

# Auf & Los!



Wir bringen  
Salzburg in Bewegung

Salzburger Nachrichten



**Gewinnen Sie  
zahlreiche  
attraktive Preise  
für den Winter!**

Seite 15

## Vom Anfänger zum Skiass

BILD: SNI/ASVÖ SALZBURG/ANDREAS EBERHART

### Skifahren in Salzburg: Vom Breiten- zum Spitzensport

Die drei Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION stellen mit ihren Vereinen und mit dem Salzburger Landes-Skiverband sicher, dass Salzburgs Skinachwuchs sportlich bestmöglich betreut wird. **Seiten 3–5**

### Alpine Gefahren besser einschätzen können

ASKÖ über die Naturfreunde Salzburg und SPORTUNION über die SPORTUNION Akademie leisten mit ihren Angeboten einen wichtigen Beitrag zur alpinen Sicherheit, die immer wichtiger wird. **Seite 10**

### Aus- und Fortbildungen der Sportdachverbände

Weiterbildung wird bei ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION großgeschrieben. Deshalb können Einsteiger:innen, Fortgeschrittene und Expert:innen aus einem breiten Angebot an Aus- und Fortbildungen wählen. **Seiten 12–13**

# SAALBACH- HINTERGLEMM

## *Tourismusregion im Bann der Ski-WM*

Der weltbekannte Skort im Pinzgau steht bald neuerlich im Fokus der Sportfans. Mit der Ski-WM in Saalbach 2025 richtet sich die geballte öffentliche Aufmerksamkeit auf das sportliche Geschehen am Zwölferkogel. Die SN nehmen dieses Großereignis zum Anlass und berichten im neuen Magazin „Saalbach-Hinterglemm – Tourismusregion im Bann der Ski-WM“ sowohl über die bewegte (Tourismus-)Geschichte der berühmten Doppelgemeinde als auch über zukünftige Entwicklungen der Region, die auch Fieberbrunn und Leogang umfasst.

Was die Region abseits der Pisten noch auszeichnet sowie spannende Interviews mit den berühmtesten Söhnen und Töchtern Saalbach-Hinterglemm runden das Magazin ab.

**Holen Sie sich das Magazin „Saalbach-Hinterglemm – Tourismusregion im Bann der Ski-WM“ mit Ihrer SN-CARD zum Vorzugspreis um nur 6 Euro statt 8 Euro.**

(zzgl. 4 Euro Versand- und Bearbeitungsgebühr)



**Bestellung unter:  
shop.SN.at**

**Salzburger Nachrichten**

**WENN SIE MEHR WISSEN WOLLEN**

# Der Weg in den Weltcupzirkus

Bartl Gensbichler, Präsident des Salzburger Landes-Skiverbandes (SLSV), spricht über die Skistars von morgen und die Ski-WM 2025 in Saalbach-Hinterglemm, die er in den Pinzgau geholt hat.

Der Weg von der Breite an die Spitze ist im österreichischen Skirennsport gezeichnet von Engagement, Talent und einer gezielten Förderung. Besonders in Salzburg, wo die alpine Tradition tief verwurzelt ist, setzen die Sportdachverbände mit ihren Vereinen und in Zusammenarbeit mit dem Salzburger Landes-Skiverband (SLSV) ein starkes Zeichen für die Verbindung von Breiten- und Spitzensport. „Wir haben in Salzburg knapp 15.000 Mitglieder in knapp 125 Skivereinen“, sagt SLSV-Präsident Bartl Gensbichler, der meint, dass es ab 4 Jahren Sinn hat, mit dem Skifahren zu starten.

Bis 8 oder 9 Jahre sollte man möglichst viel frei, sprich: ohne Tore, fahren, um die Skitechnik zu verbessern. In den Skivereinen – viele kommen auch über die Skischulen in den Verein – werden die Kleinen bestmöglich betreut. Ab 8 oder 9 Jahren kann man im Kindercup starten. Nach dem Schülerkader gibt es den Landeskader, dessen Zugehörigkeit sich nach Leistung definiert. „Nur wer gute Ergebnisse hat, wird ein Teil des Landeskaders.“ Die „kritischen Jahre“, so nennt sie Gensbichler, sind von 15 bis 17. „Hier braucht es zum einen den Willen, sich durchzubeißen, und zum anderen ein gutes Elternhaus, denn Skifahren kostet Geld“, sagt Gensbichler.

## Schulen mit Skischwerpunkt

Der Weg kann zwar steinig sein, aber dennoch schaffen es immer wieder Skitalente aus Salzburg in die Weltspitze: Was das Bundesland im Skinachwuchs auszeichnet, das ist auch die Kombination zwischen Schule und Beruf. Neben den Salzburger Schulen mit Skischwerpunkt wie zum Beispiel der HIB Saalfelden, der Skimittelschule Bad Hofgastein oder der Mittelschule Kaprun spielt die Ski-Akademie Schladming, nur unweit von Salzburgs Grenze ge-



BILD: SNS/STG/MICHAEL GROESSINGER

legen, eine wichtige Rolle. Kein Wunder, dass es in Salzburg gleich mehrere Athlet:innen gibt, die bereits im Weltcup oder Europacup aufgezeigt haben – oder denen der Sprung in die Spitze bald zugetraut wird. Neben dem Annaberger Marcel Hirscher (startet für die Niederlande), dessen Saison verletzungsbedingt schon wieder vorbei ist, sind dies beispielsweise Mirjam Puchner (WSV St. Johann), Stefan Brennstener (USK Niedernsill), Kathrin Stock (SC Bischofshofen), Stefan Rieser (WSV Dorfgastein), Christopher Neumayer (SC Radstadt), Lisa Grill (USC Mariapfarr-Weißpriach-Göriach) oder Emilia Herzgsell (UNION Skiclub Altenmarkt Zauchensee). „Für mich geht es darum, Rennen für Rennen meine Leistung abzurufen und im Februar bereit zu sein, um das große Ziel zu erreichen, eine WM-Medaille zu gewinnen“, sagt Puchner. Die Pongauerin besuchte ein Gymnasium ohne Skischwerpunkt und zeigt dadurch, dass man es aber auch so nach ganz oben schaffen kann.

## Alles bereit für ein Skifest

Dafür, dass die Ski-WM von 4. bis 16. Februar 2025 in Saalbach-Hinterglemm stattfinden wird, zeichnet Bartl Gensbichler mit seinem Team aus knapp 1100 Helfer:innen verantwortlich. Bei der Auswahl der Volunteers ist Wert auf Internationalität gelegt worden, um den Zuschauer:innen in möglichst vielen Sprachen Auskunft geben zu können. Laut Gensbichler liegt man derzeit voll im Zeitplan: Die Beschneigung läuft gut, die Arbeiten an den Tribünen im Zielstadion gehen ins Finale und das Busterminal ist kurz vor der Fertigstellung. Gensbichler hofft durch die WM auch auf einen Schub für den Skinachwuchs. „Die Idole live zu sehen, sich Autogramme zu sichern, mit ihnen zu kommunizieren: Da steigt die Motivation bei den Nachwuchsskifahrer:innen!“

Die Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION arbeiten mit ihren Vereinen hart daran, noch mehr Salzburger Skitalente hervorzubringen. Ein Überblick über die Angebote:

## ASKÖ

### Skiclub Bischofshofen

Der Skiclub Bischofshofen ist weit über die Grenzen Österreichs hinaus bekannt – vor allem für seine zentrale Rolle im internationalen Skisprungsport. Jüngst sorgte dieser aber auch für Aufsehen im Alpinbereich. Zum ersten Mal in der 121-jährigen Vereinsgeschichte trat ein Mitglied im alpinen Skiweltcup an. Kathrin Stock, eine 22-jährige Slalomspezialistin, feierte im November in Levi, Finnland, ihr Debüt. Der Skiclub Bischofshofen, bekannt als Hochburg des nordischen Sports, schreibt damit ein neues Kapitel in seiner Vereinschronik. „Ich habe gar nicht damit gerechnet“, gesteht Stock, die sich in einer internen Qualifikation im Pitztal durchsetzte.

