

Wir bringen Salzburg in Bewegung

DIE SPORTBEILAGE IN KOOPERATION MIT











Einzigartige sportliche Angebote für die Kinder

Die Sommersportangebote der drei Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION erfreuen auch 2022 jedes Kinderherz. Was gibt es Schöneres, als im Freien mit Gleichgesinnten Sport zu treiben? Kaum etwas! Seiten 3-5

"Bewegt im Park": Gratis mitmachen und fit bleiben!

"Bewegt im Park" bietet für alle Sportbegeisterten ein vielfältiges Bewegungsprogramm in öffentlichen Parkanlagen. Ob Yoga, Pilates, Rückenfit oder viele weitere Kurse: Hier ist für jeden etwas dabei! Seite 6

Der Radsport besticht durch seine Vielseitigkeit

Vom Mountainbiken und Rennradfahren über E-Biken bis hin zum Gravelbiken und vieles mehr: Radfahren ist eine Sportart, die viel Abwechslung bereithält. Und das Salzburger Land ist prädestiniert fürs Radeln. Seiten 14-15



Geschick kann beim Rhönradturnen unter Beweis gestellt werden.



Rund 100 Trainerinnen und Trainer kümmern sich in den zwei Wochen um die Kinder und Jugendlichen.

Jugend zum Sport im ULSZ Rif

Zwei Wochen Sport, Spaß und Action für Kinder und Jugendliche von 6 bis 14 Jahren. Direkte Anbindung mit dem öffentlichen Verkehr durch die Regionalbuslinie 175 und Stadtbuslinie 45 gegeben.

Knapp 5800 junge Sportlerinnen und Sportler waren im Vorjahr trotz strenger Covid-Schutzmaßnahmen – bei Jugend zum Sport im Universitäts- und Landessportzentrum Salzburg/Rif. Auch 2022 können Kinder und Jugendliche von 6 bis 14 Jahren von 22, bis 26. 8. und von 29. 8. bis 2. 9. 2022 mehr als 20 unterschiedliche Sportarten ausprobieren. Angeboten werden beispielsweise Badminton, Basketball, Capoeira, Fechten, Flagball, Ultimate Frisbee, Fußball, Handball, Judo, Karate, Klettern, Leichtathletik, Orientierungslauf, Rhönradturnen, Rope Skipping, Rudern, Schwimmen, Showdance, Sportschießen, Squash, Tennis, Tischtennis, Trampolinspringen, Turnen, Volleyball und Wasserball. Auch heuer wird es ein integratives Behindertensportangebot geben.

Ferienspaß mit Sport und Bewegung

Ziel von Jugend zum Sport ist, Kinder und Jugendliche zu mehr Bewegung zu motivieren und sie durch die Angebote eventuell auch an eine Sportart heranzuführen. Bei der Zusammenset-



Beim Klettern geht es in luftige Höhen.

zung des Programms werden daher die Wünsche der Kinder großgeschrieben und auf neue Trends geachtet. Ein Augenmerk wird auch auf die Ausgewogenheit des Angebots für Buben und Mädchen gelegt. Erfahrene Trainerinnen und Trainer garantieren ein hohes Niveau bei der Betreuung.

Jugend zum Sport findet zwischen 22. August und 2. September 2022 jeweils von Montag bis Freitag täglich von 9 bis 12 Uhr bei

jedem Wetter statt. Eine Voranmeldung ist nicht notwendig. Wichtig ist, dass die Kinder und Jugendlichen Turnschuhe und entsprechende Sportbekleidung mitbringen. Treffpunkt ist jeweils um 8.45 Uhr auf der großen Tribüne der Leichtathletik-Anlage. Die Tagespauschale für die Teilnahme beträgt fünf Euro. Um 20 Euro ist eine Punktekarte erhältlich, die zu fünf Teilnahmen berechtigt und die auch übertragbar ist. Sozialeinrichtungen für Kinder und

Jugendliche wie Pro Juventute, SOS-Kinderdorf und andere erhalten Freikarten für diese Veranstaltung.

Mit dem Bus direkt zum ULSZ Rif

Seit September 2019 ist das ULSZ Rif auch im Halbstundentakt mit dem Bus erreichbar. Von Salzburg aus führt die Regionalbuslinie 175 nach Rif, von Hallein aus die städtische Buslinie 45. www.salzburg-verkehr.at

Aktuelle Informationen zur Veranstaltung finden Sie auf der Webseite des Landes: www.salzburg.gv.at/ jugend-zum-sport

Für Rückfragen stehen im Landessportbüro Sarah Baier unter der Telefonnummer +43 662 / 8042-2524 und Karl Mayr unter der Telefonnummer +43 662 / 8042-2538 zur Verfügung.



BEZAHLTE ANZEIGE











Bei den Sommersportangeboten von ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION wird jede Menge für Kinder geboten. Hier können viele spannende Sportarten entdeckt und probiert werden!

Sportcamps für Kinder und Jugendliche sind der Ferienhit. Sie sind ideal zum Kennenlernen einer neuen Sportart oder zum Verbessern der Fertigkeiten. Alle wollen raus in die freie Natur und sich sportlich betätigen. Dank der Sommersportangebote der drei Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION ist es ganz einfach, das richtige sportliche Angebot zu finden. Sowohl für kleinere als auch für größere Kinder ist etwas dabei. Ob Anfänger, Fortgeschrittene oder Profis: Alle können mitmachen! Und für die Eltern ist es gut zu wissen und vor allem beruhigend, dass die Kids unter fachlicher Anleitung etwas für ihre Gesundheit tun und sich aufgrund vielfältiger Angebote austoben können.

Und auch all jene Kinder, die mit Sport bislang noch nicht so viel am Hut hatten und einfach mal etwas Neues ausprobieren

wollen, kommen auf ihre Kosten. Dafür sorgt vor allem auch das gemeinsame Trainieren im Freien mit Gleichaltrigen und Gleichgesinnten. Natürlich werden im Sommer auch immer entsprechende Pausen eingeplant, darauf haben die geschulten Trainerinnen und Trainer ein Auge. Denn die Hitze fordert den Körper, hier muss man mit ausreichend Flüssigkeitszufuhr gegensteuern, um den Körper mit wichtigen Nährstoffen zu versorgen.

Sport hilft Kindern dabei, den Kreislauf in Schwung zu bringen, die Muskeln zu kräftigen und die Ausdauer zu verbessern. Wichtig ist, dass Aufgaben spielerisch gelöst werden und der Spaßfaktor nicht zu kurz kommt. Und genau darum geht es auch bei den Sommersportangeboten der Dachverbände, die genau in die Ferienzeit fallen. Hier gibt's einen Überblick über die besten Angebote:

ASKÖ

Ferienbetreuung durch ASKÖ-Vereine

Die ASKÖ-Vereine bieten in den neunwöchigen Sommerferien attraktive Ferienangebote in Form von Tagescamps bis Ganztagesbetreuung mit sportartspezifischem Bezug - darunter ASKÖ-Sommersportwoche, Sommercamp Beachvolleyball, Fußballcamp, Feriencamp Selbstverteidigung Jiu Jitsu Salzburg, Soccergolf und vieles mehr - an. Diese Angebote gelten in der Regel für unterschiedliche Altersgruppen und bieten Bewegung, Sport und Spaß durch qualifiziertes Personal. In Zusammenarbeit mit Vertretern verschiedener ASKÖ-Vereine können die Kinder und Jugendlichen Sportarten ausprobieren und kennenlernen.

ASKÖ-Sommersportwoche Spiel, Spaß und Kreativität ste-

menarbeit mit Vertretern eines ASKÖ-Vereins können die Kinder unter Anleitung qualifizierter Trainerinnen und Trainer verschiedene Sportarten näher kennenlernen. Neben einem vielseitigen Sportangebot wie Slackline, Fußball, Street Racket, Breakdance, Karate, Flag Football, Hip-Hop, Check your Limits etc. werden auch die sozialen Kompetenzen erweitert und neue Freundschaften geschlossen! Je nach Wetterlage wird die Zeit im Außenbereich mit Bewegung in der Natur, Sportspielen am Sportplatz oder im Innenbereich mit kreativen Bastelworkshops und Bewegungseinheiten bzw. Bewegungsbaustellen in der Halle verbracht. Unterstützt werden die Betreuerinnen und Betreuer in der Feriensportwoche von Hopsi Hopper, dem Fitness- und Gesundheitsfrosch der ASKÖ,

hen im Vordergrund. In Zusam-









der das ganze Jahr über in Kindergärten und Schulen in Österreich unterwegs ist und die Bewegung fördert.

Elternfreundliche Betreuungszeiten

Die Feriensportwochen finden ohne Übernachtung statt, eine professionelle Ganztagesbetreuung ist jedoch inkludiert. Beginn der Aktivitäten ist täglich um 9, Ende um 16.30 Uhr. Die Trainerinnen und Trainer bzw. Betreuerinnen und Betreuer stehen ab 8 Uhr für die Kinder bereit. Sie haben dann bis 17 Uhr Zeit, um Ihr Kind wieder abzuholen. Neben den fünf Wochen Ganztagesbetreuungsangebot auf der Sportanlage Gnigl bieten viele ASKÖ-Vereine Ferienbetreuungen als Halbtagesangebot und Tagescamps an.

Mehr Infos und Angebote finden Sie im Übersichtskalender dieser Ausgabe.

