

10/12 2024 : 73. Jahrgang



RUNDSCHAU POLIZEI SPORT



Österreichische Post AG
MZ 15Z040495 M
Polizeisportvereinigung Wien, Dampfschiffhafen 2, 1220 Wien

OFFIZIELLES MAGAZIN DER POLIZEISPORTVEREINIGUNG WIEN
Zur Förderung der guten Beziehungen zwischen der Bevölkerung und der Polizei Österreichs

Stabilität & Sicherheit

X f i goed.at



Umfassender
Rechtsschutz
für GÖD-
Mitglieder



Jetzt Mitglied werden



GÖD

GEWERKSCHAFT
ÖFFENTLICHER
DIENST

MITEINANDER MEHR
GERECHTIGKEIT

BERICHTE

Editorial

5 | Ein Blick zurück... und nach vorne

6 | **Bergsport & Wandern**

Ein unvergessliches Abenteuer

10 | **Eishockey & Inlinehockey**

Schwieriger Start in die Saison

12 | **Fitness-Boxen**

Fitness Boxen ist ein Ganzkörper-Workout

14 | **Fußball**

Kleinfeldmeisterschaft 2024 der LPD Wien

15 | **Gewichtheben**

Damen Bundesliga Finale

16 | **Golf**

Österreichische Polizei Mannschaftsmeisterschaften 2024

20 | **Kanu**

100 Jahre Sektion Kanu

Wiener Meisterschaft in der Kuchelau

Olympic Hopes in Szeged/HU 2024

Vienna Police Dragons in Limassol/CYP

Stand-up-paddeln, mehr als ein Breitensport

28 | **Krav Maga Allround**

Relaunch der Homepage am Ende eines erfolgreichen Jahres

30 | **Mountainbike**

30 Jahre Sektion Mountainbike

32 | **Radsport**

16. Sommerradtour

34 | **Segeln**

Teilnahme am S-Cup'24 in Punat/Kroatien

Reisebericht: Von Peking bis Shanghai

42 | **Sportkegeln**

Sektion Sportkegeln

44 | **Sportschießen**

Neue Initiativen und sportliche Erfolge

46 | **Tennis**

40. Wiener Polizei Tennismeisterschaft 2024

Titelbild

Gewinner des S-Cup' 2024 – PSV-Wien Sailingteam
Foto © F Karabaic/FMedia



GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG

50 | **Weihnachtsbäckerei**

Brigitte Mramor

REISE & FREIZEIT

52 | **Hoteltipp: Fagus Hotel in Sopron**

Das Gute liegt oft sehr nah

MOTOR

54 | **Renault Rafale Esprit Alpine E-Tech Full Hybrid 200 – Test**

Stylisches SUV-Coupé mit viel Power

56 | **MG3 Hybrid+ Luxury – Test**

Kleiner Spaßmacher mit hoher Effizienz



POLIZEI SPORT VEREINIGUNG WIEN

FREIZEIT- UND DIENSTSPORTZENTRUM

1220 Wien, Dampfschiffhaufen 2
Tel.: 01 263 36 66, 01 313 10-680 00

PSV-Beisl: 01 263 36 66-32

E-Mail Sekretariat: buero@polizeisv-wien.at

E-Mail Redaktion: dabrowska@polizeisv-wien.at

Homepage: www.polizeisv-wien.at

SEKTIONEN

AMERICAN FOOTBALL

Sektionsleiter: Reinhard Kopinits, Tel.: 0664177 82 92
E-Mail: reinhard.kopinits@polizei.gv.at

BEACHVOLLEYBALL

Sektionsleiter: Christian Berger
E-Mail: berger.christian.aut@gmail.com

BERGSPORT & WANDERN

Sektionsleiter: Michael Kopitsch, Tel.: 0664116 82 45
E-Mail: michael.kopitsch@gmail.com

EISHOCKEY & INLINEHOCKEY

Eishockey: Christian Winkler, Tel.: 01 313 10-327 54
E-Mail: icetigers@polizeisv-wien.at
Anfragen Inlinehockey: Robert Angerer, Tel.: 0650 66 22 000
E-Mail: icetigers@polizeisv-wien.at
Homepage: www.vienna-icetigers.com

FAUSTBALL

Sektionsleiter: Min.-Rat Gerhard Zeller
Tel.: 59133-901 230; Training: nach Vereinb.

FECHTEN

Sektionsleiter: Andreas Schmutzer, Tel.: 0650 31 43 603
E-Mail: schmutzer.andreas@gmail.com

FITNESS-BOXEN

Sektionsleiter: Georg Kaipf, Tel.: 0699 110 92 768
Training: Dienstag 19.15–20.15 Uhr, PSV Kaisermühlen
E-Mail: info@fitboxen.at
Homepage: www.fitboxen.at

FUSSBALL

Sektionsleiter: Walter Ziegler-Benko, Tel.: 0664 614 30 81
E-Mail: walter.ziegler-benko@polizei.gv.at

GESUNDHEITSSPORT

Sektionsleiter: Zoltan Tamas, Tel.: 0699 196 911 24
E-Mail: doki24@gmx.at
Sektionsleiter-Stv.: Dietmar Fischer, Tel.: 0650 311 42 70

GEWICHTHEBEN

Sektionsleiter: Robert Wachet, Tel.: 0660 403 19 81
E-Mail: wachetrobort@gmail.com

GOLF

Sektionsleiter: Manfred Binder, Tel.: 0664 151 71 51
Stellvertreter: Werner Eibegger, Tel.: 0664 103 87 50

JUDO

Sektionsleiter: Ing. Dipl.-Ing. Joachim Jira, Tel.: 0664 516 07 60
Stellvertreterin: Janine Jira, LL.B., Tel.: 0680 320 39 60
E-Mail: judopsv@gmail.com
Training: Mo., Mi. und Fr. 17.00–20.00 Uhr,
Kampfsporthalle PSV Kaisermühlen
Homepage: www.judo-polizeisv-wien.at

KANU

Sektionsleiter: Andreas Mann, Tel.: 0680 211 62 55
E-Mail: vorstand@psv-kanu.at, Training auf Anfrage
Homepage: www.psv-kanu.at;
Drachenboot: www.drachenboot.cc

KRAV MAGA ALLROUND

Sektionsleiterin: Mag. Ruth Preining, Tel.: 0699 122 66 050
Sektionsleiter-Stv.: Fabian Steindl, Tel.: 0660 360 37 99
Homepage: www.psv-kma.at

LAUFSPORT/TRIATHLON

Sektionsleiter: Alexander Fleischer, Tel.: 0677 612 46 220
E-Mail: fleischer.alexander@icloud.com

MOTORSPORT

Sektionsleiter: Christian Rosner, Tel.: 0664 121 46 64
1020 Wien, Handelskai 394, Tel.: 726 99 90

MOUNTAINBIKE

Sektionsleiter: Werner Appeltauer, Tel.: 0664 132 97 32
Büro Tel.: 263 36 66-25, E-Mail: appeltauer@inode.at
Homepage: www.mtb-polizei-sv-wien.at

RADSPORT

Sektionsleiter: Herbert Ebermann, Tel.: 0680 310 66 13
Training: nach Vereinbarung

REITEN

Sektionsleiter: Thomas Maier, Tel.: 0664 827 88 64

SCHACH

Sektionsleiter: Günther Pingitzer, Tel.: 0699 105 401 60
Training: Kaisermühlen

SCHWIMMEN/RETTUNGSSCHWIMMEN

Sektionsleiter: Min.-Rat Oberst Andreas Achatz
Ansprechpartner: Helmut Weidner, Tel.: 0664 736 039 53

SEGELN

Sektionsleiter: Thomas Trawniczek
E-Mail: segeln@polizeisv-wien.at

SKILAUF

Sektionsleiterin: Alexandra Grabner
E-Mail: alexandra.grabner@gmx.net

SPORTKEGELN

Sektionsleiterin: Regina Zagler, Tel.: 0676 314 39 85
E-Mail: regina.zagler1970@gmail.com
Training: Mo, Mi, Fr in Kaisermühlen

SPORTSCHIESSEN

Sektionsleiterin: Elisabeth Reiser-Eckelhart, Tel.: 0676 499 80 46
E-Mail: psvwiensportschiessen@gmail.com

TANZSPORT

Sektionsleiter: Andreas Zidek, Tel.: 0699 106 49 839
Training: Mo 18.30–20.00 Uhr, 1220 Wien, Dampfschiffhaufen 2

TENNIS

Sektionsleiter: Robert Angerer, Tel.: Büro: +43 1 26 33 666 Dw13
Handy: +43 676 84 11 97 13, Privat: +43 650 66 22 000
E-Mail: angerer@polizeisv-wien.at od. angerer.robert29@gmail.com

TISCHTENNIS

Sektionsleiter: Dr. Harald Schicht, Tel.: 534 35-0
Sportliche Leitung: Alexander Brezina
E-Mail: alex.brezina75@gmail.com
Training: Di, Do 18–21 Uhr, Fr 16–21 Uhr, So 8–14 Uhr
1030 Wien, Maiselgasse 1, TSI (Baumg.)

SPORTGRUPPEN

AFA | ASE-PDHE | Außenstelle Mitte | Außenstelle Nord | Bereitschaftseinheit | Bildungszentrum Schule-Wien
| BAK | Bundesministerium für Inneres | Bundeskriminalamt | BMI/II | Landeskriminalamt Wien |
Öffentlichkeitsarbeit | Schwimmen | SVA – LV | Verkehrsabteilung | Verkehrsamt | WEGA | Brigittenau | Donaustadt
| Döbling | Favoriten | Floridsdorf | Fünfhaus | Innere Stadt | Josefstadt | Liesing | Margareten | Ottakring | Simmering

*Sportleiter der PSV-Wien*

Ein Blick zurück... und nach vorne

Als ich vor 25 Jahren nach Kaisermühlen zog, galt einer der ersten Erkundungsspaziergänge in der mir damals noch unbekannten neuen Heimat der Alten Donau. Bei Mondschein kam ich zum Polizeisteg und ich habe das imposante Bild des einsamen Kanuten, der unter der Brücke bei spiegelglatten Wasser und mit dem Vollmond im Rücken trainierte, noch vor meinen Augen.

Ich war beeindruckt von der Eleganz dieses Sports und der besonderen Stimmung des Moments.

Heuer feiert der Kanusport innerhalb der PSV-Wien sein 100-jähriges Bestehen und ist damit nur um 6 Jahre „jünger“ als die Polizeisportvereinigung Wien. Mit berechtigtem Stolz kann diese Sektion auf eine Vergangenheit mit zahlreichen Erfolgen im

Rennsport blicken. Immerhin vertrat eine der Kanutinnen uns bei den letzten olympischen Spielen in Paris.

Aber nicht nur die Leistungen der Vergangenheit sind bewundernswert. Die rege Tätigkeit im Breitensport und die großartige Nachwuchsarbeit lässt uns auch zuversichtlich einer positiven Zukunft entgegen blicken. Dies gilt nicht zuletzt für das Drachenboot, wo Personen aller Altersklassen auf eine sehr soziale, teambildende Art mit Sport in Berührung kommen. Und viele von ihnen, die seit langer Zeit keine sportliche Betätigung mehr ausgeübt haben, bleiben dabei!

Ebenso stolz darf die Sektion Mountainbike sein, die heuer das 30. Jahr ihres Bestehens feiert. Die Funktionärinnen und Funktionäre dieser Sportart waren als

Pioniere in Wien tätig und zahlreiche sportliche Erfolge aber auch wertvolle organisatorische Leistungen zeugen von einer großartigen Arbeit. Auch diese Sektion brachte einen Olympiateilnehmer hervor und stellt jedes Jahr aussichtsreiche Kandidaten für die Auszeichnung zum Nachwuchssportler des Jahres.

Sehr gerne blickt man in der Vorweihnachtszeit zurück auf das ablaufende Jahr. Wichtig erscheint mir aber der zuversichtliche Blick nach vorne. Und es gibt so vieles, worauf wir uns freuen können!

So darf ich Ihnen namens der gesamten Sportleitung ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch in ein erfolgreiches Jahr 2025 voll Gesundheit wünschen!

Mag. Klaus SCHACHNER

Frohe Weihnachten

wünschen wir allen unseren Mitgliedern,
den Freunden und Gönnern im In- und Ausland,
allen unseren Leserinnen und Lesern
und all den Inserenten, die in dankenswerter Weise dazu
beitragen unsere Dienstsportanlage aufrechtzuerhalten.

Prosit Neujahr

Wir hoffen 2025 auf weitere gedeihliche Zusammenarbeit.

Die Leitung der Polizeisportvereinigung Wien
Die Redaktion der Rundschau Polizei Sport

Jahresrückblick

Ein unvergessliches Abenteuer

Das Jahr 2024 war für die Sektion Bergsport wieder ein ereignisreiches und abwechslungsreiches Jahr, das uns zu vielen Gipfeln und Herausforderungen führte.

Den Auftakt bildete die **Skitourenwoche in Schladming**. Auch wenn das Wetter nicht immer optimal mitspielte, konnten die Teilnehmer immer wieder in den Genuss von guten Schneeverhältnissen kommen. Die Touren führten uns durch das beeindruckende Schladminger Bergland, und trotz wechselhafter Bedingungen war die Stimmung stets großartig. Die Schitourenwoche bot nicht nur sportliche Herausforderungen, sondern auch einen tollen Austausch zwischen den Mitgliedern, die sich in dieser Woche gemeinsam der Natur und den winterlichen Bergen hingaben.

Im Sommer zog es uns dann vermehrt zu den **Klettertouren im Höllental**, einem der schönsten Klettergebiete in Österreich.



Skitourenwoche Schladming



Abseilen in die Dirndlscharte



Klettern auf der Rax



Mely auf der Platte in der Wachthüttelwand

Gemeinsam gelang es uns, die **Alte Westwand am Wachthüttelturm**, den **Reifweg in der Wachthüttelwand** sowie den **Hochgang SW Grat** zu klettern. Diese Touren führten uns über steile Felsen und durch atemberaubende Routen, die für jede Menge Spaß und schweißtreibende Erlebnisse

sorgten. Das Gemeinschaftsgefühl wurde bei jedem Kletterzug stärker und ließ die Gruppe zusammenwachsen.

Ein weiteres Highlight war die gemeinsame Besteigung des **Großvenedigers**. Bei perfekten Bedingungen erklommen wir diesen beeindruckenden Gipfel, der uns

nicht nur mit seiner majestätischen Höhe, sondern auch mit einer atemberaubenden Aussicht belohnte. Die perfekte Stimmung und das Wetter machten diese Tour zu einem unvergesslichen Erlebnis für alle Teilnehmer.

Ein weiteres Highlight war die **Dirndlüberschreitung im Dachsteingebiet**. Über



Mely bei der Dirndlüberschreitung



Michael im griffigen Kalk des Dachsteinmassivs

Fortsetzung Seite 8 ➡

einen ausgesetzten griffigen Grat ging es über die beiden Gipfel der Dirndln.

Mit einer herbstlichen **Gemeinschaftstour auf den Hochschwab** endete das Bergjahr für die Sektion Bergsport. Hier kletterten wir den **Neoklassiker Lufthammer** in den weißen Kalkklippen der Südwand. Diese anspruchsvolle Tour bot sowohl körperliche Herausforderungen als auch spektakuläre Ausblicke, und sie rundete das Jahr auf perfekte Weise ab.

Die **Donnerstagskletterer** waren ebenfalls wieder sehr aktiv. Jeden Donnerstag traf sich die Gruppe in der Kletterhalle

Wien, um ihre Technik zu verbessern, neue Herausforderungen in den Kunstwänden zu suchen und die Gemeinschaft zu pflegen. Diese regelmäßigen Treffen haben nicht nur den Kletterern geholfen, sich weiterzuentwickeln, sondern auch für eine starke Verbindung innerhalb der Sektion gesorgt.

Alles in allem war es ein Jahr voller Herausforderungen, Höhenflüge und gemeinsamer Erlebnisse. Die Sektion Bergsport blickt auf ein gelungenes Jahr 2024 zurück und freut sich auf die kommenden Abenteuer in den Bergen im nächsten Jahr.

Michael KOPITSCH



Am Gipfel des Spürzinger



Gipfelglück am Großvenediger

**JAHRESPROGRAMM
FÜR 2025:**

- ▶ 11.-12. Jänner 2025
SKITOURNWOCHENENDE IN DEN EISENERZEN ALPEN
- ▶ 22.-23. Februar 2025
SKITOURNWOCHENENDE IM GESÄUSE
- ▶ 12.-13. April 2025
ANKLETTERN HÖLLENTAL
- ▶ 19.-23. Juni 2025
**HOCHTOUREN WEISSMIES
UND LAGGINHORN (WARTELISTE)**
- ▶ 12.-13. Juli 2025
**GROSSVENEDIGER ÜBER PRAGERHÜTTE
(RESTPLÄTZE)**
- ▶ 15.-17. August 2025
ALPINKLETTERWOCHENENDE GESÄUSE
- ▶ 18.-19. Oktober 2025
KLETTERSTEIGE EISENERZ

Anmeldung gemäß Ausschreibung der jeweiligen Touren bei Michael Kopitsch unter Tel.: +43 664 116 82 45



Peppi am Hochgang SW Grat



Spezielle Angebote für Mitglieder der Polizeisportvereinigung Wien



Das Reisebüro Ihres Vertrauens
1070 Wien, Neubaugasse 12
Tel.: 050 884 212-0, e-mail: wien7@tui.at
Fragen Sie im Sekretariat nach den aktuellen Angeboten!

**GLEICH URLAUB
SICHERN**



ALPINE LUXURY HOTEL,
GOURMET & SPA



HOTEL POST

Lermoos • Zugspitze
★★★★S
Superior

www.post-lermoos.at

SONDERKONDITIONEN FÜR PSV-MITGLIEDER

HOTEL POST***** & POSTSCHLÖSSL****
Angelika & Franz Dengg, Kirchplatz 6, 6631 Lermoos, Tirol, Austria
Telefon +43 5673 2281-0, welcome@post-lermoos.at



Exklusive Angebote

für Polizei Mitarbeiter_innen
und ihre Familienangehörigen

Ausbildungspaket:

B - Führerschein

€ 1399,- statt € 1649,-

Rabatt

€ 250,-

für B / B „L“ / L17

Ausbildungspaket:

A - Führerschein

€ 999,- statt € 1199,-

Rabatt

€ 200,-

für A / A1 / A2

Ausbildungspaket:

BE - Führerschein

€ 349,- statt € 399,-

Rabatt

€ 50,-

für BE

Dieser Rabatt ist nur gültig bei Neuanmeldung. Pro Person kann nur ein Gutschein eingelöst werden. Keine Barablöse möglich. Gilt nicht bei Aktionspreisen und ist nicht mit anderen Gutscheinen oder Rabatten kombinierbar. Gültig für Anmeldungen bis 31.01.2025. Detaillierte Informationen zu den Ausbildungskosten und dem Ausbildungsablauf findest du unter www.fahrschulen-rainer.at

Schwieriger Start in die Saison

Vienna Ice Tigers

Seit Anfang September 2024 befinden sich die Spielerinnen und Spieler der PSV-Wien - Vienna Ice Tigers wieder im Training und kämpfen auf dem Eis um Erfolge. Trotz intensiver Vorbereitung, einschließlich eines Trainingslagers im Oktober in Maribor und zahlreicher Trainingseinheiten, blieb der erhoffte Erfolg bisher aus.

Nach den ersten drei Spielen der neuen Saison musste das Team drei Niederlagen verkraften und befindet sich derzeit auf dem vorletzten Platz der Tabelle der dritten Wiener Liga. Die Ergebnisse waren ernüchternd: eine 0:5-Niederlage gegen die Universitätsmannschaft Vienna University Totonka 2, ein 5:8 gegen die Chiefs und zuletzt ein knappes 4:6 gegen die HC Vienna Vipers.

Die Verantwortlichen hoffen nun auf eine deutliche Verbesserung in der zweiten Hälfte des Grunddurchgangs, der für die Ice Tigers am 18. Dezember 2024 endet. Nach einer kurzen Pause startet im neuen



Jahr die Zwischenrunde, gefolgt von den entscheidenden Playoffs. Trotz der Herausforderungen auf dem Eis gab es jedoch auch positive Entwicklungen: Mehrere Absagen von Stammspielern konnten durch die Hinzunahme neuer Spieler kompensiert werden. Das Team hofft, dass sich die personelle Verstärkung in den kommenden

Spiele auszahl und die Ice Tigers in der zweiten Saisonhälfte stärker zurückkommen.

Weiterführende Infos, Spieltermine und News findet man auf der Website: www.vienna-icetigers.com, auf Facebook und Instagram.

Ivan SCHAURHOFER

Alle Fotos © Julia Schadauer



Felix Kantor



Gerhard Piringner



Daniel Lovasovic



Ivan Schaurhofer

Ihre Wien-Win-Situation.

Mehr Private Banking.
Mehr Corporate Banking.
Mehr Angebot.

steiermaerkische.at/wien



Liebgewonnen Liebgeplant Hochzeitsplanung



Ihr habt euch verlobt und startet mit der Hochzeitsplanung, stellt jedoch fest: Zeit und Muße fehlen? Dann helfe ich euch gerne. Ihr könnt auswählen, inwieweit ihr meine Hilfe benötigt.

- **Komplettorganisation:**
Planung von A-Z. Ein großes Netzwerk an professionellen Dienstleistern steht euch zur Verfügung und gemeinsam wird ein wunderbares Konzept für euch erarbeitet. Am Hochzeitstag selbst könnt ihr euch zurücklehnen und feiern, denn ich übernehme den Ablauf und die Organisation.
- **Hochzeitstagsbetreuung:**
An eurem großen Tag müsst ihr euch um nichts sorgen und könnt einfach feiern. Ich stehe von früh bis spät an eurer Seite. Dabei kümmere ich mich um den gesamten Ablauf und die Organisation an dem Tag. Dazu gehören auch eure Wünsche und jene eurer Gäste.
- **Locationsuche:**
Ihr sucht schon so lange nach „eurer“ Location, es ist aber einfach alles zu viel? Es geht einfacher! Anhand meines großen Netzwerkes wird eine Location passend zu euren Wünschen und Vorstellungen ausgesucht.
- **Wedding Design:**
Anhand eurer Geschichte kreieren wir ein wunderschönes Konzept und finden dazu eure passenden Dienstleister, sei es für die Blumen, die Papeterie, die Deko,.. mit allen zusammen soll ein harmonisches Bild entstehen.



Fitness Boxen – Boxen ohne blaues Auge

Fitness Boxen ist ein Ganzkörper-Workout

Die Boxer benötigen Kraft, um den Sandsack zu attackieren und Ausdauer, um den Körper länger belasten zu können. Schnelligkeit, Koordination und Beweglichkeit werden beim Seilspringen oder beim Schlagtraining verbessert. Und seien wir uns ehrlich, wer wünscht sich nicht ab und zu einen Sandsack oder eine Pratte, um mal ordentlich dagegen zu schlagen, um den Stress oder kleine Aggressionen los zu werden. Also steigert Fitness Boxen neben der körperlichen Fitness auch das psychische Wohlbefinden und hilft gleichzeitig den Alltagsstress abzubauen.

Wir werden uns ab jetzt immer mit einer Technik aus dem Box- bzw. Fitnessbereich beschäftigen und diese genauer „unter die Lupe“ nehmen.

Dehnen – wann ist es sinnvoll?

Das Dehnen ist ein wichtiger Bestandteil einer gesunden Trainingsroutine, aber es gibt ein paar Dinge, die du beachten solltest:

Dehnen vor dem Sport:

- **Vorteile:**
 - **Aufwärmen:** Dehnen hilft dabei, deine Muskeln aufzuwärmen und flexibler zu machen.
 - **Verletzungsschutz:** Durch das Dehnen kannst du deine Muskeln besser auf die Belastung vorbereiten und so das Risiko von Verletzungen verringern.
- **Nachteile:**
 - **Leistungsminderung:** Wenn du direkt vor dem Sport statisch dehnt (eine

Position halten), kann das deine Kraft und Schnelligkeit kurzzeitig verringern.

