Online Workshops zu den Themen:

- Athletik
- Mentaltraining
- Ernährung
- Save Sports
- Clean Sports

■ Mini-Camp in Sankt Gilgen

- 2x Athletiktrainings
- 1x Workshop Mentaltraining
- 1x Stand Up Paddeln

■ Young Athletes Camp

- Polysportives 4-Tages-Camp mit allen Young Athletes Teilnehmer:innen Österreichs

Nicht nur die **Young Athletes** des Programmjahres 2025 kommen voll auf ihre Kosten. Uns ist es wichtig, allen Athlet:innen der letzten Programmjahre, spannende Angebote und Mehrwert in ihrer sportlichen Entwicklung zu bieten.

Ihr habt Interesse dabei zu sein? JETZT ANMELDEN

Voraussetzungen:

- Athlet:innen sind Mitglied in einem SPORTUNION Verein
- Die Athlet:innen sind zwischen 12 und 15 Jahre alt
- Athlet:innen werden nicht bereits durch ein Leistungssportschul-Modell betreut
- Pro Verein sind maximal zwei Athlet:innen möglich



YOUR VOICE mit **Emilia Schlager** (Voltigieren UVG Leopoldskron Moos)



Drei Schlagwörter, warum Voltigieren für dich die coolste Sportart ist:

Pferdesport, Adrenalin, Zusammenhalt

Was würdest du dir für deine Entwicklung in deiner Sportart wünschen?

Ich wünsche mir mehr mentale Stärke und ein zuverlässiges, ruhiges Voltigierpferd, mit dem wir als Team zusammenwachsen. Ich habe mir auch vorgenommen mit 16 Jahren den Übungsleiterinnen Ausbildung zu machen.

Sportliches Vorbild:

Quentin Jabet ist Europameister im Voltigieren. Alles was er macht sieht so leicht aus, obwohl es total schwer ist. Man merkt, wie viel Gefühl und Kontrolle er hat.

Sportliche Ziele:

Ich arbeite darauf hin, in die höchste Leistungsklasse aufzusteigen und mich für internationale Wettkämpfe zu qualifizieren.

Dein Ritual vor dem Wettkampf?

Bevor ich schlafen gehe, denke ich mir die Kür und Pflicht nochmal ganz genau durch. Und direkt vor dem Start geben wir uns im Team gegenseitig Kraft.

Welche Schlagzeile würdest du gerne einmal über dich lesen?

„Wenn Training sich auszahlt: Junge Voltigiererin schafft Sprung ins Talenteteam“

Dein schönster Sportmoment bisher?

2023 habe ich mir bei einem Turnhallenturnier den Unterarm gebrochen und musste vier Wochen pausieren. Trotzdem habe ich nicht aufgegeben und konnte ohne Training gleich das zweite Cupturnier gewinnen.

Nach einem harten Training esse ich am liebsten?

Nudeln mit Ei oder Toast Hawaii

Mein Traumjob wäre?

Ich möchte später mal Sportwissenschaften studieren und mit Kindern arbeiten – am liebsten an einer Sportschule.

Was nervt dich momentan?

Zeitmangel: Schule, Training, Hausaufgaben – manchmal fühlt es sich an, als wäre der Tag viel zu kurz.

Sport bedeutet für dich?

Alles

Wie gefällt dir das Projekt Young Athletes?

Mir gefällt das Programm richtig gut. Ich habe gemerkt, dass ich im Kopf viel stärker geworden bin – ich kann besser mit Druck umgehen und bleibe ruhiger, auch wenn mal was nicht funktioniert.

Weitere Infos gibt es unter:

<https://sportunion.at/sbg/young-athletes/>



Ihr Ansprechpartner

👤 **Lukas Leitner, MSc.**
streusalz@sportunion-sbg.at
+43 662/84 26 88 - 24
+43 664/87 145 42
www.streusalz.co.at



STREUSALZ

SPORT.MOBIL

Riesenwutzler

Das **SPORT.MOBIL** war wieder on Tour und brachte quer durch Salzburg jede Menge Action für Kids, Jugendliche und ganze Familien.

Unsere Route führte uns durch Parks, zu Veranstaltungen und in Schulen. Die Teilnehmer:innen gaben auf der **Airtrack** alles, bis die Fußsohlen glühten, holten sich beim **Skateboarden** coole Tricks ab, trafen beim **SPORTUNION Goalgetter** ins Schwarze und checkten ihre Sprintskills an der **Lichtschrankenmessaanlage**. Und wer noch Energie hatte, konnte sich bei weiteren Spiel- und Sportgeräten austoben.

Kurz gesagt: Das **SPORT.MOBIL** sorgte überall für Bewegung, Action und lustige Momente.

- **Parks:** Hans-Donnenberg-Park, Spielpark Süd und Schlosspark Hellbrunn
- **Veranstaltungen:** Stadtfest Salzburg, Ugotchi Action Day, Trendsportfestival, Cyclodome, Tag des Sports, Live In Salzburg, Weltkindertag

Playnight

Die **PLAYNIGHT** startet wieder voll durch und verwandelt die Turnhallen Sportzentrum Mitte & Josef-Preis-Allee über den ganzen Winter zu einem Treffpunkt für Bewegung, Action und Turniere!

Keine Anmeldung, kein Stress – einfach vorbeikommen, Freunde schnappen und gemeinsam auspowern!
Aktuelle Termine findet ihr hier: <https://sportunion.at/sbg/projekte/streusalz/>



Rückblick Sommer: Riversurf-Trip Ebensee



Am 5.8.2025 hieß es für acht abenteuerlustige Jugendliche: Ab auf die Welle! Statt ans Meer ging es zur Riverwave nach Ebensee – die Stimmung war von Anfang an top.

Nach einer kurzen Einweisung in Sicherheit, Material und die Basics des Riversurfens quetschten sich alle in ihre Neoprenanzüge. Noch ein Helm auf, Board unter den Arm, und schon standen die ersten am Start der stehenden Welle. Was am Anfang noch nach wackeligem Balanceakt aussah, verwandelte sich schnell in echte Surf-Momente.

Der Vibe am Ufer war genauso wichtig wie das Surfen selbst: Wer gerade nicht auf der Welle war, feuerte die anderen lautstark an, gab Tipps oder lachte über die ein oder andere spektakuläre Bauchlandung. Jeder kleine Erfolg wurde gefeiert – ob 5 Sekunden stabil stehen oder ein cooler Turn. Alle Teilnehmer:innen schafften es, zumindest mehrere Sekunden auf dem Brett zu stehen – ein Riesenerfolg, der für breites Grinsen und ordentlich Stolz sorgte.

