



{PERSON_GREETID},

Dieser Newsletter steht ganz im Zeichen der beginnenden internationalen und nationalen Mannschaftswettkämpfe. – Die erfolgreichen Paralympics AthletInnen wurden bei ihrer Rückkehr gebührend empfangen und geehrt. – Mit dem Austria Top 12 ist das nächste Top-Event bereits in Vorbereitung.



CHAMPIONS LEAGUE

Im Bewerb der Damen starteten sowohl Linz AG Froschberg als auch SVS Ströck mit einem Sieg in die neue Saison. Die Herren von SVS Niederösterreich eröffnen die Saison am 20. September mit einem Heimmatch gegen Borussia Düsseldorf.

[lesen Sie mehr zu den Damen](#)

[lesen Sie mehr zu den Herren](#)



ETTU-CUP

Im ETTU-Cup erfolgte der Startschuss mit 2 österreichischen Herren- und 2 Damenmannschaften. Alle 4 Mannschaften schafften den Aufstieg in Runde 2.

[lesen Sie mehr](#)



SUPERLIGA

Die neue Saison begann für die österreichischen Mannschaften mit einem Sieg, einem Unentschieden und einer Niederlage! Bei den Damen siegte Linz AG Froschberg und LZ Linz-Froschberg musste eine Niederlage hinnehmen. Die Herren von UTTC Stockerau erkämpften ein Unentschieden.

[lesen Sie mehr](#)



BUNDESLIGEN

Nach dem Saisonopening wurde nun der Grunddurchgang in den Herren-Bundesligen und der 2. Damen-Bundesliga gestartet. Nach dem ersten Wochenende konnten sich folgende Mannschaften an die Tabellenspitze setzen:

1. Herren-Bundesliga: SVS Niederösterreich
2. Damen-Bundesliga: TTC "CarinthiaWinds-Villacher"
2. Herren-Bundesliga A: UTTC Römerquelle Langenlois
2. Herren-Bundesliga B: Union Raiffeisen Oberndorf

[lesen Sie mehr](#)



PARALYMPICS

Die erfolgreichen Sportler Doris Mader und Stanislaw Fraczyk wurden nach ihrer Rückkehr aus London mit dem Silbernen Ehrenzeichen des ÖTTV geehrt.

[lesen Sie mehr](#)



AUSTRIA TOP 12

Am Montag, den 24. September, findet im Sportpark Lissfeld das Austria Top 12 statt. 20 Herren und Damen kämpfen in Vorrunden und Finalrunden um ein Preisgeld in der Höhe von 8.600 Euro.

[lesen Sie mehr](#)



TAG DES SPORTS

Am Samstag, den 22. September, findet das größte Open Air-Sportfestival, der "Tag des Sports '12", statt. Wie in den letzten Jahren werden wieder um die 400.000 Teilnehmer erwartet.

[lesen Sie mehr](#)



TÄGLICHE TURNSTUNDE

Die BSO hat eine Unterschriftenaktion zur täglichen Turnstunde ins Leben gerufen. Machen Sie mit und unterstützen Sie diese Aktion mit ihrer Unterschrift.

[lesen Sie mehr](#)

LIEBHERR

BONIG

Ströck

Österreichischer Tischtennis Verband, A-1040 Wien, Prinz Eugen Straße 12
Tel: +43 1 505 28 05, Fax: +43 1 505 90 35, tt@oettv.org

©Österreichischer Tischtennis Verband. Alle Rechte vorbehalten
Newsletter [abbestellen](#) [Daten ändern](#) [weiterempfehlen](#)

SOUVERÄNER AUFTAKT IN DAMEN CHAMPIONS LEAGUE

[zurück](#)

Sowohl die Damen von Linz AG Froschberg als auch jene von SVS Ströck konnten ihr Erstrundenspiel in der Damen Champions League gewinnen.

Linz AG Froschberg siegte in Gruppe A bereits vergangenen Donnerstag souverän gegen KTTC AFP Antwerpen mit 3:0. Liu Jia, Iveta Vacenovska und Petrissa Solja gaben insgesamt nur einen Satz ab.

In Gruppe B konnte SVS Ströck STK Dr. Casl mit 3:1 bezwingen. Li Qiangbing mit 2 Einzelsiegen und Yuki Nonaka mit einem Einzelsieg holten die Punkte. Nicole Galitschitsch musste sich bei ihrem Heimdebüt geschlagen geben.

[offizielle Homepage](#)

[Bilder von Kurt Bartuschek](#)



CHAMPIONS LEAGUE DER HERREN

[zurück](#)

Am 20. September trifft SVS Niederösterreich in der 1. Runde der Herren Champions League auf Borussia Düsseldorf.

Im ersten Spiel zur heurigen Champions League Saison treffen die Serienmeister aus Niederösterreich auf Superstar Timo Boll und seine Kollegen.

SVS Niederösterreich - Borussia Düsseldorf

am Donnerstag, den 20. September 2012 ab 20:15h
im Multiversum, (2320 Schwechat, Möhringgasse 2-4)

Karten sind im Vorverkauf im Multiversum Schwechat um € 10,00 (€ 5,00 für Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren) telefonisch unter 01 / 70 107 oder email: karten@mvs.w.at erhältlich. Natürlich können Tickets auch online über die Website www.multiversum-schwechat.at erworben werden. An der Abendkasse sind die Karten um € 15,00 erhältlich. Für Gruppen gibt es ab 10 Tickets zwei Karten gratis dazu.



ETTU CUP

[zurück](#)

Die erste Runde des ETTU Cups der Damen und Herren fand statt und die Auslosung für Runde 2 wurde veröffentlicht.

Damen

Zwei österreichische Damenmannschaften waren in der 1. Runde am Start.

TTC Carinthiawinds-Villacher hatte Domotekhnika - Nord (UKR) und Irun Leka Enea (ESP) zu Gast. Die Kärntnerinnen konnten gegen die Spanierinnen mit 3:0 gewinnen, mussten sich allerdings gegen die Ukrainerinnen mit 1:3 geschlagen geben. Als Zweiter ist man für Runde 2 qualifiziert.

UTTC Halbturn war zu Gast in Diddeleng (LUX). Gegen den Ausrichter konnte man mit 3:1 gewinnen. Mit einem glatten 3:0 siegte man gegen Grupo Desportivo Dos Toledos (POR). Gegen USD Tennistavola Zeus (ITA) musste man sich mit 2:3 geschlagen geben. Als Zweitplatzierte ist auch UTTC Halbturn für Runde 2 qualifiziert.

In Runde 2 ist UTTC Halbturn zu Gast in Spanien bei Suris Calela. TTC Carinthiawinds-Villacher wird in Italien bei USD Tennistavola Zeus antreten. Ins Geschehen ab Runde 2 greift Leistungszentrum Linz Froschberg ein, die in Frankreich bei C.P. Lyssois Lille Metropole zu Gast sein werden.

- [Ergebnisse 1. Runde](#)
- [Auslosung 2. Runde](#)

Herren

Ebenfalls zwei österreichische Mannschaften waren in Runde 1 bei den Herren am Start.

SPG Walter Wels konnte souverän den Gruppensieg mit drei 3:0-Siegen einfahren. In Zypern gewann man gegen Mavrommatis Ayiou Pavlou (CYP), TED Sport Club (TUR) und Hapoel Ironi Nazareth (ISR).

TT Sportklub Wien war zu Gast in Spanien bei Irun Leka Enea. Die Spanier erwiesen sich als zu starkes Team und gewannen alle Begegnungen klar mit 3:0. Gegen Floratoum Szegaed AC Kalo (HUN) mussten sich die Oberösterreicher knapp mit 2:3 geschlagen geben. Nicht angetreten war Fusion Table Tennis Club (ENG).

Beide Mannschaften werden auch in Runde 2 am Start sein. SPG Walter Wels wird in Frankreich bei Istres Tennis de Table zu Gast sein. TT Sportklub Wien geht in Schweden an den Start.

- [Ergebnisse 1. Runde](#)
- [Auslosung 2. Runde](#)



EUROPEAN TABLE TENNIS UNION

ETTU CUP "WOMEN" - 2012/2013



FIRST STAGE TOURNAMENT

08.09. – 09.09.2012

► In each group, the teams ranked 1 and 2 are qualified for the 2nd stage (06.10. – 07.10.2012)

Group 1				(A)	(B)	(C)	Score	Points	Ranking
Team Mälarenergi BTK (H)	SWE	(A)		---	1-3	3-0	1:1	3	2
Dozy den Helder - Noordkop	NED	(B)		3-1	---	3-0	2:0	4	1
Copenhagen BTK	DEN	(C)		0-3	0-3	---	0:2	2	3

Group 2				(A)	(B)	(C)	Score	Points	Ranking
AZE AJD Czestochowa (H)	POL	(A)		---	3-2	3-0	2:0	4	1
SC Luch Vladimir	RUS	(B)		2-3	---	3-0	1:1	3	2
A.S. Polemidia	CYP	(C)		0-3	0-3	---	0:2	2	3

Group 3				(A)	(B)	(C)	Score	Points	Ranking
TTC Carinthiawinds-Villacher (H)	AUT	(A)		---	1-3	3-0	1:1	3	2
Domotekhnika - Nord	UKR	(B)		3-1	---	3-0	2:0	4	1
Irun Leka Enea	ESP	(C)		0-3	0-3	---	0:2	2	3

Group 4					(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
DT Diddeleng (H)	LUX	(A)			---	1-3	1-3	3-1	1:2	4	3
UTTC Halbturn	AUT	(B)			3-1	---	2-3	3-0	2:1	5	2
USD Tennistavola Zeus	ITA	(C)			3-1	3-2	---	3-0	3:0	6	1
Grupo Desportivo Dos Toledos	POR	(D)			1-3	0-3	0-3	---	0:3	3	4

The teams finishing in positions 1 and 2 in their respective groups are qualified for the second stage (06.10.-07.10.2012).