Als Kind war Kathrin Stock stolz darauf, bei der legendären Vierschanzentournee als Fahnenkind dabei zu sein. Das Finale der Vierschanzentournee wird jedes Jahr auf der Paul-Außerleitner-Schanze ausgetragen. Der Skiclub hat im Laufe seiner Geschichte viele bedeutende Persönlichkeiten hervorgebracht, darunter Sepp Bradl, der als erster Mensch über 100 Meter sprang, sowie Paul Außerleitner, dessen tragisches Unglück die Vereinsgeschichte nachhaltig prägte. Mit Jan Hörl, der 2022 in Peking Olympiasieger im Mannschaftsbewerb wurde, setzt der Verein seine Erfolgsgeschichte fort.

Auch im Alpinsport engagiert sich der Skiclub Bischofshofen intensiv. Talente werden durch ein erfahrenes Trainerteam, bestehend aus Experten wie Sepp Leitinger und Gerhard Steiner, gezielt gefördert. Mit Angeboten wie dem „Gugelhupfrennen“ wird bereits der Nachwuchs spielerisch an den Skisport herangeführt. 20 bis 40 Kinder werden aktuell vom Skiclub Bischofshofen betreut. ▶



BILD: SNS/SAALBACH/COM/DANIEL ROOS

Die Ski-WM in Saalbach-Hinterglemm findet von 4. bis 16. 2. 2025 statt.



BILD: SN/GEPA/MARIO BUEHNER

Stefan Brennsteiner ist ein ausgewiesener Riesenslalomspezialist.



BILD: SN/MATO JOHANNIK

Mirjam Puchner zählt zu Salzburgs Skiaushängeschildern.

Für Kathrin Stock ist der Weltcupstart ein Traum, für ihren Ski-club ein historischer Moment – und vielleicht ein Anstoß für weitere Talente. „Das ist eine Motivation für uns alle. Dass jemand von uns jetzt im Weltcup fährt, gibt uns einen richtigen Schub“, sagt Ski-club-Präsident Manfred Schützenhofer, der auch Stocks Onkel ist.

#### Infos und Kontakt:

Ski-club Bischofshofen

OFFICE@SKICLUB-BISCHOFSHOFEN.AT

WWW.SKICLUB-BISCHOFSHOFEN.AT

#### ASVÖ

##### ASVÖ Ski Champion

Der ASVÖ Ski Champion geht am 19. und 26. Jänner 2025 in die nächste Runde! In den Skigebieten Bad Dürrnberg und Leogang haben Kinder der Jahrgänge 2012 bis 2018 erneut die Gelegenheit, ihr Können unter Beweis zu stellen und sich in einem ungezwungenen Rennen zu messen. Gemeinsam mit dem Ski-club Hallein, der Skischule Dürrnberg und dem Ski-club Leogang organisiert der ASVÖ Salzburg zu Jahresbeginn diese zwei Rennveranstaltungen.

Der Renntag beginnt mit einem gemeinsamen Aufwärmprogramm unter der Anleitung von Trainer:innen des ASVÖ Salzburg und der jeweiligen Ski-clubs. Ebenso begleitet wird dies von ASVÖ Maskottchen FILU. Anschließend haben die Kinder die Möglichkeit, sich bei einem Training vor dem Rennen optimal vorzubereiten: Hier werden Fahrtechnik, das Fahren im Parallelbewerb sowie die letzten Tricks und Kniffe geübt.

Auch ein Fun-Parcours lädt dazu ein, das eigene Können spielerisch unter Beweis zu stellen. Unterstützt werden die jungen Skifahrer:innen dabei von erfahrenen Trainer:innen. Nach dem Training starten die einzelnen Altersklassen ins Rennen. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf Sicherheit und Fairness: Rennzüge sind nicht erlaubt, gefahren wird im normalen Skianzug, jedoch nur mit Helm und Rückenprotektor.

Zum krönenden Abschluss des Tages können alle Teilnehmer:innen des ASVÖ Ski Champion bei der Verlosung von tollen Preisen mitmachen!

#### Termine:

Dürrnberg:

Sonntag, 19. Jänner 2025

Leogang:

Sonntag, 26. Jänner 2025

#### Mehr Infos:

ASVOE-CHAMPION.AT

#### ASVÖ Sportjugend Wintersportwoche

Von 9. bis 15. Februar geht wieder die beliebte ASVÖ Salzburg Sportjugend Wintersportwoche über die Bühne. Mädchen und Jungen zwischen 10 und 16 Jahren können dabei eine Woche im Schnee in Schladming verbringen und übernachten im familiären Gasthof Michlbauer. Das seit über 30 Jahren bestehende Projekt sorgt jedes Jahr bei den Kindern und Jugendlichen für große Begeisterung. In unterschiedlichen Leistungslevels können in dieser Woche unzählige Pistenkilometer auf Ski oder Snowboards zurückgelegt werden. Zusätzlich zu den täglichen Sporteinheiten gibt es lustige weitere Programmpunkte sowie ein abwechslungsreiches Abendpro-

gramm. Die ausgebildeten Sportjugendtrainer:innen sind dabei jederzeit zur Betreuung vor Ort. Dieses Projekt wird finanziell unterstützt durch den ASVÖ Salzburg.

#### Voranmeldung via E-Mail an:

SPORTJUGEND@ASVOE-SBG.AT mit Namen und Geburtsdatum des Kindes (Anmeldeschluss ist 12. Jänner 2025). Details und weitere Infos folgen nach der Voranmeldung. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

#### Gratis-Anfänger-Snowboardschnuppern für Einheimische

Die Snowboarder des SC Radstadt freuen sich wieder auf einen ereignisreichen Winter. Auch heuer gibt es wieder Coachings, Kurse und am 15. Dezember 2024 das „Gratis-Schnuppern für Kids“. Wer dann so richtig Lust aufs Boarden bekommen hat, für den gibt es von 22. bis 27. Dezember 2024 einen Anfängerkurs, der durch Skiverleih-Sport Pichler mit Gratis-Material unterstützt wird. Zum zusätzlichen Auffrischen der Skills findet am 22. Dezember ein Refresh-



BILD: SNV SC SALZBURG

Bei der Kidstrophy des UNION Skiclub Salzburg misst sich der Skinachwuchs.



BILD: SN/GEPA/MATIC KLANSER

Kathrin Stock gilt als Versprechen für die Zukunft.



BILD: SNI/STEPHANIE SCHENKER

Emilia Herzgsell als Vorläuferin beim Weltcuprennen in Zauchensee.



BILD: SN/ASVÖ SALZBURG

„Plank-Challenge“ bei der Wintersportwoche des ASVÖ Salzburg.

Coaching statt. Rennluft schnupern können alle spätestens bei der dritten Auflage des Snowboard-Rookie-Contests am 15. März 2025 am Königslehenlift.

#### Mehr Infos

#### & Anmeldung:

Headcoach Silvia Auer

SILVIA.AUER.HORN@GMAIL.COM

Tel.: +43 699 / 17095088

#### SPORTUNION

#### Kidstrophy

Die Vorbereitungen für die 20. Auflage der Kidstrophy in Zauchensee laufen auf Hochtouren, verrät Urs Tanner, Präsident des UNION Skiclub Salzburg und Vorstandsmitglied der SPORTUNION Österreich. Alleine für die kommende Austragung am 29. und 30. März werden 1700 Starter:innen aus 17 Nationen bei dem zweitägigen Event erwartet, einige davon kommen sogar aus Übersee. „Mittlerweile ist die Kidstrophy das größte und führende Skirennen Europas, bei dem über 25.000 Kinder und Jugendliche bereits teilgenommen haben“, so Tanner weiter. Dass der UNION Skiclub Salzburg ins-

besondere im Nachwuchsbereich eine Vorreiterrolle einnimmt, ist unbestritten. „In unseren Trainingsgruppen sind viele junge Talente, die wir frühzeitig fördern und entwickeln.“

Einer seiner Schützlinge ist der neunjährige Hartwin Wallner, der mit 1,5 Jahren in den Skisport eingestiegen ist und bereits von Starts im Super-G träumt. „Viele meiner Freunde und Klassenkameraden spielen Fußball. Ich habe mich für den Skisport entschieden, weil mich die Geschwindigkeit schon immer faszinierte“, so Wallner. Für die kommende Saison hat sich der junge Salzburger, Doppelsieger der Kidstrophy 2024 und zweimaliger Gewinner des ÖSV-Kids-Cups, einiges vorgenommen. „Das Double in Zauchensee wieder zu holen wäre natürlich der Wahnsinn. Und die Gesamtwertung im Bezirkscup peile ich ebenso an.“ Bereits im Jänner starten die ersten Wettkämpfe für Wallner. Bis dahin absolviert er noch seine Trainings auf der Reiteralm und später in Zauchensee. Ski-Idole wie Marcel Hirscher, Hermann Maier und Ma-

nuel Feller geben dem talentierten Salzburger Aufwind und in diese Fußstapfen möchte er später auch treten.