Zum Abschluss gab es noch ein paar gesunde Snacks und eine lockere Feedbackrunde bei der Busfahrt nach Hause. Das Fazit der Gruppe war eindeutig: Riversurfen ist Adrenalin pur, macht mega Spaß und schreit nach Wiederholung.



Lichtschrankenmessanlage vom SPORT.MOBIL



Ihr Ansprechpartner

Lukas Leitner, MSc.
streusalz@sportunion-sbg.at
+43 662/84 26 88 - 24
+43 664/87 145 42
www.streusalz.co.at



80 Jahre SPORTUNION

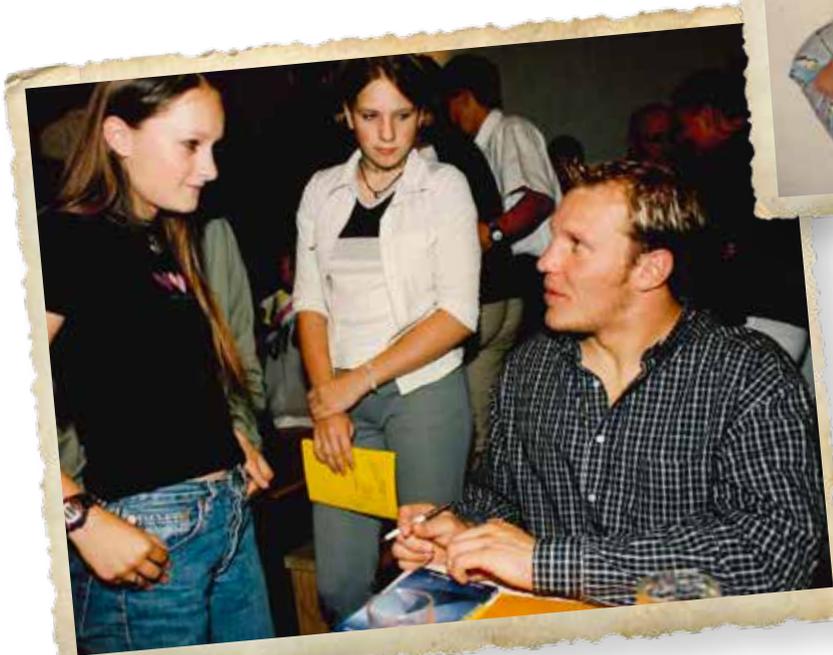
8 Fragen an eine Legende

Fotos: © Laux Manfred

Hermann Maier (52) spricht im Sporttimes-Interview über seinen Heimatverein USC Flachau, prägende Erinnerungen, bleibende Freundschaften und darüber, was er heute seinen drei Töchtern mitgibt, wenn es um Sport, Haltung und Durchhaltevermögen geht.

Erinnerst du dich noch an deinen allerersten Skitag?

Hermann Maier: An die Anfänge kann ich mich schon noch erinnern, zumindest vage, da es jetzt ja schon eine Zeitlang her ist. Spannend war jedenfalls immer, neue Sachen auszuprobieren. Zum Beispiel, wie weit eine Schanze geht.



Was hat dir der USC Flachau – deine sportliche Heimat – persönlich bedeutet und was verbindet dich heute noch emotional mit dem Verein?

Fußball war im Sommer eine Lieblingsbeschäftigung. Und da gibt es nach wie vor einige prägende Erinnerungen wie die Ausflüge zu Auswärtsspielen im alten, klapprigen VW-Bus und einige bleibende Freundschaften aus dieser Zeit. Vor allem der Teamgedanke steht hier im Vordergrund und dieser prägt auch.

Du bist Vater von drei Töchtern, wie wichtig ist ein Sportverein für die Entwicklung von Kindern aus deiner eigenen Erfahrung?

Das Miteinander, gemeinsame Interessen und vor allem der Spaß an der Sache sind lauter Dinge, die gerade für Kinder einen enormen und nachhaltigen Wert haben. Wie wichtig Bewegung ist, dass sie einen unerlässlichen Ausgleich zum schulischen Alltag bildet und auch davon abhält, übermäßig Zeit vor dem Bildschirm zu verbringen, muss man eigentlich nicht extra erwähnen. Und auch Verlieren muss gelernt werden und mit Platzierungen im Mittelfeld umzugehen. Am wichtigsten ist und bleibt der Spaß an der Sache. Solange man sich aus eigenem Antrieb für irgendetwas begeistern kann und Ziele verfolgt, wird es wahrscheinlich funktionieren. Druck von außen ist da eher kontraproduktiv.



Wenn du heute Schulsport mitgestalten könntest – was würdest du verbessern oder anders machen?

Da wäre die Aufgabe, den Kindern die Freude an der Bewegung zu vermitteln und auch ihren Wert. Erfolgserlebnisse sind das Um und Auf, genauso wie die Förderung von individuellen Talenten und Stärken.

Deine Karriere ist einzigartig. Gab es einen Moment, wo du wusstest, du willst mehr aus dem Sport machen, oder auch einen, wo du ans Aufhören gedacht hast – zum Beispiel der Motorradunfall?

Natürlich gibt es in einer Sportlerkarriere Momente, in denen der Sport in den Hintergrund rückt und man sich mit anderen Dingen beschäftigen muss. Das Einfachste – und vielleicht

auch Naheliegendste – wäre, da das Handtuch zu werfen. Man kann es aber auch als Ansporn sehen und sich neue Ziele setzen. Je mehr man sich mit dem Sport beschäftigt, desto interessanter wird es, Grenzen zu verschieben und immer mehr aus sich herauszuholen. Wenn sich dann auch noch gewisse Erfolge einstellen und eine Überzeugung entsteht, ist der Weg in gewisser Weise vorgezeichnet – auch wenn er immer wieder unerwartete Hürden und Abzweigungen bereithält.

» **„Mit Skifahren allein kommt man auf keinen grünen Zweig.“** «

Wie wichtig war dein sportlicher Alltag außerhalb des Wettkampfs für deinen Weg zum Spitzensport?

Die Abwechslung macht einen entscheidenden Teil des Ganzen aus, sorgt für die Basis, um in der eigentlichen Tätigkeit erfolgreich zu sein. Mit Skifahren allein kommt man auf keinen grünen Zweig.