- **Nicht für alle Sportarten geeignet:** Für manche Sportarten, wie zum Beispiel Sprinten oder Gewichtheben, ist statisches Dehnen vor dem Training nicht ideal.

Dehnen nach dem Sport:

- **Vorteile:**
 - **Regeneration:** Dehnen hilft dabei, Verspannungen zu lösen und die Muskeln zu entspannen.
 - **Flexibilität:** Regelmäßiges Dehnen kann deine Flexibilität verbessern.
- **Nachteile:**
 - **Kein direkter Einfluss auf Muskelkater:** Dehnen kann Muskelkater nicht verhindern, aber es kann dazu beitragen, dass du dich danach besser fühlst.

Was ist wichtig zu wissen?

- **Dynamisches Dehnen:** Vor dem Sport ist dynamisches Dehnen (z.B. Armkreisen, Bein ausschwingen) besser geeignet, da es die Durchblutung anregt und die Gelenke mobilisiert.
- **Statisches Dehnen:** Nach dem Sport kannst du statisches Dehnen (eine Position halten) durchführen, um die Muskeln zu dehnen und zu entspannen.
- **Individuelle Unterschiede:** Jeder Mensch ist anders. Was für den einen gut ist, muss nicht für den anderen passen.
- **Höre auf deinen Körper:** Wenn du Schmerzen hast, solltest du das Dehnen

unterbrechen und einen Arzt oder Physiotherapeuten aufsuchen.

Fazit:

Dehnen ist ein wichtiger Bestandteil eines ausgewogenen Trainingsplans, aber es ist wichtig, die richtige Art des Dehnens zur richtigen Zeit durchzuführen. Sprich am besten mit deinem Trainer oder einem Experten, um herauszufinden, welches Dehnprogramm am besten zu deinen Bedürfnissen passt.

Zusätzliche Tipps:

- **Warm-up:** Beginne jede Trainingseinheit mit einem gründlichen Warm-up (z.B. leichtes Cardio wie Joggen oder Fahrradfahren).
- **Cool-down:** Beende jede Trainingseinheit mit einem Cool-down (Dehnen, leichte Übungen).
- **Achte auf die richtige Technik:** Beim Dehnen solltest du keine Schmerzen verspüren. Wenn du dir unsicher bist, lass dir die Übungen von einem Trainer zeigen.

Probier's doch mal im Training aus! Viel Spaß wünscht das PSV Fitboxteam!

WANN + WO?

- Jeden Dienstag ab 19.15 Uhr in der PSV-Sportanlage Kaisermühlen
- Zusätzlich Donnerstag ab 19.00 Uhr in der KMS/NMS Anton Sattler Gasse 93 in 1220 Wien

Alle Details und Infos immer aktuell unter www.fitboxen.at | info@fitboxen.at | 0699/110-92-768 (Georg Kaipf)



Ein kostenloses Probetraining ist jederzeit möglich. Bitte Sportbekleidung und ausreichend zu trinken mitnehmen. Wenn du eigene Boxhandschuhe hast, kannst du die natürlich gern verwenden, ansonsten kannst du dir für das Probetraining natürlich auch welche ausborgen. Ausrüstung für ein regelmäßiges Training kann auch gerne über uns zu vergünstigten Preisen bezogen werden. Infos dazu im Training. Die Teilnahme am regulären Training ist ab dem vollendeten 16. Lebensjahr möglich, Voraussetzung ist lediglich die Mitgliedschaft beim PSV WIEN.

Georg KAIPF

BLUMEN REGINA

IHR BAUMFÄLLPROFI

Baumschnitt
Baumfällungen
Erledigung aller
Behördenwege bis zur
Ersatzpflanzung
Auch Wurzelstockentfernung



GARTENGESTALTUNG

NEU: PFLASTERARBEITEN UND PLATTENVERLEGUNG

Vertikutieren • Rasenmähen
Heckenschnitt • Baggerarbeiten
Erdtransport • Aushub
Trockenmauern • Bewässerungsanlagen

Tel. 0699/126 54 973
www.blumen-regina.at

BLUMEN REGINA

1210 Wien, Prager Straße 122
Brünner Straße 31 • Donaufelder Straße 1

Tel. 01/271 63 96

Tel. 0664/201 62 80

Autohaus Strasser Schärding

Wir sind ein full service Anbieter für Neu- und Gebrauchtwagen der Marken Volkswagen, Audi, SEAT, CUPRA und VW Nutzfahrzeugen.

Überzeugen Sie sich online von unseren Topangeboten oder vereinbaren Sie einen Termin mit Herrn Manuel Bauer unter 07712/3037-33 bzw. manuel.bauer@autohaus-strasser.at



Autohaus Strasser Schärding

www.autohaus-strasser.at

Autohaus Strasser Schärding

autohaus_strasser_schaerding

Wir machen Träume wahr.



fleck
Heizung • Bad • Sanitär
fleck-installationen.at
0664 12 11 684 | office@fleck-installationen.at

ERLEBEN SIE DEN "WILDEN WESTEN" WIENS

IM SALOON DONAU ZENTRUM

Authentischer „Wild West“ Flair im Saloon Donau Zentrum:
dem Restaurant mit den besten Steaks und Spareribs der Stadt.

KULINARISCHE HIGHLIGHTS LIVE-BANDS & WILD WEST FLAIR



WWW.SALOON.CO.AT

KONTAKT 01 203 45 95



Kleinfeldmeisterschaft 2024 der LPD Wien

Am 08.10.2024 wurden die Finalspiele zur Kleinfeldmeisterschaft der LPD Wien auf der Sportanlage in Kaisermühlen ausgetragen.

Aufgrund von Kommandierungen kam es zu einer Terminverschiebung, weshalb letztlich nur 6 Teams teilnehmen konnten. Somit erging die Finalrunde im Modus Jeder gegen Jeden, und die in der Vorrunde erreichten Bonuspunkte wurden natürlich berücksichtigt.

Folgende Mannschaften nahmen teil: BE, SPK19, SPK22, WEGA, BZS, EGS.

4 Mannschaften hatten aus der Vorrunde Bonuspunkte (BE/4; SPK22/SPK3; WEGA/SPK2).

In spannenden aber fairen Spielen setzte sich letztlich das Team des SPK22 vor der BE durch.

Bester Torschütze wurde Kollege Dominik

ROHRER von der Mannschaft des SPK22 mit 8 erzielten Toren.

Ein Dank gilt allen Organisatoren und Verantwortlichen, welche die Durchführung gegenständlicher Finalrunde ermöglicht haben.

Walter ZIEGLER-BENKO Oberst BA. Eh.,

Endstand	
1. Kleinfeldmeister 2024	SPK 22
2.	BE
3.	WEGA
4.	BZS
5.	EGS
6.	SPK19



Torschützenkönig



Sieger SPK22



Damen Bundesliga Finale

Am 9. November 2024 fand in der Steiermark in Öblarn das Finale der Damen Bundesliga statt. Elf Damen Teams zu je drei Sportlerinnen fanden sich vor Ort ein.

Der Polzeisportverein sendete ein Team unter der Führung des Sektionsleiters **Robert Wachet** ins Ennstal. Für die PSV-Wien starteten **Dragana Suranic**, **Karoline Zauner** und **Sophie Gugrel**. **Dragana** konnte sich nach länger Verletzungspause verbessern mit 60kg Reißen und 77kg Stoßen. Sehr gute Leistung auch von **Karoline**. Sie konnte 49kg und 61kg Stoßen. Stärkste und leichteste im Team war **Sophie** mit 57kg Reißen und 72kg Stoßen. Die Leistungen der drei Athletinnen brachte ihnen von den 11 Teams den 6. Platz ein!

Der Vorstand der Sektion Gewichtheben ist sehr erfreut und gratuliert unseren Mädls.

Walter FUCHS



@MILLENNIUMCITYWIEN
@MILLENNIUMCITY

**WENN DU
ALLE TRÜMPFE
IN DER HAND
HÄLTST.**

**VIELE
WÜNSCHE,
EIN
GESCHENK!**



IMMER EIN ERLEBNIS
MILLENNIUM-CITY.AT

MILLENNIUM CITY



Österreichische Polizei Mannschaftsmeisterschaften 2024

Die Mannschaftsmeisterschaften der Polizei werden traditionell im Herbst ausgespielt und bilden den krönenden Abschluss des Polizei-Golfjahres. Am 02. und 03.10.2024 wurde um den Titel des Polizei Mannschaftsmeisters gespielt. Als Austragungsort wurde wegen der anstehenden Bundespolizeimeisterschaften 2025 der GC Salzburg-Eugendorf gewählt. Insgesamt nahmen an der 2-tägigen Veranstaltung 49 Polizistinnen und Polizisten des Aktiv- und Ruhestands teil.

Die Wetterbedingungen am ersten Wettbewerbstag waren leider eher durchschnittlich. Alle Teilnehmer starteten im strömenden Salzburger Schnürlregen. Zum Glück für alle hörte der Regen gegen Mittag auf, allerdings frischte der Wind auf. Trotz absolut grenzwertigen Verhältnissen wurden teilweise sehr respektable Ergebnisse gespielt. Am besten meisterten die Runde der Steirer Kraxner Christoph sowie die Salzburger Fünfleitner Stefan und Fischer Friedrich. Gespielt wurde ein Zählwettspiel ohne Vorgabe, wobei die 3 besten Ergebnisse pro Mannschaft in die Wertung kamen.

Daraus ergaben sich folgende Stockerl-Platzierungsspiele für den zweiten Tag:

Spiel um 1. und 2. Platz: Salzburg 1 gegen Wien 1

Spiel um 3. und 4. Platz: Steiermark 1 gegen Oberösterreich 1

Am zweiten Tag hielt das Wetter besser aus und die Bedingungen waren für alle Teilnehmer fair. Gespielt wurde ein „Klassischer Vierer“ sowie zwei Einzel. Da die besten Mannschaften zuletzt auf die Runden gingen, war das Ansteigen der Spannung spürbar.

Steiermark 1 sicherte sich im Spiel um Platz 3 souverän die Bronzemedaille. Das Finale zwischen Wien und Salzburg verlief spannend und wurde schließlich nach Loch 15 entschieden, als Fünfleitner Stefan sein Einzel gegen Schauer Herbert gewann. Damit ging der Wanderpokal erstmals nach Salzburg.

Wir gratulieren recht herzlich unserer „Silbermannschaft“ Gerhard Sonn (Captain), Bernhard Baldauf, Herbert Schauer und Johann Weninger zum 2. Platz!

Unsere Mannschaft Wien 2 mit Gerald Bock (Captain), Bajarsaihan Dulmaa, Robert Gerstl und Wolfgang Langer spielte um Platz 9 und gewann gegen OÖ-Tirol.



„Silbermannschaft“ mit PSV-Wien Vizepräsident Dr. Walter Dillinger

Vier Golf- und Wellnesswochen im Nassfeld

Auch in diesem Jahr bot unser Golf- und Wellnessprogramm im Falkensteiner Carinzia****s Hotel lustige Golfmatches und pure Entspannung. Insgesamt genossen 182 Mitglieder 2 Wochen im Juni und 2 Wochen im September, Golf und Gaumenfreuden auf Haubenniveau zu einem sensationellen Preis-/Leistungsverhältnis.

Aufgrund der großen Nachfrage sind weitere 4 Wochen im nächsten Jahr teilweise schon ausgebucht.



Golfwoche Nassfeld

Charity-Golf-Turnier mit Marc Pircher und Gery Seidl

Am Sonntag, 6. Oktober 2024 war es wieder so weit: Marc Pircher, die Stimmungskanone aus dem Zillertal, lud zur „Dirndl und Lederhosen Gaudi“ im Golfclub Lengenfeld zu Gunsten des Lichtblickhofs.

Mit dabei war Prominenz: unser Pauli Hahn mit dem Promi-Winzer-Flight (Fam. Hahn und SPUSU Fam. Pichler), sowie 2 Flights Polizeigolfer. Die Polizeigolfer Dr. Walter Dillinger, Karl Burian, Gerald und Erika Bock haben erfolgreich Platz 3 verteidigt!



3. Platz

Für eine großartige Stimmung sorgten im Clubrestaurant Marc Pircher und Gery Seidl mit humorvollen Einlagen. Also es gab jede Menge Spaß und gute Unterhaltung!


Pircher und Seidl

Das Wichtigste: mit großer Freude dürfen wir berichten, dass eine Spende von EUR 8.500,- an den Lichtblickhof übergeben wurde. Diese Spende wird dazu beitragen, Kindern mit schwerer Erkrankung, Behinderung oder traumatischen Erfahrungen weiter zu helfen und ihnen einen Ort der Geborgenheit und Therapie zu bieten.


Gruppenfoto

Edtstadler

Saisonabschluss mit zwei lustigen Turnieren

Im September „Preis der Sektion, das Spanferkelturnier“ im Golfclub Frühling. Mit viel Spaß und sportlichem Ehrgeiz traten die Teams gegeneinander an, und unter den Preisträgern gab es einige strahlende Gesichter – aber am Ende waren eigentlich alle Sieger, denn alle genossen gemeinsam das köstliche Spanferkel zum Abschluss. Ein großes Danke an Fa. BFBU (Manfred Rutzenholzer) für das Sponsoring!


Sponsor vom Spanferkel

Im Oktober „Polizei Oktoberfest Turnier“ im GC Frühling. Traditionell war wieder unser Polizei-Oktoberfest-Turnier ein lustiges Texas Scramble mit vielen Überraschungen am Platz oder am Green.

Jede Menge Spaß, der sich auch im Anschluss ins Volkshaus Himberg übertrug, wo selbstverständlich Lederhosen und Dirndl das dominierende Outfit war.

Für ausgelassene Stimmung sorgten wieder unsere Wilden Kaiser und unser Sonnenschein Anna war an diesem Abend unsere Dancing Queen... bis zur Sperrstunde!


Anna am Tanzparkett

Unser weitest angereister Gast und Golfsektion-Mitglied aus dem Lungau, Wastwirt Rudi Baier, verlost einen Gutschein für ein Wochenende in St. Michael – Gratulation Gabi und Didi Führer!

Fortsetzung Seite 18 ➔



Wastwirt

Die Preisträger waren folgende Teams: Turniersieger Wolfgang Braun mit Stefan Presse, sowie Claudia & Gerhard Rieger.

2. Plätze: Dr. Thomas Katterschafka & Monika Brückner, sowie Ingrid & Manfred Menetetter.

3. Plätze: Dusanka & Christian Szkutta, sowie Claudia & Norbert Zehethofer.



Preisträger

Vielen Dank an B&B Blumen (Franziska Kristan) und Fa. BFBU (Manfred Rutzenholzer) für die schönen Startgeschenke und OMG-Boss Horant Woschitz für die (Schweden-) Bomben, sowie an Werner Eibegger für die wiederum gelungene Regie!

Golfwoche in Marrakesch - Sonne, Golf und gute Laune

Unsere Golfwoche in Marrakesch war ein voller Erfolg! Bei heißen Temperaturen um 30°C genossen wir das Spiel Anfang November auf wunderschön gepflegten Golfplätzen und erlebten die atemberaubende Kulisse der roten Stadt. Die Stimmung war großartig und die gute Laune der Teilnehmer trug dazu bei, diese Reise unvergesslich zu machen. Marrakesch bietet eine perfekte Kombination aus Golferlebnis und orientalischem Flair – wir freuen uns schon auf ein Wiedersehen 2025 in Agadir!



Exklusives Polizei-Schlägertuch (Sponsor Fa. BFBU)



Gruppe Binder



Gruppe Rutzenholzer



Polizeigolf-Präsent für unsere Reisemanager Mohamed und Farid in Marrakesch

Eigentlich verrückt....

...war die Ausschreibung für November: „PSV Golfen Deluxe im pannonischen Klima ist das ganze Jahr möglich!“

Und das Team vom Falkensteiner Balance Resort Stegersbach sollte recht behalten. Die Gruppe mit Manfred Kropfreiter spielten täglich lustige Golfunden bei strahlendem Sonnenschein und genossen die kulinarischen Highlights im 5****Falkensteiner Balance Hotel in vollen Zügen.



Polizei-Gruppe mit Manfred Kropfreiter



Strahlender Sonnenschein am Golfplatz Stegersbach

Rutzi feiert 70iger – Ein emotionales Jubiläum

Unser geschätzter Manfred Rutzenholzer, liebevoll „Rutzi“ genannt, feierte seinen 70. Geburtstag – eine Feier voller Emotionen und schöner Erinnerungen. Gemeinsam ließen wir sein beeindruckendes Leben Revue passieren, geprägt von Leidenschaft, Engagement und Erfolg. Auf Geburtstagsgeschenke hat er verzichtet und stattdessen zu Spenden für den Lichtblickhof aufgerufen. Diese wunderbare Geste unterstreicht einmal mehr seine Großzügigkeit und sein großes Herz. Seit 2006 ist Rutzi in der PSV-Wien Sektion Golf Mitglied und nicht nur der größte Sponsor mit seiner BFBU (Beratungsstelle für Brand und Umweltschutz GmbH), sondern auch ein herausragender Funktionär, der unseren Verein maßgeblich unterstützt und prägt.

Lieber Rutzi, wir danken Dir von Herzen für all Deine Jahre an unserer Seite und wünschen Dir weiterhin viel Gesundheit, Freude und noch viele unvergessliche Momente in unseren Reihen. Herzlichen Glückwunsch zum 70er! Deine Polizeigolfer.



Manfred Rutzenholzer © Gerhard Janoch

Geschätzte Mitglieder des Präsidiums, liebe Mitglieder der Golfsektion, Funktionäre und Sponsoren!

Zum Abschluss dieses erfolgreichen Jahres möchten wir uns herzlich bei Euch bedanken. Euer Engagement, Eure Unterstützung und die wertvolle Zusammenarbeit haben es uns ermöglicht, ein ereignisreiches Jahr voller schöner Erlebnisse und sportlicher Erfolge zu gestalten. Ein großes Dankeschön an unsere Sponsoren, die uns stets zur Seite standen, und an alle Teilnehmer, die mit Begeisterung dabei waren.

Wir wünschen Euch und Euren Familien eine wunderschöne Weihnachtszeit und ein glückliches, gesundes neues Jahr.

Allen unseren Mitgliedern, die wir krankheitsbedingt schwer vermisst haben, senden wir beste Genesungswünsche und freuen uns auf euer rasches Comeback.

Mit festlichen Grüßen, eure Sektion Golf.

Manfred BINDER

Fotos © Manfred Binder

100 Jahre Sektion Kanu

Das will gefeiert werden! Mit einer großen Festveranstaltung feierte die Sektion am Sonntag, dem 10. November 2024 das 100-jährige Bestehen



Gegründet 1924 von PITSCHMANN Johannes, damals als PSV-Sektion Paddeln bezeichnet, kann unsere Sektion auf viele sportliche Erfolge zurückblicken. Alle hier aufzuzählen würde Seiten füllen, erwähnen möchte ich PSV-Kanuten, welche an Olympischen Spielen teilnahmen:

1936 Berlin:

Otto NEUMÜLLER im Kanadier sowie Karl PROISL und Rupert WEINSTABL im Zweier Kanadier

1948 London:

Herbert KLEPP im Kajak

1952 Helsinki:

Gertrude LIEBHART im Kajak

1956 Melbourne:

Otto SCHINDLER und Walter WALDNER im Zweier-Kanadier

1960 Rom:

Lisa SCHINDLER und Helga WIEDERMANN im Zweier Kajak, Herwig DIRNBÖCK und Kurt LIEBHART im Zweier-Kanadier

2024 Paris:

Saman SOLTANI im Kajak (Refugee-Team)

Auch bei Welt- und Europameisterschaften waren PSV-Kanuten erfolgreich am Start. Eine Gesamtübersicht ist in unserer Festschrift abgebildet.

Anlässlich des Jubiläumsjahres wurden

spezielle 100-Jahr Leiberl designt, das 100 Jahr-Logo begleitete uns bei allen Rennen als sichtbares Zeichen unseres 100jährigen Bestehens.

Speziell unter dem Motto 100 Jahre Sektion Kanu veranstalteten wir am 04.05.2024 die Kanu-Marathon Meisterschaft, bei unserer internen Klubmeisterschaft am 16.06.2024 wurde nach einer Kanuausfahrt beim Bootshaus gefeiert.

Den Abschluss des Jubiläumsjahres bildete eine Festveranstaltung am Sonntag, 10.11.2024, im Festsaal der PSV-Wien.

Ab 15:00 Uhr spielte unser Breitensportler Hermann VASIC mit seinem Saxophon beim Aufgang zum Festsaal und begrüßte



Band Nowhereland und Sängerin Patrizia Ferrara



Höchtel Wolfgang (OKV), Mann Andreas, Briedl Günther (OKV Präsident), Peinhaupt Gerhard (OKV), Ackerl Christian



Friedl Alfred und Vukobratovic Luka beim Auspacken des Pitschmann-Pokals aus dem Jahr 1929



Kanunachwuchs beim Präsentieren der 100-Jahr-Lebkuchen

musikalisch 150 geladene Gäste. Mit einem Glas Sekt oder einem anderem Getränk ging es dann in den Festsaal, wo die Nowhereland-Band die Festgäste mit rockiger Musik in Stimmung brachte.

Einige der Ehrengäste beglückwünschten uns mit Geschenken zum Jubiläum, so erhielten wir vom OKV-Präsidenten Günther BRIEDL eine Ehrenauszeichnung, vom ASKÖ-WAT Wien die ASKÖ-Vereinsjubiläumsplakette in Diamant überreicht.

Damit die Festveranstaltung sowohl den feierlichen Charakter behielt, aber auch zu einer zünftigen 100er-Party mutierte, wurden nach Festansprachen immer wieder musikalische Einlagen unserer Band geboten. Nach Ehrungen verdienter PSV-Kanu

Funktionäre, Trainer und Sportler, erhielt unser „Geburtskind“, die Sektion Kanu, als Geschenk eine wahre Rarität. Vor einigen Jahren fand beim Stöbern im Internet Markus GRASL, einer unserer Breitensportler, rein zufällig den Johannes PITSCHMANN-Wanderpokal, welcher vom Gründer unserer Sektion 1929 erstmalig an den damaligen Vereinsmeister übergeben wurde. Wie durch ein Wunder überstand diese historische Trophäe die Kriegswirren des 2. Weltkrieges und kam nach 95 Jahren wieder zum Verein zurück! Heute ist dieser Pokal im Glasschaukasten in der Lobby ausgestellt.

Auch ein Geburtstagslied durfte nicht fehlen, gemeinsam mit der Sängerin Patrizia FERRARA und der Nowhereland-Band brachte ich den Kaisermühlen-Kanufahren Blues zum Besten.

Mit einer „Geburtsstorte“ = Lebkuchenstücken mit dem 100 Jahr Logo, stimmungsvoller Musik und viel guter Laune wurde bis ca. 21:00 Uhr gefeiert!

Abschließend waren sich alle einig: Es war eine tolle Feier!

Andreas MANN

Alle Fotos © Harald Klatt



Seebauer Stefan (ASKÖ Wien Vizepräsident), Mann Andreas mit Ehrenabzeichen in Diamant



Ackerl Margit, Mann Andreas, Peinhaupt Gerhard (OKV), Höchtl Wolfgang (OKV), Soltani Saman (Olympiateilnehmerin 2024), Briedl Günther (OKV Präsident), Kornfeind Christoph (PSV Sportler), Schlokat Uwe, Ackerl Christian, Andrea

Wiener Meisterschaft

In der Kuchelau am 31. August 2024

Das letzte nationale Rennen der Kanusaison war Ende August die Wiener Meisterschaft in der Kuchelau.

Durch die wenigen Nennungen wurde die Meisterschaft an einem Tag durchgeführt.

Unser Team der PSV-Wien trat bei schönem Paddelwetter gegen Sportler aus den Bundesländern und Wien an, um die

Wiener Meister zu küren.

