



CLUB



MITTEILUNGEN

Trainingskurse

Genaue Ausschreibungen folgen rechtzeitig per Mail. Datum und Ort können sich auf Grund der Schneelage noch verändern. Fragen bitte per Mail an: ascwien@gmx.at

ASC Nikolokurs

07.-11.12.2022
Gaal

ASC Weihnachtskurs

02.-07.01.2023
wird bekannt gegeben

ASC Osterkurs

02.-06.04.2023
wird bekannt gegeben

Saisonausblick 2022/2023

ASC Schneetage

Stuhleck (Semmering)

- 17.12.2022
- 21.01.2023
- 12.03.2023

Ab JG 2018



Rennen

Gesamter Rennkalender
www.skizeit.at



ASC RTL

05.03.2023
Turnau
ab JG 2009

ASC Clubmeisterschaften

12.03.2023
Stuhleck (Semmering)
Jedes Alter ist willkommen!

Schüler & Jugend MSCH

18. & 19.02.2023
wird bekannt gegeben
ab JG 2009

Fit & Gesund durch den Winter

Jugend - Konditionstraining

Jeden Di um 19:30
TS VS Ober St. Veit



Erwachsenenturnen

Jeden Mo. um 18:30 (außer an schulfreien Tagen)
Turnsaal Mittelschule Renngasse 20, 1010 Wien
Infos bei Norbert Meinl



Upcoming Events

ASC Nikolokurs

07.-11.12.2022
Gaal

ASC Schneetag

17.12.2022
Stuhleck (Semmering)

Besuch Sportmedizinerin

Jan. 2023
siehe Artikel Seite 6

Wort der Präsidentin:

Liebe Mitglieder!

Ich darf euch herzlich in der neuen Saison begrüßen! Ich hoffe ihr hattet einen guten Sommer und freut euch schon auf eine hoffentlich schneereiche Schisaison! Den Auftakt in die Saison haben wir bereits mit der sehr gelungenen 75-Jahrfeier am 18. September in Höflein an der Donau gemeinsam mit ca. 80 Mitgliedern, Alt-Mitgliedern, Ehrengästen, vielen Kindern und Freunden gemacht. Einen Bericht mit einigen Fotos zum Tennis Juxturnier und der anschließenden Abendveranstaltung findet nachstehend.



Weiters findet ihr in dieser Ausgabe einen Bericht zum Generationenwechsel im WSV, von dem euch Pauli Meindl berichtet und zum erfolgreichen ersten Trainingskurs 2022 am Kitzsteinhorn.

Anlässlich des 75-jährigen Bestehens unseres Schiclubs haben wir die Chronik an alle Mitglieder verschickt und hoffen, dass der eine oder andere Artikel euer Interesse geweckt hat. Auch heuer bietet der ASC ein breites Angebot für euch, über das wir hier in der Zeitung informieren und ihr hoffentlich auch zahlreich in Anspruch nehmen werdet.

Ich freue mich auf die neue Saison und blicke optimistisch in die Zukunft, auch wenn die gestiegenen Preise für uns Schifahrer eine Herausforderung sein werden. Der ASC als Schiclub hatte immer schon zum Ziel, das Schifahren für unsere „urbanen“ Mitglieder leistbar zu gestalten. Wir achten stets auf günstige Unterkünfte, moderate Trainerbeiträge und Gruppentarife. Auch die Übernahme der Nennfelder bei Rennen und das Angebot des kostenfreien Konditionstrainings und Vieles mehr sind Benefits, an denen der ASC weiter festhält. Auch bei Bedarf an Schiausrüstung könnt ihr euch jederzeit an den Vorstand wenden, eine „offizielle“ Materialtauschbörse wurde bereits angedacht.

Ich wünsche euch noch eine schöne, bunte Herbstzeit!

Alles Liebe, eure Nadine Hübner

75 Jahr-Feier ASC Wien

Vor 75 Jahren, genau am 4. Dezember 1947 fand die Gründungsversammlung zur Konstituierung des „Akademischen Sportclubs“ mit ca. 40 begeisterten Studenten und Professoren statt. Die Entwicklung von der vor allem durch die Begeisterung getragenen Interessengemeinschaft der frühen Tage bis in unsere heutige schnelllebige Zeit ging stetig voran und das sollte natürlich im Rahmen einer Feier entsprechend gewürdigt werden.

