

Windischgarsten, am 01.12.2023

NEWSLETTER 2023.02

BERICHT

Markus GATTINGER (Direktor)

Es ist schon lange her, dass mit Beginn des Winterstundenplans auch der Winter wirklich in Oberösterreich startete. Umso mehr freuen uns die tief winterlichen Berge in unserem Bundesland. Schon am 01.12. konnten wir mit einem Skitag in Hinterstoder starten und auch unsere Biathlet*innen laufen seit Ende November auf den Loipen in der Innerrosenau. Hier gilt ein großes Danke an die vielen helfenden Hände, die diesen frühen Saisonstart ermöglichten. Denn Schnee alleine ist noch keine Garantie für fertige Loipen oder Pisten.

Der Herbst stellte uns in der Planung und auch in der Umsetzung wieder vor große Herausforderungen. Jedoch konnten wir gemeinsam, nach der Absage von zwei Trainingskursen, doch noch eine gute Vorbereitung auf den Gletschern, bzw. auch schon im Ennstal und auf der Loipe in Obertilliach absolvieren.

Das flexible System an der Skimittelschule, die Bereitschaft im Team den Dienstplan kurzfristig anzupassen und auch das Team im Internat unterstützte unsere Entscheidungen bzgl. der Trainingsplanung zu hundert Prozent.



Kronen Zeitung
So., 03.12.2023 -1°C Wien

SKI-OPENING IN OÖ

Schlechtes Wetter führt zu guter Stimmung

Oberösterreich | 01.12.2023 19:00



Der Skinachwuchs war schon auf der Piste. (Bild: Markus Wenzel)

Das Skigebiet Hinterstoder öffnete gestern die Pforten: Vereine, die Kinder der Skihauptschule vor Ort sowie zahlreiche Saisonkartenbesitzer kamen trotz des Regens. Und auch die „Krone“ kam zu einem Lokalausgleich in das beliebte Skigebiet, das heuer als erstes aufsperrte.

Der Dezember wird jetzt intensiv für die sportartspezifische Ausbildung genutzt. Mit der Umstellung mit 03.12. auf den Winterstundenplan und der Entscheidung bis Weihnachten in jeder Woche noch einen zusätzlichen „Schneetag“ einzubauen, wird die Trainingszeit erhöht und so versucht, die verlorenen Trainingseinheiten vom Oktober jetzt (kostengünstig in der Heimat) zu kompensieren.

Diese Schwerpunktsetzung ist auch deswegen möglich, weil die Tage der nicht durchgeführten Trainingskurse intensiv für die schulische Ausbildung genutzt wurden.

[Ski-Opening in OÖ - Schlechtes Wetter führt zu guter Stimmung | krone.at](https://www.krone.at)

In den letzten Wochen wurde von unserer Schüler*innen-Redaktion auch die Werbetrommel für die Schule intensiv getrommelt. Mit Unterstützung von Anna Leithinger wurden Berichte für SocialMedia, unsere Homepage und auch die Printmedien verfasst.



Politik ▾ Wirtschaft ▾ Chronik ▾ Kultur / Medien ▾ Sport ▾ Magazin ▾ M

SPORT

„Schule“ neben den Stars aus dem Ski-Weltcup

Online seit: 10. November 2023



© SKI-MS Windischgarsten

Ebenso wurde am 15.11. eine regionale Informationsveranstaltung für Interessierte angeboten. Auch der Bürgermeister von Windischgarsten Bernhard Rieser und die neue Geschäftsführerin des Tourismusverbandes Pyhrn-Priel Corinna Polz waren anwesend und begeistert von den Einblicken in „die Skimittelschule“.

Neben den von Laura Hochreither betreuten Biathlon-Schnuppertrainings in den Volksschulen absolvierten auch heuer wieder zahlreiche interessierte Kids (unter der Führung von Harald Blehrmühlhuber) exklusive Einzeleinheiten auf der Indoorskipiste. Rund 20 Anmeldungen für den Tag der offenen Tür stimmen uns positiv.

[„Schule“ neben den Stars aus dem Ski-Weltcup \(volksblatt.at\)](https://www.volksblatt.at)



Tips
total regional.