Wir gratulieren allen Sportlern herzlichst zu ihren Erfolgen. Insgesamt konnten im Schüler Bereich K1 und K2 10 Titel eingefahren werden und in den Altersklassen Jugend, Meisterklasse und Allgemeine Klasse gab es 11 Siege.

Im Rahmen der Meisterschaft wurden

auch die Sieger im Schüler- und Jugendcup geehrt. Der Cup wird über das ganze Kanujahr geführt. Für Platzierungen bis Platz 9 gibt es Punkte. Es zählt also die Regelmäßigkeit der absolvierten Rennen über die Saison.

Wie gratulieren folgenden Nachwuchssportlern zu ihren erreichten Platzierungen:

Schüler B männlich:

Raphael Wiltzsch	1. Platz
Lukas Biri	3. Platz

Schüler A männlich:

Ioan Ciobotaru	2. Platz
----------------	----------

Jugend weiblich:

Katharina Wiltzsch	2. Platz
--------------------	----------

Jugend männlich:

Jan Ehrenberger	1. Platz
Lukas Kornprobst	2. Platz

Die Vereinswertung gewann PSV-Wien vor ATSV Lenzing und WSV Ottensheim. Gratulation an unsere erfolgreichen Sportler.

Barbara SCHEINAST



Olympic Hopes in Szeged/HU 2024

Unser Kanunachwuchs war im September dabei

Dieses Jahr wurden 2 unserer jungen Sportler in den Nachwuchskader des OKV nominiert und erreichten die Qualifikation für die Olympic Hopes, die dieses Jahr in Ungarn in Szeged stattfanden.

Den ganzen Sommer über opferten Jan Ehrenberger und Lukas Kornprobst ihre Freizeit, um sich optimal für diesen Saisonhöhepunkt vorzubereiten. Jan hatte zusätzlich noch ein 3-monatiges Pflichtpraktikum im Servicebereich zu absolvieren und Lukas konnte bis Anfang März aufgrund einer Erkrankung nicht voll trainieren. Dennoch schafften es die beiden Jungs topfit zu sein und wurden mit Einsätzen im K1 über 500 m und 1.000 m und im K4 über 200 m belohnt.

Eine kleine Fanabordnung der PSV fuhr Freitag Nachmittag Richtung Szeged los.

Die Familien von Lukas, Lukas Grünanger und ich standen dann gemeinsam mit den

anderen angereisten österreichischen Fans Samstag früh an der Regattastrecke und zitierten bei den ersten Starts mit. Die 1.000 m liefen nicht ganz nach den Erwartungen. Über 500 m gab es eine kleine Besserung, es war aber auch noch nicht optimal.

Sonntag früh waren dann die Vorläufe K4 über 200 m am Programm. Im Boot der Österreicher saßen Lukas Profanter (KC Graz), Jan Ehrenberger, Lukas Kornprobst (beide PSV-Wien) und Tim Briedl (Forelle Steyer). Da Tim der Älteste im Boot war, starteten unsere Jungs – eigentlich U15 und U16 – in der höheren Altersklasse U17. Als wir unsere Vorrundengegner sahen, wussten wir – es wird als eines der Jüngsten Boote – nicht leicht.

Deutschland, Frankreich, Tschechien waren unter anderem unsere Gegner.

Groß war die Überraschung und noch größer der Jubel, als unsere Jungs als 5.

direkt das Halbfinale erreichten.

Eine kurze Pause und dann hieß es nochmals zittern, Daumen drücken und die Stimmbänder strapazieren und die Burschen schafften auch diese Hürde und fuhren ins Finale B. Am Start waren je zwei Boote aus Deutschland, Serbien, Ungarn, Polen und Singapur.

Der Start war nicht optimal, aber Boot für Boot schoben sie sich weiter nach vorne. Der Zieleinlauf war sehr knapp und zwischen Platz 3 und 5 hätten wir von der Tribüne aus alles gesehen. Gebannt warteten wir auf die Auswertung des Zielfotos. Die Hundertstel zwischen Platz 3 und 5 waren auf unserer Seite und so konnten wir mit den Jungs über den 3. Platz jubeln.

Wir gratulieren euch zu eurem Erfolg recht herzlich.

Barbara SCHEINAST



Vienna Police Dragons in Limassol/CYP am 12./13. Oktober 2024

Dieses Jahr fand am 12. und 13. Oktober in Limassol/Zypern wieder die Cyprus International Regatta der Cyprus Dragon Boat Federation statt. Die Vienna Police Dragons traten auch diesmal an, mit dem Ziel, so viele Medaillen wie möglich zu erobern, idealerweise in der Farbe GOLD. Zusätzlich konnten wir wieder mit einem vollen Boot antreten, also genau 22 Dragons.

Ich werde nun ein wenig spoilern: „Schönste Tage des Jahres, Perfect, Highlight, Amazing, Fantastic, Incredible“. Ein paar Worte, die aber exakt beschreiben, welche Emotionen dieses Event nicht nur bei mir verursacht haben.

Für mich war es die erste Teilnahme hier am Germasogeia Reservoir nahe Limassol, dementsprechend groß war auch die Nervosität (übrigens wie bei allen anderen Rennen auch, grins). Die ersten Teammitglieder kamen bereits am Mittwoch, den 9.10. angefliegen, der Rest am nächsten Tag. Somit war noch genug Zeit, sich mental auf die langen Renntage vorzubereiten.

Donnerstagabend ging eine kleine, aber feine Truppe in das nahegelegene Restaurant „Garden Restaurant“ – kurz zusammengefasst: Air Condition auf Arktis eingestellt, Wartezeit bei einigen eine Stunde, und die Preise...naja, reden wir nicht mehr darüber. Das Essen war aber sehr gut, das konnte die Höhe des Trinkgeldes aber nicht positiv beeinflussen.

Am Freitag war es dann so weit. Trainingstag! Abfahrt vom Hotel war um 9 Uhr, ca. 20 Min. zum Stausee. Achtung, Linksfahren ist hier angesagt. Zumindest am ersten Tag war ich Beifahrer und konnte meine Seite OHNE Lenkrad genießen.

Zoran, unser Coach, überraschte uns mit seinem Sonnenhut. Ich dachte, er will Fischen gehen. Sonnenschutz war aber die nächsten Tage sehr wichtig, wie es auch später zahlreiche Sonnenbrände bestätigten.

Zoran sei Dank, fanden wir an diesem Vormittag die richtigen Bootsbesetzungen im Small- aber auch im Big-Boat. Die Balance ist in einem Race Boot extrem wichtig. Das haben wir beim Training schnell mit Schweißausbrüchen herausgefunden.

Den Nachmittag hatten wir dann frei, Abendessen in mehreren Gruppen, weil es ja nirgends Platz für 22 Personen gibt.

12.10.2024: erster Renntag; 200 m Bewerbe

So, nun zum ersten Renntag! Tagwache zu einer unmenschlichen Zeit und bereits um 6:30 Uhr Frühstück. Die Bewerbe mit 200 m Renndistanz standen an. Im 10er und dann später auch im 20er Boot. Das Wetter war wie erwartet sehr gut.

Um 8:50 Uhr starteten im 10er Boot unsere Damen im zweiten Lauf, dann später folgte das Premier Mixed Team. Zusätzlich starteten wir mit einem Senior A Mixed Boot, einem Premier Mixed Team Big Boat und in weiterer Folge einem Herren Mixed Team mit den Cyprus Sharks im Big Boat.

Nicht unbedingt erwähnenswert ist die Tatsache, dass bei den anderen Teams einige Steuerleute die Handhabung eines Steuerruders nicht verstanden und daher unser Boot fast gerammt hätten. Hatte auch zur Folge, dass ein Boot disqualifiziert wurde und auch Strafsekunden verhängt wurden.

Es gab jeweils einen Vorlauf, wo die ersten beiden fix für das Finale qualifiziert wurden. Das schafften wir immer mit einer unglaublichen Leichtigkeit, es war kaum zu fassen. Besonders unsere Damen waren im Ziel beim Vorlauf fast zwei Bootslängen voraus.

Um 11:10 Uhr war es dann soweit. Die erste Medaille: Bronze im 200 m Small Boat Senior A und dementsprechend groß war auch die Freude. Die harten Trainings haben sich ausgezahlt.

Um 11:50 Uhr startete das Damenboot im 200 m Finale. Ich kann nur bestätigen, was danach Zoran zu den Ladies sagte. „Fantastic“ Die erste GOLDENE, Wahnsinn!!!

Diese Jubelschreie, einfach herrlich. So kann es ruhig weitergehen UND: geht's den Frauen gut, geht's uns allen gut.

12:10 Uhr Finale Small Premier Mixed 200 m und die nächste Bronze Medaille war unser! Einfach „Amazing“.

15:00 Uhr Finale Standard Premier Mixed 200 m, wieder Bronze, es läuft und läuft.

Und dann noch als Zugabe im Finale 200 m Standard Premier Open mit den Cyprus Sharks also Police Sharks erneut eine Bronze Medaille. Das WIUWIUWIU schallt immer noch über den See.

4x Bronze und 1x Gold am ersten Renntag, was wollen wir mehr! Incredible, was für eine Leistung des Teams! Zoran sagte später, unser Trainingsfokus lag viel mehr auf die 500 m Renndistanz. Umso größer waren diese Erfolge einzustufen! Also wie erfolgreich würde erst der nächste Tag werden? Noch voller Adrenalin und Glücksgefühlen fuhren wir zu unserem Hotel zurück und belohnten uns mit einem erfrischenden Bad im Meer. Verdient ist eben verdient!

13.10.2024: letzter Renntag; 500 m Bewerbe

Zorans Aussage, dass eigentlich die 500 m UNSERE Distanz ist, stimmte uns zuversichtlich. Ich war mir sicher, dass dieser Tag UNSER Tag wird. Vor allem wollte ich unbedingt eine Goldmedaille. Dachenbootfahren ist aber ein Teamsport und nur als geschlossene Einheit sind Erfolge möglich!

Um 10:50 Uhr war der Finallauf im 500 m Senior A Mixed Small Boat. Was soll ich schreiben, der Erfolgslauf unseres Teams





ging weiter und die „Oldies“ holten verdient den 2. Platz.

Unsere Damen wollten dem nicht nachstehen und erreichten die nächste Silbermedaille. Verdient holten sich dieses Jahr den ersten Platz die Ladies der Spartans.

Der emotionalste Moment, den ich in diesen Tagen erleben durfte, war das Finale im 500 m Premier Mixed Small Boat. Wir wussten nach dem Zieleinlauf nicht, welchen Platz wir erreicht hatten. Es gab für alle eine Online-Ergebnisliste, wo die Ergebnisse laufend aktualisiert wurden.

Nachdem es offiziell war, dass wir den ersten Platz innehatten, also GOLD, war die Freude very special und riesengroß. Die Jubelschreie hallten über den ganzen Stausee, es gab innige Umarmungen und es flossen viele Freudentränen. Die Anstrengungen und Entbehrungen des ganzen Jahres kamen aus uns raus und unser Coach war sichtlich gerührt!

Und dann war es wieder so weit. Nach dem Zieleinlauf im Finale 500 m Premier Mixed Standard Boat wusste nicht mal unser Coach und Steuermann Zoran, welchen Platz wir erreichten. Er dachte 3. oder 4. Platz.

Wir Männer mussten sich aber gleich nach dem Aussteigen aus dem Boot in die Marshalling Zone begeben, weil es noch einen weiteren Lauf gab, das Finale im 500 m Premier Open Standard Boat mit den Cyprus Sharks.

Noch bevor wir starteten, hörten wir ein lautes Gekreische aus der Richtung unseres Lagers. Wenn Frauen schreien, ist das normalerweise nicht positiv (sorry), aber dieses Mal waren es Jubelschreie. Wir hatten tatsächlich wieder GOLD geholt. Unglaublich und beeindruckend die Leistung unseres Teams!

Dadurch noch mehr motiviert, holten wir mit den Sharks noch einen weiteren 3. Platz. Es war mir eine große Freude, in einem Männerboot zusammen mit den Sharks das Rennen zu bestreiten. Die Power fährt so gewaltig durchs Boot. Gänsehaut.

Nach diesem letzten Rennen konnten wir endlich zwei Gänge runterschalten, endlich ein Bierchen trinken und auf die Erfolge anstoßen. Untermalt wurde es von dem DJ mit „I am from Austria“, wo wir alle mitsangen, ein WOW Moment!

Den Abend ließen wir wie auch letztes Jahr am Strand und danach in einer Bar ausklingen. Die Betten wurden erst in den Morgenstunden benötigt.

Zum Abschluss an dieses mehr als denkwürdige Rennwochenende in Zypern formuliere ich die Dankesrede unseres Coach Zoran ein wenig um.

„Liebes Team, ich möchte euch dafür danken, dass ihr diese Rennen zu etwas ganz Besonderem und Unvergesslichem gemacht habt, speziell für mich. Die Messlatte wurde durch uns alle erneut höher gelegt. Wenn man die Rennen in Barcelona und das letzte auf Zypern vergleicht, sieht man, welche Fortschritte wir gemacht haben.“

Andor war Feuer und Flamme beim Steuern und hat die großen Herausforderungen, ein Rennboot zu steuern, sehr gut gemeistert. Großen Dank auch an die Schlagleute Dora, Max, Alex, Csilla und Yudan. Das Tempo der ersten Reihe übernahm unsere Trommlerin Karin in Perfektion und hat uns lautstark in jedem Lauf und zu den Medaillen begleitet. Danke auch an meine Sitznachbarn Iago und Stefan.

Den größten Dank aber gebührt Zoran, unserem Coach, der immer an uns geglaubt hat (ok, manchmal auch verzweifelt ist), der unermüdlich neue „Fun“ Trainings zusammenstellt und der uns ständig neue Grenzen aufzeigt, damit wir auch diese überwinden und uns weiterentwickeln. Er steht uns auch als Freund mit seinem Rat zur Seite!

Außerhalb des Bootes waren wir mehr als ein Team, wir waren Leute, die aufeinander aufgepasst haben, was wahrscheinlich der wichtigste Part ist.

Ready, Attention, GOoooooooooooo!
5x BRONZE, 2x SILBER, 3x GOLD. Wir waren somit die 3. Beste Mannschaft an der Anzahl der gewonnenen Medaillen!!!

Harald KOMANOVITS



Stand-up-Paddeln

Mehr als ein Breitensport

Stand-up-Paddeln ist ein neuer Bereich in unserer Sektion und wird von unseren neuen Mitgliedern rennmäßig betrieben. Hier ein kleiner Überblick was dahinter steckt und was für die nächsten Jahre geplant ist (Margit Ackerl).

Gewässer im Stehen zu befahren, hat eine lange Tradition: Schon vor 3000 Jahren wurde in Peru im Stehen gefischt, als Paddels verwendete man damals lange Bambusrohre. In einigen Teilen Afrikas wurden Kanus stehend gefahren, um sich lautlos an den Feind heranzupirschen. Die Paddel wurden auch als Speere benutzt.

Viel friedlicher war der Beginn des modernen Stand-Up-Paddlings. In den 1940er-Jahren stellten sich hawaiianische Surflehrer auf ihre Boards und nahmen ein Paddel mit, damit sie besser über ihre Surfschüler:innen wachen konnten. Bald wurden spezielle Sup-Boards gebaut und neben dem Sup-Surfen in der Welle entstand das Flachwasserpaddeln. Es dauerte aber bis ins Jahr 2003, bis eines der ersten Sup-Rennen ausgetragen wurde. 49 Teilnehmende paddelten damals in Hawaii um die Trophäe.

Vom Trendsport zum Rennsport

Heute ist Stand-up-Paddeln ein Trendsport, die Paddler:innen von keiner Wasserfläche mehr wegzudenken. Dass SUP auch als Wettkampfsport betrieben wird, ist jedoch noch wenig bekannt.

Dabei gibt es eine ganze Reihe verschiedener Arten von SUP-Wettkämpfen, etwa Sprints (200 m - 1000 m), Technical Races (hier müssen mehrere Bojen umpaddelt werden), Long Distance Races (ab 5 km) oder Ultra Long Distance Races von 18 km bis über 750 km (wie den Yukon River Quest).

Drei Mitglieder des PSV Wien, Marliese Mendel, Stefan Pattis und Marek Wimberger beschlossen im Spätsommer 2022, dass es nach einigen Jahren Paddelerfahrung nun an der Zeit wäre, auch an Rennen teilzunehmen. Statt klein anzufangen, beschlossen sie, „groß“ zu beginnen – Mit der Sup 11-City Tour in den Niederlanden. Bei dieser Tour, einer der bekanntesten Ultra-Long-Distance-Tour der Welt, müssen in fünf Tagen 220 Kilometer zurückgelegt werden. Als Trainer wurde der ehemalige Sup-Staatsmeister Mika



100 Jahre Kanu © Harald Klatt

Mayerhofer vom Sup Sportclub Graz engagiert und für die nächsten zwölf Monate dominierten Trainingspläne, Pulsbereiche und Muskelkater das Leben der drei.

220 Kilometer in fünf Tagen

Am 13. September 2023 standen Marek, Marlies und Stefan am grauen Wasser der Prinsengracht in Leeuwarden am Start – mit knapp 140 weiteren Paddler:innen. Vor den Teilnehmenden lagen fünf Tage mit Strecken von 27 bis rund 49 Kilometern, mit Motivationslöchern, Gliederschmerzen, aber auch mit Euphorie und Teilerfolgen. Die Tour führte durch elf Städte in Friesland, an den flachen Landschaften mit Kühen, Schafen, Pferden und Mühlen vorbei, unter niedrigen Brücken hindurch, durch Spaliere von jubelnden Menschen. Der Moment, wo sie am Ziel des fünften Tages die Teilnehmermedaillen um den Hals gehängt bekamen, entschädigte für die monatelangen Mühen und für die Erschöpfung der letzten Tage.

Zwischen 200 Metern und 130 Kilometern

Noch im Ziel wurden bereits die nächsten Pläne geschmiedet: Marek entschied sich, an der Alps-Trophy 2024 teilzunehmen: Sechs Rennen in Österreich, Deutschland und Slowenien in den Disziplinen Sprint, Technical Race und Long-Distance. Stefan und Marliese bleiben bei der Ultra Long Distance

und trainieren momentan auf das eintägige 130-Kilometer-Rennen entlang der Dordogne im Mai 2025 und paddeln inzwischen bei kürzeren Rennen, wie dem „Race to the Castle“ (43 Kilometer) in Nottingham, England mit.

Gerne stehen die drei Sup-Paddler:innen für Tipps und Hilfe zur Verfügung. Meistens trifft man sie im Sommerhaus am PSV-Gelände.

Podcast zur Sup11 City Tour:

<https://www.supcast.at/>

Informationen zur Sup 11 City Tour:

<https://www.sup11citytour.com/>

Informationen zur Sup-Alps-Trophy:

<https://www.sup-alps-trophy21.com/#/>

Alle Rennen in Österreich:

<https://www.austriansupfederation.at/rennen-und-termine-2024/>

Marlies MENDEL



2023 City Tour

Medical
Excellence
Austria



Privatlinik
Döbling



Physiotherapie & Sportphysiotherapie an der Privatlinik Döbling

Das Team des Instituts für Physikalische Medizin der Privatlinik Döbling ist Ihr kompetenter Partner zur Erhaltung und Wiedererlangung körperlicher Leistungsfähigkeit.

Im Akutfall, präventiv und bei chronischen Indikationen!

Therapieangebot

- Schmerzen am Bewegungsapparat
- Sehnenerkrankungen
- Reha nach orthopädischen Eingriffen
- Sportphysiotherapie
- Sportrehabilitation
- Sportspezifisches Training, Planerstellung

Vorteile

- Auch ohne Zuweisung möglich
- Rasche & flexible Termine
- Kurze Wartezeiten
- Erfahrenes Team
- Großes Netzwerk an Spezialisten
- Refundierungsmöglichkeiten durch die Kasse

Institut für Physikalische Medizin und Rehabilitation • Heiligenstädter Straße 46-48 • 1190 Wien, Austria
T: +43 1 360 66-7710 • M: physmed@pkd.at • www.pkd.at • Eingang vis à vis der Privatlinik Döbling, Ebene 1

Ein Unternehmen der PremiQaMed Group



RAUM FÜR VERANTWORTUNG

ETZ Süßenbrunn, 1220 Wien
Architektur: YF architekten zt gmbh, Foto: Andreas Buchberger

 **BIG**

Im größten Einsatztrainingszentrum Österreichs trainieren rund 200 Polizist*innen. Hier hat die BIG Bedingungen für einen witterungsunabhängigen und lärmreduzierten Trainingsbetrieb geschaffen. Mit mehr als 8.000 Quadratmetern ist das ETZ Süßenbrunn das größte und auch das klimafreundlichste Einsatztrainingszentrum Österreichs.

www.big.at

Engeltliche Einschaltung

Relaunch der Sektionshomepage am Ende eines erfolgreichen Jahres

Das zweite Trainingsjahr am Standort S.C.Hakoah geht erfolgreich zu Ende. Der Wechsel war nachhaltig erfolgreich, die Mitgliederanzahl stabil, durch den erwirtschafteten Budgetüberschuss konnten genug Rücklagen für den Fortbestand des Standortes gesichert werden. Die Ausbildung von zukünftigen KMA Instructors ist weiterhin im Gange und trägt erste Früchte.

Leider musste das Seminar mit Systemgründer und Chief Instructor Ende Oktober aufgrund der politischen Lage in Israel und den damit verbundenen Reisebeschränkungen kurzfristig abgesagt werden.

Die Sonntagsworkshops zu den Themen:

Selbstverteidigung für Frauen und Selbstverteidigung mit Alltagsgegenständen konnten wie gewohnt im Frühjahr und Herbst durchgeführt werden. Das Krav Maga Camp in Niederöblarn im Frühjahr war wieder der Trainingshöhepunkt.

Vor dem Jahresende geht noch ein **Relaunch der Sektionshomepage** über die Bühne. Das neue Design ist übersichtlicher gestaltet, schließt Sicherheitslücken und erfüllt aktuelle rechtliche Anforderungen.



Überfall im Auto



Festhalte Angriff



KMA Team

Wir freuen uns auf die Präsentation bei der Jahresabschlussfeier in der PSV-Zentrale in Kaisermühlen. Der PSV-KMA Vorstand freut sich, mit allen aktiven Mitgliedern, auf ein erfolgreiches Jahr anzustoßen!

Das letzte Training im Jahr 2024 findet am Donnerstag, den 19.12. im S.C.Hakoah statt. Von 20.12.2024 bis 08.01.2025 gibt es eine wohlverdiente **Weihnachts- und Silvesterpause**. Das KMA-Training startet am Donnerstag, den 09.01.2025 im S.C.Hakoah.

Das Team von Krav Maga Allround wünscht allen Trainierenden einen ruhigen

Advent, besinnliche und erholsame Weihnachtsfeiertage und einen guten Start ins Neue Jahr 2025! Wir freuen uns auf ein Wiedersehen!

Die Termine für die Sonntagsseminare werden demnächst auf unserer Homepage bekanntgegeben.

Alle aktuellen Infos, Termine, sowie Ausschreibungen befinden sich wie immer auf unserer Homepage unter: www.psv-kma.at und im Facebook unter: www.facebook.com/PSVKravMagaAllround

Mag. Ruth PREINING



Bein-Schlagtechnik



Knie-Schlagtechnik



Bleib neugierig!

Wo immer es beruflich hingeht, wir sind der professionelle Partner bei allen Aus- und Weiterbildungsfragen. Wir haben mit über 3.000 Kursen das richtige Angebot, um Sie weiter zu entwickeln!

Online suchen und buchen unter wifwien.at.

WIFI. Wissen Ist Für Immer.

#WienerWeg

DANKE

für Euren unermüdlichen Einsatz!

Tausende Wiener Polizistinnen und Polizisten arbeiten täglich für die Sicherheit und das respektvolle Miteinander in unserer Stadt. Sie leisten rund zwei Drittel aller Polizeieinsätze in ganz Österreich. Damit dieser starke Einsatz weiterhin möglich ist und Wien so eine sichere Metropole bleibt, setze ich mich für einen Hauptstadtbonus für die Wiener Polizei, moderne Ausrüstung und Infrastruktur in den Dienststellen ein. Um noch mehr Menschen für diesen wichtigen Beruf zu begeistern, unterstützen wir in Wien die Polizei zudem aktiv beim Recruiting.

