

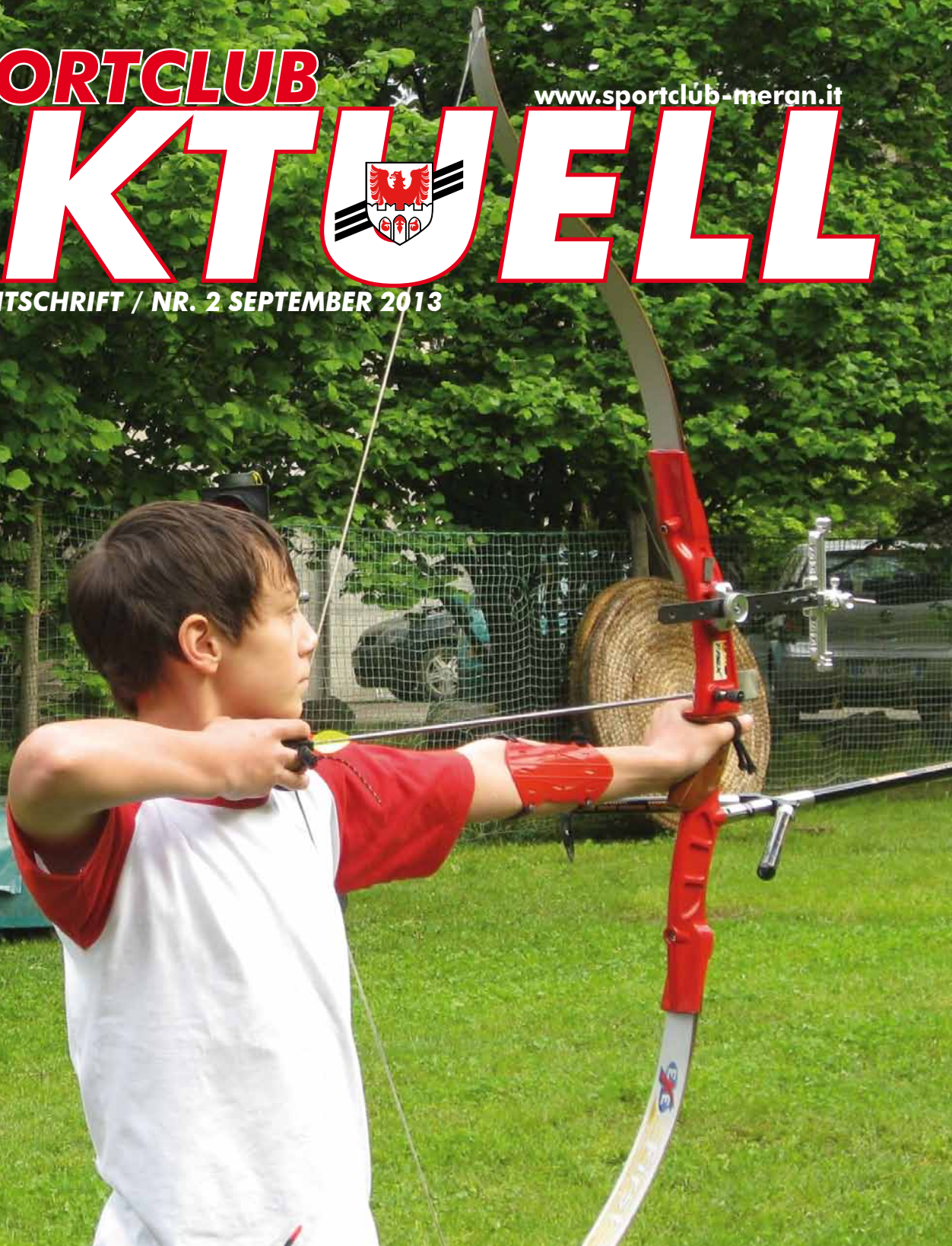
**SPORTCLUB**

www.sportclub-meran.it

# AKTUWELL

DIE VEREINSZEITSCHRIFT / NR. 2 SEPTEMBER 2013

POSTE ITALIANE SPA - Versand im Postabonnement - 70 % / DOB BOZEN / POSTE ITALIANE SPA - Spedizione in Abbonamento Postale - 70% / ONS BZ



# Ti San

## WELLNESS DRINK

Der Wellness Drink aus weißem Tee – die edelste Teesorte der Welt.

**Jetzt NEU** Leichte Süßung mit Zucker aus Früchten und Stevia.

Weniger als 16 Kalorien je 100 ml.



facebook.com/naegele-drink

www.naegele.it

## Leicht. Belebend. Erfrischend



**JETZT NEU**  
**30%**  
kalorienreduziert

memididesign | n-project.com

## „Walking Program“ – neu, innovativ, einfach ein Vergnügen!

„Walking Program“ wird in Meran ausschließlich im Fitness Center der Therme angeboten. Der Kurs vereint als Trainingsprogramm sportliche Leistung mit Gesundheit und Wohlbefinden. Professionell geschulte Fitness-Trainer haben ein abwechslungsreiches Angebot zusammengestellt, das problemlos von Menschen aller Altersstufen praktiziert werden kann.

### Gehen, nicht stehen! Schwitzen, nicht sitzen!

Klingt einfach und ist es auch. Grundlage aller Übungseinheiten ist die Musik. Die Verbindung von flotten Rhythmen mit den Übungen macht aus einfachen Gehbewegungen ein ebenso sportliches wie vergnügliches Trainingsprogramm, das ohne Risiko durchgeführt werden kann. Es gibt viele Gründe, die für dieses Angebot sprechen. Manch einer kam zum



„Walking Program“, weil er ein paar Kilo abnehmen wollte, für andere war es die sinnvolle Ergänzung eines Reha-Programms, und wieder anderen geht es einfach nur um das Wohlbefinden. „Walking Program“ ist also eine Kombination von Fitness- und Gesundheitsprogramm.

### Den Stress bekämpfen!

Gehen ist ein ganz natürlicher Bewegungsablauf. Leider bewegen wir uns immer weniger. Sitzen bei der Arbeit, Lift fahren anstatt Treppen steigen. Die Alltagshektik ist Gift für unser Wohlbefinden. Das psycho-physische Gleichgewicht gerät durcheinander. Das „Walking Program“ versucht, diesen Mangel zu kompensieren, indem der Bewegungsablauf eine sportliche Note erhält, aber nichts von seiner Spontaneität verliert. Insofern ist dieses Training eine hervor-

ragende Methode, Stress abzubauen.

### Die Vorteile des „Walking Program“

- Der Kurs hilft Muskelverspannungen zu lösen und Stress abzubauen.
- Regelmäßige „Walking Program“-Kurse verbessern die Stimmung, da dabei Endorphine freigesetzt werden.
- Das Training kann Gelenks- und Knochenbeschwerden vorbeugen.
- Dank des aeroben Trainings wird der Fettabbau gefördert.

Das Fitness Center Therme Meran bietet „Walking Program“-Kurse die ganze Woche über an, von Montag bis Freitag am Morgen, während der Mittagspause und auch abends. Information und Anmeldung:

**Tel. 0473 252 021**  
**[fitness@thermemeran.it](mailto:fitness@thermemeran.it)**



## Fitness-Tipps für den Herbst



**Neues Kursprogramm** für den Herbst/Winter ab 1. Oktober. Schnuppereintritte zu 10 Einheiten für Spinning-, Zumba- oder Aqua-Kurse.

**Abo Fitness-Center** Therme Meran ab 46 € im Monat. Das Abo gilt auch für den Besuch aller Kurse.

Ein **Training im Fitness Center** mit einem Sauna-Besuch ausklingen lassen. Ab November steht auch die neue finnische Außensauna zur Verfügung.

**Weitere Infos sowie Details zum Kursprogramm:**  
**[www.thermemeran.it](http://www.thermemeran.it) oder Tel. 0473 252021**

Aus der Redaktion

## Vater und Sohn

Manchmal kommt einem beim Zeitungsmachen der Zufall zu Hilfe. Der Wechsel an der Spitze der Sektion Kanu war eine gute Gelegenheit, die großartige Karriere von Hansjörg Mayr Revue passieren zu lassen. Und der Beitrag endet mit dem Hinweis, dass Hansjörg als Trainer seines Sohnes Lukas große Genugtuung findet. Kurz vor Redaktionsschluss dann die Nachricht: Lukas Mayr wird Italienmeister und beide zusammen – Vater und Sohn – holen mit dem jungen Matthias Weger eine Bronzemedaille im Teamwettbewerb. Sensationell: Mit 58 noch immer ganz vorne mit dabei. Herzlichen Glückwunsch. Informationen zum Wettkampf auf Seite 9.

## Unser Titelfoto

Sobald es Sommer wird, sind die Bogenschützen nicht mehr zu halten. Nach einem langen Winter in der Halle freuen sie sich auf die Turniere im Freien, im Fachjargon Hunter and Field genannt. Mehr denn je sind dann Konzentrationsfähigkeit und Treffsicherheit gefordert. Das war auch diesmal nicht anders. Mehr über die Aktivitäten der Bogenschützen lesen sie auf Seite 25. Im Bild: Matthias Lang.

### Impressum

#### Sportclub AKTUELL

Informationszeitung des  
Sportclubs Meran – Amateursportverein  
www.sportclub-meran.it

e-mail: info@sportclub-meran.it

Nr. 3/2012 – 34. Jahrgang  
Eintragung beim Landesgericht Bozen Nr. 4/79  
vom 27. Februar 1979

Herausgeber: Sportclub Meran  
Amateursportverein, Rennweg 115, 39012 Meran,  
Tel. + Fax 0473 232126.

Presserechtliche Verantwortung: Robert Asam  
Mitarbeiter dieser Ausgabe:  
Roberto De Checchi, Sabine Erckert, Petra Gasser,  
Konrad Geiser, Christine Kirchlechner, Resi Klotzner,  
Klaus Köcher, Alfred Ladurner, Hannes Lang, Volker  
Müller, Peter Raffener, Maria Franziska Rindler,  
Manfred Unterhauser.

Fotos: www.ilovephotos.it und SCM-Archiv  
Druck: Druckerei Union, Postgranzstraße 8/C,  
39012 Meran, Tel. 0473/446812

## In diesem Heft

### Sportpsychologie: Die mentale Seite des Sports



Seite 6

### Porträt einer Kanulegende: Sektionsleiter Hansjörg Mayr



Seite 8/9

### Wachablöse im Handball: „27 Jahre sind genug!“



Seite 12

### Neue Freizeitangebote: Fit bleiben mit Zumba und Pilates



Seite 14/15

Die nächste Ausgabe von SCM  
AKTUELL erscheint im Dezember.

## Editorial

Viel zu schnell ist der Sommer vorüber gegangen. Kurz vor Schulbeginn haben wir nicht nur Energie für einen ereignisreichen Herbst getankt, sondern



uns vor allem über aktuelle Anliegen und Projekte im SCM gekümmert. Besonders die Hallenproblematik macht uns als Großverein zu schaffen. Aufgrund seiner umfangreichen Jugendarbeit ist der SCM auf eine Vielzahl von Hallen und Trainingsflächen angewiesen. Leider reichen die Hallen in Meran nicht annähernd aus, um sämtliche Meraner Vereine dort unterzubringen und alle Wünsche zu erfüllen. In enger Zusammenarbeit mit unseren Sektionsleitern und der Gemeinde Meran haben wir uns dafür eingesetzt, dass unsere Sportler auch in der kommenden Saison gute Trainingsvoraussetzungen vorfinden und möglichst alle unsere Wünsche bei der Hallenverteilung berücksichtigt werden. Neben dem Leistungssport ist mir persönlich aber auch der Freizeit- und Breitensport ein Anliegen. Es ist wichtig, dass wir unserer sozialen Verantwortung nachkommen und auch den vielen Freizeit- und Hobbysportlern, jung oder alt, ein Angebot bieten. Dies soll durch die neue Sektion „Freizeit“ ermöglicht werden. Ab Herbst beginnt die Sektion ihre Tätigkeit mit diversen Kursangeboten, wie z.B. Zumba und Fitness. Weitere Angebote werden folgen. So soll die SCM-Familie auch in Zukunft weiter wachsen und der Sport in Meran noch enger mit der Vereinstätigkeit verknüpft werden.

*Thomas Ladurner*



Mitglied sein. Eine tolle Sache.

Mehr als Sie erwarten.

Die Meraner Bank

 **Raiffeisen** Meran

deine *stadt*  
deine *bank*  
deine *vorteile*  
werde *mitglied*



**see better.  
be better.**

**lens lock™ system**  
evil eye halfrim pro. The patented lens lock™ system lets you quickly change your lenses to fit all trail and light conditions.

support your vision — [adidas.com/eyewear](http://adidas.com/eyewear)

**Erhältlich bei Optik Wassermann**

**Meran, Freiheitsstraße 162**

**Bozen, Lauben 72/b**



# Info-Abend mit drei Schwerpunkten

**Versicherungsschutz, Öffentlichkeitsarbeit, sportärztliche Untersuchungen**

Auf Wunsch vieler Sektionsleiter und Vorstandsmitglieder und auch aus aktuellem Anlass organisierte der SC Meran einen Informationsabend zu drei höchst unterschiedlichen Themen. Der Versicherungsfachmann Norbert Spornberger sprach über den Versicherungsschutz im Vereinsleben, der Sportmediziner Stefan Resnyak über die vielen Formen der sportärztlichen Visiten, und Redakteur Robert Asam, seines Zeichens verantwortlich für die Vereinszeitschrift SCM AKTUELL, über Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Als Ort der Informationsveranstaltung wurde das Bootshaus in Obermais gewählt, weil die Sektion Kanu im Anschluss zu einer gemütlichen Grillparty eingeladen hatte. Präsident Thomas Ladurner begrüßte die Sektionsleiter und Vorstandskollegen, die der Einladung sehr zahlreich gefolgt waren, und stellte die drei Referenten vor.