Spitzenschule
Tips sucht die engagierteste Schule

In Kooperation mit:
SPARKASSE OÖ
LANDESRÄTIN FÜR BILDUNG
Tierschutz oö
Klimaschutz oö

Auch dieses Jahr sucht Tips gemeinsam mit der Sparkasse OÖ und dem Land OÖ wieder die engagiertesten Schulen Oberösterreichs. Alle Schulen Oberösterreichs können ihre Projekte, Aktionstage, Initiativen in den Kategorien Bewegung in der Schule, Tierschutz, Klima & Umwelt und Umgang mit Geld einreichen und bis zu EUR 1.000,- gewinnen.

Die Skimittelschule hat mit der Indoorpiste heuer auch ein Projekt eingereicht.

ABSTIMMEN: Von 22. November bis 8. Jänner 2024 (12.00 Uhr) im Rahmen des Publikums-Votings das Lieblingsprojekt aus den vier Projektkategorien wählen und fleißig Stimmen abgeben. Die Einreichung mit den meisten Stimmen wird mit einer exklusiven Kinovorstellung bei Star Movie inkl. Kino-Backstageführung für 30 Personen belohnt.

Möglichkeiten zur Stimmabgabe: Originalstimmzettel aus den Tips, online auf www.tips.at/spitzenschule. Um die Spannung aufrecht zu erhalten werden ab 29. Dezember die Stimmen ausgeblendet

FINALE: Eine Jury prämiert in den vier Projektkategorien Bewegung in der Schule, Tierschutz, Klima & Umwelt sowie Umgang mit Geld die diesjährigen Preisträger. Bei der Abschlussveranstaltung findet dann die Bekanntgabe der jeweiligen Categoriesieger statt. Alle Details zur Abschlussveranstaltung erhalten die betroffenen Projektgruppen nach Votingschluss auf die angegebene E-Mail Adresse.

Bitte noch fleißig voten für die Skimittelschule. Aktuell haben wir noch viel Luft nach oben bei den Stimmen!

Die Präsenz in den regionalen Medien ist einerseits wichtig, auch einheimische Kinder für die Skimittelschule zu interessieren, aber auch ein positiver Eindruck in der Bevölkerung ist für die Schule wichtig.

Wir sind fit für den Winter - Erste Winterkurse erfolgreich absolviert



Trainieren neben Weltcupstars wie Kilde.

Ende Oktober hatte das lange Warten auf Schnee ein Ende und die Schülerinnen und Schüler der Ski Mittelschule konnten ihre ersten Schwünge im Schnee machen. Der erste Winterkurs führte die alpinen SchülerInnen in den Weltcuport Sölden und die BiathletInnen in die Ramsau. Am Stundenplan stand bei den SkifahrerInnen vor allem Techniktraining und bei den BiathletInnen Ausdauer und Schießtraining. Die Alpinen durften in Sölden Weltcupstars wie Aleksander Aamodt Kilde, Vinzenz Kriechmayr und Marco Schwarz über die Schulter blicken – ein unvergessliches Erlebnis!



BiathletInnen beim Training in der Ramsau.

Frau Holle meinte es gut mit uns – gleich zwei Wochen später starteten die SchülerInnen mit ihren TrainerInnen in den zweiten Winterkurs nach Stubai und nach Lohnsburg. Bei Kaiserwetter und besten Pistenbedingungen trainierten die Alpinen ihre Technik. Die BiathletInnen konzentrierten sich auf Ausdauertraining.

Seit Mitte November blicken wir gespannt auf die heimischen Pisten. Sobald es die Schneelage zulässt, werden wir unsere Ski zu Hause anschnallen und auf den Pisten der Höss und den Loipen in der Innerrosenau trainieren. Denn nach den ersten Kursen ist klar – unsere Akkus sind voll und die Motivation ist größer denn je! So kann der Winter weitergehen!