In each group the club marked "H" has to organise the group matches. This club has to provide free hospitality for 5 persons for each visiting clubs for 2 days/nights.

Inside the groups the order of matches shall be as follows:

Date:	3 teams	4 teams
Saturday, 14:00	3-1	1-4, 2-3
Saturday, 19:00	1-2	4-2, 3-1
Sunday, 10:00	2-3	1-2, 3-4

EUROPEAN TABLE TENNIS UNION

ETTU CUP "WOMEN" - 2012/2013



SECOND STAGE TOURNAMENT

06.10. – 07.10.2012

► In each group, the team ranked 1 is qualified for the 3rd stage (16.11. – 19.11.2012)

Group 1			(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
Centre Natacio Mataro Quadis (H)	ESP	(A)	---						
ADC Ponta do Pargo	POR	(B)		---					
AZE AJD Czestochowa	POL	(C)			---				
Team Mälarenergi BTK	SWE	(D)				---			

Group 2			(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
ALCL TT Grand Quevilly	FRA	(A)	---						
Suris Calela (H)	ESP	(B)		---					
Domotekhnika - Nord	UKR	(C)			---				
UTTTC Halbtturn	AUT	(D)				---			

Group 3			(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
KFU Kazan	RUS	(A)	---						
Bursa Büyükşehir Beledyesport	TUR	(B)		---					
USD Tennistavola Zeus (H)	ITA	(C)			---				
TTC Carinthiawinds-Villacher	AUT	(D)				---			

Group 4			(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
Leistungszentrum Linz Froschberg	AUT	(A)	---						
C.P. Lyssois Lille Metropole (H)	FRA	(B)		---					
Dozy den Helder - Noordkop	NED	(C)			---				
SC Luch Vladimir	RUS	(D)				---			

The teams finishing in position 1 in their respective groups are qualified for the 3rd round (16.11.-19.11.2012).

In each group the club marked "H" has to organise the group matches. This club has to provide free hospitality for 5 persons for each visiting clubs for 2 days/nights (in case a group consisting of 4 teams).

Inside the groups the order of matches shall be as follows:

Date:	4 teams
Saturday, 14:00	1-4, 2-3
Saturday, 19:00	4-2, 3-1
Sunday, 10:00	1-2, 3-4

EUROPEAN TABLE TENNIS UNION

ETTU CUP "MEN" - 2012/2013



FIRST STAGE TOURNAMENT

08.09. – 09.09.2012

► In each group, the teams ranked 1, 2 and 3 qualified for the 2nd stage (06.10. – 07.10.2012)

Group 1				(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
SC "LIRS" Zhovka Ukraine (H)	UKR	(A)		---	3-1	3-0	3-0	3:0	6	1
Yalova Belediye Genclik Spor	TUR	(B)		1-3	---	3-0	2-3	1:2	4	3
Evagoras Lakatamias	CYP	(C)		0-3	0-3	---	0-3	0:3	3	4
STK Aladza - A	BIH	(D)		0-3	3-2	3-0	---	2:1	5	2

Group 2				(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
STK "Banat" Zrenjanin (H)	SRB	(A)		---	3-2	3-2	3-0	3:0	6	1
Yronii Givatayim TTC	ISR	(B)		2-3	---	3-2	3-2	2:1	5	2
NTK Ilirija (Ljubljana)	SLO	(C)		2-3	2-3	---	3-1	1:2	4	3
DT Union Luxembourg	LUX	(D)		0-3	2-3	1-3	---	0:3	3	4

Group 3					(A)	(B)	(C)	(D)	(E)	Score	Points	Ranking
DT Echternach (H)	LUX	(A)			---	3-2	0-3	3-1	2-3	2:2	6	4
Grupo Desportivo dos Toledos	POR	(B)			2-3	---	3-2	3-1	3-2	3:1	7	1
CTM San Sebastian de los Reyes	ESP	(C)			3-0	2-3	---	3-0	3-0	3:1	7	2
TT Vedrinamur	BEL	(D)			1-3	1-3	0-3	---	2-3	0:4	4	5
BTK Warta Göteborg	SWE	(E)			3-2	2-3	0-3	3-2	---	2:2	6	3

Group 4				(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
Mavrommatis Ayiou Pavlou (H)	CYP	(A)		---	2-3	0-3	0-3	0:3	3	4
TED Sport Club	TUR	(B)		3-2	---	3-2	0-3	2:1	5	2
Hapoel Ironi Nazareth	ISR	(C)		3-0	2-3	---	0-3	1-2	4	3
SPG Walter Wels	AUT	(D)		3-0	3-0	3-0	---	3-0	6	1

Group 5				(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
DT Diddeleng (H)	LUX	(A)		---	2-3	3-1	3-0	2:1 (5-3)	5	1
ADC Ponta do Pargo Calheta	POR	(B)		3-2	---	3-0	1-3	2:1 (4-5)	5	2
SOKAH Hoboken	BEL	(C)		1-3	0-3	---	0-3	0:3	3	4
Tttc Fvt/Visser Rotterdam	NED	(D)		0-3	3-1	3-0	---	2:1 (3-4)	5	3

Group 6				(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
Arteal Tennis de Mesa (H)	ESP	(A)		---	0-3	3-0	3-2	2:1	5	2
Sporting Club de Portugal	POR	(B)		3-0	---	3-1	3-0	3:0	6	1
B-Batt	ENG	(C)		0-3	1-3	---	2-3	0:3	3	4
Libertas Marinkolor-Dubrovnik	CRO	(D)		2-3	0-3	3-2	---	1:2	4	3

EUROPEAN TABLE TENNIS UNION

ETTU CUP "MEN" - 2012/2013



FIRST STAGE TOURNAMENT

25.09. – 26.09.2010

► In each group, the teams ranked 1, 2 and 3 qualified for the 2nd stage (01.10. – 02.10.2011)

Group 7				(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
Enjoy Deploy Taverzo (H)	NED	(A)		---	3-2	3-0	3-2	3:0	6	1
Grupo Desportivo do Centro	POR	(B)		2-3	---	3-0	3-2	2:1	5	2
Caja de Burgos	ESP	(C)		0-3	0-3	---	1-3	0:3	3	4
TT Sud Telecom Virton	BEL	(D)		2-3	2-3	3-1	---	1:2	4	3

Group 8				(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
Irun Leka Enea (H)	ESP			---	3-0	3-0	3-0	3:0	6	1
Fusion Table Tennis Club (W.O.)	ENG			0-3	---	0-3	0-3	0:3	0	4
TT Sportklub Wien	AUT			0-3	3-0	---	2-3	1:2	4	3
Floratom Szeged AC Kalo	HUN			0-3	3-0	3-2	---	2:1	5	2

The teams finishing in positions 1, 2 and 3 in their respective groups are qualified for the second stage (06.10.-07.10.2012).

In each group the club marked "H" has to organise the group matches. This club has to provide free hospitality for 5 persons for each visiting clubs for 2 days/nights (in case a group consisting of 4 teams) and 3 days/nights (in case a group existing of 5 teams).

Inside the groups the order of matches shall be as follows:

Date:	5 teams	4 teams
Saturday, 10:00	2-5, 3-4	
Saturday, 14:00	1-5, 2-4	1-4, 2-3
Saturday, 19:00	1-2, 3-5	4-2, 3-1
Sunday, 10:00	1-3, 4-5	1-2, 3-4
Sunday, 14:00	1-4, 2-3	

EUROPEAN TABLE TENNIS UNION

ETTU CUP "MEN" - 2012/2013



SECOND STAGE TOURNAMENT

06.10. – 07.10.2012

► In each group, the team ranked 1 is qualified for the 3rd stage (16.11. – 19.11.2012)

Group 1

			(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
Istres Tennis de Table (H)	FRA	(A)	---						
SPG Walter Wels	AUT	(B)		---					
ADC Ponta do Pargo Galheta	POR	(C)			---				
TT Sud Telecom Virton	BEL	(D)				---			

Group 2

			(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
DKV Borges Vall (H)	ESP	(A)	---						
Grupo Desportivo dos Toledos	POR	(B)		---					
Floratom Szeged AC Kalo	HUN	(C)			---				
Libertas Marinkolor Dubrovnik	CRO	(D)				---			

Group 3

			(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
Eslövs AL Bordtennis (H)	SWE	(A)	---						
STK "Banat" Zrenjanin	SRB	(B)		---					
Arteal Tennis de Mesa	ESP	(C)			---				
TT Sportklub Wien	AUT	(D)				---			

Group 4

			(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
STK Dr. Casl (H)	CRO	(A)	---						
SC "Lirs" Zhovka	UKR	(B)		---					
Grupo Desportivo do Centro	POR	(C)			---				
TTC FvT/Visser Rotterdam	NED	(D)				---			

Group 5

			(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
Sokol Kraluv Dvur (H)	CZE	(A)	---						
Irun Leka Enea	ESP	(B)		---					
STK Aladza - A	BIH	(C)			---				
Hapoel Ironi Nazareth	ISR	(D)				---			

Group 6

			(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
Copenhagen BTK (H)	DEN	(A)	---						
Enjoy Deploy Taverzo	NED	(B)		---					
Yronii Givatayim TTC	ISR	(C)			---				
Yalova Belediye Geclik Sport	TUR	(D)				---			

EUROPEAN TABLE TENNIS UNION

ETTU CUP "MEN" - 2012/2013

SECOND STAGE TOURNAMENT

06.10. – 07.10.2012



► In each group, the team ranked 1 is qualified for the 3rd stage (16.11. – 19.11.2012)

Group 7

			(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
ASD Marcozzi Cagliari (H)	ITA	(A)	---						
Sporting Club de Portugal	POR	(B)		---					
CTM San Sebastian de los Reyes	ESP	(C)			---				
NTK Ilirijy Ljubljana	SLO	(D)				---			

Group 8

			(A)	(B)	(C)	(D)	Score	Points	Ranking
Cajasur Priego T.M. (H)	ESP	(A)	---						
DT Diddeleng	LUX	(B)		---					
TED Sport Club	TUR	(C)			---				
BTK Warta Göteborg	SWE	(D)				---			

The teams finishing in position 1 in their respective groups are qualified for the 3rd round (16.11.-19.11.2012).

