

JAHRESBERICHT

2014



KARIN WALKNER

Vereinsleitung



Nach dem euphorischen Jahr 2013 und den vielen Lobgesängen, im Speziellen auf die Leichtathletikgala und den Cityjump dachten wir - jetzt wird's einfacher. Wir wurden für unsere Naivität nicht ganz belohnt, aber wir haben gelernt was funktioniert und was nicht. Die letzten Jahre haben uns mit dem intensiven Vereinsleben, den vielen Veranstaltungen und dem eingeschlagenen hohen Niveau sehr gefordert. Abstriche zu machen fällt uns schwer,- welche Themen & Veranstaltungen packen wir an, welche nicht? Diese Entscheidungen sind nicht einfach, weil wir mit großem Herz dabei sind, und das was wir machen gerne professionell angehen.

Aufwind verliehen uns die Leistungen unserer AthletInnen. Gesamt 38 Medaillen bei Österreichischen Meisterschaften, erfreulich das tolle Comeback von Hürdensprinterin Stephanie Bendrat - die Erfolge des U16-Teams um Csaba Szekely sowie die starken Leistungen unserer Topathleten Matthias Kaserer, Michaela Egger, Andrea Lindenthaler und Michaela Sturm. Sie sind tolle Vorbilder und zeigen unseren Jugendlichen wie fordernder Beruf und Leistungssport vereinbar sind. In den letzten Jahren bildete sich ein sehr sympathisches Miteinander, das stimmt uns sehr positiv!

Die USLA-LeistungssportathletInnen sind in Österreich vorne platziert - bei den Männern rangieren Roland Kwitt, Simon Asare und Matthias Kaserer unter den Top 3 ihrer Disziplin, bei den Frauen Stephanie Bendrat, Michaela Egger, Andrea Lindenthaler und Michaela Sturm. 20 weitere Top-10 Plätze freuten uns 2014 sehr.

Über 150 Kinder und Jugendliche waren beim Trainingsauftakt der USLA-Nachwuchsgruppen. Der Großteil davon möchte sich einfach gerne in einer Gruppe mit Programm bewegen. Diese Breitensportaufgabe übernehmen wir nun seit einigen Jahren - dafür „mussten“ wir 2014 acht neue ÜbungsleiterInnen gewinnen.

Ab 2015 wird es nach zehn Jahren Pause wieder einen Landestrainer in der Sbg. Leichtathletik geben. Auf Grund des starken Andrangs im Nachwuchs eine dringend notwendige personelle Aufwertung und Absicherung des Leistungssports im SLV.

Es bleibt wie jedes Jahr spannend - wir wollen die Leichtathletik nicht nur erhalten, wir wollen zeigen, was in ihr steckt. Somit „No risk No fun“ - eine ruhige Kugel werden wir auch 2015 nicht schieben.

Ich wünsche uns Kraft und allen AthletInnen eine gesunde, erfolgreiche Saison 2015!

Redaktion: Karin Walkner

Grafik: Manuela Walkner

Bildrechte:

Renate Maier, Foto Plohe, Johannes Brunner

Foto Schaad, Stefan Aigner, Christian Maislinger

Folgt uns auf:

www.us-la.net

www.facebook.com/USLeichtathletik



www.salzburger-leichtathletikgala.at

www.facebook.com/SalzburgerLeichtathletikgala

WIR DANKEN UNSEREN TREUEN VEREINSSPONSOREN FÜR EIN WEITERES JAHR DER UNTERSTÜTZUNG!



Einen persönlichen Dank möchten wir an unseren Mäzen Waldemar **Berger** und unseren Präsidenten Peter **Haubner** richten, die uns immer wieder unterstützen das jährliche Vereinsbudget aufzustellen. Waldemar hat heuer das OK-Team der LA-Gala nach Zürich zu den Europameisterschaften eingeladen - das war SPITZE! Ein besonderer Dank gilt Wolfgang **Becker**, dem Direktor des USLZ-Rif der sich über die Maßen für die Leichtathletik engagiert und den Großteil der Sponsoren für die Salzburger Leichtathletikgala aquiriert.

Dem **Salzburger Leichtathletikverband**, der uns im Kampfrichterwesen tatkräftig unterstützt und so die Durchführung aller Stadionwettkämpfe sicher stellt, angefangen von der Aktion LAMS & schnelle Beine, über diverse Landesmeisterschaften bis hin zu Großereignissen wie der Gala und den Österreichischen Meisterschaften. DANKE an EUCH!

Wir möchten uns auch bei unseren Fans und allen bedanken, die sich für den Verein und die Athleten ins Zeug werfen und oft ein offenes Ohr für uns haben.

Impressum

Jahresbericht 2014

Herausgeber:

Union Salzburg Leichtathletik

Ulrike Gschwandtner Straße 6, 5020 Salzburg

office@us-la.net // www.us-la.net

ZVR 813 584 718

Bestenliste 2014

MÄNNER

60m Halle

6,94 Roland Kwitt
7,02 Lukas Reiter

100m

10,62 Roland Kwitt
11,38 Julian Bergmüller
11,49 Enno Vogel
11,55 Michael Hittenberger
11,56 Isaac Asare
11,73 Michael Pusterhofer

200m

23,27 Julian Bergmüller
23,72 Isaac Asare

300m

37,49 Isaac Asare

400m

54,98 Julian Bergmüller
57,03 Martyn Bowen

800m

2:17,18 Martyn Bowen

1.000m

2:46,48 Markus Zauner

5.000m

18:05,14 Markus Zauner

110m Hürden

15,75 Julian Bergmüller
16,60 David Kreuzhuber

400m Hürden

60,82 Julian Bergmüller



Hochsprung

2,02 Simon Asare
1,80 Isaac Asare
1,79 Julian Bergmüller

Weitsprung

6,76 Alexander Leprich
6,72 Florian Maier
6,70 Julian Bergmüller

Dreisprung

14,12 Alexander Leprich

Stabhochsprung

4,30 Michael Pusterhofer
4,15 Tobias Wunsch
3,40 Julian Bergmüller
3,30 Florian Maier

