



Jahresbericht 2015

„Besser gemeinsam – gemeinsam besser“

Wenn Entwicklung nicht mehr möglich ist, weil personelle Ressourcen, finanzielle Mittel und die nötige Infrastruktur fehlen, dann sucht man am besten nach Gleichgesinnten, um Allianzen zu bilden und Kooperationen einzugehen. Wir haben Ende 2014 den besten Partner dafür gefunden. Doch gleich mehr dazu.

Vorweg noch ein wenig Statistik: Wir haben heuer an 43 Wettkämpfen im Athletischen Mehrkampf, Gewichtheben, Kraftdreikampf und Bankdrücken teilgenommen (zum Vergleich: 2013 waren es 24, 2014 36; und ein anderer Vergleich: das Jahr hat 52 Wochen). Dazu waren wir bei 3 Sportler-Ehrungen und dem Tag des Sports vertreten, und Poldi Höller und Dir. Georg Förstel haben wieder den beliebten Sommer-Trainingslehrgang für Schüler der Sportmittelschule Tulln organisiert.

Kapitel 1: Mannschaft

Vor etwas mehr als einem Jahr standen wir an einer Weggabelung. Mit unserem wachsenden Kader hätten wir locker zwei Mannschaften füllen können – doch wie sollten wir das arbeitsmäßig schaffen? Also bogen wir nach rechts ab, Richtung Stockerau. Durch eine glückliche Fügung kamen wir mit Andreas Leister und Herbert Schandl von der Gitti-City ins Gespräch – der zweite Vorzeigeverein in Österreich, wenn es um Nachwuchsarbeit geht. Warum nicht die Kräfte bündeln und gemeinsam mehr erreichen?

Verursacht durch einen spontanen Anfall unerklärlicher Arbeitswut, fahrlässigen Leichtsinns, aber vor allem gemeinsamer Begeisterung für die Arbeit mit jungen Menschen war die Entscheidung schnell getroffen: Wir bilden eine Wettkampfgemeinschaft und schicken drei Mannschaften ins Rennen!

Projekt 1: Eine junges Team in der Bundesliga etablieren und in drei oder vier Jahren um den Titel mitkämpfen. Angeführt von Österreichs stärkstem Nachwuchs-Gewichtheber Philipp Forster kamen ausschließlich Athleten zwischen 14 (der jüngste: Max Moldaschl) und 23 Jahren (der älteste: Florian Doppler) zum Einsatz, und zwar: Philipp Forster, Florian Koch, Florian Doppler, Maximilian Moldaschl, Mario und Marcel Pöttinger, Lukas Koy und Roman Steinbrecher. Und diese 8 überraschten sogar uns selbst: durch kontinuierliche Leistungssteigerung erreichten sie gleich im Premierenjahr den großartigen 3. Platz, wobei sie im Finalkampf sogar 2. wurden.

Wir sind schon gespannt, wohin die Reise in der Bundesliga kommendes Jahr gehen wird. Umso mehr als sich Philipp Forster trotz lukrativer Angebote ohne zu überlegen dazu entschlossen hat, in der Heimat zu bleiben. Oder sich unser Findelkind Florian Koch nach neunmonatiger Verletzungspause mit einer fulminanten Leistung zurückgemeldet hat und uns auch 2016 erhalten bleibt. Oder sich einige Jugendliche in der zweiten Mannschaft heuer soweit gesteigert haben, dass sie bereits in den Bundesliga-Kader aufgerückt sind.

Projekt 2: Ein Farmteam, angeführt von Routinier Michael Steinböck, in dem sich Nachwuchsathletinnen und -athleten beweisen und auf sich aufmerksam machen können. 11 davon, und zwar in alphabetischer Reihenfolge: Maximilian Aflenzer, Patricia Bernhaupt, Matthias Gregor, Sebastian Köbe, Lukas Koy, Maximilian Moldaschl, Mario und Marcel Pöttinger, Michael Steinböck, Roman Steinbrecher und Anna Zizlavsky, sind heuer in



der Wien-NÖ-Regionalliga 1 durchmarschiert, haben alle sechs Wettkämpfe in souveräner Manier gewonnen und den Meistertitel geholt.