## Sportarztvisiten

Dr. Stefan Resnyak aus Bozen ging zu Beginn seiner Ausführungen auf die Geschichte und Meilensteine der Sportme-



*Drei Themen, drei Vorträge: Infoseminar im Bootshaus.*

dizin ein. Heute dürfen sportärztliche Untersuchungen nur von Fachärzten in öffentlichen Strukturen oder in einer für diesen Dienst akkreditierten Einrichtung durchgeführt werden. Letztere gibt es in Südtirol nur in Meran.

Im Detail erläuterte Resnyak die Formen der Kostenbeteiligungen. Für Minderjährige und behinderte Sportler sind Untersuchungen kostenlos. Sehr genau ging der Referent dann auf die Neuerungen ein, die das so genannte Balduzzi-Gesetz (benannt nach dem Gesundheitsminister der Regierung Monti) mit sich brachte. Für den Amateursport A gültige Zeugnisse können Männer bis 55 und Frauen bis 65 Jahre bei beliebigen Ärzten erhalten, sofern die Patienten keine ersichtlichen Pathologien oder Risikofaktoren haben.

## Versicherungsschutz

Wer ein Ehrenamt übernimmt, muss sich bewusst sein, dass er Verantwortung für andere Menschen trägt und gegebenenfalls bei Unfällen und Schadensfällen auch haftet. Norbert Spornberger (Raiffeisen-Versicherungsschutz) unterschied zwischen straf- und zivilrechtlicher, verwaltungs- und steuerrechtlicher Haftung. Spornberger führte zahlreiche Beispiele an, die klar machten, welche Bedeutung das Thema für Funktionäre, Trainer, Betreuer und Begleitpersonen hat. Wenn zum Beispiel eine Verletzung der Aufsichtspflicht vorliegt, kann – zu Recht oder zu Unrecht – ein Verfahren wegen fahrlässiger Körperverletzung die Folge

sein. Eine Strafrechtsschutzversicherung für VSS-Mitgliedsvereine übernimmt die Kosten u. a. für die Rechtshilfe und die Gerichtsspesen.

## Pressearbeit

„Tue Gutes und sprich darüber“, nach diesem Motto sollten Sportvereine vorgehen, die sich stark für die Jugendarbeit engagieren und eine sozial wichtige Aufgabe erfüllen. Robert Asam riet deshalb zu einer kontinuierlichen Zusammenarbeit mit den lokalen Print- und elektronischen Medien. Eine regelmäßige Medienpräsenz sei für Sportvereine gerade in Zeiten, in denen Sponsoren eher zurückhaltend agieren, von großer Bedeutung. Die Arbeit erleichtern würde es, wenn die Ansprechpartner der Medien über einen langen Zeitraum dieselben seien. Jeder Verein, jede Sektion sollte daher einen Pressereferenten haben oder zumindest eine Person als Ansprechpartner für Medienvertreter benennen.

Der Vereinszeitschrift SCM AKTUELL widmete Asam den zweiten Teil seiner Ausführungen. Die Sektionen müssten sich bewusst sein, dass die Zeitschrift ein wichtiges Forum ist.

Wer detaillierte Informationen zu den Themen Sportarztvisiten und Versicherungsschutz wünscht, kann sich zu Geschäftszeiten an das Vereinsbüro wenden. Zum Bereich Öffentlichkeitsarbeit und SCM AKTUELL kann Robert Asam über E-Mail kontaktiert werden (Adresse im SCM-Büro anfordern).

## Defibrillator

Sportvereine müssen laut Gesetz über einen halbautomatischen Defibrillator verfügen. In Südtirol ist die Benutzung der Defibrillatoren außerhalb des Krankenhauses bereits durch einen Beschluss der Landesregierung vom Februar 2008 geregelt. Dabei geht es u. a. um die Ausbildung, Kursdauer und Kursinhalte und die Ermächtigungsfrage. Nicht ärztliches Sanitätspersonal und Personen, die eine spezifische Reanimations- und Defibrillationsausbildung erhalten haben (BLS-D) werden vom ärztlichen Leiter der Landesnotrufzentrale zur Benutzung der Defibrillatoren außerhalb des Krankenhauses ermächtigt. Die Ermächtigung zur Benutzung der Defibrillatoren außerhalb des Krankenhauses ist auf zwölf Monate befristet. Die Landesnotrufzentrale führt eine Liste der ermächtigten Personen und eine Liste der vorhandenen Geräte mit Angabe des Verantwortlichen für die Wartung. Informationen erteilt auch der Verband der Sportvereine Südtirols (VSS).

# Wenn der Kopf mitspielt... die mentale Seite des Sports

Ein Beitrag von Sportpsychologin Heike Torggler



Alles nur Kopfsache! Wie oft haben wir diesen Spruch schon gehört, von Freunden, Bekannten, großen Sportlern und auch von Menschen, die mit dem Sport eigentlich nicht allzu viel am Hut haben. Aber es stimmt: Beim Sport spielt sich sehr viel im Kopf ab. Im Kopf entscheidet sich, ob ein Wettkampf gelingt oder nicht, ob man das Ziel erreicht oder aufgibt. Die mentale Stärke – ein Thema, das faszinierend und bedeutsam ist. Sportpsychologin Heike Torggler hat für SCM Aktuell einen Beitrag über die mentale Seite des Sports verfasst. Sie selbst ist Mitglied der Sektion Orientierungslauf im SCM.

„Neben den großen Glücksgefühlen erleben wir im Sport genauso oft Angst, Ärger und Enttäuschung. Es hat wieder einmal nicht so geklappt, wie wir das erwartet haben. Das Selbstvertrauen

gerät ins Schwanken. Den allermeisten von uns ist durchaus bewusst, dass sie ihr eigenes Leistungspotential nur dann im Wettkampf voll ausschöpfen können, wenn der Kopf im entscheidenden Moment mitspielt. Sportpsychologische Untersuchungen zeigen, dass dies jedoch nur bei jedem fünften Athleten, bei jeder fünften Athletin der Fall ist.

Manche versuchen sich dann halt mit der Bemerkung aus der Affäre zu ziehen, „kein Wettkampftyp“ zu sein, reden sich ein, dass „es halt nicht läuft, wenn es nicht läuft“. Andere vertrauen auf Maskottchen, Glück und Zufall. Der Schweizer Mentaltrainer Rinaldo Manferdini sagt dazu: „Wer den Vorstartzustand dem Zufall überlässt, spielt russisches Roulette mit seinem Leistungspotenzial.“

Mentale Stärke ist genauso trainierbar, wie der physische, technische und takti-

sche Bereich. Im Prinzip verwenden wir alle bereits mentale Strategien, etwa um übergroße Anspannung vor dem Wettkampf und am Start abzubauen. Wir setzen mentale Strategien ein, wenn es darum geht, gegen Ende eines Wettkampfs die Konzentration aufrecht zu erhalten, die Ruhe nach einem Fehler wiederzufinden usw. Allerdings ist die Umsetzung unterschiedlich erfolgreich. Systematisch mental trainiert wird hierzulande jedoch noch eher selten.

Ein wissenschaftlich fundiertes Mentaltraining hat u.a. zum Ziel, genau solche Strategien zu optimieren und kontinuierlich zu verbessern. Darunter fallen mentale Techniken aus verschiedenen Bereichen, etwa Aktivierungsregulation, Konzentration, Visualisierung, Selbstgespräche, Zielsetzungstraining, Kompetenzerwartung und Erholungsoptimierung. In der praktischen Sportpsychologie geht es nicht darum, Sportler und Sportlerinnen zu ungesunden Leistungen anzuspornen, sondern sie in ihrer Persönlichkeit und ihrem Wohlbefinden so zu stärken, dass sie ihre sportlichen Ziele erreichen können. Ein wesentlicher Erfolgsfaktor ist dabei der SPASS am Sport, der nicht selten verlorengelht, wenn wir uns zu ehrgeizige Ziele und damit unter zu hohem Leistungsdruck setzen.

Mentale Stärke erfordert ein kontinuierliches Arbeiten an sich selbst und eine große Portion an Motivation und Ausdauer, da die mentale Topform – ähnlich wie im physischen Bereich – im Durchschnitt erst nach einigen Jahren erreicht wird. Die angenehme Nebenwirkung: die erworbene mentale Stärke lässt sich in den allermeisten Lebensbereichen nutzen (z.B. im Umgang mit Stress, positives Denken in schwierigen Situationen, bewusste Körperwahrnehmung, Umgang mit negativen Gefühlen). Kinder und Jugendliche profitieren im besonderen Maße davon, da sich die Grundstrukturen für Überzeugungs- und Verhaltensmuster im Kindesalter entwickeln. Deswegen ist es von enormem Vorteil, wenn sich insbesondere Kinder- und Jugendtrainer mit der Thematik befassen und ihre Schützlinge auch im Training kompetent mental unterstützen.

Eine Gelegenheit für Sportler/innen, Trainer/innen, Vereinsfunktionäre und Eltern, sich mit sportpsychologischen Themen auseinanderzusetzen, bietet alljährlich der „Tag der Südtiroler Sportpsychologie“, der immer im April in Brixen stattfindet.

Infos unter: [www.sportpsychologie.it](http://www.sportpsychologie.it)

## Namen &amp; Nachrichten

## Zweimal Tischtennis-Gold

**Samuel De Chiara** und **Emilia Manukyan** haben mehrere Dinge gemeinsam: Beide sind begeisterte und sehr talentierte Tischtennispieler. Beide spielen für den SCM und beide haben im Laufe dieses Jahres einen großartigen Erfolg erzielt, nämlich einen Italienmeistertitel. Samuel gelang dies im Einzel der Paralympics, Emilia bei der Italienmeisterschaft im

Doppel-Mix (mit Partner Daniele Pinto) in der 3. Kategorie. Es war dies ein toller Erfolg auch für die Sektion TT im SCM, die damit zum ersten Mal in ihrer Geschichte zwei so wichtige Titel gewonnen hat. Für Samuel steht Ende September noch ein Saisonhöhepunkt im Wettkampfkalender, nämlich die Europameisterschaften. Daumen drücken!



## Willkommen zurück

Er hat nun schon drei Meistertitel in der Tasche, einen mit dem SCM (2005) und zwei mit dem SSV Bozen (2012 und 2013). Ab sofort geht Flügelflitzer **Michael Gufler** (l.) wieder auf Torejagd für seinen Stammclub. Trainer **Jürgen Prantner** freut sich über die Verstärkung. Mit **Peter Gerstgrasser** und **Hannes Lang** verliert das Team aber auch zwei lang-

jährige Mannschaftsstützen. Der Kapitän wurde im August 40, da darf man sich auch ein bisschen zurücklehnen und die Abende auf andere Art genießen. Hannes, mit 37 drei Jahre jünger, will kürzer treten, aushelfen, wenn Not am Mann ist. Ein Bericht über die beiden SCM-Legenden folgt in der Winterausgabe von SCM AKTUELL.



## Ein weiter Sprung

Dass **Valentine Alber** immer wieder für eine Überraschung gut ist, hat sie oft genug bewiesen. Dass sie aber bei einem Weitsprungwettbewerb, bei dem sechs U18-Athletinnen über die 5,00-m-Marke springen, den weitesten Satz macht, das war mehr als eine Überraschung. So geschehen beim Meeting in Reischach, wo Valentine bei leichtem Rückenwind auf 5,31 m sprang. Damit ließ die SCM-Athletin starke Konkurrentinnen wie Julia Calliari (LC) oder Lisa Seppi (Eisacktal) knapp, aber doch hinter sich. Die drei ersten lagen nämlich innerhalb von vier Zentimetern: Julia Calliari sprang 5,29 m, Lisa Seppi 5,27 m.

## Ediths Comeback

Eine viermonatige Verletzungspause hat sie gut überstanden. Jetzt ist **Edith Niederföhringer** zurück. Die 42jährige Triathletin beendete Ende August den Trans-Triathlon Vorarlberg in Lech mit einem hervorragenden 4. Platz. 1,2 km Schwimmen, 102 km auf dem Rad in 2000 Metern Höhe und ein 12 km-Cross-Lauf waren mehr als ein Test. Das Ergebnis macht Edith Mut: So steht fest, dass sie wie geplant am 1. Dezember in Mexiko wieder einen Ironman-Triathlon bestreiten wird. Zuvor steht noch ein Trainingswettkampf in Apulien über die Halb-Ironman-Distanz an.



Porträt

# Wieder an der Spitze der Kanuten

## Hansjörg Mayr nach 16 Jahren „Pause“ wieder Sektionsleiter



Der junge Wilde bei seiner ersten WM-Teilnahme 1975 in Skopje.

Von 1987 bis 1997 war Hansjörg Mayr Leiter der Sektion Kanu im SC Meran. Nun hat er wieder das Ruder, oder sollte man besser sagen, das Paddel, in die Hand genommen. Hansjörg Mayr darf für sich in Anspruch nehmen, einer der erfolgreichsten Kanuten des SCM gewesen zu sein, umso erfreulicher, dass mit ihm ein absoluter Fachmann und untadeliger Sportsmann wieder die Sektion Kanu leitet. Für SCM Aktuell ein willkommenener Anlass, auf die ebenso lange wie erfolgreiche Karriere des alten und neuen „Kanu-chefs“ zurückzublicken.

Hansjörgs Kanulaufbahn begann mit 15 Jahren im Juni 1970, als der Kanusport noch nicht in den SC Meran integriert war. Gunther Erhart wollte den Jung-

spund vertrösten, es doch ein Jahr später zu versuchen. Hansjörg schien ihm ein



Hansjörg Mayr

wenig schwächlich. Als ob er den „Braten“ gerochen hätte, fuhr er die darauffolgenden Tage so gut, dass Gunther Meinung änderte und Hansjörg ins Team nahm. Damals waren die Trainingsmöglichkeiten andere als heute. Die Passer war die „Kanuschule“. Dort lernten die jungen Kanuten auch die Eskimo-Rolle, ganz gleich, wie viel

Wasser die Passer gerade führte. Die Trainingsstrecken im Kanal bei Marling und Sinich gab es ebenso wenig wie das Bootshaus oder die Meran-Arena.