In each group the club marked "H" has to organise the group matches. This club has to provide free hospitality for 5 persons for each visiting clubs for 2 days/nights (in case a group consisting of 4 teams).

Inside the groups the order of matches shall be as follows:

Date:	4 teams
Saturday, 14:00	1-4, 2-3
Saturday, 19:00	4-2, 3-1
Sunday, 10:00	1-2, 3-4

SUPERLIGA

[zurück](#)

Die Damen und Herren trugen die 1. Runde in der grenzübergreifenden Superliga aus.

Bei den Damen siegte Linz AG Froschberg klar mit 7:0 gegen STMK Stropkov. Mit dem selben Resultat musste sich LZ Linz-Froschberg auswärts bei Budaörsi SC geschlagen geben.

UTTC Stockerau war zu Gast bei Penzügyör SE und erkämpfte mit Martin Storf, Stefan Leitgeb und Stanislaw Fraczyk ein Unentschieden (5:5).

[Ergebnisdienst](#)

[Ergebnisse \(PDF\)](#)





Österreichischer Tischtennis
Verband
Bundesliga • Superliga
Dr. Reinhold LUCKENEDER
Tel. 01/5043715,
E-Mail:
reinhold.luckeneder@chello.at

1. Durchgang, Runde 1:
Termin: 11. September 2012

Tischtennis SUPERLIGA Resultate

Herren Superliga

Dienstag, 11. September 2012

Gruppe A:

SF SKK El Nino Praha – NTK Kema Puconci 7:0
(Kaucky 2, Obeslo Mi. 2, Obeslo Ma. 1, Obeslo F. 1,
Obeslo Ma./Obeslo F.)

Gruppe B:

STK Dr. Casl – MSK Cadca 7:0
(Redjep 2, Zeng Jia 2, Japoc 2, Zeng/Japoc)
Penzügyör SE – UTTC Stockerau 5:5
(Hoffmann 3, Varga 2, bzw.
Storf 2, Pfeffer 1, Fraczyk 1, Storf/Pfeffer)

Damen Superliga

Dienstag, 11. September 2012

Gruppe A:

Linz AG Froschberg – STMK Stropkov 7:0
(Vacenovska 2, Polcanova 2, Solja 2,
Solja/Vacenovska)

Gruppe B:

Budaörsi SC – LZ Linz-Froschberg 7:0
(Pergel 2, Madarasz 2, Hepke 2, Pergel/Madarasz)

BUNDESLIGA GRUNDDURCHGANG

[zurück](#)

Vergangenes Wochenende startete der Grunddurchgang in den Herren-Bundesligen sowie in der 2. Damen-Bundesliga.

Nach dem ersten Wochenende haben sich SVS Niederösterreich in der 1. Herren-Bundesliga, UTTC Römerquelle Langenlois in der 2. Herren-Bundesliga A, Union Raiffeisen Oberndorf in der 2. Herren-Bundesliga B und TTC "CarinthiaWinds-Villacher" in der Damen-Bundesliga an die Tabellenspitze gesetzt.

[zur Homepage der Bundesliga](#)





1. Herren-Bundesliga 2012/2013

Mannschaftstabelle:

Rang	Mannschaft	T-Abk.	Sp	S	U	N	Sp-V	Sz-V	P	+
1.	SG SVS Niederösterreich 1	SGSV1	2	2	0	0	8 : 2	27 : 10	12	(6)
2.	Mauthausen 1	MAUT1	2	2	0	0	8 : 0	24 : 7	10	(4)
3.	Ece Grill Kapfenberg 1	KAPF1	2	2	0	0	8 : 2	27 : 11	9	(3)
4.	SPG Walter Wels 1	WELS1	2	1	0	1	5 : 4	18 : 15	9	(5)
5.	UTTC Ligist 1	LIGI1	2	2	0	0	8 : 1	24 : 9	8	(2)
6.	Linz-Froschberg AG 1	FROB1	2	1	0	1	6 : 5	24 : 21	5	(1)
7.	Linz Waldegg 1	WALD1	2	1	0	1	5 : 5	18 : 19	4	
8.	Innsbruck 1	INNS1	2	1	0	1	4 : 6	19 : 22	4	
9.	Stockerau Union 1	USTO1	2	0	0	2	2 : 8	13 : 25	2	
10.	Saalfelden 1	SAAL1	2	0	0	2	1 : 8	9 : 26	2	
11.	Oberwart 1	OBWT1	2	0	0	2	1 : 8	7 : 26	2	
11.	Sportklub 1	SKLW1	2	0	0	2	1 : 8	7 : 26	2	

Einzelrangliste:

Rang	Name	T-Abk.	Sp	S / N	RC-Wertung	AK
1.	Fegerl Stefan	SGSV1	2	4 : 0	2830 ± 43	
1.	Gerold Gabor	KAPF1	2	4 : 0	2672 ± 45	
3.	Simoner Christoph	LIGI1	2	3 : 0	2708 ± 50	
4.	Ding Yi	MAUT1	2	2 : 0	2637 ± 54	S50
4.	Heimberger Martin	KAPF1	2	2 : 0	2523 ± 41	
4.	Pazsy Ferenc	MAUT1	2	2 : 0	2639 ± 47	
4.	Pető Zsolt	WELS1	2	2 : 0	2747 ± 42	
4.	Preßlmayer Bernhard	MAUT1	2	2 : 0	2568 ± 49	
4.	Zhang Jie	LIGI1	2	2 : 0	2622 ± 52	
10.	Chen Weixing	SGSV1	1	1 : 0	2872 ± 48	S40
10.	Habesohn Dominik	SGSV1	1	1 : 0	2536 ± 50	
12.	Feng Xiaoquan	FROB1	2	3 : 1	2597 ± 41	
13.	Gardos Krisztian	INNS1	2	2 : 1	2479 ± 55	
14.	Magyar Laszlo	WALD1	2	2 : 2	2663 ± 47	
14.	Storf Martin	USTO1	2	2 : 2	2506 ± 44	
16.	Habesohn Daniel	SGSV1	2	1 : 1	2780 ± 42	
16.	Leitgeb Stefan	INNS1	2	1 : 1	2386 ± 42	U21(1)
16.	Müllner Thomas	LIGI1	2	1 : 1	2205 ± 47	U18(3)
16.	Pichler Michael	WALD1	2	1 : 1	2510 ± 50	
16.	Plattner Dominique	WELS1	2	1 : 1	2557 ± 44	
16.	Vorcnik David	KAPF1	2	1 : 1	2184 ± 45	U21(1)
16.	Weiss Bernhard	SAAL1	2	1 : 1	2192 ± 49	
23.	Blas Arevalo Bryan	FROB1	2	1 : 2	2380 ± 74	
23.	Demeter Lehel	WELS1	2	1 : 2	2714 ± 49	
23.	Maier Christoph	INNS1	2	1 : 2	2461 ± 48	
23.	Zoltan Zoltan	OBWT1	2	1 : 2	2614 ± 48	S40
27.	Buganyi Michael	OBWT1	2	0 : 2	2346 ± 58	
27.	Fraczyk Stanislaw	USTO1	2	0 : 2	2425 ± 51	S60
27.	Janci Tomas	WALD1	2	0 : 2	2472 ± 54	S40
27.	Leonhartsberger Martin	FROB1	2	0 : 2	2214 ± 45	
27.	Luginger Christian	SAAL1	2	0 : 2	2298 ± 43	U21(1)
27.	Molnar Krisztian	OBWT1	2	0 : 2	2531 ± 86	
27.	Päuerl Wolfgang	SKLW1	2	0 : 2	2236 ± 52	S40
27.	Pfeffer Simon	USTO1	2	0 : 2	2315 ± 42	U21(1)
27.	Rapolt Norbert	SKLW1	2	0 : 2	2158 ± 50	
36.	Kutis Anton	SKLW1	2	0 : 3	2512 ± 45	S40
36.	Matviychuk Yuriy	SAAL1	2	0 : 3	2394 ± 47	

Mannschaftstabelle:

Rang	Mannschaft	T-Abk.	Sp	S	U	N	Sp-V	Sz-V	P	+
1.	Langenlois 1	LALO1	2	2	0	0	12 : 8	38 : 29	11	(5)
2.	Linz Altstadt 1	ALTS1	1	1	0	0	6 : 1	20 : 5	9	(6)
3.	Kuchl 1	KUCH1	2	2	0	0	12 : 5	37 : 25	9	(3)
4.	Kennelbach 1	KENN1	2	1	0	1	10 : 9	32 : 37	8	(4)
5.	Mariahilf / Langenzersdorf 1	SGML1	2	2	0	0	12 : 3	40 : 15	7	(1)
6.	Mauthausen 2	MAUT2	2	1	0	1	10 : 10	37 : 33	4	
7.	SV Leoben 1	LEOB1	2	0	0	2	6 : 12	23 : 38	4	(2)
8.	Heiligengr. Gemeensch. 1	HEGE1	2	0	0	2	5 : 12	21 : 40	2	
9.	SPG Walter Wels 2	WELS2	2	0	0	2	4 : 12	25 : 36	2	
10.	Biesenfeld 1	BIES1	1	0	0	1	1 : 6	5 : 20	1	

Einzelrangliste:

Rang	Name	T-Abk.	Sp	S / N	RC-Wertung	AK
1.	Cecava Miroslav	SGML1	2	6 : 0	2411 ± 50	S50
1.	Nemeth Janos	LALO1	2	6 : 0	2526 ± 57	
1.	Vajda Victor	MAUT2	2	6 : 0	2503 ± 72	
4.	Wolf Christian	SGML1	2	5 : 0	2254 ± 46	U21(3)
5.	Worischek Michael	ALTS1	1	3 : 0	2363 ± 44	
6.	Szabó Krisztián	ALTS1	1	2 : 0	2519 ± 51	
7.	Halmi Attila	KUCH1	2	5 : 1	2335 ± 48	S40
7.	Jin Zhenhua	KENN1	2	5 : 1	2210 ± 49	S40
7.	Sklenky Miroslav	KENN1	2	5 : 1	2354 ± 65	
10.	Kranabill Bernhard	KUCH1	2	4 : 1	2244 ± 42	
11.	Kaiser Janos	LALO1	2	4 : 2	2170 ± 61	
12.	Jamsek Darko	HEGE1	2	3 : 2	2250 ± 48	S40
13.	Kovács Domonkos	LEOB1	2	3 : 3	2226 ± 44	U21(2)
14.	Plavsic Stojan	WELS2	2	2 : 3	2233 ± 47	
14.	Seidl Lukas	KUCH1	2	2 : 3	2174 ± 47	U21(2)
16.	Chen Alexander	ALTS1	1	1 : 1	2297 ± 42	U21(2)
16.	Leonhartsberger Michael	BIES1	1	1 : 1	2140 ± 50	
18.	Bernhard Michael	LEOB1	2	2 : 4	2016 ± 47	
18.	Schaumberger Martin	MAUT2	2	2 : 4	2033 ± 47	U18(1)
20.	Kral Matthias	SGML1	2	1 : 3	2007 ± 44	U21(2)
21.	Angleitner Klaus	WELS2	2	1 : 4	2257 ± 47	
21.	Köberl Martin	LEOB1	2	1 : 4	1929 ± 53	
21.	Tripolt Thomas	HEGE1	2	1 : 4	1979 ± 60	
24.	Dlopst Dominik	HEGE1	2	1 : 5	2001 ± 49	
24.	Oberfichtner Simon	MAUT2	2	1 : 5	2051 ± 42	U18(2)
24.	Wellinger Philipp	WELS2	2	1 : 5	2049 ± 39	U18(3)
27.	Kovacs Janos	BIES1	1	0 : 2	2276 ± 48	
28.	Doppelbauer Bernhard	BIES1	1	0 : 3	2082 ± 49	
28.	Nagl Michael	LALO1	1	0 : 3	952 ± 61	U18(2)
28.	Rosner Sebastian	LALO1	1	0 : 3	1623 ± 45	U15(2)
31.	Rist Marvin	KENN1	2	0 : 6	1444 ± 148	U21(3)

Mannschaftstabelle:

Rang	Mannschaft	T-Abk.	Sp	S	U	N	Sp-V	Sz-V	P	+
1.	Oberndorf 1	OBER1	2	2	0	0	12 : 4	39 : 27	12	(6)
2.	Baden AC 1	BAAC1	2	2	0	0	12 : 2	40 : 20	8	(2)
3.	Wr. Neudorf 1	NEUD1	1	1	0	0	6 : 2	21 : 9	8	(5)
4.	ASVÖ Don Bosco 1	DOBO1	2	1	0	1	8 : 10	37 : 38	8	(4)
5.	Salzburg UTTC 1	SALZ1	2	1	0	1	10 : 10	42 : 35	7	(3)
6.	SG Gumpoldskirchen/Mödling 1	SGGM1	2	1	0	1	10 : 9	40 : 38	5	(1)
7.	Neusiedl/See 1	NEUB1	2	1	0	1	6 : 10	31 : 35	4	
8.	Flötzersteig 1	FLÖT1	2	0	0	2	8 : 12	31 : 46	2	
9.	SPG Judendorf/Eisbach 1	SGJE1	2	0	0	2	3 : 12	21 : 42	2	
10.	Guntramsdorf 1	GUNT1	1	0	0	1	2 : 6	9 : 21	1	

Einzelrangliste:

Rang	Name	T-Abk.	Sp	S / N	RC-Wertung	AK
1.	Kraus-Güntner Franz	SGGM1	2	6 : 0	2423 ± 56	S40
1.	Toth Gabor	SALZ1	2	6 : 0	2399 ± 43	
3.	Nemeth Karoly	OBER1	2	5 : 0	2557 ± 60	S40
3.	Pichler Jörg-Peter	BAAC1	2	5 : 0	2266 ± 38	
5.	Kolodziejczyk Wojciech	NEUD1	1	3 : 0	2432 ± 48	
6.	Al-Samhoury Tarek	NEUD1	1	2 : 0	2383 ± 46	
7.	Levenko Andreas	BAAC1	2	4 : 1	2138 ± 41	U15(2)
8.	Levenko Dmitrij	BAAC1	2	3 : 1	2269 ± 43	S50
9.	Kraft Michael	FLÖT1	2	4 : 2	2271 ± 49	
10.	Daxböck Thomas	OBER1	2	3 : 2	2135 ± 37	U21(2)
10.	Gal Clemens	OBER1	2	3 : 2	2200 ± 43	
12.	Klaus David	FLÖT1	2	3 : 3	2136 ± 42	U18(1)
12.	Probst Thomas	DOBO1	2	3 : 3	2259 ± 42	S40
12.	Sattler Gerald	SGGM1	2	3 : 3	2023 ± 40	
12.	Schanbacher Jan Peter	DOBO1	2	3 : 3	2185 ± 45	U21(3)
16.	Korbel Richard	NEUB1	2	2 : 3	2252 ± 45	
16.	Szabo Krisztian	NEUB1	2	2 : 3	2303 ± 45	S40
18.	Padera Mario	GUNT1	1	1 : 1	2246 ± 49	
19.	Berger Patrick	SALZ1	2	2 : 4	2067 ± 39	
20.	Serdaroglu David	NEUD1	1	1 : 2	2078 ± 40	U18(3)
20.	Simon Ferenc	GUNT1	1	1 : 2	2309 ± 44	S40
22.	Buchreiter Philipp	SGJE1	2	1 : 4	2091 ± 40	U21(2)
22.	Dirnberger Johannes	SGJE1	2	1 : 4	2012 ± 46	
22.	Ensbacher Markus	NEUB1	2	1 : 4	2081 ± 43	
22.	Nepozitek Lukas	SGJE1	2	1 : 4	1982 ± 43	
22.	Scherer Tobias	DOBO1	2	1 : 4	1943 ± 45	U18(2)
27.	Coufal Thomas	FLÖT1	2	1 : 5	2067 ± 41	
27.	Maier Albert	SALZ1	2	1 : 5	1959 ± 44	U21(3)
27.	Reitner Alexander	SGGM1	2	1 : 5	1990 ± 41	U21(3)
30.	Krämer Christopher	GUNT1	1	0 : 3	1814 ± 54	U18(3)



2. Damen-Bundesliga 2012/2013

Mannschaftstabelle:

Rang	Mannschaft	T-Abk.	Sp	S	U	N	Sp-V	Sz-V	P	+
1.	Villach 2	VILL2	3	3	0	0	18 : 10	65 : 40	15	(6)
2.	TTC Übelbach 1	ÜBBA1	3	3	0	0	18 : 7	62 : 33	14	(5)
3.	Oberwart 1	OBWT1	3	2	0	1	16 : 10	58 : 41	11	(4)
4.	Oberndorf 1	OBER1	3	2	0	1	16 : 9	52 : 37	10	(3)
5.	Wr. Neudorf 2	NEUD2	3	2	1	0	17 : 7	60 : 34	9	(1)
6.	Mariahilf / Langenzersdorf 1	SGML1	3	3	0	0	18 : 8	62 : 41	9	
7.	Bodensdorf 2	OSSI2	3	1	1	1	14 : 14	53 : 58	8	(2)
8.	Flötzersteig 2	FLÖT2	3	1	0	2	13 : 14	51 : 50	5	
9.	Baden AC 1	BAAC1	3	0	0	3	7 : 18	35 : 62	3	
9.	ESV Bruck/Mur 1	BEBU1	3	0	0	3	7 : 18	35 : 62	3	
11.	SG TT Amstetten 1	SGAM1	3	0	0	3	6 : 18	31 : 62	3	
12.	Oberes Triestingtal/Guntramsdorf 1	OTGU1	3	0	0	3	1 : 18	11 : 55	3	

Einzelrangliste:

Rang	Name	T-Abk.	Sp	S / N	RC-Wertung	AK
1.	Kosova Natalia	VILL2	3	9 : 0	1822 ± 56	
1.	Steinbacher Claudia	FLÖT2	3	9 : 0	1702 ± 39	U21(3)
3.	Csuti Eva	OBWT1	3	8 : 1	1672 ± 42	
3.	Fritz Beate	ÜBBA1	3	8 : 1	1682 ± 44	
3.	Storer Lisa	ÜBBA1	3	8 : 1	1680 ± 38	U18(1)
6.	Petrekova Daniela	NEUD2	3	7 : 1	1670 ± 42	U18(2)
7.	Wellinger Martha	VILL2	3	7 : 2	1752 ± 37	
8.	Petrekova Daniela	NEUD2	2	5 : 1	1668 ± 42	S40
9.	Burian Irene	OBER1	3	6 : 2	1670 ± 40	
9.	Fuchs Sandra	SGML1	3	6 : 2	1419 ± 44	U15(2)
11.	Gropper Brigitte	SGML1	3	6 : 3	1667 ± 42	S50
11.	Zehetner Magdalena	SGAM1	3	6 : 3	1460 ± 43	U18(2)
11.	Zlatilova Dzhesika	BEBU1	3	6 : 3	1667 ± 39	U15(1)
14.	Diendorfer Ines	OBER1	3	5 : 3	1555 ± 45	U18(1)
14.	Pfeffer Anna	SGML1	3	5 : 3	1396 ± 44	U18(1)
14.	Sturmlechner Rita	OBER1	3	5 : 3	1569 ± 49	
17.	Schätzer Evelyn	OSSI2	3	5 : 4	1663 ± 41	S40
17.	Strohmayr Sarah	OSSI2	3	5 : 4	1491 ± 43	
19.	Habesohn Sonita	NEUD2	2	3 : 2	1457 ± 45	S50
20.	Hromatka Doris	OBWT1	3	4 : 4	1636 ± 38	
20.	König Helga Ulla	OBWT1	3	4 : 4	1486 ± 59	
22.	Körmendi Orsolya	BAAC1	3	4 : 5	1609 ± 37	
23.	Wachter Andrea	NEUD2	2	2 : 2	1377 ± 55	
24.	Faltinger Claudia	BAAC1	3	3 : 6	1585 ± 40	
24.	Fuchs Sylvia	FLÖT2	3	3 : 6	1342 ± 49	
24.	Ratz Bettina	OSSI2	3	3 : 6	1349 ± 45	U18(3)
27.	Unterweger Julia	ÜBBA1	3	2 : 5	1374 ± 41	U18(1)
28.	Raffeis Gabriele	OTGU1	3	1 : 5	1417 ± 46	S50
29.	Kellermann Sophia	FLÖT2	3	1 : 7	1179 ± 44	U15(1)
30.	Jacic Ivana	BEBU1	3	1 : 8	1266 ± 45	U15(2)
31.	Schlapschy Lea	SGAM1	2	0 : 4	1248 ± 52	U21(1)
32.	Neuhold Hannelore	OTGU1	3	0 : 6	1327 ± 53	S50
33.	Wellinger Christa	SGAM1	2	0 : 5	1219 ± 52	S50
34.	Leichtfried Eva	BEBU1	3	0 : 7	1275 ± 45	U15(2)
34.	Pegoretti Katharina	OTGU1	3	0 : 7	727 ± 62	U18(2)
34.	Stürmer Bianca	BAAC1	3	0 : 7	600 ± 55	U15(2)
37.	Hartl Lena	SGAM1	2	0 : 6	887 ± 58	U15(2)
38.	Kelih Tjasa	VILL2	3	0 : 8	1063 ± 59	U18(2)

EHRENZEICHEN FÜR PARALYMPISCHE SILBERMEDAILLEN-GEWINNER

[zurück](#)

Stanislaw Fraczyk und Doris Mader wurden bei ihrer Rückkehr von den Paralympics geehrt.

ÖTTV Präsident Dr. Gottfried Forsthuber überreichte den Silbermedaillen-Gewinnern bei den Paralympischen Tischtennis-Bewerben 2012, Stanislaw Fraczyk und Doris Mader, unmittelbar nach deren VIP-Empfang am Wiener Flughafen das Silberne Ehrenzeichen des Österreichischen Tischtennis Verbandes.

(Foto: Thomas Haider)



AUSTRIA TOP 12

[zurück](#)

Am Montag, 24. September findet im Sportpark Lissfeld in Linz das Austria Top 12 2012 statt.

20 Herren und Damen kämpfen in Vorrunden und Finalrunden um ein Preisgeld in der Höhe von 8.550 Euro.

Alle Tischtennisfans sind herzlich eingeladen die besten Tischtennispieler Österreichs bei diesem Event zu unterstützen.

[Ausschreibung](#)





AUSTRIA TOP 12 2012

Termin	Montag, 24. September 2012, 15.00 - 22.00 Uhr	
Ort	Sportpark Lissfeld, Hausleitnerweg 105, 4020 Linz	
Teilnehmer	<p style="text-align: center;"><i>Herren</i></p> <p>GARDOS Robert¹⁾ SIMONER Christoph CHEN Weixing¹⁾ FENG Xiaoquan FEGERL Stefan¹⁾ ZHANG Jie HABESOHN Daniel¹⁾ PRESSLMAYER Bernhard PLATTNER Dominique PICHLER Michael HABESOHN Dominik* LEITGEB Stefan*</p> <p style="text-align: right;">* Wild Card</p> <p>1. Ersatz: STORF Martin 2. Ersatz: HEIMBERGER Martin 3. Ersatz: HABESOHN Mathias</p>	<p style="text-align: center;"><i>Damen</i></p> <p>LIU Jia¹⁾ GALITSCHITSCH Nicole LI Qiangbing¹⁾ GRUBER Edith SOLJA Amelie¹⁾ GRAF Victoria POLCANOVA Sofia¹⁾ KAINZ Sarah VORAUER Martina JURIC Monika MISCHEK Karoline* LUGINGER Melanie*</p> <p style="text-align: right;">* Wild Card</p> <p>1. Ersatz: HOCHENEDER Martina 2. Ersatz: WINKLER Silvana 3. Ersatz: WELLINGER Martha</p>
Alle ÖTTV-Kaderspieler haben STARTVERPFLICHTUNG!		
Ausrichter	ÖÖTTV mit Linz AG Froschberg	
Preisgeld (netto)	<p><i>Herren</i> 1. Platz: 2.000,00 2. Platz: 1.000,00 3./4. Platz: 500,00 5.-8. Platz: 250,00</p>	<p><i>Damen</i> 1. Platz: 1.500,00 2. Platz: 750,00 3./4. Platz: 350,00 5.-8. Platz: 150,00</p>
Spielsystem	<p>Vorrunde (16.00 – 20.00): Die mit ¹⁾ gekennzeichneten Aktiven sind direkt für die Finalrunde qualifiziert. Die weiteren 8 StarterInnen spielen in 2 Gruppen zu je 4 SpielerInnen (Jeder gegen jeden).</p> <p>Finalrunde (20.00 – 22.00): Die 4 Gesetzten spielen mit den Erst- und Zweitplatzierten der beiden Vorrunden-Gruppen im K.o.-System nach unten stehendem Schema um den Turniersieg („1. ÖRL“ = 1. der österreichischen Rangliste vom 3.9.2012).</p> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="flex: 1;"> <pre> graph TD G1[1. ÖRL] --- J1(()) G2[B/A 2] --- J1 G3[A/B 1] --- J2(()) G4[3./4. ÖRL] --- J2 J1 --- J3(()) J2 --- J3 G5[3./4. ÖRL] --- J4(()) G6[A/B 1] --- J4 G7[B/A 2] --- J5(()) G8[2. ÖRL] --- J5 J3 --- J6(()) J4 --- J6 J5 --- J6 J6 --- WIN[] </pre> </div> <div style="flex: 1; padding-left: 20px;"> <p>Die Auslosung der Finalrunde findet direkt nach Abschluss der Vorrunde unter Aufsicht des Oberschiedsrichters statt. Dabei werden LTTV- und Vereinszugehörigkeit nicht berücksichtigt.</p> </div> </div> <p>Alle Spiele gehen über 3 Gewinnsätze.</p>	
Geräte	Tische: JOOLA 3000 SC blau	Bälle: JOOLA , orange
Nennung	Alle Startberechtigten werden gebeten, dem ÖTTV über Ihre Vereine bis 13. September 2012 eine verbindliche Bestätigung ihrer Teilnahme zu übermitteln (E-Mail: tt@oettv.org).	

TAG DES SPORTS '12

[zurück](#)

Am Samstag, den 22. September findet das größte Open Air- Sportfestival der "Tag des Sports '12" statt.

Wie in den letzten Jahren werden wieder um die 400.000 Teilnehmer erwartet.

[Homepage "Tag des Sports '12"](#)

[Informationen auf Facebook](#)

[Informationen auf Twitter](#)

[Informationen auf YouTube](#)



TÄGLICHE TURNSTUNDE

[zurück](#)

Die BSO hat eine Unterschriftenaktion zur täglichen Turnstunde ins Leben gerufen.

Wie kann man unterschreiben?

Persönlich unterschreiben! Auf der Website www.turnstunde.at ist dies online möglich oder Unterschriftenliste downloaden und ausgefüllt an die BSO schicken: per Fax (01-5044455-66), per Post (Prinz-Eugen Straße 12, 1040 Wien) oder per Email (office@bso.or.at).