Projekt 3: Ein reines Damenteam. Nicht nur, weil Frauen-Hantelsport im Trend liegt, sondern weil wir viele Mädels haben, die bereits technisch reif arbeiten UND zugleich sehr stark sind. 9 waren es heuer - Patricia Bernhaupt, Dagmar Jedinger, Susanne Menda, Mag. Friederike Pfeiffer, Franziska Rath, Roberta Rogy, Birgit Sauberer, Alexandra Tichy und Anna Zizlavsky –, die so manchem gestandenen Mann das Fürchten gelehrt haben. Verdientes Ergebnis: der Vize-Meistertitel in der Wien-NÖ-Regionalliga 2. Fortsetzung 2016...

Kapitel 2: Nachwuchs

66 Medaillen eroberten unsere Schüler und Jugendliche heuer bei Österreichische Meisterschaften, Niederösterreichische Landesmeisterschaften und internationalen Jugendturniere, davon 29 in Gold.

Monat	Meisterschaft	Gold	Silber	Bronze	Gesamt	Teamwertung
MRZ	NÖ LEM Allg. Klasse	3	3	3	9	5.
APR	ÖM Schüler	2	0	4	6	1.
MAI	Int. Women GP	1	0	1	2	-
JUN	Int. Juniors Battle	3	1	2	6	6.
AUG	Int. Stapfer-Turnier	1	0	1	2	-
SEP	NÖ LEM Jugend/Junioren	4	1	0	5	-
OKT	NÖ LEM Schüler	8	7	4	19	1.
Tournee	NÖ Nachwuchscup	4	4	3	11	1.
NOV	ÖM Jugend/Junioren	3	2	1	6	1. U15/17-Wertung
		29	18	19	66	

Einige Glanzlichter:

- 6 Medaillen bei den Österreichischen Nachwuchsmeisterschaften der Altersklassen U15 bis U23, davon 3 in Gold: Max Aflenzer U15 und U20 sowie Max Moldaschl U15. Plus Sieg in der Teamwertung U15/U17.
- 9 Medaillen, 3 davon in Gold bei den NÖ Landesmeisterschaften der Allgemeinen Klasse (Florian Doppler).
- 10 Internationale Medaillen, davon 5 in Gold: beim Int. Women Grand Prix und beim Int. Stapfer-Turnier Freija Aflenzer, beim Int. Juniors Battle Freija Aflenzer, Tamara Köbe und Max Moldaschl
- Die ungebremste Dominanz des Schulprojekts Athletik-Akademie mit 25 Medaillen (10 x Gold) bei nationalen Schülerkonkurrenzen.
- Neue NÖ Schüler-Rekorde für Tamara Köbe (45 kg Reißen, 55 kg Stoßen)
- Bereits drei Athleten im erweiterten Nationalkader: Max Moldaschl, Max Aflenzer und Tamara Köbe. Bruder Sebastian fehlen nur mehr 5 kg auf das Limit.



Kapitel 3: Masters

Eine unglaubliche Saison legte unseres Susanne Menda hin: Weltmeisterin, Europameisterin, Österreichische Meisterin, NÖ Landesmeisterin, Sieg beim Int. Women Grand Prix – was soll man dazu sagen. Damit wurde sie auch völlig zurecht zur Masters Austria Gewichtheberin des Jahres 2015 und zur Sportlerin des Jahres des Heeresport-Landesverbands NÖ ausgezeichnet.

Zusammen mit Christian Fleis, Leopold Höller, Michael Steinböck und Fritz Steiner holte unser Masters-Quintett insgesamt 13 Medaillen, 11 davon in Gold.

