



Schießsport Kurier

Ausgabe 216

10. August 2010



ISSF-Weltschütze Sidi überragt auch bei WM

Drei Medaillen in den Olympischen Disziplinen konnte Peter Sidi theoretisch gewinnen. Wie stark der Ungar in Form ist, demonstrierte er bei den 50. Weltmeisterschaften im Sportschießen eindrucksvoll. In allen drei Entscheidungen war der „Weltschütze des Jahres 2009“ in den Finals auf der Olympiaschießanlage von 1972 in München-Hochbrück vertreten. Er holte Gold mit dem Freien Gewehr, Silber mit dem Luftgewehr und



Peter Sidi besuchte Geschäftsführer Jürgen Strittl. (re.) am headstart-Stand auf der WM.

wurde im Liegendkampf Vierter. Peter Sidi, der auf die Unterstützung des konzentrationsfördernden Getränkes headstart setzt, ist Ende 2010 ein klarer Anwärter, erneut Schütze des Jahres zu werden.

Mit Sonja Pfeilschifter hat eine weitere Schützin, die auf Headstart setzt,



Sonja Pfeilschifter freute sich über Sportgewehr-Silber.

bewiesen, dass sie nach wie vor zu den Besten ihres Fachs auf der Welt gehört. Die Ismaningerin war bei der Heim-WM sehr unglücklich mit dem Luftgewehr am Einzug ins Finale gescheitert. „Vor der Entscheidung mit dem Sportgewehr habe ich meine Einstellung geändert“, sagte die 39-Jährige und nahm sich damit den übergroßen Druck. „Außerdem war ich froh, dass Wind aufkam.“ Denn bei schwierigeren Bedingungen weiß sich die erfahrene Gewehrschützin besser in Szene zu setzen. Diesmal gelang das Unterfangen: Nach 585 Ringen zog sie als Zweite ins Finale ein, reduzierte mit starken 100,4 Ringen noch den Abstand auf Siegerin Barbara Lechner und feierte gemeinsam mit ihrer deutschen Kollegin den Doppelsieg.

**Höher!
Schneller!
Weiter!**

**SYMPOSIUM
für Ausdauersport
27. bis 29. August 2010**

AVIVA Ressort
St. Stefan am Walde (OÖ)

„Um langfristig Erfolge zu erzielen, ist es wichtig, immer wieder mal zu analysieren, wo man steht, wohin man sich entwickeln möchte und welche Möglichkeiten es dazu gibt - das gilt sowohl im täglichen Business als auch im Sport. Wie schaut ein effizientes Training aus? Wie geht man mit Sportverletzungen um? Welchen Einfluss hat die Ernährung auf die persönliche Leistung? All das und noch viel mehr werden anerkannte Experten bei diesem Symposium beleuchten, bei dem sicherlich auch der Spaß an der Bewegung nicht zu kurz kommen wird. Ich wünsche allen Teilnehmern dieses Symposiums viele wertvolle neue Erkenntnisse, ein unterhaltsames Zusammensein mit Gleichgesinnten und ein verletzungsfreies Sportleben.“

Dr. Franz Gasselsberger, MBA



**Höher!
Schneller!
Weiter!**

In der Trainingswissenschaft für Ausdauersport konnten in den letzten Jahren in unterschiedlichen Fachgebieten wichtige Erkenntnisse und Erfahrungen gewonnen werden.

Wir laden Trainer, Lehrwarte, Hobby- und Leistungssportler ein, sich darüber aus Expertenhand zu informieren.

Die versiertesten Trainer, Ärzte und Sportwissenschaftler Österreichs werden ihr Know-how präsentieren: Vom Krafttraining über Ausdauertraining, Ernährung und Leistungsdiagnostik bis hin zu spezifischen Trainingsmethoden zur Leistungsoptimierung. Ergänzt wird das Programm um Aktiveinheiten und Know-how zu Organisation und Vermarktung.

Ziel ist es, Sportler zukünftig noch besser bei ihrer Leistungs-Optimierung zu unterstützen. Mit einer Trainingsgestaltung, die die langfristige körperliche Gesundheit und Fitness der Sportler im Auge behält.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Maximilian Karlsböck & das Team von maxfitness

Ehrenschutz:

Dr. Franz Gasselsberger, MBA

Generaldirektor der Oberbank AG

Dir. Johannes Kainberger, MBA MPA

Direktor und Geschäftsführer der Body&Health Academy GmbH

Präsident des Österreichischen Gesundheits- und Sozialforums

Teilnehmerbeitrag:

3 Tage: 275,-

2 Tage: 195,-

1 Tag (Samstag): 115,-

1 Tag (Freitag, Sonntag): 105,-

Anmeldeschluss (Zahlungseingang): Freitag, 20. August 2010 | Frühbucherbonus bei Anmeldung und Zahlung bis 31. Juli 2010: 5%

Im Teilnehmerbeitrag sind Seminarteilnahme und Teilnehmerunterlagen inkludiert. Nicht inkludiert sind Mittag- bzw. Abendessen, Getränke, Besuch des Wellnessbereiches und Übernachtungskosten.