Kontakt: ASKÖ-Landesverband Salzburg, Parscher Straße 4, 5023 Salzburg, Tel. +43 662 / 87 16 23, OFFICE@ASKOE-SALZBURG.AT, WWW.ASKOE-SALZBURG.AT

ASVÖ

Sportliche Angebote für Kinder

Am 14. und 15. Juli laden die Dark Vipers Hockey in Franks Skate School ein: Auf dem Programm steht Inlineskating für Anfängerinnen und Anfänger (einfache Turns, Übersteigen und sicheres Bremsen). Kinder ab sechs Jahren bis Späteinsteigerinnen und -einsteiger können sich in der Inlinehockey-Halle Bergheim (beim Bergxi) austoben – einfach vorbeikommen und mitmachen!

Infos, Kosten & Anmeldung: Frank Seewald, Tel. +43 664 / 40 86 550, VIPERS-HOCKEY.AT

Der Turnverein Grödig veranstaltet in der Turnhalle und am Sportplatz der VS Grödig vom 18. bis zum 22. Juli ein Ferienlager. Das Programm für Sechs- bis Fünfzehnjährige beinhaltet: Turnen an Geräten & Airtrack, Akrobatik und eine Abschlussshow.

Infos, Kosten & Anmeldung:

TV_GROEDIG@GMX.AT oder Tel. +43 676 / 73 04 374 (Cornelia Feik)

Das polysportive Feriencamp (ATP Lions Camp & Cup 2022) mit Leichtathletik, Kampfsport, Sommerbiathlon, Bogenschießen und vielem mehr eignet sich für Kinder im Alter von sechs bis fünfzehn Jahren. Es findet diesen

Sommer im Sportzentrum Nord zu folgenden Terminen statt: 18. bis 22. Juli, 1. bis 5. August sowie 29. August bis 2. September.

Infos, Kosten & Anmeldung:

WWW.ATP-LIONS.COM

Der TC Stardance organisiert vom 26. Juli bis zum 30. August im Festsaal des Gasthaus zur Nachbarschaft in Elixhausen das Kids Jump Dance. Coole Moves und Tanzschritte werden zu aktuellen Charthits einstudiert und es wird eine kleine Choreografie erlernt – ab sechs Jahren!

Infos & Anmeldung:

CHRISTINE.GSCHAIDER@SBG.AT oder www.stardance.at

Der TV Zell am See bietet in den Ferien für Kinder von sechs bis













sechzehn Iahren jeden Mittwoch von 17 bis 18 Uhr ein Lauftraining beim Sportplatz in Zell am See/ Schüttdorf an. Bei Schlechtwetter wird in der Turnhalle der HS Zell am See trainiert. Jeden Samstag gibt es von 8 bis 11 Uhr ein Lauf-, Rad- und Schwimmtraining. Treffpunkt ist ebenfalls der Sportplatz in Zell am See/Schüttdorf (bei Schlechtwetter wird wiederum in die Turnhalle der HS Zell am See ausgewichen).

Anmeldung unter:

HOLLIZELL@HOTMAIL.COM oder Tel. +43 650 / 43 01 737

SPORTUNION

Sommersportangebote für Kids

Die SPORTUNION sorgt in den Sommerferien zusammen mit ihren Vereinen für ausreichend Bewegung, Action und Spaß. Mit den umfangreichen Angeboten sollen Jugendliche, Kinder und Familien für Bewegung und Sport begeistert und die Aktivität gefördert werden.

UGOTCHI Actionday

Am 5. Juli lädt die SPORTUNION rund 250 Salzburger Schülerinnen und Schüler im Klassenverband in das Sportzentrum Mitte ein. UGOTCHI, das beliebte gelbe Küken und Maskottchen der SPORTUNION, bringt Sechs- bis Zehnjährige in Bewegung. Gemeinsam mit den Vereinen wird ein aktiver Tag organisiert. Das Motto lautet dabei: "Ausprobieren, austoben und Spaß haben". Finanziert wird das Projekt über die Bewegungsinitiative "Kinder gesund bewegen 2.0", die Salzburger UNIQA sorgt für die gesunde Jause.

Sports4Fun

Beim Sports4Fun-Ferienprogramm können Kinder und Jugendliche von sechs bis sechzehn Jahren aus einer breiten Auswahl an verschiedenen Sportarten wie zum Beispiel American Football, Bouldern, Tennis, Beachvolleyball, Bogensport, Leichtathletik, Turnen, Voltigieren, Mountainbike, Fußball und vielem mehr auswählen. Sports4Fun geht heuer an den Standorten Eugendorf, Faistenau, Hof, Maishofen, Oberndorf, Salzburg-Stadt und Thalgau in zahlreichen Ferienwochen über die Bühne und kann tageweise gebucht werden. Pro Tag können die Kinder zwei Sportarten ausprobieren.

Mehr Infos:

SPORTUNION.AT/SBG/ PROJEKTE/SPORTS4FUN/

Almjam - Riversurf-Workshop

Von 21. bis 23. Juli 2022 findet auf der Almwelle Salzburg der Riversurf-Workshop statt. Hier bekommen Jugendliche theoretisches und praktisches Surf-Know-how und sammeln erste Erfahrungen auf dem Surfbrett. Alle dafür notwendigen Materialien werden vor Ort zur Verfügung gestellt. Der Event ist eine Kooperation zwischen dem Team Streusalz der SPORTUNION und dem UNION-Verein IG Riversurfing Austria.

Anmeldung:

VORSTAND@RIVERSURFING-AUSTRIA.AT

Weitere Sommersportangebote für Kinder und Jugendliche der SPORTUNION finden Sie unter:

SPORTUNION.AT/SBG/FERIENCAMPS

Aktiv durch den Sommer – mit "Bewegt im Park"!

"Bewegt im Park" ist das kostenlose Bewegungsangebot in deiner Stadt/Gemeinde. Mache jetzt mit und halte dich auch in der warmen Jahreszeit fit – es warten viele coole Angebote auf dich!



Vorteile im Überblick:

- Wöchentliche Termine
- Für alle Interessierten, von Jung bis Alt
- Mit erfahrenen Kursleiterinnen und Kursleitern
- Kostenlose Teilnahme
- Ohne Anmeldung
- Bei jedem Wetter
- Auch für Anfängerinnen und Anfänger geeignet

Alle Infos und Termine: WWW.BEWEGT-IM-PARK.AT



Was ist "Bewegt im Park"?

"Bewegt im Park" bietet ein vielfältiges Bewegungsprogramm im öffentlichen Raum – gratis und unverbindlich! Organisiert von der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) und finanziert vom Dachverband der Sozialversicherungsträger, dem Sportministerium und der Wiener Gesundheitsförderung (WiG), bietet das Projekt allen Menschen die Möglichkeit, sich von Juni bis September kostenfrei und an der frischen Luft zu bewegen.

Wie kann man an den Kursen teilnehmen?

Die Teilnahme ist kostenlos und erfolgt ohne Anmeldung. Die Bewegungseinheiten sind für alle Leute von Jung bis Alt geeignet. Jede und jeder kann das vielfältige Angebot nutzen, etwas für die eigene Gesundheit tun und zusätzlich auch neue Leute kennenlernen.

Wie findet man den passenden Kurs?

Alle Informationen zu den angebotenen Kursen sind auf der Website www.bewegt-im-park.at zu finden. Welcher Kurs wann und wo stattfindet, wer den Kurs leitet und ob spezielle Materialien notwendig sind – alle wissens-

werten Infos sind auf der Homepage zusammengefasst. Die erfahrenen Kursleiterinnen und Kursleiter motivieren und geben Tipps, um fit und gesund zu bleiben. Das Kursprogramm wird von den Sportvereinen ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION gestaltet und findet in Kooperation mit den So-



zialversicherungen und Städten/Gemeinden statt. Durch die Zusammenarbeit mit dem Österreichischen Behindertensportverband und Special Olympics Österreich steht auch für Menschen mit Beeinträchtigungen ein vielfältiges Angebot in Form von Inklusionskursen zur Verfügung.

Wo bewegt man sich?

Alle Kurse finden in öffentlichen Parks oder anderen freien Flächen in ganz Österreich statt. Auf jeden Fall an der frischen Luft – egal bei welchem Wetter!

Wann finden die Kurse statt?

Die "Bewegt im Park"-Kurse laufen von Juni bis September in ganz Österreich. Jeder Kurs findet immer am gleichen Wochentag und zur gleichen Uhrzeit statt. Dabei wird natürlich auf alle zum jeweiligen Zeitpunkt geltenden Coronaregelungen geachtet.









Selbstverteidigung im Verein Jiu Jitsu Salzburg

Jiu-Jitsu verknüpft Tradition und Moderne zu einem facettenreichen Kampfkunstsystem.

Das Kernprinzip besteht darin. die Kraft des Angriffs aufzunehmen und gegen den Gegner zu wenden. Am Beginn eines jeden Angriffs steht die entsprechende Gegenwehr, nach welcher auf verschiedenste Art und Weise der Angreifer unter Kontrolle gebracht wird. Dazu gehören Ausweich-, Block-, Schlag- und Tritttechniken sowie Hebel, Würfe und Festhalter.

Im ASKÖ-Verein wird bereits seit dem Jahr 1997 ein ganzheitliches Training angeboten, um unsere Mitglieder gesund und abwechslungsreich zu bewegen. Bei unseren Jiu-Kids steht vor allem Spaß an der Bewegung im Vordergrund. Wir üben im Kindertraining die Fallschule und erlernen spielerisch viele Grundtechniken der japanischen Kampfkunst. Unsere Jugend darf dann schon ordentlich schwitzen. Zu-



züglich der Kampfkunsttechniken werden hier im Training auch Kraft und Ausdauer aufgebaut. Die Erwachsenen gehen ihren Weg bis zu den Meistergraden. Dabei lernen wir ebenfalls, die klassischen Techniken in modernen Notwehrsituationen anzuwenden. Zusätzlich hält der

Verein Selbstverteidigungskurse ab. Der nächste findet im Herbst statt. Infos dazu findet man auf der Website des Vereins: SJJS.AT

Im Rahmen der ASKÖ-Vereinsinitiative "Sportverein PLUS baut aus und auf" bietet der Verein Jiu Jitsu Salzburg neuerdings auch Yoga an.