Du möchtest nächstes Jahr mit uns trainieren? Dann komm zum **Tag der offenen Tür** am **Freitag, den 26. Januar 2024**. Wir freuen uns auf dich! Anna Leithinger

[Wiku Ausgabe 504 \(wiku-online.at\)](http://wiku-online.at)

Der Winter kann kommen! Ski Mittelschule (MS) ist erfolgreich ins neue Schuljahr gestartet



Die Schülerinnen und Schüler der ersten Klasse bei den Kennenlerntagen. © Ski Mittelschule



Vom ersten Schultag weg sind alle topmotiviert!
© Ski Mittelschule

Am 11. September fiel für 52 Schülerinnen und Schüler der Ski-Mittelschule der Startschuss für das neue Schuljahr. Neben Unterricht in den klassischen Schulfächern, stehen ab der ersten Klasse jede Woche bis zu zwölf Sporteinheiten auf dem Stundenplan.

Sportlich gesehen startete das Schuljahr in der SkiMS bereits in den Sommermonaten. „Auch heuer haben wir für alle Schülerinnen in den Ferien wieder Trainingscamps angeboten. Für die Alpen bietet die Indoorpiste in Kombination mit dem Landesnachwuchszentrum zahlreiche Trainingsmöglichkeiten. Die BiathletInnen legten einige Kilometer auf der Rollerstrecke zurück und trainierten intensiv am Schießstand.“, erzählt Markus Gattinger, Direktor der SkiMS.

Gemeinsamer Start in die erste Klasse

Für die ErstklässlerInnen fanden in der letzten Ferienwoche sogenannte Kennenlerntage statt. „Hier steht der Spaß im Vordergrund und natürlich auch das Kennenlernen ihrer KlassenkollegInnen, TrainerInnen und des Internats.“, so Gattinger. Um die neuen SchulkollegInnen zu Beginn bestens zu begleiten, erhalten alle Erstklässler darüber hinaus einen sogenannten „Buddy“. „Das sind SchülerInnen aus der dritten oder der vierten Klasse, die unsere Neuankömmlinge im ersten Jahr begleiten und für sie da sind.“, erklärt der Schulleiter.

Top Ausbildung in der Region

In 45 Wochenstunden erhalten die Schülerinnen und Schüler sowohl schulisch als auch sportlich eine sehr gute Ausbildung. „Wir haben ein sehr hohes schulisches Niveau, sodass unsere AbsolventInnen nach der vierten Klasse in eine höhere Schule weitergehen oder eine anspruchsvolle Lehre beginnen können. Darüber hinaus können wir, dank der kleinen Klassenstruktur, intensiv auf jedes einzelne Kind eingehen und ihn oder sie gezielt fördern. Die sportliche Ausbildung ist breit aufgestellt und reicht von Koordination, Gleichgewicht bis hin zu Reaktion und Stabilität. Neben den Erfolgen im Winter zeigen einige unserer SchülerInnen aktuell auch international und national im Judo, Straßenrad, MTB-Downhill und auch Fußball starke Leistungen. Die qualitative körperliche Basisausbildung eröffnet viele Möglichkeiten.“, erklärt Gattinger.

Als Nationalpark Partnerschule bietet die SkiMS jährlich auch Projektstage, bei denen der klassische Unterricht aufgelöst wird und gemeinsames Entdecken im Vordergrund steht. Zusätzlich können die SchülerInnen bei einer Schülerredaktion mitarbeiten und so erste Erfahrungen im Umgang mit Medien sammeln. Seien Sie gespannt auf diese Berichte!

Informationsabend für Eltern

Am **Mittwoch, 15. November** bietet die SkiMS einen unverbindlichen **Informationsabend** für interessierte Eltern. Des Weiteren findet am **Freitag, 26. Januar 2024** der **Tag der offenen Tür** statt. Alle InteressentInnen, die sich bis Ende Oktober für den Tag der offenen Tür anmelden, bekommen eine gratis Trainingsstunde am Indoor-Skiteppich oder eine Trainingseinheit mit den BiathletInnen.

Nähere Infos finden Sie unter www.ski-mittelschule.at oder schreiben Sie uns unter s409102@schule-ooe.at.