Anlässlich dieses Jubiläums wurde auch die Idee geboren eine Chronik für die letzten 25 Jahre zu erstellen, um die Ereignisse ab 1997 bis heute in Anlehnung an die Chronik der ersten 50 Jahre zu dokumentieren. Den Autoren und Präsidenten dieser Periode - Michael Duschel, Gerald Ent und Nadine Hübner - sei für die damit verbundene große Mühe gedankt.

Die Ideen zur Veranstaltung waren mannigfaltig und letztlich fand der Vorschlag zur Durchführung eines Tennis Juxturniers und einer Abendveranstaltung in Höflein a. d. Donau Zustimmung. Die Planung des Tennis Juxturniers war abgesehen von den aufwendigen Vorbereitungen geprägt von der extrem schlechten Wetterprognose mit Regen, Sturm und kühlen Temperaturen. Auch eine Absage wurde in Erwägung gezogen, aber die Stimmen zur Durchführung waren dann doch in der Überzahl.

Ca. 30 Mitglieder im Alter zwischen 8 und 80 Jahren nahmen am Turnier teil und wurden angefeuert von zahlreichen Zuschauern wie EhegattInnen, Kindern und deren Betreuerinnen. Zur Durchführung gelangte ein Mix - Doppel, wobei die Paarungen durch Ziehen der Schläger bunt gemischt wurden. Der nach 20-minütiger Spieldauer entstandene Spielstand wurde jedem Spieler zugeordnet und addiert und daraus der Sieger bzw. die Siegerin ermittelt. Den höchsten Score konnte eines unserer ältesten und junggebliebenen Mitglieder Angie Michalek erzielen, gefolgt von Andrea Trampisch und Leopold Michalek ex aequo. Der Wettergott war zum Teil gnädig, die Spiele konnten bei Sonnenschein begonnen werden, waren jedoch im weiteren Verlauf durch heftige Regenschauer immer wieder unterbrochen. In diesen Pausen konnte jedoch bei Kaffee und Kuchen, letztlich auch mit Prosecco geselliges Beisammensein auf engstem Raum gepflegt werden und auch über Highlights und Misshits im Zuge der Partien vortrefflich diskutiert werden. Nach einem enormen Regenschauer mit großen Wasserlachen auf dem Platz schien das Turnier beendet zu sein, jedoch unter vollem Einsatz wurden diese beseitigt und ein Weiterspielen war möglich. Die Begeisterung war hoch und auch nach dem offiziellen Ende wurden noch einige Partien absolviert.

Für die Kleinsten wurde über die Initiative von Andrea durch ihre Tochter und deren Freundin ein Kinderschminken organisiert, das natürlich großen Anklang fand. Nadines Kinderbetreuerinnen Betty und Lena waren ebenso engagiert aktiv, um ein Rahmenprogramm mit Spielen etc. auf die Beine zu stellen, um die Jüngsten bei Laune zu halten.

Die Abendveranstaltung wurde beim Bergheurigen Schuecker an den Abhängen des nördlichsten Endes der Alpen hoch über dem Donautal durchgeführt. Leider konnte wetterbedingt der Ausblick über die Donau bis hin zur Burg Kreuzenstein nicht intensiv genutzt werden. Sowohl der dankenswerterweise von Fa. Burschik, diese vertreten durch Harti Specht, gesponserte Aperitif als auch das Büfett musste indoors stattfinden. An dieser Stelle herzlichen Dank und Gratulation an Fabian Duschel, der das hervorragende und von allen gelobte Büfett organisiert und ausgerichtet hat. Von den Autoren der Chronik und der Präsidentin wurden launige Reden zum Besten gegeben und die ca. 80 Gäste, darunter diverse Ehrengäste aus dem Wiener Schizirkus konnten einen netten Abend verbringen. So manch interessantes Gespräch und ein Wiedersehen mit Weggefährten aus früheren Zeiten des Schigeschehens waren ausgiebig möglich.