Mehr Infos

Montag: Yoga 19-20.15 Uhr Dienstag: Kindertraining Jiu-Jitsu 17-18 Uhr, Erwachsenentraining Jiu-Jitsu 19.30-21 Uhr **Donnerstag:** Kindertraining Jiu-Jitsu 18-19 Uhr, Jugendund Erwachsenentraining Jiu-Jitsu 19-20.30 Uhr

Trainingsstätte: ASKÖ-Halle Maxglan, Eichetstraße 29-31

Kindertraining während der Schulzeit, Jugendliche und Erwachsene haben im August Sommerpause. Probetraining jederzeit möglich.

Anmeldung unter:

SJJS.AT

Die SPORTUNION bewegt Kinder

Alle Kinder wollen laufen, hüpfen und springen. Dafür fehlen aber oft Räume und Möglichkeiten.

Um eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung gewährleisten zu können, brauchen Kinder Bewegung. Der angeborene Bewegungsdrang ist Motor und Antrieb für Entwicklung und Reifung. Warum leiden immer mehr Kinder unter Bewegungsmangel?

Sitzzeit ist verlorene Bewegungszeit!

Moderne Lebensumstände erschweren es Kindern schon früh, in Bewegung zu bleiben. Schon die Kleinsten sind fasziniert von Tablet und Co. Langes Stillsitzen beim Lernen sowie sitzende Freizeitaktivitäten wie Computerspiele sind Hauptursachen von Bewegungsmangel. Die WHO propagiert eine Bewegungszeit für Kinder von 60 Minuten täglich. Dem bewegten Alltag kommt eine mindestens so wichtige Bedeutung zu wie dem Schul- und dem Vereinssport. Die Vereine der SPORTUNION leisten einen wichtigen Beitrag, denn dort dürfen sich Kinder bewegen, austoben und ausprobieren.



100 Jahre SV Schwarzach

Der 1919 gegründete ASKÖ-Verein SV Schwarzach feierte bedingt durch die Coronapandemie nun endlich sein 100-jähriges Bestehen und lud daher zum gemeinsamen Feiern ein.

Großen Anteil am Gedeihen und Wohlergehen des Sportvereins haben ohne Zweifel seine Förderer und Gönner, die ihn seit vielen Jahren in logistischer, administrativer, vor allem jedoch finanzieller Art zu besseren Leistungen angespornt haben und es immer noch tun.

Schon mehr als 100 Jahre kann deshalb der traditionsreiche Verein mit seinen elf Sektionen – von Ski alpin über Fußball bis hin zu Turnen oder Schach – all seinen Mitgliedern ein vielfältiges Sportangebot bieten. Perfekte Bedingungen zur sportlichen Ausübung ermöglicht die sehr gut ausgestattete Infrastruktur des Vereins mit Sportplätzen, Sprung- und Tennisanlage, Skipisten, Kegelbahnen, Beachvolleyball-Plätzen und vielem mehr.

Der Verein mit etwa 360 Mitgliedern hat sich seit der Gründung intensiv der Förderung und Weiterentwicklung von jungen Talenten verschrieben. Durch Schnupperkurse und andere Sportangebote können Kinder und Jugendliche in verschiedenste Sportarten hineinschnuppern und den Sport ausprobieren. Die jahrelange, unermüdliche Vereinsarbeit trägt Früchte, denn der im Pongau ansässige Verein hat viele bekannte Sportlerinnen und Sportler hervorgebracht, die national sowie international hohen Bekanntheitsgrad genießen.



Zu nennen sind zum Beispiel die ÖSV-Adler Stefan Kraft (Bild unten rechts) und Chiara Kreuzer, die Jahr für Jahr für sportliche Erfolge sorgen und die österreichischen Skisprung-Fans begeistern

Neben der Organisation und Teilnahme an Orts-, Vereins- und Landesmeisterschaften innerhalb der diversen Sektionen führt der Pongauer Verein zusätzlich viele verschiedene Veranstaltungen und Wettkämpfe für Jung und Alt durch. Beispielhaft genannt werden können hier der Pongauer Stier, der Schwarzachtrail und das Schwarzachtrail und das Schwarzacher Schach-Open (Bild unten links), das sich innerhalb weniger Jahre

als größtes Turnier Österreichs etabliert hat. Auch diverse Schüler- und Jugendwettkämpfe wie der alljährliche Schwarzacher Frühlingslauf erfreuen sich großer Beliebtheit. Durch Intensivtrainingslager und Weiterbildungskurse sowie Workshops mit Verbandstrainern und ehemaligen Leistungssportlern bietet der Verein seinem Nachwuchs die Möglichkeit zur stetigen Weiterentwicklung.

Auch das gesellschaftliche Vereinsleben kommt beim SV Schwarzach nicht zu kurz. Der familiär geführte Verein lädt all seine Mitglieder jährlich zu einem gemeinsamen Skitag, Mountainbiketouren, Aktivtagen, aber auch anderen außersportlichen Aktivitäten ein.

Das Ziel des Sportvereins aus dem Pongau für die nächsten Jahrzehnte sind und bleiben die Förderung und Aufrechterhaltung der hervorragenden Nachwuchsarbeit und das Hinaustragen der Motivation zu körperlicher Betätigung aller Alterskategorien. Unter Anleitung erfahrener Trainerinnen und Trainer steht Sportbegeisterten beim SWA ein umfangreiches Angebot diverser Sportarten zur Auswahl.

Kontakt:

Obmann Gerhard Hölzl Tel.: +43 664 / 75004707







Mo., 11. 7.- Fr., 15. 7. Actionweek Mo., 18. 7.-Fr., 22. 7. Actionweek Mo., 25. 7.-Fr., 29. 7. Actionweek Mo., 1. 8.-Fr., 5. 8. Lernen miteinander und voneinander, Inklusionswoche

Mo., 8. 8.-Fr., 12. 8. Actionweek Ort: ASKÖ-Landesverband Salzburg, Parscher Straße 4, 5023 Sbg. ASKÖ-Landesverband Salzburg

Die ASKÖ-Sommersportwochen für Kinder bieten Bewegung, Sport und Spaß mit Ganztagesbetreuung durch qualifiziertes Personal. In Zusammenarbeit mit verschiedenen ASKÖ-Vereinen können die Kinder unterschiedliche Sportarten ausprobieren. Zielgruppe: Kinder zwischen 8-12 Jahren

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

FERIENCAMP - SELBSTVERTEIDIGUNG JIU JITSU SALZBURG

Mo., 11, 7.-Di., 12, 7, & Do., 14, 7.-Fr., 15, 7., jeweils von 8.30-12.30 Uhr

Ort: ASKÖ-Sportanlage Maxglan, Judohalle, Eichetstr. 29–31, 5020 Sbg. Jiu Jitsu Salzburg

In insgesamt 16 Einheiten wird der Fokus auf dem Erlernen der Fallschule und einfachen Grundtechniken der japanischen Kampfkunst

Zielgruppe: Kinder zwischen 8-12 Jahren Infos und Anmeldung: office@sjjs.at

FUSSBALLCAMP MIT FORTUNA SALZBURG

Mo., 11. 7.-Do., 14. 7., jeweils von 13-17 Uhr

Ort: Sportzentrum Nord, Josef-Brandstätter-Straße 9, 5020 Sbg

Altersgerechtes und polysportives Fußballcamp für Volksschulkinder Zielgruppe: Motivierte Kinder zwischen 8–12 Jahren

Anmeldung: Fortuna Salzburg, office@fortuna-salzburg.at

SCHNUPPERTAGE SOCCERGOLF



Fr., 15. 7. & Fr., 26. 8., jeweils von 8.30-12.30 Uhr

Ort: Soccerpark Salzburg, Oberaustraße 33, 5071 Wals-Siezenheim ASKÖ-Landesverband Salzburg

Der Soccergolf-Schnuppertag wird in Zusammenarbeit mit dem Verein 1. Österreichischer Salzburger Soccergolfverein mit qualifizierten TrainerInnen durchgeführt.

Zielgruppe: Motivierte Kinder zwischen 8–14 Jahren

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

JUDOCAMP ASV SALZBURG



Di., 16. 8.–Fr., 19. 8., jeweils von 8–12 Uhr

Ort: ASV Salzburg, Plainstraße 123, 5020 Salzburg ASV Salzburg

In insgesamt 16 Einheiten werden zielgruppenspezifische Übungen und Spiele zu den Themen richtiges Fallen, richtiges Abrollen und Grundlagen des Judos durchgeführt.