Kugel - 7,26 kg

13,84 Eniz Sahbegovic
12,61 Matthias Kaserer
12,09 Markus Haller
13,74 Florian Maier (5 kg)

Diskus - 2 kg

35,87 Eniz Sahbegovic
38,03 Florian Maier (1,5 kg)

Hammer

54,40 Heimo Viertbauer (4 kg)

Speer

72,69 Matthias Kaserer
50,40 Eniz Sahbegovic

4 x 100m

46,32 Kreuzhuber, Bermüller,
Leprich, Hittenberger

Zehnkampf

5.743 Julian Bergmüller
11,63 / 6,32 / 10,23 / 1,79 / 54,98
15,75 / 31,32 / 3,40 / 41,75 / 5:16,72

FRAUEN

60m Halle

7,74	Carolina Petran
8,17	Marie-Elisabeth Maurer

100m

11,81 Stephanie Bendrat (LR)

12,44	Carolina Petran
12,97	Anna Möstl
13,19	Emma Hopfgartner
13,21	Inge Grünwald
13,34	Selina Ebner

200m

26,51	Marie-Elisabeth Maurer
27,23	Anna Möstl
27,40	Emma Hopfgartner
27,44	Selina Ebner
27,45	Inge Grünwald

300m

43,74	Anna Möstl
45,16	Selina Ebner
45,25	Lisa Franke

2.000m

7:26,00	Nadine Karl-Huber
7:46,18	Helena Dutka
8:34,64	Vanessa Wanderer

3.000m

11:28,92	Helena Dutka
11:32,49	Andrea Walkner-Tannenberger

LR = neuer Salzburger Landesrekord



80m Hürden

11,93	Anna Möstl
12,50	Selina Ebner
13,15	Lisa Franke
13,28	Inge Grünwald

100m Hürden

13,58	Stephanie Bendrat
14,82	Anna Möstl

Hochsprung

1,53	Stefanie Sturm
1,53	Selina Ebner

Weitsprung

5,88	Michaela Egger
5,49	Annika Fark
5,33	Selina Ebner

Dreisprung

12,87	Michaela Egger
11,30	Anna-Lena Schörghofer
11,03	Conny Werdenich

Stabhochsprung

2,90	Melanie Niederdorfer
------	----------------------

Kugel - 7,26 kg

13,14 Michaela Sturm (LR)

12,56	Andrea Lindenthaler
10,86	Anna-Lena Schörghofer

Diskus - 2 kg

39,78	Michaela Sturm
39,50	Andrea Lindenthaler

Speer

53,33 Andrea Lindenthaler (LR)

46,43	Michaela Sturm
35,25	Theresa Schörghofer

4 x 100m

50,80	Petran, Hopfgartner Werdenich, Egger
50,80	Frank, Ebner, Möstl, Grünwald

Erfolge 2014

Österreichische Hallenmeisterschaften

U18 / U20

- | | |
|-------------------|------------|
| 1. Simon Asare | Hochsprung |
| 2. A. Schörghofer | Dreisprung |
| 3. Florian Maier | Kugel |



Allgemeine Klasse

- | | |
|--------------------|------------|
| 2. Simon Asare | Hochsprung |
| 2. Roland Kwitt | 60m |
| 3. Carolina Petran | 60m |

Österreichische Crosslaufmeisterschaften

1. Andrea Walkner Tannenberger W40

Österreichische Vereinsmeisterschaften

2. U16 Team weiblich
4. Männer USLA

Österreichische Mehrkampfmeisterschaften

2. Inge Grünwald / U14
1. U14 Team: Grünwald, Neureiter, Wagner



Österreichische Nachwuchsmeisterschaften

U18 / U23

- | | |
|-------------------------|----------|
| 2. Melanie Niederdorfer | Stabhoch |
| 2. Simon Asare | Hoch |

U16 / U20

- | | |
|-------------------------|--------------------------------|
| 1. Anna Möstl | 80m Hürden |
| 1. Simon Asare | Hochsprung |
| 1. Isaac Asare | 100m |
| 1. Isaac Asare | 300m |
| 2. Melanie Niederdorfer | Stabhoch |
| 2. Isaac Asare | Hochsprung |
| 3. Isaac Asare | Weitsprung |
| 1. 4 x 100m Staffel | Möstl, Ebner, Franke, Grünwald |



Österreichische Staatsmeisterschaften

- | | |
|------------------------|-------------|
| 1. Matthias Kaserer | Speer |
| 1. Michaela Egger | Dreisprung |
| 2. Stephanie Bendrat | 100m |
| 2. Stephanie Bendrat | 100m Hürden |
| 2. Andrea Lindenthaler | Speer |
| 3. Michaela Sturm | Speer |
| 3. Simon Asare | Hochsprung |

Team Europacup

- | | |
|---------------------|------------|
| 5. Matthias Kaserer | Speer |
| 8. Michaela Egger | Dreisprung |
| 8. Michaela Egger | Weitsprung |



IPC Europameisterschaften

- | | |
|-------------------------|------|
| 7. Michael Hittenberger | 100m |
|-------------------------|------|

Masters Weltmeisterschaften

- | | |
|----------------------|--------|
| 1. Heimo Viertbauer | Hammer |
| 5. Alexander Leprich | Drei |

Masters Europameisterschaften

- | | |
|---------------------|-------------|
| 1. Heimo Viertbauer | Gewichtwurf |
| 1. Heimo Viertbauer | Hammer |
| 5. Martyn Bowen | 400m |



Österreichische Mastersmeisterschaften

- | | |
|----------------------|------------|
| 1. Alexander Leprich | Weitsprung |
| 1. Alexander Leprich | 100m |
| 1. Alexander Leprich | 200m |
| 1. Markus Haller | Kugel |
| 1. Herta Viertbauer | Weitsprung |
| 1. Heimo Viertbauer | Hammer |
| 2. Markus Haller | Diskus |
| 2. Markus Haller | Speer |
| 3. Heimo Viertbauer | Kugel |
| 3. Heimo Viertbauer | Speer |



Österreichische Halbmarathon-Meisterschaften

- | | |
|------------------------|------|
| 1. Johann Quehenberger | M 55 |
|------------------------|------|