Letztlich sei gedankt allen helfenden Händen, Mitorganisatoren und Sponsoren, durch sie war das Gelingen der Veranstaltung möglich und das Budget des ASC nicht über Gebühr beansprucht. Mit dem Wunsch auf weitere gelungene Jahre für den Fortbestand des ASC unter den doch sehr stark geänderten Rahmenbedingungen verbleibe ich

Euer Helmut Kral



ASC Herbstkurs 2022

26. bis 29. Oktober 2022 – Kitzsteinhorn (Slbg)

von Philipp Ent

Aufgrund des heißen Sommers und des äußerst niederschlagsarmen Herbst war zu Allerheiligen 2022 ein Schibetrieb auf vielen österreichischen Gletschern, wie beispielsweise dem Mölltaler Gletscher oder dem Dachstein – wo möglicherweise nie wieder Alpenschilauflauf betrieben werden wird – nicht möglich. Aufgrund großer Mengen an Kunstschnee (auch aus im Frühling angelegten Depots) konnte am Kitzsteinhorn gefahren werden, weshalb zahlreiche nationale und internationale Schiclubs (wie beispielsweise Henrik Kristoffersen samt Trainer Ferdinand Hirscher) die drei offenen Schlepplifte für ihre Herbsttrainingstage nutzten.

Sonnenschein und erstaunlich gute Pistenbedingungen sorgten aber dafür, dass auch der Herbstkurs des ASC erfolgreich durchgeführt werden konnte. Die sehr langen Wartezeiten an den Schleppliften umgingen wir durch ein asynchrones Trainingsprogramm; den Umstand, dass ein kleiner Wiener Schiclub wie der ASC bei einem derartigen nationalen und internationalen Andrang natürlich keine eigene Trainingspiste bekommt, konnten wir dank der freundlichen Trainingskooperation mit der UWW-Dlouhy ausgleichen. Besonders hervorzuheben ist hier neben dem UWW-Coach Joe Rieger auch der dank des Engagements des neuen WSV-Präsidenten Mag. Roland König vom Wiener Schiverband fest angestellte Trainer Felix Ortner, der den TrainerInnen der UWW-Dlouhy und des ASC Wien (beispielsweise bei der Kurssetzung) tatkräftig unter die Arme griff.

Am Ende standen vier Halbtage mit Technikprogramm sowie je ein sehr intensiver Halbtag mit Riesentorlauf- und Slalomtraining, welche dank des konzentrierten und disziplinierten Verhaltens der Kursteilnehmer trotz der ungünstigen Rahmenbedingungen einen guten Einstieg in den Schiwinter bilden.



Neue Führung des Wiener Schiverbands

von Pauli Meisl

Im Juli 2022 ging, von vielen Mitgliedern unbemerkt, nach 22 Jahren die "Ära Gruber" im WSV zu Ende. Zu seinem Nachfolger wurde auf Grundlage eines zwischen den maßgeblichen Vereinen inklusive ASC akkordierten Wahlvorschlags mit Roland König (45) ein neuer Verbandschef gewählt.

Gleichzeitig wurden auch das Präsidium sowie wesentliche Vorstandspositionen (Kassier, Sportwart Alpin) neu besetzt und ein echter Generationswechsel vollzogen. Über Jahrzehnte den Wiener Schisport prägende Persönlichkeiten (zuvorderst Wolfgang Fiedler und Elmar Gipperich) zogen sich aus dem Vorstand zurück. Die wesentlichen Bereiche des alpinen und nordischen Schisports liegen sowohl in sportlicher als auch organisatorischer Hinsicht nun in den Händen eines (verhältnismäßig) jungen Teams an ehemaligen Sportler_innen und Trainer_Innen verschiedener Vereine (für weitere Informationen siehe www.wienski.at).

Roland König ist hauptberuflich Geschäftsführer im Haus der Barmherzigkeit, einer gemeinnützigen Einrichtung für pflegebedürftige Menschen und als Vater eines Spitzenläufers des SC Edelweiss seit Jahren im Rennlauf engagiert. In seinem Konzept für den Wiener Schiverband hat er die zwei Hauptsäulen „Vereins- und Breitensport“ sowie „Leistungssport“ definiert. In beiden Bereichen soll es zu neuen Impulsen kommen mit dem Ziel, dem Schilaf in Wien weiterhin eine Grundlage zu bieten und ihn darüber hinaus auf die großen Herausforderungen der Zukunft vorzubereiten.

Eine wesentliche erste Neuerung besteht darin, dass erstmals zwei hauptberufliche Trainer angestellt wurden. Es handelt sich dabei um die beiden C-Trainer Moritz Schellmann und Felix Ortner, die in Zukunft die Umsetzung der sportlichen Konzepte des WSV übernehmen werden.