Anmeldung: ASV Salzburg, Sektion Judo, 0680/1494375, andreas.hierzegger@gmail.com

ASKÖ-BEACHVOLLEYBALLCAMP

Di., 16. 8.-Fr., 19. 8., jeweils von 8.30-12.30 Uhr

Ort: Beachvolleyballplätze, Parscher Straße 4, 5023 Salzburg ASKÖ-Landesverband Salzburg

In insgesamt 16 Einheiten werden zielgruppenspezifische Übungen und Spiele mit Bällen zum Erhalt und zur Steigerung von Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer und Koordination ausgeübt. Zielgruppe: Kinder zwischen 8-12 Jahren

Angebote der einzelnen Vereine:

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

DARK VIPERS HOCKEY – FRANKS SKATE SCHOOL

Do., 14, 7, & Fr., 15, 7,

Ort: Inlinehockey-Halle Bergheim (beim Bergxi)

Dark Vipers

Inlineskating für Anfänger:innen (einfache Turns, Übersteigen und sicheres Bremsen). Kinder ab 6 Jahren bis Späteinsteiger:innen sind herzlich willkommen!

Infos, Kosten und Anmeldung: Frank Seewald, 0664/4086550, https://vipers-hockey.at

FERIENLAGER TURNVEREIN GRÖDIG

Mo., 18. 7.-Fr., 22. 7.

Ort: Turnhalle & Sportplatz der VS Grödig TV Grödig

Turnen (an Geräten & Airtrack), Akrobatik, Abschlussshow, von 6-15 Jahren.

Infos, Kosten und Anmeldung: tv_groedig@gmx.at oder 0676/7304374 (Cornelia Feik)

ATP LIONS CAMP & CUP



Mo., 18. 7.-Fr., 22. 7. & Mo., 1. 8.-Fr., 5. 8. & Mo., 29. 8.-Fr., 2. 9.

Ort: Sportzentrum Nord ATP LIONS

Das polysportive Feriencamp mit Leichtathletik, Kampfsport, Sommerbiathlon, Bogenschießen u. v. m., von 6–15 Jahren.

Infos, Kosten und Anmeldung: https://www.atp-lions.com



Di., 26. 7. & Di., 30. 8.

Ort: Festsaal im Gasthaus zur Nachbarschaft, Elixhausen TC Stardance

Coole Moves und Tanzschritte werden zu aktuellen Charthits einstudiert und eine kleine Choreografie erlernt. Ab 6 Jahren.

Infos, Kosten und Anmeldung:

christine.gschaider@sbg.at oder www.stardance.at

LAUFTRAINING

Jeden Mittwoch, 17-18 Uhr

Ort: Sportplatz in Zell am See/Schüttdorf, bei Schlechtwetter in der Turnhalle der HS Zell am See TV Zell am See

für Kinder von 6-16 Jahren

Weitere Infos und Anmeldung:

0650/4301737 oder hollizell@hotmail.com

LAUF-, RAD- & SCHWIMMTRAINING



Jeden Samstag, 8-11 Uhr

Ort: Treffpunkt Sportplatz Zell am See/Schüttdorf, bei Schlechtwetter Turnhalle HS Zell am See TV Zell am See

für Kinder von 6-16 Jahren

Weitere Infos und Anmeldung: 0650/4301737 oder hollizell@hotmail.com

BASKETBALL-CAMP

Sa., 9. 7.-Mi., 13. 7., Zell am See, Club Kitzsteinhorn Mo., 29. 8.-Fr., 2. 9., Josef-Preis-Allee-Halle, Salzburg

Basketballunion Salzburg

Eine Woche Spaß, Action und vor allem Basketball. Kosten: Royal Camp Zell/See € 500,-, Camp Salzburg € 140,-, beide Camps € 600,-Infos und Anmeldung: https://www.bbu-salzburg.at/feriencamps

TRI KIDS AQUATHLON 2022

So., 10. 7., 9.30 Uhr

Ort: Freibad Hallein

Tri Team Hallein

Lauf- und Schwimmwettbewerb im Freibad Hallein. Wettkampfbesprechung ab 9.15 Uhr, für alle verpflichtend!

Kosten: € 10.-

Bitte um Voranmeldung per Formular unter: www.tri.team-hallein.at bis 5. 7. um 12 Uhr.

SPORTS4FUN



Mo., 11. 7.-Fr., 15. 7., Thalgau Mo., 25. 7.-Fr., 29. 7., Maishofen Mo., 25. 7.-Fr., 29. 7., Hof Mo., 25. 7.-Fr., 29. 7. & Mo., 1. 8.-Fr., 5. 8., Sportzentrum Mitte Mo., 8. 8.-Fr., 12. 8., Faistenau Mo., 22. 8.-Fr., 24. 8., Eugendorf Mo., 29. 8. – Fr., 2. 9., Oberndorf

SPORTUNION Salzburg

Im Rahmen von Sports4Fun haben Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre die Möglichkeit, eine breite Palette an Sportarten auszuprobieren. Gefällt den Kindern eine Sportart besonders gut, können sie diese nach Sports4Fun gleich weiter im Verein ausüben.

Im Anschluss an Sports4Fun gibt es die Möglichkeit, eine Nachmittagsbetreuung des Vereines Star Bulls Floorball in Anspruch zu nehmen.

Infos unter: office@sportunion-sbg.at, sportunion.at/sbg, erich.rattensberger@starbulls.clubdesk.com

HOLIDAY MOVEX



Mo., 11. 7.-Fr., 15. 7., Sportzentrum Mitte Mo., 18. 7.-Fr., 22. 7., Sportzentrum Mitte Mo., 25. 7.-Fr., 29. 7., Akademisches Gymnasium Mo., 1. 8.-Fr., 5. 8., Akademisches Gymnasium Mo., 8. 8.-Fr., 12. 8., Sportzentrum Mitte Mo., 15. 8.-Fr., 19. 8., Sportzentrum Mitte Mo., 22. 8.-Fr., 26. 8., Sportzentrum Mitte Mo., 29. 8.-Fr., 2. 9., Akademisches Gymnasium jeweils täglich von 8.30-16 Uhr

Onemove

Die Ferienbetreuung beinhaltet ganztägige Betreuung von Kids und Teens. Coole Trendsportarten sowie die Erstellung einer gemeinsamen Show für die Eltern am Ende der Woche stehen am Programm.

Kosten: € 240,– pro Woche (10% für Geschwister)

Infos u. Anmeldung: onemove.at/Anmeldung_Ferienprogramm_2022

SALZBURG DUCKS -AMERICAN FOOTBALL SUMMERCAMP



Mo., 25. 7.-Fr., 29. 7., 9-13 Uhr

Ort: Josef-Brandstätter-Straße 10, 5020 Salzburg

Salzburg Ducks - American Football Dieses Sportcamp wird ausschließlich in englischer Sprache (Native Speaker)

cours, Schwimmen. Für Kinder im Alter von 6-18 Jahren.

Infos und Anmeldung: christine.gappmayer@salzburg-ducks.at

abgehalten. Geboten werden Flag Football, Trackle Football, Basketball, Par-





SOMMER 2022

SPORTVERANSTALTUNGEN



8. ITZLINGER SOMMERCUP

Fr., 24. 6.-So., 26. 6.

ASV Salzburg

Der ASV Salzburg lädt zur 8. Ausgabe des Itzlinger Sommercups ein. U11-Mannschaften aus diversen Nationen nehmen am mittlerweile über die Landesgrenzen hinaus bekannten Nachwuchsturnier in Salzburg teil.

ASKÖ-RÜCKENTRAINING-AUSBILDUNG NACH **DEM ANTARA®-BEWEGUNGSKONZEPT**

Fr., 8. 7., 14-20 Uhr & Sa., 9. 7., 9-17 Uhr, Modul G (Praxis inkl. Prüfungstag)

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

Diese Weiterbildung ist speziell für Übungsleiter und Trainer konzipiert und es werden die verschiedenen Rückenproblemkreise thematisiert. Die Absolventen können für Kursteilnehmer adäquate Trainingsprogramme zusammenstellen, diese betreuen und korrigieren. Voraussetzung: Übungsleiter- bzw. Kursleitererfahrung im Gesundheits- und Fitnesssport.

Informationen und Anmeldung:

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

RUNDWANDERWEG AUF DEN KLINGSPITZ

Sa., 9. 7.

Treffpunkt: 7 Uhr Parkplatz Merkur/Alpenstraße, Salzburg, oder 7.30 Uhr Parkplatz Interspar/Hallein Naturfreunde Österreich/Landesorganisation Salzburg

€ 2,- Beitrag Naturfreunde

Führung: Beatrix Brandner, 0650/5743313

Anmeldung unter: https://salzburg.naturfreunde.at/events/angebot/108993/116061

AUSFAHRT ZUR STOISSERALM



So., 17. 7., 13-18 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz in Anger, Scheiterstraße 6, 83454 Anger, Deutschland MTB Salzburg

Schwierigkeitsstufe: für Fortgeschrittene; ca. 800–1000 Höhenmeter Anstieg sowie Abfahrt; der Verein informiert über kurzfristige Anderungen wie beispielsweise bei Schlechtwetter

Anmeldung unter: https://www.mtb-salzburg.at/event-details/ ausfahrt-zur-stoisseralm-1/form

ASKÖ-FIT-ÜBUNGSLEITUNGSAUSBILDUNG PRAXISMODUL KINDER/JUGEND



Fr., 9. 9, 14-22 Uhr & Sa., 10. 9., 9-18 Uhr

Ort: ABC Maxglan, Fichetstraße 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-Turnen sowie Kleinkinder- und Kinderturnen runden Kooperationsspiele

€ 250, – Normalpreis, € 145, – Mitglieder ASKÖ-Vereine, inkludiert sind jeweils Kursgebühr, Kursunterlagen und Abschlussbestätigung.