Folgend wichtige Links und Informationen zu dieser Aktion.

- [Anschreiben \(PDF\)](#)
- [Pressemappe \(PDF\)](#)
- [Unterschriftenliste \(PDF\)](#)
- www.turnstunde.at
- www.facebook.at/turnstunde





Sehr geehrte Unterstützerinnen und Unterstützer!

Heute, am 7. September 2012, erfolgte der Startschuss zur Unterschriftenaktion der BSO für die „Tägliche Turnstunde“. Eine Forderung, die bereits seit vielen Jahren, wenn nicht Jahrzehnten immer wieder vom Sport vertreten wurde. Wir haben nun die Möglichkeit, diesem Anliegen mit der Kraft des Sports eine gewaltige Stimme zu geben. Bitte unterstützen Sie diese Aktion und leisten Sie Ihre Unterschrift für die Bewegung für mehr Bewegung!

Was können Sie tun?

1. Persönlich unterschreiben! Auf der Website www.turnstunde.at ist dies online möglich oder Unterschriftenliste downloaden und ausgefüllt an die BSO schicken: per Fax (01-5044455-66), per Post (Prinz-Eugen Straße 12, 1040 Wien) oder per Email (office@bso.or.at).
2. Familie, FreundInnen, MitarbeiterInnen, Bekannten von der Kampagne erzählen und um Unterstützung bitten bzw. Unterschriften sammeln.
3. Statements zur Bedeutung der täglichen Turnstunde für unsere Kinder und Jugendlichen abgeben. Auf unsere Website www.turnstunde.at und www.facebook.at/turnstunde verlinken.
4. Die BSO hat eine eigene Facebook-Seite (www.facebook.com/turnstunde) für die Kampagne eingerichtet. Bitte „Gefällt mir“ anklicken, „Friend“ werden, an andere „Friends“ weiterleiten.
5. Nutzen Sie Ihre Kontakte um möglichst viele Menschen auf diese Aktion aufmerksam zu machen.

IHRE UNTERSCHRIFT KANN KINDER BEWEGEN!!!

Tel.: 01/504 4455 | Fax: 01/504 4455-66 | E-Mail: office@bso.or.at | Internet: www.bso.or.at, www.turnstunde.at



Unterschriftenaktion für die "Tägliche Turnstunde" der Österreichischen Bundes-Sportorganisation



Unterstützen Sie unsere Unterschriftenaktion!

Die Österreichische Bundes-Sportorganisation (BSO), die Dachorganisation und Interessenvertretung des österreichischen Sports, fordert die tägliche Turnstunde im Kindergarten, in der Volksschule und in allen weiteren Schultypen! Unsere Kinder dürfen im Sport nicht sitzen bleiben! Die Österreichische Jugend ist beim Alkohol- und Nikotinkonsum und bei der Fettleibigkeit europaweit in den Medaillenträngen. Nur mehr 28 % der Kinder und Jugendlichen in Österreich betreiben Sport und zwar nur mehr 25 % der Mädchen und 33 % der Burschen. 28 % der Buben und 25 % der Mädchen zwischen 6 und 18 Jahren sind übergewichtig oder fettleibig. 40 % der Kinder mit Symptomen der Fettleibigkeit im Alter von 7 Jahren weisen diese auch als Erwachsene auf. Mangelnde Bewegung ist die Ursache für viele chronische Krankheitsbilder.

Unter „Turnen“ verstehen wir den Spaß an Bewegung und körperlicher Betätigung. Unsere Kinder brauchen Bewegung, damit sie gesund und fit bleiben. Bewegung steigert nicht nur die körperliche sondern auch die geistige Fitness. Den KindergärtnerInnen und VolksschullehrerInnen müssen täglich ExpertInnen aus dem Sport zur Seite gestellt werden. Setzen wir gemeinsam ein starkes Zeichen für die Gesundheit unserer Kinder und Jugendlichen! Als die Bewegung für mehr Bewegung. Mit nur einer kleinen Bewegung – Ihrer Unterschrift – sorgen Sie für mehr Bewegung an Österreichs Schulen, und helfen mit, unsere Kinder gesünder zu machen.

www.turnstunde.at



Zitate und Statements

Bundespräsident Dr. Heinz Fischer im Kurierinterview am 1.9.2012

„Für mich wäre eine zweite, dritte, vierte Sportstunde pro Woche etwas Positives. Ich wäre auch bereit, das öffentlich zu unterstützen. Es wird eine Diskussion über diese Frage geben müssen. Wenn dies dazu führt, dass eine Ausweitung des Schulsports möglich ist, ohne anderswo ein Loch zu reißen, dann wäre das für die Volksgesundheit förderlich.“

Abg.z.NR Dr. Peter Wittmann, BSO-Präsident

„Die tägliche Turnstunde muss ein wesentliches Anliegen von uns alles sein! Es kann nicht sein, dass Kinder und Jugendliche immer mehr sitzen und sich immer weniger bewegen. Wir müssen ihnen die Freude an der Bewegung vermitteln. Die Schule ist ein Lebensraum für junge Menschen, der nicht nur geistiges Lernen beinhalten umfassen soll, sondern auch ein positives Umfeld für Bewegung und Sport schaffen soll.“

Prof. Peter Schröcksnadel, Skiverband-Präsident

„Ich fordere eine gesetzliche Regelung, die die Mindestanzahl – idealerweise – von einer Turnstunde täglich, vorschreibt. Zusätzlich sollte der Turnunterricht auch im Kindergarten verpflichtend sein. Ich fordere außerdem die Gleichstellung des Turnunterrichts mit Hauptfächern wie z. B. Mathematik oder Deutsch.“



Zitate und Statements

Dr. Leo Windtner, Fußballbund-Präsident

„Sport muss zum nationalen Anliegen werden. Dafür brauchen wir sowohl die tägliche Turnstunde wie auch das Hinführen zur Bewegung bereits im Kindergarten. Das ist der wichtigste Schritt zur nachhaltigen Volksgesundheit in Österreich.“

Dr. Peter Mennel, ÖOC-Generalsekretär

„Das ÖOC und die österreichischen Olympia-Sportler unterstützen das Projekt Unterschriften für die tägliche Turnstunde. Olympiasieger wie Michi Dorfmeister, Stephan Eberharter, Roman Hagara oder Toni Innauer haben uns schon zugesagt, mit ihrer Unterschrift die Aktion zu unterstützen. Die tägliche Turnstunde wäre langfristig gesehen eine Garantie für größere Erfolge bei sportlichen Top-Events.“

KR Peter Kleinmann, Volleyballverband-Präsident

„Für unsere Kinder ist es 5 nach 12. Sie essen zu viel und bewegen sich zu wenig. Für unsere Jugend ist es 10 nach 12. Sie trinken zu viel Alkohol. Sie rauchen zu viel. Sie essen zu viel und bewegen sich zu wenig. Wir brauchen das neue Motto: Lernen und Sport. Das derzeitige Motto: Lernen oder Sport, macht unsere Kinder krank. Unsere Kinder brauchen die tägliche Turnstunde. SOFORT.“



Wichtigsten Fakten zu Bewegungsverhalten bei Kindern und Jugendlichen in Österreich

28% Burschen und 25% Mädchen im Alter zwischen 6-18 Jahren sind übergewichtig oder fettleibig. 40% der Kinder mit fettleibigen Symptomen im 7. Lebensjahr weisen diese auch als Erwachsener auf, 7 von 10 Jugendlichen bleiben stark übergewichtig.¹

In Österreich sind 9,3% der Sterbefälle auf mangelnde Bewegung zurückzuführen.²

In Österreich kommen 34,8% der Menschen über 15 Jahren nicht auf die empfohlene körperliche Aktivität wöchentlich.³

Laut einer Umfrage der Statistik Austria 2008/2009 wählen nur 19,4% der Menschen eine sportliche Betätigung als Freizeitbeschäftigung. 80,2% der Befragten sehen hingegen fern.

Mindestens 12,3% der Jugendlichen zwischen 10-18 Jahren sind übergewichtig, min. 2,8% fettleibig. Nur 20,4% der Schülerinnen und Schüler in Österreich erfüllen die Bewegungsempfehlungen von täglich 60 Minuten.⁴

Mehr Bewegung bringt mehr Gehirnschubstanz und weniger Gedächtnisprobleme (2km Spazieren täglich).⁵

In der Statistik der körperlichen Aktivitäten liegt Österreich in fast allen Kategorien unter dem EU-Durchschnitt.⁶

¹ Prof. Dr. Kurt Widhalm, Universitätskinderklinik beim 11. Europäischen Kongress für Adipositas

² Studie zu „Physische Aktivitäten“ in „The Lancet“

³ Pedro C. Hallal, Uni Pelotas, Brasilien

⁴ WHO-HBSC-Survey 2010

⁵ University of Pittsburgh 2012

⁶ Eurobarometerumfrage EU

pte20120525001 Bildung/Karriere, Sport/Events

Sportunterricht verbessert Schulnoten

Besonders Buben profitieren von täglicher Bewegungseinheit

Malmö/Bern (pte001/25.05.2012/06:00) - Zusätzlicher Sportunterricht an Schulen bessert nicht nur die motorischen Fähigkeiten von Kindern, sondern auch die Lernfähigkeit und Schulleistungen. Zu diesem Schluss kommen schwedische Forscher von der Universität Malmö <http://mah.se> in einer neunjährigen Interventionsstudie. "Die Unterschiede zwischen üblichem und erweitertem Sportunterricht sind signifikant - besonders bei Jungen", berichtet die Studienleiterin Ingegerd Ericsson im "Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports".