Hermann Maier (52) ist Doppel-Olympiasieger, gewann drei WM-Titel und viermal den Gesamtweltcup. Ein spektakulärer Sturz bei der Olympia-Abfahrt 1998 in Nagano hat Maier den internationalen Spitznamen „Herminator“ beschert. Trotzdem hat der gelernte Maurer und staatlich geprüfte Skilehrer aus Flachau innerhalb von vier Tagen nach dem Crash zwei Goldmedaillen gewonnen und damit den Ruf der Unzerstörbarkeit erhalten. Insgesamt feierte Hermann Maier in seiner Karriere 54 Weltcup-Siege. Und es wären wohl noch weitere geworden, hätte Maier 2001 bei einem Motorradunfall, der durch einen unaufmerksamen Autofahrer verursacht worden war, nicht fast sein Bein verloren. Dennoch feierte der Salzburger nach dieser Zäsur noch 13 weitere Weltcup-siege. 2004 erhielt Hermann Maier, der in Österreich viermal zum Sportler des Jahres gewählt worden war, einen Laureus World Sports Award in der Kategorie „Comeback des Jahres“. Mit seiner Frau Carina hat er drei Töchter.



Du warst nicht nur Skifahrer, sondern auch Maurer – stehe irgendwo in Flachau oder Umgebung heute noch eine echte „Maier-Mauer“?

Da gibt es noch einige prächtige Bauwerke, die mir regelmäßig begegnen, bei denen ich seinerzeit Hand angelegt habe.

Wenn ein junges SPORTUNION-Mitglied heute auf dich zukommt und fragt: „Wie werde ich so erfolgreich wie du?“ – was antwortest du?

Überlege dir, wo deine Stärken liegen, arbeite daran und verfolge kleine, realistische Ziele, um einmal das Große zu erreichen.

INKLUSIONS-HERBSTSPIELE:

EIN TAG VOLLER BEGEGNUNG



Fotos: © wildbit

Zum dritten Mal in Folge wurden die Inklusions-Herbstspiele im Sportzentrum Mitte ausgetragen. Bei strahlendem Wetter und ausgelassener Stimmung erlebten die Sportler:innen im Rahmen des Projekts „Sport vor Ort – Bewegte Inklusion“ einen Tag voller Sport, Spaß und gelebter Inklusion.

Bewegung, Begegnung und gegenseitiges Miteinander standen im Mittelpunkt der Veranstaltung. Rund 25 Sportler:innen nahmen mit Begeisterung teil und nutzten die Gelegenheit, neue Sportarten auszuprobieren, spielerische Herausforderungen zu meistern und gemeinsam aktiv zu sein. Ob beim Laufen, beim gegenseitigen Anfeuern oder beim gemeinsamen Spiel – die Freude an der Bewegung war überall spürbar.



Ein abwechslungsreiches Programm, ermöglicht durch die Zusammenarbeit mit Jugend am Werk sowie den Vereinen UTTC, TGUS und Fortress Falcons, bot zahlreiche Höhepunkte. Die Inklusions-Herbstspiele 2025 haben eindrucksvoll gezeigt, wie viel Kraft im Sport steckt – er überwindet Unterschiede, schafft Verbindungen und bringt Menschen auf Augenhöhe zusammen.

Ein Tag, der nicht nur bewegt, sondern vor allem verbindet.



STADT : SALZBURG

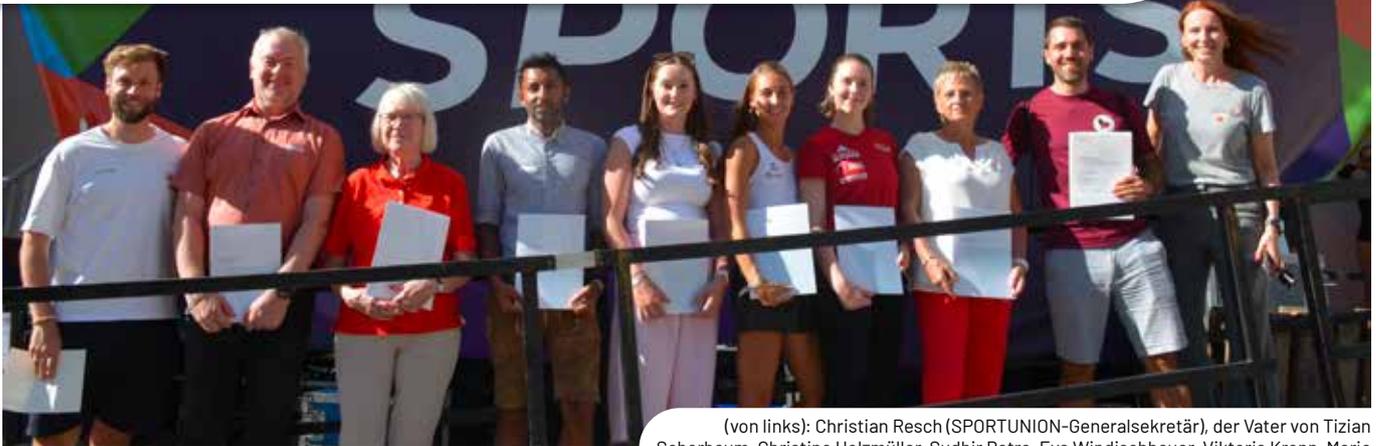


Ihre Ansprechpartnerin

Adriana Spalt, MSc.
Projektkoordinatorin
adriana.spalt@sportunion-sbg.at
+43 662 / 84 26 88 - 11

Ehrenamtspreis 2025:

Sudhir Batra für Integration ausgezeichnet



(von links): Christian Resch (SPORTUNION-Generalsekretär), der Vater von Tizian Scherbaum, Christine Holzmüller, Sudhir Batra, Eva Windischbauer, Viktoria Krenn, Marie Wolf, Edith Maier, Sebastian Egger, Michaela Huber (SPORTUNION-Vizepräsidentin)

Fotos: © SPORTUNION

Die SPORTUNION glänzt beim „Tag des Sports“: In Summe wurden acht engagierte Funktionär:innen mit dem Ehrenamtspreis 2025 des Sportministeriums ausgezeichnet. Mit Dipl.-Ing. Sudhir Batra, Obmann des Taekwondo Verein Oberndorf, erhielt ein Salzburger diese würdevolle Auszeichnung - ein starkes Zeichen für Herzblut und Vielfalt im Sport.

Im Rahmen des „Tag des Sports“ am Wiener Heldenplatz wurden heuer erneut die Ehrenamtspreise des Bundesministeriums für Wohnen, Kunst, Kultur, Medien und Sport verliehen. Die SPORTUNION konnte dabei mit acht Auszeichnungen in insgesamt fünf Kategorien glänzen – ein eindrucksvoller Beweis für das herausragende Engagement ihrer Funktionär:innen.

Salzburger im Bereich Integration ausgezeichnet

Besonders erfreulich aus Salzburger Sicht – Dipl.-Ing. Sudhir Batra, Obmann des Taekwondo Verein Oberndorf, wurde in der Kategorie „Integration“ mit dem ersten Platz ausgezeichnet. Batra ist seit 2011 Obmann des Vereins und setzt sich mit großem Engagement für eine offene, integrative und zukunftsorientierte Vereinsentwicklung ein. Unter seiner Führung hat sich der Verein zu einem Ort der Vielfalt und Chancengleichheit entwickelt.