Informationen und Anmeldung:

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

ASKÖ-FIT-BASISMODUL



Fr., 16. 9., 14-22 Uhr & Sa., 17. 9., 9-19 Uhr

Ort: ABC Gnigl, Parscher Straße 4, 5023 Salzburg ASKÖ-Landesverband Salzburg

Das Basismodul ist die Voraussetzung für jede Übungsleiterausbildung im organisierten Sport. In 21 Einheiten werden theoretisches Wissen aus den Bereichen Sportbiologie, Trainingslehre und die Vermittlung von Bewegung und Sport gelehrt. Teilnehmerzahl: mind. 8 bis max. 25 Personen. € 145.— Normalpreis, € 470.— Mitglieder Sport-Austria-Verbände (BSO), inkludiert sind jeweils Kursgebühr, Kursunterlagen und Abschlussbestätigung nach schriftlicher Prüfung

Informationen und Anmeldung:

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

MURTALLAUF

Sa., 2. 7.

Verein Lungauer Murtallauf

Der Verein Lungauer Murtallauf organisiert wieder den beliebten Lauf für alle

Kinderläufe, 21,5-, 10- und 5-Kilometer-Läufe für alle.

Infos und Anmeldung unter:

info@murtallauf.at, 0676/9391696

https://www.murtallauf.at/lungauer-murtallauf.html

SKATER-HOCKEY-CAMP



Mo., 11. 7.-Mi., 13. 7.

Die Dark Vipers bieten ein dreitägiges Kennenlernen der neuen Trendsportart an. Für Jung bis Alt.

Infos und Anmeldung: Frank Seewald, 0664/4086550 oder seefra@hotmail.com

RAD-BERGSPRINT IN BISCHOFSHOFEN

Sa., 14. 8., 16-21 Uhr

Ort: Mohshammerplatz in Bischofshofen Mountainbike- und Laufclub Aufi&Owi

Der Mountainbike- und Laufclub Aufi&Owi in St. Johann veranstaltet einen Rad-Bergsprint vom Mohshammerplatz in Bischofshofen über das Gainfeld mit Ziel beim Gschwendtgut - offen für Rennrad und Mountainbike.

Weitere Infos und Anmeldung unter: https://www.aufiowi.at/

GLASENBACHKLAMMLAUF



Sa., 24. 9.

Der Lauf ist ein kurzer, aber sehr abwechslungsreicher Bewerb in einer wunderschönen Kulisse. Unterschiedliche Distanzen und

Infos und Anmeldung:

AUSBILDUNG "RICHTIG FIT MIT KINDERLEICHTATHLETIK"



Theorie und Praxis zum altersgerechten Laufen, Springen und Werfen werden in diesem Workshop vermittelt. Die Teilnehmenden erhalten zahlreiche Ideen für die Praxis für alle Sportarten.

Infos unter:

alexander.weber@asvoe.at

AUSBILDUNG: KAMPFSPORT ÜBUNGSLEITUNG TAEKWONDO

Sa., 2. 7.-So., 3. 7. &

Sa., 3. 9.-So., 4. 9., jeweils 9-17 Uhr

Ort: Volksschule Oberndorf, 5110 Oberndorf bei Salzburg SPORTUNION Salzburg

Lehrinhalte des Spezialmoduls sind allgemeines und spezielles Aufwärmen, spielerisches Kampfsporttraining, Taekwondo im Breitensport, Einführung in die Trainings- und Bewegungslehre und Verbesserung des Eigenkönnens. Die SPORTUNION-ÜbungsleiterInnen-Ausbildungen werden nach positivem Abschluss des Basismoduls und dem Spezialmodul mit dem Übungsleiterzertifikat ausgezeichnet. Dieses gilt auch als Zulassungsvoraussetzung für die weiterführende Instruktorinnen- und Instruktoren-Ausbildung an der

Kosten: Normalpreis € 225,-, SPORTUNION-Mitgliedspreis € 150,-Informationen und Anmeldung: sportunion-akademie.at

KANUPOLO - INT. SALZBURGER TURNIER & ÖSTERREICHISCHE MEISTERSCHAFTEN



2. Int. Salzburger Kanupolo-Turnier 2022 Sa., 2. 7.- So., 3. 7., 9-18 Uhr

Ort: Badesee Salzburg-Liefering, Schmiedingerstraße 179, 5020 Salzburg Bei diesem Turnier messen sich Teams aus ganz Mitteleuropa. Der Anpfiff zum Finale findet ab 15 Uhr statt.

Österreichische Meisterschaften 2022 Sa., 10. 9.—So., 11. 9.

Bei diesem Wettbewerb treten die besten österreichischen Kanupolo-Teams in Salzburg an.

Weitere Infos: http://www.kanupolo-salzburg.at/termine2022



Fr., 15. 7.—So., 17. 7.

Ort: Ortszentrum Obertrum am See

Freitag: Seecrossing presented by Aquasphere 3 km von Seeham und

1,4 km von Matzing. Samstag: Vormittag: Kids-Triathlon presented by Generali, Nachmittag: Fun-Triathlon presented by Raiffeisen und Sprint-Triathlon presented by Trumer. Sonntag: Kurzdistanz mit Österreichischer Staatsmeisterschaft, Mitteldistanz presented by PURE Encapsulations®.

Weitere Informationen unter: www.trumer-triathlon.at

Anmeldung: bis 11. Juli unter https://time2win.at/event/263?lang=de Nachmeldungen vor Ort möglich

ALMJAM – RIVERSURF-WORKSHOP



Do., 21. 7.-Sa., 23. 7.

Ort: Almwelle Salzburg

Jugendliche bekommen theoretisches Surf-Know-how vermittelt und sammeln erste Erfahrungen auf dem Surfbrett. Donnerstag und Freitag findet der Workshop und am Samstag der Contest für Erfahrene statt. Alle Materialien werden zur Verfügung gestellt. Der Riversurf-Workshop ist kostenlos.

Anmeldung: vorstand@riversurfing-austria.at

GYMNASTIK 55+ AUCH IN DEN SOMMERFERIEN

Jeden Montag, 18-19 Uhr

Ort: Sportplatz der Schule Viehhausen

USV Wals-Laschensky

Die Gesundheitsgymnastik für Seniorinnen und Senioren findet in den Sommerferien im Freien statt. Geboten wird eine Mischung aus Mobilisation, Kräftigung, Sturzprophylaxe und Rückenfit.

Kosten: frei für Mitglieder, € 20,- für Gäste

Infos bei Alfred Koch: 0677/626 787 53













Ein Sportzentrum wird wachgeküsst

Der Postsportverein des ASVÖ Salzburg ist eine fixe Größe im Salzburger Sportbiotop. Allerdings ist er ein bisschen in die Jahre gekommen. Deshalb hat Marcus Mascha, seit einem Jahr neuer Obmann, dem Verein seines Herzens eine Verjüngungskur verordnet. Auf 20.000 m² entsteht im Salzburger Stadtteil Schallmoos mit viel Engagement ein multifunktionales Sportzentrum.

Im Jahr 1983 wurde der Verein als Betriebssportverein der Post gegründet. Über die Jahrzehnte hat sich ein toller Verein entwickelt, der zur großen ASVÖ-Familie gehört und heute rund 1400 Mitglieder zählt. Doch in jüngster Zeit wurde vor allem eines klar: Der Verein braucht dringend eine Runderneuerung. Dazu ist Marcus Mascha als neuer Obmann des Postsportvereins ange-

Eigentlich ist der 49-jährige Marcus Mascha Vertriebsleiter einer großen Firma und beruflich mehr als ausgelastet. Oft hört er deshalb dieselbe Frage: "Weshalb tust du dir das an?" Aber er lebt in einem Werteraster. der in unserer Gesellschaft zu bröckeln beginnt, in der Work-Life-Balance-Gehabe und Geld-gegen-Einsatz-Denken zunehmen. Er ist Funktionär aus Leidenschaft und hat eine Frau, die genauso denkt und tatkräftig mitarheitet

Natürlich gibt es immer wieder Widerstand und es müssen Hindernisse überwunden werden. "Ja, man arbeitet viel in seiner Freizeit, bekommt aber auch sehr viel Positives zurück! Man kann etwas bewegen und das macht Freude!", sagt Mascha. Bewegt hat er im ersten Amtsjahr viel. "Ein bisserl ein Kraftakt ist es schon, einen gut funktionierenden Verein in die Neuzeit zu führen", sagt Mascha.



V. I.: Marcus und Karin Mascha (beide Postsportverein) mit Manfred und Björn Nareyka (beide padelbase).



Das darf es natürlich auch nicht ohne Grund sein. Denn bisher entstanden in Maschas erstem Amtsjahr ein neuer Gymnastikund Yogaraum, eine Sauna, eine moderne Stockbahn, ein Tennis-Allwetter-Court, Outdoor-Fitness-Hütten, Plätze für Fußballtennis, ein neuer Wirtschafts- und Küchenteil und wo einst alte Mannschaftskabinen waren, gibt es nun moderne Therapie- und Physioräume. Obmann Mascha packt also trotz beruflicher Auslastung, wo es nur geht, voll an - und das immer zum Wohle des traditionsreichen ASVÖ-Vereins, der in Salzburg-Schallmoos beheimatet ist.

Gerade im Aufbau befindet sich eine Anlage für die Trendsportart Padel-Tennis, eine Art Mischung aus Tennis und Squash. Es ist die erste Anlage dieser Art in Salzburg. Padel-Tennis kommt aus Spanien, dort ist es nach sechs Jahren bereits Volkssport Nummer zwei hinter König Fußball! Drei Jahre soll die Umbauphase dauern.