Statements unserer Trainer

Ernst Grössinger - USLA Wurfflegende & Erfolgstrainer

Ich darf 2014 auf eine überaus erfolgreiche Saison zurückblicken. Michaela Sturm konnte schon in der Hallensaison mit einem neuen Landesrekord an ihre tolle Comebacksaison 2013 anschließen, in der Sommersaison war sie durch eine hartnäckige Blessur gebremst. Im Frühjahr hat Matthias Kaserer seine eigene Zahnarztpraxis in Igls eröffnet und Andrea Lindenthaler als Assistenzärztin im Krankenhaus Bad Reichenhall ihre berufliche Laufbahn begonnen. Leidenschaft, Fleiß und Können haben bei beiden trotz dieser Belastungen zu ausgezeichneten Leistungen, österreichischen Meister- und Vizemeistertitel sowie zu Landesrekorden geführt. Für mich persönlich sind meine AthletInnen größere Vorbilder für unseren Nachwuchs als so mancher Superstar.

Schade, dass Jungvater Eniz Sahbegovic aus privaten und beruflichen Gründen kürzer treten musste, er hätte noch viel Potenzial. Solches sehe ich auch bei den beiden Mehrkämpfern Julian Bergmüller und Florian Maier, die ihre Wurfeinheiten mit uns absolvieren. Ich freue mich auf die Wurfseason 2015.



v.l.n.r. Eniz Sahbegovic, Michaela Sturm, Andrea Lindenthaler & The BOSS Ernst Grössinger



Matthias Kaserer & Coach - 72m Wurf bei den Salzburger Landesmeisterschaften

erfolgreiche Speerwurftruppe in Aktion



Csaba Szekely - Coach des aufstrebenden UI6-Teams

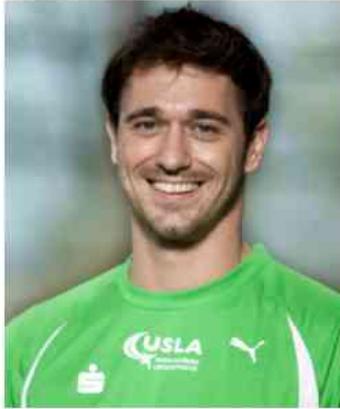
Für mich ist mit dem Saisonhöhepunkt, den UI6/U20 Meisterschaften im Heimstadion ein tolles Jahr zu Ende gegangen. Unser UI6-Team ist zwar sehr klein, aber in Österreich mit vorne dabei. Die Saison begann bereits bei den Österreichischen Vereinsmeisterschaften sehr gut, lediglich aufgrund unserer bekannt schwachen Wurfdisziplinen haben wir den Sieg vergeben. Fulminant war der Auftritt der UI4-Mädls bei den Österreichischen Mehrkampfmeisterschaften. Teamleaderin Inge Grünwald holte sich den Vizemeistertitel und bewies in den Sprint- und Sprungdisziplinen ihr Talent. Neu zur Leistungsgruppe sind in diesem Jahr Amelie Wagner und Leonie Neureiter gestoßen, sie gewannen mit Inge die UI4-Wertung.

Der "Rookie of the Year" geht 2014 ganz klar an Anna Möstl. Sie lief erstmals die 80m Hürden unter 12sec - damit gelang ihr der Sprung in den Hopekader für die U18 WM in Kolumbien. Vor Anna ziehe ich meinen Hut, ihre Gesamtleistungen im täglichen Leben und im Sport verdienen größten Respekt. Bei den Jungs zählt Isaac Asare sicher zu den Ausnahmetalenten der letzten Jahre. Mit zwei Titeln und insgesamt vier Medaillen bei den UI6-Meisterschaften glänzte er. Ich wünsche mir, dass er sein Talent erkennt, nutzt und motiviert ins neue Jahr startet.

Selina Ebner hat in dieser Saison einen gewaltigen Sprung gemacht. Im Mehrkampf rangiert sie österreichweit auf Rang 2. Gemeinsam mit Trainingspartnerin Lisa Franke besucht sie seit September das Schulsportmodell Salzburg, wo die beiden die Möglichkeit haben Schule und Leistungssport optimal zu verbinden. Mein besonderes Lob gilt auch Valentina Mayr. Bei jedem Training anwesend und immer für die Staffel in Bereitschaft - deshalb gilt der tolle Staffelerfolg bei den Heimmeisterschaften auch ihr. Wir befinden uns auf einem guten Weg, in den letzten Jahren wurde auch durch Sascha Kratky, Michael Sternad, Thomas Koller und Ernst Grössinger in der Nachwuchsarbeit Tolles geleistet. Ich gehe davon aus, dass wir noch Luft nach oben haben. Die Motivation ist bei allen da, wir sind schon voll in Vorfreude auf die Saison 2015!



Die Saison 2014 aus Sicht



Matthias Kaserer, 30 Jahre / Zahnarzt

Die Saison 2014 war der Hammer. Mir geht's super! Bin voll motiviert und trainiere 5-6 mal die Woche mit meinem Trainingskollegen und Schützling Felix Rümmele (U23 Staatsmeister 2014). Es ist manchmal hart neben der Arbeit, aber es macht einfach Spaß. Trainingspläne mache ich mir selber, bin aber immer wieder im telefonischen Kontakt mit meinem Trainer Ernst Grössinger und Bundestrainer Gregor Högler. Bis nächstes Jahr will ich meine Schulter besser in den Griff bekommen, was mir 2014 durch den fehlenden Aufbau leider nicht gelungen ist. 2015 fallen die 75m - das ist mein erklärtes Saisonziel!



Stephanie Bendrat, 23 Jahre / Jus-Studentin

In den vergangenen Monaten wurde ich für die harte Arbeit der letzten Jahre endlich belohnt. Nach hartnäckigen Verletzungen und einer Operation am Sprunggelenk im Winter 2013 konnte ich in der Saison 2014 sowohl über 100m als auch 100m Hürden eine Bestleistung nach der anderen aufstellen. Das Training mit Coach Philipp Unfried schlug an. Durch die tolle Unterstützung meiner Familie und vor allem der meines Freundes Sebastian schaffe ich den schwierigen Spagat zwischen Jus-Studium und täglichem Training, wenn es auch oft sehr "zack" ist. Für die nächsten Jahre habe ich noch große sportliche Ziele, für die ich hart arbeiten werde.