#### Infos & Kontakt:

Urs Tanner

Präsident Skiclub Salzburg

OFFICE@SCSALZBURG.COM

SCSALZBURG.COM

#### UNION Skiclub

#### Altenmarkt Zauchensee

Breit aufgestellt ist auch der UNION Skiclub Altenmarkt Zauchensee mit seinen 400 Mitgliedern. Die Sektion Ski alpin liegt Veronika Scheffer, Obfrau des Skiclubs, besonders am Herzen. „Skifahren hat bei uns jahrhundertelange Tradition, es ist ein Kulturgut und kann im Pongau durch unseren Skiclub facettenreich ausgeübt werden. Die Pistens haben wir direkt vor der Haustür, was uns viele Möglichkeiten bietet.“

Neben der Abwicklung der Weltcuprennen zielt der UNION Skiclub Altenmarkt Zauchensee insbesondere auf den Breitensport ab. „Das fängt bei Skikursen im Kindergarten an, geht über

Firmenrennen bis zur Förderung des Spitzensports.“ Dieses Engagement ist von Erfolg geprägt. „Brigitte Obermoser und Michael Walchhofer sind Skiclub-Kinder, die über unseren Club in den alpinen Skiweltcup eingestiegen sind“, freut sich Scheffer.

Auf dem besten Weg in die Weltspitze ist derzeit die 19-jährige Emilia Herzgsell, die aktuell mit dem Salzburger Landes-Skiverband trainiert. Bei den Weltcuprennen in Zauchensee war sie bereits Vorläuferin in der Abfahrt und im Super-G. Für heuer wird die Pongauerin und Schülerin der Ski-Akademie Schladming in den Europacup reinschnuppern und sich auf den Riesentorlauf konzentrieren.

#### Infos & Kontakt:

Veronika Scheffer

Obfrau Skiclub

Altenmarkt Zauchensee

BERGBAHNEN@ZAUCHENSEE-AMADE.AT

#### Kontakt zu den

63 Skiclubs der

SPORTUNION im

Bundesland Salzburg:

SPORTUNION.AT/SBG/VEREINE

# 75 Jahre ASVÖ Österreich: Ein Jubiläum voller Höhepunkte

Bereits 2022 feierte der Allgemeine Sportverband Salzburg (ASVÖ Salzburg) sein 75-jähriges Bestehen – ein Meilenstein, der nicht nur für den Salzburger Verband, sondern auch für die Bundesorganisation des ASVÖ von großer Bedeutung war.

Mit über 5480 Mitgliedsvereinen prägt der ASVÖ als größter Sportdachverband Österreichs seit Jahrzehnten die Landschaft des Breitensports. Bei der Generalversammlung im September in Aigen im Ennstal stand ein besonderer Generationswechsel im Mittelpunkt: Christian Purrer, der bisherige Präsident, übergab sein Amt an Peter Reichl. Der Linzer Bankmanager, bisheriger Vizepräsident und Finanzreferent, wurde einstimmig zum neuen Präsidenten gewählt. „Unser Haus ist besser bestellt denn je. Wir haben heuer unseren 75. Geburtstag gefeiert“, sagte Purrer in seiner emotionalen Abschiedsrede. Für seine Verdienste wurde er von den Delegierten zum Ehrenpräsidenten ernannt.

Unter den Gästen der Generalversammlung fanden sich prominente Namen: Olympiasieger Lukas Mähr wurde für seine Leistungen mit der ASVÖ-Ehrennadel in Gold ausgezeichnet. Für Begeisterung sorgte außerdem die „Urban Dance Crew“ aus Salzburg, die mit einem mitreißenden Auftritt das Publikum in ihren Bann zog.

Mit der Wahl von Peter Reichl setzt der ASVÖ auf Kontinuität und Innovation. „Im Sport, wie auch in der Vereinsarbeit, kommt es auf die richtige Mischung von erfahrenen Teamplayern und dynamischen Jungen an – wir sind österreichweit so ein Team! Und ich darf als Kapitän dieses Teams agieren“, erklärte Reichl. Zu seinen Schwerpunkten gehören die Förderung von Frauen und Jugendlichen im Sport sowie die Stärkung des Ehrenamts. „Ein Sichtbarmachen der Menschen, die für den Vereinssport unerlässlich sind, liegt mir besonders am Herzen.“ Das Jubiläum ist jedoch nicht nur ein Anlass, auf die



BILDER: SNV/SDF/HARALD DOSTAL (2)



Erfolge der vergangenen Jahrzehnte zurückzublicken, sondern auch die Weichen für die Zukunft zu stellen. „Ein Generationswechsel ist dabei nicht nur in unseren Vereinen und Verbänden selbstverständlich, sondern auch in der Führung des ASVÖ“, betonte Purrer.

Mit diesem feierlichen Meilenstein zeigt der ASVÖ Salzburg, wie Tradition, Innovation und Teamgeist den Sport und die Gemeinschaft in Österreich nachhaltig stärken können.

# ATSV Gnigl: Turnen, Tradition und Talente

Am 12. Dezember 1921 gründeten Anton Ablinger, Gustav Schön und Karl Kalinger den ATSV Gnigl.

Als erstes Vereinslokal diente eine Baracke in der Schillinghofstraße. Bereits ein Jahr nach der Vereinsgründung verzeichnete der ASKÖ-Verein 102 Mitglieder und nahm erfolgreich an zahlreichen Wettkämpfen teil. 1926/27 errichteten die Mitglieder in freiwilliger Arbeit die erste Turnhalle samt Sportplatz an der Minneheimstraße. Als sozialdemokratischer Verein wurde der ATSV Gnigl 1934 verboten und die Turnhalle beschlagnahmt. Nach der Machtübernahme durch die NSDAP folgte 1938 die endgültige Vereinsauflösung. Erst 1949 begann der Wiederaufbau unter Turnlehrer Edwin Furch. Bereits 1951 kamen Landesjugendmeister und Landesmeister in der Turner-Mittelstufe aus den Reihen des ATSV Gnigl. Die 1960er-Jahre waren geprägt von großen



BILD: SNS/ATSV GNIGL

Erfolgen der Wettkampfriegen. Der Höhepunkt war Gerhard Hubers Teilnahme an den Olympischen Spielen in Rom. Ab 1968 modernisierte der Verein seine Turnhalle mit Unterstützung der ASKÖ. 1979 übernahm Walter Huber als Obmann das Ruder. Während seiner 28-jährigen Amtszeit führte er den Verein zu nationalen und internationalen Spitzenleistungen. 2007 legte er

das Amt in die Hände von Wolfgang Mayrhofer. 2016 begann der Neubau des Vereinsheims und der Turnhalle als Teil des Campus Gnigl. Im Herbst 2019 wurde die neue Turnhalle feierlich eröffnet.

Seit 2021 knüpft der ATSV Gnigl an seine Erfolgsgeschichte an: Mit über 30 Podestplätzen bei Landes- und Bundesmeisterschaften zählt der Verein zu den besten im Salzburger Turnsport.