Michael Ludwig
Bürgermeister
Dr. Michael Ludwig

Entgeltliche Einschaltung: Foto: Markus Sbrava

Jahresausklang 2024

30 Jahre Sektion Mountainbike

Am 15. November fand im festlich geschmückten Sportsaal der PSV-Wien der zur Tradition gewordene Jahresabschluss 2024 statt.



Der Jahresabschluss stand dieses Mal im Zeichen des 30-jährigen Bestehens der Sektion Mountainbike.

Der Polizeivizepräsident und Vizepräsident der PSV-Wien, Dr. Michael Lepuschitz der die Sektion schon seit Beginn kennt, lieferte in seiner Ansprache einen grandiosen Rückblick auf all die vergangenen tollen Jahren.



In einer Multimedia Show wurde aus vielen zusammengetragenen Bildern unseren Ehrengästen, Sponsoren und Mitgliedern ein grandioser Einblick in unsere Sektion gewährt.

In einer Ehrung verdienter Polizeisportler wurde Michaela Gigon und Andreas Waldmann geehrt. Nach gutem Essen und vielen Gesprächen ging ein gelungener Abend zu Ende.

Wir freuen uns, euch auch nächstes Jahr wieder von vielen Erfolgen berichten zu können.

Die Sektion Mountainbike wünscht allen Mitgliedern der PSV-Wien auch für nächstes Jahr viele sportliche Erfolge, vor allem Gesundheit und verletzungsfreie Wettkämpfe.

Fritz KRAUS





R. HUSEK GmbH
TRANSPORTUNTERNEHMEN

Abbruch- und Aushubarbeiten

auch auf engstem Raum

post@husek.at

Mobil: 0664 / 340 13 15

Postadresse:

22; Georg Bilgeri Strasse 15

Tel: 01 / 734 65 53

Fax: 01 / 734 73 98

Werkstattadresse/Lagerplatz:

2201 Gerasdorf;

Viktor Kaplan Strasse 1

www.husek.at

R & S HUSEK
KFZ-Werkstatt GmbH

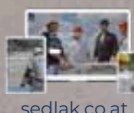
LKW + PKW Reparatur-Überprüfung-Service



WIR BAUEN FÜR
DIE ZUKUNFT

Sedlak
Bauunternehmen

MOTIVIERT.
INNOVATIV.
KONSEQUENT.



NEUBAU | SANIERUNG | BAUTRÄGER

16. Sommerradtour - 10. bis 17.08.2024

Korneuburg über Enns/Linz – Ebensee – Bad Goisern – Altaussee – Trieben – Kapfenberg – Neunkirchen – und zurück

Dieses Jahr wurde die Sommerradtour der PSV-Wien nunmehr zum 16. Mal ausgetragen. Sie führte von Korneuburg über Linz ins Salzkammergut und von dort über das Enns-, Selz-, Palten-, Mur- und Mürztal sowie den Semmering wieder zurück. Es waren insgesamt 8 Radler der Sektion Rad dabei.

Bereits am 10. August (1. Etappe) fuhren Leopold St., Josef B., Emil O. und Gerald H. von Korneuburg am Donauradweg mit ihren vollbepackten Tourenrädern bis nach Enns. Auf Höhe Ybbs/D kam noch Konrad S. aus Wieselburg dazu. Im Hotel „AM LIMES“ war das erste Ziel erreicht. In der dem Hotel angeschlossenen Pizzeria ließ man den Tag ausklingen.

Erst am 11. August fuhren Ludwig M., Alfred R. und Johann O. von Wien mit der Bahn bis Linz, wo sie am Nachmittag auf Höhe Traun, am Traunradweg, auf den Rest der Gruppe trafen, welche zur 2. Etappe von Enns aus gestartet ist. Es ging vorerst am Traunradweg bis Wels, wo am Stadtplatz im einzigen offenen Lokal, die schon fällige Mittagsrast mit „indischer Kost“ gehalten wurde. Von Wels ging es durchgehend am vorwiegend geschotterten Traunradweg über Lambach, Laakirchen bis Gmunden. Weiter mit sehenswerter Kulisse am westlichen Traunseeufer vorbei an Schloss Orth, Altmünster nach Traunkirchen. Kurz davor wurde beim Gruberwirt eine Labe eingelegt. Einige Teilnehmer haben ein Bad



im Traunsee vorgezogen. Am Traunradweg ging es schließlich weiter bis zur Pension AHAMER, dem Etappenziel. Den Abend samt Abendessen ließ man im Restaurant zur Post ausklingen.

Die 3. Etappe führte am 12. August von Ebensee wieder am Traunradweg bis Mitterweissenbach, wo über das wunderschöne Weissenbachtal nach Weissenbach am Attersee gefahren wurde. Von dort ging es ein Stück aufwärts zum südlichen Ufer des Mondsees. Auf Höhe Schärfling wurde rechts abbiegend und nach längerem Anstieg über den Krottensee bis St. Gilgen am Wolfgangsee geradelt. Zwischendurch wurde von einigen Teilnehmern eine Abkühlung im Mondsee gesucht. Am Hauptplatz von St. Gilgen war eine Pause fällig, bevor am

Wolfgangseeradweg weiter über Abersee (mit Badestopp im Wolfgangsee) und Strobl bis Bad Ischl gefahren wurde. Nach einem kurzen Trinkstopp ging es weiter an der bekannten „Konditorei ZAUNER“ sowie dem Kaiserstandbild vorbei über Laufen nach Bad Goisern zum Etappenziel Hotel MOSERWIRT. Das Abendessen wurde in Anbetracht eines aufziehenden Gewitterregens auf der überdachten Hotelterrasse eingenommen.

Am 13. August (4. Etappe) wurde von Bad Goisern entlang des Hallstätter Sees, über Hallstatt und Obertraun (mit Badestopp im Hallstättersee), danach stark ansteigend, parallel zur Koppenpass Straße am Radweg bis Bad Aussee gefahren. Im Stadion Stüberl wurde eine kurze Rast eingelegt, bevor es über das Zentrum von Bad Aussee zum Grundlsee und weiter zum geheimnisvollen Toplitzsee ging. Das dort einzige Lokal, die Fischerhütte, war jedoch total überfüllt, sodass die Mittagsrast im Gasthof „ROSTIGER ANKER“ am Grundlsee erfolgte. Am FKK Badestrand des Grundlsees folgte ein allgemeiner, kurzer Badestopp, bevor es weiter zum Ort Grundlsee ging. Im ständigen Auf und Ab über Ober- und Untertressen sowie Puchen ging es schließlich nach Altaussee zum Etappenziel „GASTHOF zum HIRSCHEN“. Kurz nach der Ankunft wurde eine am Ortsrand im Bereich des nördlichen Seeufers befindliche kleine Badebucht aufgesucht. Das dort ausgesprochen klare und warme Wasser wurde



bei einem ausgiebigen Bad richtig genossen. Das Abendessen wurde im Gasthof eingenommen, wobei man wegen eines heftigen Gewitters von der Terrasse ins Lokalinnere wechseln musste.

Bei der 5. Etappe am 14. August ging es von Altaussee weiter über Bad Aussee nach Bad Mitterndorf. Anschließend wurde die Schifflugschanze – Kulm passiert, bevor es in langer steiler Abfahrt zum Ennstal und zur Rast im Schlossteichstüberl/Trautenfels ging. Danach wurde am Ennstalradweg über Wörschach bis Döllach und von dort immer leicht ansteigend über Lassing bis zur darauffolgenden langen Abfahrt ins Paltental gefahren. Kurz vor Rottenmann ging es bei typischer Radwegführung einen langen steilen Begleitweg hinauf, bevor man wieder steil bergab, Rottenmann erreichte. Dort war wegen des einzigen Reifendefektes der ganzen Tour ein kurzer Halt vor dem Erreichen des Etappenzieles in Trieben angesagt. Um die teilweise hinterlistige Radwegführung im Paltental zu umfahren, wurde ab Rottenmann auf der verkehrsarmen Bundesstraße, bis zum Etappenziel TRIEBENERHOF in Trieben geradelt.

Von Trieben ging es am 15. August (6. Etappe) auf Radwegen sowie der wegen des Feiertages beinahe verkehrsfreien Schoberpassstraße über Treglwang hinauf nach Wald/Schoberpass und wieder hinunter nach Kalwang bis Mautern/Stmk. Dort wurde eine kurze Kaffeepause im Geburtsort von Franz K. (ein Sektionsmitglied) gemacht. Von Mautern ging es auf der Bundesstraße bis Seiz, wo es auf Nebenstraßen immer ansteigend bis Höhe Trofaiach ging. Danach folgte eine lange Abfahrt über St. Peter/Freienstein und Donawitz bis Leoben, wo im Anschluss am Murtalradweg entlang nach einer Labe für die längst fällige Mittagsrast gesucht wurde. Es konnte erst im Zentrum von Bruck/Mur eine Pizzeria gefunden werden. Schließlich war es nur mehr ein kurzer Weg bis zum Etappenziel im Waldrestaurant VIDA - Kapfenberg.

Am 16. August (7. Etappe) wurde ausschließlich am Mürztalradweg von Kapfenberg über Kindberg, Krieglach und Langenwang bis nach Mürzzuschlag gefahren, wo am Hauptplatz angehalten wurde. Anschließend führte der Weg leicht ansteigend nach Spittal/Semmering und von dort bis zum Semmeringpass. Im Restaurant des „Belvedere Hotels“, wurde schließlich Mittagsrast gehalten.

Danach ging es in rasanter Talfahrt auf der alten Bundesstraße über Schottwien bis



Gloggnitz hinunter. Weiter am Schwarzatalradweg führte der Weg über Wimpassing und Ternitz direkt nach Neunkirchen. Am Hauptplatz wurde kurz vor einem einsetzenden Gewitterregen bei einem Cafe angehalten. Während einer kurzen Regenpause wurde das nahegelegene Etappenziel, das „CITYHOTEL NEUNKIRCHEN“ erreicht.

Die Schlussetappe (8.) wurde am 17. August auf unterschiedlicher Streckenführung gestartet. Der Großteil der Gruppe fuhr über Bad Fischau, vorbei an Wr. Neustadt bis Schwechat und weiter über Wien nach Korneuburg. Konrad S. fuhr vorerst mit der 6er Gruppe los und verabschiedete sich nördlich von Wr. Neustadt in Richtung Wieselburg. Johann O. fuhr direkt von Neunkirchen in die entgegengesetzte Richtung ins Südburgenland.

An den insgesamt 8 aufeinanderfolgenden Tagen der Gesamttour wurden von den einzelnen Teilnehmern, je nach An- und Heimreise, in 30 - 40 Stunden 580 - 810 Kilometer und 4500 Höhenmeter bei durchwegs heißem

Hochsommerwetter absolviert. Trotz einzelner Gewitterschauer, welche aber ausschließlich in den Abend- und Nachtstunden niedergingen, war die mitgeführte Regenbekleidung nur zusätzlicher Ballast in unseren Packtaschen.

Die Sommerradtour, welche dieses Jahr bereits zum 16. Mal absolviert wurde, war eine vor allem landschaftlich wunderschöne Fahrt, durch so manche der schönsten Gebiete unseres Landes. Es war vor allem eine unfallfreie Radtour, bei der trotz so mancher Anstrengung und durchwegs herrschender Sommerhitze, der Schmach sowie die Kameradschaft nicht zu kurz gekommen sind.

Vorerst wurden noch keine konkreten Pläne für die 17. Sommerradtour geschmiedet, da es nach nunmehr 16 absolvierten Touren quer durch und um Österreich immer schwerer wird, passende Touren zusammenzustellen.

Es besteht die Zuversicht, dass es auch 2025 die Sommerradtour geben wird.

Johann OSZTOVITS





Teilnahme des PSV Wien Sailingteams am S-Cup'24 in Punat/Kroatien



Der S-Cup (Steirischer Cup für Fahrtensegler) ist eine Hochseeregatta, in dessen Rahmen auch der Steirische Landesmeister im Hochseesegeln gekürt wird.

Das PSV-Wien Sailingteam nahm heuer bereits zum vierten Mal teil, zuletzt im Jahr 2019, wo wir den Gesamtsieg feiern konnten, zusätzlich stand ein zweiter (2018) und ein dritter Platz (2014) zu Buche.

Seit dem Vorjahr wird der S-Cup in Punat mit baugleichen J/70 Rennkielbooten gesegelt, die auch bei der Segelbundesliga verwendet werden. Die gleitfähigen J/70 Kielboote haben eine Länge von ca. 7 m, verfügen über ausfahrbaren Bugspriet und Gennaker und werden von einer Crew von vier Personen gesegelt.

Der Event wurde vom Nautic Club Austria organisiert, die Boote, es handelt sich um die Flotte der Schweizer Segelbundesliga, wurden von In2theBlue zur Verfügung gestellt, die über den Winter die Flotte in Punat betreut.



Training Mörbisch

Da wir mit diesem Bootstyp als Team keine Segelerfahrung hatten, wurde uns von Werner Ebenhöf (ehem. Olympiateilnehmer und Mitglied der Sektion Segeln) zur Vorbereitung auf die Regatta im Yachtclub Breitenbrunn in Mörbisch seine Sprinto für zwei Trainingstage dankenswerter Weise zur Verfügung gestellt. Die Sprinto ist der J/70 in Größe und Handling ähnlich und eignete sich für die Vorbereitung ideal.

Trainingsboot in Mörbisch

Er opferte zusätzlich Anfang Oktober zwei Freitag-Nachmittage und coachte uns bei den wichtigsten Manövern unter widrigen Wetterbedingungen am Neusiedlersee. Dabei wurde uns bewusst, dass wir rasch lernen mussten, da es auch kein „Zurück“ mehr gab!



Training Mörbisch

„Olympiatraining“ am Neusiedlersee

Unsere Anreise startete am Mittwoch, dem 23. Oktober, um 3.00 Uhr früh beim Treffpunkt in Wöllersdorf, da bereits um 9.30 Uhr das erste Meeting in Punat geplant war, das mit der Einteilung für die ersten zwei Trainingstage unter der Leitung des vierfachen Olympiateilnehmers Nico Resch startete. Die Bedingungen für das Training waren herausfordernd. Regen, starker Wind und kühle Temperaturen sorgten für zwei anspruchsvolle Segeltage.

Es standen sieben Boote für insgesamt 14 Mannschaften zur Verfügung. Die Boote waren in einem hervorragendem Zustand und wurden nach jeder Wettfahrt gewechselt, sodass immer ausgeglichene Bedingungen für jede Crew herrschten.

Das Training erfolgte in der Bucht von Punat, mit direktem Coaching von Nico Resch und bestand aus gesetzten Vorwindkursen unter Gennaker zur Leetonne, Kreuzkursen zur Luvtonne und Regattastarts.

Unser Skipper und Taktiker Michael Lachsteiner forderte alles von der PSV-Wien Crew, und das auch schon beim Training. Es sollte sich als die beste Basis für die anschließende Regatta erweisen.



Upwind - Foto © F Karabaic/FMedia

Kreuzkurs vor dem Feld

Da wir auf den J/70 Booten das erste Mal als Crew segelten, haben sich die beiden Trainingstage, die wir zuvor auf dem Neusiedlersee auf der Sprinto hatten, mehr als gelohnt. Wir konnten uns damit schon etwas auf das neue Boot vorbereiten, hatten aber eine sehr steile Lernkurve zu bewältigen.

Das Feedback am Abend nach dem ersten Trainingstag war etwas ernüchternd. Umso mehr war unser Skipper herausgefordert, uns als Crew zu formen. Andreas und Oskar wechselten als Vorschoter. Nach dem zweiten Trainingstag, unter Regen und Kälte, war unsere Stimmung schon etwas zuversichtlicher, aber unsere „Mitbewerber“ aus der Segelbundesliga legten uns die Latte sehr hoch!

Am Freitag startete die erste Wettfahrt, etwas verzögert wegen zu leichtem Wind, aber dann doch für uns unter guten Bedingungen.

Es wurden in den drei Regattatagen insgesamt 21 Wettfahrten gesegelt. Nach acht Wettfahrten wurde in eine Gold- und Silberflotte aufgeteilt, die abwechselnd starteten.

Wir segelten alle Bewerbe vor der Insel Krk in der Kvarner Bucht, in Küstennähe unter Sonnenschein. Begleitet wurden die Teams von zwei Segelkatamaranen, die als Stützpunkt auf dem Meer verankert waren. Gestartet wurde von einem an den Booten befestigten Schwimmsteg aus.

Die Bedingungen mit halbwegs zuverlässiger, stabiler Thermik waren gut für uns. Es segelten immer sieben Boote gegeneinander, das Boot wurde nach jeder Wettfahrt gewechselt, wodurch Michael und Markus ständig gefordert waren. Die beiden checkten und trimmten jedes Boot von Grund auf, die Segel waren daher immer perfekt eingestellt.

Durch die Trainingseinheiten waren auch die Teammitglieder mit weniger Regattaerfahrung perfekt eingeschult und vorbereitet, so dass unter Wettfahrtbedingung eine gute Basis vorhanden war und das Team gut funktionierte. Michael und Constantin haben als Taktiker und Steuermann perfekt zusammengearbeitet und aus jeder Situation das Beste herausgeholt, zusätzlich hatte Markus den Gennaker in jeder Lage voll im Griff!

Alle Teams waren sehr engagiert. In2theblue vom Unionyachtclub Wörthersee waren direkt aus Split von der dortigen österreichischen Hochseestaatsmeisterschaft angereist, hatten dort die ORC Wertung gewonnen und wollten mit ihrer Erfahrung aus der Segelbundesliga auch diese Regatta gewinnen. Es entwickelte sich mit diesem Team in weiterer Folge ein spannendes Duell um den ersten Platz.

Vorwindkurs mit Gennaker

Wir lieferten uns an den drei Tagen, bei leichten, wechselnden Winden anspruchsvolle Wettfahrten, gewannen vier von unseren

gesegelten zehn Wettfahrten, erreichten vier zweite Plätze und zwei dritte Plätze.

Mit diesen Top-Platzierungen konnten wir die Regatta für uns entscheiden und als Gesamtsieger am Sonntag um 15.30 Uhr vor dem Unionyachtclub Wörthersee beenden. Steirischer Meister wurde das drittplatzierte Team des NCA. Der Erfolg ist umso bemerkenswerter, wenn man bedenkt, dass wir sämtliche Bundesligateams hinter uns gelassen haben.

Neben den Wettfahrten waren auch die Rahmenbedingungen, die Organisation und die Wettfahrtleitung hervorragend. Die gemeinsamen Abende waren in der lebendigen Segelgemeinschaft abwechslungsreich und beseelt vom Teamgeist! Die Wege zu den Anlegeplätzen, zum Regattabüro und den Restaurants waren kurz, auch unser Apartment war perfekt.

Wir bedanken uns bei der PSV-Wien für die permanente großartige Unterstützung unserer Sektion Segeln, die eine erfolgreiche Teilnahme an solchen hochklassigen Regatten ermöglichte und den S-Cup 2024 zu einem unvergesslichen Erlebnis für uns machten!



Downwind - Foto © F Karabaic/FMedia

Gewinner des S-Cup 2024 – PSV-Wien Sailingteam:

Michael Lachsteiner (Skipper, Taktiker), Constantin Marsano (Steuermann, Großsegel), Markus Schlesinger (Gennaker), Andreas Wieselthaler (Vorschoter), Oskar Schubert (Vorschoter).

Oskar SCHUBERT



Siegerehrung



Von Peking bis Shanghai: viel Kultur, Geschichte, Natur und Moderne

Bericht einer China-Rundreise im September 2024

Der Direktflug von Wien nach Peking mit der Air China hatte den Vorteil, dass wir den russischen Luftraum nutzen durften und entsprechend bereits nach 09:20 Stunden Flugzeit in Peking landeten. Peking liegt etwa auf demselben Breitengrad wie Madrid, hat kontinentales Klima und 22 Mio. Einwohner.

Praktisch im Lauf der Rundreise war, dass es in ganz China nur eine Zeitzone gibt.

Zudem sollte man darauf vorbereitet sein, dass die westlichen Social-Media-Plattformen blockiert sind und stattdessen chinesische Apps zur Verfügung gestellt werden, z.B.: Alipay, Didi, Trip.com oder WeChat. Bezahlt wird mit WeChat Pay oder Alipay, weil internationale Kreditkarten nur eingeschränkt akzeptiert werden.

Wissensdurstig starteten wir gleich nach dem Early Check-in in unserer ersten Unterkunft mit der ersten Besichtigungstour, die wie die ganze Reise (Flüge, Hotels, Schnellzüge und sonstige Transfers, deutsche Reiseleitung, Eintritte und Mittagessen) genau nach unseren Wünschen von CTA-Reisen bestens organisiert wurde. Bei vielen Sehenswürdigkeiten sind die Eintritte wegen des großen Besucherandranges kontingentiert und eine Vorreservierung der Tickets unbedingt erforderlich.

Für die Besichtigung der Sehenswürdigkeiten sollte auch immer eine Wartezeit,



Konfuzius-Tempel

die teilweise zwei Stunden und mehr betragen kann, eingeplant werden, denn Personen- und Gepäckkontrollen sind völlige Normalität. Das Interesse des chinesischen Volkes an den „Schätzen“ aus der vergangenen Kaiserzeit, den prächtigen Tempeln der Buddhisten, Lamaisten und Taoisten bis hin zu den noch erhaltenen Kolonialbauten scheint ungemein groß zu sein. Man hat den Eindruck, dass Geschichte und Tradition allgegenwärtig sind. In den Tempeln ist eine spirituelle Energie spürbar, Ahnenverehrung findet unabhängig der Religion statt.

In **Peking** führten uns die Ausflüge zum *Lama-Tempel*, dem *Konfuzius-Tempel*, zum *Sommerpalast*, in die *Verbotene Stadt* (Kaiserpalast), zum *Himmelstempel* und auf den *Tiananmen-Platz*. Überrascht haben mich immer wieder Größe und Ausmaß dieser Anlagen, für die man jeweils fast Tagesausflüge einplanen könnte/sollte – eine Zeit, die uns leider nicht zur Verfügung stand.

Es würde auch zu weit führen, ausführlich auf die jeweilige Geschichte und Bedeutung der besuchten Sehenswürdigkeiten einzugehen. Deshalb jeweils nur kurze Informationen zu den wichtigsten Objekten und ihrer Geschichte.

Gleich zu Beginn wurden wir darauf hingewiesen, dass beim Betreten der Tempel die hohe Eintrittsschwelle nicht auf der Oberkante bestiegen werden soll, denn das bringe Unglück.

Der *Lama-Tempel* ist einer der bedeutendsten Tempel Peking, der zum tibetischen Buddhismus gehört. Er war einst eine Prinzenresidenz aus der Qing-Dynastie und später ein Kloster für bis zu 1.200 lamaistische Mönche. Heute sieht man viele Besucher auf Kniebänken beten und in Räucherkesseln Räucherwerk verbrennen. Mystisch ist das Mandala aus Sand in Form des Lebens. In der letzten, dreistöckigen Halle, der Pagode des „Unermesslichen Glücks“, befindet sich die größte Attraktion



Mandala aus Sand

des Tempels, die aus einem einzigen Sandelholzbaum gefertigte, insgesamt 26 m hohe Statue des Buddha „Maitreya“.

Der *Konfuzius-Tempel* lehrt den chinesischen Philosophen Konfuzius (551-479 v. Chr.). In den Gebäudeteilen und Innenhöfen befinden sich eine Konfuzius-Statue, Ahnentafeln des Konfuzius, Steintrommeln und Steinstelen mit Inschriften, teilweise von Kandidaten, welche die kaiserliche Prüfung bestanden haben.