„Sport spricht alle Sprachen und verbindet. Unser Verein besteht aktuell aus 180 Mitgliedern mit 19 verschiedenen Nationen. Diese Auszeichnung des Sportminis-



teriums ist eine große Wertschätzung, die mich und die vielen Ehrenamtlichen des Vereins motiviert“, betont Batra.

Preisgelder für Vereine und Vereinsfeste

Der Ehrenamtspreis Sport wurde 2023 vom Sportministerium gemeinsam mit dem organisierten Sport ins Leben gerufen und ist mit insgesamt 50.000 Euro dotiert. Die Preisgelder gehen an die Vereine der Gewinner:innen. Zusätzlich werden für erstplatzierte Vereine jeweils 2.500 Euro für ein Vereinsfest zur Verfügung gestellt.

Ehrenamt als Rückgrat der Gesellschaft

„Ehrenamt ist mehr als eine Aufgabe – es ist eine Haltung und das Rückgrat unserer Gesellschaft. Alleine bei der SPORTUNION Salzburg werden jährlich 1,5 Millionen Stunden in 446 Vereinen ehrenamtlich geleistet. Diese Arbeit ist von unschätzbarem Wert. Es freut mich daher besonders, dass der Taekwondo Verein Oberndorf sich im heurigen Jahr diese Auszeichnung sichern konnte“, so Herbert Steinhagen, Präsident der SPORTUNION Salzburg.

INTEGRATION DURCH BEWEGUNG UND INTERKULTURELLEN AUSTAUSCH

Die SPORTUNION Salzburg zeigt internationalen Fachkräften die vielfältigen Sportmöglichkeiten in Salzburg und unterstützt sie dabei, Anschluss in ihrer neuen Heimat zu finden.



Das Projekt „Ein zweites Zuhause durch Sport“ wird auch 2025 sehr gut angenommen und wächst stetig weiter. In Zusammenarbeit mit lokalen Sportvereinen wurden erneut zahlreiche Sportangebote speziell für Internationals organisiert. Die Sportkurse geben den Teilnehmer:innen die Möglichkeit sich mit anderen auszutauschen und die Bewegung im Alltag in Salzburg zu integrieren. In den Wintermonaten standen unter anderem Eislaufen, Langlaufen, Ski- und Snowboardkurse und eine Winterstadt-Wanderung am Programm. Die Sommerkurse wie Radtouren, Wanderungen, Schwimmkurse, der wöchentliche Beachvolleyballtreff und Dance Fitness sind feste Bestandteile des Projekts geworden.

Ein besonderes Highlight war der ganztägige Workshop zum Thema interkulturelle Kommunikation. Dieser zusätzliche Schwerpunkt soll internationale Fachkräfte gezielt bei Herausforderungen wie Kulturschock,

kulturellen Unterschieden und Missverständnissen unterstützen. Geleitet wurde der Workshop von Christian Sattlberger vom ikb – Institut für Kommunikation und interkulturelles Beziehungsmanagement. Für die Teilnehmer:innen und das Projektteam der SPORTUNION Salzburg hat sich einmal mehr gezeigt: Interkulturelles Verständnis ist ein zentraler Baustein für gelungene Integration. Wer kulturelle Unterschiede kennt und versteht, kann Konflikte besser vermeiden und den Alltag in der neuen Umgebung souveräner gestalten.



Weitere Informationen zum Projekt: sportunion.at/sbg/ein-zweites-zuhause-durch-sport

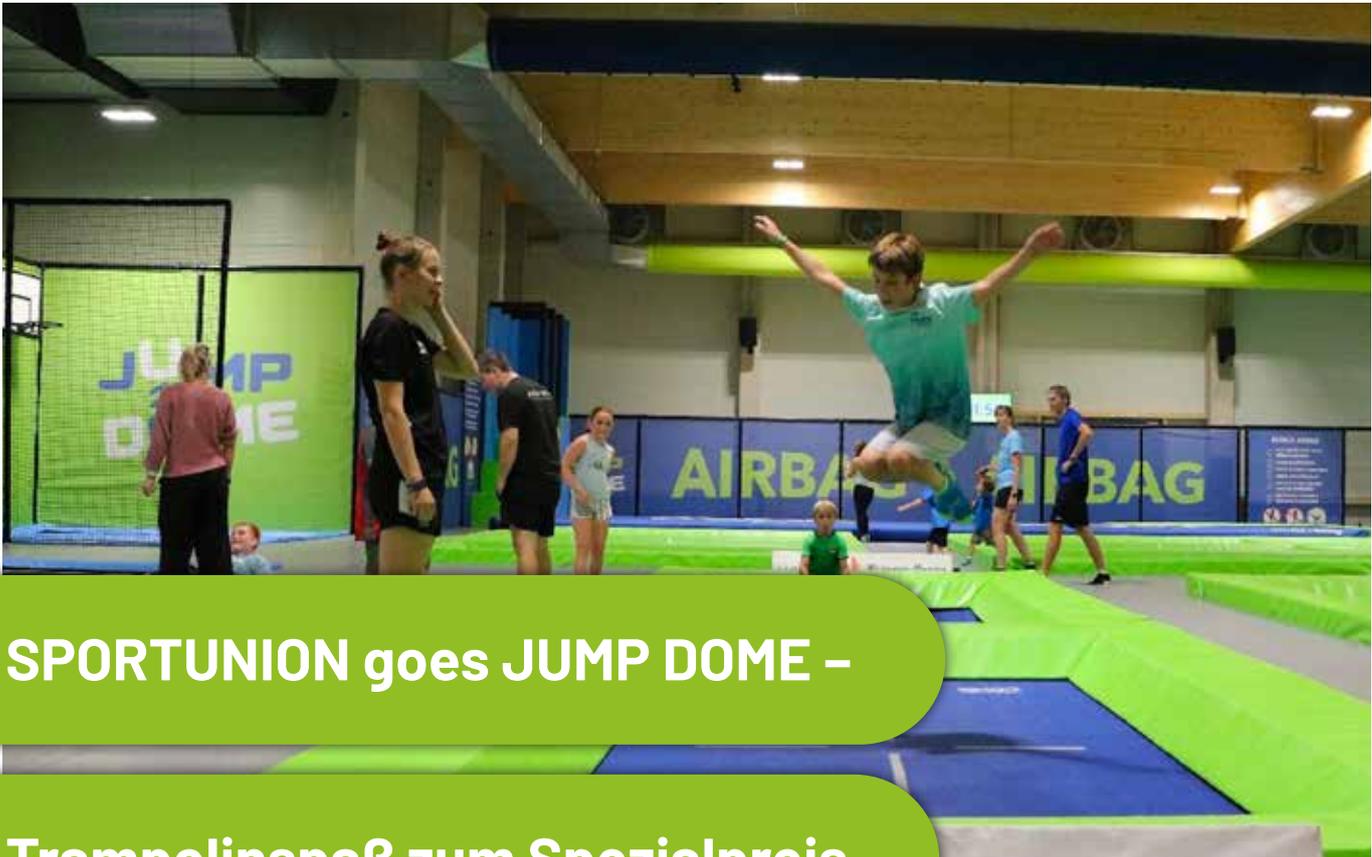
 Bundesministerium
Wohnen, Kunst, Kultur,
Medien und Sport