Heute zählt der ATSV Gnigl rund 300 Mitglieder. Veranstaltungen wie das Weihnachtsturnen, die Faschingsturnstunde und Vereinsmeisterschaften sind feste Bestandteile des Kalenders. Neben Kinder-, Breiten- und Leistungsturnen bietet der Verein auch Fitnessangebote wie „Fit for Fun“ an. Besonders stolz ist der ATSV Gnigl auf sein neuestes Angebot: Showdance für Mädchen im Alter von 7 bis 15 Jahren (freitags von 17 bis 18 Uhr in der Turnhalle des Campus Gnigl).

#### Infos & Kontakt:

ATSV Gnigl  
Wolfgang Mayrhofer  
W.MAYRHOFFER@AON.AT  
WWW.ATSV-GNIGL.AT

## SPORTUNION-Kooperation bewegt über 100 Fachkräfte aus elf Nationen

Das Team des Projekts „Ein zweites Zuhause durch Sport“ hat im ersten Projektjahr ein vielfältiges Bewegungs- und Kursangebot zusammengestellt, um internationalen Fachkräften den Einstieg in ihrer neuen Heimat zu erleichtern.

Von wöchentlichen Beachvolleyballkursen über Herbstwanderungen, Radworkshops bis hin zu Eislaufen – die Palette an Veranstaltungen ist bunt und abwechslungsreich. Auf die Beine gestellt wurde diese im Zuge des Projekts „Ein zweites Zuhause durch Sport“, ein Kooperationsprojekt gemeinsam mit dem Uniklinikum Salzburg, dem Gunther Ladurner Pflegezentrum, Talent & Care und Innovation Salzburg. Alleine in diesem Jahr wurden 57 Kurse und Informationsveranstaltungen für das internationale Publikum realisiert. Sport verbindet und gibt Halt, weiß auch Michaela Bartel, Präsidentin der SPORTUNION Salzburg.



BILD: SNS/SPORTUNION SALZBURG

„Aus Erfahrung wissen wir, dass sich Sport und Bewegung hervorragend eignen, um Personen aus dem Ausland in unsere Gesell-

schaft und in die Arbeitswelt zu integrieren. Denn Sport spricht alle Sprachen.“ Alleine für diesen Winter sind neben klassischen Fitnesskursen auch Skitage, Ro-

delausflüge und Langlaufkurse geplant. Neben internationalen Fachkräften können auch alle Interessierten an diesem Integrationsprojekt teilnehmen.

#### Ansprechpartnerin & Projektkoordinatorin:

Mag. Martina Braun  
MARTINA.BRAUN@SPORTUNION-SBG.AT  
Telefon: +43 662/84 26 88-21

#### Weitere Informationen zum Projekt:

SPORTUNION.AT/SBG/EIN-ZWEITES-ZUHAUSE-DURCH-SPORT

WINTER 2024/2025

# AUSBILDUNGSANGEBOTE & SPORTVERANSTALTUNGEN

# Auf & Los!



Wir bringen  
Salzburg in Bewegung

## GESUNDHEIT IST MAGENSACHE – WIE DIE ERNÄHRUNG DIE VERDAUUNG BEEINFLUSST

**Mo., 20. 1. 25, 19.30 Uhr**

**Ort:** ASKÖ-Bewegungszentrum Maxglang, Seminarraum, Eichetzelstraße 29–31, 5020 Salzburg

Club Aktiv Gesund

Dein Darm ist ein zentrales Organ für deine Gesundheit. Wenn du verstehst, wie er funktioniert und welche Nährstoffe er braucht, kannst du die Ursachen von Verdauungsproblemen leichter erkennen.

**Infos & Anmeldung:**  
0662 / 45 11 24, [info@clubaktivgesund.at](mailto:info@clubaktivgesund.at), [www.clubaktivgesund.at](http://www.clubaktivgesund.at)

## EINSTEIGER-SKITOUREN-KURS



**Sa., 25. 1., – So., 26. 1. 25**

Naturfreunde Salzburg

Der Kurs richtet sich an geübte Alpin-Skifahrer:innen, die den Einstieg ins Skitourengehen „wagen“ wollen. Vermittelt werden Technik im Aufstieg und allgemeine Infos zur Lawinenkunde.

Kosten: € 35,-

**Infos und Anmeldung:**  
Naturfreunde Salzburg, 0681 / 20 47 56 50,  
[salzburg-stadt@naturfreunde.at](mailto:salzburg-stadt@naturfreunde.at)

## BOXEN LANDESMEISTERSCHAFT

**Sa., 1. 2. 25, 18 Uhr**

**Ort:** Salzberghalle Hallein, Zatloukalstraße 1, 5400 Hallein  
Boxclub ASKÖ Hallein

## GESUNDHEITSTAG CLUB AKTIV GESUND

**Do., 6. 2. 25, 10–18 Uhr**

**Ort:** Club Aktiv Gesund, Zentrum für Fitness und Gesundheits-

## PSV-JUDO-GALA



**So., 15. 12. 24, 16 Uhr**

**Ort:** PSV-Sportzentrum, Frohnburgweg 5, 5020 Salzburg

PSV Judo

Am 15. Dezember findet im PSV-Judo wieder die alljährliche Judo-Gala statt. Die Nachwuchsjudoka können an diesem Abend den Gästen der Veranstaltung ihre erlernten Fähigkeiten vorführen und den Judo-sport im Allgemeinen präsentieren.

**Infos:** [www.psv-judo.at/judogala](http://www.psv-judo.at/judogala)

## SNOWBOARD-SCHNUPPERN IN RADSTADT

**So., 15. 12., & Sa., 21. 12. 24, jeweils ab 9 Uhr**

**Ort:** Radstadt, Königslehenlift

**Infos & Anmeldung:** [silvia.auer.horn@gmail.com](mailto:silvia.auer.horn@gmail.com)  
oder +43 69917095088

## 41. INTERNATIONALES HALLENTURNIER



## TGUS-SCHAUTURNEN

**So., 15. 12. 24, ab 16.45 Uhr**

**Ort:** Sporthalle Alpenstraße,  
Alpenstraße 100, 5020 Salzburg

TGUS Salzburg

Im Rahmen des Schauturnens präsentiert die TGUS ihr Können und lädt zu einem spektakulären Abend ein.

**Infos:** [office@tgus.org](mailto:office@tgus.org), <https://jugend.tgus.sportunion.at>

## SPORTUNION-HALLENMEISTERSCHAFTEN



**Sa., 21. 12. 24, 8–16 Uhr: U12**

**So., 5. 1., & Mo., 6. 1. 25, jeweils 8–16 Uhr: U10 & U11**

**So., 12. 1. 25, 8–16 Uhr: U9**

**Sa., 1. 3. 25, 8–16 Uhr: U13**

**So., 2. 3. 25, 8–12.30 Uhr: U14; 13–17 Uhr: U16**

**Ort:** Olympiazentrum Rif, Hartmannweg 4–6, 5400 Hallein

SPORTUNION Salzburg

Die SPORTUNION-Hallenmeisterschaften 2024/25 mit den Nachwuchsmannschaften der Klassen U9, U10, U11, U12, U13, U14 und U16 stehen bevor.

**Infos:** <https://sportunion.at/sbg/projekte/sportunion-hallenfussballturnier>

## VIRTUAL NEW YEARS RUN



BILD: SN/PSV JUDO

BILD: SN/SPORTUNION SALZBURG

BILD: SN/SAK1914



förderung, Parscherstraße 4, 5023 Salzburg  
 Club Aktiv Gesund  
 Tag der offenen Tür im Gesundheitssportzentrum Gnigl mit Blutdruck- und Körperfettmessung sowie Vorstellung des Kursprogramms. Die Teilnahme ist kostenlos.  
**Infos:**  
[www.clubaktivgesund.at](http://www.clubaktivgesund.at)

**ASKÖ-FORTBILDUNG ZUM/ZUR DIPLOMIERTEN RÜCKENTRAINER:IN**



BILD: SN/STAR-EDUCATION AG

**Fr., 21. 3.–Sa., 22. 3. 25: Modul A**  
**Fr., 25. 4.–Sa., 26. 4. 25: Modul B**  
**Fr., 23. 5.–Sa., 24. 5. 25: Modul C**

**Ort:** ASKÖ-Bewegungszentrum Maxglan, Seminarraum, Eichertstraße 29–31, 5020 Salzburg  
 ASKÖ-Landesverband Salzburg

In dieser Ausbildung nach Antara® (starRückentrainer) werden die verschiedenen Rückenprobleme thematisiert. Das erworbene Wissen betreffend Körperhaltung, Statik, Fehlhaltungen und Fehlformen wird in die Praxis transferiert und intensiv geübt.