Monat	Meisterschaft	Gold	Silber	Bronze	Gesamt	Teamwertung
MAI	Int. Women GP	1	0	0	1	-
JUN	Europameisterschaft	1	0	0	1	-
AUG	Int. Masters-Cup	0	1	0	1	-
SEP	Weltmeisterschaft	1	0	0	1	-
SEP	NÖ LEM	5	0	0	5	-
OKT	ÖM	3	1	0	4	4.
		11	2	0	13	

Kapitel 4: Kraftdreikampf

Mit unserer Powerlifting-Sparte hat sich eine Gemeinschaft geformt, die uns besondere Freude bereitet. Sportlich sowieso: angeführt von Weltklasse-Bankdrücker Andreas Frasl ergatterten Christoph Biack, Günter Haberfellner, Bernd Klaus, Markus Koch, Gerald Pribassnik und Alexander Schreiblehner 14 Medaillen bei nationalen Bankdrück- und Kraftdreikampf-Bewerben.

Aber auch im sozialen Umfeld des Vereins sind sie unersetzlich geworden. Das Durchführen von Heimwettkämpfen oder Umbauaktionen am Garnisonssportzentrum sind ohne ihre Mithilfe nicht denkbar. Und Feiern und gesellschaftliche Aktivitäten ohne euch nicht vorstellbar. Obwohl sie, was den zur Verfügung stehenden Raum und die finanziellen Mittel betrifft, bislang immer in der zweiten Reihe standen. Aber das wird sich ändern. Ein herzliches Dankeschön an euch!

Monat	Meisterschaft	Gold	Silber	Bronze	Gesamt	Teamwertung
MRZ	NÖ LEM Kraftdreikampf	4	3	0	7	1.
MAI	ÖM Bankdrücken Classic	1	0	0	1	-
JUN	ÖM Bankdrücken Masters	0	1	0	1	-
OKT	NÖ LEM Bankdrücken	3	0	1	4	
OKT	ÖSTEM Bankdrücken	1	0	0	1	-
		9	4	1	14	



Kapitel 5: Ehrungen und Lehrgänge

Waren wir in den vergangenen Jahren schon stetig unter den Top-3 der Tullner Sportvereine, setzten wir uns mit unseren Erfolgen 2014 ganz an die Spitze. Mit Poldi Höller und Fritz Steiner stellten wir auch ex aequo die erfolgreichsten Sportler des Jahres. Und mit 19 von insgesamt 63 geehrten Einzelsportlern kamen beinahe ein Drittel (30,16 %) aller Tullner Staatsmeister, Landesmeister oder Medaillengewinner bei internationalen Bewerben aus unseren Reihen.

Schon angesprochen haben wir den Heeressport-Landesverband, der Susanne Menda zur Sportlerin des Jahres auszeichnete. Ein unermüdlicher Poldi Höller organisierte erneut eine eindrucksvolle Präsentation des Schüler-Gewichthebens im Rahmen des Tags des Sports und gemeinsam mit Dir. Georg Förstel die 5. Auflage des beliebten Sommer-Trainingslehrgangs für Absolventen der Athletik-Akademie in Tulln. Außerdem erweiterten wir unsere Trainingsräume am Garnisonssportzentrum Langenlebarner. Und einige von uns tanzten am Ball der Gewichtheber.

Gratulieren dürfen wir Jürgen Pikola und Christian Fleis zur erfolgreich absolvierten Prüfung zum Sportinstructor. Beide haben vor kurzem mit dem nächsten großen Schritt begonnen: der Ausbildung zum staatlich geprüften Trainer. Viel Erfolg!

Kapitel 6: Ausblick

Unser Sparkurs hätte trotz umfangreicheren Wettkampfkalenders gut gegriffen ... hätte auch unser Sponsor seine Versprechungen eingehalten. Dem war leider nicht so, doch dank großzügiger Unterstützungen von offiziellen Seiten werden wir das Jahr ohne größere Schlafprobleme beenden können. Und für 2016 bin ich bereits mit einem neuen Sponsor im Gespräch.

Viel erfreulicher ist die Entwicklung in der Schule. Mit Christian Fleis und Roland Parmetler haben Poldi Höller und Georg Förstel zwei starke Stützen an ihrer Seite, die sich nun gemeinsam viel intensiver und individueller um die Absolventen der Athletik-Akademie kümmern können.

Und was den normalen Trainings- und Meisterschaftsbetrieb betrifft, werden wir den heuer begonnenen, gemeinsamen Weg mit Stockerau fortsetzen. Und vielleicht die eine oder andere Überraschung liefern. Andreas Leister, Herbert Schandl, Jürgen Pikola und ich sind jedenfalls motiviert.