Hansjörg, Jahrgang 1955 entwickelte sich in den 1970er Jahren unter der Führung von Sportlehrer Heiner Hörmann prächtig. War er 1973 bei der WM in Muotathal in der Schweiz noch als Reservist dabei, gab er zwei Jahre später in Skopje (Mazedonien) sein WM-Nationalmannschaftsdebüt im K1-Slalom. Weitere WM-Teilnahmen folgten 1977 in Spital an der Drau, 1981 in Bala (Wales), 1983 bei der Heim-WM in Meran (K1, Abfahrt und Team 4. Rang). Wären nicht die Iren im Weg gewesen, was die Azzurri zu einem zeitaufwendigen Überholmanöver zwang, wäre WM-Silber statt „Blech“ drin gewesen.

1986 folgte die WM in Garmisch, bei der Hansjörg in der Abfahrt mit Manfred Prünster den C2-Wettbewerb bestritt. Im Team gab es einen 3. Rang mit den Vereinskollegen Dietmar Knoll/Volker Klotz, Georg Hager/Walter Weger. Auch die WM 1989 auf dem Savage River (USA) bestritt Hansjörg im C2-Boot (mit Walter Weger) Karrierehöhepunkte waren für Hansjörg auch die Rafting-Weltmeisterschaften in Costa Rica und Simbabwe.

Auf gesamtstaatlicher Ebene fuhr Hansjörg ebenfalls viele Jahre an der Spitze. Um seinen ersten Italienmeistertitel brachte ihn 1975 das Reglement. Zeitgleich mit Roberto D'Angelo hatte er den K1-Slalom beendet. Ein ex-aequo-Sieg war aber nicht vorgesehen. So änderte man das Reglement zum Nachteil von Hansjörg, der mit Platz 2 vorlieb nehmen musste. Ein Jahr später aber war es soweit,

  <p>...simply more</p>    	 <p>ALGUND</p> <p>Ihr Sportfachgeschäft für das ganze Jahr!</p> <p><a href="http://www.sportfranz.it">www.sportfranz.it</a> Tel. 0473 448468</p>	     
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------





Zwei Azzurri im Trainingslager der Nationalmannschaft in Ivrea 1975. Links: Georg Hager.

Hansjörg holte sich den verdienten Titel. Mitte der 1970er Jahre hatte Meran eine bärenstarke Mannschaft. 1977 holte sich der SCM in den schwierigsten Kategorien den Meistertitel: Hansjörg Mayr im Slalom K1 Senioren, Georg Hager im WW K1 Senioren, Alfred Platzer im K1 Slalom Junioren, Volker Klotz K1 WW Junioren und Walter Weger K1 Slalom der Jugend. 1979 gelang Hansjörg ein Husarenstück. Als Amateur besiegte er bei den Titelkämpfen auf dem Fiume Pellice den spä-

teren sechsfachen Weltmeister Marco Previde, der damals schon als Mitglied der Forstwache „Profi“ war. Das Kunststück gelang ihm übrigens im reifen Alter von 45 Jahren noch einmal: Gemeinsam mit Markus Hager und Thomas Waldner ließ er bei der WW-Italienmeisterschaft in Meran im Mannschaftswettbewerb wieder das Team der Forstwache hinter sich. Hansjörg hatte sich mit konsequentem und harten Training seine Erfolge erarbeitet. Wie in einer langen Sportkarriere üblich, gab es aber auch weniger glückliche Augenblicke: Von der verpassten Silbermedaille bei der WM 1983 in Meran war schon die Rede, 1986 verlor er wegen einer Sekunde den WM-Startplatz in Garmisch gegen Marino Cappuzzo.

Über den größten Erfolg durfte sich Hansjörg aber in der Doppelrolle Trainer und Vater freuen: Sein Sohn Lukas wurde im US-Bundesstaat Wisconsin U23-Weltmeister! Es war ein Erfolg der Ausdauer und des Trainingsfleißes, kurz, ein Erfolg, der auf harte Arbeit begründet war. Und diese Eigenschaften zeichneten auch Hansjörg während seiner langen Karriere aus.

Dass er die Geschicke der Sektion Kanu jetzt ein zweites Mal leitet, ist ein Glücksfall für diese traditionsreiche Sportart im SC Meran.



Lang, lang ist's her: mit Georg Hager (l.) und Georg Herz (r.) in Spittal 1972.

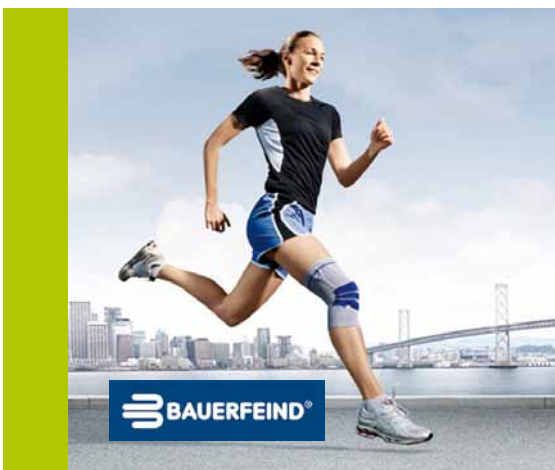
## Kanu-Italienmeisterschaft

# 3 Medaillen und ein Titel



Auch die Favoriten hatten diesmal das Nachsehen: An Lukas Mayr kam auf dem Noce keiner vorbei.

Lukas Mayr hat auf dem Noce in der Val di Sole für eine faustdicke Überraschung gesorgt und sich den K1-Italienmeistertitel der Senioren geholt. Am Ende war er um zwölf Hundertstel schneller als Giovanni de Gennaro aus Brescia. Auf Rang drei landete Andrea Romero. Der als Favorit gestartete Olympiasieger Daniele Molmenti blieb ohne Medaille und musste sich mit dem unliebsamen 4. Rang begnügen. Auch für Lukas selbst kam der Erfolg überraschend: „Das habe ich nicht erwartet, weil ich ja nicht regelmäßig trainiert habe.“ Für den SCM gab es bei den Titelkämpfen noch zwei Bronzemedailles. Eine im K1-Teamlauf, wobei die SCM-Mannschaft aus Vater Hansjörg, Sohn Lukas und dem jungen Matthias Weger bestand. Die zweite Bronzemedaille holte einer aus der jungen SCM-Nachwuchstruppe, nämlich Lenz Luther im Wettkampf der K1-Junioren.



 BAUERFEIND®





**VITA PLUS**  
SANITÄTSHAUS

**NEU!**

**Meran:** Otto-Huber-Str. 78-80  
Tel. 0473 055730

**Brixen:** Regensburger Allee 14  
Tel. 0472 831066

[www.vitaplus.it](http://www.vitaplus.it)



# PURA ENERGIA. REINE ENERGIE.

Da oltre 100 anni siamo il Vostro **fornitore di energia in Alto Adige** e Vi accompagneremo anche in futuro con la nostra **energia sicura, qualità del servizio e prezzi competitivi**.

Seit über 100 Jahren sind wir Ihr **Südtiroler Energiedienstleister**. Und wir werden Sie auch in Zukunft **sicher, service- und kostenfreundlich** mit Energie versorgen.

Servizio Clienti / Kundenservice  
**800 225420**

[www.aziendaenergetica.it](http://www.aziendaenergetica.it)  
[www.etschwerke.it](http://www.etschwerke.it)

 **ge**  
**ew** azienda energetica  
etschwerke

# Neuer Bus für Kanuten

Altes Fahrzeug hat nach 14 Jahren ausgedient

Das Bootshaus der Sektion Kanu hat im Sommer ohnehin Hochsaison. Mitte Juli gab es einen weiteren Grund für eine Feierstunde: Der neue Vereinsbus wurde übergeben. Die SCM-Kanuten werden künftig mit einem 150 PS starken Fiat Ducato durch die Gegend fahren. Möglich machten dies die Stiftung Sparkasse, die Südtiroler Sporthilfe und mehrere private Spender. In Anwesenheit von SCM-Vizepräsident Karl Freund, Vorstandsmitgliedern und Aktiven der Sektion Kanu überreichte Karl Pichler als Mitglied des Stiftungsrates der Südtiroler Sparkasse die Schlüssel des neuen Fahrzeuges. Die Spende sei auch Ausdruck von Wertschätzung der guten Nachwuchsarbeit des SCM, betonte Pichler. „Die Förderung junger Sportler ist der Sparkasse seit jeher ein Anliegen.“, so Pichler. Hansjörg

Mayr dankte allen Sponsoren in seiner Eigenschaft als Sektionsleiter. „Gerade in wirtschaftlich schwierigen Zeiten sind solche Gesten und Aktionen wichtig.“, sagte Mayr. Abschließend lud Vorstandsmitglied Walter Egger alle Anwesenden zu einem Grillfest ein. Das obligate Gruppenfoto mit dem neuen Vereinsbus durfte natürlich nicht fehlen (stehend von links): Lukas Mayr, Matthias Weger, Karl Freund, Karl Pichler und Martha Koch von der Sparkasse, Hansjörg Mayr, die Vorstandsmitglieder Harald Fischnaller, Elke Valtingojer Weger, Heinz Luther und Luca Daprà (verdeckt), Luca Giraldo und Walter Weger. Vorne von links: die jungen Kanusportler Matthias Deutsch, Martin Unterthurner, Michi Luther, Valentin Luther, Jakob Luther, Jakob Weger und Lenz Luther.



Gruppenbild mit neuem Fahrzeug.

**DAMENMODE**  
**Raffener**  
**MERAN**  
Sparkassenstrasse 19  
[www.moderaffener.it](http://www.moderaffener.it)

>> MODE FÜR DAMEN >> KLEINE >> GROSSE >> SCHLANKE  
>> JUNGE >> JUNGGEBLIBENE >> AUCH IN GROSSEN GRÖSSEN - BIS GR. 64

# Ein bisschen schnuppern?

Tag der offenen Tür mit Qigong, Tai Chi Chuan u. a.

Sie interessieren sich für Qigong, Selbstverteidigung oder Tai Chi Chuan? Dann schauen Sie am besten beim Tag der offenen Tür in der SCM-Turnhalle am Rennweg vorbei. Da können sie sich ein umfassendes Bild von unserem Kursangebot machen und alle Fragen stellen, die Sie auf der Zunge haben.

Organisiert wird die Veranstaltung von Shi San Shi International in Zusammenarbeit mit dem SC Meran unter der Leitung des zweifachen Europameisters Othmar Vigl (PTCCI Advanced Instructor).

Der Tag der offenen Tür findet am Samstag, 28. September 2013, von 09.00 bis 12.00 Uhr statt. Schauplatz ist wie erwähnt die Turnhalle des Sportclub Meran am Rennweg 115, wo sich auch das SCM-Büro befindet. Schnupperkurse finden zu folgenden Zeiten und in folgenden Disziplinen statt:

9.00 bis 10.00 Uhr Qigong. Es ist dies ein wichtiger Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Qigong kann als Selbsthilfemaßnahme nach sorgfältiger Anleitung von Laien eingesetzt werden, um damit den Therapieerfolg zu unterstützen. Qigong-Übungen lassen sich bei Erkrankungen, aber auch schon frühzeitig zur Prävention von jedem gesunden Menschen zur „Lebenspflege“ und zur Erhaltung der Gesundheit einsetzen.

10.00 bis 11.00 Uhr Selbstverteidigung: Im Alltag finden sich Menschen oftmals Situationen ausgesetzt, die ihnen ein Unbehagen verursachen. Es existieren eine Reihe von Maßnahmen zur Vermeidung von Angriffen, die bei uns erlernt werden können.

11.00 bis 12.00 Uhr Taijiquan (auch Tai Chi Chuan). Es umfasst zahlreiche Aspekte, wie z.B. die Gesundheit, Meditation und Selbstverteidigung und ermöglicht persönliche Entfaltung. Jede Bewegung der Tai Chi Chuan-Form hat eine oder mehrere Bezüge zur Kampfkunst. Heute wird Tai Chi in erster Linie aus gesundheitlichen Gründen und zur Steigerung des Wohlbefindens praktiziert.

Mehr Informationen zu unserem Kursangebot finden Sie auf unserer Internetseite [www.shisanshi.tk](http://www.shisanshi.tk) und der Mobilnummer 348 6289889.

# Wachablöse nach 27 Jahren

**Sektion Handball: Manfred „Männer“ Unterhauser geht, Peter Raffener kommt**

Am 30. Juni war Schluss. Endgültig. Manfred Unterhauser gab das Amt des Leiters der Sektion Handball ab. Das klingt untertrieben und ist es auch, denn der Männer, wie er genannt wird, war kein Sektionsleiter, sondern verkörperte den Handball im Sportclub Meran. Männer war der Chef, der Sekretär, der Manager und machte – wenn nötig – auch den Platzsprecher. Letztere Aufgabe fiel ihm oftmals schwer, denn ein Platzsprecher muss Ruhe bewahren, sollte irgendwie neutral bleiben. Aber da Männer zugleich auch der erste Fan des SCM war und vermutlich noch immer ist, war er als Platzsprecher alles, nur nicht neutral. So mancher Schiedsrichter beschäftigte sich deshalb bei Heimspielen des SCM manchmal mehr mit dem Platzsprecher als mit dem Spiel.

Es war im Sommer 1986, als Männer die Zügel des Handballsports im SCM in die Hand. 14 Jahre zuvor hatte er unter Hugo Kofler mit dem Handballspielen begonnen, sozusagen als „ein Kind der ersten Stunde“, wie er selbst sagt. Aus dem Kind wurde sehr schnell ein Mann, der sich nicht nur auf dem Spielfeld durchsetzen wollte. 1985/86 kam mit dem Ungarn Miki Kovacs der erste ausländische Trainer nach Meran. Das Team spielte in der 3. Liga, damals Serie B. Am Saisonende beerbte Manfred Unterhauser Hugo Kofler als Handballchef. Fünf Jahre später war der SCM erstmals erstklassig, stieg sofort ab und ein Jahr später wieder auf. Brixen war damals das Maß aller Dinge und in Südtirol die Nummer 1. Männer nutzte seine Kontakte, die er als Organisator großer Turniere, so u. a. die Handball-WM 1987, die EM 1998 und die WM 2001 geknüpft hatte, und holte immer wieder attraktive ausländische Spieler zum SCM. Den dicksten Fisch zog er 1994 an Land: Waleri Gopin, Weltmeister und zweifacher Olympiasieger aus Russland. Mit ihm wurde der SCM Vizemeister.