**Infos & Anmeldung:**  
 0662 / 87 16 23, [office@askoe-salzburg.at](mailto:office@askoe-salzburg.at), [www.askoe-salzburg.at](http://www.askoe-salzburg.at)

**ASKÖ-STRETCHING INTENSIV**

**So., 27. 4. 25, 9 Uhr**

**Ort:** ASKÖ-Bewegungszentrum Maxglan, Seminarraum, Eichertstraße 29–31, 5020 Salzburg  
 ASKÖ-Landesverband Salzburg

Die Anwendungen Vor- und Nachdehnen sowie Stretch-Training werden behandelt und Stretchingübungen für die fünf Pflichtdehnbereiche des Nachdehnens erarbeitet.

**Infos & Anmeldung:**  
 0662 / 87 16 23, [office@askoe-salzburg.at](mailto:office@askoe-salzburg.at), [www.askoe-salzburg.at](http://www.askoe-salzburg.at)



**Fr., 27. 12.–Mo., 30. 12. 24**

**Ort:** Sporthalle Alpenstraße  
 SAK Fußballclub

Das größte Hallenturnier für Nachwuchsmannschaften (U9–U16) freut sich über Mannschaften aus Österreich, Bayern sowie Südtirol. Neben einer großen Tombola und interessanten prominenten Ehrengästen erwarten die Zuseher:innen spannende Spiele der Jungmannschaften. Eintritt frei.

**Infos:** [www.sak1914.at](http://www.sak1914.at)

**VEREINSBERATUNG „FIT FÜR DIE ZUKUNFT“**



BILD: SN/MICHAEL HADSCHEFF

**Mi., 8. 1. 25**

**Ort:** Online-Termin  
 ASVÖ Salzburg

Der ASVÖ Salzburg Vereinsberater Mag. Michael Hadschieff, stellt sich bei diesem Termin online bei allen teilnehmenden ASVÖ-Vereinen vor und zeigt ihnen die Möglichkeiten für eine gezielte Vereinsberatung.

**Anmeldung:** [www.wirstaerkenvereine.at/bildung-und-events/infoabend-und-workshops](http://www.wirstaerkenvereine.at/bildung-und-events/infoabend-und-workshops)

**KRAFTTRAINING FÜR SENIOR:INNEN**

**Sa., 22. 2. 25**

ASVÖ Salzburg

Dieser Kurs richtet sich speziell an ältere Menschen, die ihre Muskulatur stärken, ihre Beweglichkeit erhalten und ihre allgemeine Fitness verbessern möchten. Durch gezielte Übungen fördern wir die körperliche Stabilität, beugen Verletzungen vor und unterstützen dabei, den Alltag aktiv und selbstständig zu meistern.

**Infos:** <https://partner.venuzle.at/asv-oe-oessterreich/courses/775/>



BILD: SN/SKILUB SALZBURG

**Di., 31. 12.–Mi., 1. 1. 25**

**SPORTUNION Salzburg/Wings for Life**

Laufen für den guten Zweck! Auch in diesem Jahr findet der virtuelle New Years Run in Kooperation mit Wings for Life statt. Jeder kann ganz unabhängig von Ort bei Distanzen von 500 Metern bis 10 Kilometern mitlaufen oder walken. Unterstützt wird dabei die

**Infos:** <https://sportunion.at/newyearsrun>

**MOZART CUP & AMADE CUP 2025**

**Fr., 17. 1.–So., 19. 1. 25**

**Ort:** Eisarena Salzburg, Volksgarten  
 Eisunion Salzburg

Sehenswerte Choreografien von der internationalen Szene des Eiskunstlaufs: Der Mozart Cup und Amadé Cup versprechen auch im Jahr 2025 eine Show der Superlative zu werden. Alleine beim Mozart Cup werden 34 Teams aus 13 Nationen erwartet.

**Infos:** <https://www.mozartcup.biz>

**KIDSTROPHY**



BILD: SN/SKILUB SALZBURG

**Sa., 29. 3., & So., 30. 3. 25**

**Ort:** Zauchensee  
 Skiclub Salzburg

Die Kidstrophy hat sich innerhalb der letzten Jahre zu einem hochkarätigen Kinderrennen mit internationaler Beteiligung etabliert. Über 1700 Skiläufer:innen aus 17 Nationen nehmen an den verschiedenen Wettbewerben teil. Im Rahmen der 20. Internationalen Kidstrophy findet am Samstag der spektakuläre Vielseitigkeitslauf und am Sonntag der traditionelle Riesentorlauf statt.

**Infos:** <https://kidstrophy.at>

# ASKÖ und SPORTUNION widmen sich alpiner Sicherheit

Während die ASKÖ Salzburg über die Naturfreunde Salzburg diverse Skitourenkurse anbietet, setzt die SPORTUNION im Rahmen der SPORTUNION Akademie auf Lawinen-Sicherheits-Workshops.

Die alpine Sicherheit ist ein unverzichtbarer Bestandteil für alle, die sich in den Bergen bewegen. Sie umfasst die richtige Ausrüstung, fundierte Kenntnisse über Wetterbedingungen und Gelände sowie das Bewusstsein für potenzielle Gefahren wie Lawinen, steile Abhänge oder plötzliche Wetterumschwünge. Eine sorgfältige Planung und Vorbereitung, inklusive der Kenntnis von Rettungswegen und Notfallprozeduren, können Unfälle vermeiden und Leben retten. Zudem spielen die persönliche Fitness und Erfahrung eine entscheidende Rolle, um den Herausforderungen der alpinen Umgebung gewachsen zu sein. Die Sportdachverbände ASKÖ und SPORTUNION leisten hier mit ihren Angeboten ebenfalls einen wichtigen Beitrag zur alpinen Sicherheit:

## ASKÖ

Der zur ASKÖ zählende Verein Naturfreunde Salzburg bietet eine Vielzahl von Veranstaltungen und Trainings an, die sowohl Neulinge als auch erfahrene Bergsportler:innen dabei unterstützen, sicher unterwegs zu sein. Die Naturfreunde Salzburg bieten im Winter ein umfassendes Programm, das speziell auf die Bedürfnisse von Bergsportler:innen zugeschnitten ist. Es umfasst Trainings zur Abfahrts-technik für Tourenger:innen, um die richtige Technik für sicheres und effizientes Fahren im Gelände zu erlernen. Zusätzlich werden Kurse in Lawinenkunde angeboten, die sowohl theoretische Grundlagen als auch praktische Übungen im Gelände beinhalten.

Für Einsteiger:innen gibt es verschiedene Skitourenkurse, die nicht nur die Grundlagen des Skitourengehens vermitteln, sondern auch eine Einführung in



BILD: SINATURFREUNDE SALZBURG

ten die Naturfreunde Salzburg auch spezialisierte Akademie-Kurse an, die sich intensiv mit den Sicherheitsaspekten des Bergsports befassen. In Webinaren können Teilnehmer:innen lernen, wie sie Bergwetter richtig deuten, oder an Sicherungs- und Vertrauenstrainings im Klettern teilnehmen, um ihre praktischen Fähigkeiten zu verbessern. Im Bereich Skitouren und Winterwandern werden Notfalltrainings angeboten, bei denen es um den richtigen Umgang mit Ausrüstung, die Versorgung von Lawinenopfern und das Verhalten in Notsituationen im alpinen Gelände geht.

## Infos & Kontakt:

Naturfreunde Salzburg  
SALZBURG@NATURFREUNDE.AT  
WWW.SALZBURG.NATURFREUNDE.AT



BILD: SIN/SPORTUNION SALZBURG

## SPORTUNION

Die SPORTUNION Akademie hat diesen Winter zwei Kursangebote zur Lawinensicherheit. Hierbei werden unter der Leitung von Berg- und Skiführer:innen der richtige Umgang mit LVS-Gerät, Schaufel und Sonde erklärt und zugleich die Gefahrenpotenziale bei Skitouren im freien Gelände aufgezeigt. Die Kosten betragen für SPORTUNION-Mitglieder 118 Euro und für Gäste 173 Euro. Das Tourengebiet wird abhängig von der Wetterlage kurz vorher entschieden!