Andrea Lindenthaler 27 Jahre / Ärztin

2014 war für mich ein sensationelles Jahr. Ich habe mein Medizinstudium erfolgreich abgeschlossen und meine erste fixe Arbeitsstelle in der Salus Klinik in Bad Reichenhall angenommen. Ich bin dort Assistenzärztin an der Dermatologie für Allergologie und Dermatologie. Sportlich lief es auch super - ich konnte im Speerwurf eine neue persönliche Bestleistung aufstellen, wurde Vizestaatsmeisterin. Wir trainieren mit unserem Coach Ernst Grössinger in einem tollen Umfeld, haben Spaß im Training und bringen extrem viel weiter. Für 2015 erwarte ich mir eine Steigerung und freue mich auf die kommenden Wettkämpfe.



Michaela Egger 30 Jahre / Bankangestellte

Nach meiner Oberschenkelverletzung im Sommer habe ich in den letzten Monaten sehr hart gearbeitet um wieder fit zu werden. Mit intensiver Physiotherapie und viel allgemeinem Training habe ich mir eine gute Basis geschaffen, auf der ich nun aufbauen kann. Mitte Oktober habe ich wieder mit Sprüngen begonnen. Ich fühle mich sehr gut und bin auf dem richtigen Weg, um zur Hallensaison in guter Form zu sein. Den ersten Wettkampfsprung in die Sandgrube kann ich kaum erwarten. In den nächsten Wochen wird der Fokus auf Schnelligkeit und Sprünge gelegt, bevor es dann im Dezember ins Trainingslager nach Teneriffa geht, um dort den letzten Feinschliff zu holen. Die Saison 2015 steht für mich ganz im Zeichen von „Spaß, Leidenschaft & Rekorde holen“! Let's start the game!

unserer Top-Athleten



Julian Bergmüller, 22 Jahre / Jus-Student

Die Saison 2014 war für mich ein voller Erfolg. Nach zwei Jahren, in denen ich mich mit einer hartnäckigen Verletzung auseinandersetzen musste, konnte ich endlich wieder Erfolgserlebnisse feiern. Ein großer Dank gilt meinem Vater, der seit Herbst 2013 für die gesamte Trainingssteuerung verantwortlich ist. Davor hat mich mein ehemaliger Trainer Michael Sternad auf ein sehr gutes Niveau gebracht, ihm bin ich für seine Arbeit sehr dankbar. Zu den Trainingsbedingungen im ULSZ-Rif möchte ich nur ein Wort sagen: IDEAL. Wir können jederzeit trainieren, haben alle Möglichkeiten - so ein Paradies gibt es wahrscheinlich in Österreich kein zweites Mal. DANKE dem ULSZ-Team.



Michael Hittenberger, 26 / Verkäufer Sporthandel

Der Saisonhöhepunkt war ohne Frage meine erste Teilnahme an der IPC-Europameisterschaft in Swansea/WALES. Dieses Erlebnis durfte ich dank der tollen, konsequenten Arbeit gemeinsam mit meinem Trainers Sascha Kratky live erleben. Die Trainingsgruppe rund um Sascha hat mich immer wieder motiviert, neben meinem Fulltime-Job waren es teils sehr harte Trainingswochen. Einen genialen Support leistete Physiotherapeut Lukas Reiter bereits im Vorfeld, aber vor allem bei der EM. Vielen Dank für die beste Unterstützung ever von meinem ganzen Umfeld - es gab mir Berge dort dabei gewesen zu sein.



Michaela Sturm, 33 / Lehrerin - BG Seekirchen

Die Saison 2014 begann mit meinem neuen Kugelstoß-Landesrekord sehr vielversprechend - leider wurde ich durch eine Verletzung im Sommer gebremst. Das Training für 2015 läuft bisher sehr gut - ich will im Speerwurf an die 50m-Marke werfen, das hab ich drauf. Ebenso darf es mit der Kugel und mit dem Diskus noch weiter gehen, mindestens eine Medaille bei Österreichischen Meisterschaften ist mein erklärtes Ziel. Auf Grund zusätzlicher Aufgaben in meinem Beruf kann ich seit Herbst nur mehr drei bis vier mal pro Woche trainieren - ich konzentriere mich deshalb auf einige Schwerpunkte im Training und bin sicher, zielgerichtet tolle Leistungen zu bringen.



Simon Asare, 18 / Grundwehrdiener HSZ Salzburg/Rif

Die Saison 2014 war für mich keine einfache, da ich in der Aufbauphase viel Zeit durch eine langwierige Grippe verloren habe. Mir gelang ein versöhnlicher Saisonabschluss mit dem U20-Hochsprung-Meistertitel im Heimstadion. Dank dem Einsatz meines Trainers Michael Sternad und des ÖLV bin ich seit Oktober im Heeressportzentrum Rif und absolviere dort meinen Grundwehrdienst. Für mich eine tolle Möglichkeit, mich über längere Zeit voll auf das Training zu konzentrieren. 2015 will ich es wissen - jetzt heißt es fleißig Kraft trainieren, um dann top fit in die neue Saison starten zu können. Einer der Höhepunkte soll die Salzburger Leichtathletikgala am 27. Mai im Heimstadion sein, wo ich mich mit der Elite vor meinen Fans messen darf.

Unsere Nachwuchsgruppen

Hubert Putz - Leiter UI6

Der Hauptaspekt meiner Laufgruppe ist die Freude an der Bewegung. 2014 haben sich vor allem die jüngeren TeilnehmerInnen bei Wettkämpfen am Siegespodest gezeigt. Viele sind nicht nur im Lauf aktiv, sondern kommen aus der UI4-Gruppe oder betreiben noch andere Hobbys wie Fußball, Judo, Triathlon, Segeln oder Musik. Markus Zauner ist endlich nach einer längeren Verletzungsserie wieder voll im Einsatz und auch Stefan Graspeuntner hat sich nach der bestandenen Matura im Herbst mit guten Wettkampfergebnissen in St. Johann und in Rif zurückgemeldet. Nadine und Daniel Karl-Huber räumten viele Titel ab. Helena Dutka konnte 2014 ihr Lauftalent sehr oft auch in höheren Altersklassen unter Beweis stellen. Unzählige Siege und Stockerlplätze bei Cross-, Straßen- und Bergläufen konnten wir "einfahren". 11 Landesmeistertitel, 7 zweite und 4 dritte Plätze dokumentieren die tolle Ausbeute. Top-6 Plätze bei den Österreichischen Crosslaufmeisterschaften bestätigen die gute Arbeit im Team.