In diesem Zeitraum soll als Kernprojekt eine kleine Tennishalle gebaut werden. "Es tut sich wirklich viel. Wir wollen auch die Schule und den Kindergarten sowie die angrenzenden Firmen ins Boot holen und ihnen auch die Möglichkeit geben, sich zu bewegen", sagt Mascha, der trotz Coronapandemie positiv in die Zukunft blickt – und noch auf viele weitere erfolgreiche Jahre des Postsportvereins hofft.

Der Radsport ist vielseitig und

Ob Ausfahrten mit dem E-Bike oder dem Mountainbike, Radreisen mit dem Gravelbike, Action im Bikepark oder Radeln in der City: Radfahren sorgt im Sommer für Abwechslung.

Einer Forschungsarbeit des Universitätsklinikums Tübingen zufolge stärkt Radfahren die Psyche und kann Depressionen vorbeugen. So stabilisiert das gleichmäßige Treten beim Radfahren die Psyche und erhellt die Stimmung. Wer regelmäßig radelt, reduziert das Risiko für Fettleibigkeit, Herzerkrankungen oder Diabetes um die Hälfte. Die Atemmuskulatur wird gestärkt und die Ventilation der Lunge verbessert sich. Radfahren ist zudem gelenkschonend. Außerdem verfügen Radfahrer meist über ein starkes Herz: Denn der Herzmuskel vergrößert sich und der Ruhepuls wird reduziert. All das sind gute Gründe, um künftig häufiger in die Pedale zu treten.

Immer beliebter werden Fahrräder mit Motorunterstützung (E-Bikes), die sich als Einstieg für Untrainierte oder ältere Personen eignen. Dabei ist es jedoch wichtig, sich mit diesen Rädern erst einmal vertraut zu machen. um Sicherheit zu bekommen. Ob E-Bike, Mountainbike, Gravelbike etc.: Die vielen Radsportvereine der drei Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION bieten den idealen Einstieg in die Sportarten und heißen alle herzlich willkommen! Drei Vereine werden exemplarisch vorgestellt:

MTB Salzburg

Der Verein MTB Salzburg zählt zum ASKÖ Salzburg und wurde Anfang 2020 als Interessenvertretung für Mountainbikerinnen und Mountainbiker gegründet. "Unser Ziel besteht darin, dass wir illegale Trails legal machen, weil es seit Langem Probleme mit Jägern, Grundbesitzern usw. gibt. Wir wollen gemeinsam Lösungen finden, weil das Trailbiken ein Sport ist, der seit Corona noch einmal einen großen Popularitätsschub bekommen hat", sagt Julian Wielens, Obmann von

Mountainbike Salzburg. Beim Trailbiken ist man viel auf natürlichen Wegen unterwegs, Wielens kennt die Gegenden um Saalbach, Leogang und Schladming gut, befährt aber auch gern Trails am Reschenpass.

Priorität hat für Wielens und sein Team der Gaisberg-Trail, der gerade in Arbeit ist. "Mit den Bundesforsten haben wir insgesamt sehr gute Gespräche gehabt, auch mit anderen Parteien. Der Naturschutz muss gewahrt bleiben, die Strecken müssen professionell gebaut werden, um Erosionsschäden zu verhindern", sagt Wielens. Das Thema Haftung spielt dabei ebenfalls eine ganz wichtige Rolle!

Auch die Betreiber der Zinkenlifte am Dürrnberg zeigen sich bei der Legalisierung von Trails aufgeschlossen – wobei es mal nur eine Idee gab und das Projekt erst am Anfang steht. In Großgmain ist ein Kinder-Trailprojekt geplant. "Wir versuchen vieles für Kinder umzusetzen." Alles.



"Der Gaisberg-Trail ist im Moment am spannendsten."

Julian Wielens, Obmann MTB Salzburg

was in Stadtnähe ist, ist sinnvoll. "Denn der Klimaschutz wird wichtiger, eine lange Anreise wollen viele nicht mehr in Kauf nehmen", so Wielens. Mountainbike Salzburg veranstaltet Fahrtechniktrainings für 330 Mitglieder, an Clubabenden werden Neuigkeiten präsentiert. Natürlich stehen auch After-Work-Rides und regelmäßige Bikeausflüge an.

Mehr Infos:

WWW.MTB-SALZBURG.AT



Bike Friends Salzburg

Der ASVÖ-Verein Bike Friends Salzburg bietet vor allem Kinderund Jugendtrainings mit einer jungen, gut geschulten Trainerin an. "Gebrauchte Rennfahrräder für Kinder werden aus ganz Österreich zusammengekauft. Am Parkplatz der Firma Hasenauer in Eugendorf und auf Radwegen nahe der Ischler Bahntrasse wird dann fleißig trainiert", erklärt Christian Mohr, Obmann von Bike Friends Salzburg. Mittlerweile verfügt der Verein über 120 Mitglieder, die auch gemeinsam viel unternehmen. "Ob Long-Distance-Fahrten, Challenges bei Strava oder normale Ausflüge: Es tut sich einiges bei uns", so Mohr. Beliebte Radausfahrten führen die Radlerinnen und Radler oft in die Gegend rund um den Mond- und Attersee, auf den Gaisberg, in den Flachgau (Haunsberg, Voggenberg etc.), über den Hirschbichlpass nach Berchtesgaden. Auch die Rossfeldpanoramastraße und die Chiemseerunde sind beliebt. Weiters ist Mohr im Landesradsportverband als Vizepräsident tätig und hat sich mit dem Präsidium ehrgeizige Ziele gesetzt. "In den nächsten zehn bis fünfzehn Jahren wollen wir einen Salzburger Rennradprofi bei der Tour de France haben." Der Verband will die Vereine animieren, Kinderund Jugendarbeit zu machen –



"Trotz der Coronapandemie sind wir stetig gewachsen."

Christian Mohr, Obmann Bike Friends Salzburg

das funktioniert am besten über Nachwuchszentren, interessierte Vereine erhalten Förderungen. Hier unterstützt der Radsportverband Salzburg die jeweiligen Vereine. Die Kinder- und Jugendtrainings sollen in naher Zukunft, so der Wunsch des Ob-









extrem gesund!







manns, ausgeweitet werden. "Vielleicht können wir mit dem ÖAMTC oder dem ARBÖ kooperieren und das auf Fahrsicherheitszentren ausweiten. Auch der Salzburgring würde sich für Techniktrainings anbieten", sagt Mohr, der sich bereits auf viele spannende Radveranstaltungen im kommenden Sommer freut.

Mehr Infos:

BIKEFRIENDS.AT

RC Wals-Siezenheim

Der Radverein der SPORTUNION wird seit elf Jahren von Obmann Norbert Lurger geführt. Der RC Wals-Siezenheim organisiert alljährlich gleich mehrere wichtige Veranstaltungen. "Wir veranstalten heuer zum dreizehnten Mal die Radtauschbörse. Begonnen haben wir in kleinem Umfang in der Hauptschule und sind nun in der Walserfeldhalle gelandet, die auch im Vorjahr bestens gefüllt war. Das Angebot wird sehr gut angenommen", erklärt Lurger.

Ebenfalls eine Konstante ist der Familienradtag in Wals, der meistens am ersten Sonntag im September stattfindet. 2021 waren rund 1000 Radfahrerinnen und Radfahrer, die sich mit Begeisterung an den sieben bis acht Stationen versucht haben, mit



"Wichtig ist auch, dass Eltern vom Angebot überzeugt werden."

Norbert Lurger, Obmann RC Wals-Siezenheim

dabei. Tradition haben auch bereits die Fahrsicherheitstrainings für Schülerinnen und Schüler der vierten Klasse Volksschule in Wals. "Diese dienen als Vorbereitung für die Fahrradprüfung und finden in Absprache mit der Polizei im Altstoffsammelzentrum Wals-Siezenheim statt", sagt Lurger. Ende Juni/Anfang Juli gibt es am Kirchenplatz in Wals einen Technikbewerb für Kinder zwischen fünf und vierzehn Jahren. Das Hauptaugenmerk liegt auch auf der Förderung der Kinder. "Wir wollen sie vom Computer weg und hin zum Radfahren bringen", so Lurger. Beim RC Wals-Siezenheim ist das Miteinander entscheidend. Es existieren unterschiedliche Gruppen, die ihrem liebsten Hobby nachgehen: Zum einen sind da zwei Mountainbike-Gruppen (sportlich aktiv bzw. gemütlich), die E-Mountainbiker, zum anderen eine Seniorengruppe und noch eine Pumptrackgruppe. Start und Ziel sind in Wals, Ausfahrten führen die 270 Vereinsmitglieder von Salzburg-Umgebung bis ins angrenzende Bayern. Auch ein alljährlicher Radausflug und eine "Trans-Alp-Tour" – diese wird alle zwei Jahre vereinsintern organisiert - sorgen für gute Stimmung!