## Terminübersicht:

Workshop für Einsteiger:innen:  
Samstag, 11. 1. 2025  
Workshop für Fortgeschrittene:  
Sonntag, 26. 1. 2025

## Anmeldung unter:

SPORTUNION-AKADEMIE.AT/  
CONTENT/SPORTUNION\_  
AKADEMIE/AKTIVKURSE/

die Lawinenkunde und den Umgang mit dem Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS). Wer sich auf das Fahren im freien Gelände vorbereiten möchte, kann an Skitechniktrainings teilnehmen, die speziell für die Anforderungen der alpinen Umgebung konzipiert sind.

Im Rahmen der Praxistage Skitouren lernen die Teilnehmer:innen, wie sie eine sichere Tour pla-

nen und durchführen, inklusive des richtigen Umgangs mit Notfallausrüstung, Schneedeckenbeurteilung und Orientierung im Gelände. Bei der Schneedecken- und Einzelhangbeurteilung wird das Wissen über Lawinengefahren vertieft, während integrative Lawinenkunde dabei hilft, Gefahren im Gelände zu erkennen und richtig einzuschätzen. Neben den praktischen Kursen bie-

# Junge Sporttalente beim ASVÖ Tomorrow's Leaders Projekt 2024

Von 4. bis 6. Oktober fand auch dieses Jahr das ASVÖ Tomorrow's Leaders Projekt im Gut Brandlhof in Saalfelden statt.

Die acht Teilnehmer:innen aus den Sportarten Football, Leichtathletik, Ski alpin, Judo, Mountainbiking sowie Fußball erleben ein intensives und abwechslungsreiches Wochenende, das nicht nur sportliches Wissen, sondern auch persönliche Weiterentwicklung in den Fokus stellte.

Die Agenda der Workshoptage konnte sich sehen lassen: Im Social-Media-Workshop wurde den Athlet:innen gezeigt, wie man sich professionell in den sozialen Netzwerken präsentiert und wie man dafür auch selbst ansprechende Beiträge erstellen kann. Im Ernährungsworkshop wurde nicht nur über Ernährung gesprochen, sondern im An-



BILD: SNSVÖ SALZBURG

V. l.: Sophie Eder, Anna-Maria Kroiss, Johanna Ertl, Owen Ibbetson, Laurenz Monger, Lukas Stättner, Julian Karasek, Stephanie Mäser.

schluss auch gemeinsam gekocht. Ein Workshop zur mentalen Stärke bot wertvolle Einblicke

in den Umgang mit Druck und Stress, während ein Praxisseminar zur Wettkampfvorbereitung

den Athlet:innen wichtige Tipps für den sportlichen Erfolg lieferte.

Doch es blieb nicht nur bei Theorie und Training: Für den persönlichen Austausch und die Stärkung des Teamgeistes sorgten ein geselliger Kegelabend und ein spannender Kart-Grand-Prix. „Das Projekt war eine perfekte Mischung aus Lernen und Spaß. Wir konnten viel mitnehmen und haben uns untereinander besser kennengelernt“, fasste eine Teilnehmerin begeistert zusammen. Das ASVÖ Tomorrow's Leaders Projekt hat auch dieses Jahr wieder gezeigt, wie wichtig es ist, junge Talente ganzheitlich zu fördern, mit Blick auf ihre Zukunft im Profileistungssport.

## Young Athletes: Talenteschmiede der SPORTUNION Salzburg

Das zweite Projektjahr des österreichweiten Förderprogramms neigt sich dem Ende zu. Auch 2025 sucht die SPORTUNION nach jungen Talenten aus verschiedenen Sportarten.

Über 130 Athlet:innen, davon 16 Sportler:innen aus dem Bundesland Salzburg, waren 2024 im Pool der hauseigenen Talenteschmiede der SPORTUNION zu finden. Das Programm dient als Ergänzung zum sportartspezifischen Vereins- und Verbandstraining und bietet für Youngsters viele Benefits, wie professionelle Athletiktrainings, sportmedizinische Untersuchungen und Trainingscamps.

„Mit dem Projekt fördern wir junge Nachwuchstalente im Alter von 12 bis 15 Jahren in den Bereichen Sportpsychologie, Sporternährung und Sportphysiologie, um sie körperlich und mental



BILD: SNSVÖ SALZBURG/LEO ROSAS PHOTO

Mit dem österreichweiten Programm Young Athletes werden junge Talente frühzeitig gefördert und neben dem Vereinstraining weiterentwickelt.

für sportliche Herausforderungen vorzubereiten“, betont Michaela Bartel, Präsidentin der SPORTUNION Salzburg.

Für das dritte Projektjahr werden bereits neue junge Talente gesucht. Alle interessierten Vereine, Eltern und Sportler:innen

können sich bezüglich Teilnahme mit dem Projektkoordinator des Landesverbandes Salzburg in Verbindung setzen.

### Ansprechpartner und Projektleiter in Salzburg:

Lukas Leitner, MSc.

Tel.: +43 662 / 84268824

STREUSALZ@SPORTUNION-SBG.AT

### Weitere Informationen zum Projekt:

SPORTUNION.AT/

SBG/YOUNG-ATHLETES/

# ASKÖ Salzburg: Aus- und Fortbildungsprogramm 2025

Die ASKÖ Salzburg startet ins Jahr 2025 mit einem vielfältigen Schulungsprogramm für Sportbegeisterte und Fachleute.

Insgesamt sieben verschiedene Aus- und Fortbildungen stehen zur Auswahl und decken eine breite Palette an Themen ab – von Ausbildungen für Neueinsteiger bis hin zu spezifischen Fortbildungen für erfahrene Übungsleiter. Dieses Jahr hat das Programm ein besonderes Highlight zu bieten: Die Mitgründerin der star education sowie Stretching-Expertin, Autorin und Ausbilderin Karin Albrecht wird spezielle Schulungstage in Salzburg abhalten. Diese Ausbildungen bieten den Teilnehmer:innen Zugang zu einzigartigem Expertenwissen, das sie im Alltag als Trainer:in und Sportbegeisterte anwenden können.

## Vielfältige Angebote für Einsteiger und Fortgeschrittene

Die ASKÖ Salzburg gestaltet das Fortbildungsprogramm so, dass sowohl Neueinsteiger als auch erfahrene Übungsleiter:innen passende Schulungen finden. Einige der angebotenen Module sind offen für alle Interessierten, während für andere, wie die „Ausbildung Diplomierte:r ASKÖ Rücken-Trainer:in“, eine Basisausbildung als Übungsleiter:in vorausgesetzt wird. Die Basisausbildung vermittelt fundierte Grundlagen in Trainingslehre, Sportbiologie und Gruppenführung, die in weiterführenden Fortbildungen zielgruppen- und sportartspezifisch vertieft werden können. Das Basismodul kann ebenfalls bei der ASKÖ Salzburg absolviert werden.

## Diplomierte Rückentrainer:in und Stretching-Ausbildung

Karin Albrecht genießt als Rückentrainerin europaweit Ansehen für ihre innovativen Ansätze im Bereich Stretching, Beweglichkeit und Körperhaltung. Sie wird sowohl in der Rückentrai-



BILD: SNV/STAR-EDUCATION AG

ner:in-Ausbildung nach dem Antara®-Konzept als auch in der Stretching-Intensiv-Ausbildung ihr Wissen an die Teilnehmer:innen weitergeben. Die Möglichkeit, von einer solchen Expertin zu lernen, ist ein einzigartiges Angebot der ASKÖ Salzburg im Jahr 2025 und verspricht intensive und praxisnahe Einblicke.