Heike Demoulin & Lukas Reiter - Leiter UI4

Seit Herbst trainieren 20-25 Kinder im neu formierten UI4-Team. Wir treffen uns jeden Montag und Donnerstag im ULSZ-Rif. Unsere Gruppe ist bunt gemischt, hat sich aber sehr gut zusammengefunden. Jetzt im Herbst besteht das Training hauptsächlich aus kräftigenden, koordinativen Einheiten, wobei es darum geht, bestimmte grundlegende sportmotorische Fähigkeiten im Laufen, Springen und Werfen zu erzielen bzw. zu festigen. Im Oktober wurden die Kinder in verschiedenen Bereichen getestet (Sprung, Wurf, Kraft und Lauf). Im Frühjahr werden wir den Test wiederholen, um gemeinsam mit den Kids zu sehen, wie und wo sie sich verbessern konnten. Im Januar werden die Kinder bei der ASVÖ-Indoor Trophy in Rif dabei sein. Ab Mai stehen bei den Freiluftbewerben auf alle Fälle die Landesmeisterschaften der UI4 am Plan. Das erklärte Ziel ist die Titelverteidigung der Mädchen bei den Österreichischen Mehrkampfmeisterschaften in Kärnten. Die Leichtathletikgala ist ein Highlight für die Mädchen und Burschen, auf den 27. Mai freuen wir uns ganz besonders.



Daniela Angerbauer & Lisa Schelmbauer - Leiterinnen U12

Die rund 25 Kinder der U12 sind zum Großteil schon einige Jahre im USLA-Training, was sich gerade in Bereichen wie Koordination, Lauschule, Übungsverständnis und erstem technischen Können zeigt. Und gerade diese Fortschritte sind es, die soviel Spass im Training machen - für die Kinder und für uns Trainerinnen. Herrlich zu sehen, wie sich der USLA-Nachwuchs Monat für Monat weiter entwickelt, jedes Kind in seinem eigenen Tempo - manche langsamer, dennoch kontinuierlich, manche erstaunlich schnell, in großen Sprüngen. Apropos Sprünge: diese Disziplinen (Weit- und Hochsprung) - inklusive kleiner interner Wettkämpfe - rangieren in der Beliebtheitskala der Kids übrigens ganz oben!

Thesi Giger & Susi Leutner - Leiterinnen U10

Die U10 wurde 2014 neu gegründet. Der Altersunterschied bei der Kindergruppe wurde zu groß - deshalb haben wir uns für diese neuen Einteilungen entschieden. Dank der tollen Zusammenarbeit mit der Universität Salzburg/Rif können wir immer wieder junge SportstudentInnen oder eine Ex-Athletin wie Thesi Giger für die Kindertrainings gewinnen. Die U10 fungiert nun als wichtige Basis zwischen den bisherigen U8 und U12 Trainings, so können wir die Kinder optimal fördern - sie weder unter- aber auch nicht überfordern. Hier übernehmen wir seit einigen Jahren eine volle Breitensportverantwortung, damit die Kinder ausreichend Sport betreiben können.

Anja Dvorzak - Leiterin U8

Die U8-Kids sind die Kleinsten im USLA-Team, aber ebenso fleißig wie die Großen. Einmal pro Woche treffen wir uns im Winter in der Volksschule Rif Rehhof (im Sommer an der LA-Anlage) und lernen die Disziplinen der Leichtathletik spielerisch kennen. Springen, Werfen, Lauschule, und die beliebten Sprints sind in Spielen eingebaut. An oberster Stelle stehen aber der Spaß an der Bewegung und der soziale Umgang miteinander. Trainiert wird bereits jetzt fleißig für die Indoor Trophy im Jänner 2015, bei der die mutigen Kids der U8 das erste Mal Wettkampfluft schnuppern dürfen. Wir versuchen immer einen bestmöglichen Weg zu finden, um die vielen Kinder passend zu fördern und die Freude für die sportliche Bewegung in den Folgejahren zu wecken.

Die Salzburger Leichtathletikgala ist jedes Jahr ein Highlight für die Jüngsten, sie dürfen im Gala-programm inmitten der Topathleten eine 8 x 50m Staffel laufen. 27. Mai 2015 - Wir freuen uns!



Statements von Ex-Athleten



Foto: GROHAG

Dr. Johannes Hörl, 42 Jahre

Wirtschaftsanwalt und Generaldirektor Großglockner Hochalpenstraße AG (GROHAG Gruppe)

Leichtathletik hat mich bis zum 23. Lebensjahr begleitet. Meine Disziplinen war der Zehnkampf (6.945 Pkt), 110m Hürden (14,56s) und Sprungbewerbe (4,60m Stab / 7.07m Weit / 2.00m Hoch). Neben dem Studium im In- und Ausland, der HSZ und Assistententätigkeiten war der Sport perfekter Ausgleich und optimale Vorbereitung für die Arbeitswelt. Regelmäßiges Training und Wettkampf haben mich gefordert und angespornt Grenzen zu erkennen, Ziele zu definieren und mit Ausdauer dafür zu arbeiten. Dass die USLA mit all den großartigen Trainern und Freiwilligen ein tolles freundschaftliches Umfeld geboten hat, welches teils bis heute besteht ist aber das Wesentliche. Sport ist mir heute wichtig, um Freunde zu treffen und für Beruf und Familie in Form zu bleiben. Neben der „Laufgruppe Nord“ (50% Ex-USLA Athleten!) halten mich auch meine 3 kleinen Kinder auf Trab, wohl der schönste Ausgleichssport! Für die Zeit im Verein bin ich sehr dankbar. Sport war und ist die beste „Schule fürs Leben“! Ich nütze die Gelegenheit und sage heute nochmals DANKE an meine Trainer und Mentoren: Herta, Heimo, Ernst, Peter, Sigg Stark, Roland Werthner und viele andere.