Zuletzt ein herzliches Dankeschön an alle Athleten, Trainer, Funktionäre und aktiven Mitglieder. An alle Eltern, die sich immer mehr in unseren Verein einbringen. An alle Förderer, Verbände und Sponsoren. An die NÖN für ihre großartige und regelmäßige Berichterstattung. An die Feuerwehr mit ihrem Kommandanten Ernst Ambrozy. An die Sportmittelschule und Dir. Georg Förstel und an alle, die ich jetzt, wo ich das Knurren in euren Mägen schon hören kann, vergessen habe. Bleibt uns gewogen!



Abschluss

Alle Jugendlichen zwischen 14 und 20 Jahren ritterten heuer zum dritten Mal um den **Juniors-Steigerungspokal** – ein mit Taschengeld dotierter Preis um die größten Sinclair-Leistungssteigerungen innerhalb des Sportjahres. 2013 gewann Philip Gotthart mit +54,53 Punkten vor Matthias Gregor (+48,75) und Florian Schindler (+47,14). 2014 setzte sich Sebastian Köbe mit +76,26 Punkten Steigerung vor Max Aflenzer (+42,29) und Matthias Gregor (+37,21) durch. Heuer eroberte Max Aflenzer mit +53,89 Punkten den ersten Platz, gefolgt von Sebastian Köbe (+40,81) und Max Moldaschl (+14,09).

Erfolge im Detail

Mädchen / Damen

Name	Titel	Alters- / Gewichtsklasse
Aflenzer Freija	Ö Meisterin Mehrkampf Ö Meisterin Gewichtheben NÖ Landesmeisterin Gewichtheben NÖ Landesmeisterin Mehrkampf Tourneesieg NÖ Nachwuchscup Gold Int. Women GP Gold Int. Juniors Battle Gold Int. Stapfer-Turnier	Schüler, U11 Kids (8-10) Girls (U12), Kat. „leicht“ Jahrgang 2005
Berger Katharina	Tournee-3. NÖ Nachwuchscup	Schüler, U13
Dillinger Christina	Bronze ÖM Schüler Mehrkampf Bronze ÖM Schüler Gewichtheben Tournee-3. NÖ Nachwuchscup	Schüler, U11
Köbe Tamara	Gold Int. Juniors Battle Silber Int. Women Grand Prix NÖ Landesmeisterin Gewichtheben NÖ Landesmeisterin Mehrkampf Bronze ÖM Schüler Mehrkampf Tourneesieg NÖ Nachwuchscup	Girls (U12), Kat. „schwer“ Girls (11-13) Schüler, U13, Kat. +58 kg Schüler, U13
Menda Susanne	Weltmeisterin Europameisterin Ö Meisterin NÖ Landesmeisterin Gold Int. Women GP 1. Platz Richard Türk-Gedenktturnier 2. Platz Int. Masters-Cup	Masters, AK 5, Kat. -69 kg
Novak Alina	NÖ Landesmeisterin Gewichtheben NÖ Vizelandesmeisterin Mehrkampf Tournee-2. NÖ Nachwuchscup	Schüler, U13, Kat. -38 kg Schüler, U13
Sonntag Roya	Bronze NÖ LEM Mehrkampf	Schüler, U11
Steigele Emma	Bronze NÖ LEM Gewichtheben	Schüler, U11
Stöger Selina	NÖ Vizelandesmeisterin Gewichtheben NÖ Vizelandesmeisterin Mehrkampf Tournee-2. NÖ Nachwuchscup	Schüler, U11