▶ **SEMINARORT:**

Hotel AVIVA****

4170 St. Stefan am Walde

OÖ, Österreich

▶ **ANMELDUNG UND INFORMATION:**

Maxfitness gesundheitszentrum

Sportpark 1, A-4111 Walding

Telefon +43 (0) 7234 85600 Fax: 85600-20

E-Mail: studio@maxfitness.at

WEB: www.maxfitness.at

▶ **BANKVERBINDUNG:**

Oberbank BLZ 15000

Konto-Nummer: 721056711

IBAN: AT691500000721056711

BIC: OBKLAT2L

▶ **ZIMMERBUCHUNG:**

Hotel AVIVA****

Tel: +43 (0) 7216 37600

E-Mail: info@hotel-aviva.at

WEB: www.hotel-aviva.at

PROGRAMM SYMPOSIUM

**Höher!
Schneller!
Weiter!**

Fr, 27.8.2010	Lobby	Seminarraum 1	Seminarraum 2	Seminarraum 3	Aktiveinheit
12.00 - 14.00	Check-In				
14.00 - 14.30		Höher! Schneller! Weiter! 3 Tage im Zeichen des Ausdauersports <i>Maximilian Karlsböck</i>			
14.30 - 16.00		Trainingssteuerung mit Laktat und sportmedizinische Begleituntersuchungen <i>Dr. Alfred Fridrik</i>	Kniebeschwerden aus der Sicht des Osteopathen <i>Hans Meirhofer</i>		Aquajogging Schwimmbad <i>Maximilian Karlsböck</i>
16.00 - 16.30	Pause				
16.30 - 18.00		Nichtmedikamentöse Therapie von Sportverletzungen <i>Dr. Andreas Scheuer</i>	Trainingsaufzeichnung und Dokumentation <i>Mag. Walter Wiesinger</i>	Vom Sportler zum Trainer durch Erfolge! <i>Hubert Gantioler</i>	Krafttraining Fitnessraum <i>Maximilian Karlsböck</i>
18.00 - 20.00	Abendessen				
20.00 - 21.30		Trainingsteuerung für Ausdauersportarten mit Schwerpunkt Periodi- sierung im Hobby- und Leistungssport <i>Mag. Romuald Schönfeld</i>			
ab 21.30	AVIVA Disco				
Sa, 28.8.2010	Lobby	Seminarraum 1	Seminarraum 2	Seminarraum 3	Aktiveinheit
9.00 - 10.00	Check-In				
10.00 - 10.30		Ausdauerpool Austria <i>Mag. Dagmar Kuttelwascher</i>			
10.30 - 12.00		Ernährung und Regene- ration im Hobby- und Leistungssport <i>Max Mittermayr</i>	Richtiges Muskeltiming in Theorie und Praxis <i>Otto Eder</i>	Wie trainiere ich meine Kunden – rechtlich - rich- tig? Ausgewählte Fragen zur Vermeidung von Haftungsproblemen <i>Mag. Hartmut Gräf</i>	Kraft-Ausdauer-Training im Wasser Schwimmbad <i>Maximilian Karlsböck</i>
12.00 - 13.30	Mittagessen				
13.30 - 15.00		„Sinn und Unsinn im Ausdauersport - Durch gezieltes Training zum Erfolg“ <i>Dr. Stefan Hainzl</i>	Leistungssteigerung durch Gehirnintegration <i>Regina Leibetseder</i>		Skike-Technik Hotel-Eingang <i>Otto Eder</i>
15.00 - 15.30	Pause				
15.30 - 17.00		Biomechanik im Ausdauersport <i>Maximilian Karlsböck</i>	Muskelfunktion: Test und Training <i>Herwig Bremberger</i>	Eventorgansation <i>Ewald Tröbinger</i>	Core-Trainings mit Aerotep Gymnastiksaal, max. 20 TeilnehmerInnen <i>Max Mittermayr</i>
17.00 - 17.30	Pause				
17.30 - 19.00		Spezielle Trainingsplanung im Bike- und Radsport <i>Karl Hammerschmid</i>	Trainingsplanung im Laufsport <i>Maximilian Karlsböck</i>		
19.00 - 21.00	Abendessen				
ab 21.00	AVIVA-Disco				
So, 29.8.2010	Lobby	Seminarraum 1	Seminarraum 2	Seminarraum 3	Aktiveinheit
9.00 - 10.00	Check-In				
10.00 - 10.30		Sport im Verein <i>Mag. Jürgen Berger</i>			
10.30 - 12.00		Auf der Suche nach dem entscheidenden Vorteil <i>Robert Weinhofer</i>	Volle Power durch optimale Regeneration <i>Anja Schreiber & Markus Henisch</i>		Yoga zur Leistungssteige- rung im Ausdauersport Gymnastiksaal <i>Claudia Wöss</i>
12.00 - 13.30	Mittagessen				
13.30 - 15.00		Triathlontraining vom Anfänger zum Leistungs- sport, vom „Sprinter“ zum „Ironman“ <i>Mag. Thomas Doblhammer</i>	Sportartspezifisches Krafttraining <i>Maximilian Karlsböck</i>		„Optimierung der Sitzpo- sition“ Hotellhalle <i>Robert Weinhofer</i>
15.00	Ende der Veranstaltung				