Dazu sind weitere konkrete Maßnahmen geplant bzw. bereits in Angriff genommen, von denen der ASC unmittelbar profitieren sollte. So ist es dem Schiverband ein Anliegen, in einem engeren Austausch mit den Vereinen als bisher die Zusammenarbeit zwischen den Vereinen zu verbessern. Konkret angedacht ist hier zum Beispiel der Aufbau einer Trainer_innenbörse. Außerdem soll es durch den WSV Trainingsunterstützung für die Vereine geben. Im Bereich Leistungssport soll es ab April 2023 zwei fixe Kadertrainingsgruppen (Schüler und Jugend) sowie eine Ganzjahresbetreuung der Kaderathleten geben.

Der ASC ist auf mehreren Ebenen in diese Planungen eingebunden. Es ist also bereits jetzt eine Verbesserung und Erleichterung der Kommunikation mit den relevanten Personen im WSV festzustellen. Konkret ist der ASC bereits an den neuen Sportwart Alpin Albert Reiter sowie an die Trainer Moritz Schellmann und Felix Ortner herantreten, um eine Unterstützung für die in der nächsten Zeit geplanten Trainingskurse zu sichern. Die bisherigen Gespräche verliefen durchaus sehr positiv und es erscheint aussichtsreich, in nächster Zeit Unterstützung durch den WSV bei der Durchführung von Trainingskursen bzw. regelmäßigen Abendtrainings zu erhalten.

Leserbrief zum Interview mit ÖSV-Generalsekretär Scherer

Die Presse am Sonntag 30.10.2022



Kürzlich erschien in der "Presse an Sonntag" ein Leserbrief von DI Dr. Michael Duschel dessen Inhalt für schibbegeisterte Großstädter_Innen von großem Interesse ist und wir untenstehend abgedruckt haben. Anstoß war ein Interview von ÖSV-Generalsekretär Scherer am 17.10.2022, welches ihr unter dem QR-Code links abrufen könnt. Dass es auch innerhalb des ÖSV geteilte Meinungen gibt, könnt ihr an der Stimme von Marko Pfeifer (Cheftrainer) sehen. QR-Code rechts!



»Der Skisport ist sich seiner exponierten Position bewusst«, Interview mit ÖSV-GS Christian Scherer von Josef Ebner, 16. 10.

Ohne breite Basis gibt es keine Spitze

Sehr geehrter Herr Generalsekretär!
In Ihrem Interview machen Sie einige Aussagen, die nicht unwidersprochen bleiben können. Wenn der ÖSV den volkswirtschaftlichen Gesamtnutzen des Skisports für Österreich in den Vordergrund stellen möchte, so muss man Ihre Aussagen betreffend den Spitzensport ins richtige Licht rücken.
Wie bei einer Pyramide gibt es ohne breite Basis keine Spitze. Allein

stehende Spitzen brechen früher oder später weg. Jahrelang wurde versucht, mit der Erschließung der Gletscherskigebiete das Skifahren zum Ganzjahressport zu machen. Nun werden wir von der Realität eingeholt und sind schon froh, wenn wir über den Winter in Skigebieten über 1800 m ohne Schneekanonen einen durchgehenden Skibetrieb haben.

Viele Skigebiete rund um Wien haben bereits ihren Betrieb eingestellt. Die Distanz zum nächstgelegenen Skigebiet beträgt daher im Durchschnitt 100 km. Hier zu sagen, Österreich brauche keine Skihalle, ist gedanklich nicht nachvollziehbar. Für die westlichen Bundesländer mag das wohl stimmen, die stellen aber sicher nicht die Mehrzahl der Gäste, die den gewünschten volkswirtschaftlichen Nutzen erzeugen können. Nicht der Spitzensport wäre die Zielgruppe eines solchen Projektes, sondern die vielen Kinder und begeisterungsfähigen Jugend-

lichen. Dass der ÖSV, als oberster Repräsentant der österreichischen Skisportler, an so einem Projekt kein Interesse hat, scheint zumindest befremdlich. Läufer wie Dave Ryding beweisen sogar, dass der Start für eine Skiprofikkariere auf Kunstschnee gelingen kann.