Burschen / Herren

Name	Titel	Alters- / Gewichtsklasse
Aflenzer Maximilian	Ö Meister Ö Meister NÖ Landesmeister 3 x Silber NÖ LEM Allg. Klasse Silber Int. Juniors Battle	Jugend, U17, Kat. -62 kg Junioren, U20, Kat. -62 kg Jugend, U17, Kat. -69 kg Allg. Kl., Kat. -62 kg Boys (U17), Kat. -62 kg
Biack Christoph	NÖ Vizelandesmeister K3K	Allg. Klasse, Kat. -105 kg
Doppler Florian	3 x Gold NÖ LEM NÖ Landesmeister	Allg. Klasse, Kat. -85 kg U23, Kat. -94 kg
Fleis Christian	Ö Vizemeister NÖ Landesmeister	Masters, AK 2, Kat. -85 kg
Frasl Andreas	Ö Staatsmeister Bankdrücken Ö Meister Bankdrücken Classic NÖ Landesmeister K3K NÖ Landesmeister Bankdrücken	Allg. Klasse, Kat. -66 kg
Gregor Matthias	NÖ Landesmeister Ö Vizemeister 3 x Bronze NÖ LEM	Jugend, U17, Kat. -62kg Allg. Klasse, Kat. -62 kg
Haberfellner Günter	Ö Vizemeister Bankdrücken NÖ Landesmeister K3K NÖ Landesmeister Bankdrücken Bronze NÖ LEM Bankdrücken	Masters, AK 2, Kat. -120 kg Allg. Kl., Kat. -120 kg
Höller Leopold	Ö Meister NÖ Landesmeister	Masters, AK 7, Kat. -77 kg
Klaus Bernd	NÖ Landesmeister Bankdrücken	Allg. Klasse, Kat. -83 kg
Köbe Sebastian	Ö Vizemeister NÖ Vizelandesmeister Bronze ÖM Bronze Int. Juniors Battle Tourneesieg NÖ Nachwuchscup	Jugend, U15, Kat. -69 kg Junioren, U20, Kat. -69 kg Boys (U17), Kat. -69 kg Jugend, U15
Koch Markus	NÖ Landesmeister K3K NÖ Vizelandesmeister K3K	Masters, AK 1, Kat. -120 kg Allg. Klasse, Kat. -120 kg
Moldaschl Maximilian	Ö Meister NÖ Landesmeister Gold Int. Juniors Battle	Jugend, U15, Kat. -77 kg Boys (U17), Kat. -69 kg
Moulè Sebastian	NÖ Vizelandesmeister Gewichtheben Bronze NÖ LEM Mehrkampf Tournee-3. NÖ Nachwuchscup	Schüler, U13, Kat. -38 kg Schüler, U13
Pörtl Philipp	Bronze ÖM Schüler Gewichtheben NÖ Vizelandesmeister Gewichtheben NÖ Vizelandesmeister Mehrkampf Tourneesieg NÖ Nachwuchscup Bronze Int. Stapfer-Turnier	Schüler, U11 Jahrgang 2005
Pribassnik Gerald	NÖ Landesmeister K3K NÖ Vizelandesmeister K3K	Masters, AK 1, Kat. -95 kg Allg. Klasse, Kat. -95 kg



Steinböck Michael	NÖ Landesmeister	Masters, AK 2, Kat. -69 kg
Steiner Fritz	Ö Meister NÖ Landesmeister	Masters, AK 9, Kat. -85 kg Masters, AK 9, Kat. -77 kg
Tolic Marijan	Bronze Int. Juniors Battle NÖ Landesmeister Gewichtheben NÖ Vizelandesmeister Mehrkampf Tournee-2. NÖ Nachwuchscup	Boys (U12) Schüler, U13, Kat. -56 kg Schüler, U13
Woschitz Dominik	NÖ Landesmeister Mehrkampf Bronze NÖ LEM Gewichtheben Tournee-2. NÖ Nachwuchscup	Schüler, U11
Woschitz Florian	NÖ Landesmeister Gewichtheben	Schüler, U13, Kat. -38 kg

Mannschaften

Name	Titel
HSV Langenlebarner-Kraftsport	3. Platz Österreichische Bundesliga 1. Platz WNÖ Regionalliga 1 2. Platz WNÖ Regionalliga 2 1. Platz Teamwertung ÖM Jugend (U15/U17) 4. Platz Masters Austria Team Cup 4. Platz Teamwertung ÖM Masters 5. Platz Teamwertung NÖ LEM Allg. Klasse
Athletik-Akademie Tulln	1. Platz Teamwertung Österreichische Meisterschaft Schüler 1. Platz Teamwertung NÖ Landesmeisterschaft Schüler 1. Platz Teamwertung NÖ Nachwuchs-Cup 6. Platz Teamwertung Int. Juniors Battle (2.-bester Verein ggü Landesverbänden)
HSV LALE Powerlifting Team	1. Platz Teamwertung NÖ LEM Kraftdreikampf

