



Austria souverän im Finale

Austria Salzburg gewann die Bezirksmeisterschaft ohne Niederlage

Der Bezirksmeister Salzburg-Stadt heißt SV Austria Salzburg. Die Emich-Truppe stieg damit ohne Niederlage ins Landesfinale auf, das am Samstag in der Sporthalle Alpenstraße ausgetragen wird.

SALZBURG. „Es war eine kompakte Mannschaftsleistung, da will ich keinen hervorheben“, zeigte sich Trainer Didi Emich zufrieden. Einzig die Schiedsrichter bekommen dieses Mal ein Sonderlob: „Bis auf das Spiel gegen den SAK waren die Schiris wirklich gut. Sie haben konsequent die Fouls gepfiffen und damit die Spieler geschützt.“

Die Austria ist jedenfalls einer von drei Westligisten in der Finalrunde. Die Gruppe-B-Gegner heißen Eugendorf, Eugendorf 1b und St. Johann. Die Favoritenrolle spricht Emich dem USK Anif zu. „Es ist zwar immer schön, einen Titel zu holen, aber die Hallen-LM ist uns eigentlich egal.“ Entsprechend

wird auch der Kader für Samstag aussehen. „Die jungen Spieler werden in etwa gleich bleiben, bei den Arrivierten bekommt der eine oder andere vielleicht eine Pause.“ Fix fehlen wird Goalgetter Marco Vujic. „Wir haben ohnehin Probleme bei den Stürmern, da werden wir sicher nichts riskieren.“

Mit Modus unzufrieden

Kritik äußert Emich – wie so viele andere auch – am Modus der Hallen-Landesmeisterschaften. „Ich bin mit dem ganzen Turnierprozedere unzufrieden. Es sollten keine 1b-Mannschaften mitspielen dürfen. Die Vereine aus den höheren Ligen sollten verpflichtend junge Spieler einsetzen müssen. Außerdem gehört die ganze LM in einer Woche abgehandelt“, so Emich. „Der Landesverband sollte den Fokus mehr auf Futsal legen. Es werden immer nur Ausreden gesucht aber keine Lösungen gefunden. Die Verantwortlichen beim SFV sollten sich einmal selbst hinterfragen.“

> HALLEN-LM

Finale Stadt

SG ASK/Polizei SV Salzburg – Austria Salzburg 1:3, ASV Salzburg – Lieferinger SV 2:1, SG ASK/Polizei SV Salzburg – SAK 1914 3:4, Austria Salzburg – Lieferinger SV 5:0, SAK 1914 – ASV Salzburg 3:4, Lieferinger SV – SG ASK/Polizei SV Salzburg 3:1, SAK 1914 – Austria Salzburg 2:4, ASV Salzburg – SG ASK/Polizei SV Salzburg 2:1, Lieferinger SV – SAK 1914 3:4, Austria Salzburg – ASV Salzburg 4:0.

Endstand: 1. Austria 12, 2. ASV 9, 3. SAK 6, 4. LSV 3, 5. ASK/PSV 0.

Bester Torschütze: Stefan Oppermann (SAK) 5.

Motor: Ragginger „abgeschossen“

WALS. Motorsportler Martin Ragginger hat am Wochenende beim 24-Stunden-Rennen in Dubai Höhen und Tiefen erlebt. Der Walser Porsche-Fahrer wurde von einem anderen Piloten nach mehr als acht Stunden Fahrzeit „abgeschossen“. Besonders bitter für Ragginger, denn zu diesem Zeitpunkt war er auf Rang zwei gelegen. „Ich überrundete in einer Linkskurve innen ein anderes Auto. Er reagierte aber falsch und fuhr mir in die Seite. Mit Tempo 150 km/h donnerte ich beim Ausgang der Kurve in die Leitplanke“, so Ragginger. Sein Porsche 911 Cup S erlitt einen Totalschaden, Ragginger blieb zum Glück unverletzt.

Sport & Business

von
Dr. Sebastian Hörl
und
Mag. Frank Schreier

salzburg.red@
bezirksblaetter.com



Berufs-Motivation

Der Arbeitsplatz kann durch Stress und ständig steigende Belastung zum Frustfaktor Nummer eins werden. Oft fordert der Beruf immer mehr – und gibt immer weniger. Das kann bis zum Burnout gehen. Wir präsentieren Ihnen diesmal einige Motivations-Tipps, die Ihnen helfen sollen, im Job weiter durchzustarten:

- Nutzen Sie Sport als Ausgleich. Durch Bewegung wird Stress abgebaut und die Bildung von Glückshormonen gefördert. Mindestens dreimal pro Woche 30 Minuten Ausdauersport sorgt für bessere Stimmung und mehr Energie. Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie die Laufschuhe schnüren, zu den Nordic Walking-Stöcken greifen oder im Fitnesscenter trainieren. Steigern Sie einfach

den Sauerstoffumsatz und Sie werden physisch und psychisch fitter. • Einen riesigen Berg an Arbeit gehen Sie am besten mit der Salamatik an: Gliedern Sie im Geiste umfangreiche Aufgaben in mehrere kleine Arbeitsschritte. So erscheinen sie als leichter zu bewältigen, außerdem ist jeder Teilschritt schon ein kleiner Erfolg.

• Seien Sie zufrieden mit Ihrer Arbeit. Wenn Sie mit einer Aufgabe fertig sind, betrachten Sie Ihr Ergebnis, und loben Sie sich im Geiste selbst dafür. Kurz gesagt: Was immer Sie tun, tun Sie es gut!

• Wie kommen Sie eigentlich zur Arbeit? Einer Umfrage zufolge sind Fahrten zur Hauptverkehrszeit nach Job und Finanzen der drittgrößte Stressfaktor. Berufspendler haben dabei teilweise sogar einen höheren Stresspegel als Kampfpiloten im Einsatz. Nutzen Sie die Zeit des Arbeitswegs für sich, mit einem Hörbuch und Ihrer Lieblingsmusik im Auto oder einer Zeitschrift im Zug. Werbung unterstützt von:

Werbung unterstützt von:

vita club

www.vitaclub.at



Heli Rottensteiner (l.), Co-Trainer bei der Austria, legte im Bezirksfinale selbst Fuß an.

Foto: Andosch