Mehr Infos:

WWW.RC-WALS-SIEZENHEIM.AT

Radveranstaltungen im Bundesland Salzburg

Flachau E-Bike Festival

Vom 24. bis zum 26. Juni wird Flachau zum Mekka des E-Bikens. Mehr Infos: WWW.FLACHAUEBIKEFESTIVAL.COM

GlemmRide Bike Festival

Das GlemmRide findet von 7. bis 10. Juli in Saalbach-Hinterglemm statt. Mehr Infos: WWW.SAALBACH.COM

vita club Race und MyGym Race

Am 31. Juli wird der Salzburgring wieder zur Bühne für die Radsportler. Mehr Infos: WWW.RADTEAMSALZBURG.AT

Gainfeld Classic

Der Rad-Bergsprint in Bischofshofen steht am 14. August zum zweiten Mal auf dem Programm. Mehr Infos: WWW.AUFIOWI.AT

World Games of Mountainbiking

Von 8. bis 11. September geht es für Hobbybiker und Lizenzfahrer in Saalbach-Hinterglemm zum 23. Mal um die Titel der World Games Champions. Mehr Infos: WWW.SAALBACH.COM

Das Rennen führt am 8. September vom Kapitelplatz auf die Festung Hohensalzburg. Mehr Infos: CITYHILLCLIMB.COM

City Hill Climb Salzburg

BIKE Festival Saalfelden-Leogang

Vom 16. bis zum 18. September kommen Biker hier voll auf ihre Kosten. Mehr Infos: LEOGANG.BIKE-FESTIVAL.DE

Koppler MTB-Rennen Nocksteintrophy

Gleich an zwei Tagen (24. und 25. September) finden spannende Cross-Country-Rennen statt. Mehr Infos: MOUNTAINBIKERS.AT

"SPORT VOR ORT" – Die SPORTUNION macht mobil

Inklusion spielt bei UNION-Vereinen seit Jahren eine wichtige Rolle. Das Sportministerium unterstützt "SPORT VOR ORT" als innovatives Sportprojekt. Die Umsetzung erfolgt gemeinsam.



Zuerst kommt die Bewegung zu den Menschen – nicht umgekehrt

In Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe wurde das Projekt gestartet, welches Bewegung zu Menschen mit körperlichen oder psychischen Beeinträchtigungen bringt – an die Stätten, wo sie wohnen oder arbeiten. Eine speziell ausgebildete Trainerin fährt mit dem sogenannten Sport. Mobil – vollgepackt mit attraktiven Spiel- und Sportmaterialien – die Lebenshilfe-Kooperationseinrichtungen an.

"Bewegung und Sport sind für das Wohlbefinden und die Gesundheit aller Menschen von Bedeutung. Dies gilt natürlich auch für Menschen mit Behinderung; denn eine Behinderung soll niemanden hindern, aktiv zu sein", so Michaela Bartel, Präsidentin der SPORTUNION Salzburg.

Bei der Angebotserstellung wird auf die Mitsprachemöglichkeiten der Zielgruppe geachtet. Bewegungsaffine Bewohnerinnen und Bewohner der Lebenshilfe-Häuser sind Co-Trainer und unter-



"Bewegung und Sport sind für alle Menschen äußerst wichtig."

Michaela Bartel, Präsidentin SPORTUNION Salzburg

stützen bei den Bewegungsstunden. Übungsleiter und Übungsleiterinnen der SPORTUNION-Vereine werden eingeladen, diese Sportbesuche mitzugestalten. Zudem werden die Einrichtungen mit Sportmaterialien ausgestattet, welche nach Projektende in deren Besitz übergehen. Wich-

tig bei allen Umsetzungsschritten ist immer die gemeinsame Kommunikation. Das Projektteam vernetzt sich mit Angeboten im Umfeld der Einrichtungen, um nachhaltig für Sport und Bewegung in den Lebenshilfe-Einrichtungen zu sorgen. Mit viel Feingefühl und individueller Rücksichtnahme ist auf die Bedürfnisse der einzelnen Klientinnen und Klienten einzugehen.

"Inklusionssport ist Sport für alle und mit allen, ohne jemanden aufgrund von körperlichen oder geistigen Defiziten vom Sport auszuschließen. Möglichst viele Menschen sollen Spaß am Sport haben und an den Bewegungsangeboten unserer Vereine teilhaben können", erklärt Bernd Frey, Geschäftsführer der SPORT-UNION Salzburg.

"Wir sind sehr froh über die finanziellen Mittel, die uns vom BMKÖS zur Verfügung gestellt werden, um das Projekt über 24 Monate umsetzen zu können", so Projektleiter Valentin Doupona. "Die Erfahrungen und Learnings der kommenden Monate helfen uns dabei, noch mal näher an die Menschen heranzukommen und langfristig passende Angebote für die unterschiedlichsten Zielgruppen zu machen", ist der Projektleiter überzeugt. Ziel ist es, allen Menschen die ungehinderte Teilnahme am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen - und dazu gehört auch das vielfältige Angebot der Sportvereine.



 Bundesministerium Kunst, Kultur, öffentlicher Dienst und Sport









Laufclub Saalfelden feiert große Erfolge

Geboren aus der Idee, Freunde des Laufsports in Saalfelden und der näheren Umgebung zusammenzuführen, hat sich der Laufclub Saalfelden seit 1984 dem Laufen in all seinen Facetten verschrieben.

Besonders der Ritzenseelauf, der schon seit 25 Jahren veranstaltet wird, erfreut sich stetiger Beliebtheit. Heute ist dieser Lauf aus dem Sportgeschehen Saalfeldens nicht mehr wegzudenken und mit jährlich rund 400 Teilnehmerinnen und Teilnehmern eine der größeren Laufveranstaltungen im Bundesland Salzburg!

Vor allem aber fördert und unterstützt der ASKÖ-Verein Laufclub Saalfelden den Kinder- und Jugendsport. Dazu stellt der Verein Trainingsmöglichkeiten und erfahrene Trainerinnen und Trainer zur Verfügung. Überdies veranstaltet der Club aus Saalfelden wöchentliche Lauftreffs auch für Erwachsene und bietet die Möglichkeit eines regelmäßigen Langsamlauftreffs, die vom Frühjahr bis hinein in den Herbst stattfinden. In Absprache mit sei-



nen zirka 40 Mitgliedern organisiert der Verein zudem Laufausflüge zu verschiedenen Laufveranstaltungen im In- und auch im Ausland sowie auch Wanderungen. Athletinnen und Athleten

des LC Saalfelden sind regional, national und international sehr erfolgreich. Die legendären Erfolge von Max Huber (er hält nach wie vor die meisten Streckenrekorde im Land) und Christian Bründlinger (Gesamtneunter Berglauf-Langdistanz-WM und bester Österreicher 2009) sowie auch das ehemalige LC-Saalfelden-Mitglied, Olympiateilnehmer Peter Herzog, der zahlreiche Rekorde erreicht hat, sind hier nur beispielgebend angeführt.

Der LC Saalfelden wird auch in Zukunft die sportlichen Ambitionen mit Begeisterung nach außen tragen und viele Menschen, unabhängig von Geschlecht, Alter und Niveau, zur Bewegung animieren! Ob Nordic Walker, Laufeinsteiger, Hobby- oder Wettkampfläufer, beim SC Saalfelden ist jeder herzlich willkommen! Frei nach dem Motto: Wie langsam du auch läufst, du schlägst alle, die zu Hause bleiben!

Kontakt: Hans Cantonati, Tel.: +43 664 / 6132153

Vier ASVÖ-Vereine feiern 2022 ihr Jubiläum!

Der Eisschützenverein Pfarrwerfen, der TSV Neumarkt am Wallersee, der Mountainbike- und Laufclub Aufi & Owi und der Tanzsportclub HIB Saalfelden haben heuer Grund zum Feiern.

Bereits 1922 wurde der Eisschützenverein Pfarrwerfen gegründet. Nach Jahren geschichtlich bedingter Vereinspausen kam es 1951 zur erneuten Gründungsversammlung. Der Mitgliedsbeitrag für die 35 Schützinnen und Schützen betrug zehn Schilling pro Jahr. Sportliche Aktivitäten waren dabei ausschließlich im Winter möglich. 1979 trat der Verein dem ASVÖ Salzburg bei und erfreut sich nach wie vor großer Beliebtheit bei seinen Mitgliedern.

Ebenfalls 1922 gegründet, gilt der TSV Neumarkt am Wallersee als einer der ersten Fußballclubs im Bundesland Salzburg. Durch die erstklassige Jugendarbeit und das herausragende Trainerteam schaffte es der Verein, in die Regionalliga West aufzusteigen, und wurde 2013/14 sogar Dritter.



Trotz eines Abstiegs im Folgejahr kann der Verein auf eine äußerst erfolgreiche Geschichte zurückblicken und wird den Salzburger Fußballfans mit Sicherheit noch viele spannende Spielstunden bescheren.

Der Mountainbike- und Laufclub Aufi & Owi aus St. Johann

feiert in diesem Jahr sein 30-Jahr-Jubiläum. 1992 gegründet, war der Club einer der ersten Mountainbike-Vereine im Bundesland Salzburg. Mit den Sektionen Bike und Lauf zählt der Verein mittlerweile über 160 Mitglieder. Gemeinschaft und Geselligkeit standen und stehen in

diesem Verein stets im Vordergrund und das spiegelt sich auch in den zahlreichen Vereinsveranstaltungen wider, die mit Engagement organisiert werden.

Der Tanzsportclub HIB Saalfelden öffnete vor 25 Jahren offiziell seine Pforten. Beheimatet im Gymnasium Saalfelden, wurde aus einem kleinen Tanzkreis mit 56 Mitgliedern, der 1997 vom Elternverein gegründet wurde, mittlerweile ein äußerst erfolgreicher Tanzclub, der aus dem Saalfeldner Vereinsleben nicht mehr wegzudenken ist. Damals wie heute steht der Verein für Breiten- sowie Turniertanzsport. Durch sein vielseitiges Kursangebot wies der Tanzsportclub zuletzt 350 Tänzerinnen und Tänzer als Mitglieder

ASVÖ-Familiensporttage: Heuer neu in Seekirchen

Die ASVÖ-Familiensporttage bieten seit 2008 ein buntes Programm an vielfältigen Sportarten zum Kennenlernen und Ausprobieren an.