Waldemar Berger, 75 Jahre - Unternehmer

Die Leichtathletik bedeutet mir heute noch viel, da ich in diesem Kreis von Athleten und speziell bei diesem Sport, mich selbst beweisen und durchsetzen konnte! Einer meiner schönsten Erfolge war 1959 mein erster Staatsmeistertitel über 100m als unbekannte Größe gegen die damals dominierenden Wiener und Kärntner! Die vielen Siege in der 4x100m Staffel, ich fühlte mich am wohlsten, wenn ich auf der Zielgeraden noch einige Konkurrenten abfangen konnte. Dann war da noch das Jahr 1962, nachmittags in Wien: meine Bestleistung über 100m - 10.4., der Sieg über 4x100 m und der 2. Platz über 200m in 21.6.

In Österreich war ich „einigermaßen“ bekannt, was mir den beruflichen Einstieg ein wenig erleichterte, bei meinen ersten Verkaufsbemühungen waren die Türen schon halb geöffnet. Der Wille, der Einsatz war immer vorhanden – dazu kamen Offenheit, Ehrlichkeit und vielleicht auch die Gabe auf Menschen zugehen zu können. Basierend auf diesen Eigenschaften startete ich meine berufliche Karriere. Dabei hat die Leichtathletik – der damit verbundene Wille zum Erfolg und zum Durchbeißen, viel geholfen und beigetragen. Auch wenn sich vieles ändert - Grundwerte ändern sich nie. Deshalb kann ich diesen Sport von Herzen weiterempfehlen! Sommer, Winter, draußen, drinnen, alleine, in der Natur, mit Kollegen etc. das macht diesen Sport so einmalig. Mein Appell an die Jugend: Macht was und bewegt Euch!

In diesem Jahr konnten wir unsere **Legendenliste** dank der Unterstützung durch Walter Hofbauer und Michael Bäumer fertigstellen, diese gibt's zum Download auf: www.us-la.net/ueber/legends.php. Wir freuen uns über viel Interesse. Korrekturen oder Änderungen bitte an: redaktion@us-la.net.



Foto: SALK

Primar Univ. Prof. Dr. Mag. Eugen Trinkka, 51 Jahre

Vorstand der Universitätsklinik für Neurologie an der Christian Doppler Klinik, Universitätsklinikum der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität. Ich kam über den Schulsport und die Schülermeisterschaften zur Leichtathletik und habe bis zum Beginn des Medizinstudiums diesen Sport ausgeübt. Meine Disziplin war der Hochsprung, ich überquerte 1,98m. Mit dem Sport habe ich gelernt, mir selber Ziele zu setzen, sie konsequent zu verfolgen und umzusetzen. Außerdem lernt man nicht nur gewinnen, sondern auch verlieren. Aus heutiger Sicht hat der Sport vor allem zwei Dinge bei mir nachhaltig geprägt, nämlich eine Grundfitness und eine positive Einstellung zur Leistung, die sich auch in meinem beruflichen Werdegang abgezeichnet hat. Man lernt in dieser wichtigen Zeit der Jugend gemeinsam ein Team zu bilden, aufeinander Rücksicht zu nehmen und positiv im Wettkampf miteinander umzugehen. Das sind Grundeigenschaften, die man ein Leben lang brauchen kann. Ich halte den Schul- und Jugendsport für besonders wichtig, da er sehr gut auf das Berufsleben vorbereitet und nachhaltig der Gesunderhaltung im weiteren Leben dient.



Foto: PALFINGER

Ing. Mag. Hannes Palfinger, 41 Jahre

Stellvertretender Aufsichtsratsvorsitzender der Palfinger AG, Aufsichtsrat der Warimpex AG, Eigentümer & Geschäftsführer der Audiodata Lautsprecher GmbH.

Michael Mayerhofer und Walter Schranz (mein damaliger Turnlehrer) haben mich zur Leichtathletik gebracht. Der 100m Sprint war meine Passion. Meine persönlichen Rekorde liegen über 60m bei 6,79 sec, 100m bei 10,73 sec und 200m bei 21,49sec. 1995 gewann ich den 60m Sprint bei den Österreichischen Hallen-Meisterschaften. 1994 holte ich mit meinen Kollegen über 4x400m den Staatsmeistertitel. Den Grundwehrdienst konnte ich in der HSZ Rif absolvieren. Der Sport war für mich auch während des Studiums ein Fixpunkt. Ich bin überzeugt, dass mich der Leistungssport, allen voran mein damaliger Trainer Bernhard Purkrabek geprägt haben. Wir verbrachten tolle Zeiten bei Wettkämpfen & Trainingscamps und waren eine richtig coole Truppe, die sich auch in der trainingsfreien Zeit und an Wochenenden traf.



Toni Giger

Mag. Toni Giger, 51 Jahre, ehem. ÖSV Cheftrainer

Bewegung und Sport spielten in meinem Leben immer eine wichtige Rolle – in jungen Jahren versuchte ich mich in vielen verschiedenen Sportarten wie Geräteturnen, Leichtathletik und Skirennsport. Auch innerhalb der Leichtathletik hat mich die Vielseitigkeit fasziniert, so konnte ich in allen Sprungdisziplinen zumindest einmal den Landesmeistertitel erringen und versuchte mich schlussendlich auch im Zehnkampf. Aus heutiger Sicht kann ich neben meinem Studium (Leibeserziehung und Mathematik) und der Trainerausbildung meine Leichtathletikerfahrungen als die wichtigste Vorbereitung für meine spätere berufliche Laufbahn beim ÖSV betrachten: 1989 begann ich als Konditionstrainer im Europacupteam der Herren, nach einigen weiteren Traineraufgaben wurde ich schließlich Cheftrainer der Herren (1999-2010). Seit 2010 leite ich die Abteilung Forschung & Entwicklung im ÖSV.