Ihre Ansprechpartnerinnen

 **Mag.ª Martina Braun**
martina.braun@sportunion-sbg.at
+43662/842688-21

 **Dipl. Simone Schuster, MSc.**
simone.schuster@sportunion-sbg.at
+43662/842688-25



SPORTUNION goes JUMP DOME –

Trampolinspaß zum Spezialpreis

Am Donnerstag, den 7. August 2025, hieß es erstmals: SPORTUNION goes JUMP DOME! In Kooperation mit dem JUMP DOME Salzburg organisierte die SPORTUNION Salzburg ein exklusives Trampolin-Event für alle Mitglieder von SPORTUNION Vereinen sowie Teilnehmer:innen von Sports4Fun 2025. Zum stark reduzierten Preis konnten sie 60 oder 120 Minuten voller Bewegung, Action und Spaß erleben.

Viele nutzten die Gelegenheit, sich auszupeinern, Saltos zu üben oder einfach Spaß zu haben. Besonders gefragt war das „Tipps und Talente“-Scouting der TGUS Trampolin-Gruppe von 11:30

bis 13:30 Uhr, bei dem Bewegungstalent entdeckt und gefördert wurden.

Für alle SPORTUNION-Vereine, die beim Aktionstag nicht dabei sein konnten, gibt es weiterhin eine tolle Möglichkeit: Mit dem speziellen VEREINSJUMP-TARIF können SPORTUNION Vereine zu tollen Konditionen ihren eigenen Ausflug in den JUMP DOME planen.



VEREINSJUMP

- Stark vergünstigt in Kooperation mit der SPORTUNION Salzburg
- Nur € 14,- pro Person pro Stunde (statt € 23,-/Stunde)
- Buchbar ab 10 Personen von MO bis FR, ausgenommen Feiertage
- Verpflichtend, einmalig: JUMP Dome Sprungsocken € 4,- und JUMP DOME Bracelet € 2,50

Weitere Infos und Online-Buchung: <https://jumpdome.at/salzburg/>



SPORTUNION Akademie



Die zentrale Aufgabe der SPORTUNION Akademie besteht darin, unsere Vereine in ihrem täglichen Engagement optimal zu fördern. Wir entwickeln Ausbildungs- und Fortbildungsprogramme, die speziell auf die Bedürfnisse von Übungsleiter:innen und Funktionär:innen zugeschnitten sind, und tragen so dazu bei, ihre Arbeit effektiver und effizienter zu gestalten. Gute und qualifizierte Übungsleiter:innen und Trainer:innen bilden das Fundament der Sportvereine in Österreich.

Ausbildungen:

Basismodul

Termin 1: 23.-25. Jänner 2026

Termin 2: 27. Februar – 1. März 2026

Ort: 5020 Salzburg, Ulrike-Gschwandtner-Straße 6, SZM

Zeit: Fr, 17:30 - 21:00 Uhr; Sa, 8:30 - 18:00 Uhr; So, 8:30 - 16:00 Uhr

Inhalt: Das Basismodul ist der Grundstein und die Voraussetzung für jedes Übungsleiter:in Spezialmodul im organisierten Sport. In 21 Einheiten wird ein theoretischer Background aus den Bereichen Sportbiologie, Trainingslehre und Vermittlung von Bewegung & Sport nähergebracht. In der allgemeinen Sportpraxis wird die Verbindung von Theorie und Praxis hergestellt. Die Lehreinheiten am Freitag werden online abgehalten, Samstag und Sonntag finden im Präsenzunterricht statt.

Referent:innen: Team SPORTUNION Salzburg

Kosten: € 99,- SU-Mitglied u. alle Sport Austria Mitglieder, € 150,- Normalpreis

Meldeschluss: jeweils 7 Tage vor Kursbeginn

SB26001

SB26002



Übungsleiter:in Spezialmodul Ski Alpin

Termin: 26.- 30. November 2025

Ort: 5562 Obertauern;

Unterkunft: Jugendgästehaus Gottschallalm, Unterbringung erfolgt grundsätzlich in Mehrbettzimmern.

Die Übungsleiter:innen-Ausbildung richtet sich nach dem österreichischen Skilehrplan. Die Lehrinhalte des Praxismoduls sind: • Spielerisches Arbeiten mit Kindern, • Besonderheiten altersgemäßer Belastung, • Kinderbetreuung auf und neben der Piste, • Organisation „Skikindergarten“, • Grundlagen der Bewegungs- und Trainingslehre, • Umsetzen methodisch-praktischer Übungen, • Sicherheitsmaßnahmen speziell für den Kinderskilauf, • Pädagogik und Didaktik, • Pistenregeln.

Kosten: € 449,- SPORTUNION -Mitglied, € 599,- Normalpreis

Kurspreis inkludiert Unterkunft auf Basis Halbpension, Kursunterlagen, Prüfungsgebühr und Zertifikat. Die Liftkarte ist im Preis nicht inbegriffen.

SB25067



Übungsleiter:in Spezialmodul Volleyball

Termin: 27. Februar – 1. März 2026

SB26003

Ort: 5020 Salzburg, Ulrike-Gschwandtner-Straße 6, SZM

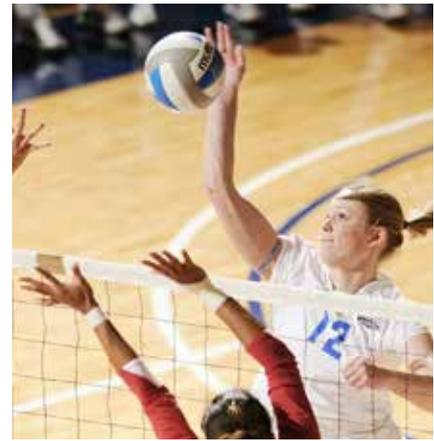
Zeit: Fr, 15:00 – ca. 20:00 Uhr; Sa, 8:00 - 19:30 Uhr; So, 8:00 - 17:00 Uhr

Die ÜL- Ausbildung wird in Kooperation mit dem Salzburger Volleyballverband durchgeführt. Inhalte dieses Kurses sind technische und taktische Aspekte des Volleyballs und deren methodischer Aufbau. Die Teilnehmer:innen erlangen die Fähigkeit, selbständig Volleyball- und Beachvolleyballgruppen zu führen.