## 2005 erster Meistertitel

Nach einer verkorksten Saison stieg der SCM 1998 erneut in die 2. Liga ab, schaffte aber zum zweiten Mal den sofortigen Wiederaufstieg. Ab jetzt gehörte Meran zum Kreis der italienischen Top-Vereine. 2005 war es dann endlich soweit: Der SCM (mit dem Meraner Unternehmen Torggler als Hauptsponsor) wurde erstmals in seiner Vereinsgeschichte Itali-



*Peter Raffener (l.) übernimmt von Manfred Unterhauser die Sektion Handball*

enmeister. Der entscheidende Sieg gelang im Finale gegen jenes Team, das die Szene bisher beherrscht hatte, nämlich Triest. „Ein sehr schönes Erlebnis“, erinnert sich Männer an das Spiel in Triest, „Aber der Vizemeistertitel zehn Jahre zuvor mit einer sehr jungen Mannschaft war mindestens ebenso toll.“

Es folgte eine Saison, in der dem SCM Achtungserfolge in der Champions League gelangen. Männer zog, unterstützt von Stefan Frey der nun ebenfalls nach 17 Jahren aus dem Vorstand ausscheidet, die Fäden. Von 2008 bis 2010 war Schluss mit Erstligahandball. Der finanzielle Kraftakt war nicht mehr zu stemmen, und der Verein zog die Notbremse: Rückzug in die 2. Liga und volle Konzentration auf die Jugendmannschaften. Da hatte der SCM schon immer gut gearbeitet, aber jetzt sollten die Eigengewächse die Basis für die erste Mannschaft bilden.

Die Saison 2013/14 bestreitet der SCM mit einem neuen Team im Hintergrund, an dessen Spitze ebenfalls ein ehemaliger Spieler steht: Peter Raffener stand 1995 in jener Mannschaft, die unter Edi von Grebmer und mit Gopin Vizemeister wurde. Dann musste Peter aus gesundheitlichen Gründen mit dem Leistungssport aufhören. Er hatte 1983 im Alter von zehn Jahren mit dem Handball be-

gonnen. Nach dem zu frühen erzwungenen Abschied vom Spielfeld begann er eine Ausbildung als Masseur und Physiotherapeut, übrigens gemeinsam mit Jürgen Prantner, der den SCM seit mehreren Jahren trainiert. Sieben Jahre war Peter Raffener in Bayern und lernte sein Handwerk.

## Beginn als Jugendtrainer

Wieder zuhause, zog es ihn natürlich auch wieder zum Handball. Seine erste Erfahrung als Trainer machte er in Lana. Zuletzt stand er dem SCM sowohl beruflich als auch sportlich, als Jugendtrainer, zur Verfügung. Ein neues Team soll den SCM-Handball führen: Jürgen Prantner, Hartwig Gerstgrasser, Klaus Larcher, Meinhard Reichegger, Martin Prantl, Günther Maurberger. „Die Wahl ist dann auf mich gefallen, aber ich habe zur Bedingung gemacht, dass das Team zusammen bleibt.“, sagt Raffener.

Es sind große Fußstapfen, in die er tritt, und er weiß das auch: „Unsere Konzentration gilt der beginnenden Saison. Diese müssen wir sportlich und finanziell gut über die Runden bringen.“ Männer wird dem Handball in seiner Rolle als Fan erhalten bleiben, aber die Entscheidung, aufzuhören, war richtig: „Es war einfach Zeit. Ich bin keiner, der Jubiläen braucht.“

Kurse, Kurse, Kurse

## Schwimmen

Der SC Meran führt in der Wintersaison 2013/2014 folgende Schwimmkurse in der Meranarena in der Gampenstraße durch:

Kindergartenschwimmen, Samstagvormittag, 9.00-10.00 oder 10.00-11.00 Uhr, Hobbyschwimmen, ein- bis zweimal die Woche, 17.00-18.00 Uhr, Erwachsenenschwimmen, Montag, 8.00-9.00 und 20.00-21.00 Uhr, Dienstag und Mittwoch, 20.00-21.00 Uhr, Samstag, 8.00-9.00 Uhr, Training der Wettkampfgruppen, je nach Jahrgänge drei- bis fünfmal die Woche über ein- bis zwei Stunden zwischen 16.00 bis 20.00 Uhr.

Die Kurse beginnen im Oktober. Anmeldungen ab 2. September unter Tel. 0473 233682 oder mobil 338 4638425.

## Handball

Die Sektion Handball organisiert für Kinder wieder Ballspielstunden und Minihandball-Training. Beides findet in der Turnhalle des „Beda Weber“-Gymnasiums in der Otto-Huber-Straße statt: Ballspielstunden einmal in der Woche, voraussichtlich immer Montags von 17.00 bis 18.00 Uhr, Minihandball zweimal wöchentlich, voraussichtlich Montag von 18.00 bis 19.00 Uhr, und Donnerstag von 17.00 bis 18.15 Uhr. Informationen und Anmeldungen nimmt Peter Raffener entgegen (mobil 333 4630961, E-Mail: raffus@gmx.net).

## Turnen Mädchen

Alle Kinder, welche bereits geturnt haben, werden mit E-Mail informiert, sobald die Hallen- und die Trainersituation geklärt ist, aller Voraussicht nach in der ersten Septemberhälfte. Informationen in Sachen Erstanmeldungen erteilt die Sektion Turnen Mädchen ebenfalls elektronisch. Die E-Mail-Adresse lautet turnenscm@gmail.com. Telefonische Anmeldungen sind vom 10. bis 24. September möglich, und zwar von Dienstag bis Freitag von 14.00 bis 16.00 Uhr (mobil 366 1587631).



## Tischtennis

Wir bieten Schnupperkurse für Interessierte zwischen sieben und 18 Jahren. Auch erwachsene Freizeitspieler sind ab heuer wieder herzlich willkommen. Infos und Anmeldungen bei Samuel de Chiara (mobil 347 7575678).



## Bogenschießen

Anfängerkurse und Jugendtraining jeden Dienstag und Donnerstag von 18.00 bis 19.30 Uhr am Übungsgelände in der Katzensteinstraße und ab Oktober in der Turnhalle der italienischen Volksschule in Sinich. Weitere Informationen: Sektionsleiter Kurt Larcher, mobil 339 6385159, und Kursleiter Oswald Ladurner, mobil 338 2799617.

## Badminton



Mitte/Ende September beginnen wieder die Kurse für Kinder und Jugendliche. Wann genau die Kurse beginnen werden und wo sie stattfinden, steht noch nicht fest, weil die Hallenzuteilung seitens der Stadtgemeinde Meran noch nicht mitgeteilt wurde. Weitere Informationen unter [info@badminton.-meran.it](mailto:info@badminton.-meran.it) oder mobil 349 0918836.



MERAN • LAUBEN 203 • TEL 0473 237635 + 0473 491561

Alles für

**KLEINTIERHALTUNG**  
vom Futter bis zum Zubehör

**HAUS- und  
BLUMENGARTEN**

vom Saatgut zu sämtlichen  
Kleingeräten

**SPORT- und BOGEN-  
SCHÜTZEN** und eine  
Riesenauswahl an

MESSERN

 VICTORINOX



[www.roesch.it](http://www.roesch.it)



## Fit mit Zumba und Pilates

Neue Sektion im SCM setzt auf gesunde Freizeitgestaltung

*Zumba: Immer in Bewegung und Spaß dabei haben.*

SCM-Präsident Thomas Ladurner hat es im Editorial dieser Ausgabe angesprochen: „Es ist wichtig, dass wir unserer sozialen Verantwortung nachkommen und auch den vielen Freizeit- und Hobbysport-



Marisol Osses

lern ein Angebot bieten. Das soll mit der neuen Sektion Freizeit geschehen.“ Den Beginn machen zwei Kursangebote, nämlich Zumba und Pilates. Zumba-Lehrerin Marisol Osses und Pilates-Trainerin Verena Leimgruber werden die Kurse leiten und verraten nachstehend, was sich dahinter verbirgt.

### Zumba

Zumba verbindet lateinamerikanische und internationale Musik, was eine dynamische Basis für ein effektives Fitness-Programm ergibt. Die Übungen sind eine Kombination von Aerobic und einfachen Tanzschritten zu schnellen und langsamen Rhythmen.

Zumba verwendet den Aufbau des Intervalltrainings, das den Kalorienverbrauch

und die Fettverbrennung maximiert. Es stärkt Arme, Beine, Bauch und Po sowie den wichtigsten Muskel des Körpers: das Herz. Für Zumba muss man nicht tanzen können, das Wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben. Die heißen lateinamerikanischen und exotischen Rhythmen wirken dabei durchaus animierend. Geeignet ist Zumba natürlich für Frauen und Männer.

### Zumba-Toning

Zumba Toning ist ein speziell ausgerichtetes Zumba-Programm, das besonders zur Figurformung geeignet ist. Markant dabei ist der Einsatz der so genannten Zumba Toning Sticks. Es sind dies kleine, 450 Gramm schwere Hanteln, die den Trainingserfolg noch verstärken sollen. Neben

Elektro **HOWA** OHG

Tel. 0473 44 03 50 - J-Weingartner-Str. 39 - 39022 Algund

- Reparatur und Verkauf · Elektro-Haushaltsgeräte
- TV-Color / Video-Radio-Antennenbau

**EP: ElectronicPartner**

figurformenden Übungen wird bei dieser Zumba-Variante auch das Ausdauertraining gepflegt. Alle Übungseinheiten werden dabei natürlich mit den klassischen Zumba-Moves und lateinamerikanischen Zumba-Rhythmen kombiniert.

### Zumba-Gold

Zumba-Gold ist ein Ganzkörper-Fitnessprogramm, welches speziell für den mittleren Belastungsbereich entwickelt wurde. Es spricht besonders aktive Erwachsene und Anfänger an, die Spaß an Bewegung und an Musik haben. Zumba-Gold ist für alle Altersklassen geeignet, weil es sich auf Grundlagentraining konzentriert. Es wirkt sich positiv aus auf die Kondition, die Muskulatur, fördert die Beweglichkeit und unterstützt das Herz-Kreislauf-System.

### Pilates

Pilates ist eine sanfte, aber überaus wirkungsvolle Trainingsmethode. Einzelne Muskeln oder Muskelpartien werden gezielt aktiviert, entspannt oder gedehnt. Was Pilates besonders wirkungsvoll macht, ist das Bewusstsein für das eigene Zentrum und die richtige Körperhaltung. Wer Pilates trainiert, ändert bald seine Bewegungs- und Haltungsgewohnheiten und nimmt so das Training mit in den Alltag. Auch können viele Pilates-Übungen problemlos während anderer Tätigkeiten oder bei der Ausübung anderer Sportarten zwischendurch durchgeführt werden. Nicht die Quantität, sondern die Qualität der Übungen zählt. Die Atmung wird mit den Bewegungen koordiniert. Dies erfordert hohe Konzentration und eine sehr genaue Ausführung. Dabei wird



Verena Leimgruber

nicht nur die Muskulatur gestärkt, auch die Konzentration, die Koordination und die Kondition werden gefördert.

### Sektion Freizeit

Mit dem Angebot unserer Zumba- und Pilateskurse ist ein Anfang gemacht. Künftig will die Sektion Freizeit immer wieder gezielt Menschen ansprechen, die nicht den Wettkampfsport im Auge haben, sondern aus Spaß an der Sache eine aktive und gesunde Bewegungssportart suchen. Umso besser, wenn daraus ein schönes Gruppenerlebnis wird. Wir vom SCM sind gespannt, wie sich unsere neue Sektion entwickelt.

#### Kurs-Infos

Anmeldungen und Informationen: SCM-Büro, Rennweg 115, Tel. 0473 232126, und Marisol Osses (Zumba), mobil 335 5421202, E-Mail marisolosses4@gmail.com, Verena Leimgruber (Pilates), mobil 335 5733612, E-Mail verena.l@bfree.it.



Pilates. Muskeln gezielt aktivieren, dehnen, entspannen. Foto: enlighteningmedia.



Salsa Air

**RIMOWA**<sup>®</sup>

Germany since 1898

[www.rimowa.com](http://www.rimowa.com)

in Südtirol nur erhältlich bei

Feine Lederwaren - Pelleteria fine

**HESSE**

HESSE Lederwaren KG der Barbara Hesse & Co  
Freiheitsstraße 77 39012 Meran

Sommerbetreuung

# Unvergessliche **Erlebniswochen**

## Sport-Spiel-Spaß-Wochen des SCM für Kinder von 6 bis 13 Jahren

Seit immerhin 18 Jahren sind sie ein Fixpunkt im Sommerprogramm des SC Meran, die „Sport-Spiel-Spaß“-Wochen. „Werbung brauchen wir dafür schon lange nicht mehr machen.“, freut sich Geschäftsführer Manfred Unterhauser. In der Tat: Beide Turnusse sind meistens schon ausgebucht, bevor der Sommer überhaupt einer wird. Wenn die Meraner Sportanlagen im Monat August von mehr als 100 Kindern regelrecht „belagert“ werden, dann braucht man nicht lange fragen, was los ist: Die „Sport-Spiel-Spaß“-Wochen sind im Gange. Auch heuer konnten sich Kinder von sechs bis 13 Jahren auf dem Eislaufplatz der Meranarena, im städtischen Schwimmbad, dem Lido, am Combi-Sportplatz und in der Sporthalle des Schulzentrums „Carl Wolf“ nach Herzenslust bei vielen Sportarten austoben. Einer der Höhepunkte war das Kanu-Training mit Juniorenwelt-

meister und Italienmeister Lukas Mayr im Meraner Lido. Auch der Schnupperkurs in der SCM-Yoseikan Budo-Halle machte Emotionen frei bei den Jugendlichen aus Meran und Umgebung. Traditionsgemäß steht auch ein Tagesausflug in den Abenteuerpark nach Kaltern auf dem Programm, wo die Kids auch heuer wieder viele tolle Kletterrouten ausprobieren konnten. Zum Abschluss fand in der Großturnhalle die traditionelle Familien-Olympiade statt. Da müssen dann auch die Eltern ihre sportlichen Fähigkeiten unter Beweis stellen. Gemeinsam mit ihren Sprösslingen kämpfen sie um Punkte und die Plätze auf dem Siegerpodest. All das wäre nicht möglich ohne professionell und gut harmonisierende Betreuungsteams und Sponsoren. Alle, die mitgeholfen haben, den vielen Kindern eine unvergessliche Erlebniswoche zu beschreiben, gilt der Dank des SCM.