Die ASVÖ-Familiensporttage bieten seit 2008 ein buntes Programm an vielfältigen Sportarten zum Kennenlernen und Ausprobieren an. Die regionalen Events ermöglichen dabei allen Altersgruppen, bei freiem Eintritt sportliche Aktivitäten zu testen. Im Vordergrund der Bewegungsund Begegnungsfeste steht der persönliche Kontakt zwischen Bewohnerinnen und Bewohnern einer Region und den dort ansässigen Vereinen.

Die Zeiten sind vorbei, in denen Mädchen nur zur Gymnastik gingen und Buben nur Fußball spielten. Die ASVÖ-Familiensporttage sollen niederschwellig und zwanglos einen Überblick über die gesamte Bandbreite an sportlichen Möglichkeiten geben und alle Familienmitglieder er-



mutigen, diese auch auszuprobieren. Fechten, Dart-Schießen, Bubble Soccer, Speed Stacking, Skispringen oder doch lieber Klettern oder Golfen? Die polysportiven Familienfeste bieten ei-

nen idealen Einstieg in Sportarten, die Kinder und deren Eltern noch gar nicht kannten. Vor allem aber wird den Familien die Scheu genommen, den jeweiligen regionalen Sportverein zu kontaktieren. Seit einigen Jahren sind die Familiensporttage immer in der letzten Ferienwoche in Tamsweg und Saalfelden zu Gast. Zusätzlich gibt es in diesem Jahr einen Veranstaltungsort im Salzburger Flachgau.

Am Areal des Fußballplatzes in Seekirchen findet am 7. September (jeweils 10 bis 14 Uhr) das Sportfest für alle statt (Tamsweg am 6. September und Saalfelden am 8. September). Seit dem Jahr 2021 finden zusätzlich im Rahmen der Familiensporttage Rote-Nasen-Läufe zugunsten kranker Kinder statt. Für ein kleines Startgeld kann jeder mitmachen und kranken Kindern wieder ein Lächeln ins Gesicht zaubern!

Mehr Infos: www.asvoe-sbg.at/ Projekte/familiensporttag/

SPORTUNION: Tennis im Aufwind

Der Tennissport erfährt einen regelrechten Ansturm. Nicht nur durch die Coronapandemie begünstigt, zählt die Rückschlagsportart wieder mit zu den beliebtesten Sportarten.



Die SPORTUNION-Vereine haben in den letzten Jahren verstärkt auf die eigene Jugend gesetzt und dürfen nun die Früchte ernten. Im Breitensport hat sich Tennis von einer Einzelsportart vielmehr zu einer Sportart für die ganze Familie entwickelt. Das spannende Einzel, gepaart mit einem gemütlichen Doppel, und der Ausklang auf den vielerorts generalsanierten Sportanlagen lassen den Tennissport eine Renaissance erleben. Die Vereine der SPORTUNION bieten den gesamten Sommer ein umfangreiches Trainingsangebot an, das

mit einwöchigen Feriencamps im Sommer seinen Höhepunkt findet. Durch den hohen Ansturm wird vermehrt auch eine zweite Trainingswoche angeboten, um allen Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit zu bieten, das Tennisspielen zu erlernen und dann in regelmäßigen Trainingseinheiten mit den vereinseigenen Trainerinnen und Trainern zu vertiefen. Der SPORTUNION-Nachwuchsförderpreisgewinner Lukas Neumayer (UTC Radstadt) hat heuer in der Türkei seinen ersten internationalen Titel bei den Herren gefeiert.

Tenniscamps SPORTUNION

TC Faistenau

UGOTCHI Tenniscamp I + II

18.–22. 7. bzw. 25.–29. 7. in Faistenau. Anmeldung: TENNISCLUB-FAISTENAU@GMX.AT

UTC Nußdorf

Tenniscamp

18.–22. 7. in Nußdorf.

Anmeldung: A.HOPFERWIESER@

UTC-NUSSDORF.AT

SPORTUNION Straßwalchen

Fit & Fun Kids Camp I + II

18.–22. 7. bzw. 25.–29. 7. in Straßwalchen. Anmeldung: FITANDFUN-STRASSWALCHEN@GMAIL.COM

USV St. Georgen

UGOTCHI Sommerkurs Tennis I + II

25. 7.–29. 7. bzw. 15. 8.–19. 8. in St. Georgen bei Salzburg. Anmeldung: WOELFLER@SBG.AT

Im nächsten Heft: In der dritten Ausgabe von "Auf & Los!" am 16. 9. wird es um die tägliche Bewegungseinheit und Jackpot.fit gehen.









Bewegte Stadt: Sportzentrum Nord in Liefering fertiggestellt

Mit dem Projekt "Bewegte Stadt" soll die Stadt Salzburg nunmehr zu einem riesigen Fitnesspark – oder anders gesagt: zu einem großen Spiel-, Sport- und Bewegungsplatz – werden. Konkretes Ziel dabei ist, in allen Stadtteilen attraktive Bewegungsmöglichkeiten im öffentlichen Raum zu schaffen und für alle Generationen nutzbar beziehungsweise besser sichtbar zu machen.





Linkes Bild: Calisthenics-Profi Martin Dechet zeigte den Schüler:innen der HTL Itzling die richtigen Grundübungen an der neuen Calisthenics-Anlage in Itzling am Rauchenbichl. Rechtes Bild: Im Rahmen der "Bewegten Stadt" fand bei der Bewegungsinsel am Kaufmannsteg/Ignaz-Rieder-Kai unter Anleitung des Sportexperten Michael Mayrhofer ein kostenloser Fitness-Workshop für Frauen statt.

Mit unterschiedlichen Bewegungsworkshops und der Installierung von Bewegungsinseln ist die Stadt auf einem sehr guten Weg, eine noch bewegtere Sportstadt zu werden.

Mit der Fertigstellung der Außenanlagen des Sportzentrum Nord ist nun auch die Multifunktionsanlage im Herzen Salzburgs für die Sportler:innen nutzbar. "Mit dem Ausbau der neuen Anlage wird ein wesentlicher Beitrag geleistet, um den gestiegenen Bedarf an sportlichen Bewegungsflächen abzudecken. Das ist ein Meilenstein für den Breiten- und Wettkampfsport in Salzburg", zeigt sich der für Sport zuständige Bürgermeister-Stellvertreter Bernhard Auinger mehr als zufrieden.

"Mit einem offenen und modernen Nutzungskonzept können die Sportflächen zu den Öffnungszeiten von allen Sportbegeisterten und Vereinen genutzt

werden. Das Sportzentrum Nord wird mit diesem Angebot den Sport-, Fitness- und Freizeitbereich langfristig und nachhaltig prägen. Mein Dank geht an die Mitarbeiter:innen der Stadt Salzburg und die Nutzervereine, die mit viel sportlichem Herzblut und Know-how entscheidend zur Umsetzung des Projekts beigetragen haben", so Auinger.

Die gesamte Leichtathletikanlage wurde saniert und ein neuer Abwurfkreis für das Kugelstoßen errichtet. Bei drei Fußballplätzen wurde die Beleuchtung erneuert und zugleich auf LED umgestellt. Mit dem neuen Fußball-Kunstrasenfeld gibt es nun auch ein Ganzjahresangebot. Ein neuer Sportregenerationsbereich mit Regendusche, Kneippbecken und Trinkwasserbrunnen steht den Sportler:innen zur Verfügung. Die Stockschützenanlage wurde mit vier Feldern neu angelegt. Und eine neue Sandfläche

von 50 mal 30 Metern ist für drei wettbewerbstaugliche Beachvollevballfelder oder als ein Beachsoccerfeld nutzbar. Zwei Gebäude wurden, jeweils mit Dachbegrünung, komplett neu gebaut: ein neues Vereinsgebäude für den Eisschützenverein Liefering und ein Lager- beziehungsweise Werkstättengebäude für die gesamte Anlage. Und nicht zuletzt wurde die gesamte Anlage umzäunt. Sie wird zu den Öffnungszeiten des Sportzentrums von 7 bis 22 Uhr für alle zugänglich sein.

Workshops und Bewegungsinseln sollen Motivation zur Bewegung steigern

Mit unterschiedlichen Workshops will die Stadt Salzburg alle Generationen zu mehr Bewegung motivieren: Bei Frauenlaufworkshops gibt es spezielle Tipps für Frauen, Workshops an den Calisthenics-Anlagen behandeln die wichtigsten Grundübungen, um

an den Anlagen auch selbstständig ein gesundheitsorientiertes Ganzkörper-Krafttraining durchführen zu können.

"Mit weiteren Bewegungsinseln wollen wir in Zusammenarbeit mit dem städtischen Gartenamt für alle Menschen Bewegungsmöglichkeiten bieten. Die Planungen laufen derzeit auf Hochtouren", so Auinger.

Für eine bewegte Stadt sind aber auch Sport-Großveranstaltungen wichtig. "Daher freut es mich ganz besonders, dass mit dem Tennis-Challenge-Turnier auf der Anlage des 1. Salzburger Tennisclubs und den beiden Basketball-Länderspielen in Sporthalle Alpenstraße ganz besondere Sport-Events in der Stadt Salzburg stattfinden", so Auinger voller Vorfreude.



Dein Partner FÜR BERGSPORT















DEIN BERG & BIKESPORT SPEZIALIST IM SALZBURGER LAND





Wir freuen uns auf Deinen Besuch!







iko Europe GmbH Wiener Bundesstraße 75 5300 Hallwang Tel. +43 0662 660663-0 Mo-Fr 9.00 - 18.30 Uhr Sa 9.00 - 17.00 Uhr iko-sport.com