Anna Leithinger

[Wiku Ausgabe 503 \(wiku-online.at\)](http://wiku-online.at)

In den nächsten Wochen stehen neben dem intensiven Trainingseinheiten auch noch wichtige schulische und sportliche Termine an:

- 07.12.2023 Elternsprechtage mit Kinder-Eltern-Lehrer*in Gesprächen (KEL)
Im Rahmen der KEL-Gespräche werden heuer im sportlichen Bereich die Zielsetzung der Schülerinnen und Schüler mit den Eltern und Trainer*innen besprochen.
- 07.12.2023 Feedbackgespräche für die Schülerinnen und Schüler der 4. Klasse im Rahmen der Kompetenzanalyse der WKO. Diese wird jährlich von der Wirtschaftskammer kostenlos angeboten.
- 16.12.2023 Saisonauftakt Alpin Schüler*innen mit Riesentorlauf und Technikbewerb in Hinterstoder.
- 19.-20.12.23 Österreichische Mannschaftsvergleichsrennen der Skimittelschulen in Schladming. Die SkiMS Windischgarsten wird mit sechs Mädchen und sechs Burschen die anderen Skimittelschulen in Slalom und Riesentorlauf fordern.
- 29.12.2023 Biathlon Alpencup in Saalfelden

Am 22.12. verabschieden wir uns in die Weihnachtsfeiertage. Weihnachtsferien ist an der Skimittelschule nicht der richtige Begriff, werden sowohl die Biathlet*innen wie auch die Alpinen in den Tagen um den Jahreswechsel fleißig weitertrainieren. Nur schulisch gibt es ausreichend Zeit zum Durchschnaufen.

Sport an sich, aber ins Besondere in unserem Fall der Wintersport stärkt das Selbstvertrauen und fördert die Persönlichkeitsentwicklung unserer Schülerinnen und Schüler. Das Lernen neuer Fähigkeiten und die Überwindung von Herausforderungen auf dem Berg oder in der Loipe verbessern das Selbstbewusstsein und bieten sicherlich auch einzigartige Adrenalinkicks und Nervenkitzel.

Neben dem Lernen, sowohl in der Schule wie auch auf der Piste und in der Loipe, soll die Zeit in der Skimittelschule ein unvergessliches Erlebnis sein und viele positive Erinnerungen in den Köpfen der Kinder (und auch Eltern) bleiben.

BERICHT SCHÜLER*INNEN-REDAKTION

Sophie Hülsmann, Magdalena Mayrhauser, Anja Biermeier, Alisa Gierlinger (Kreativteam der SR)

Liebe Eltern,

Nach dem erfolgreichen Start der Schüler*innen-Redaktion im Vorjahr, wird ein „buntes Team“ aller Skiklassen das Projekt im Schuljahr 2023.24 vorführen und weiterentwickeln.

Damit möchten wir euch und allen interessierten Kindern, Jugendlichen und Eltern die Ski- MS aus der Sicht von uns Schülerinnen und Schülern näher zeigen. Unsere Redaktion besteht aus drei verschiedenen Themenbereichen:

- Das Kreativteam kümmert sich gemeinsam mit den Lehrerinnen um den Schaukasten und unsere Social Media Kanäle, wie z.B.: Facebook und Instagram.
- Die Textredaktion schreibt Texte für die Homepage aber auch für Zeitungen in der Umgebung, wie zum Beispiel den WIKU, die Gemeindezeitung, die Bezirksrundschau oder den Extrablick.
- Die Fotografinnen und Fotografen liefern uns großartige Einblicke in unseren Alltag.

In den drei Teams arbeiten Schüler*innen aus allen vier Klassen mit. Begleitet und unterstützt werden wir bei unseren Artikeln und Beiträgen von Frau Eckerstorfer und Frau Leithinger.

Im Anhang findet ihr schon ein erstes Ergebnis aus dem Kreativteam – viel Spaß beim Anschauen! Ihr würdet gerne mehr von uns sehen? Dann folgt uns auf Instagram und Facebook!

BERICHT

Eugen HEIM (KV 1. s)

Die neun Schüler der ersten Klasse der SkiMS Windischgarsten haben erfolgreich das erste Jahresdrittel absolviert. Die Freundschaften haben sich vertieft, manche Revierkämpfe gelegt und die Klassengemeinschaft hat eine schöne Form angenommen.

Die schulischen Anstrengungen wurden in den ersten zwölf Wochen von allen gut gemeistert und erste Tests und Schularbeiten durchgeführt. Das

selbstständige Lernen stellt für manche noch eine Herausforderung dar, aber in Partner- bzw. Gruppenkonstellation oder in Förder- und Hausübungsstunden lernen die Schüler, sich gegenseitig zu unterstützen.