*Abenteuer im Kletterpark Kaltern*



*Kanutraining unter prominenter Anleitung: Lukas Mayr betreute die Kinder und Jugendlichen*





Zum Abschluss der Spiel-, Sport-, Spaßwochen gibt es die Familienolympiade

Ein großes Dankeschön geht außerdem an den Hauptsponsor, die Raika Meran, und die Partner CAFA Meran, Firma Nägele und Milchhof Meran. Mit

deren Unterstützung und finanziellen Hilfe war es auch 2013 möglich, dieses beliebte Freizeitangebot durchführen zu können.

Neu!  
unter 8% Fett

## Genuss leicht gemacht!



Vital

leicht & gut

...mit Wurstwaren aus der Spezialitätenmetzgerei, die nicht nur schmecken, sondern auch zu gesunder Ernährung beitragen: Das neue Sortiment „Vital“ ohne Zusatz von Phosphaten, Laktose, Milcheiweiß und glutenhaltigen Rohstoffen.



Erhältlich im gut sortierten Fachhandel.
[www.siebenfoercher.it](http://www.siebenfoercher.it)

## Rabatte für SCM-Mitglieder

Gegen Vorlage des gültigen SCM-Jahresausweises 2013 gibt es in folgenden Geschäften einen Warenrabbatt:

- **SPORTLER** Lauben 60 u 270 – Meran - **VOUCHER** – Rabatt \*Geburtsrabbatt auf einen Artikel (**nur** mit Vorteilskarte) \***20%**
- **TIROL SPORT 15%**  
Hauptstraße 8 und Haslachstraße 5 Dorf Tirol
- **HUTTER SPORT 10 %**  
Laubengasse 16 u. 18. - Meran
- **SPORT FRANZ 10%**  
Kirchplatz 4 - Algund
- **SPORT ACTIV 10%**  
Meinhardstraße 108 - Meran
- **GRUBER BIKE POINT 10%**  
Lauben 337 - Meran
- **SPORT IMPULS 10%**  
Meranerstraße 7 - Lana
- **SPORT MODE SEPPL 10%**  
Am Gries 12 - Lana
- **SPORT MODE SPORTLAND 10%**  
Gerberweg 2 - St. Leonhard/Pass.
- **FOTO OPTIK DALDOSSI**  
Auf Seh+Sonnenbrillen **15%**  
Andere Artikel bis zu **10%**  
Lauben 9 - Meran
- **OPTIK GRAF**  
Auf Seh+Sonnenbrillen **10%**  
Andere Artikel **5%**  
Lauben 200 - Meran
- **OPTIK WASSERMANN**  
Freiheitsstrasse 162 - Meran  
Auf Seh+Sonnenbrillen **10%**
- **DENIM STORE - Jeans & Casual 10%**  
Sparkassestraße 1 - Meran
- **DIE LAUFBOUTIQUE**  
Kundenkarte  
Pfarrplatz 33 - Meran




Ihre Ideen unser Holz!

Die größte **AUSWAHL** Südtirols  
an **Holzböden** bei  
kompetentester Beratung.

Besuchen Sie unsere Ausstellungsräume und lassen Sie sich beraten:

Algund: J.-Weingartner-Str. 10/A Tel. 0473/204800	Bozen: E.-Fermi-Str. 28 Tel. 0471/066900	Brixen: J.-Durst-Str. 2 Tel. 0472/977700	Öffnungszeiten: Mo. - Fr.: 8.00 - 12.00 Mo. - Fr.: 13.30 - 17.30
---------------------------------------------------------	------------------------------------------------	------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------

50  
Jahre  
Anni

KARL PICHLER A.G. S.P.A.

www.karlpichler.it

EDELHÖLZER - LEGNAMI PREGIATI



Schwimmen

## Platz 1 nach Punkten und Medaillen

42. Sieg bei der VSS-Landesmeisterschaft in Meran

*Klein und groß: Dieses Team holte die 42. VSS-Landesmeisterschaft für den SCM.*

Manchmal gelingt es den Wasserräten des SCM doch noch, Volker Müller zu verblüffen. Für die Gesamtleistung seines Teams fehlten dem langjährigen Trainer die Worte. Am Ende fasste er das Ergebnis in zwei Worte: „Eine Spitzenleistung!“ Der Anfang war schleppend, dann aber ging es steil bergauf. Bei 162 Starts stellten Mädchen und Buben des SCM 120 persönliche Bestleistungen und drei neue Vereinsrekorde auf. In den Kategorie Schülerinnen „B“ und Schüler „A“ wurden alle Bewerbe gewonnen. Thomas Santer und Johannes Mair holten dreimal Gold (zwei Einzelsiege und ein Staffelerfolg). Zwei Einzelsiege erzielte auch Maddalena Melle. Von den vier Staffeln wurden drei gewonnen. Die vierte Staffel (weib-

lich allgemeine Klasse) wurde mit einer 100stel Sekunde Rückstand 2.

Vereinsrekorde schwammen Fabio Bertagnolli (50 m Delfin), die beiden 4x50 m-Lagenstaffeln mit Gregor Fischer, Christian Graffer, Fabio Bertagnolli, Thomas Ladurner bzw. Thomas Santer, Christoph Gamper, Johannes Mail, Lukas Borsetti. Ebenfalls über 4x50 m Lagen wurde ein neuer inoffizieller Regionalrekord aufgestellt, und zwar von der weiblichen Jugend mit Franziska Gutmann, Viviane Graif, Elin Kienzl Hiteregger, Lena Thaler. Bei den Staffeln kommt es eben auf den Teamgeist an, und den haben die Athletinnen und Athleten des SCM offensichtlich. Diese vielen tollen Leistungen jedes Einzelnen führten am

Ende zum außergewöhnlichen Mannschaftsergebnis mit zwei ersten Plätzen. Die Mannschaftswertung gewann der SCM mit 337 Punkten vor dem SSV Leifers (267) und dem SSV Bozen (251). Die Medaillenwertung führt der SCM mit 52mal Edelmetall ebenfalls vor Leifers (30) und Bozen (24) an.

Fazit eines Freude strahlenden Volker Müller: „Bei der Vergabe der Raiffeisentrophäe können wir nun auf eine beeindruckende Serie blicken. Wir haben die VSS-Sommer-Landesmeisterschaft 23-mal in ununterbrochener Folge gewonnen.“

Dem gesamten Team gilt unser Glückwunsch und gleichzeitig unser Dank für das geschlossene Auftreten, nicht nur bei diesem Wettkampf, sondern für das Trainings-

Ratlos?  
Disorientato?

Jetzt, Beratungstermin vereinbaren!  
Rivolgiti, ora, ai nostri consulenti!



Anlegen und Investieren bewusst gemacht.

Investire e gestire consapevolmente.

Vermittlung zur Verkaufsförderung. Die vertraglichen und wirtschaftlichen Bedingungen bezüglich der Erbringung des Beratungsdienstes finden Sie in den Vertriebsunterlagen. Bitte lesen Sie diese sorgfältig durch. Die Erläuterung von Anlageprodukten. Sie bitte frühzeitig den Informationsprospekt.

Comunicazione pubblicitaria con finalità promozionale. Le condizioni contrattuali ed i termini di riferimento sono disponibili presso i punti di vendita. Per informazioni, consultare il contratto informativo precontrattuale per la prestazione dei servizi di investimento. Prima della sottoscrizione di prodotti finanziari leggere attentamente i relativi prospetti informativi.



[www.sparkasse.it](http://www.sparkasse.it) [www.caribz.it](http://www.caribz.it) (840 052 052)

Mehr Bank. Più Banca.



**SPARKASSE**  
**CASSA DI RISPARMIO**

und Wettkampfsjahr 2012/2013 insgesamt. Ein besonderes Dankeschön auch an die Eltern und Verwandten unserer jungen Sportler, die die sportliche Tätigkeit der Kinder und Jugendlichen unterstützen. Und ein Dank auch an die Sponsoren.

### Toller Start in den Sommer

Gute Ergebnisse gab es beim ersten Freiluftwettbewerb auf der 50m-Bahn in Bozen für die Schwimmerinnen des SCM. Sechs Mädchen waren am Start. Sie holten viermal Platz 2, zweimal Platz 3 und schwammen einen neuen Regionalrekord über 4x50 m Lagen. Mit der Zeit von 2:09,86 Minuten verbesserten Franziska Gutmann, Viviane Graif, Elin Kienzl Hinteregger und Lena Thaler die bisherige Bestmarke um 2,39 Sekunden. Auch drei persönliche Bestleistungen kamen hinzu: Anna Lena Edlinger über 400 Freistil, Deborah Ladurner über 100 Rücken und Franziska Gutmann über 50 Rücken als Startschwimmerin in der Rekordlagenstaffel.



*Erfolgreiche Staffel (v. r.): Franziska Gutmann, Elin Kienzl Hinteregger, Lena Thaler und Anna Lena Edlinger.*

### Meisterschaften

Bei der Landesmeisterschaft der Anwärter gab es einen tollen SCM-Rekord bei den Buben über die 4x100m Kraul- und die 4x100m Lagendistanz, sowie über 100 und 200 m Rücken von Thomas Santer und 1500 m Kraul von Johannes Mair. Thomas Santer (100 und 200 m Rücken), Johannes Mair (100 und 200 m Kraul), Christoph Gamper (100 und 200 m Brust) und Maya Laimer (100 und 200 m Rücken) haben sich für die Italienmeisterschaft der Anwärter „A“ qualifiziert. Diese fanden anfang Juli in Rovereto statt. Insgesamt waren zehn Teilnehmer aus Südtirol dabei, darunter unsere vier SCM-Sportler. Thomas Santer gelang ein 8. Platz über 100 m Rücken und Platz 10 im Wettkampf über 200 m Rücken. Diese Ergebnisse bedeuteten auch neue SCM-Rekorde in der Altersklasse Schüler „A“ (1:09,21 und 2:30,48). Das Meraner Quartett stellte bei seinen acht Einzel-

starts insgesamt sechs Bestleistungen auf. Die Regionalmeisterschaften der Altersklasse Jugend bot allen SCM-Athleten die letzte Chance, die harten Limits für die Italienmeisterschaften im Rom zu erreichen. Für ein Einzelrennen gelang keine Quali, aber bei den Staffeln. Die Mädchen schafften alle drei Limits für die Bewerbe über 4x100m Lagen, 4x100m Freistil und 4x200m Freistil.

### Italienmeisterschaften

Die Startschwimmerinnen schwammen Bestleistungen und legten damit die Basis für die neuen Staffel-Vereinsrekorde. Leider musste die 4x100 Lagen-Staffel wegen eines Frühstarts in der letzten Fraktion disqualifiziert werden. Die 4x100 m-Freistilstaffel schwamm einen neuen SCM-Rekord (4:13,53) und Elin Kienzl Hinteregger stellte ebenfalls einen neuen SCM Rekord (1:01,87) auf. Die 4x200 m-Freistilstaffel schwamm einen neuen Landesrekord (9:13,46) und wieder stellte Elin Kienzl Hinteregger dabei eine neue persönliche Bestleistung auf (2:16,44). Die 4x100 Lagen-Startschwimmerin Franziska Gutmann schwamm neuen SCM-Rekord über 100 Rücken (1:11,78).

### Trainingslager in Calella

(aufgezeichnet von Lukas Götsch)

2013 stand für die Schwimmer des SCM ein Sommertrainingslager auf dem Programm. Heuer ging es nach Calella in der Nähe von Barcelona. Die Trainingsgruppe bestand aus sechs Mädchen und zwei Buben des SCM, Trainer Volker Müller und Schwimmern des SSV Bozen. Vor dem Start stand noch ein Wettkampf in Brescia auf dem Programm, dann ging es von Mailand direkt nach Spanien. Dort empfingen uns natürlich Sonne



*Beim Trainingslager an der nördlichen Costa Brava lachte nicht nur die Sonne!*

und blauer Himmel, aber in einem angenehmen Maße. So wurde bei idealen Bedingungen intensiv trainiert und dabei natürlich auch Wert auf die technischen Feinheiten gelegt.

Auch das Freizeitprogramm war vielfältig: Wir konnten uns am Strand und im Meer vergnügen, den Hotelpool nützen oder durch die Stadt bummeln. Ein Höhepunkt war für alle die Besichtigung Barcelonas mit seinen Sehenswürdigkeiten, den Ramblas oder der Sagrada Familia. Auch dem Fußballstadion des CF Barcelona, dem Camp Nou, statteten wir einen Besuch ab. Am Ende des Trainingslagers stand dann ein Wettkampf an, bei dem die Leistungen angesichts der intensiven Trainingswoche durchaus zufriedenstellend waren. Alles in allem durften wir eine abwechslungsreiche Woche verbringen, die uns sportlich forderte, bei der aber auch der Spaß nicht fehlte und die uns noch lange in Erinnerung bleiben wird. Kurs-Infos siehe Seite 13.



