



## Salzburger Skating-Nacht zum gemeinsamen Rollen

Der Unterschied zwischen dem traditionellen Rollschuh und dem modernen Inline-Skate ist, dass beim Inliner die Rollen in einer Reihe angeordnet sind, man also ähnlich wie beim Eislaufen das Gleichgewicht finden muss. Wer die richtige Technik gefunden hat, der wird das Gefühl des Über-den-Boden-Gleitens kaum mehr missen wollen. Der UNION Inline-Skating-Club Salzburg hat sich dieser Fun-Sportart verschrieben. Für jene, die Inline-Skaten nicht als Profisport ausüben, liegt der Reiz vor allem darin, dass durch das Rollen auf den Inline-Skates ziemlich jeder Muskel trainiert wird, und das auch noch auf gelenkschonende Art und Weise. Die Sportart eignet sich für alle Altersgruppen, und mit den richtigen Schützern an Knien, Ellenbogen und einem Schutzhelm hält sich auch die Verletzungsgefahr in Grenzen.

Der UNION Inline-Skating-Club hat seit 2004 auch noch ein

besonderes Gustostückerl für alle Inline-Skate-Fans, die Skate Night Salzburg. „Der nächste Termin für das Rollen in der



Das Balancieren auf Inlineskates macht auch in jungen Jahren Spaß.

Foto: Neumayr

Night Salzburg. „Der nächste Termin für das Rollen in der Nacht ist am Samstag, dem 18. Juli. Los geht's um 20 Uhr im Volksgarten in Salzburg, von wo eine Strecke von 15 Kilometern, im Salzburger Stadtgebiet zurückgelegt wird“, informiert Bernd Frey, GF der SPORTUNION Salzburg. Wer sich nicht sicher ist, ob er sich diese Strecke zutrauen kann, der ist herzlich eingeladen, am Freitag um 18 Uhr bei der Salzburg Arena bei einem Schnuppertraining mitzumachen. Mehr Informationen zum Verein oder zur „Skate Night Salzburg“ finden Sie auf [www.iscs.at](http://www.iscs.at)

### Ratgeber

UNIV.-PROF.  
DR. DR.  
NIEBAUER



Passend zur Jahreszeit sehen wir wieder vermehrt Inlineskater. Dabei kann man durch konsequentes Tragen der empfohlenen Protektoren Verletzungen von Knie, Hand- und Ellenbogengelenken vorbeugen und so diesen dynamischen Sport sicher und gesund ausüben. Beim Inlineskaten wird die Balance, Koordination, Ausdauer und Kraftausdauer trainiert. Wer noch mehr für die Oberkörpermuskulatur tun möchte, kann – ähnlich wie beim Skaten mit Langlaufskiern – mit Stöcken trainieren. Veranstaltungen für Hobby-sportler bieten ein Trainingsziel und die Möglichkeit, sich einmal auf seiner Lieblingsdistanz zu testen. Es ist immer ein Erlebnis bei einer Veranstaltung mit Gleichgesinnten in wunderschöner Landschaft dahinzugleiten.

SALK-SPORTMED

## System spielte gegen Hallein KC Salzburg nun Landesligist

Denkbar unglücklich verpasste der KSK Hallein am vergangenen Wochenende in Steyr den Aufstieg in die 1. Kegel-Bundes-

liga. Als Mannschaft mit dem drittbesten Gesamtkegelergebnis verwies das komplizierte Punktesystem die Tennengauer auf

Rang vier. Am Ende fehlten ein halber Mannschaftspunkt auf Mürzzuschlag und ein Mannschaftspunkt auf den Zweiten Voith St. Pölten II.

Der KSK hielt auch ohne den verletzten Holger Gneist von Beginn an mit. Vor allem Gneist-Ersatz Michael Schöpfer bot mit 593 Kegeln eine super Leistung. Die Entscheidung fiel schließlich erst auf der letzten Bahn, und da fehlte dem KSK eben das Quantchen Glück.

In der Relegation für den Verbleib bzw. den Aufstieg in die 2. Bundesliga West waren Landesliga-Meister Unken und der KC Salzburg (muss zurück in die Landesliga) chancenlos. Zumindest die Kegler aus Saalfelden sicherten sich den Verbleib in der nunmehr drithöchsten Leistungsstufe.



Holger Gneist fehlte seinen KSK-Kollegen Kurt Lauckner, Roland Kirchberger und Peter Wallmann in der Relegation. Foto: privat

## Sieg & Rekord für Petrischor

Unter den 200 Kreuzhebern beim am Samstag in Landshut ausgetragenen „Bavaria Cup“ waren auch drei Kraftpakete vom AK ASVÖ Bodyform Salzburg. Christian Petrischor gewann mit neuem Bavaria-Rekord (260 kg) in der Altersklasse 2, Franz Huemer wurde Zweiter in der AK 1, Markus Mayer erreicht Platz acht in der Allgemeinen Klasse.

## Medaillen für zwei Kickboxer

Für Gold reichte es zwar nicht, dennoch konnten die beiden Seekirchner Teilnehmer an der Leichtkontakt-ÖM der Kickboxer in Velden zufrieden sein. Erich Wulz gewann sowohl in der allgemeinen als auch der Masters-Klasse Bronze, Klaus Schram sicherte sich den Jugend-Vizemeistertitel.