Wenn nun von Anfang Dezember bis Ende März viel Unterrichtszeit auf den Skipisten verbracht werden wird, haben die Erstklassler erneut Gelegenheit, sich auf neue und herausfordernde Lern- und Trainingsbedingungen einzustellen und im Einklang mit Eltern, Trainern und Lehrern die richtige Balance zwischen Belastung und Regeneration zu finden.

Wir freuen uns auf einen erfolgreichen Ski- und Biathlonwinter!



BERICHT

Martin DAMIANITSCH (KV 2. s)

Da die ersten zwei Schneekurse in diesem Schuljahr entfielen, war dadurch etwas mehr Lernen in der Klasse angesagt. Dies hatte den Vorteil, dass sich die Kinder nach den Sommerferien ganz gut an den Schulalltag wieder eingewöhnen konnten und es ließ auch einen Spielraum zu, Lerninhalte etwas langsamer zu vermitteln.



Für die nächsten Wochen bis Weihnachten stehen jetzt die ersten Schularbeiten (Mathematik und Deutsch) vor der Tür sowie auch mehrere Leistungsfeststellungen in diversen Fächern. In Kombination mit den ab jetzt anlaufenden und abgeänderten Winterstundenplan werden die Kinder bis Weihnachten mit dem Lernen noch einmal sehr herausgefordert. Jedoch bin ich zuversichtlich, dass dies bei allen gut gelingen wird.

Ab kommenden Dienstag gibt es auf Wunsch der Klasse eine neue Sitzordnung. Die Kinder haben sich alle im Plenum auf eine Sitzordnung geeinigt und somit ihre individuellen Bedürfnisse (Sitznachbar und Platz) gut einbauen können.

Der Klassenadventskalender ist mit Süßigkeiten befüllt und ich wünsche hiermit allen eine besinnliche Adventzeit!

BERICHT

Marlene ECKERSTORFER (KV 3. s)

Vom schulischen Standpunkt aus, kann berichtet werden, dass die Zeit während des Herbststundenplans lernintensiv erlebt wurde – sowohl seitens der Schüler*innen als auch des Lehrpersonals.



Einerseits positiv, da die entfallenen Schneekurse für das Vorankommen in den einzelnen Lernbereichen genutzt werden konnte. Andererseits natürlich auch arbeitsintensiver, was das Vorankommen im Lehrplan betrifft, weil die geplanten Stunden auf der Piste dann doch im Klassenzimmer stattgefunden haben.

Nicht desto trotz sind wir sehr gut ins Schuljahr gestartet und absolvieren nun den ersten Part der Schularbeiten, bis es dann in den bereits ersehnten Winterstundenplan wechselt. Die Schüler*innen freuen sich schon sehr auf die regelmäßigen Vormittags-Trainingseinheiten.

Die Adaptierung des Stundenplans, die erforderlich sein wird, um die fehlenden Stunden auf Schnee kompensieren zu können, werden eine erneute Herausforderung darstellen, die wir bewältigen werden müssen. Erforderlich ist hierfür Flexibilität des Lehrer- und Trainerteams, sowie der Schüler*innen und den Familien. Diesbezüglich sind wir aber froh, dass es immer wieder möglich ist, in guter Zusammenarbeit passende Lösungen zu finden.

BERICHT

Karl LAUBER (KV 4. s)

Da die Gletscherkurse zu Beginn des Schuljahres aufgrund der Schneelage nicht abgehalten werden konnten, wurde die Zeit schulisch intensiv genutzt. Speziell die Schüler der 4. Klasse profitierten davon, weil das Halbjahreszeugnis bei den weiterführenden Schulen bzw. den Lehrstellen vorgelegt werden muss.

Einige Schüler nutzten bereits die „Tage der offenen Tür“ in weiterführenden Schulen, um sich zu informieren und ein Bild zu machen.



Im November fanden außerdem die IKM-Testungen in den Hauptgegenständen statt, auf deren Auswertung wir schon gespannt warten.