Wettkämpfe & Veranstaltungen 2015 mit HSV-Beteiligung

Datum	Wettkampf/Veranstaltung	Ort
08.01.	Sportlerehrung Tulln 2014	Tulln
31.01.	Damenturnier im Rahmen des Balls der Gewichtheber	Wien
07.02.	Richard Türk-Gedenktturnier + Masters Austria Team-Cup (Vorrunde)	Baden
12.02.	Prämierung neuer Jahrgang Athletik-Akademie Tulln	Tulln
21.02.	MM RL-2 R1 Brunn/Gebirge	Brunn
27.02.	MM RL-1 R1 Loosdorf/Melk	Loosdorf
07.03.	MM BL R1 Vöest Linz II	Linz
07.03.	MM RL-2 R2 Baden	Baden
14.03.	KLM ACU Krems	Krems
21.03.	K3K NÖ LEM Kraftdreikampf	Harland
21.03.	MM BL R2 Bruck/Mur	Bruck/Mur
21.03.	MM RL-2 R3 Breitenfurt	Breitenfurt
22.03.	NÖGV Nachwuchscup R1	Tulln
28.03.	NÖ LEM Allg. Klasse	St. Pölten
18.04.	MM RL-1 R2 Eiche Wien II	Stockerau
18.04.	MM RL-2 R4 Leopoldau/Wolkersdorf II	Stockerau
25.04.	ÖM Schüler + NÖGV Nachwuchscup R2	Lochen



HSV Langenlebarner Sektion Kraftsport

Tel. +43 (0)676 436 63 55
 info@kraftsport-tulln.at
 www.kraftsport-tulln.at

09.05.	MM RL-1 R3 UAK Waldviertel	Stockerau
09.05.	MM BL R3 Vöest Linz I	Stockerau
15.05.	12. Internationaler Womans Grand Prix	Brunn/Gebirge
16.05.	K3K ÖM Bankdrücken Classic	Haid
23.05.	MM RL-2 R5 Brunn/Gebirge	Stockerau
30.05.	ÖSTEM Allg. Klasse	Wien
05.06.	14. Internationales Juniors Battle	Lochen
13.06.	EM Masters	Wales
14.06.	NÖGV Nachwuchscup R3	Mödling
20.06.	EU-Cup	Rom
27.06.	K3K ÖM Bankdrücken Masters	Feldkirchen
27.06.	MM RL-1 R4 Loosdorf/Melk	Stockerau
27.06.	MM RL-2 R6 Breitenfurt	Stockerau
14.07.	ÖHSV Trainingslehrgang	Tulln
22.08.	Int. Masters-Cup	Slowakei
29.08.	22. Internationales Stapfer-Turnier	Ranshofen
05.09.	MM BL R4 Ranshofen	Tulln
12.09.	MM RL-1 R5 UAK Waldviertel	Schrems
12.09.	WM Masters	Finnland
19.09.	MM BL R5 Bad Häring	Bad Häring
19.09.	Tag des Sports	Wien
26.09.	NÖ LEM Masters und U-15 bis U-23	Harland
03.10.	NÖ LEM Bankdrücken	Stockerau
03.10.	MM RL-1 R6 Eiche Wien II	Wien
11.10.	NÖ LEM Schüler + NÖGV Nachwuchscup R4	St. Pölten
24.10.	ÖM Masters	Linz
31.10.	ÖSTEM Bankdrücken	Altheim
31.10.	MM BL Finale	Ranshofen
06.11.	Sportlerehrung HSLV NÖ	St. Pölten
14.11.	ÖM Jugend/Junioren/U23	Stockerau
13.12.	KLM FAC Gitti City	Stockerau