DIE REFERENTEN:

Mag. Jürgen Berger	Landesgeschäftsführer Sportunion OÖ
Herwig Bremberger	Staatl. gepr. Fitnesstrainer; Referent an div. Ausbildungsakademien
Otto Eder	skike-Erfinder, Sportartikelentwickler und Leiter der skike-Schule Austria
Mag. Thomas Doblhammer	Sportwissenschaftler und Schwimmlehrwart
Dr. Alfred Fridrik	Allgemeinmediziner und Sportarzt, sportmedizinische Untersuchungsstelle des Landes OÖ und des IMSB, Verbandsarzt und Antidopingbeauftragter der Ö.Triathlon- und des OÖ.Leichtathletikverbandes
Hubert Gantioler	Extremsportler (Triathlon und Ultralangstreckenlauf); Weltrekorde im Höhenlanglauf und Berglauf. Trainer und Betreuer von Gesundheitssportlern und Weltmeistern; Referent an der Body & Health Academy.
Mag. Hartmut Gräf	Betreiber einer Rechtsanwaltskanzlei in Kirchdorf/Krems, staatlich geprüfter Lehrwart für Fitness und Teakwondo
Dr. Stefan Hainzl	Arzt für Allgemeinmedizin, Sportmedizin, Akupunktur, Chirotherapie, Neuraltherapie & Osteopathie; ÖSV-Teamarzt Skisprung und Nordische Kombination
Karl Hammerschmid	Landestrainer des oö. Radsportverbandes
Maximilian Karlsböck	Geschäftsführer maxfitness gesundheitszentrum, Obmann Ausdauerpool Austria, Trainer
Mag. Dagmar Kuttelwascher	Marketing Ausdauerpool Austria
Regina Leibetseder	Gehirn-Integrations-Kinesiologin, gewerbl. Heilmasseurin
Hans Meirhofer	Dipl. Physiotherapeut und Osteopath; Betreuer zahlreicher Spitzensportler wie David Coulthard, Markus Hipfl, Merlyne Ottey, Marc McKoy, Ursula Sinzinger etc.
Max Mittermayr	Staatl. gepr. Diplom-Fitnesstrainer, dipl. Ernährungsberater und Vitalstoffexperte; Betreuer zahlreicher Staats- und Weltmeister; Referent an div. Ausbildungsstätten
Dr. Andreas Scheuer	Allgemeinmediziner mit den Schwerpunkten Akupunktur, Neuraltherapie und manuelle Medizin bei Sportverletzungen und Schmerzen im Bewegungsapparat; Lehrbeauftragter für Akupunktur
Mag. Romuald Schönfeld	Leistungsdiagnostik und Trainingssteuerung von Ausdauersportlern; Sportwissenschaftlicher Leiter der Body&Health-Akademien OÖ, Wien, Graz und Dornbirn; Trainer im ÖRV, OÖRV und der Skihandelsschule Schladming
Anja Schreiber & Markus Henisch	Betreiber einer Praxis für Physiotherapie und ganzheitliche Gesundheit; Sportler
Ewald Tröbinger	Organisator des OMV Linz Donau Marathon; Marathonläufer und Triathlet
Robert Weinhofer	Badminton Übungsleiter, Leichtathletik Lehrwart, akad. Body Vitaltrainer; Bewegungsanalytiker für ASICS International, Intersport Austria und div. Fachhändler; Läufer und Duathlet.
Mag. Walter Wiesinger	SUUNTO Austria
Claudia Wöss	akad. Body-Vital-Trainerin, Yoga-Trainerin