Die 4. Klasse ist am Montag und Freitag für die Zubereitung und den Verkauf der „gesunden Jause“ verantwortlich. Dabei wird sie tatkräftig von den Eltern unterstützt. Auch im BU-Unterricht wurde ein Schwerpunkt zum Thema gesunde Ernährung gesetzt.

Aufgrund der intensiven schulischen Zeit freuen sich schon alle auf die sportlichen Aktivitäten in einem hoffentlich schneereichen Winter.

BERICHT

Harald BLEHRMÜHLHUBER (Trainer Alpin 1. s)

Rückblick auf die skispezifische Vorbereitung im Herbst: In diesem Jahr begann die Vorbereitung aufgrund der schwierigen Schnee- und Pistenbedingungen erst am 22. Oktober. Unser Leitfaden bestand aus dem entwickelten SkiMS-Kompetenzraster und dem Rennlauf-Entwicklungsplan von Ski Austria. Mir liegt es sehr am Herzen, den Athleten*innen während des regelmäßigen Skitrainings Freude, Spaß und Ehrgeiz zu vermitteln!



Insgesamt absolvierten wir neun Skitrainingstage in Sölden, Stubai sowie schon auf Kunstschnee auf der Planai und Reiteralm im steirischen Ennstal. Der Fokus lag dabei zu 100 % auf dem freien Skifahren, um skitechnische Grundlagen zu entwickeln und zu stabilisieren. Die Kids konnten auch erste Bewegungserfahrungen in Wellen, bei Sprüngen und beim Gleiten sammeln.

Als perfektes Vorbereitungs- und Ergänzungstraining zum klassischen Schneetraining wurden zusätzlich zehn Trainingseinheiten auf unserem exklusiven „Zauber-Skiteppich“ in Windischgarsten durchgeführt! Begleitendes Konditionstraining sowie erste Videoanalysen waren fixer Bestandteil der Kursprogramme.

Auch im Bereich der Materialkunde wurden die Kinder geschult: von Wachsvorbereitungen über das Wachsen bis hin zum Reinigen der Seitenwangen und dem Abziehen des Wachses.

Nun freuen wir uns darauf, endlich die ersten Kurven in unseren heimischen Gefilden in Hinterstoder und Wurzeralm ziehen zu können. Als nächstes steht die Entwicklung der RS-Renntechnik auf dem Programm.

BERICHT

Patrizia PRETSCHUH (Trainerin Alpin K2)

Nach einem knackigen Konditionsblock im Herbst, starteten wir mit etwas Verspätung am 23. Oktober mit dem ersten Gletscherkurs. Auch wenn unsere Kinder erst jetzt den ersten Schneekontakt hatten, war es trotzdem ein nahezu perfekter Trainingskurs. Das Ziel an der Grundtechnik zu arbeiten konnte sehr gut umgesetzt werden. Noch dazu konnten unsere Kids die Weltcup Stars hautnah erleben, denn diese trainierten für den Weltcup Auftakt nebenan.



Der zweite Gletscherkurs fand im Stubaital statt. Auch hier fanden wir tolle Wetter- und Schneeverhältnisse vor. Der krönende Abschluss der Herbstvorbereitung fand für unsere Kinder schließlich in der Schladminger Gegend statt. Alpines Fahrverhalten - war der Schwerpunkt des ersten Tages, das bei der ein oder anderen Fahrt geschult wurde. Die nächsten beiden Trainingstage verbrachten wir auf der Reiteralm, wo wir sehr gute Schneebedingungen vorfanden. Wichtig für uns Trainer war, den Kindern nochmal die richtige Materialkunde näher zu bringen und beim Skiwachsen ein genaues Auge darauf zu werfen. Auch eine Videoanalyse der Kinder stand am Programm, um den Start in den Winter zu erleichtern.

Zum Abschluss der Herbstsaison fand in der Schule noch der Sportmotorik Test statt, wo alle Kinder sehr gute Leistungen zeigten! Nun sind wir seit 01. Dezember in Hinterstoder auf der Piste und freuen uns mit dem Riesentorlauf Aufbau nächste Woche starten zu können.



BERICHT

Mario GARSTENAUER (Trainer Alpin S1)

Nach langen sommerlichen Verhältnissen mussten wir in der ersten Trainingsperiode unserer Saisonvorbereitung die ersten beiden Gletscherkurse unserer Planung streichen.