Viele Chinesen befolgen die Glaubensgrundsätze und Verhaltensweisen, die der Weise Konfuzius eingeführt hatte und die teilweise noch heute Gültigkeit haben. Auch Chinas aktueller Staatspräsident Xi Jinping ist Konfuzianer. Ein auch heute noch oft zitiertes Sprichwort von Konfuzius lautet etwa: „Fordere viel von dir selbst und erwarte wenig von den anderen, so wird dir Ärger erspart bleiben“.

Nordwestlich von Peking befindet sich in einem 29 km² großen Areal mit einem großen, künstlich angelegten See (Kunming See) der *Sommerpalast*. Wie der Name schon verkündet, verbrachten die Mitglieder der Kaiserfamilie dort die heiße Jahreszeit. Eine der berühmtesten Bewohnerinnen war die Kaiserwitwe Cixi. Breite Spazierwege führen über Brücken und entlang des Seeufers mit Lotusblumen vorbei an weitläufigen Hallen, Pavillons und wunderschönen Gärten. Am Seeufer liegt auch das berühmte Marmorschiff, eine Nachbildung eines Mississippi-Raddampfers. Am „Berg der Langlebigkeit“ befindet sich der buddhistische Tempel „Meer der Weisheit“. Der Sommerpalast wurde 1924 zum öffentlichen Park umgewidmet und ist für die Bevölkerung ein beliebtes Ausflugsziel, vor allem an Wochenenden und Feiertagen bei Vollmondfesten.



Lotusblume

Die *Verbotene Stadt* ist eine Palastanlage im Zentrum Pekings, die an die 600-jährige Geschichte als Kaiserresidenz erinnert. Sie ist von einem Wassergraben und hohen Mauern mit Ecktürmen umgeben, bewacht von Fu Wachhunden, Löwen und Qilins.



Wand der Neun Drachen

Die ganze Anlage mit dem angrenzenden Beihai-Park hat eine Fläche von 720.000 m² und besteht aus 8.700 Räumen. Das Zentrum bildet der *Kaiserpalast*, in dem bis zur Revolution 1911 14 Ming- und 10 Qing Kaiser residierten.

Zu sehen gibt so viel, dass einem die Worte und die Zeit fehlen: unzählige Paläste, Hallen, Tore, alle mit fantasievollen Namen wie etwa die „Wand der Neun Drachen“, den Theaterpavillon, die Schatzkammer mit kostbaren Gegenständen, den Räumlichkeiten, die der Kaiserin vorbehalten waren, und der Bereich für die Konkubinen – insgesamt standen dem Kaiser 120 Konkubinen zu; einige führten im Hintergrund oft die Geschäfte des Kaisers – und vieles mehr.

Tickets für die Verbotene Stadt sind nur mit Vorreservierung erhältlich. Laut UNESCO ist das Kontingent mit 30.000 Besucher*innen pro Tag limitiert, verkauft werden 50.000, weil die Nachfrage so groß ist.

Der *Himmelstempel* ist eigentlich der Name für einen weitläufigen Parkkomplex mit über 6 km Länge. Darin befindet sich auf einer dreistufigen Terrasse auch der namensgleiche Tempel mit der „Halle der Ernteopfer“, ein faszinierender Bau mit 30 m Durchmesser und 38 m Höhe, bedeckt mit 50.000 blauen (himmelsfarbigen) Glasurziegeln am Dach.

Die Kaiser von China trugen den Titel „Sohn des Himmels“, denn sie regierten im Auftrag des Himmels und zum Hofzeremoniell gehörten regelmäßige Opfer zu Ehren des Himmels. Der Herrscher musste barfuß in die „Halle der Ernteopfer“ gehen, Zwiesprache mit dem Himmel halten und persönliche, rituelle Opfergaben darbringen.

Ein Traum erfüllte sich für mich mit dem



Himmelstempel

Besuch der „Großen Mauer“, das ‚Heiligtum‘ von China, mit 6.350 km Länge bekanntlich das größte Bauwerk der Welt. Die Chinesen nennen sie „Lange Mauer der 10.000 Li“.

In **Mutianyu**, 95 km nordöstlich von Peking, befindet sich einer der am besten erhaltenen Mauerabschnitte, wo auf einem 2.200 m langen, restaurierten Teilstück drei Mauersegmente mit 22 Wachtürmen aufeinandertreffen. Eine 700 m lange Doppelmayr-Seilbahn führt auf den höchsten Punkt auf 630 m Höhe. Zuvor muss man einen großen Jahrmarkt mit unzähligen Souvenirläden durchqueren, der einem zum Zubringerbus führt. Nach kurzer Fahrt ist noch eine kurze, steile Fußstrecke zu bewältigen, bevor man die Seilbahn erreicht.

Auf der Mauer herrscht ein großes Gedränge, aber der Ausblick und das Gefühl ist überwältigend. Beneidet habe ich einen Paraglider, der über uns die Mauer entlangflog.

Fortsetzung Seite 38 ➔



Lange Mauer der 10.000 Li - Chinesische Mauer

Der Verlauf der Mauer veränderte sich im Lauf der Geschichte. Zuerst haben sich verschiedene Reiche mit eigenen Schutzwällen gegen die nomadischen Völker im Norden geschützt. Mit der Vereinigung des Reichs 221 v. Chr. unter der ersten Dynastie der Qin wurden Mauerabschnitte verbunden, wodurch die Mauer in der heutigen Form entstand.

Heute ist die große Mauer nicht mehr überall begehbar und wenn, dann nur in geführten Touren.

Ein Hochgefühl war auch die Fahrt in der 1. Klasse im 350 km/h schnellen Hochgeschwindigkeitszug zu unserem nächsten Ziel **Luoyang**, eine der vier großen alten Hauptstädte Chinas. Luoyang ist heute eine wichtige Industriestadt in der Provinz Henan. Die Geschwindigkeit war im Zug nicht spürbar und in nur drei Stunden war das 830 km entfernte Ziel erreicht. Während der Fahrt sieht man eine beeindruckende Vielfalt an unterschiedlichen Landschaften. Im Gegensatz dazu fällt aber auf, dass die ganze Strecke über Orte gleicher Bauart von Modul-Hochhäusern zu sehen sind.

In der Nähe von Luoyang befindet sich das *Shaolin-Kloster*. Kein chinesisches Kloster ist berühmter, und entsprechend touristisch sehr stark frequentiert ist diese Sehenswürdigkeit. Besonders eindrucksvoll sind in der „Halle der tausend Buddhas“ („Pilu Halle“), die letzte bzw. oberste Halle im Kloster, die zwei Wandmalereien „Die fünfhundert Luohan“ und „Die Formen der Schule von Shaolin“. Diese Halle wurde lange Zeit für das Kung Fu-Training benutzt, was man an tiefen Fußabdrücken im Steinboden erkennen kann. Daneben befindet sich ein Museum über die Geschichte der Shaolin und das von Japan gespendete Bronzebildnis des Bodhidharma, des aus Indien stammenden buddhistischen

Mönchs, der als legendenumwobener Gründer des Chan-Buddhismus gilt. Östlich, ca. 10 Gehminuten vom Kloster entfernt, liegt der Pagodenwald, Chinas berühmtester Mönchsfriedhof, in dem in 260 Pagoden die Urnen der herausragendsten Mönche aufbewahrt werden.

Im Laufe der Geschichte erlebte der Buddhismus und das Shaolin Kloster Phasen der Blüte und der Unterdrückung, abhängig von den jeweiligen Herrschern und politischen Umständen. Dennoch blieb der Buddhismus eine der einflussreichsten Religionen in China.

Das Kloster Shaolin ist Ursprungsort des Chan-Buddhismus und des Wu Shu (siehe auch meinen ausführlichen Bericht in der letzten Ausgabe).

Chan heißt übersetzt so viel wie Versenkung/sich Versenken, weshalb der Schwerpunkt auf der Meditation liegt. Diese Richtung des

Buddhismus wird daher auch gerne als meditativer Buddhismus bezeichnet. Der Grund dafür ist die Einsicht, dass Erleuchtung durch eine plötzliche Einsicht, oder Erfahrung, durch ein einzelnes Wort/Handlung/alltägliche Situation/direkte Erfahrung ausgelöst werden kann. Somit legt Chan nicht so viel Wert auf Rituale, sondern auf die Eigene Praxis der Versenkung, die im Idealfall ständig praktiziert wird. Alles ist Chan, alles soll in dem Zustand der Versenkung/Meditation gemacht werden. Dadurch ist auch Kung Fu ein Weg des Chan, wenn die Bewegungen mit der entsprechenden Versenkung gemacht werden, also eine Meditation in Bewegung, der Geist ist ruhig und versenkt, während der Körper in kraftvoller Bewegung ist.

Da jedoch sehr viel Sitzmeditation im Lotussitz praktiziert wurde, führte Bodhidharma als Ausgleich Qi Gong und Kung Fu ein, damit der Körper gestärkt wird. Nach Auffassung von Shaolin ist ein gesunder Körper die Voraussetzung für einen gesunden, starken Geist.

Eine Meditationspraxis ist das Biguanzuo (wörtlich „vor der Wand sitzen“) die ebenfalls von Bodhidharma stammen soll und in der der Meditierende vor einer Wand meditiert und diese anstarrt.

In China gibt es eine Vielzahl an Kampfkunststilen mit unterschiedlichen Faust-, Hand- und Waffenformen. Shaolin Kung Fu ist eines der bekanntesten und das Kloster galt seit jeher als ein Ursprungsort sowie Schmelztiegel der Kampfkünste. Die Kultur der Shaolin besteht aus Chan-Buddhismus, Qi Gong, Kung Fu und Medizin.



1000-armiger Buddha



Pagodenwald

Derzeit leben ca. 300 Shaolin-Mönche im Kloster, weitere ungefähr 100 in China und auf der Welt verteilt in diversen Tochter-tempeln, wie auch einem in Wien.

Unabhängig vom Shaolin Kloster gibt es in der Anlage eine Kung Fu-Schule, in der für Touristen mehrmals am Tag sehenswerte Kung Fu-Aufführungen stattfinden. Es ist die größte Kung Fu-Schule des Landes mit ca. 30.000 Schülern.



Vorführung der Kung Fu-Schule

An einem feuchten, trüben, aber warmen Tag besuchten wir die *Longmen Grotten* am Yihe-Fluss, eine der vier berühmtesten buddhistischen Grotten Chinas, südlich von Luoyang gelegen. In 400 Jahren Bauzeit wurden in eine Felswand auf 1km Länge unzählige Grabkammern, Nischen, Buddha-Statuen und Inschriften aus dem Felsen geschlagen. Die größte Statue ist der über 17 m hohe Buddha „Vairocana“. Leider richteten Kunstdiebe große Schäden an, zahlreiche Nischen sind leer, etlichen Figuren fehlt der Kopf.

Ein besonders schönes Fotomotiv bildet die Felswand von der gegenüberliegenden Flussseite.

Unser nächstes Reiseziel war **Xi'an**, Hauptstadt der zentralchinesischen Provinz Shaanxi, mitten im ältesten chinesischen Kulturland gelegen. Die Region ist eines der Kerngebiete, aus denen sich China entwickelte: unter der Tang-Dynastie wurden andere Königtümer unterworfen und 221 v. Chr. zu einem Reich vereinigt.

Xi'an, früher unter dem Namen „Westlicher Frieden“ bekannt, hat 12 Mio. Einwohner, war früher ebenfalls einmal Hauptstadt des Reiches und markiert den östlichen Endpunkt der Seidenstraße.

Sehenswert in Xi'an sind u.a. die weitgehend erhaltene *Stadtmauer* mit Wehrtürmen, einem Glockenturm und einem Trommelturm, in einer Gesamtlänge von fast 14 km, die die Innenstadt umschließt; sehr beeindruckend ist auch das muslimische Viertel mit einer großen Moschee.

Auf unserer Rundreise waren wir jeden Tag bei Temperaturen um die 30°C unterwegs



Vairocana, 17 Meter hoher Buddha - links im Bild

und legten durchschnittlich 8 km zu Fuß zurück. Das forderte in Xi'an seinen Tribut: bei der weiteren Stadtbesichtigung begnügten wir uns, die berühmte *Wildganspagode* nur aus der Ferne zu betrachten und stattdessen auf einen Kaffee in ein Starbucks zu gehen, eine der wenigen Möglichkeiten in China, Kaffee nach westlichem Standard zu genießen.

Nebenbei: Die Chinesen haben am Handy unzählige Sprachübersetzungsprogramme, aber „Chinesisch - Deutsch (German)“ war bei meinen Kontakten nie dabei. „Österreich“ heißt auf Chinesisch „Audili“, obgleich „Austria“ sehr oft mit „Australia“ verwechselt wird.

Etwa 36 km nordöstlich von Xi'an befindet sich eine der bekanntesten Sehenswürdigkeiten Chinas, die von täglich etwa 30.000 Besuchern aufgesucht wird: die *Terrakotta-Soldaten*. 1974 entdeckten Bauern zufällig

das Grab des ersten chinesischen Kaisers Qin Shihuangdi, das von einer Armee lebensgroßer Tonsoldaten ‚geschützt‘ werden sollte. Für sein Weiterleben im Jenseits hatte der Kaisers zahlreiche Paläste errichten und ein Grabwächterheer modellieren lassen, welches ihn ins Jenseits begleiten und auch nach seinem Tod dienen und bewachen sollte. Bisher hat man drei Gruben mit lebensgroßen Krieger, Pferden, Wagen, Darstellungen von Akrobaten aus Ton und Objekte aus Bronze gefunden. Die größte Grube ist Grube 1 mit einer Größe von 230 m x 62 m und einer Tiefe von 5 m. Insgesamt wurden bisher 8.000 Krieger gefunden, bislang 2.000 davon wurden restauriert. Es wurde auch noch eine vierte Grabkammer (Mulde) von Archäologen entdeckt, diese ist für Touristen aber noch nicht zugänglich. Die Terrakotta-Armee stellt



Terrakotta-Armee



Chengdu Research Base of Giant Panda Breeding

aber nur einen kleinen Teil der Grabstätte auf dem 56km² großen Gelände dar. Insgesamt ein unvergesslicher Eindruck!

Außer Programm besuchten wir am Abend im Shaanxi Grand Opera House die Live Show „The Tang Dynasty“: mit effektvollen Wandprojektionen wurde die Tang-Zeit mit Kostümen, Tanz und Musik wieder belebt.

Für die nächste Station auf unserer Rundreise fuhren wir am nächsten Tag mit dem Zug nach **Chengdu**. Am Programm stand der Besuch der *Chengdu Research Base of Giant Panda Breeding*, der Forschungs- und Zuchtstation für Pandas.

Seit 2003 gibt es einen Leihgabe-Vertrag zwischen der Volksrepublik China und Österreich, wodurch der Tiergarten Schönbrunn zu einem der weltweit wenigen zoologischen Tiergärten zählt, in denen große Pandas gehalten werden können. Die erfolgreiche Forschungskooperation wurde 2024 abermals um 10 Jahre verlängert: Im September 2024 wurden die mittlerweile stolze 24 und 25 Jahre alten Yang Yang und

Yuan Yuan für ihren Lebensabend nach China zurückgeholt, zwei neue Jungtiere soll der Tiergarten Schönbrunn Anfang 2025 erhalten.

Die Anlage in Chengdu hat eine Größe von 3km² – im Vergleich dazu der Tiergarten Schönbrunn: 0,17km² – und beherbergt derzeit über 100 Pandas mit jährlich etwa 14 Jungtieren. Die weitläufige Anlage ist mit Elektrofahrzeugen erschlossen und in mehreren Gebäuden kann man Pandas beobachten. Pandas sind in der Regel Einzelgänger, nur Weibchen mit Jungtieren werden gemeinsam gehalten. Die Großen Pandas haben eine Lebensdauer von rund 20 Jahren, werden 150 cm groß und erreichen ein Gewicht von 90 kg. Sie sind fast den ganzen Tag mit dem Fressen von etwa 30 kg Bambus beschäftigt. Nur 2 bis 3 Tage im Jahr sind Pandas paarungsbereit, weshalb in Zoos oftmals durch Stimulation nachgeholfen wird.

Ca. 40 km nordöstlich von Chengdu in der Provinz Sichuan befindet sich die archäologische Stätte von *Sanxingdui*. In

den 1980er Jahren kamen bei Grabungen außergewöhnliche Artefakte aus der Bronzezeit (um 1200 - 1000 v. Chr.) zum Vorschein sowie prähistorische Funde aus der Zeit um 3500 Jahre v. Chr. In einem eindrucksvollen Museumsbau, der von 20.000 Besuchern am Tag besucht wird, sind viele Ausstellungsstücke zu sehen, u.a. ein vergoldeter Bronzekopf und Kostbarkeiten aus Jade, Elfenbein und Keramik.

Am nächsten Tag, besuchten wir den Gedenktempel „*Wuhou Ci*“ (Tempel des Fürsten von Wu), einer der schönsten und ältesten Tempel im Südwesten von Chengdu, in einer gepflegten Garten-Anlage im Ausmaß von 150.000 m².

Gärten mit einem See und drei symbolträchtigen Inseln wurden von Kaisern und der aristokratischen Oberschicht gerne angelegt. Die auffälligsten Merkmale sind Elemente in Form von Pagoden, Laubengängen, Grabstätten, Felsen sowie Wasser. Sie werden oft als Mikrokosmos verstanden, indem sie alle Aspekte des Universums im Kleinen beinhalten, mit Einbeziehung kalligrafischer Inschriften und Verwendung fantasievoller Namen.

Die letzte Etappe unserer Reise ins 1.760 km entfernte **Shanghai** wurde mit dem Flugzeug zum 45 km außerhalb liegenden internationalen Flughafen Pudong zurückgelegt.

Man spricht immer über die hohe Einwohnerzahl von China. Diese dürften hauptsächlich in den Großmetropolen leben, denn während der Flugzeug von 2,5 Stunden war eine ähnliche Besiedelungsdichte wie bei uns zu beobachten. Die Bevölkerungsdichte ist z.B. in Holland 3,5-mal größer als in China.

Shanghai ist die bedeutendste Industriestadt der Volksrepublik China mit 24 Mio. Einwohnern. Die Stadt liegt im Jangtsekiangdelta am Huangpu-Fluss, wirkt moderner als viele zuvor gesehenen Städte und ich hatte den Eindruck, dass im Straßenverkehr mehr Ordnung herrscht als anderswo.

Besonders reizvoll ist der Kontrast zwischen alten Kolonialbauten und Handelshäusern am *Bund*, der berühmten Uferpromenade, auf der einen und der atemberaubenden Skyline auf der anderen Flussseite. Bei der Skyline kommt man mit dem 468 m hohen Fernsehturm *Oriental Pearl Tower*, dem *Jin Mao Tower* von 1998, dem „Flaschenöffner“ - das *Shanghai World Financial Center* von 2008 und als Krönung der 632 m hohe *Shanghai Tower*, auf dem sich in 561 m Höhe die Aussichtsetage befindet, aus dem Staunen nicht heraus.

Die *Stadtmauer*, die vor 1843 Shanghai



Prähistorischer Fund um 3.500 v. Chr.



Prähistorischer Fund um 3.500 v. Chr.



Oriental Pearl Tower - Fernsehturm



Huxinting-Teehaus mit Zickzack-Brücke

umgab, markiert die Altstadt mit dem *Huxinting-Teehaus*, der *Zickzack-Brücke* im Inneren Garten, den *Stadtgott Tempel* und den *Garten Yu Yuan*, in dem seinerzeit in einem Pavillon mit Großbritannien der Vertrag über Hongkong unterzeichnet wurde, um einige Beispiele zu nennen.

Im *Jadebuddha-Tempel* kann durch Spenden einem guten Karma und einem Plus auf das Jenseitskonto nachgeholfen werden. Für ein gutes Karma kann man auch einzelne Räume für eine Ahnenzeremonie mieten. Sehenswert ist neben den zwei Jade-Buddhas der 1000-armige Buddha.

Während der Reise konnte ich auch Gesprächen mit Chinesen auf der Straße führen. Dabei war zu erfahren, dass sich auch in China seit der Corona-Pandemie viel geändert hat: Die Menschen bleiben vermehrt zuhause, da die Inflation in China in den letzten Jahren seit der Corona-Pandemie stark gestiegen ist. Diese Entwicklung führt dazu, dass die Lebenshaltungskosten für viele zunehmend schwieriger zu bewältigen sind. Ähnlich wie in Europa steigen die Löhne nur geringfügig, während die Inflation hoch bleibt. Das bedeutet, dass viele Haushalte ihre Kaufkraft schwinden sehen, was zusätzlich dazu führt, dass Ausgaben für Freizeitaktivitäten und Veranstaltungen zurückgefahren werden.

Besonders die jungen Menschen sind häufig in ihre Heimatdörfer zurückgekehrt, da es in den Städten weniger Arbeitsmöglichkeiten gibt. Der Mangel an Jobs in den Ballungsgebieten lässt viele zurück zu ihren Familien ziehen, wo die Lebenshaltungskosten oft geringer sind und sie familiären Rückhalt finden.

Hinzu kommt, dass Chinesen im Allgemeinen weniger dazu neigen, in ein fremdes Land auszuwandern, da sie stark familienverbunden sind und enge soziale Bindungen pflegen. Sie bevorzugen es, im gewohnten Umfeld zu bleiben, wo Familie und Traditionen eine große Rolle spielen. Zudem erschwert der ungünstige Wechselkurs die Entscheidung, im Ausland zu arbeiten: Da die chinesische Währung stark an den Dollar gebunden ist, sind die Wechselkurse oft unvorteilhaft für Chinesen, die im Ausland arbeiten möchten. Dies mindert die Attraktivität einer Arbeitstätigkeit im Ausland zusätzlich.

Diese Faktoren tragen gemeinsam dazu bei, dass viele Chinesen heute eher dazu neigen, in ihrer Heimat zu bleiben und in ihren eigenen Gemeinschaften nach Stabilität und

Sicherheit zu suchen. Zurzeit gibt es auch große Diskussionen, weil das Pensionsalter für Männer und das für Frauen angehoben werden soll.

In Shanghai hätte es noch viel zu sehen gegeben und das gut gekennzeichnete Streckennetz der Metro hätte das auch leicht ermöglicht, aber die Besichtigungstour in der beeindruckenden Stadt fand für uns nach diesen zwei neuerlichen Fußweg-Marathons ein gutes Ende.

In einem Direktflug mit der AUA sind wir schließlich vom Flughafen Pudong zurück nach Wien geflogen, mit eindrucksvollen Bildern am Handy und großartigen Eindrücken und Begegnungen in unserer Erinnerung.

Karl MITSCHKE



Jade-Buddha

Sektion Sportkegeln

Bevor es nach der Sommerpause mit der Herbstmeisterschaft losging, spielten unsere Herren der 1. LL am 2.9.2024 beim Cup in Floridsdorf. Leider endete dieser mit einer Niederlage gegen Post 1210. Beim nächsten Cup kann es jedoch wieder ganz anders laufen für unsere Herren.

Am 8. September fand dann die interne Clubmeisterschaft der Sektion Sportkegeln auf der Kegelbahn in Kaisermühlen statt. Neun Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren dort vertreten. Thomas Pachernigg erreichte dabei den 1. Platz, Karl Weiss: 2. Platz und Gerda Leitner: 3. Platz.

Am 9. September begann die Herbstmeisterschaft mit der 1. Landesliga. Derzeit läuft es bei der 1. LL aufgrund von Kaderausfällen und auch etwas Pech nicht so gut, bei der 2. LL recht gut und bei der WL sehr gut. Es folgen jedoch noch einige Spiele bis Ende des Jahres. Am 24.9. fand das Sportfest des Bildungszentrums

Wien bei der PSV statt. Die Sektion Sportkegeln hat sich ebenfalls daran beteiligt. Herzlichen Dank für die Unterstützung durch Günter Leitner und Franz Neca (neuer Spieler seit dem heurigen Sommer).