Vorteil für Sprachen und Mathe

Die Forscher begleiteten 220 schwedische Schüler zweier Schulen von der ersten bis zur neunten Schulstufe. Die Hälfte davon erhielt jeden Tag Sportunterricht, die andere zweimal pro Woche, wobei sich die Gruppen im Alter, in soziodemografischen Daten der Familie als auch in deren Einstellung gegenüber Sport nicht unterschieden. Gleichgewicht und Körperkoordination der Schüler wurden regelmäßig überprüft und die Schulnoten verglichen.

Kinder der Intensivsport-Gruppe schafften die neun Pflichtschuljahre eher - 96 Prozent im Vergleich zu 89 Prozent bei der Kontrollgruppe, wobei bei Jungen dieser Unterschied mit 96 versus 83 Prozent deutlicher ausfiel als bei Mädchen. Die Sportgruppe hatte zudem in den Fächern Schwedisch, Englisch, Mathematik und Sport die Nase vorne. Erwartungsgemäß verfügten sie in der neunten Schulstufe auch weit eher - zu 93 Prozent - gute motorische Fähigkeiten, was in der Vergleichsgruppe nur auf 53 Prozent zutraf.

Förderung der Kognition

"Wir haben somit wissenschaftlich bestätigt, dass eine tägliche Sporteinheit nicht nur motorische Fähigkeiten, sondern auch die Schulnoten verbessert. Gibt es mehr Sportunterricht, schaffen Schüler deutlich eher die Schule", schließt Forschungsleiterin Ericsson. Frühere ähnliche Studien hatten bereits gezeigt, dass Schulsport soziale Unterschiede ausgleicht (presstext berichtete: <http://presstext.com/news/20100831044>) und Aggressionen besser bewältigen lässt (siehe: <http://presstext.com/news/20110711018>).

"Es gibt bisher mehrere Hinweise dafür, dass körperliche Aktivität mit kognitiven Fähigkeiten zusammenhängt. Man vermutet bisher, dass dies entweder direkt über die Nutzung derselben Gehirnareale geschieht - oder über die Förderung kognitiver Funktionen wie Aufmerksamkeitssteuerung oder Konzentrationsfähigkeit", sagt Achim Conzelmann, Direktor des Instituts für Sportwissenschaft der Uni Bern <http://www.ispw.unibe.ch> , im presstext-Interview. Auch verbesserte Durchblutung könnte im Spiel sein, doch steht ein Nachweis in größerem Umfang bislang noch aus.

Lust auf Sport wecken

Mehr Schulsport ist allerdings in der heutigen Schulrealität Wunschenken: Informatik und andere neue Fächer sollen der komplexen Gesellschaft gerecht werden, und der Zwang zur Reduktion anderswo bringt Sport, Musik oder Werken in Legitimationsnot. Conzelmann sieht den Sport außer Gefahr - "wegen der Gesundheitsprobleme durch Bewegungsmangel sowie aufgrund der erhofften positiven kognitiven Wirkungen". Es sei aber falsch, das Fach zu instrumentalisieren. "Nicht bessere PISA-Leistungen, sondern das Schmachhaftmachen von Sport als sinnvolle Freizeitbeschäftigung muss das Ziel sein", betont der Experte.

Detaillierergebnisse unter <http://bit.ly/JYz2IG>

(Ende)

Aussender: presstext.redaktion
 Ansprechpartner: Johannes Pernsteiner
 Tel.: +43-1-81140-306
 E-Mail: pernstener@presstext.com
 Website: www.presstext.com

[Quelle: <http://presstext.com/news/120525001/>]

smart search by max.recall



Sport: Leistung anderer Fächer profitiert (Foto: Flickr/tc)

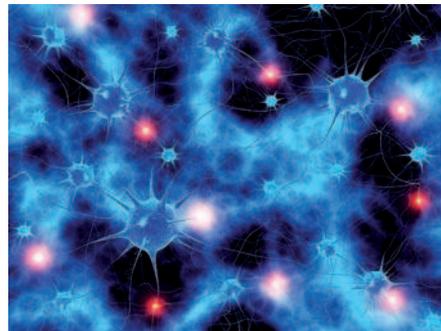
 presstext



Fitness und Gehirnaktivität: Use it or lose it!

Die mannigfaltigen Auswirkungen von Sport auf Herz, Kreislauf und den Bewegungsapparat sind bestens bekannt. Dass auch das Gehirn eine bedeutende Wechselwirkung im Zusammenspiel mit körperlicher Aktivität zeigt, ist weit weniger bewusst – aber nicht minder spektakulär.

Das Wissen um diese komplexen Beziehungen ist in den letzten Jahren – dank des Einsatzes neuer Untersuchungstechniken (MRT / PET) – rasant gestiegen. Die Forschung ist im Stande, selbst kleinste Gehirnabschnitte von Größenordnungen unterhalb eines Millimeters auf Durchblutung und Stoffwechsel untersuchen zu können. Was aber bedeuten diese neuen Erkenntnisse aus der Wissenschaft? Was hat Bewegung mit Lernen zu tun? Fördert körperliche Aktivität Gedächtnisprozesse? Arbeitet nicht nur das Sportlerherz, sondern auch das Gehirn eines Sportlers/einer Sportlerin ökonomischer?



Bewegung formt unser Gehirn

Das menschliche Gehirn verfügt über die Fähigkeit, sich beständig den Erfordernissen seines Gebrauchs anzupassen. Es ist ein flexibles und plastisches Organ des menschlichen Körpers, das durch seinen Gebrauch geformt wird, wie ein Muskel durch seinen Krafteinsatz. Sämtliche Lebenserfahrungen prägen das Gehirn und machen es somit einzigartig. NeurowissenschaftlerInnen sprechen dabei von Neuroplastizität.

Körperliche Aktivität fördert Gehirnprozesse

Experimentelle Studien zeigen, dass körperliche Belastungen zu einem An-

stieg der regionalen Gehirndurchblutung und einem Anstieg von neurotrophen Wachstumsfaktoren führen, die die Neubildung und Vernetzung von Nervenzellen unterstützen. In Folge fördert das eine Vielzahl von Verhaltensreaktionen und die Entwicklung der Intelligenz. „Körperliche Aktivität stellt eine der wichtigsten Stimulationen bereits während der Schwangerschaft dar. Durch Bewegungen des Kindes und der Mutter wird die Bildung, Entwicklung und Vernetzung von Nervenzellen angeregt. Das heißt, der Nachwuchs trainiert bereits im Mutterleib“, betonen die NeurophysiologInnen. In der frühen Kindheit erfolgt die Vernetzung und Bildung von Nervenzellen besonders schnell, aber die Fähigkeit des Gehirns, sich den Anforderungen anzupassen, bleibt bis ins hohe Alter bestehen. Die belastungsbedingte Neuroplastizität bildet die Grundlage dafür, dass körperliche Aktivität die geistige und psychische Verfassung des Menschen zeitlebens fördert.

Bewegung fördert Gehirnprozesse, indem sie auf die Struktur und Funktionsweise des Gehirns einwirkt. Eine weitere positive Wirkung sportlicher Betätigung auf Gedächtnisleistung, Lernvermögen und emotionale Prozesse stellt die Erhöhung der Konzentration verschiedener Botenstoffe im Gehirn dar. Durch den Sport trainiert man nicht nur den Körper, sondern auch die Anpassungsfähigkeit und somit die Plastizität des Geistes.

Bewegtes Lernen

Bereits Konfuzius wusste, dass man sich Erlerntes besser merkt, wenn möglichst viele Sinne beim Prozess des Lernens miteinbezogen werden. „Das ist der Fall, wenn sich Menschen

TITELGESCHICHTE

bewegen, denn dabei werden so gut wie alle Sinne beansprucht – Lernen mit Kopf, Herz und Hand“, weiß der Hainburger Bildungswissenschaftler Josef Voglsinger, der sich seit vielen Jahren mit der „Bewegten Klasse“ beschäftigt, einem Projekt, das von der Initiative „Gesundes Niederösterreich: Tut gut!“ getragen wird.



„Es gibt kein „zu alt“ oder „zu jung“ für sportliche Aktivitäten

Im Kindesalter dominiert der Aufbau von Nervenzellen im Gehirn und deren Vernetzung. Im Vorschulalter begünstigt jede Form von Bewegung und Sport die Erhaltung von vorhandenen Nervenzellen und fördert deren Vernetzung, speziell wenn die Bewegung den Körper koordinativ fordert. Das bietet gleichzeitig die Voraussetzung für eine bessere intellektuelle Entwicklung. „Umso wichtiger ist es, Bewegung und Sport in den Kindesjahren zu fördern. Die Tendenzen gehen aber leider gerade in die umgekehrte Richtung: Sportstunden werden gestrichen, der Sportunterricht wird weder geschätzt noch benotet und schon gar nicht gefördert. Ein großer pädagogischer Irrtum mit weit reichenden, lebenslangen Konsequenzen“, sagt Urs Illi, einer der Pioniere des Konzeptes „Bewegtes Lernen“.

„Lernen kann man am besten in Bewegung“

So lautet das Leitmotiv der „Gesunden Schule“ BG Zehnergasse in Wiener Neustadt unter der Leitung von Direktor Werner Schwarz. Schwarz wirkt sichtlich euphorisch, wenn er erzählt, wie er neue Erkenntnisse der Neurowissenschaften in seiner Schule umsetzt.