Teilnahmevoraussetzung: Sichere Kenntnisse in den einzelnen Grundtechniken.

Kosten: € 150,- SU-Mitglieder u. Mitglieder des Salzburger Volleyballverbands, € 225,- Normalpreis

Meldeschluss: 16. Februar 2026



Workshops:

Skiservice Workshop, für einen optimalen Start in die Skisaison

Termin: Fr. 07. November 2025

SB25021

Ort: 5541 Altenmarkt, Atomic Straße 1, Atomic, APC

Zeit: 13:00 - ca. 18:00 Uhr

Inhalt: Der Workshop umfasst eine exklusive Werksführung bei der Firma Atomic, in die Einblicke in die Herstellung moderner Ski gegeben werden. Im Anschluss findet ein praxisorientierter Teil im Atomic Pro Center (APC) statt. Dort demonstriert das professionelle Rennservice-Team, wie Ski fachgerecht gepflegt, gewachst und präpariert werden – inklusive wertvoller Tipps von dem Weltcup-Serviceteam.

Referent:innen: Atomic Weltcup Serviceteam.

Kosten: € 39,- SU-Mitglied; € 59,- Normalpreis

Meldeschluss: 10 Tage vor Kursbeginn



Impressionen aus vergangenen Kursen



Spezialmodul Schwimmen



Spezialmodul Kindersport

Anmeldung und das gesamte österreichweite SPORTUNION Akademie Kursprogramm gibt es unter www.sportunion-akademie.at



Ihre Ansprechpartnerin

Melanie Wirthenstätter
melanie.wirthenstaetter@sportunion-sbg.at
+43 662/84 26 88 - 23
www.sportunion-akademie.at



Foto: © SPORTUNION

SPORTUNION-Spendenplattform macht Vereinsprojekte möglich

Die SPORTUNION bietet Vereinen eine moderne Möglichkeit für Spenden: Von Sportstätten bis Inklusionsprojekten. Unkompliziert, steuerlich absetzbar und rasch realisierbar.

2024 wurde die steuerliche Absetzbarkeit von Spenden von der Bundesregierung ausgeweitet und auch Sportvereine inkludiert. Ein Meilenstein für den gemeinnützigen Sport, der neue Möglichkeiten eröffnet. Die SPORTUNION hat mit einer eigens entwickelten Spendenplattform unter spenden.sportunion.at einen Service für seine Vereine geschaffen, das den Zugang zu dringend benötigten finanziellen Mitteln erleichtert. Die Plattform ermöglicht es Vereinen, unkompliziert Spendenprojekte online zu stellen - von neuen Fußballtoren über moderne Sportstätten bis hin zur Durchführung von Trainingsmaßnahmen. Alles Administrative, von der sicheren Zahlungsabwicklung bis zur Meldung ans Finanzministerium, wird übernommen. Spender:innen profitieren von der steuerlichen Absetzbarkeit, die Vereine können sich voll und ganz auf ihre Arbeit konzentrieren. Mit Projekten wie dem Inklusionsprojekt „Sport vor Ort – Bewegte Inklusion“, der Ferienaktion „sports4fun“ oder der Förderung von Jugendarbeit beim UTC Oberalm stehen bereits erste Spendenziele online zur Auswahl. Diese Palette an Spendenzwecken wird im Jahr 2025/26 weiter ausgebaut, damit insbesondere die zahlreichen Vereine der SPORTUNION Salzburg von dem neuen Tool profitieren können.

So funktioniert die Spendenplattform

- 1. Registrierung:** Der Verein meldet sich online an und wird vom zuständigen SPORTUNION-Landesverband geprüft.
- 2. Projektanlage:** Nach Freischaltung können Spendenprojekte online gestellt werden.
- 3. Abwicklung:** Die Plattform übernimmt die sichere Zahlungsabwicklung, die Spendenbestätigung und Meldungen ans Finanzministerium. Einfach, sicher und rechtskonform.

Sie wollen spenden:

Auf der SPORTUNION Spendenplattform kann man gezielt für Projekte spenden – sei es die Förderung des Breitensports, die Durchführung von Trainingsmaßnahmen, oder die Instandhaltung von Sportstätten. Die Spende hilft den Vereinen, ihre gemeinnützigen Ziele zu erreichen und ist steuerlich absetzbar.

Ob Nachwuchsförderung, Gesundheitssport oder Inklusionsmaßnahmen – mit jeder Unterstützung tragen die SPORTUNION und ihre Mitgliedsvereine dazu bei, eine gesunde, aktive und soziale Gesellschaft zu fördern.

Informationen:

<https://spenden.sportunion.at/>



Ihr Ansprechpartner

Mag. Stefan Svoboda
stefan.svoboda@sportunion-sbg.at
 +43 662/84 26 88 - 11



90 Jahre „Handball-Toni“

Prof. Mag. Anton Gassner – Ein Leben für den Sport

Kaum jemand hat den Salzburger Handballsport so nachhaltig geprägt wie Toni Gassner. Der gebürtige Leoganger ist als Spieler und Trainer zur Legende geworden und hat auch Generationen von Schülern am Erzbischöflichen Gymnasium Borromäum begleitet.

Seine sportliche Laufbahn begann beim UHC Salzburg, wo er in den 1950er-Jahren in der Landesliga spielte. Nach einer Zwischenstation in Innsbruck kehrte Gassner 1962 in die Mozartstadt zurück. 1963 verpasste er mit dem UHC nur knapp den Aufstieg in die Feldhandball-Staatsliga. Er war bis Ende der 1970er aktiver Spieler.

Parallel dazu trainierte er die Handball-Schulmannschaften am Borromäum. Unter seiner Leitung holten sie drei österreichische Staatsmeistertitel, einen Vizetitel, sechs dritte Plätze und zahlreiche Landes-Erfolge.

Im Jahr 2000 übernahm Gassner gemeinsam mit Dr. Gerald Hagenstein die Vereinsführung des UHC Salzburg. Es gelang den beiden, den schwer angeschlagenen Klub innerhalb von zwei Jahren zu sanieren. Heute ist Gassner Ehrenobmann des Vereins und Ehrensenator der SPORTUNION Salzburg.

Für seine Verdienste erhielt er 2013 das Sportehrenzeichen der Stadt Salzburg und 2024 wurde er mit dem Social Award der SPORTUNION Salzburg ausgezeichnet.