Am 6. Oktober fanden die Einzelmeisterschaft (AK und Ü50/Ü60) der Herren (Auf der Schmelz) und der Damen (unter der Kirche) statt. Kurt Underrain und Pachernigg Thomas waren dort vertreten. Unser Thomas erreichte dabei das Viertelfinale – Gratulation! Unsere beiden Damen – Silvia Ploub und Elisabeth Postl – waren ebenfalls dort vertreten. Schieden jedoch bei der Qualifikation aus – und dennoch gaben Sie ihr Bestes.

Am 3. November fand dann das Finale der Wiener Einzelmeisterschaften Senioren in Hernals (Wiener Linien) statt. Franz Neca, Silvia Ploub und Regina Zagler waren dabei im Einsatz. Sowohl Silvia Ploub als auch Regina Zagler erreichten den 4. Platz und



Franz Neca

konnten sich somit für die Österreichischen Meisterschaften in April 2024 nominieren. Für Franz Neca reichte es jedoch leider nicht. Es gibt jedoch ein nächstes Mal.

Der Termin für die heurige Weihnachtsfeier der Sektion Sportkegeln ist auch bereits bekannt, sie findet am 14. Dezember statt. Ich darf bereits jetzt allen Spielerinnen und Spieler sowie allen Leserinnen und Leser der Polizeirundschau ein friedliches Weihnachtsfest wünschen. Für das Neue Jahr 2025 Gesundheit Glück und ganz viel Holz!

Regina ZAGLER



Beratungsstelle für Brand- und Umweltschutz

Wir bieten Ihnen unbürokratische Erledigungen Ihrer Brandschutzangelegenheiten, sowie Unterstützung im Erstellen von Brandschutzkonzepten und Brandschutzplänen.

Da unsere Mitarbeiter engen Kontakt mit dem Feuerwehrwesen haben, sichern wir Ihnen eine optimale und rasche Beratung zu.

Ausbildung für

- Brandschutzbeauftragte
- Brandschutzwarte
- Erste Löschhilfe
- Brandalarm- und Räumungsübung
- Atemschutz
- Brandschutzgruppen
- Sicherheitsvertrauenspersonen

- Brandschutztechnik Seminare lt. TRVB O 117
- Brandmeldeanlagen
- Rauch- und Wärmeabzugseinrichtungen
- Gas- Löschanlagen
- Sprinkleranlagen
- Brandschutz in Krankenhäusern u. Pflegeheimen

Ausbildung für

- Nutzungsbezogene Seminare lt. TRVB O 117
- N1 – Betriebe mit besonderer Personengefährdung
- N2 – Betriebe mit erhöhter Brandgefahr
- N3 – Betriebe mit besonderen Gefährdungen
- N4 – Betriebe mit besonders schutzwürdigen Einrichtungen

Brandschutz

- Audit
- Beratung
- Konzepte
- Pläne
- Video's, DVD's

Büro und Seminarzentrum:

A-2320 Schwechat, Concorde Business Park, Bauteil D2/I

Tel.: 01 / 706 55 00, Fax: 01 / 706 86 10

e-mail: bfbu@bfbu.at oder office@bfbu.at

www.bfbu.at



dress up your car

[schützen]

stylen

werben

ebinger.co.at

 **EBINGER**

Georg Ebinger Gesellschaft m.b.H. | Eitnergasse 4, 1230 Wien, Austria
 Telefon: (+43 1) 865 79 81-0, Mail: office@ebinger.co.at, Web: ebinger.co.at

**SCHWITZEN SIE BEIM TRAINING.
 ABER NICHT BEI DEN STEUERN!**

 **CONSULTATIO**
 STEUERBERATUNG. WIRTSCHAFTSPRÜFUNG.
 UNTERNEHMENSBERATUNG.

www.consultatio.com



Sportschießen

Neue Initiativen und sportliche Erfolge

Seit Anfang Oktober laufen unsere Wiener Rundenwettkämpfe in den Luftwaffendisziplinen auf Hochtouren. Der Sportschützenlandesverband Wien und ASKÖ Wien veranstalten wieder Bewerbe in den Disziplinen LP1, LP1 aufgelegt und LP5.

Im Bereich der Jugendarbeit setzen wir unsere Aktivitäten seit Schulbeginn wieder fort. Wir veranstalten Schnuppertermine für Wiener Schulen und haben auch wieder neue Mitglieder für die Jugendklassen gewinnen können. In der Jugendarbeit liegt uns besonders am Herzen, dass der sichere Umgang mit (Luftdruck-) Waffen unter unserer Aufsicht erlernt und damit zur Selbstverständlichkeit wird. Jugendarbeit wird immer mit den Eltern abgestimmt und führt manchmal dazu, dass auch ein Eltern teil Interesse am Schießsport zeigt.

Das Interesse auch an vereinsinternen Luftpistolenbewerben ist groß, daher organisieren wir ab Januar 2025 auch einen internen Rundenwettkampf, der über 12 Monate laufen wird. Damit haben immer mehr Personen, die sonst nicht an Bewerben teilnehmen möchten, die Möglichkeit, die eigene Leistung richtig einzuordnen und damit einen Impuls in Richtung Techniktraining zu bekommen. In regelmäßigen Abständen erhalten wir dazu von ausgebildeten Trainern die notwendige Unterstützung. Mittlerweile treffen wir einander fast an jedem Sonntagvormittag und arbeiten konsequent an den einzelnen Schritten, die zu einem guten Schuss führen.

Anfang September wurde die Wiener Landesmeisterschaft FFWGK in Süßenbrunn ausgetragen. Wir freuen uns, dass wir einerseits Mitglieder, die noch nicht so lange bei uns sind, andererseits auch einige, die eine Pause eingelegt haben, zur Teilnahme motivieren konnten. Folgende Erfolge können wir verzeichnen: Bewerb 30/30 - Männer: Michael Hauk (Silber); Seniorinnen 1: Claudia Rabl (Gold), Nina Bialonczyk (Silber), Brigitte Sturm (Bronze); Senioren 1: Wolfgang Widter (Bronze); Senioren 2: Kurt Prinkel (Gold), Herbert Lager (Bronze); Senioren 3: Heinz Pribitzer (Silber). Kurt Prinkel, Michael Hauk, Herbert Lager und Wolfgang Widter holen gemeinsam die Goldmedaille in der Teamwertung. Bewerb 20/20 - Seniorinnen 1: Claudia Rabl (Gold), Nina Bialonczyk (Bronze); Senioren 1: Wolfgang Widter (Bronze); Senioren 3: Heinz

Pribitzer (Silber). Im Medallienspiegel liegt die PSV-Wien auf dem 2. Platz.

Eine Woche später fand bereits die Österreichische Meisterschaft in Schwoich statt. Trotz eines überraschenden Wintereinbruchs und schwieriger Straßenverhältnisse sind viele Mitglieder der PSV-Wien angereist und konnten dort folgende Plätze belegen: Bewerb 30/30 - Männer: Michael Hauk (4) und Wolfgang Widter (5), Team Wien Michael Hauk, Wolfgang Widter und Markus Schaffer gemeinsam mit Hrvoje Klaric (LUNA) Platz 3. Bewerb 20/20: Seniorinnen 1: Claudia Rabl (3); Senioren 2: Kurt Prinkel (5). Günter Weiser, Kurt Prinkel und Herbert Lager holen gemeinsam mit Franz Seidl (SSVK) in beiden Bewerben die Silbermedaille in der Klasse Senioren 2.



Landesmeisterschaft FFWGK



Polina Klemenko Luftpistole



Siegerehrung LM FFWGK



Siegerehrung ÖPolSV



Thomas Havlicek, Siegerehrung ÖPolSV



Thomas Benesch, Schnellfeuer



Tag des Sports 2024 LP



Tag des Sports 2024

Die letzte Reise in diesem Jahr führte unser Team nach Eisenstadt. Dort wurde die Verbandsmeisterschaft (ÖPolSV) im Sportschießen ausgetragen, die alle 2 Jahre stattfindet. Besonders freut uns, dass wir auch Alexandra Kerekes zu diesem Wettkampf mitnehmen konnten. Sie hat sich im Alter von 14 Jahren bereits der Frauenklasse (normalerweise ab 22 Jahren) in der Disziplin Luftpistole gestellt und dort mit nur einem Ring Abstand zu Platz 3 den hervorragenden 4. Platz belegt. Thomas Havlicek hat in der Schnellfeuerpistole die beste Leistung über alle Klassen hinweg abgeliefert. Zusätzlich holt er eine Silbermedaille (25 m Pistole) und 2 weitere Goldmedaillen (Standardpistole und Luftpistole). Norbert Smechlik ist in den beiden 50 m Gewehr und in der Luftgewehr Disziplin angetreten und hat 2 Gold- und eine Silbermedaille nach Wien mitgenommen. Emil Dyrz holt Silber (Zentralfeuer und Luftpistole) und Bronze (Standardpistole). In der 50 m Pistole setzt er sich gegen alle anderen Teilnehmenden durch und gewinnt die Goldmedaille. Wolfgang Widter darf sich über Gold (25 m Pistole) und Silber (Standardpistole) freuen. In

der 25 m Pistole sowie der Standardpistole liegen unsere beiden Teams jeweils auf den Plätzen 1 und 3, für das Team gibt es dann nochmals Gold in der 50 m Pistole. In der Disziplin Luftpistole gratulieren wir Vladimír Balan zu Platz 2, Polina Klemenko zur Goldmedaille und Günter Weiser zu Platz 3.

Der Tag des Sports wurde 2024 wieder an den ursprünglichen Veranstaltungsort, den Wiener Heldenplatz, verlegt. Gemeinsam mit dem HSV Wien Schießen haben wir den Österreichischen Schützenbund und damit den Schießsport vertreten. Unsere „Mitmach-Station“ war ständig gut besucht, es war kaum möglich, den Stand am Veranstaltungsende zu schließen, weil der Ansturm so groß war. Wir haben interessierte Personen an die Mitgliedsvereine des Sportschützenlandesverbands Wien verwiesen und freuen uns schon auf die Teilnahme im kommenden Jahr.

Seit August haben wir eine Kooperation mit dem Kampfsportverein „FoxGym“. Einmal pro Monat besuchen uns Kampfsporttrainer und zeigen uns die Grundbegriffe der Selbstverteidigung. Viele von uns haben leider nicht die Zeit, einen Kurs mit mehreren Einheiten pro Monat zu besuchen. Trotzdem bietet diese Kooperation die Möglichkeit, gelernte Griffe und Techniken zu wiederholen und auch praktisch zu üben. Als Ergänzung haben wir auch ein Rechtskundeseminar zum Thema Selbstverteidigung organisiert, in dem wir gelernt haben, welche rechtlichen und moralischen Aspekte zu bedenken sind.

Neben allen sportlichen Aktivitäten haben auch unsere Vereinsabende und andere Veranstaltungen ihren fixen Platz. Diese fördern den Zusammenhalt und die Integration unserer neuen Mitglieder.

Im Namen der Sektionsleitung danke ich allen Mitgliedern, die uns tatkräftig

bei Bewerbungen und Veranstaltungen unterstützen. Ohne eure Hilfe könnten wir diese Vielfalt und auch die Anzahl der Veranstaltungen nicht anbieten. Unser Dank gilt auch jenen Mitgliedern, die uns auch nach dem Ende der aktiven Sportausübung immer noch die Treue halten und mit ihrem Mitgliedsbeitrag und ihren Spenden dafür sorgen, dass wir die Sektion weiterführen und kontinuierlich ausbauen können.

Wir wünschen euch eine schöne Adventzeit, ein ruhiges Weihnachtsfest und viel Glück und Gesundheit im kommenden Jahr!

Elisabeth REISER-ECKELHART

UNSERE NÄCHSTEN TERMINE:

► **WEIHNACHTSSCHIESSEN**
21. Dezember 2024

► **SILVESTERSCHIESSEN**
31. Dezember 2024

► **FFWGK WINTERCUP (IN 6 RUNDEN)**
ab 04. Jänner 2025

Die Ergebnisse aller Bewerbe sind auf unserer Webseite abrufbar. Ergebnislisten:
PSV Wien Sektion Sportschießen
(psvwuensportschiessen.at)

Für aktuelle Informationen rund um unsere Sektion und den Schießsport besucht unsere Webseite:

<https://psvwuensportschiessen.at> und unsere Facebookseite: <https://www.facebook.com/PSVWienSportschiessen>

Bei Interesse an unseren Schnuppertrainings, Firmenveranstaltungen oder der regelmäßigen Zusendung von Informationen rund um unsere Bewerbe, meldet euch einfach unter psvwuensportschiessen@gmail.com.



Siegerehrung ÖPolSV2

Tennismeisterschaft

40. Wiener Polizei Tennismeisterschaft 2024

Im Zuge der 1. Sitzung der Sektionsleitung im April 2024 wurde der Termin für die diesjährigen 40. Wiener Polizei Tennismeisterschaften 2024 festgelegt – KW38 von 16.09. bis 20.09.2024.

Die heftigen Unwetter mit dem darauffolgenden Hochwasser trafen vor allem den Osten von Österreich sehr heftig. Viele Kollegen/innen waren privat betroffen und es gab zu dieser Zeit Wichtigeres als an das Tennisturnier zu denken. Außerdem war der TC-Donaufeld auch von den Unwetterkapriolen stark betroffen und kein Spielbetrieb möglich. Das Turnier musste um zwei Wochen verschoben werden und begann erst am Montag, dem 30.09.2024.

Auch in dieser Woche war der Wettergott nicht auf unserer Seite – Montag teilweise Schlechtwetter, es konnten nur 9 Spiele absolviert werden, Dienstag war ein perfekter Tag – die Spielverzögerungen von Montag konnten wieder aufgeholt werden, das angekündigte Schlechtwetter am Mittwoch ist teilweise eingetreten – somit konnten wieder nur einige wenige Spiele ausgetragen werden. Am Donnerstag dichtes Programm – alle angesetzten Spielen konnten durchgeführt werden – aber dann, wie angekündigt der Freitag, unser Finaltag; durch extreme Regenfälle musste leider schon in den Morgenstunden das Programm zur Gänze abgesagt werden.

Einige Kollegen und Kolleginnen waren in der KW 41 teilweise privat und dienstlich verhindert. So konnten die Finalsplele nicht wie gewohnt an einem Tag ausgetragen werden. Das Damenfinale fand bereits am Sonntag 6.10. statt, das Finale im B-Bewerb dann am Dienstag 8.10. Die Finalsplele im Hauptbewerb, im +35/45 und +55/65 Bewerb am Freitag, 11.10.2024 bzw. aufgrund neuerlichem Schlechtwetter am Mittwoch 16.10.2024.

Letztendlich haben 37 Personen ihre Nennung abgegeben (erfreuliche Steigerung von 32 auf 37 gegenüber 2023).

Im Herren Hauptbewerb mit 24 Nennungen, Herren +35/45 mit 118 Nennungen, Herren +55/65 mit 7, Herren sowie 4 Kolleginnen im Damenbewerb.

Generell zum Turnier

Die Wiener Polizei Tennismeisterschaften werden seit jeher Anfang bis Mitte September durchgeführt. Ich kann mich an zwei Finaltage erinnern, wo am Finaltag aufgrund des Schlechtwetters in die vorhandene Halle ausgewichen werden musste und an ein Turnier, wo die Finalsplele aufgrund des Regens erst am darauffolgenden Montag absolviert werden konnten.

Aber die Wetterkapriolen beim diesjährigen Termin stellten alles bisher Dagewesene in den Schatten. Dauerregen von 12.9. bis 15.9.2024, daraus resultierend das Hochwasser und auch heftige Sturmschäden, Verschiebung um eine Woche – Turnierstart am 30.09. – abermals 2 Regentage während der Woche und heftige Unwetter am Finaltag – abermalige Verschiebung der Finalsplele um eine Woche – man glaubt es kaum – es beginnt ca. 2 Stunden vor dem Finale wieder zu regnen. Verschiebung auf Mittwoch 16.10.24 – Siegerehrung im kleinsten Rahmen – wir drücken schon jetzt die Daumen für 2025, das heurige Turnier hat sehr heftig am Nervenkostüm gezerzt.....

Im B-Bewerb

Für alle Erstrundenverlierer und – sofern gewollt, für alle Damen. Insgesamt nahmen 15 Kollegen und 1 Kollegin an diesem B-Bewerb teil. Setzung aufgrund der ITN: Janine REMLER vor Christian FECZ, Manfred PALL und Jürgen HOLZER.

Janine REMLER musste kurz vor Beginn des Bewerbes aufgrund von Überstunden ihre Nennung zurückziehen, Christian FENCZ hat sein erstes Spiel im +35/45 Bewerb gewonnen und war somit im B-Bewerb nicht spielberechtigt.

1. Runde - Achterfinale: Manfred PALL siegte gegen Harald DENK mit 6:1 und 6:1, Harald MÖLZER bezwang Alexander RUZICIC mit 6:2 und 6:0, Jürgen Holzer konnte sich mit einem 6:1 und 6:0 klar gegen Markus KAUFMANN durchsetzen. Walter ZIEGLER-BENKO besiegte nach harten Kampf Wolfgang OBERMANN mit 6:3, 5:7 und 10:2.

2. Runde - Viertelfinale: Roman



2. Sportleiter der PSV Wien
und Sektionsleiter Tennis

ZIMMERMANN gewann gegen Sebastian LEUCHTENMÜLLER mit 6:1 und 6:3, Harald MÖLZER siegte mit 7:5 und 6:2 gegen Manfred PALL, Jürgen Holzer blieb mit 7:5 und 6:3 gegen Remy TURRY siegreich. Walter ZIEGLER-BENKO siegte wieder in einem sehr knappen Spiel mit 7:6 und 7:6 gegen Patrick SUMMEREDER.

3. Runde - Semifinale: Aufgrund einer Verletzung von Roman ZIMMERMANN kam Harald MÖLZER mit w.o. ins Finale, Jürgen HOLZER gewann ein sehr spannendes und hart umkämpftes Spiel gegen Walter ZIEGLER-BENKO mit 6:3, 4:6 und 10:8.



Jürgen HOLZER – Harald MÖLZER

Im Finale hatte Harald MÖLZER den besseren Start – je länger das Spiel dauerte, desto sicherer wurde Jürgen Holzer – er siegte nicht unverdient mit 4:6, 6:4 und 10:1 Jürgen HOLZER hat somit nach 2022 das zweite Mal den B-Bewerb gewonnen.

Herren Senioren Bewerb +55/65

Die Nennungen der ausgeschriebenen Bewerbe +55 und +65 mussten zusammengelegt werden 7 Nennungen im zusammengelegten Senioren Bewerb +55 und +65.

Setzung: Karl Heinz HABERL vor Manfred PALL.

1. Runde - Viertelfinale: Karl Heinz HABERL gewann gegen Wolfgang OBERMANN mit 6:1 und 6:0, Roman ZIMMERMANN konnte sich mit einem 6:2 und 6:1 gegen Harald MÖLZER durchsetzen. Herbert HAIMBÖCK gewann nach hartem Kampf mit 2:6, 6:4 und 10:4 gegen Harald DENK. Manfred PALL hatte ein Freilos.

2. Runde - Halbfinale: Karl Heinz HABERL gewann gegen Roman ZIMMERMANN klar mit 6:1 und 6:1, Manfred PALL siegte mit 6:1 und 6:3 gegen Herbert HAINBÖCK.

Finale – aufgrund der Wettersituation und einem darauffolgenden gebuchten Urlaub konnte das unterbrochene Finale leider erst am 07.11.2024 in der Tennishalle Siemens nachgetragen werden.

Beim Stand von 1:0 für Manfred PALL – Service Karl Heinz HABERL wurde das Endspiel fortgesetzt. Manfred PALL konnte sich mit einem 6:2, 2:6 und 10:4 durchsetzen und gewann nach 2007 und 2010 (+45 Bewerb) und 2019 und 2021 (im B-Bewerb) seinen fünften Titel.



Manfred PALL – Karl Heinz HABERL

Herren Senioren Bewerb +35/45

Die Nennungen der ausgeschriebenen Bewerbe +35 und +45 wurden zusammengelegt.

Setzung: Bernd BLUTMAGER vor Christian KALTENBACHER, Dominik BERGER und Christian FENCZ.

1. Runde - Viertelfinale – es waren zwei Vorrundenspiele erforderlich – Sebastian LEUCHTENMÜLLER besiegte Patrick SUMMEREDER mit 6:3 und 6:4, Andre KLEWEIN gewann gegen Franz WEILHARTER mit 4:6, 6:1 und 10:5.

2. Runde - Achtelfinale: Bernd

BLUTMAGER hatte mit einem 6:1 und 6:0 gegen Sebastian LEUCHTERMÜLLER keine Probleme, Michael WOITSCH besiegte Markus KAUFMANN mit 6:1 und 6:1, Rene STROBL überraschte mit einem 6:1 und 6:4 gegen Walter ZIEGLER-BENKO, Florian PAMPERL BRAUNSTEINER setzte sich knapp mit 6:3 und 7:6 gegen Oliver EL-SENOSY HERVATH durch, Christian FENCZ gegen Andre KLEWEIN endete mit einem 6:3 und 6:1, Jürgen HOLZER siegte gegen Alexander PONGRACZ mit 6:3 und 7:5, Christian KALTENBACHER und Dominik BERGER kamen kampflos durch w.o. in die nächste Runde.

3. Runde - Viertelfinale: auch gegen Michael WOITSCH hatte Bernd BLUTMAGER keine großen Probleme, er siegte mit 6:2 und 6:3, Dominik BERGER besiegte Rene STROBL klar mit 6:1 und 6:0. In einem spannenden und knappen Spiel konnte sich Christian FENCZ mit 7:5, 4:6 und 11:9 gegen Florian PAMPERL BRAUNSTEINER durchsetzen. Christian KALTENBACHER gewann ungefährdet klar mit 6:1 und 6:1 gegen Jürgen HOLZER.

4. Runde - Semifinale – das obere Semifinale musste aufgrund des Schlechtwetters auf Donnerstag, 10.10.2024 verschoben werden – Bernd BLUTMAGER gegen Dominik BERGER endet mit 6:0 und 6:2. Im zweiten Semifinale hatte Christian KALTENBACHER auch gegen Christian FENCZ keine Schwierigkeiten, er siegte mit 6:1 und 6:1.

5. Runde - Finale: Das geplante Finale im +35/45 Bewerb zwischen Bernd BLUTMAGER

und Christian KALTENBACHER konnte bei zeitweise heftigen Windböen aber im Großen und Ganzen noch gutem Tenniswetter gespielt werden. Der Favorit Bernd BLUTMAGER setzte sich mit 6:2 und 6:2 eindrucksvoll durch.



Bernd BLUTMAGER, Wiener Meister +35-45 bei der Pokalübergabe, Werner Herzog

Damen Hauptbewerb

Nach vielen Telefonaten haben vier Damen ihre Nennung abgegeben – leider verletzt und somit nicht im Bewerb – Martina ZOLLES und Selina PICHLER.

Gespielt wurde das System Round Robin – jede gegen jede. Sarah PRIMIK konnte alle ihre Spiele gewinnen – gegen Gabriele HABERL mit 6:0 und 6:1, gegen Barbara GRAF mit 6:0 und 6:0 und im „Finale“ gegen



Sarah PRIMIK und Janine REMLER vor dem Damenfinale



Bernd BLUTMAGER und Christian KALTENBACHER vor dem Finale

Janine REMLER mit 6:1 und 6:1. Janine REMLER gewann gegen Gabriele HABERL mit 6:1 und 6:0 – das Spiel gegen Barbara GRAF kam aufgrund w.o. nicht zustande. Das Spiel um Platz 3 zwischen Gabriele HABERL und Barbara GRAF endete mit 6:2 und 6:2, beiden Damen konnte nach dem Spiel eine Urkunde und ihr jeweils erster gewonnener Pokal im Tennissport überreicht werden.

Herren Hauptbewerb

24 Nennungen – abermals eine leichte Steigerung gegenüber dem Vorjahr – Setzung: Bernd BLUTMAGER, Patrick JOKSCH, Dominik BERGER, Reingard ENNSMANN, Florian PAMPERL-BRAUNSTEINER, Michael WOITSCH, Markus WEBER und Manfred PALL.