## Anmeldung und Informationen

Das Ausbildungsprogramm 2025 der ASKÖ Salzburg bietet eine

hervorragende Möglichkeit, bestehendes Wissen zu erweitern, neue Methoden kennenzulernen und von renommierten Expert:innen zu lernen. Interessierte können sich direkt über die ASKÖ Salzburg für die einzelnen Aus- und Fortbildungen anmelden. Die Teilnahmeplätze sind begrenzt, weshalb eine frühzeitige Anmeldung empfohlen wird.

## Die Kurse im Überblick:

– **ASKÖ Fit-Basismodul**  
(7. bis 8. 3. 2025)

- **Diplomierte:r ASKÖ Rücken-Trainer:in**  
(ab 21. 3. 2025)
- **ASKÖ Fit-Übungsleiter:in Spezialmodul Kinder/Jugend** (4. bis 5. 4. + 17. 5.)
- **ASKÖ Stretching Intensiv** (27. 4. 2025)

## Infos & Kontakt:

ASKÖ Salzburg  
Tel.: +43 662 / 87 16 23  
WWW.ASKOE-SALZBURG.AT

# SPORTUNION Akademie setzt auf Digitalisierung

Ein weiterer Schritt in die Zukunft – die SPORTUNION bietet erstmals in ihrer Aus- und Fortbildungs-Akademie einen Onlinelehrgang zum Thema „So wird mein Verein digital“ an.

Der innovative Kurs richtet sich insbesondere an Trainer:innen und Vereinsfunktionär:innen der SPORTUNION sowie an alle, die sich für die Digitalisierung von Sportvereinen interessieren und diese in ihrer täglichen Arbeit weiter vorantreiben wollen. Das Angebot umfasst vier Module, 39 Kurzvideos mit einem multi-professionellen Team bestehend aus neun Expert:innen.

Dieser innovative Lehrgang befähigt Vereine, ihre Angebote zu erweitern und digitale Tools gezielt einzusetzen. Die Bedeutung des persönlichen Miteinanders im Sportverein darf natürlich nicht in den Hintergrund geraten. Denn unsere Vereine sind Orte der Begegnung und des sozialen Zusammenhalts. Diese bedeutende Rolle bleibt weiterhin im Mittelpunkt.



**Neue Chancen für Vereine bildet der neu geschaffene Onlinelehrgang der SPORTUNION Akademie.**

BILD: SN/SPORTUNION SALZBURG

#### **Ansprechpartner:**

Mag. Melanie Wirthenstätter, +43 662 / 84 26 88 23

MELANIE.WIRTHENSTAETTER@SPORTUNION-SBG.AT

#### **Anmeldung und Infos:**

SPORTUNION-AKADEMIE.AT/CONTENT

Der Onlinelehrgang „So wird mein Verein digital“ soll dazu beitragen, das Angebot der Vereine flexibel zu erweitern, ohne die wertvolle Gemeinschaft vor Ort zu ersetzen.

## ASVÖ Salzburg stärkt lebensbegleitende Aus- und Weiterbildungen

Mit einem umfangreichen Angebot an Seminaren, Workshops und Onlinekursen unterstützt der ASVÖ Salzburg sowohl seine Mitgliedsvereine als auch alle Sportinteressierten.

Das Kursangebot reicht von Weiter- und Ausbildungen im Breiten- und Gesundheitssport bis zu gezielten Funktionärsschulungen im Vereinswesen. Seit vielen Jahren ist auch die Basisausbildung zum Übungsleiter/zur Übungsleiterin ein wichtiger Bestandteil des Ausbildungsprogramms und stellt ein wichtiges Fundament für die Sportausbildung sowie weiterführende Ausbildungen im sportartspezifischen Fachsport in Österreich dar. Kurse im Vereinswesen umfassen sowohl grundlegende Themen wie Ehrenamtlichkeit oder Finanzen als auch weiter-



BILD: SN/ASVÖ

führende Inhalte wie beispielsweise Nachhaltigkeit oder künstliche Intelligenz im Sportverein.

#### **Alle ASVÖ-Kurse & -Seminare:**

WWW.ASVOE-SBG.AT/BERATUNG-UND-SERVICE/AUS-UND-FORTBILDUNGEN

#### **Hier ein kleiner Auszug aus den Kursen 2025:**

- 15. 1.: Mein Verein in der Medienlandschaft
- 18. 2.: Ehrenamt im Sportverein
- 22. 2.: Krafttraining für Senior:innen
- 17. 3.: Kinderschutz im Sportverein
- 26. 3.: Social Media im Sportverein
- 10. 4.: Künstliche Intelligenz in der Vereinsarbeit
- 25. 4.: Übungsleiter:innen Basismodul
- 17. 5.: Taping für Fortgeschrittene

#### **Info & Kontakt:**

ASVÖ Salzburg, Itzlinger Hauptstraße 20, Tel.: +43 662 / 459260

# „Willkommen im Club“ – ASVÖ und SPORTUNION starten Pilotprojekt

Das neue Förderprogramm unterstützt ökonomisch benachteiligte Kinder und Jugendliche im Alter von 4 bis 18 Jahren, indem es ihnen den Zugang zu Sportvereinen erleichtert.

## Weitere Informationen:

WILLKOMMEN-IM-CLUB.AT

## Ansprechpartner der jeweiligen Dachverbände:

### ASVÖ

Karina Allabauer  
Tel.: +43 1 / 877 38 200 16  
KARINA.ALLABAUER@ASVOE.AT

### SPORTUNION

Johannes Dachler-Kaiser  
Tel.: +43 1 / 513 77 14-31  
WIC@SPORTUNION.AT



BILD: SPORTUNION SALZBURG

Für viele junge Menschen ist der Sportverein ein zentraler Ort, um Freundschaften zu knüpfen, sich körperlich zu messen und neue Fähigkeiten zu erlernen. Doch für Familien, die unter schwierigen finanziellen Bedingungen leben, bleibt der Zugang oft verwehrt. Mit „Willkommen im Club“, einer

Initiative mit dem Bundesministerium für Kunst, Kultur, öffentlichen Dienst und Sport, wird dem entgegengewirkt. Gestartet wurde dieses Pilotprojekt in der Steiermark, in Kärnten und Salzburg und richtet sich an Personen, die Mitglied bei ASVÖ- und/oder SPORTUNION-Vereinen sind.

Die einzelnen Vereine können Förderungen beantragen, um ihren Mitgliedern – durch dieses Projekt jenen aus einkommensschwachen Familien – den Zugang zu Sportangeboten zu erleichtern. Das Programm deckt 75% der Mitgliedsbeiträge und bietet eine Förderung von 150 Euro für die Teilnahme an Trainingslagern. Für die Vereine bedeutet das, dass sie ihre Mitgliederanzahl steigern können und auch einen Beitrag zur sozialen Integration leisten. Es ist eine Win-win-Situation: Die Kinder profitieren von einem regelmäßigen Sportangebot und die Vereine stärken ihre Position als wichtige gesellschaftliche Akteure.

## ASKÖ-Ernährungsvorträge: Gesunde Ernährung verständlich erklärt

Die ASKÖ Salzburg bietet in Kooperation mit dem Club Aktiv Gesund Salzburg eine praxisorientierte Vortragsreihe zu den Themen (Sport-)Ernährung und Gesundheit an. Einmal im Monat gibt Ernährungsexperte Thomas Sattler, MSc. fundierte Einblicke und vermittelt praktische Tipps, wie man den eigenen Lebensstil auf einfache Weise verbessern kann.

### Wie beeinflussen Mikronährstoffe wie Vitamine und Mineralstoffe unsere Gesundheit?

**Thomas Sattler:** Mikronährstoffe sind essenziell für die Körperfunktionen, von der Signalübertragung bis hin zur Immunfunktion. Eine abwechslungsreiche Kost mit ausreichend Gemüse, Obst, Vollkornprodukten, Eiweiß und gesunden Fetten liefert uns in der Regel alles, was wir brauchen.

### Wie wichtig ist der Zusammenhang zwischen Bewegung und Ernährung?

Bewegung und Ernährung gehen Hand in Hand. Je mehr ich mich

bewege, desto mehr Energie verbrauche ich. Zudem sind viele der Meinungen, Bewegung würde wesentlich mehr Energie verbrennen, als dies schlussendlich der Fall ist. Wenn jedoch die Bewegung fehlt, ist der Energieverbrauch entsprechend geringer, und dann sollte ich besonders sorgsam bei der Auswahl meiner Nahrungsmittel sein.