Der Start auf den Pisten erfolgte daher relativ spät – erst Ende Oktober konnten wir das erste Training am Söldener Gletscher absolvieren. Aus den mäßigen Verhältnissen der Pisten und der vorhandenen Trainingsmöglichkeiten versuchten wir, das Beste rauszuholen und starteten wie gewohnt mit der grundtechnischen Ausbildung für die Athletinnen und Athleten. Auf den beiden folgenden Kursen konnten wir wieder auf unser gewohntes Terrain im Stubaital zurückgreifen. Dort trainierten wir bei besser werdenden Bedingungen vorwiegend Riesenslalom, wobei sich der vorangegangene Grundtechnikerwerb als vorteilig erwies und bereits gute Verbesserungen bei den Kindern zu erkennen waren.

Nach den sehr rasch eintretenden Winterverhältnissen ist es zum Glück möglich, das Training nun ohne Komplikationen in unseren heimischen Gebieten fortzusetzen und uns dort seit 1. Dezember bei besten Verhältnissen auf die ersten Rennen vorzubereiten. Wir lieben die heimische Natur, ihre Berge und die besonders freundlichen Menschen, die uns mit offenen Armen in Hinterstoder beim täglichen Training willkommen heißen.

BERICHT

Peter FLAUTNER und Dominik FUXJÄGER (Trainer Alpin S2)

Mit Ende Oktober starteten wir vom 23.-15.10.2023 die skispezifische Vorbereitung in Sölden. Dabei konnte sehr gut an den grundtechnischen Fähigkeiten gearbeitet werden. Ein Highlight für die Kids waren die vielen Weltcupstars, welche sich für ihren ersten Einsatz vorbereiteten. Vom 8.-10.11.2023 ging es bei



bestem Wetter im Stubaital mit der stangengebundenen Vorbereitung in der Disziplin Riesentorlauf weiter. Die Entwicklung der Athletinnen und Athleten war dabei durchaus entsprechend. Die letzten Gletschertage vom 22.-24.11.2023 waren von schwierigen Witterungsbedingungen gezeichnet. Die Inhalte wurden entsprechend angepasst und somit konnten die Kids aus geplanten 3 Tagen 2 sehr wertvolle Trainingstage mitnehmen. Der 3. Tag viel leider dem Sturm zum Opfer.

Nach dem Saisonstart in Hinterstoder ist die Vorfreude auf die weiteren Trainingseinheiten auf der Höss sehr groß.

BERICHT

Laura HOCHREITHER und Marcus MICHELAK (Trainerin und Trainer Biathlon)

Seit Mitte Oktober liegt beim Training das Hauptaugenmerk auf die sportartspezifischen Inhalte. Auch heuer haben dafür die Trainingskurse wieder gute Trainingsmöglichkeiten geboten. Die langen und abwechslungsreichen Skirollerstrecken in der Ramsau und in Lohnsburg wurden für die Ausdauerseinheiten, Techniktrainings, sowie die schnellen Trainings und Testwettkämpfe perfekt ausgenützt.

Ein besonderer Fokus wurde auf das Trockentraining mit dem Luftgewehr gelegt, das neben den Schießen auf die Klappscheiben besonders effektiv für die Technikverbesserung und den Ablauf ist. Hier können deutliche individuelle Verbesserungen beobachtet werden. Wichtig für die kommende Wettkampfsaison ist, dass die Schüler:innen auch selbstständig das Trockentraining regelmäßig machen.





Den erste Schneekurs Ende November in Obertilliach wurde zum Gewöhnen an die Langlaufski und für individuelle Technikverbesserung genützt.

Die Kurse bieten neben den optimalen Trainingsmöglichkeiten auch immer die Möglichkeit für gemeinsame Erlebnisse mit viel Spaß als Team.

Allgemein sind eine große Motivation und ein guter Zusammenhalt in der gesamten Gruppe spürbar, was sich natürlich positiv auf die Trainings und die individuelle Leistungssteigerung auswirkt.

Besonderes Highlight Ende November war der frühe Trainingsstart auf der Heimanlage in der Innerrosenau. Danke an die fleißigen Hände die uns dieses Privileg auch heuer wieder ermöglichen.