1. Runde - Viertelfinale: Wolfgang ROTH besiegte Sebastian LEUCHTENMÜLLER mit 6:3 und 7:5, Florian PAMPERL-BRAUNSTEINER gewann gegen Jürgen HOLZER mit 6:1 und 6:3, Alexander PONGRACZ besiegte Walter ZIEGLER-BENKO mit 6:1 und 6:1, Markus WEBER setzte sich klar mit 6:1 und 6:0 gegen Markus KAUFMANN durch. Franz WEILHARTER – Alexander RUZICIC 6:3 und 6:2, Oliver EL-SENOSY-HERVATH setzte sich mit 6:1 und 6:2 überraschen klar gegen Manfred PALL durch, Andre KLEWEIN siegte mit 6:4 und 6:0 gegen Roman ZIMMERMANN. Manfred JERNE siegte in einem Krimi gegen Thomas RIEGLER mit 2:6, 7:5 und 10:5.

2. Runde - Achtelfinale: Im Duell der Kollegen aus Favoriten gewann Bernd BLUTMAGER sehr klar mit 6:0 und 6:0 gegen Wolfgang ROTH, mit dem gleichen Resultat besiegte Florian PAMPERL-BRAUNSTEINER Patrick SUMMEREDER, Reinhard ENNSMANN – Remy TURY endete 6:2 und 6:0, Michael WOITSCH – Alexander PONGRACZ 6:3 und 6:1. Nach hartem Kampf konnte sich Markus WEBER mit 2:6, 6:4 und 10:5 gegen Harald MÖLZER durchsetzen. Durch eine Verkühlung eingeschränkt gewann Dominik BERGER mit 7:6 und 6:2 gegen Franz WEILHARTER, Andre KLEWEIN siegte in einem klassischen Sicherheitsspiel mit vielen langen, hohen Bällen gegen Oliver EL-SENOSY HERVATH mit 6:4, 3:6 und 10:6. Patrick JOKSCH gewann klar mit 6:0 und 6:2 gegen Manfred JERNE.

3. Runde - Viertelfinale: Bernd BLUTMAGER hatte auch gegen Florian

PAMPERL-BRAUNSTEINER keine Probleme und siegte mit 6:2 und 6:0. Reinhard ENNSMANN konnte sich mit 7:6, 3:6 und 10:3 gegen Michael WOITSCH durchsetzen, Dominik BERGER – immer noch die Verkühlung spürbar, gewann gegen Markus WEBER mit 7:5 und 6:1. Patrick JOKSCH gewann klar und eindeutig mit 6:0 und 6:2 gegen Andre KLEWEIN.

4. Runde - Semifinale: Bernd BLUTMAGER siegte auch in dieser Runde klar mit 6:2 und 6:0 gegen Reinhard ENNSMANN. Patrick JOKSCH setzte sich mit 6:3 und 6:33 gegen Dominik BERGER durch.

5. Runde – FINALE

Das geplante Finale zwischen Bernd BLUTMAGER und Patrick JOKSCH musste am 11.10.24 leider aufgrund einer plötzlich aufziehenden Schlechtwetterfront abgesagt und nach Abwägung aller privaten und dienstlichen Termine auf 16.10.2024 verschoben werden.

Bei schönem Tenniswetter, leider mit teilweise störenden Windböen, konnte auf Platz 1 des TC-Donaufeld gestartet werden. Einige wenige Fans waren anwesend. Patrick JOKSCH konnte den 1. Satz mit 6:4 für sich entscheiden – Bernd BLUTMAGER kam immer besser ins Spiel – gewann den 2. Satz mit 0:6 und führte dann auch im Match-Tiebreak mit 2:0 – das bessere Ende hatte Patrick JOKSCH, er gewann 6:4, 0:6 und

10:5 und sicherte sich somit seinen ersten Titel als Wiener Polizei Tennis Meister.

Bei der Siegerehrung im kleinsten Rahmen durfte ich mich bei allen Sponsoren – Fa. CONSULTATIO, Fa. LOHBERGER Tankstelle u. Transporte, Fa. Blumen REGINA, die österreichische Beamtenversicherung – ÖBV, der PSV-WIEN und dem Lokal SALOON für die finanzielle Unterstützung bedanken.

Dankesworte wurden auch an das gesamte Team des TC-Donaufeld gerichtet – ebenso ein großes Danke für die perfekte Unterstützung des Teams der Sektion Tennis an Martina ZOLLES, Harald MÖLZER und Manfred PALL.

Robert ANGERER

Alle Fotos in diesem Artikel © Robert ANGERER



Patrick JOKSCH und Bernd BLUTMAGER vor dem Finale



Schiedsrichter Werner HERZOG, Bernd BLUTMAGER, Robert ANGERER, Harald DENK, Gerald MILAPERSKY, Patrick JOKSCH

VWA drucken und binden zum Fixpreis

VWA über die Webseite bestellen und hochladen und spätestens 24 Std später abholen.

VWA mit Drahtspiralbindung oder Klebebindung
inkl. Deckfolie und Rückenkarton

	1 Stk.	2 Stk.	3 Stk.
bis 50 Seiten mit S/W Druck	8,00	15,50	22,50
bis 50 Seiten mit Farbdruck	14,50	28,50	42,00

VWA mit Hardcoverbindung
in schwarz oder bordeauxrot

	1 Stk.	2 Stk.	3 Stk.
bis 50 Seiten mit S/W Druck	13,80	27,00	53,00
bis 50 Seiten mit Farbdruck	20,40	39,00	56,80

bcn

BCN Drucklösungen GmbH
1070 Wien, Neustiftgasse 12
Tel.: 01 523 13 74
office@bcn.at
www.bcn.at



Einlösbar bis 30.6.25

immer ein Erlebnis

Centimeter
- seit 1996 -
UNTERNEHMENSGRÜNDUNG

4x in Wien

Eine Scheibtruhe voll "Mist"

Lasst euch verwöhnen und genießt
unser XXL Scheibtruhe für vier Personen
zum halben Preis

~~€69,00~~
€34,50

Schnitzeln
Grillkotelette
Bratwürste
Schinkenfleckerl
Käsenockerl
Bauernnockerl
Pommes frites

Tel. 014700606
www.centimeter.at

zur Speisekarte

Gutschein bitte ausschneiden und vor dem Zahlen vorweisen

SHARE YOUR LOVE:

@prindl_baekerei

prindl.wien

I LOVE

prindl

Nachfolger

HNO SEESTADT
Dr. Wolfgang Schödl

GUT AUFGEHOBEN.
Wenn es um Ihre Gesundheit geht.

Alle Kassen und privat
1220 Wien
Maria-Tusch-Strasse 18/25
01 388 3 388
www.hno-seestadt.at

GROHS HOFER RECHTSANWÄLTE

**WAS WIR KÖNNEN
UND DAHER GERNE MACHEN:**

Innovative oder klassische Lösungen für nationale und internationale Unternehmens- und Immobilientransaktionen

- Strukturierung
- Abwicklung
- laufende Beratung

UNSER KLIENTENSCHWERPUNKT:

- mittelständische und große Unternehmen
- Banken

GROHS HOFER RECHTSANWÄLTE
Gesellschaft m.b.H.
1010 Wien, Helferstorferstraße 4
(Schottenhof, Stiege 12)
Tel. +43 (1) 534 35 - 0
Fax +43 (1) 534 35 - 36
e-mail: office@ghr.at

www.ghr.at



Brigitte Mramor



Während jetzt viele Hausfrauen und Hobbyköche mit Keksebacken beschäftigt sind, fragen wir uns, wann die ersten Kekse erfunden wurden.

Weihnachtsbäckerei

Begeehrt bei Groß und Klein

Aus der Geschichte

Die Ägypter, Griechen, aber auch die Inder haben lange Zeit vor Christus mit Honig gesüßte Leckerbissen hergestellt. Da es keine Bienenzucht gab, raubte man den Wildbienen dafür ihre Honigwaben. Archäologen haben herausgefunden, dass es bereits um 200 v. Chr. Honigfladen, Krapfen und „Torten“ gab, die mit Weintrauben und Mandeln gefüllt waren. Als mit griechischen Gelehrten und Ärzten auch Köche zu den Römern kamen, eröffneten bald die ersten Kuchenläden und im 4. Jahrhundert n. Chr. entstand die erste „Konditoren-Innung“.

Mit der Verbreitung des Christentums wurden in Klöstern, die Bienenzucht betrieben und die Kunst der römischen Feinbäckerei übernommen hatten, eine Reihe von Gebildgebäcken wie Zöpfe, Kipferl und Sterne hergestellt. Neben dem ursprünglichen Honigkuchen wurden vielfältige, liebevoll verzierte Lebkuchengebäcke kreiert. Im 14. Jahrhundert übernahmen so genannte Lebzelter die Produktion, die allerdings erst 1597 ihre erste Handwerksordnung erhielten, womit sie sich von den Bäckern und Konditoren unabhängig machten. Mit Hilfe von Modeln wurden Heiligenfiguren und Krippenszenen für das Christfest hergestellt.

Von der Torte zum Keks

Nachdem im 11. Jahrhundert der Rohrzucker in Europa den Honig abgelöst hatte, die Kreuzritter Nüsse und Gewürze wie Zimt, Nelken, Muskat und Ingwer mitbrachten, kam im 16. Jahrhundert mit den Spaniern auch Kakao und in der Folge Schokolade aus Mexiko nach Europa. Das offene Feuer war durch Gusseisenöfen ersetzt worden und mit gusseisernem Geschirr veränderte

sich die Kuchenbäckerei wesentlich.

Für die Verbreitung der würzig-süßen Backwaren sorgten die Italiener. Die Teige wurden kunstvoll geformt und in allen europäischen Ländern zu Brauchtums- und Kultgebäcken gebacken. Im 17. Jahrhundert entwickelten die Franzosen die Petit fours und damit die ersten feinen kleinen Gebäckstücke. Das 18. Jahrhundert zeichnete sich durch eine besonders üppige Esskultur aus. Köche und Konditoren kreierten lockere Backteige wie die Biskuitmasse und der in der Schweiz erfundene Baiser ermöglichte kunstvolle, essbare Dekorationen. Im europäischen Wettstreit um die besten Kuchen und Törtchen blieben die Konditoreien und Kaffeehäuser in Wien, Budapest und Paris federführend. Dazu gehört bis heute die

Wiener Konditorei Gerstner, die damals mit ersten Goldmedaillen auf internationalen Ausstellungen ausgezeichnet wurde, als erste Kaiser Franz Joseph bei der Auswahl von Weihnachtskekse beraten durfte und schließlich die Auszeichnung als k.u.k. Hoflieferant erhielt.

Die „Torte“ (früher: Dortte) wurde 1418 das erste Mal als mit Fleisch oder Fisch gefüllter, in einer Pfanne gegarter Teig erwähnt. Mit einer Bewirtungsrechnung aus dem Jahr 1619 kann als süße Variante die Existenz der Linzertorte, vorerst „Mandl Dortten“ genannt, nachgewiesen werden. Mit Fruchtfüllung und Teiggitter zubereitet, beinhaltete sie bereits alle auch heute noch verwendeten Zutaten wie im Stiftsarchiv Admont im Kochbuch der Gräfin Anna



Margarita Sagramosa (Verona) aus dem Jahr 1653 nachzulesen ist. Den Beweis für die Verwendung des Teiges zur Herstellung von Kleingebäck findet man im OÖ. Landesmuseum, in einem handgeschriebenen Rezeptbuch unter dem Namen „Lemany Ringel“ (Zitronenringerl) und das Rezept „Linzer Törtchen“ lässt bereits erahnen wie unsere Linzeraugen entstanden sind.

Von Cakes zu Keks

Als Anfang des 19. Jahrhunderts die Rübenzucker-Produktion einigermaßen ausgereift war, wurde die Vielfalt an Kleinbackwaren in Dauerbackwaren wie Zwieback und Kekse (Hartkekse ohne Zucker und Fett) und in Feine Backwaren wie Kuchen und Kekse geteilt, wobei man jedoch von „Cakes“ und „Biscuits“ sprach. Diese wurden sowohl in unseren Bäckereien hergestellt als auch aus England, Belgien und Frankreich importiert und blieben auf Grund ihres Preises immer noch den Reichen vorbehalten.

Im Zuge der industriellen Nahrungsmittelherstellung wurden gegen Ende des 19. Jahrhunderts in Antwerpen und in Hannover die ersten „Cakes-Fabriken“ nach englischem und französischem Vorbild in Betrieb genommen, wobei sich Hermann Bahlsen um die Eindeutschung des englischen Wortes „cakes“ zu „Keks“ bemüht hat, das Anfang des 20. Jahrhunderts Eingang in den Duden fand.

Interessant ist in diesem Zusammenhang, was – hier frei übersetzt – englische Blogger schreiben, die sich mit der Herkunft der Linzeraugen beschäftigt haben:

Im Zuge des Deutsch-Französischen Krieges von 1870 bis 1871 emigrierten viele Deutsche, unter ihnen auch Bäcker, nach Großbritannien. 1886 ließ die Empire Biscuit and Flour Company Ltd. die Marke „Empire Biscuit“ ins Handelsregister eintragen. Die im späten 19. Jahrhundert in britische Kolonien ausgewanderten Engländer und Schotten machten das Empire Biscuit auch in Neuseeland bekannt.

Die Linzeraugen, die nach wie vor in England beliebt sind (nur anders verziert), waren bis zum Ersten Weltkrieg als „Linzer Biscuit“ und etwas später als „Austro-Deutsch Biscuit“ oder „Deutsch Biscuit“ bekannt. Verständlicher Weise wurde das Keks im Ersten Weltkrieg in England wieder in „Empire Biscuit“ umbenannt. In Schottland wurde es auf Grund der Invasion von Belgien durch die Deutschen im August 1914 zum „Belgischen Keks (Belgian biscuit)“.



Die Antwort auf die Frage, warum der Geburtstag von Jesus Christus am 25. Dezember gefeiert wird, wurde nicht nur mit einer Legende über die Jahrtausende transportiert, sondern war und ist auch weiterhin ein ernsthafter Diskurs zwischen Historikern.

Nach vergeblichen Versuchen von Päpsten die zu Ehren des Gottes Saturn von den Römern abgehaltenen Saturnalien in ein christliches Fest zu verwandeln, soll Kaiser Aurelian – der damaligen Kirchenpolitik, heidnische Riten mit christlichen zu vereinen – mit der Einführung eines Staatsfeiertages mehr Glück gehabt haben. Ab dem Jahr 275 feierte man auch in Rom rund um die Wintersonnenwende den Sieg des Lichtes und des Lebens über die Finsternis und den Tod. *Sol* („Sonne“) *invictus* („unbesiegter Sonnengott“) genannt, bot sich als Geburtstermin für Jesus an, wird er in der Bibel doch als „Sonne der Gerechtigkeit“ (Mal 3,20) und „Licht der Welt“ (Joh 1,9/8,12) bezeichnet. Es dauerte jedoch bis ins 7./8. Jahrhundert, bis am 25. Dezember auch in Mitteleuropa der Geburtstag von Jesus bekannt war und gefeiert wurde. Unter anderem auch durch den Zuzug von Migranten und ihre unterschiedlichen Glaubensbekenntnisse hat sich der „Heilige

Abend“ am 24. Dezember als der Tag entwickelt, an dem vielleicht da und dort ein wenig abseits von der christlichen Tradition, aber immer familiär oder freundschaftlich, bei regional traditionellem Essen sowie mit selbstgebackenen Keksen und Geschenken ab dem späten Nachmittag gefeiert wird.

„Die Weihnachtsbäckerei gehört im Abendland zum Christfest wie die Engel und die Krippe, der Lichterbaum und die Glocken, doch sie ist durch die Einflüsse aus den vielen unterschiedlichen Ländern der Monarchie wohl nirgends so reichhaltig wie in Wien“, schreibt Bartel F. Sinhuber in „Weihnachten im alten Wien“ (Ausgabe 1995).

Bilder:

LINKE SEITE:

WEIHNACHTSGEBÄCK

| Fotograf: Tommy Rumrich | Autor: Andrew Poison, freigegeben weltweit als gemeinfrei.

NÜRNBERGER LEBKUCHEN

| Fotograf: Leon Brocardj | Autor: Pirkheimer, freigegeben weltweit als gemeinfrei.

RECHTE SEITE:

LEBKUCHEN-HAUS

| Fotograf: Terri Bateman | Lizenz CCA 2.0 Generic



Hoteltipp: Fagus Hotel in Sopron

Das Gute liegt oft sehr nah



Nur 60 Kilometer von Wien entfernt liegt im schönen Sopron das Fagus Hotel mit seiner exklusiven Spa-Welt.

Wenn man „Sopron“ hört, denkt man oftmals nur an billiges Shoppingvergnügen und günstige Zahnarzt- und Beauty-Besuche, doch die rund 60.000 Einwohner große Stadt hat noch viel mehr zu bieten.

Sopron ist eine der ältesten Städte Ungarns, bietet aber neben einer architektonischen Zeitreise auch viel Potenzial für Entspannung und Ruhe.

Vor allem im wunderbar gelegenen Fagus Hotel, das im Löwenviertel am Rande eines Naturschutzgebiets etwas außerhalb der Innenstadt liegt.

Modernes Hotel in herrlicher Ruhelage

Das modern gestaltete Hotel ist von Wäldern umrandet und grenzt gleich an das Naturschutzgebiet, welches rund 400 Kilometer Wanderwege bietet. So kann man ganz nach Lust und Laune kleine oder große Runden gehen. Hinweistafeln zeigen einem die jeweils möglichen Routen, und so findet man sich trotz einer enormen Strecke gut zurecht.

Empfangen wird man im Fagus Hotel in einer freundlichen hellen Lobby, die auch viele Sitzmöglichkeiten und eine Bar beheimatet.

Alles wirkt sehr exklusiv und ist geschmackvoll eingerichtet. Die Zimmer sind ebenfalls sehr luxuriös ausgeführt, und man fühlt sich auf Anhieb wohl. Eine individuell

steuerbare Klimaanlage, ein Flachbildfernseher und freies WLAN sind selbstverständlich in jedem Zimmer dabei.

Auch das Bad zeigt sich angenehm geräumig und bietet neben einem Föhn auch eine Badewanne mit Regenwalddusche.

Toller Wellnessbereich im Hotel

Zum Entspannen lädt auch der Wellnessbereich ein, der ebenfalls wunderschön gestaltet ist. Neben zwei 6x12 Meter-Pools gibt es auch ein kleines Kinderbecken. Auch eine Saunawelt und ein umfangreiches Massageangebot bieten die Möglichkeit für entspannte Stunden im Hotel.

Im ersten Untergeschoß befinden sich neben dem Zugang zum parkähnlich





angelegten Garten, der auch ein Holzdeck mit Liegen an einem kleinen Teich bietet, auch das Restaurant Evergreen und eine Bar.

Es gibt Frühstücks- und Abendbuffet, bei dem mit abwechslungsreichem Angebot an traditionellen und internationalen Speisen.

So findet sich für jeden Geschmack das passende Gericht, wobei wirklich alle Speisen vorzüglich schmecken und schon Haus-Niveau haben.

Die Kulinarik kommt somit keinesfalls zu kurz, und so ist es sehr praktisch, dass auch ein Fitnessraum zur Verfügung steht, in dem man sich die zuvor angefuhrten Kalorien wieder abtrainieren kann.

Auch ein Spiel-Bereich mit Billard-Tisch und anderen Spielgeräten ist im Hotel für die jüngsten und junggebliebenen Besucher vorhanden.

Die Altstadt ist einen Besuch wert

Abseits des Naturgebiets und den Vorzügen des Hotels sollte man aber auf jeden Fall auch einen Besuch in der historischen Altstadt einplanen. Diese bietet viele sehenswerte Gebäude, die auf die lange Geschichte der Stadt verweisen.

Die noch sehr gut erhaltene alte Stadtmauer ist dabei ebenso sehenswert wie das Rathaus oder der gleich neben dem Rathaus befindliche Feuerturm.

Aber auch das Gambrinus-Haus und die alten Wohnhäuser der Innenstadt können mit ihrer Architektur überzeugen.

Abgerundet wird der Besuch der Innenstadt noch durch sehr viele Sakralbauten, die zum festen Bestandteil der Kultur der Stadt gehören. Egal ob Juden, Katholiken oder Evangelische, für jeden gibt es eine passende Kirche mit historischem Hintergrund.

Unsere Reise ins Fagus Hotel in Sopron hat uns wieder einmal gezeigt, dass das

Gute oft so nahe liegt. In gerade einmal einer Stunde von Wien entfernt kann man Shopping, Kultur, Wellness und Kulinarik wunderbar unter einen Hut bringen.

Das Fagus Hotel mit seinem familiären Feeling und der idyllischen Lage ist dabei sicher eines der Top-Hotels in Sopron und bietet zu einem fairen Preis eine Unterbringung auf höchstem Niveau.





Renault Rafale Esprit Alpine E-Tech Full Hybrid 200

Stylisches SUV-Coupé mit viel Power

Renault hat in den letzten Jahren sein Modellprogramm ordentlich aufgewertet, neuestes Highlight ist der Rafale.

Nach dem Erfolg des Arkana hat Renault mit dem Rafale ein zweites SUV-Coupé im Programm, das sich die Basis mit dem Austral und Espace teilt.

Das Design des Rafale hebt sich aber deutlich von seinen Brüdern ab, er besticht mit einer extrem dynamischen Linienführung und einem sehr coolen Look.

Vor allem in dem auffälligen Rot unseres Testfahrzeugs konnten wir beobachten, wie die Blicke anderer Autofahrer und Passanten dem Rafale gefolgt sind.

Es ist dabei völlig egal, von welcher Perspektive man das SUV-Coupé betrachtet, man kann sich an den geschliffenen Kanten und der Linienführung nicht satt sehen.

Für unseren Test haben wir die sportliche Esprit Alpine-Ausstattung gewählt, bei der im Listenpreis von 48.760,- Euro schon jede Menge Highlights an Bord sind.

Unter anderem gibt es adaptive Voll-LED-Scheinwerfer, das OpenR link Infotainmentsystem mit 12"-Touchscreen und Google Navi, Sitzheizung vorne, eine elektrische Heckklappe, ein Keyless-System, 20"-Leichtmetallfelgen und die geniale 4Control advanced Lenkung.

Für noch mehr Glanz sorgten optional noch die Metallic-Lackierung, das 360-Grad City-Paket Plus, das Advanced Winter Driving Assist-Paket Esprit Alpine, elektrische Vordersitze, das Harman Kardon-Paket, ein Head-up-Display, ein Notrad und das Panorama-Glasdach Solarbay.

Letzteres ändert per Knopfdruck die Struktur und verdunkelt sich etwas. Die Betonung liegt aber bei „etwas“, wodurch dieses Extra nur für Sonnen-Fans zu empfehlen ist.

Der Gesamtpreis unseres Testfahrzeug liegt bei 56.934,- Euro, was in Bezug auf die Ausstattung und die Fahrzeugklasse aber mittlerweile in Ordnung geht und im Schnitt der Klasse liegt.

Futuristisches Cockpit mit einfacher Bedienbarkeit

Im Innenraum zeigt der Rafale einen sehr gelungenen Mix aus futuristischem Cockpit, sportlichem Look und hochwertig wirkenden Materialien. Das Cockpit besteht aus einem Digitaltacho und einem 12"-Touchscreen im Hochformat. Über den Touchscreen sind so gut wie alle Funktionen abruf- und steuerbar. Die Gestaltung von Menüs und Karten ist sehr gelungen, und man findet sich auch schnell zurecht.

Auch der Digitaltacho kann mit einer modernen Darstellung und verschiedenen Designs aufwarten. Dass die letzte Zahl der Tachoaussage aber immer abgeschnitten ist, ist etwas ungewöhnlich. Dafür gibt es aber ein Head-up-Display, so muss man erst gar nicht auf den Tacho blicken.