Anton Gassner ist sein Leben lang leidenschaftlich gereist. Seine Filme und

Dias der Fernreisen bereicherten den Geographieunterricht am Borromäum. Neben der Begeisterung für den Handballsport ist er leidenschaftlich gerne Ski gefahren und Alpin gewandert. Er ist Vater von zwei Töchtern und stolzer Opa von fünf Enkelkindern.





Das Immunsystem stärken: Mit der richtigen Ernährung fit durch den Winter

Wenn im November die Tage kürzer werden, sinken nicht nur die Temperaturen, sondern oft auch unsere Abwehrkräfte. Für sportlich aktive Menschen ist ein starkes Immunsystem besonders wichtig. Intensive Trainingseinheiten können den Körper fordern und kurzfristig anfälliger für Infekte machen. Die gute Nachricht: Mit der richtigen Ernährung lässt sich das Immunsystem gezielt unterstützen und fit halten – auch in der Erkältungssaison.

Mikronährstoffe für starke Abwehrkräfte

Besonders wichtig für das Immunsystem sind bestimmte Vitamine und Spurenelemente:

- **Vitamin C** wirkt entzündungshemmend und antibakteriell. Zudem kann es freie Sauerstoffradikale, die Zellen und Gewebe in unserem Körper angreifen, unschädlich machen. Da der Körper Vitamin C nicht speichern kann, ist eine tägliche Aufnahme sinnvoll. Gute Quellen sind Paprika, schwarze Johannisbeere, Sanddorn, Kohlgemüse, Brokkoli und Petersilie. Orange und Zitrone sind nicht die Spitzenreiter, aber dennoch gute Lieferanten von Vitamin C.

Aber Achtung: „Heiße Zitrone“ bei einer Erkältung sollte nicht wirklich

heiß sein. Vitamin C ist hitzeempfindlich, deshalb nur lauwarmes Wasser verwenden.

- **Vitamin D** wird im Sommer über die Sonne gebildet – im Winter ist das kaum möglich. Es reguliert Immunprozesse und kann Infekte vorbeugen. Enthalten ist es z. B. in fettem Fisch und Eiern. Im Winter haben viele Menschen einen Vitamin-D-Mangel. Deshalb kann im Winterhalbjahr die Aufnahme von Vitamin D als Nahrungsergänzungsmittel sinnvoll sein.
- **Zink** ist an vielen immunrelevanten Prozessen beteiligt. Zinkreiche Lebensmittel sind Vollkornprodukte, Fleisch, Nüsse, Käse und Haferflocken.
- **Selen, Eisen und Vitamin A** sind weitere wichtige Bausteine – sie stärken die Abwehrzellen und schützen vor Entzündungen. Carotinreiche Lebensmittel (Vorstufe von Vitamin A) sind Karotten, Kürbis und Süßkartoffeln.

Immunbooster aus der Natur

Nicht nur Vitamine, auch sekundäre Pflanzenstoffe wie **Flavonoide** und **Carotinoide** unterstützen das Immunsystem. Diese Stoffe wirken antioxidativ und kommen vor allem in buntem Obst und Gemüse vor: Beeren, Karotten, Spinat oder Rote Rüben sind im Herbst/Winter besonders wertvoll.

Tipp: Tomaten enthalten neben Vitamin C auch Flavonoide. Der rote Farbstoff Lycopin gilt als Fänger von freien Radikalen. Noch etwas mehr Lycopin enthalten Tomaten, wenn sie nicht nur reif, sondern auch gegart sind.

Darmgesundheit stärken = Immunsystem stärken

Der Großteil unserer Immunabwehr erfolgt im Darm. Eine gesunde Darmflora hilft, Krankheitserreger abzuwehren. Während Fast Food, Alkohol, Zucker und hochverarbeitete Lebensmittel wie Fertiggerichte das Mikrobiom schwächen, stärken andere Lebensmittel gezielt die für unsere Immunantwort wichtigen Darmbakterien.

Probiotika sind lebende Mikroorganismen, die die Barrierefunktion des Darms aufbauen. Dazu zählen fermentierte Lebensmittel wie frisches Sauerkraut, Kimchi (fermentierter gewürzter Chinakohl) oder Milchprodukte wie Naturjoghurt, Buttermilch und Kefir. Präbiotika befinden sich in Ballaststoffen und dienen den Darmbakterien als Nahrung. Zu guten Ballaststofflieferanten zählen Hülsenfrüchte wie Kichererbsen oder Linsen, Vollkornprodukte, Gemüse und Obst.

Eiweiß für Zellen & Immunkraft

Proteine sind nicht nur wichtig für

den Muskelaufbau, sondern auch für die Produktion von Antikörpern und Immunzellen. Besonders nach dem Training sollte man auf hochwertige Eiweißquellen wie Fisch, Hülsenfrüchte, Eier oder Milchprodukte achten.

Warm trinken & gut hydriert bleiben

Im Winter vergessen viele ausreichend zu trinken. Doch eine gute Flüssigkeitszufuhr hält die Schleimhäute feucht und hilft dem Körper, Krankheitserreger abzuwehren. Ideal sind Wasser, Kräutertees oder heißes Ingwerwasser – das wärmt und stärkt zugleich.

Top 5 Lebensmittel für die Immunabwehr

- Rote Paprika enthält mehr Vitamin C als Orangen. Rote Paprika liefert rund 140 mg Vitamin C pro 100 g – stärkt Schleimhäute und aktiviert Abwehrzellen.
- Lachs ist reich an Vitamin D und Omega-3-Fettsäuren, die entzündungshemmend wirken und Immunreaktionen regulieren.
- Naturjoghurt (mit lebenden Kulturen) fördert die Darmgesundheit durch probiotische Bakterien.
- Ingwer wirkt antibakteriell, entzündungshemmend und wärmend. Ideal als Tee oder frisch gerieben im Essen – unterstützt die Immunabwehr auf natürliche Weise.
- Zwiebel sind ein klassisches Hausmittel zum Beispiel bei Erkältungen. Sie enthalten Sulfide, die die körpereigene Abwehr unterstützen.

Starkes Immunsystem durch Sport, Entspannung, Wechselduschen und Sauna

Neben einer gesunden Ernährung beeinflusst unsere Lebensweise das Immunsystem:

- **Sport:** Regelmäßige Bewegung, etwa Spazieren gehen, am besten an der frischen Luft, stärkt die Immunabwehr deutlich. Studien zeigen, dass aktive Menschen sich viel weniger erkälten.
- **Ausreichender Schlaf:** Schlafmangel stresst den Körper und macht anfälliger für Erkältungen. Mindestens sieben Stunden Schlaf pro Nacht werden empfohlen.