*Die Schwimmer des SCM in ihrem „Heimstadion“, das ab 2014 saniert werden soll.*

## Volleyball

# Auf in eine **neue Saison**

## Einschreibungen für Mädchen der Jg. 2002-2005 ab sofort

Die SCM-Sektion Volleyball startet in eine neue Saison, auch dank der Unterstützung der Firma Maia Dentis. Die vergangene Saison war schwierig, nicht zuletzt wegen des plötzlichen Todes unseres Sektionsleiters Michael Seibstock, der über lange Zeit unseren Sport und natürlich den SCM-Volleyball nach Kräften gefördert hat. Neuer Sektionsleiter ist nun Roberto De Checchi. Er führt gemeinsam mit seinem Stellvertreter Francesco Foschi die Geschicke der Sektion. Sportlich standen unsere Jugendmannschaften im Vordergrund: Die Mädchen des U14 Teams haben die Landesmeisterschaft mit dem 2. Platz abgeschlossen, die Mädchen der U13-Mannschaft belegten Platz 3. Ein besonderer Dank geht an Trainer Stefano Crupi, der mit seinen Mädchen eine großartige Arbeit geleistet hat. Unter ihnen war mit Alissa De Giorgio eine Spielerin, die nun zu Pro Patria nach Mailand wechselt. Es könnte für die 14-jährige der erste Schritt zu einer großen Karriere sein. Wir wünschen ihr jeden-

falls alles Gute und viel Glück im neuen Verein. Für die jetzt beginnende Saison 2013-2014 erweitert die SCM-Sektion ihren Trainerstab. Hinzu kommt u. a. mit

Elmar Agosti ein Fachmann, der dank seiner Erfahrung einen grossen Beitrag leisten kann, damit die kommende Spielzeit für unsere Volleyballerinnen eine weitere Steigerung bringt. Mädchen, die zwischen 2002 und 2005 geboren sind und sich für den Volleyballsport begeistern, sollen sich bei uns melden. Informationen erteilt Francesco Foschi (Tel. 328 8999292).



*Neue Führung, neue Ziele: Die Sektion Volleyball plant für die Zukunft.*

## EIN EIGENES KONTO!



[www.BankTheFuture.it](http://www.BankTheFuture.it)

## STARTE IN DEINE ZUKUNFT

**Jetzt Konto eröffnen!**



Der Verkaufsförderung dienende Werbeanzeige. Die Vertragsbedingungen entnehmen Sie bitte den Informationsblättern, die im Internet und den Infopoints bzw. Schaltern Ihrer Raiffeisenkasse zur Verfügung stehen.

**Du hast Wünsche. Wir haben die Wege.  
Gestalte deine Zukunft. Jetzt!**

[www.raika.it](http://www.raika.it)



**Raiffeisen Algrund**

Mehr als eine Bank.

## Turnen Mädchen

„Wir sind vor einer **schwierigen Saison**“

## Sommertraining mit 41 Mädchen / Abriss der Turnhalle Kaiserhof

Zum chronischen Hallenmangel steht der Sektion Turnen nun auch der Abriss der Trainingshalle Kaiserhof ins Haus. Seit vielen Jahren wird sie von den Turnerinnen im SCM intensiv genutzt. „Diese Halle ist unsere wichtigste Trainingsstätte, vor allem für die Wettkampfgruppen. Die Zusammenarbeit mit der Schuldirektion war immer hervorragend. Man kam uns entgegen, wo man konnte.“ sagt Sektionsleiterin Sabine Erckert-Gretzer. Abriss und Neubau der Turnhalle wird einige Zeit beanspruchen. Bis die Sektion die neue Halle wieder in Beschlag nehmen kann, lässt sich derzeit kaum sagen. „Es wird für uns eine sehr schwere Saison.“ ist sich die Sektionsleiterin sicher.

Die Wettkampfgruppen haben wie jedes Jahr ihr Training in eben dieser Halle ohne Pause fortgesetzt. Clio Rossetto hat mit zwei Turnerinnen bereits im Juli das Trainingslager in Cesena aufgesucht, in dem die italienische Nationalmannschaft trainiert. Dort hat sich Clio auf die 3. und schwierigste Stufe der Trainerfortbildung vorbereitet, welche sie nun sukzessive an verschiedenen Wochenenden absolvieren wird. Es war ein sehr lehrreiches Ereignis und für die Turnerinnen Franziska Höllrigl und Julia Gasser eine anstrengende Woche.

Beim Sommertraining in Meran waren 41 Mädchen anwesend, davon auch einige ganz junge und neue Talente. Selbst die Hitze dieses Sommers hat sie nicht davon abgehalten, das intensive Training auf sich zu nehmen. Wie sie alle in diesem Herbst bei der derzeitigen Hallen und Trainersituation unterkommen sollen, ist allerdings noch fraglich. Sabine Erckert-Gretzer: „Selbst die Jüngsten brauchen



Die Sektion Turnen Mädchen braucht Platz, für die vielen Turnerinnen und für die Geräte.

zweimal in der Woche ein Training, um an den VSS-Wettkämpfen und an der GPT-Meisterschaft teilzunehmen. Zudem gibt es jetzt auch in den Wettkampfgruppen sehr unterschiedliche Leistungs-



Sabine Erckert-Gretzer

stufen, die eine individuelle Betreuung notwendig machen.“ Wie immer umfasst das Angebot der Sektion ein umfangreiches Kursangebot für die verschiedenen Altersstufen. Für Neuanmeldungen ist wenig Platz, wenn sich ein Großteil der Kinder des Vorjahres wieder zum Turnen anmeldet. Es fehlt an Hallen und auch an Trainern und Trainerinnen. „Bei den Kursen der Vier- und

Fünfjährigen haben sich bereits bei Kurs Ende viele neue Kinder auf eine Warteliste setzen lassen, damit sie ja sicher wieder einen Platz bekommen.“, sagt Sabine Erckert-Gretzer.

An die 20 Turnerinnen fahren jetzt noch mit den Trainerinnen Clio Rossetto und Lisa Ladurner zum Trainingslager nach Fano, ein Ereignis das jedes Jahr sehr lehrreich ist und den Mädchen großen Spaß macht. Kurs-Informationen siehe Seite 13.



Noemi Longo beim Wettkampf

**klaro**  
gute fahrt • e viaggi bene

Mehr als eine  
Fahrschule

Gute Fahrt auf smarte Art: [www.klaro.bz.it](http://www.klaro.bz.it)

Meran | Lana | Naturns | Schlanders | Mals

Handball

# Ballspielstunde und **Minihandball**

**Der Spaß mit dem Ball soll im Mittelpunkt stehen**

Ein weiteres Jahr Erstligahandball für das Team von Jürgen Prantner, reger Meisterschaftsspielbetrieb in den Jugendklassen und Ballspielstunden und Minihandball für die Kinder, das ist das wie immer breit gefächerte Programm der SCM-Sektion Handball in der kommenden Saison. Der neue Vorstand mit Peter Raffener an der Spitze ist mit Begeisterung bei der Sache und versucht, den verschiedenen Anforderungen gerecht zu werden. „Besonders wichtig ist uns, dass die Kleinen Spaß haben.“, sagt Raffener. Daher wird den Angeboten „Ballspielstunde“ und „Minihandball“ auch besondere Bedeutung beigemessen.

Einmal in der Woche können sich Kinder von fünf bis sieben Jahren richtig austoben. Bei großer Nachfrage soll eine zweite Ballspielstunde angeboten werden. „Wir wollen möglichst eine zu große Gruppe vermeiden.“, sagt Sektionschef Raffener, der gemeinsam mit Michael Mall auch die Gruppen leitet.

Die Ballspiele sind nicht an eine bestimmte Sportart gebunden. Auf spielerische Art und Weise verbessern die Kinder im Laufe des Jahres die Ballbeherrschung, es werden Koordination und Gleichgewichtssinn geschult. Kreative Staffelspiele, tolle Bewegungsparcours, Wurf- und Mannschaftsspiele stehen im Vordergrund. Damit ist gewährleistet, dass die Kinder einerseits Spielregeln kennenlernen und wertvolle Erfahrungen bezüglich des Teamgeistes und des sozialen Verhaltens in der Gruppe sammeln.

Beim Minihandball lernen die Mädchen und Buben die Grundregeln und -techniken des Handballs. Spielerische Übungen dienen dazu, nach und nach den



*Peter Raffener mit seinen Minihandballern*

Handballsport kennenzulernen. Kinder zwischen sieben und neun Jahren sind herzlich zum Minihandball-Training eingeladen. Den Wettkampfsport lernen die kleinen Handballer dann bei den VSS-Turnieren (U10) kennen. Dabei geht es weniger um den Wettkampf als vielmehr um das Erlebnis. Die Kinder lernen, was es heißt sich im Team zu bewegen, in eine Mannschaft einzuordnen, eine Niederlage zu akzeptieren, und natürlich freut man sich auch über die ersten Siege. Betreut werden die Minihandballer von Michael Mall, Miljan Gagovic und Peter

Raffener. Details zu den Ballspielstunden und zum Minihandball siehe unter „Kurse“ (Seite 13).

**Redaktionsschluss  
für die  
Winterausgabe  
von SCM Aktuell  
ist der 20.11.2013**



**»care4u«, die private Unfallversicherung,**

weil 70% der Unfälle in der Freizeit passieren!

Willkommen im Leben.

 **Volksbank**

Werbeinformation. Die Konditionen und Informationsblätter liegen zur Einsicht bei unseren Beratern und in allen unseren Filialen auf bzw. sind unter [www.volksbank.it](http://www.volksbank.it) abrufbar.

Kanu

# Erfolgreiche Saison für die Kanuten des SCM

## Viel Freude und gute Ergebnisse auch im Jugendsektor

Die Kanuten des SC Meran konnten in dieser Saison gleich mehrmals mit absoluten Spitzenergebnissen auf sich aufmerksam machen. Hervorzuheben ist dabei vor allem der zweite Platz von Lukas Mayr beim World-Ranking-Kanuslalom in Ivrea. Das Aushängeschild des Meraner Kanusports musste sich dabei im Kajak-Einer nur dem französischen Kajak-Olympiasieger von 2004, Benoit Peschier, beugen. Dieser Erfolg ist deshalb so hoch einzuschätzen, weil Lukas wegen seines Wirtschaftsstudiums an der Freien Universität Bozen nur ein reduziertes Trainingsprogramm einhalten kann. Trotzdem kann er mit der Slalom-Weltspitze mithalten. Im Juni hatte er bei seinen Heimrennen auf der Passer, dem internationalen Kanuslalom in Meran, die Plätze zwei und drei belegt.

Auch die SCM-Masters haben in dieser Saison einige Erfolge aufzuweisen. Bei den Kanuslalom-Italienmeisterschaften der Master-Kategorien in Subiaco bei Rom holten sie viermal Gold und einmal Silber. Gold gab es für Rosmarie Schmidhammer (Master B/40-45 Jahre), Elke Weger (Master C/45-50 Jahre), Walter Weger (Master D/50-55 Jahre) und für Walter Weger, Georg Herz und Heinz Luther im Kajak-Einer-Teamlauf der Master-D-Klasse (50-55 Jahre). Georg Herz holte in der Master-E-Klasse (55-60 Jahre) Silber.

### Jugend auf dem Vormarsch

Wie die „Alten“, so die Jungen! Alle sieben Nachwuchskanuten des SC Meran, Matthias und Jakob Weger, Martin Unterthurner, Lenz, Michael, Valentin und Jakob Luther haben in dieser Saison gro-



Die SCM-Kanujugend bei der Mannschaftsregionalmeisterschaft.

ße Fortschritte gemacht und sich stark verbessert. Bei einigen wichtigen nationalen Kanuslalom-Rennen in Subiaco und Valstagna belegten sie vorderste Plätze. Matthias Weger (17) hat in diesem Sommer im Kajak-Einer erste Erfahrungen bei zwei Kanuslalom-Großereignissen gesammelt, bei der Junioren-WM im slowakischen Liptovsky Mikulas und bei der Junioren-EM im französischen Bourg Saint Maurice. Bei beiden Wettkämpfen war Matthias aber nicht gerade vom Glück verfolgt. Bei der Junioren-WM unterlief ihm ein großer Fehler, und damit war die Qualifikation für den Finallauf der besten zehn Kajak-Paddler kein Thema mehr. Nach Platz 7 in der Qualifikation hatte er sich darauf berechnete Hoffnungen ma-

chen dürfen. Am Ende musste er sich mit dem 37. Platz begnügen. Auch im Kajak-Einer-Teamlauf mit Marcello Beda und Davide Del Tin lief es mit Platz 9 nicht ganz nach Wunsch. Bei der Junioren-EM in Frankreich verpasste er im Kajak-Einer



Matthias Weger



# AGOSTINI

## ABHOLMARKT FÜR GETRÄNKE, BIER, WEIN UND SPIRITUOSEN

Öffnungszeiten: Mo-Fr 8-12.30 und 13.30-19 Uhr, Sa 8-12 Uhr

T +39 0473 236 222 · F +39 0473 237 255

info@agostinimeran.it · www.agostinimeran.it

Agostini M. & CO. GmbH · Reichsstraße 108, I-39012 Meran

als 31. nach einer gerade erst überstandener Grippe das Halbfinale um eine Hundertstelsekunde. Im Kajak-Einer-Teamlauf (wieder mit Marcello Beda und Davide Del Tin) gab es einen 6. Platz.

Vor der Junioren-WM hat es für Matthias Weger bei der Kanuslalom-Italienmeisterschaft der Junioren in Subiaco bei Rom im Kajak-Einer Doppelgold gegeben. Matthias kürte sich erstmals im Kajak-Einer zum Junioren-Italienmeister in der Altersklasse U18 und holte mit seinem Bruder Jakob und Lenz Luther auch noch die Goldmedaille im Kajak-Einer-Teamlauf. Matthias Weger ist in dieser Saison der große Aufsteiger unter den Kanuten des SCM.