Workshops. Seminare.



Mit unserem Partner Promomasters sind wir tiefer in die socialMedia Welt eingetaucht. Facebook, Twitter, Google+, Pinterest, Instagram, Swarm - wir kennen sie nun und nutzen diese Medien um auf den Verein, unsere AthletInnen, die Gala aufmerksam - aber vor allem um die Leichtathletik bekannter zu machen. Auch unseren Internetauftritt bringen wir Zug um Zug auf Vordermann, denn wir wollen nicht nur eine Website haben, wir wollen auch gefunden werden. SEO - Suchmaschinenoptimierung: Für viele Firmen schon Standard - in Sportvereinen oft auf Grund mangelnder Personalressourcen nicht administrierbar, wir versuchen und starten die ToDo's.



Unser Präsident Peter Haubner machte es möglich, dass wir bei der Agentur Prock+Prock einen Kommunikations-Workshop der besonderen Art erleben durften. Die Überschrift: Neue Ziele. Neue Wege. Gemeinsam haben wir die Ausgangssituation dokumentiert und motiviert die Ziele bis 2017 definiert. Wo wollen wir uns positionieren, was sind unsere USP's, unsere Zielgruppen und was sind unsere wichtigsten Botschaften?

Als ehrenamtlich tätige Vollblut-LA's wissen wir jedoch auch, dass wir all diese Punkte in kleinen Schritten anpacken und umsetzen können, unsere Ziele wollen wir dabei jedoch nie aus den Augen verlieren.



Tolle Unterstützung erfahren wir jährlich durch die Universität Salzburg. Wir haben eine gute, gesunde Gesprächskultur dürfen unsere Ideen, unsere Anfragen deponieren und meist können wir gemeinsam einiges umsetzen. Bei vielen Wettkämpfen, besonders bei der Salzburger Leichtathletikgala unterstützen uns StudentInnen als HelferInnen im Kampfrichterwesen. Für die Gala 2015 schreiben Studentinnen eine Seminararbeit und arbeiten im Team als Eventmanager aktiv mit. Wir sagen DANKE für die offenen Ohren der Uni-Verantwortlichen und die tolle Unterstützung der Salzburger Leichtathletik.

sportliche Emotionen ...





USLA Recruiting

WIR WOLLEN WEITER, HÖHER UND SCHNELLER VORWÄRTS KOMMEN!

Willst Du mit uns die Ärmel hochkrämpfen und die USLA in der Spur halten?

NUTZE DIE CHANCE neue Dinge auszuprobieren - eine eigene Idee wirksam umzusetzen - ein Projekt zu starten und gemeinsam seine Umsetzung zu feiern!

DU HAST DAFÜR KEINE ZEIT? Wir eigentlich auch nicht - aber es taugt uns einfach und wird auch dich begeistern! Mehr Hände müssen weniger arbeiten!

BEZAHLUNG? Die bei uns gebotenen Möglichkeiten sind unbezahlbar! Jeder macht was er kann, soviel er will und zeitlich möglich ist.

WAS GIBT'S ZU TUN? Website, socialMedia, Presse, Sponsoring, Marketing, Wettkampfororganisation, Textilagenden, NachwuchstrainerIn, EDV, Grafik, Texten, Finanzen, Fotografie, Eventorganisation ...

AUF DIE PLÄTZE FERTIG LOS! Wir freuen uns auf lustiges, frisches Blut für unsere Leichtathletikadern! Kontaktiere uns, wenn du Teil des USLA-Teams werden möchtest und komm zu einem ersten Teammeeting!

redaktion@us-la.net
Karin Walkner



CrowdFunding

Die Salzburger Leichtathletik Gala schlägt einen neuen Weg zur zusätzlichen Generierung von finanziellen Mitteln für die erfolgreiche Durchführung der Veranstaltung ein. Mit Crowdfunding kann nun auf der Plattform **“I believe in you”** jeder seinen Beitrag leisten und Salzburgs größtes Leichtathletik-Meeting unterstützen.

Crowdfunding ist zwar ein moderner Begriff, in zahlreichen Bereichen aber eine alt bewährte Methode neue Anschaffungen oder Projekte zu finanzieren. Es beruft sich auf die bereitwillige Unterstützung von Privatakteuren, die als Dank für ihre Großzügigkeit eine Gegenleistung erhalten. Im Sport ist diese Art von Finanzierung relativ neu. Nach den Olympischen Spielen 2012 wurde in der Schweiz eine erste Plattform “I believe in you” erstellt - mit großem Erfolg. Seit kurzem betreiben auch das Österreichische Olympische Komitee (ÖOC) und die Österreichische Sporthilfe eine derartige Plattform.

„Mit Crowdfunding wollen wir einen neuen und damit auch zeitgerechten Weg der Finanzierung einschlagen, der uns bei der Durchführung der Salzburger Leichtathletik Gala unterstützt. Wir sind überzeugt, dass die Salzburger Leichtathletik diese Veranstaltung im Stadion braucht. Spitzensport live zu erleben ist für viele Jugendliche eine große Motivation, ihren Sport intensiver zu betreiben. Dadurch hat die Salzburger Leichtathletik Gala eine wichtige Vorbildwirkung“, erläutert Organisationsleiterin Karin Walkner.

Das erklärte Ziel ist es, durch Crowdfunding eine Summe von € 3.000,- zu generieren. Nur wenn diese Marke tatsächlich erreicht wird, werden die von den Unterstützern zur Verfügung gestellten Beiträge auch tatsächlich abgebucht.

Hier wird unser Projekt präsentiert - Jede und Jeder kann aktiver Unterstützer der Salzburger Leichtathletikgala werden!

www.ibelieveinyou.at

Unser Projekt ist unter “Events” gelistet.