- **Stress vermeiden oder reduzieren:** Stress erhöht das Risiko für Infekte, deshalb körperliche und psychische Energieräuber möglichst ausschalten.
- **Wechselduschen und ab in die Sauna:** Abwechselnd warm und kalt zu duschen, regt die Durchblutung an. Kälte duschen im Gesicht wirken positiv auf die Schleimhäute als Barriere für Erreger. Regelmäßige Saunabesuche sind nicht nur entspannend, sondern tragen auch dazu bei, unser Immunsystem zu stärken. Durch den Wechsel von heiß und kalt werden die Gefäße trainiert und können

sich dadurch besser an wechselnde Temperaturen anpassen. Vorsicht: Wer bereits erkältet ist, sollte besser auf einen Besuch in der Sauna verzichten. Die großen Temperaturschwankungen können den Körper zu stark belasten.

Fazit: Immunkick statt Infektfälle

Gerade im Herbst und Winter ist die richtige Ernährung ein natürlicher Verbündeter im Kampf gegen Viren und Bakterien. Wer ausgewogen, bunt und abwechslungsreich isst, gibt dem Körper, was er braucht – für ein starkes Immunsystem und eine gesunde Trainingssaison.

Kürbis-Linsen-Suppe

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Hokkaido-Kürbis (ca. 800 g)
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 daumengroßes Stück frischer Ingwer
- 1 TL Kurkuma (frisch gerieben oder Pulver)
- 150 g rote Linsen
- 1 EL Olivenöl
- 800 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Kokosmilch
- Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft, ev. Chiliflocken
- Petersilie zum Garnieren

Zubereitung

Kürbis waschen, entkernen und in Würfel schneiden (Hokkaido muss nicht geschält werden). Zwiebel, Knoblauch und Ingwer fein hacken.

In einem großen Topf Olivenöl erhitzen, Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Kurkuma darin kurz anbraten. Kürbiswürfel und Linsen dazugeben, mit Gemüsebrühe ablöschen.

Aufkochen und ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis alles weich ist.

Kokosmilch zugeben und anschließend pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und eventuell Chiliflocken abschmecken. Mit frischer Petersilie garnieren.



Ihre Ansprechpartnerin

 **Alexandra Wenger**
Diätologin
alexandra1.braun@gmail.com

Die SPORTUNION gratuliert GANZ HERZLICH ZUM RUNDEN GEBURTSTAG

30

Dipl. Ing. Manuel Ebner, Tennisclub Faistenau

40

Erich Schörghofer, USV-Hintersee

50

Stefan Schmidt, SKC Unken
Andreas Wenger, USC Faistenau
Johanna Kanzian, Ruder Club Salzburg

60

Stefan Handlechner, Reitergruppe Mattsee
Manfred Knapp, USV Hollersbach

70

Veronika Scheffer, SPORTUNION-Bezirksreferentin, Union Skiclub Altenmarkt Zauchensee

80

Ing. Johann Pichler, SPORTUNION-Spartenreferent, SPORTUNION Disziplinarausschuss, TGUS, TGUSS
Renate Keil, SPORTUNION-Ehrensenat

Die **SPORTUNION** gratuliert den Gewinner:innen aus der **UNIONNEWS** #187

5 x 2 Tageskarten für das
Aqua Salza gingen an:

Barbara Koglbauer
Gertraud Neuhofer
Anna Eichenseder
Erika Cekan-Höller
Silvia Keuschnigg-Koller



UNIONnews wird digital

Liebe Leserinnen und Leser,

mit dieser Ausgabe halten Sie die letzte gedruckte Version der UNIONNEWS in den Händen.

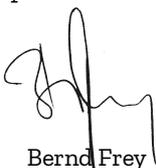
Wir verabschieden uns von einem bewährten Format und blicken mit Spannung und Vorfreude in die Zukunft.

Die UNIONnews hat sich in den letzten Jahren zu einem wichtigen Kommunikationskanal für unseren Verband entwickelt. Doch die Zeit bleibt nicht stehen, und mit den sich ständig verändernden Anforderungen der digitalen Welt haben auch wir uns entschlossen, einen Schritt nach vorn zu machen. Im kommenden Jahr präsentieren wir Ihnen ein frisches, modernes und digitales Gesicht der UNIONnews.

Mit dem neuen Format werden wir die bisherigen Inhalte aufgreifen und unseren Vereinen auch zusätzliche Möglichkeiten bieten, sich noch stärker mit uns zu vernetzen und ihre Erfolge zu präsentieren. Wir sind überzeugt, dass diese Veränderung der richtige Weg für uns und für Sie als Mitglieder und Leser ist.

Wir bedanken uns herzlich für Ihr Vertrauen und Ihre Treue als Leserschaft der UNIONnews und freuen uns darauf, Sie bald mit einer spannenden, neuen Ausgabe begrüßen zu dürfen. Bleiben Sie gespannt – das Beste kommt noch!

Mit sportlichen Grüßen,



Bernd Frey
Geschäftsführer

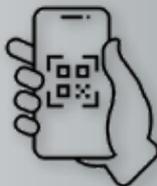
SPORT
UNION 



Ein Abschied mit Vorfreude - die UNIONnews geht online weiter! Geschäftsführer Bernd Frey und Petra Reiser, Redaktion UNIONnews, bedanken sich bei den treuen Leser:innen.

Ja, ich will ...

Für noch mehr Information
und Spaß am Sport, direkt
in deinen Posteingang:



NEWSLETTERANMELDUNG

Ja, ich will den E-Mail-Newsletter monatlich erhalten

Vorname _____

Zuname _____

Straße _____

PLZ / Wohnort _____

E-Mail _____

Anmeldung bitte an:

SPORTUNION Salzburg, Ulrike-Gschwandtner-Straße 6, 5020 Salzburg
Fax: +43 662/84 26 88 30, office@sportunion-sbg.at



IMPRESSUM

Medieninhaber und Herausgeber:

SPORTUNION Salzburg
Ulrike-Gschwandtner-Straße 6
5020 Salzburg, Österreich
Tel.: +43 662/84 26 88
office@sportunion-sbg.at
ZVR: 746317788

Für den Inhalt verantwortlich:

Petra Reiser, Bernd Frey

Redaktion:

Petra Reiser, Bernd Frey

Artdirektion, Grafik und Produktion:

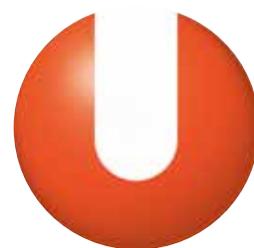
Jürgen Simoner

Coverfoto:

© pixabay

Druck:

Samson Druck GmbH
5581 St. Margarethen



SPORT
UNION

www.sportunion.at/sbg
www.facebook.com/sportunionsbg
www.instagram.com/sportunion.salzburg