Etwas überladen ist die rechte Seite hinter dem Lenkrad, wo sich gleich drei Hebel/Sattelliten befinden. Einer ist für die Steuerung des Audiosystems, einer für den Scheibenwischer, und der oberste zur Wahl der Fahrstufe. Wenn man bei strahlendem Sonnenschein einen Rafale-Fahrer sieht, der beim Einparken den Scheibenwischer an hat,

weiß man aber, nachdem man den Wagen selbst mal gefahren hat, warum dies so ist.

Damit wäre aber auch schon der einzige kleine Kritikpunkt beim Innenraum-Thema abgehakt. Überwältigend sind die Ablageflächen, allen voran die Konsole zwischen Fahrer und Beifahrer, die es gefühlt mit so manchem Kofferraumvolumen eines Kleinwagens aufnehmen kann.

Viel Platz für Passagiere und Gepäck

Trotz Coupé-Charakter gibt es auch im Fond noch genug Platz für größerer Passagiere und sehr viel Beinfreiheit. Ebenfalls sehr großzügig zeigt sich das Kofferraumvolumen, welches 627 bis 1.914 Liter Stauraum bietet. Ein absoluter Spitzenwert für ein SUV-Coupé dieser Klasse, der Rafale toppt damit sogar reine SUV-Modelle höherer Klassen.

Beim Antrieb setzt Renault auf den E-Tech Full Hybrid 200, den wir schon aus Austral und Espace kennen. Ein 1,2-Liter-3-Zylinder-Benzinmotor liefert dabei eine Leistung von 131 PS (96 kW) und wird von einem 68 PS (50 kW) starken E-Motor unterstützt.

Die Systemleistung liegt bei 199 PS (146 kW), und jeder Motor liefert je 205 Nm Drehmoment. Auch wenn es sich nur um einen 3-Zylinder-Motor handelt, so wirkt er im Fahrbetrieb eher wie ein 6-Zylinder, was Laufruhe und Lautstärke betrifft.

Der Rafale kann nämlich mit einer sehr guten Geräuschdämmung aufwarten, bei der selbst bei Autobahntempo kaum Geräusche in den Innenraum vordringen.

So kann er auch sehr gut das nach wie vor nicht ganz optimal arbeitende



Multi-Mode-Automatikgetriebe kaschieren, welches manchmal erst sehr spät in den nächsten Gang schaltet, wodurch man oft in einem unnötig hohen Drehzahlbereich unterwegs ist.

Zur großen Überraschung bleibt der sehr spritzig zu bewegend Rafale dabei immer noch extrem sparsam. Wer auf die sportlichen Gene des Autos verzichtet, wird an den vom Werk angegebenen Verbrauch von 4,7 bis 5,0 Litern pro 100 Kilometern locker rankommen. Wir sind auf einen Durchschnittsverbrauch von 5,5 Litern gekommen, was noch immer ein hervorragender Wert ist.

Sehr gute Fahrleistungen

Dabei haben wir nicht auf den gebotenen Fahrspaß verzichtet. Der Fahrer kann zwischen verschiedenen Fahrmodi wählen, wobei der Rafale im Sport-Modus der absolute Spaßmacher wird.

Nicht nur, dass er in 8,9 Sekunden aus dem Stand heraus auf Tempo 100 km/h sprintet und bis zu 175 km/h schnell ist, er überzeugt vor allem bei seiner Wendigkeit.

Dank der 4Control advanced Allradlenkung lässt sich das SUV-Coupé so wendig wie ein Kleinwagen über kurvige Straßen zirkeln. Es ist wirklich beeindruckend, mit wie viel Fahrspaß dieses Auto aufwarten kann. Selten haben wir uns auf kurvige Straßen so sehr gefreut wie mit dem Rafale.

Trotz aller Sportlichkeit kommt aber auch der Komfort nicht zu kurz, hier können sich in bezug auf die Kombination von Fahrspaß und Komfort auch die deutschen Premium-Hersteller mittlerweile bei Renault etwas abschauen. Und auch bei der Sicherheit überzeugt der Renault Rafale auf ganzer Linie, alle Assistenzsysteme sind gut abgestimmt und stören den Fahralltag nicht mit Fehlermeldungen.

Ein ganz ein dickes Plus gibt es auch für die Möglichkeit, die von der EU verordneten Nerv-Systeme, wie diese Assistenzsysteme besser genannt werden sollten, zu deaktivieren. Man kann über einen Perso-Modus vorab festlegen, was man alles per Knopfdruck deaktivieren möchte, und muss nach jedem Start nur noch die bestens platzierte Taste 2x drücken (ist auch so von der EU vorgeschrieben), um den unnötigen EU-Zauber zu beenden.

Mit dem neun Rafale hat sich Renault auf jeden Fall einmal mehr selbst übertroffen. Das Auto kann nicht nur beim Design, sondern eigentlich in jede Richtung voll überzeugen. Ein wirkliches Highlight unter den neuen Autos, die es am Markt gibt.



Fact Box Renault Rafale Esprit Alpine E-Tech Hybrid 200

Preis in Euro	
Testwagenpreis ohne Extras	48.760,00
Testwagenpreis mit Extras	56.934,00
davon Steuern	10.266,78
Technische Daten	
Zylinder	3
Hubraum in ccm	1.199
Leistung PS/KW	131/96
Systemleistung PS/KW	199/146
Getriebe	Multi-Mode-Automatik
Antriebsart	Frontantrieb
Fahrleistung und Verbrauch	
0 – 100 km/h in sek.	8,9
Höchstgeschwindigkeit in km/h	175
Durchschnittsverbrauch in Liter	4,7 – 5,0
CO2 Ausstoß pro km in Gramm	105 – 113
Abmessungen und Gewichte	
Länge in cm	471,0
Breite in cm	186,6
Höhe in cm (inkl. Dachgalerie)	161,3
Radstand in cm	273,8
Kofferraumvolumen in Liter	637 – 1.914
Tankinhalt in Liter	58
Leergewicht in kg	1.666
Zulässiges Gesamtgewicht in kg	2.180
Max. Zuladung in kg	514





MG3 Hybrid+ Luxury

Kleiner Spaßmacher mit hoher Effizienz

Das Kleinwagensegment ist in den letzten Jahren deutlich geschrumpft, jetzt hat MG mit dem MG3 Hybrid+ einen Neuling in diesem Segment präsentiert.

Mit einer Länge von 411 cm ist er dabei zwischen Klein- und Kompaktklasse positioniert, was sich vor allem im Innenraum positiv auswirken soll.

Optisch zeigt er sich mit einem sehr modernen Design im Stil der Marke, wobei eindeutig die Frontpartie die höhere Anziehungskraft hat. Diese wirkt nämlich extrem bullig und gar nicht so nach Kleinwagen.

Während es nur eine einzige Motorisierung gibt, bietet MG für seinen Neuling gleich drei Ausstattungsvarianten an. Das Basismodell Standard ist dabei ab 19.990,- Euro erhältlich.

Die von uns gewählte Top-Ausstattungsline Luxury startet bei 22.990,- Euro, bietet aber schon eine sehr großzügige Serienmitgift, die bis auf die 650,- Euro teure Metallic-Lackierung schon (fast) alles beinhaltet, was man sich in dieser Klasse wünschen kann.

Unter anderem gibt es schon LED-Scheinwerfer, einen adaptiven Tempomat, eine 360-Grad-Kamera, einen Querverkehrswarner hinten, einen Spurwechselassistent, einen Spurhalteassistent, eine Klimaautomatik, einen 10,25"-Touchscreen mit Navi, ein Keyless-System, 16"-Alufelgen, Lenkradheizung und eine Sitzheizung vorne.

Schön gestalteter Innenraum

Im Innenraum zeigt sich der MG3 entsprechend nobel, auch der Materialmix und die Verarbeitung können schon vom ersten Moment an überzeugen.

Kontrastziernähte an der Armaturentafel, den Sitzen und der Mittelkonsole fallen ebenso positiv auf wie die schönen Dekoreinlagen am Cockpit.

Dieses zeigt sich auch von einer sehr übersichtlichen Seite, der 7"-Digitaltacho informiert den Fahrer auf einen Blick über alles Wichtige.

Auch der 10,25"-Touchscreen kann mit einer schönen Darstellung aufwarten, bei der Bedienung gibt es aber in manchen Bereichen durchaus Verwirrung. Manches ist genial gelöst, bei anderen Funktionen muss man aber auf einmal doch grübeln, wie man ans Ziel kommt.

Überzeugend sind auf jeden Fall die extrem großzügigen Ablagen und die bequeme Mittelarmlehne, unter der sich auch noch ein großes Staufach verbirgt.

Fahrer und Beifahrer genießen auf jeden Fall Kompaktklasse-Feeling, die Gäste im Fond sind der Klasse entsprechend aber etwas enger untergebracht.

Sehr bequem sind die Sitze, hinter dem Lenkrad wird aber leider nicht jeder eine angenehme Position finden.

Das Lenkrad ist zwar sehr griffig und schön, jedoch nur in der Höhe verstellbar, nicht aber in der Länge. Dadurch haben größere Personen das Lenkrad etwas zu weit entfernt, was sehr schade ist, denn sonst zeigt sich der Innenraum in jede Richtung sehr angenehm.

Auch das Kofferraumvolumen ist mit einem Fassungsvermögen von 293 bis 983 Litern für ein Auto in diesem Segment sehr großzügig dimensioniert.

Neuer Antrieb bietet viel Fahrspaß

Die größte Überraschung liefert der MG3 Hybrid+ aber mit seinem Antrieb. Der neue Hybridantrieb wird zukünftig auch im ZS zu finden sein und ist im Prinzip der erste wirklich überzeugende Hybrid-Antrieb aus China.

Ein 1,5-Liter-Benziner mit 102 PS (75 kW) wird von einem 136 PS (100 kW) starken E-Motor unterstützt, der seine Kraft aus einer 1,83 kWh großen Batterie bezieht.

MG gibt die Systemleistung mit 194 PS (143 kW) an, das Systemdrehmoment liegt bei sehr guten 425 Nm, wobei der Benziner 128 Nm davon beisteuert.

Was sich am Papier schon mal gut liest, zeigt sich in der Praxis nochmals deutlich beeindruckender. Schon vom Start weg liefert die Kombination aus Verbrenner und E-Motor sehr spritzige Fahrleistungen.

Man merkt dabei kaum den Übergang vom rein elektrischen Antrieb auf den HEV-Modus, lediglich eine kleine Anzeige auf der Tachoeinheit verrät, in welchen Modus man gerade unterwegs ist.

Der MG3 Hybrid+ sprintet dabei nicht nur in flotten 8 Sekunden aus dem Stand heraus auf Tempo 100 km/h, er bietet auch beim Zwischensprint ungewohnt viel Kraft.

Vor allem, da er optisch von hinten sehr unscheinbar wirkt, kann man andere Verkehrsteilnehmer immer wieder verblüffen, wenn man nach dem Ortsgebiet mal herzhafte aufs Gaspedal steigt und wie ein Blitz davon zischt.

So werden auch Überholmanöver zum Kinderspiel, und man erfreut sich in jeder Situation über den enormen Fahrspaß, den der MG3 Hybrid+ bietet.



Die 3-Gang-Hybridautomatik leistet dabei überraschend gute Dienste, man hat nie das Gefühl, in einem unnötig hohen Drehzahlbereich unterwegs zu sein.

Überzeugender Verbrauch

Das zeigt sich auch an der Zapfsäule sehr eindrucksvoll, wer den Spaßfaktor nicht zu oft auskostet, wird die vom Werk angegebenen 4,4 Liter auf jeden Fall erreichen.

Wir haben uns bei unserem Test von den sportlichen Genen etwas zu sehr verleiten lassen und sind dennoch auf bemerkenswerte 4,8 Liter pro 100 Kilometern gekommen.

Den Ingenieuren ist auch eine sehr harmonische Abstimmung von Fahrwerk und Federung gelungen, der kleine MG ist trotz seiner kompakten Abmessungen sehr komfortabel.

Etwas Gewöhnung bedarf aber die extrem direkte Lenkung, die jeden Millimeter, den man das Lenkrad bewegt, sofort in die gewählte Richtung steuert. Vor allem bei starkem Seitenwind, wo man geneigt ist etwas gegenzusteuern, findet man sich schnell auf einem Zick-Zack-Kurs ein, bis man die nötige feinfühligke Dosierung intus hat.

Beim Thema Geräuschdämmung zeigt sich der MG3 Hybrid+ der Klasse entsprechend bei Autobahntempo etwas lauter im Innenraum, bis Landstraßentempo bleibt es aber sehr leise. Eine rundum gute Sicherheitsausstattung rundet die positiven Eindrücke weiter ab, man kann sogar noch wählen, ob man den Tempomat adaptiv haben möchte, oder ganz normal, was auch nicht mehr bei allen Herstellern möglich ist.

Auch die nervigen von der EU verordneten Assistenzsysteme wie der Tempowarner können mit nur wenigen Schritten deaktiviert werden, was ebenfalls sehr angenehm ist.

In der Summe der Eigenschaften hat uns der MG3 Hybrid+ auf jeden Fall überzeugt. Er ist ein gut gelungener Neuling im Kleinwagensegment, der nicht nur preislich attraktiv positioniert ist. Der größte Hit ist aber der Antrieb, der nicht nur extrem viel Fahrspaß bietet, sondern auch noch sehr effizient ist.



Fact Box MG3 Hybrid+ Luxury

Preis in Euro	
Testwagenpreis ohne Extras	22.990,00
Testwagenpreis mit Extras	23.640,00
davon Steuern	3.940,00
Technische Daten	
Zylinder	4
Hubraum in ccm	1.490
Leistung PS/KW	102/75
Systemleistung PS/KW	194/143
Getriebe	3 Gang Automatik
Antriebsart	Frontantrieb
Fahrleistung und Verbrauch	
0 – 100 km/h in sek.	8
Höchstgeschwindigkeit in km/h	170
Durchschnittsverbrauch in Liter	4,4
CO2 Ausstoß pro km in Gramm	100
Abmessungen und Gewichte	
Länge in cm	411,3
Breite in cm	179,7
Höhe in cm (inkl. Dachgalerie)	150,2
Radstand in cm	257,0
Kofferraumvolumen in Liter	293 – 983
Tankinhalt in Liter	36
Leergewicht in kg	1.308
Zulässiges Gesamtgewicht in kg	1.766
Max. Zuladung in kg	458



Immer an meiner Seite

**Jetzt
bis zu 3 Monate
geschenkt.***



Werden Sie Mitglied für 2025!

Auto-Mitgliedschaft um € 103,40

oeamtc.at



G.1835_24 | OAMTC-VR 730335108

* Bei Neu-Beitritt für 2025: Mitgliedschaft für Okt, Nov, Dez 2024 geschenkt. Angebot nur gültig bei aufrechter, bezahlter Mitgliedschaft bis 31.12.2025.

Datenschutzinformation „RUNDSCHAU POLIZEI SPORT“

Sehr geehrte Leser und Leserinnen!

Wir, die Polizeisportvereinigung Wien, Wirtschaftsbetriebsgesellschaft mbH, pflegen einen verantwortungsvollen Umgang mit Ihren personenbezogenen Daten und gewährleisten durch technische Maßnahmen in höchstem Maße, dass die Sicherheit Ihrer Daten gewährleistet ist.

Im Sinne der Bestimmungen der DSGVO und des Datenschutzgesetzes dürfen wir Sie darüber in Kenntnis setzen, dass die Redaktion des offiziellen Magazins der Polizeisportvereinigung Wien

aufgrund von Einverständniserklärungen (Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO; z.B. im Rahmen der Beitrittserklärung zur PSV Wien) oder zur Erfüllung eines Vertrages (Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO; z.B. Abonnements oder Werbeeinschaltungen durch Sponsoren) personenbezogene Daten (Namen, Funktionen, Behörden- bzw. Firmenzugehörigkeit, Adressen) zur Erstellung des Adressenverteilers der „RUNDSCHAU POLIZEI SPORT“ verarbeitet. Diese Daten werden ausschließlich zur postalischen Übermittlung der Zeitschrift an individuelle natürliche und juristische Personen gehalten.

Empfänger dieser Daten ist die W & H

MEDIA Druck & Verlag GmbH, 1120 Wien, Wagenseilgasse 5. Sämtliche Informationen zu den Betroffenenrechten nach des DSGVO stellen wir im Impressum auf zur Verfügung. Sollten Sie in Zukunft auf eine Zusendung des Magazins „Rundschau POLIZEI Sport“ verzichten wollen, können Sie uns dies jederzeit bekanntgeben.

(Schriftlich unter: buero@polizeisv-wien.at

Postadresse:

Polizeisportvereinigung Wien,
Wirtschaftsbetriebsgesellschaft mbH,
1120 Wien, Dampfschiffhafen 2).

Die Redaktion

Wenn auch Sie ein Inserat in unserem Magazin schalten und dadurch einen wesentlichen Beitrag zur Erhaltung dieser Dienstsport- und Freizeitanlage leisten möchten, kontaktieren Sie uns bitte entweder unter 01/263 36 66 oder per E-Mail: buero@polizeisv-wien.at.

Der Reinerlös dieser Zeitschrift wird ausschließlich zur Herstellung und Instandhaltung der Dienstsport- und Freizeitanlage verwendet. Diese Anlage dient der Sportausbildung und Fiterhaltung der Polizeibeamten und dem Sportbetrieb unserer Vereinsmitglieder.

IMPRESSUM | PRÄSIDIUM | STÄNDIGE MITARBEITER

Medieninhaber (Verleger), Redaktion, Verwaltung und Anzeigenannahme: Polizeisportvereinigung Wien, Wirtschaftsbetriebsgesellschaft mbH
1120 Wien, Dampfschiffhafen 2, Telefon 263 36 66, Fax 313 10-68009

Geschäftsführer: Christian Ackerl

Gesellschafter: Polizeisportvereinigung Wien zu 100 %, FN106162 X

Redaktionsteam: Mag. Klaus Schachner, Nicole Dabrowska

Hersteller: W & H MEDIA Druck & Verlag GmbH, 1120 Wien, Wagenseilgasse 5, Tel.: +431 269 16 17, www.wh-media.at

Präsident: Mag. Dr. Gerhard Pürstl, Landespolizeipräsident, **Vizepräsident:** Dr. Michael Lepuschitz, Landespolizeivizepräsident, **Vizepräsident:** Mag. Franz Eigner, Landespolizeivizepräsident, **Vizepräsident:** HR Dr. Walter Dillinger, **1. Sportleiter:** Mag. Klaus Schachner, **2. Sportleiter:** Robert Angerer, **Hauptkassier:** Daniel Fürst, **Schriftführerin:** Margit Ackerl

Angerer Robert, Binder Manfred, Ebermann Herbert, Grabner Alexandra, Jira Joachim, Kaipf Georg, Kopinits Reinhard, Kopitsch Michael, Kraus Fritz, Mann Andreas, Pingitzer Günther, Preining Ruth, Reiser-Eckelhart Elisabeth, Schaurhofer Ivan, Trawniczek Thomas, Wachet Robert, Zagler Regina, Ziegler-Benko Walter, MEDIZIN: Brigitte Mramor Ernährung, Margit Zeller Gesundheit, OA Dr. Markus Winnisch Orthopädie, REISEN & MOTOR: Stefan Gruber

Information zur Verarbeitung hinsichtlich Adressenliste Magazin „RUNDSCHAU POLIZEI SPORT“ im Sinne der Art. 13 und 14 der Datenschutzgesetz-Grundverordnung (DSGVO):

Verantwortlicher: Polizeisportvereinigung Wien, Wirtschaftsbetriebsgesellschaft mbH, 1120 Wien, Dampfschiffhafen 2, +43 1 263 36 66, +43 1 313 10-68009; buero@polizeisv-wien.at; www.polizeisv-wien.at. **Zwecke, für welche die personenbezogenen Daten verarbeitet werden:** postalische Versendung des Magazins „Rundschau POLIZEI Sport“.

Rechtsgrundlage der Verarbeitung: Einverständniserklärungen (Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO) im Rahmen der Beitrittserklärung zur PSV Wien; Erfüllung eines Vertrages (Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO) im Rahmen von Abonnements oder Werbeeinschaltungen durch Sponsoren. **Dauer der Speicherung der personenbezogenen Daten:** Beendigung des Abonnements; Erlöschen der Mitgliedschaft zur PSV Wien; Widerruf der Einwilligung. **Empfänger der personenbezogenen Daten:** W & H MEDIA Druck & Verlag GmbH, 1120 Wien, Wagenseilgasse 5, Tel.: +43 1 269 16 17, www.wh-media.at als Auftragsverarbeiter.

Rechte der betroffenen Person: Beschwerderecht bei der Österreichischen Datenschutzbehörde (1080 Wien, Wickenburggasse 8, +43 1 521 52-0, dsb@dsb.gv.at) nach Maßgabe des § 24 Abs. 1 DSG. Die Rechte auf Auskunft, Berichtigung, Löschung, Einschränkung der Verarbeitung oder Widerruf der Einwilligung nach Maßgabe der Art. 15, 16, 17, 18, 20 und 7 Abs. 3 DSGVO.



BESTATTUNG WIEN

Verbundenheit mit der Polizei über den Tod hinaus.

Eigene Themenbegräbnisse ohne Aufpreis für im aktiven Dienst oder in Pension verstorbene Polizist*innen.



Der Tod eines nahestehenden Menschen und auch das eigene Ableben sind ein echtes Tabu. Viele wollen nicht daran denken, wenige darüber sprechen. Dass wir uns aber eines Tages damit auseinandersetzen müssen, steht leider fest.

Abschied nach Ihren Vorstellungen

Die Bestattung Wien ermöglicht Polizist*innen seit einigen Jahren ein eigenes Themenbegräbnis mit Sarg oder Urne

ohne Aufpreis gegenüber einer herkömmlichen Beisetzung. Den Blumenschmuck, die Musikauswahl und die Trauerrede gestalten wir darüber hinaus nach persönlichen Wünschen. Ihr Ansprechpartner ist Roman Ravlik, erreichbar unter 01 501 95 – 28640, josefstadt@bestattungwien.at.

Für ein gutes Gefühl

Eine Bestattungsvorsorge nimmt Ihren Angehörigen eine organisatorische und finanzielle Bürde ab und Sie selbst haben das gute Gefühl, für alles (vor)gesorgt zu haben. Ihre Wünsche rund um Ihren Abschied – unter Bäumen, im klassischen Familiengrab oder zur Trauerfeier – können Sie in flexiblen Bezahlmodellen ab € 19,90 monatlich festhalten. Wenn sich Ihre Lebensumstände ändern, passen Sie einfach Ihre Vorsorge an.

Sparen Sie (mit) 133

Ob Vorsorge, Organisation einer Trauerfeier oder Themenbegräbnis: Polizist*innen im aktiven Dienst oder in Pension erhalten auf alle Services der Bestattung Wien einen einmaligen Rabatt von € 133,- (Betrag wird bei Bestellung abgezogen).

Unsere Kolleg*innen in unseren 16 Kundenservicestellen beraten Sie gerne.

www.bestattungwien.at

GLÜCK IST GRENZENLOS

DEM GLÜCK
EINE CHANCE
GEBEN



österreichische
LOTTERIEN

gantnerundenzi



„Playspossible – Gemeinsam Verantwortung leben“ ist Leitgedanke für alle unsere wirtschaftlichen Aktivitäten. Die gesellschaftliche Verantwortung der Österreichischen Lotterien geht daher weit über den Spielerschutz hinaus. So sind wir der größte und wichtigste Sportsponsor des Landes. Dazu zählen unter anderen unsere Partnerschaften mit der Österreichischen Sporthilfe, dem Österreichischen Olympischen Comité und dem Österreichischen Paralympischen Committee. Seit Gründung der Lotterien vor über 30 Jahren hat sich die Sportförderung auf mehr als 2 Milliarden Euro kumuliert. Ohne unsere Sportförderung wären sowohl dem Spitzen- als auch dem Breitensport viel engere Grenzen gesetzt. Denn damit ermöglichen wir vielen Talenten auf allen Ebenen neue Möglichkeiten und Momente des Glücks.

sponsoring.lotterien.at, playspossible.at