Im Winter verbrachte er unter der Anleitung seines Trainers Hansjörg Mayr viele Stunden in der Kraftkammer, was sich bezahlt machte. Matthias Weger wurde 2013 zum besten Kajak-Paddler Italiens der Junioren-Klasse im Kanuslalom. So gab es u. a. bei den Heimrennen auf der Passer im Kajak-Einer der Junioren einen Sieg und einen zweiten Platz. Auch Matthias' 15jähriger Bruder Jakob hat eine tolle Saison hinter sich. Bei den Heimrennen auf der Passer erreichte er beim internationalen Kanuslalom in Meran im Kajak-Einer der Junioren die Plätze 12 und 7. Bei der Junioren-Italienmeisterschaft in Subiaco belegte er im Kajak-Einer Platz fünf und holte mit seinem Bruder Matthias und Lenz Luther Gold im Kajak-Einer-Teamlauf. Den interregionalen Kanuslalom hatte er im Kajak-Einer in der U16-Klasse einen Tag zuvor überlegen gewonnen. Ein sensationeller

Erfolg ist ihm beim European Junior-Cup im Augsburger Eiskanal gelungen, wo er den U16-Wettkampf im Kajak-Einer gewann. Da Marcello Beda und Davide Del Tin im kommenden Jahr aus Altersgründen wegfallen, könnte sich Jakob Weger gemeinsam mit seinem Bruder Matthias für die Kanuslalom-Junioren-WM 2014 in Australien qualifizieren.

Aber nicht nur Matthias und Jakob Weger haben in dieser Saison einen großen Schritt nach vorne gemacht, das gilt auch für alle übrigen Nachwuchskanu-

Luther (U11) hat im Kajak-Einer bei nationalen Rennen zahlreiche 2. und 3. Plätze herausgefahren. Valentin Luther (U12) hat trotz Verletzungspause im Kajak-Einer ebenfalls mehrere vordere Ränge erreicht. Michael Luther und Martin Unterthurner starteten in dieser Saison im Kajak-Einer erstmals in der U16-Klasse und konnten sich bei nationalen Rennen mehrmals unter den ersten zehn platzieren. In Subiaco haben sie den K1-Teamlauf der U16-Kategorie gewonnen. Lenz Luther, der von dieser Gruppe die



*Hoffnungsvolle Kanutruppe: Die jungen SCM-Kanuten bekommen wieder Oberwasser.*

ten des SC Meran. Die Trainingslager in Ausburg und Valstagna mit Schwerpunkt auf Technik im schweren Wildwasser haben sich bezahlt gemacht. Jakob

größte Erfahrung hat, konnte in Subiaco mit Matthias und Jakob Weger im Kajak-Einer-Teamlauf der Junioren (U18) seinen ersten Italienmeistertitel erringen.



Südtiroler Versicherungsdienst GmbH

**Versicherungsvermittlung gehört  
in die Hände von Profis,  
grundsätzlich und ausschließlich!**

**Kurt Brantsch & Michael Strobl**

39012 MERAN - Gampenstraße 99/F  
Tel. 0473 49 11 00 - Fax 0473 49 11 01  
info@svd.it www.svd.it

**Engros-Verkauf**  
✓ Geschenkpapier  
✓ Maschenbänder  
✓ Fertigmaschen

**PBB**  
PAPIER BÜRO BLAAS CARTA UFFICIO

Fachhandel für Papier- und Schreibwaren  
Büro-, Schul- und Geschenkartikel  
Computerverbrauchsmaterial  
Druckerkartuschen - Nachfüllservice

Meran, Galileistr. 3 | pbb.meran@dnet.it  
Tel. 0473 23 65 43 | Fax 0473 21 21 71

**Gola**

  
www.denoiafish.com

**DE NOIA MECENERO  
CLAUDIO & Co. s.a.s**

Fischhandlung - Geflügel  
Eier - Wild  
Commercio pollame - uova  
pesce - selvaggina

Via Mainardo 5 - Mainhardstr. 5  
Tel. 0473 231999 - Fax 0473 233645  
Meran - Merano



## LA Masters

# Titel und Lob für die Sportclub-Truppe

## Zehnmal Gold bei den Masters-Italienmeisterschaften in Orvieto

Die Ergebnisse der SCM-Athletinnen und -athleten bei den Italienmeisterschaften Ende Juni riefen ein Echo hervor, das über das Vereinsambiente hinausging. So etwa berichtete das Online-Portal des italienischen Verbandes [www.fidal.it](http://www.fidal.it) über den Besuch des Bürgermeisters von Orvieto und erwähnt dabei auch Rudi Freis 400-m-Ergebnis: „Am letzten Abend der Veranstaltung war auch Antonio Conciná, Bürgermeister der Gastgeberstadt Orvieto, im Stadion anwesend und erlebte den Jubel über den Italienrekord von Rudolf Frei (SC

Meran Forst/Volksbank), der in der Kategorie MM65 die 400 m in 1:01.01 Minuten lief.“

Auch ein zweites Leichtathletik-Online-Portal hob die Leistung einer SCM-Teilnehmerin hervor, nämlich [www.webatletica.it](http://www.webatletica.it): „Unter den Frauen setzt die Südtirolerin Ingeborg Zorzi (SC Meran Forst/Volksbank) ihren Höhenflug fort. Mit 1,23 m verbesserte sie ihre erst kürzlich gesprungene Hochsprung-Bestleistung der Kategorie MF65 um drei Zentimeter.“

Insgesamt eroberten die SCM-Teilnehmerinnen und -Teilnehmer je zehn Italienmeister- und -vizemeistertitel. Zudem gab es eine Bronzemedaille. Erfolgreichste SCM-Athletin und -Medaillensammlerin war einmal mehr Waltraud Egger mit dreimal Gold über 800, 1500 und 5000 m. Zwei Einzeltitel holten Silvano Giavara (Hochsprung und Weitsprung) und Inge Zorzi (Hochsprung und 80 m Hürden), je einen gab es für Aldo Zorzi (Weitsprung), Rudi Frei (400 m) und die 4x100 m Staffel mit Amort, Zanol, Giavara und Zorzi.

## World Masters Games

### Das große olympische Sportfest „over 35“

Anfang August stand dann schon das nächste große Event für die erfolgreiche SCM-Truppe auf dem Wettkampfkalender. In Turin fanden die World Masters Games statt. Dabei handelt es sich um das größte Sportfest für Athleten über 35 Jahren. Diese Spiele unter der Schirmherrschaft des Olympischen Verbandes finden alle 4 Jahre statt. Mit 19.000 Teilnehmern waren im Piemont viermal mehr Teilnehmer anwesend als bei einer normalen Olympiade.

Die ersten World Masters Games überhaupt fanden 1985 in Toronto statt. Es folgten die Spiele in Kopenhagen, Brisbane, Portland, Melbourne und Edmonton. 2017 wird es für europäische Athleten wieder eine lange Reise geben: Ziel ist Auckland in Neuseeland. In Turin und weiteren Sportstätten im Piemont wurden Medaillen in 30 Sportarten vergeben. Auch Südtiroler Masters-Leichtathleten

waren dabei und eroberten immerhin fünf Medaillenränge. Albert Rungger (Sarntal) gewann den Halbmarathonlauf in der Kategorie M60 und holte Silber im 10km-Straßenlauf.

### Millimeterentscheidung

Konrad Geiser (M65) vom SCM kehrte mit zwei Medaillen aus Turin zurück: Im 800 m-Lauf fehlten ihm 18/100stel Sekunden zum Sieg. Über 1500 m gewann er Bronze. Mit Paul Zipperle (M45) erzielte ein weiterer SCM-Athlet ein gutes Ergebnis: 5. Platz im Dreisprung, Südtirols bester Marathonläufer, Hermann Achmüller präsentierte sich mit einer starken Leistung im Halbmarathon: In der Kategorie M40 eroberte der Pfälzner Platz 2 und damit die Silbermedaille.

Für die Masters im SCM geht es am 21. und 22. September in Montecatiano bei Macerata weiter. Dort wird die itali-



Erfolgreiches Südtirol-Trio bei den World Masters Games in Turin (v. l.): Konrad Geiser, Hermann Achmüller und Albert Rungger.

enische Mannschaftsmeisterschaft ausgetragen. Der SCM ist mit beiden Teams dabei, denn für das Finale der 24 besten Mannschaften haben sich sowohl die Männer wie auch die Frauen qualifiziert. Seit vielen Jahren ist die Mannschaftsmeisterschaft jenes Ziel, auf das die Masters-Sektion im SCM im Wettkampfsjahr ihr Hauptaugenmerk richtet.



Zielsprint im 800 m-Lauf der Männer M65 bei den World Masters Games. Konrad Geiser (rechts) verpasst die Goldmedaille um 18 Hundertstel.

Bogenschießen

# Der Sommer der Bogenschützen

## FITA- und Hunter & Field-Turniere und das Finale der Jugendspiele

Mit dem Frühsommer gehen die Bogenschützen wieder auf das freie Feld. Die „Hunter and Field“-Turniere beginnen. Einer der ersten Wettkämpfe fand in Sopramonte (Trient) statt, an dem die SCM-Schützen Kurt Larcher und Alexander Huber teilnahmen. Dann folgte Jenesien, wo das schon traditionelle „Trofeo del Gufo“ anstand. 65 Sportler waren gekommen, darunter auch sieben SCM-Athleten. Dieses Jahr wurde ein 24+24 Hunter-and-Field-Turnier abgehalten. Dabei geht das

Turnier über zwei Tage. Beide Male wird auf 24 Zielscheiben geschossen, aber am ersten Tag sind die Distanzen unbekannt, am zweiten Tag bekannt.

Die Meraner überzeugten auch diesmal wieder und erreichten mehrere Podestplätze. In der Kategorie Recurvebogen der Master Männer gab es Silber für Kurt Larcher und Bronze für Manfred Prünster. Bei den 14- bis 16jährigen belegte Etienne Bortolotti Platz 2, Vincent Povic Platz 3. Die Senior-Kategorie Com-

pound der Frauen entschied Sarah Chiti für sich. Paul Moranduzzo belegte bei den Masters Compound Platz 11 und Milanko Kulundzija bei den Masters Blankbogen Platz 4.

Ende August veranstalteten die Innsbrucker Bogenschützen in Seefeld-Leithen das internationale Hirschenturnier Arrowhead 2013. Geschossen wurde auf 24 Zielscheiben (je 3 Pfeile). Trotz des schlechten Wetters nahmen 58 Bogenschützen daran teil, davon zehn aus Meran. Medaillen gab es für Matthias Lang (1., Recurve Schüler), Vincent Povic (2.) und Etienne Bortolotti (3., beide Recurve Kadetten), Serena Fabbriotti (2., Recurve allgemeine), Alexander Huber (3., Recurve allgemeine) und Milanko Kulundzija (3., Blankbogen Senioren).



Die Südtiroler Abordnung beim Finale der Jugendspiele (Giochi della Gioventù) in Silvi Marina

### FITA-Turniere

Auch die FITA-Saison, also die Verbands-wettkämpfe, beginnen im Frühjahr. Bei dieser Art von Wettkampf schießen die Athleten auf einem Sportfeld pro Kategorie auf vier verschiedene Distanzen. Beim ersten dieser Turniere in Mattarello bei Trient nahmen vom SCM Vincent Povic, Matteo Zaffin, Daniel Girardini und Paul Moranduzzo teil. Gold gab es für Matteo (Recurve Ragazzi), Bronze für Daniel (Recurve Giovanissimi) und Silber für Paul (Compound Master). Ein weiteres FITA-Turnier folgte in Rovereto. Da gingen Vincent Povic und Matteo Zaffin an den Start. Matteo sicherte sich in der Kategorie Ragazzi die Goldmedaille.

### Finale Jugendspiele

In Silvi Marina (Pescara) fand heuer das Finale der Jugendspiele statt. Die Gewinner des Ausscheidungsturniers vom 1. Mai in Meran nahmen daran teil. Insgesamt schickte Südtirol zehn junge Bogenschützen zu diesem Turnier. Vier kamen vom SC Meran, und zwar Matteo Zaffin, Eleonora Gruber, Martina Moro und Matthias Lang. Alle schlugen sich achtbar. Matthias Lang verfehlte den 3. Platz nur um einen Punkt, Matteo Zaffin um sieben Punkte. Martina Moro konnte eine Leistungssteigerung verzeichnen, während es für Eleonora Gruber vor allem darum ging, Erfahrung zu sammeln. Es war ihre erste Teilnahme an den „Giochi della Gioventù“. Kurs-Infos s. S. 13.

**Hutter Sport** Der Wanderspezialist  
 Lauben 16 u.18 Meran - Tel 0473 236809  
 www.huttersport.com - info@huttersport.com











-10% für alle Mitglieder des Sportclub Meran -10%

## Orientierungslauf



# „Man darf sich keine Fehler leisten“

Die Weltmeisterschaft in Vuokatti (Finnland) / von Christine Kirchlechner

*Über Stock und über Stein: Vuokatti, eingebettet in der hügeligen, finnischen Seenlandschaft, war Austragungsort der Orientierungslauf-WM 2013.*

Anfang Juli starteten wir nach Finnland zur Weltmeisterschaft im Orientierungslauf.

Alles was man mit Finnland in Verbindung bringt, schlechtes Wetter etwa, Kälte oder die Mückenplage, kann auch ganz anders sein. Wir – Ingemar, meine zweijährige Tochter Linnea und ich – verbrachten jedenfalls tolle Tage im hohen Norden, auch wenn die sportliche Bilanz eher bescheiden ausfiel.

Aber bei einer WM darf man sich eben keine Fehler leisten. Der Reihe nach.

Vuokatti ist ein wunderschöner Ort, vor allem als Wintersportzentrum bekannt, nicht zuletzt wegen seines unterirdischen Skitunnels. Der 2,5 km lange Tunnel wird im Sommer und Winter als Trainingskanal für die Skilangläufer genutzt. Wir waren in landestypischen Blockhäusern untergebracht, mit Sauna, versteht sich. Pro Appartement eine! Die Blockhäuser liegen an einem kleinen See, aber schließlich waren wir ja im Land der 1000 Seen.