BILD: SVAŠKŮ

„Bewegung und Ernährung gehen Hand in Hand.“

Thomas Sattler,  
Ernährungsexperte

### Welche Rolle spielt der Schlaf in Kombination mit einer gesunden Ernährung?

Schlaf ist unsere Regenerationszeit, in der sich der Körper von den Belastungen des Tages erholen sollte. Damit dieser Regenerationsprozess optimal funktioniert, braucht der Körper die richtigen Nährstoffe.

Ein besonderes Anliegen ist Sattler das Setzen von Teilzielen, um seine Ziele bestmöglich erreichen zu können. Die Vorträge bieten neben Theorie auch die Möglichkeit, individuelle Fragen zu stellen und sich mit anderen Teilnehmer:innen auszutauschen.



BILD: SNIPKELSFELLA OLSSON

### Infos & Kontakt:

Club Aktiv Gesund  
Tel.: +43 662 / 45 11 24  
WWW.CLUBAKTIVGESUND.AT

# Start der SPORTUNION Spendenplattform

Mit dem neuen Spendentool wird ab sofort eine umfassende Lösung für die Spendenabwicklung von gemeinnützigen Vereinen angeboten.

Das Spendentool der SPORTUNION ist ein Meilenstein für gemeinnützige Vereine, da es bei der Abwicklung sämtlicher Prozesse unterstützt, die Verwaltung erleichtert und die Einhaltung gesetzlicher Vorschriften sichert. Gestartet wurde dieses bereits im September 2024. Nach einer Registrierung können Vereine ihre Spendenprojekte, die ihnen am Her-

zen liegen, auf der Plattform präsentieren und hierfür Spenden lukrieren. Die eingegangenen Spenden kommen direkt dem österreichischen Sport zugute, sei es für spezifische Vereinsprojekte oder für österreichweite SPORTUNION-Initiativen.

Dies fördert nicht nur die finanzielle Unterstützung des Sports im Allgemeinen, sondern ermöglicht auch die Realisierung wichtiger und sinnstiftender Vorhaben. Mit Projekten wie „Sport vor Ort – Bewegte Inklusion“ und „Sports 4 Fun“ stehen bereits erste Spendenziele online abrufbar zur Auswahl.

Diese Palette an Spendenzwecken wird im Jahr 2025 weiter ausgebaut, damit insbesondere die zahlreichen Vereine der SPORTUNION Salzburg von dem neuen Tool profitieren können.

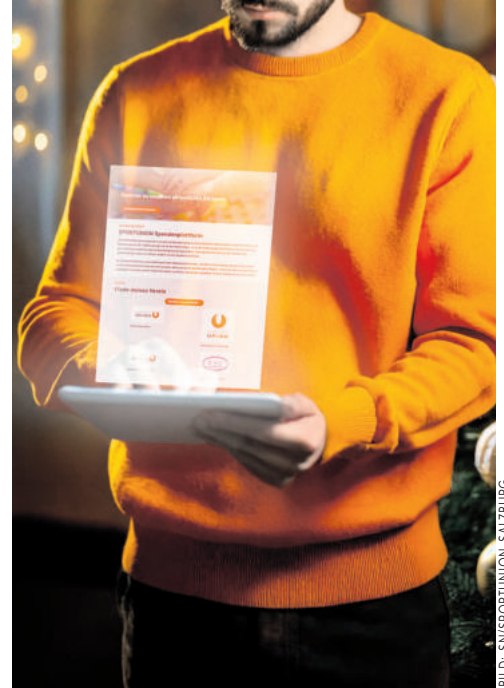


BILD: SN SPORTUNION SALZBURG

## Informationen:

SPENDEN.SPORTUNION.AT

## Ansprechpartner:

Mag. Stefan Svoboda

STEFAN.SVOBODA@SPORTUNION-SBG.AT

**IMPRESSUM:** „Auf & Los!“ ist eine Sonderbeilage der „Salzburger Nachrichten“ vom 13. Dezember 2024. Herausgeber: Mag. (FH) Maximilian Dasch; Geschäftsführung: Mag. (FH) Maximilian Dasch, Mag. Martin Hagenstein MAS; Redaktion: Jörg Ransmayr, BA, MA; Produktmanagement: Mag. Corina Obermaier; Grafik: Johann Müller; Medieninhaber: Salzburger Nachrichten Medien GmbH & Co. KG; Alle: Karolingerstraße 40, 5021 Salzburg; Druck: Druckzentrum Salzburg, Karolingerstraße 38, 5021 Salzburg. Alle Terminangaben ohne Gewähr. Irrtümer und Änderungen vorbehalten. Stand: 6. Dezember 2024. Nächster Erscheinungstermin: 21. März 2025.



BILD: SN BERGBAU WEN WERFENWENG ROLLI LOIPOLD

## WINTER GEWINNSPIEL



Gemeinsam mit den Sportdachverbänden ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION verlosen die SN attraktive Preise für die Winterzeit:

- 10 x 1 Tagesskikarte für Erwachsene in Werfenweng – das Top-Familienskigebiet im Salzburger Land.
- 10 x 1 SN-Skipass für die Wintersaison 2024/25 – Ihre 1+1-gratis-Eintrittskarten zu traumhaften Skiregionen.
- 1 x Rebels Racing Backpack der Marke Head – mit viel Platz für Ihr Equipment inkl. robustem Skischuhfach.
- 3 x 1 Jahreskarte KTM Motohall Orangecard – 12 Monate lang Zugang zu Erlebnis, Innovation, Technologie und KTM-Geschichte.

**Um teilzunehmen beantworten Sie unsere Gewinnspielfrage unter [qr.sn.at/gewinnspiel](https://qr.sn.at/gewinnspiel). QR-Code scannen oder schicken Sie uns eine Postkarte\* mit der richtigen Lösung:**

**Wie viele Skivereine gibt es im Bundesland Salzburg?**  
a) knapp 75    b) knapp 125    c) knapp 215

Teilnahmeschluss: 13. Jänner 2025. Die Gewinner werden schriftlich verständigt und unter [sn.at/gewinnspiele](https://sn.at/gewinnspiele) veröffentlicht. \*Anschrift Postkarte: Salzburger Nachrichten Medien GmbH & Co. KG, z. H. Produktmanagement, Karolingerstraße 40, 5021 Salzburg

**Salzburger Nachrichten**

WENN SIE MEHR WISSEN WOLLEN

# Wintermärchen

# RABATTE



Skitouren



3er SET

859,99€

449,99 €

410 € SPAREN



**TOURENSKI-SET FISCHER TRANSALP 82**  
schnelle Aufstiege einfach bewältigen dank Leichtbauweise /  
extrem verschleißfest / Pappelholzkern / inkl. Dynafit TLT Speed  
Turn Bindung und Kohla Fell

ATOMIC



799,99€

599,99 €

200 € SPAREN

**TOURENSCHUH BACKLAND CARBON UL BLA**  
Unisex Modell / hohe Passform bei minimalem Gewicht /  
voll anpassbarer Innenschuh / flexibles BOA System



3er SET

484,98€

289,99 €

195 € SPAREN



**LANGLAUFSKI-SET LL 3ER SET (SCHUH+BINDUNG+SKI)**  
leichter Allround-Ski für alle Bedingungen: Superlite Crown EF Vario  
Crown sorgt für exzellenten Grip bei allen Bedingungen / besonders  
leichter Schuh mit Triple-F Membran für angenehmes Schuhklima /  
Set inkl. Bindung

Langlauf



SCARPA

Klettern

144,99€

114,99 €

30 € SPAREN



**KLETTERSCHUH ARPIA V / ARPIA V LV**  
Damen- und Herrenmodell / Sportkletterschuh mit  
guter Passform / XS Grip 2 Vibram Sohle

DEIN BERG & BIKESPORT SPEZIALIST IM SALZBURGER LAND



Wir freuen uns auf Deinen Besuch!



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

