



54 Stichfeste Argumente

Was Manager und Fechter
gemeinsam haben



58 Retro-Running

Rückwärtslaufen ist ein idealer
Ausgleich fürs Vorwärtslaufen

PRAKTISCHE Gepäcksträger

Lama-Trekking in Kärnten



Im Gailtal leben Rosanna und Johann Kanzian. Das Ehepaar besitzt ganz besondere Haustiere, nämlich Lamas. Diese exotischen Tiere können für Lama-Trekking-Touren gemietet werden. Angeboten werden Ausflüge die zwischen zwei Stunden und zwei Tagen dauern. Dem Wandern ohne Last steht somit nichts mehr im Wege. Die Tiere nehmen eine Last bis zu 20 kg ab. Bei jeder Tour ist ein geprüfter Wanderführer mit von der Partie.
Info: www.lamatrekking.at

INDOOR-Challenge

Wetrennen der Ruderergometer

Winter bedeutet automatisch Hochsaison für Hallensportgeräte. So ist Ende Jänner gerade die 17. Österreichische Indoor-Rudermeisterschaft zu Ende gegangen.

Seit 25 Jahren gibt es im Rudern am Ergometer sogar Weltmeisterschaften, die jährlich in Boston (USA) ausgetragen werden. Heuer steigt die Ruderergometer-

WM am 25. 2. Neben den aktiven Spitzenathleten können auch Kinder, Jugendliche und Senioren teilnehmen.

Info: www.crash-b.org



MIT HERZ und Köpfchen

Ausbildung zum Shiatsu-Praktiker



Die Naikido-Shiatsu Schule ist Mitglied im Österreichischen Dachverband für Shiatsu (ÖDS) und bietet eine staatlich anerkannte Ausbildung zum diplomierten Shiatsu-Praktiker an. Die Ausbildungsdauer umfasst den Zeitraum von mindestens drei Jahren. Die Zeiten der Ausbildung sind so gelegt, dass es möglich ist, diese neben einem 40-Stunden-Job zu absolvieren. Der nächste Einstieg ist im Frühling möglich. Info: www.naikido.at

NACH dem Sport

Entspannende und wohltuende Lotion

Die Kumari Heat Rub Lotion gehört in jede Sporttasche. Sie dient der effizienten Wärmebehandlung verspannter Muskeln und schmerzender Gelenke. Diese Lotion besteht aus 67 % unverdünntem Aloe Vera Gel in Kombination mit durchblutungsfördernden Wirkstoffen, wie etwa Menthol. Die 120 ml Tube kostet € 24,-. Info: www.kumari.biz



Aktuell

MEHR GELD für den Sport

77 Millionen pro Jahr

2006 steigt die Bundessportförderung weiter an. 2005 erhielt der österreichischen Sport € 67 Mio., heuer kommen 10 Mio. hinzu. Hauptgewinner sind die Fachverbände, die bis zu doppelt so viel ausgezahlt bekommen wie bisher. Damit das Geld nicht im Gießkannenprinzip verprasst wird, sollen in Zukunft zwei Drittel aller Zuschüsse ausschließlich zweckdienlich vergeben werden. 2008 soll es wegen der Fußball-EM sogar eine zusätzliche Sonderförderung von € 21. Mio. geben.