Der ASC hat 1986 in Wien auf der Hohe-Wand-Wiese einen Parallelschlalom als Weltcuprennen auf Kunstschnee durchgeführt. Mit einer(!) Schneekanone wurden ca. 2000 m³ Schnee erzeugt, die ausreichend für eine weltcup-taugliche Piste waren. Verglichen mit den 44.000 m³ für den heurigen Weltcupaufakt in Sölden ein Witz.

Eine Wintersporthalle im urbanen Bereich hätte daher viele Vorteile, auch wenn es auf den ersten Blick nicht so aussieht. Für Tausende begeisterte Nutzer würde sich die Anreise verringern, durch eine „Rund um die Uhr“-Verfügbarkeit ergäbe sich eine bessere Auslastung, Ausbildungs- und Trai-

ningsmöglichkeiten stünden für viele Zielgruppen zur Verfügung. Insgesamt ein ressourcenschonenderer Einsatz mit guten Zukunftsaussichten.

Der ÖSV hätte daher, aus unserer Sicht, sehr wohl die Aufgabe, als Initiator eines derartigen Projekts in Erscheinung zu treten. Mit den derzeit noch vorhandenen Beziehungen müsste es doch möglich sein, ein entsprechendes Konsortium zu bilden, das so ein Projekt auf die Beine stellt.
DI Dr. Michael Duschel für den Vorstand des Akad. Schi Club Wien

»Mäuse, Marder, Ameisen«, »Gartenkralle« von Ute Woltron, 23. 10.

Sehr sympathische und kompetente Beiträge

Sehr sympathisch, die Beiträge von Ute Woltron, vulgo „Gartenkralle“. Ich lese ihre Artikel gern, und fallweise schreibt sie auch über andere Themen als

Personalia

Wir gratulieren Vincenz und Nani Michalek zur Geburt ihrer Tochter Therese am 04.II.2022.

Weiters gratulieren wir zum Geburtstag:

Dr.Tassilo Ogrinz
zum 85er

Dr.Christian Lillie
zum 80er

Dr.Diana Skok
zum 75er

Michael Grassberger
zum 50er

ASC Shop

<https://asc-wien.myspreadshop.at>

Trendige Teamkleidung könnt ihr über unseren Webshop beziehen!



ASC Logo Weiß - Kinder Kontrast-Hoodie

27,99 €

Sportmedizinerin

Veranstaltung im Rahmen des ASC Konditionsturnen mit
Katharina Passini

Dr. Katharina Passini ist Internistin und Nephrologin und betreut den ASC im Rahmen Ihrer Ausbildung zur Sportmedizinerin.



In einem Workshop möchte sie euch Einblicke in ihre Arbeit als Sportmedizinerin geben und euch zeigen was ihr dafür tun könnt um eure Leistungsfähigkeit, Gesundheit und Performance zu verbessern.

Es wird um folgende Themen gehen:

- Grobe Einblicke in die Leistungsphysiologie. Über welche Mechanismen trainiere ich meinen Körper und meine Zellen?
- Was genau ist Ausdauertraining? Was bedeutet aerobes und anaerobes Training, was ist Lactat? Wie kann ich Ausdauertraining in mein Leben integrieren und wofür brauche ich es beim Schifahren?
- Wie sieht optimiertes Krafttraining aus, warum ist Koordinationstraining so essentiell und warum ist Regeneration mindestens so wichtig wie das Training an sich?
- Wie ernähre ich mich sinnvoll nach dem Wettkampf, nach dem Training und im Alltag?
- Wie kann ich Verletzungen vorbeugen und meine Gelenke, Sehnen und Knochen stärken?
- Brauche ich eine individuelle sportmedizinische Untersuchung?
- Nach theoretischen Überlegungen möchte ich mit euch konkrete Übungen machen und das Gelernte mit euch ausprobieren.

Bitte nehmt Sportkleidung mit und wenn möglich eine Pulsuhr /Smartwatch, wenn ihr eine besitzt.

Der Workshop wird im neuen Jahr stattfinden und rechtzeitig kommuniziert werden. Interessent Innen können sich bereits jetzt per Mail an ascwien@gmx.at wenden.

Impressum

Herausgeber: ASC Wien (ZVR: 8001 771 963 756), Redaktion: Mag. Nadine Hübner Druck: MBE Austria, Graphik: DI Fabian Duschel, ASC Akademischer Schiclub Wien, Informationsblatt für Clubmitglieder, p.A. Lautensackgasse 29/13, 1140 Wien, e-mail: office@ascwien.at, www.ascwien.at