Früh übt sich: Lernen mit allen Sinnen

BSO: Wie heißt das Programm, das sie entwickelt haben und gerade in ihrer Schule getestet wird?

Schwarz: „BrainMove – bewege dich schlau“, lautet der Projektname. Aus Studien wissen wir, dass körperliche Aktivität in der richtigen Dosierung die Gesundheit fördert. Ausdauerbelastungen kräftigen das Herz und optimieren die Kreislauffunktion, Kraftbelastungen stärken die Muskeln und schützen vor dem altersbedingten Abbau von Muskelkraft und Muskelvolumen. Jetzt kommt etwas Neues dazu: Bewegung und Sport sind gut für den Geist. Aus den aktuellen neurowissenschaftlichen Erkenntnissen habe ich das Übungsprogramm „BrainMove“ entwickelt.

BSO: Wie sieht das „BrainMove-Übungsprogramm“ aus?

Schwarz: Die Bewegungseinheiten von „BrainMove – Bewege dich schlau“ sind in drei Abschnitte unterteilt: Aktivierungsteil „BrainMove-Aerobix“, Hauptteil „BrainMove-Koordix“ und Überleitungsteil „BrainMove-Relax“. Die gewählten Übungen in den Abschnitten erfüllen wichtige



Werner Schwarz bringt seine Schüler in Bewegung

Aufgaben im Zusammenhang mit der Verbesserung der Aufmerksamkeit, der Schaffung von optimierten Lernbedingungen und der Grundlage eines emotional positiv gefärbten Lernklimas. Und: Sie sollen Schwung und Spaß in den Unterricht bringen.

Sport lässt neue Gehirnzellen sprießen

Es klingt paradox: Während man ganz ohne Kopfzerbrechen zügig durch den Park waldt, bringt man gleichzeitig

INFOKASTEN

„BrainMove – bewege dich schlau“ – Trainingswissenschaftliche Kennziffern der Intervention

Interventionseinheit:

- Belastungsumfang: 8 bis 12 Minuten
- Aktivierungsteil: 2 bis 5 Minuten, Bewegungsaufgaben
- Hauptteil: 5 bis 10 Minuten, Bewegungsanweisungen, organisiert in Übungsstationen mit 15 bis 25 Übungswiederholungen
- Überleitungsteil: 1 bis 3 Minuten, Entspannungs- und Bewegungsaufgaben

Interventionshäufigkeit: 3 x pro Woche, jeweils am Mo, Mi, Fr

Interventionsdauer: 6 Wochen



TITELGESCHICHTE

auch sein Gehirn auf Trab. Das Faszinierende: Sportliches Training verbessert die geistige Leistungsfähigkeit nicht nur durch eine bessere Durchblutung des Gehirns. Sport verändert das Gehirn physisch, verjüngt und verbessert insgesamt die „Mechanik“ des Gehirns. Das gilt besonders auch für ältere Menschen. Um zu verstehen, wie Sport unser Gehirn positiv beeinflusst, sind ExpertInnen derzeit weltweit auf Spurensuche. In Bremen mussten zum Beispiel untrainierte SeniorInnen im Alter von 65 bis 75 Jahren ein Jahr lang dreimal pro Woche für die Wissenschaft bei Wind und Wetter Nordicwalking betreiben. Vor und nach dem Trainingsjahr wurde die Gehirnleistung der TeilnehmerInnen mit Augenmerk auf die Faktoren Aufmerksamkeit und Reaktions tempo getestet. Das Ergebnis: Die SeniorInnen konnten nach einem Jahr rein sportlichen Trainings ihr Gehirn effektiver nutzen. Sie aktivierten weniger Gehirnareale als vor dem Trainingsjahr und lösten die gestellten Aufgaben dennoch

schneller und genauer. Josef Bischofberger, ein in Fachkreisen international anerkannter Neurophysiologe, weist aber gleichzeitig darauf hin: „Der Geist muss ebenfalls trainiert werden. Sport lässt zwar nachweislich neue Nervenzellen wachsen, doch diese sterben wieder ab, wenn sie nicht



„Bewegung lässt Nervenzellen wachsen. Damit sie aber auch am Leben bleiben, braucht der Mensch Kultur“

Josef Bischofsberger

richtig genutzt werden.“ So wie sich Kinder für alles Unbekannte interessieren, gieren auch neue Nervenzellen nach Anregung. Nur dann fließen Botenstoffe und stellen dauerhafte Verbindungen zwischen den Zellen her. Bischofberger:



Geistig fit mit jedem Schritt

„Musiksport alleine reicht also nicht aus. Der Mensch muss auch seinen Geist trainieren. Wer 30 Minuten täglich durch körperliche Anstrengung schwitzt und zudem liest, musiziert oder anderen Musen frönt, kann sich ziemlich sicher sein, dass der Hippocampus nicht schrumpft.“ Was schon ein großer Erfolg ist, denn die übrige Hirnmasse nimmt im Laufe des Lebens zwar langsam, aber stetig ab.

Sport lässt Gehirn effektiver arbeiten

Eine Studie bestätigt: Laufen macht schlau. Die Pilotstudie vor fünf Jahren trug noch ein Fragezeichen. „Macht Laufen schlau?“ wollten Wissenschaftler der Universität Ulm wissen. Nachdem sie die Ergebnisse der Hauptstudie veröffentlicht haben, ist das Fragezeichen verschwunden. „Sport macht das Gehirn effektiver“, bestätigt Manfred Spitzer, Leiter des Transferzentrums für Neurowissenschaften und Lernen in Ulm. „Wir konnten zum ersten Mal zeigen, dass bestimmte geistige Leistungen direkt vom Sport profitieren“, sagt er. Unter sportlichem Einfluss verarbeiten die grauen Zellen Reize schneller und effektiver. Schon die Pilotstudie hat gezeigt, dass sechs Wochen intensives Lauftraining deutliche Verbesserungen in den Bereichen visuell-räumliches Gedächtnis, Konzentrationsfähigkeit und positive Stimmung brachten. Die Hauptstudie mit einem 17-wöchigen Trainingsprogramm bestätigte diese Tendenz durch erweiterte Untersuchungen, etwa psychologische Tests, Messungen der elektrischen Aktivitäten des Gehirns sowie genetische und molekularbiologische Tests. Am meisten beeindruckte die Autoren der Studie folgendes Ergebnis: Sport kann den Abbau des für die Hirnleistung wichtigen Dopamin-Spiegels ausgleichen, den geistige Anstrengung auslöst. Auch die EEG-Untersuchungen belegten einen eindeutigen Zusammenhang zwischen körperlicher Fitness und hirnelektrischen Prozessen. Das heißt: „Fittere Probanden zeigen eine schnellere und effizientere Reizverarbeitung“, sagt Spitzer. Er erklärt allerdings auch: „Das Potenzial des Gehirns lässt sich durch Ausdauertraining steigern, aber Laufen allein genügt nicht für die geistige Fitness. Am Lernen führe kein Weg vorbei.“

Bewegung ist die beste Medizin

Die Neurowissenschaft lässt vermuten, dass auch die Entwicklung von Hirnschwund und die gefürchtete Alzheimer-Krankheit durch den körperlichen Aktivitätsgrad beeinflusst werden. Körperlich fitte SeniorInnen haben deutlich kürzere Reaktionszeiten, sie können sich besser konzentrieren und machen bei neuropsychologischen Tests weniger Fehler. Um diese Wirkungen zu erzielen braucht es keinen Spitzensport. Bereits zwei bis drei zügige Spaziergänge pro Woche von je 45 Minuten Dauer zeigen nachweislich erste positive Effekte auf die Hirnleistung.

Sport gegen Depressionen und Lernstörungen

Nicht nur Gehirnerkrankungen, auch psychische Krankheiten wie Depressionen oder diverse Befindlichkeitsstörungen wie Angst und Anspannung lassen sich durch körperliche Aktivität in ihrer Ausprägung reduzieren oder gar



verhindern. Zahlreiche Experimente am Menschen haben gezeigt, dass eine körperliche Aktivität jenseits der individuellen anaeroben Schwelle, bei der die subjektive Belastung also bereits als sehr anstrengend empfunden wird, die Konzentration von körpereigenen opiatähnlichen Botenstoffen um das Dreifache ansteigen lässt, was mit einer deutlichen Schmerzdämpfung und einer Stimmungsaufhellung verbunden ist. Die dafür wichtigsten Botenstoffe des Gehirns, das Serotonin und das Dopamin werden durch ausdauerbetonte Aktivitäten etwa gleich stark beeinflusst wie durch antidepressive Medikamente. Ein Anstieg der Dopaminkonzentration steigert im Gehirn die maximale Sauerstoffaufnahme, hingegen sein Abfall diese deutlich reduziert, was ein klarer Hinweis dafür ist, dass auch das Gehirn die körperliche Leistungsfähigkeit entscheidend mitbestimmt. Sportliche Betätigung fördert neben Lernerfolg auch die Intelligenz. Stillsitzen und konzentriertes Lernen ist weniger wirksam als das Pauken in Kombination mit leichter ausdauerbetonter Aktivität. Und zwar massiv. Gemäß einer deutschen Untersuchung mit knapp 30.000 TeilnehmerInnen stieg der Intelligenzquotient der auf einem Fahrradergometer lernenden Testpersonen innerhalb von 36 Wochen von 98 auf 128, verbesserte sich deren Lernfähigkeit um 39% und das Gedächtnis um 42%. Die aktiven Personen waren zudem im Durchschnitt um 44% kreativer als die unbewegt lernende Kontrollgruppe.