Das Wetter war traumhaft. Viel Sonne

und beinahe mediterrane Temperaturen. Mitunter gab es kurze Regenschauer, die aber immer wieder schnell von der Sonne abgelöst wurden. Auch von der gefürchteten Mückenplage war kaum etwas zu bemerken. Ich hatte einige Trainingstage eingeplant, um mich an die Verhältnisse zu gewöhnen. Mit gutem Gefühl, auch weil ich läuferisch nicht schlecht in Form war, ging ich relativ ruhig in die Qualifikation für die Langdistanz über 7,5 km. Bis Kilometer vier lief es recht gut. Zwischenzeitlich überholte mich Minna



BY OSKAR-LIGHT

LICHT-, AUDIO- UND  
VIDEOTECHNIK

Tel. +39 0473 270089  
[www.byoskar-light.it](http://www.byoskar-light.it)



Kauppi aus Finnland, eine der besten Orientierungsläuferinnen der Welt. Als ihr in der Nähe eines Postens ein Fehler unterlief, konnte ich sie sogar wieder etwas distanzieren. War es das, was mich ablenkte, oder war ich nach einer langen Laufpassage durch ein sehr sumpfiges Gelände zu müde? Ich kann es nicht sagen, jedenfalls legte ich beim darauffolgenden Posten eine längere Suchaktion ein, auch weil ich ein Detail auf der Karte falsch interpretiert hatte. Da war mir klar, dass es für das Finale wohl nicht mehr reichen würde. Mein Ärger und vor allem die Enttäuschung im Ziel waren riesengroß, umso mehr als sich am Ende herausstellte, dass ich die Qualifikation nur um drei Minuten verpasst hatte.

Am nächsten Tag stand die Qualifikation für die Sprintdistanz an. Ich nahm nur daran teil, weil es für die Langdistanz nicht gereicht hatte. Wider Erwarten gelang mir diesmal der Einzug ins Finale. Start und Ziel waren in einer mit Fans randvoll gefüllten Baseball-Arena. Ein tolles Erlebnis! Um den Parcours schwieriger zu gestalten, hatten die Organisatoren mehrere hundert Laufmeter an strategischen Punkten an unpassierbaren Zäunen aufgestellt, so dass die Routenwahl wirklich eine Herausforderung war. Das Ergebnis war für mich bei diesem Wettkampf mehr oder weniger zweitrangig. Es war einfach toll, dabei sein zu dürfen. Für einen Sprintwettkampf von rund 13 Minuten war ich läuferisch nicht vorbereitet. Ich setzte alles auf meine Paradedisziplin: die Mitteldistanz. Das Gelände des Qualifikationswettkampfes war geprägt von kleinen, dicht bewachsenen Kuppen, Felsen und kleinen Mulden. Der Start war gut, aber dann passierte mir wieder ein Fehler: Ich traf eine falsche Entscheidung bei der Routenwahl und verlor völlig den Faden. Wahrscheinlich hatte ich noch die Enttäuschung des ersten Wettkampfes im Kopf. Ich hatte auch diesen Wettbewerb

in den finnischen Sand gesetzt und wollte mich am liebsten Sportarten wie Wettstricken oder Kirschkerne weitspucken widmen!

Aber es stand ja noch das letzte Rennen an, der Staffelwettkampf. Dieser sorgte dann doch noch für einen versöhnlichen Aus-



*Christine Kirchlechner, hier im Duell mit einer Konkurrentin aus Japan, war bei vier Wettkämpfen im Einsatz.*

klang der WM. Unsere Startläuferin kam mit einem guten Mittelfeldplatz zurück und schickte mich mit einem akzeptablen Rückstand auf die Topteams ins Rennen. Mein Lauf war dann definitiv der beste der Woche. Ich machte weitere Plätze gut, bis auf Rang 11, nur wenige Meter hinter der Läuferin aus Kanada. Unsere Schlussläuferin hielt dann den 11. Platz. Mit so einer Platzierung hatten wir nie und nimmer gerechnet, vor allem, weil wir einige sehr stark eingeschätzte Teams hinter uns ließen. Es war dies auch das beste WM-Ergebnis einer italienischen Staffel, so wie vor zehn Jahren in der Schweiz (ebenfalls 11. Platz).

Ein WM-Höhepunkt war dann das Abschlussfest. In der Orientierungslaufszene ist es üblich, dass sich die Nationen dabei in fantasievollen Verkleidungen präsentieren. Hauptsache lustig und originell. Die Finnen erschienen als Sumo-Ringer, ihre weiblichen Kolleginnen als Rockstars in Highheels. Wir hatten uns mit weißem Tüllrock und viel Rosa herausgeputzt. Es wurde dann ein langer und lustiger Abend und für mich auch ein versöhnlicher Abschluss einer WM, die nicht ganz nach Wunsch gelaufen war!

## Eiskunstlauf

# Sommertraining

Wenn der Sommer so heiß ist, wie der vergangene, dann macht Eiskunstlauftraining besonders viel Spaß. Die SCM-Gruppe war ab Mitte Juli in der Eishalle in Latsch im Einsatz. Ab 12. August war dann wieder „Heimtraining“ angesagt, nämlich in der Eishalle der Meranarena, die heuer etwas später als gewohnt ihre Tore geöffnet hat.

Das Sommertraining bot wie jedes Jahr Athleten und Trainern aus verschiedenen Nationen die Gelegenheit, Erfahrungen auszutauschen und voneinander zu lernen.

Heuer waren Trainer und Athleten, darunter auch Profis, aus Russland, der Ukraine, Tschechien, Spanien und Deutschland mit dabei. Die italienischen Teilnehmer kamen u. a. aus Rom, Bologna und Bozen.





lauben 337 portici  
tel. 0473 23 77 33

# bikes & fun

bikes & special parts  
cycle equipment & clothes  
repair service

[www.bikepoint.com](http://www.bikepoint.com)












Badminton

# Das vielseitigste **Spiel der Welt**

## Badminton und Tennis, ein wissenschaftlicher Vergleich

Was macht Badminton eigentlich aus? Welche Eigenschaften erfordert dieser Sport? Um diese und andere Fragen in Zusammenhang mit Badminton zu beantworten, bietet sich der Tennissport als Vergleich an. Eine wissenschaftliche Untersuchung dänischer Sportjournalisten stellte ein Tennismatch einem Badmintonduell gegenüber. Was dabei herauskam, das verraten wir Ihnen im folgenden Beitrag.

Badminton ist ein Spiel das den ganzen Körper fordert. Du brauchst Schnelkraft, Konzentration, große Kondition, Feingefühl beim Schlagen, Koordination beim Laufen und eine gehörige Portion Raffinesse, um deinen Gegner zu besiegen. All diese Dinge unter einen Hut zu bringen, hört sich ziemlich kompliziert an, ist aber möglich. Die Badminton-Asse beweisen es. Ach ja, das sollte man auch noch beachten: Badminton ist eine der schnellsten Sportarten der Welt, denn es werden Geschwindigkeiten von bis zu 370 km/h erzielt.

### Fast wie ein Zehnkämpfer

Ein Badmintonspieler hätte wahrscheinlich auch in vielen Leichtathletikdisziplinen eine Chance, denn er muss die Ausdauer eines Marathonläufers haben, so schnell sein wie ein Sprinter, die Sprungkraft eines Hochspringers besitzen und Kraft im Arm haben wie ein Speerwerfer. Das allein aber genügt nicht: Er braucht die Schlagstärke eines Schmiedes und die Gewandtheit eines Zirkusartisten, sollte reaktionsschnell sein wie ein Fechter und konzentriert wie ein Schachspieler.

Noch etwas? Ja, die Menschenkenntnis eines Staubsaugervertreeters, die psychische Härte eines Arktisforschers, die Nervenstärke eines Sprengmeisters, die Rücksichtslosigkeit eines Kolonialherren, die Besessenheit eines Bergsteigers und die Phantasie eines Künstlers. „Weil diese Eigenschaften so selten in einer



*Wer Badminton spielt, muss viele Eigenschaften aus anderen Sportarten in sich vereinen.*

Person versammelt sind, gibt es so wenig gute Badmintonspieler.“, schreibt Martin Knupp im Yonex-Badminton-Jahrbuch 1986.

Diese Ansprüche werden, zumindest was die körperliche Fitness betrifft, durch einen wissenschaftlich Vergleich dänischer Sportjournalisten untermauert. Verglichen wurde das Badminton-WM-Finale von 1985 in Calgary zwischen Han Jian (China) und Morten Frost (Dänemark)

mit dem Tennis-Endspiel von Wimbledon im gleichen Jahr zwischen Boris Becker und Kevin Curren. Die Analyse beider Spiele liefert interessante Hinweise auf die Belastung bei beiden Sportarten: Bemerkenswert ist vor allem die Tatsache, dass die Badmintonspieler in weniger als der Hälfte der Zeit etwa zweimal so viel liefen und etwa doppelt so viele Ballberührungen hatten. Dies ist allerdings vor dem Hintergrund der Tatsache zu sehen, dass Tennisspiele auf Rasen wie das hier zum Vergleich herangezogene Wimbledon-Finale in dieser Beziehung für die Sportart Tennis eher untypisch sind. Besonders bei aufschlagstarken Serve-and-Volley-Spielern wie Becker und Curren sind auf diesem Belag die Ballwechsel und damit die Laufwege extrem kurz mit entsprechend geringerer Belastung.

	Tennis: Becker – Curren	Badminton: Han – Frost
Ergebnis	6:3, 6:7, 7:6, 6:4	14:18, 15:10, 15:8
Spielzeit	3 Stunden 18 Minuten	1 Stunde 16 Minuten
Reine Spielzeit	18 min	37 min
Insgesamte Ballwechsel	299	146
Schläge	1004	1972
Berührungen pro Ballwechsel	3,4	13,5
Strecke gelaufen	ca. 3,2 km	ca. 6,4 km



## Leichtathletik

# Fünf Landesmeistertitel

## SC Meran zum 20. Landesmeistertitel im Jugend-Cross

Mit einer Krönung gingen heuer die Landesmeisterschaften im Berglauf (Einzel und Mannschaft) zu Ende. Die Mannschaftswertung ging wieder in überlegener Manier an die jungen Läufer und Läuferinnen um Trainer Hans Ladurner. Es war dies übrigens der 20. Sieg, ein Jubiläum also!

Um den Landesmeister 2013 im Berglauf zu ermitteln, wurden von den insgesamt fünf Läufen (Eppan, Mölten, Kaltern, Völser Weiher, Branzoll) die Ergebnisse der drei besten Läufe für die Einzelwertung herangezogen. Alle fünf Läufe zählten hingegen für die Mannschafts-Gesamtwertung. Mit mehr als 250 Athleten gab es auch heuer wieder ein starkes Teilnehmerfeld. Allein 72 Läufer und Läuferinnen stellte der SCM.



Anna Menz ist die Landesmeisterin über 60 Meter Hürden.



Emma Elisabeth Garber hat alle fünf Bergläufe der Landesmeisterschaft gewonnen.

Unsere Landesmeister 2013 heißen Klara Fischnaller (U18), Philipp Agostini (U18), Emma Elisabeth Garber (U14) und Valentino Melle (U10).

Die 12jährige Emma Elisabeth Garber hat sogar als einzige Athletin in dieser Saison alle fünf Bergläufe der Landesmeisterschaft für sich entschieden. Ein großer Dank an alle, die zu diesem Erfolg beigetragen haben, einschließlich der Eltern und Betreuer.

17 Vereine scheinen in der Mannschaftswertung auf. Der SCM Forst-Volksbank hat mit 8933 Punkten doppelt so viele wie der zweitplatzierte Club Eppan-Berg (4356 Punkte). Auf den weiteren Plätzen folgen Sarntal, die LG Schlern und Mölten. Endwertung 3 von 5 Läufen: Da gab es 17 Podestplätze bei den U14- und U16- Landesmeisterschaften.

### Landesmeisterschaften

Ein organisatorisches Mammutprogramm hatte die Sektion im Sommer zu absolvieren. Zuerst die Einzel- und Mannschaftsregionalmeisterschaften der Masters, bei denen – etwas überraschend – die Mannschaftswertung der Männer gewonnen wurde, gleich darauf auch

noch die Landesmeisterschaften der U14- und U16-Kategorien. Einen großen Dank an die meist immer gleichen Mitarbeiter für den tatkräftigen Einsatz. Ohne diese Hilfe wäre es nicht möglich gewesen, den knapp 300 jungen Athleten ein Programm nach Maß zu bieten. Die äußeren Bedingungen waren ideal. Es war warm, mitunter heiß, aber windstill. Fast alle unsere Athleten erreichten persönliche Bestleistungen (PB). Michael Albrecht schaffte über 300 m sogar die Norm für die U16-Italienmeisterschaft. Bei den U14- Athleten gibt es noch keine staatsweiten Titelkämpfe.

Hier die SCM-Landesmeister 2013 der Kategorie U14: Emma Elisabeth Garber über 1000 m, Anna Menz über 60 m Hürden, Sara Buglisi über 2000 m Gehen. In der Kategorie U16 gab es zwei Siege. Beide Titel gewann Markus Gamper (Kugelstoßen und Speerwurf).



Sara Buglisi (mit Nr. 8) und Michael Albrecht

2. Plätze holten Lea Pircher (U16), 2000 m, Michael Albrecht (U16), 300 m, Anna Menz (U14), 60 m, Vera Chiusole (U14), 1000 m, Julia Mair (U14), 60 m Hürden u. Vortex, Lukas Berteotti Lukas (U16), 300 m Hürden, Felix Pircher (U14), Vortex.

3. Plätze holten Jonas Raffl Jonas (U16), 1000 m, Laura Maria Siller (U14), 1000 m, Lea Pircher (U16), 1000 m, Giulia Bertoncetto (U16), Kugel.

[www.luther.it](http://www.luther.it)

Pflanzen, unser Leben





# SCM-Laufparade im Montiggler Wald



# Immer ein Erlebnis.



Genießen Sie die Herbstsonne bei einer genüsslichen Mountainbike Tour auf Meran 2000. Von der Bergstation der Seilbahn aus führen breite Panoramawege durch den Wald und über Jöcher, hin zu Hütten mit einladenden Sonnenterrassen und gutbürgerlicher Küche.

## **Öffnungszeiten Bergbahn Meran 2000:**

September bis einschließlich 3.11.2013 von 9.00 bis 17.00 Uhr

Abfahrt alle 15 Min. - ohne Mittagspause -  
Radtransport zu jeder Zeit mit eingebautem Radständer.



Immer ein Erlebnis.

## **Bergbahnen Meran 2000**

Naiftalstraße 37

39012 Meran

Tel. 0473 234 821

[www.meran2000.com](http://www.meran2000.com)