Wichtige Termine 2015

Landesmeisterschaften

24.	Jänner	ASVÖ Indoor Trophy	ULSZ Rif
07.	März	LM Cross	offen
12.	April	LM Halbmarathon	Nussdorf
02.	Mai	Coca-Cola Junior-Marathon	Salzburg, Residenzplatz
03.	Mai	Salzburg Marathon	Salzburg, Residenzplatz
07.	Juni	LM Berglauf	Rauris
28.	Juni	Salzburger Frauenlauf	Salzburg / Volksgarten
4./5.	Juli	LM AK & U16	ULSZ Rif
18.	September	LM 10.000m	ASV Salzburg / Itzling

Österreichische Meisterschaften

24./25.	Jänner	ÖSTM Hallen-Mehrkampf	AK	Wien
15.	Februar	ÖM Halle	U20	Linz
21./22.	Februar	ÖSTM Halle	AK	Linz
21./22.	Februar	ÖM Halle	U18	Linz
14.	März	ÖM Cross	alle Altersklassen	Salzburg
01.	Mai	ÖSTM 10.000m u. Langstaffeln		Wien
14.	Mai	ÖM der Vereine	AK & U16	Südstadt
04.	Juni	ÖM Mehrkampf	U14	Villach
6./7.	Juni	ÖM Mehrkampf	U16	Schwaz
07.	Juni	ÖSTM Berglauf	alle Altersklassen	Rauris
13./14.	Juni	ÖM	U23 & U18	Wolfsberg
27./28.	Juni	Ö. Bundesländercup	U18	Salzburg
8./9.	August	ÖSTM	AK	Kapfenberg
12./13.	September	ÖM	U20 & U16	Linz (Gugl)

Austrian Top-Meetings

24.	Mai	Int. Franz-Schuster-Memorial U18/U16	Schwechat
27.	Mai	Salzburger Leichtathletik Gala	Salzburg-Rif
30./31.	Mai	HYPO-Mehrkampfmeeting (IAAF Challenge)	Götzis
04.	Juni	Liese Prokop Memorial	St. Pölten
17.	Juli	Messe Ried Leichtathletik-Meeting	Ried im Innkreis
25.	Juli	Union Leichtathletik-Gala	Linz
31.	Juli	Int. Gugl Games	Linz (Gugl)
15.	August	Int. JOSKO Laufmeeting	Andorf

German Meetings und Partnerveranstaltungen

25.	Mai	Int. Pfingsmeeting	Rehlingen	GER
29.	Mai	Anhalt 2015	Dessau	GER
30.	Mai	Kosinus Kurpfalzga	Weinheim	GER
6/7.	Juni	Sparkassen Gala	Regensburg	GER
20.	Juni	DLV Jugend-Gala / ÖLV Testwettk. U18	Schweinfurt	GER
27./28.	Juni	DLV Junioren-Gala / ÖLV Testwettk. U20	Mannheim	GER

Internationale Meisterschaften

05.-08	März	Hallen-Europameisterschaften	Prag	CZE
23.-28.	März	Hallen-Europameisterschaften / Masters	Torun	POL
21./22.	Juni	European Games (mit Team-EM)	Baku	AZE
09.-12.	Juli	U23-Europameisterschaften	Tallinn	EST
15.-19.	Juli	Jugend-Weltmeisterschaften / U18	Cali	COL
16.-19.	Juli	Junioren-Europameisterschaften / U20	Eskilstuna	SWE
27.-31.	Juli	Europäisches Olympisches Jugendfestival	Tiflis	GEO
04.-16.	August	Weltmeisterschaften der Masters	Lyon	FRA
22.-30.	August	Weltmeisterschaften	Peking	CHN

Vereinsbudget / Sponsoring

Mitgliedsbeitrag

Der Mitgliedsbeitrag ist die Haupteinnahmequelle der Union Salzburg Leichtathletik. Vom Kleinkind bis zum Top-Athleten zahlen unsere Mitglieder Euro 160,- pro Jahr. Für weitere Familienmitglieder gibt es 50% Ermäßigung. **Zahlscheine** schicken wir nur auf Wunsch aus. Wir ersuchen die Einzahlung selbstständig jährlich im Jänner zu veranlassen. Unsere Kontodaten:

IBAN: AT05 2040 4000 0002 1113 // BIC: SBGSAT2SXXX lautend auf Union Salzburg Leichtathletik. Wir danken für die verlässliche Überweisung bis **31. Jänner 2015!** Helft uns bitte den Mahnaufwand gering zu halten - unsere Energie stecken wir lieber in die Weiterentwicklung des Vereins.

Förderer und Fans der Leichtathletik

Unser Verein wird ehrenamtlich geführt - die Haupteinnahmequellen sind Mitgliedsbeiträge, Förderungen von Stadt und Land Salzburg, unserem Dachverband und unseren treuen Sponsoren. Wir freuen uns über finanzielle und ideelle Unterstützung und der damit verbundenen Wertschätzung unserer freiwilligen Arbeit. Jeder finanzielle Beitrag ermöglicht unseren AthletInnen die Ausübung dieser vielseitigen und wunderbaren Sportart und unterstützt junge Persönlichkeiten, welche bei uns eine solide, sportliche Grundausbildung erhalten. Viele unserer ehemaligen Athleten konnten während oder nach Beendigung des Wettkampfsports im Berufsleben die erlernten Eigenschaften wie Leistungsbereitschaft, Einsatz, Disziplin und Ehrgeiz erfolgreich einsetzen.

Mit dem uns zur Verfügung stehenden Budget finanzieren wir den gesamten Trainings- und Wettkampfbetrieb inkl. Reiseaufwände, Regenerationsmaßnahmen der Leistungsathleten, das Kinder- und Jugendtraining für über 150 sportbegeisterte Kids sowie die gesamte Vereinsorganisation.

Sponsoring soll für beide Seiten ein Gewinn sein. Mit der Salzburger Leichtathletikgala und den vielen Facetten dieser Sportart, sowie unseren vielen Mitgliedern sind wir ein Top-Partner für innovative, mutige und sportliche Unternehmen. Ein maßgeschneidertes Angebot erstellen wir sehr gerne. Werden Sie Partner eines junggebliebenen und der Zeit angepassten Leichtathletikvereins und profitieren Sie von uns und unseren AthletInnen!



save the date

27. Mai 2015

ULSZ-RIF



**Nationale und Internationale Topathleten
live und hautnah im Stadion erleben!**

www.salzburger-leichtathletikgala.at

follow us  