



VERBAND DER SPORTVEREINE SÜDTIROLS

I-39100 Bozen
Brennerstr. 9

Tel.+39 0471 974 378
Fax.+39 0471 979 373
www.vss.bz.it - info@vss.bz.it

Steuernummer 80022790218
Landesgericht BZ Nr. 8759/444 R.P.G.
Volontariatsorganisation Dekret LH Nr. 5/1.1.

VSS-Programm beim Südtiroler Sportforum Mals 2017

Sehr geehrte Damen und Herren,

der *Verband der Sportvereine Südtirols (VSS)* ist dank der guten Zusammenarbeit mit den Organisatoren des *Südtiroler Sportforums Mals (22.-28.07.2017)* bereits zum dritten Mal nach 2013 und 2015 im Obervinschgau mit einem Programm für Trainer, Betreuer, Übungsleiter und Instrukturen aber selbstverständlich auch für Sportlehrer vertreten und möchte Sie herzlich dazu einladen.

Das VSS-Programm findet am

Mittwoch, den 26. Juli 2017

in der **Sportoberschule von Mals „Claudia von Medici“**

Staatsstr. 9, I-39024 Mals statt.

Auf dem Programm stehen diesmal Workshops, die sich mit den Themen „**Sicherheit im Sport**“ und „**Regeneration und Leistungsfähigkeit**“ befassen. Ab 9:45 Uhr sprechen **Sarina Buser** und **Marco Gyger** über das Thema Sicherheit im Sport am Beispiel des Schweizer Sportförderprogrammes Jugend + Sport (J+S). Sie erörtern nicht nur, wie das Programm mit über 70 Sportarten und Disziplinen funktioniert, sondern geben auch wichtige Hinweise für die tägliche Praxis – etwa zur Erstellung von Sicherheitskonzepten für Outdooraktivitäten und Großanlässe, sowie zur Verantwortung von Leitenden.

Am Nachmittag geht es dann ab 14:00 Uhr mit **Franz Mühlbauer** weiter, der zum Thema „*Regeneration und Leistungsfähigkeit*“ referiert und dabei zentrale Inhalte zur Leistungsoptimierung durch Regeneration und Wiederherstellung körperlich-mentaler Kräfte beleuchtet.

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme!

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Günther Andergassen
Obmann des VSS

Bozen, am 29.06.2017

VSS-Programm beim Südtiroler Sportforum

09.45 - 11.15 Uhr | Workshops zum Thema: „Sicherheit im Sport“

Sarina Buser & Marco Gyger

Inhalte: Die beiden Workshops von Sarina Buser und Marco Gyger bieten Einblicke, wie „Sicherheit im Sport“ im Schweizer Sportförderprogramm Jugend+Sport (J+S) mit über 70 Sportarten und Disziplinen gehandhabt wird. Ebenso werden einerseits die Themen Wagnis, Risikokompetenz und Entscheidungsfindung spielerisch und interaktiv behandelt und andererseits werden sportartspezifische Merkblätter zur Unfallprävention, sowie Werkzeuge und Tools vorgestellt, die ein unfallfreies und gut geplantes Sportangebot unterstützen. Weitere Themen die angeschnitten werden, sind Leitfragen zum Erstellen von Sicherheitskonzepten für Outdoor-Aktivitäten, Lager und Großanlässe sowie die Auseinandersetzung mit der Verantwortlichkeit von Leitenden.

14.00 - 16.00 Uhr | Workshops zum Thema: „Leistung & Regeneration ein schicksalhaftes Wechselspiel im Sport“

Franz Mühlbauer

Inhalte: Franz Mühlbauer bringt den Teilnehmern in diesem Workshop die Philosophie von Solemon wieder. Diese beruht auf der Balance und Ausgeglichenheit von Leistung und Regeneration – auf körperlicher wie auf geistig-mentaler Ebene. Denn die persönliche Leistungsfähigkeit ist genau so groß, wie die persönliche Regenerationsfähigkeit. Nicht mehr. ABER eben auch nicht weniger. In über 30-jähriger Erfahrung mit rund 700 geleiteten Seminarwochen ist daraus ein System entstanden, das enormen Erfahrungsschatz, moderne Erkenntnisse, Verstehen, Erleben und Umsetzen auf einzigartige Weise kombiniert. Für Mühlbauer ist klar: „Leistungsfähigkeit und Regenerationsfähigkeit sind zwei Pole auf derselben Ebene und sie bestimmen über Erfolg oder Misserfolg, wie auch über Gesundheit und Krankheit in Sport und Gesellschaft.“

Die Teilnahme an den Workshops ist bei **Voranmeldung** über den VSS **kostenlos**. Bitte füllen Sie dafür das beiliegende **Anmeldeformular** vollständig aus und schicken Sie es unterschrieben per E-Mail (info@vss.bz.it) oder per Fax (0471 979 373) bis **21. Juli 2017** an die Geschäftsstelle des VSS. **Achtung:** Die Teilnehmerzahl ist **begrenzt**.



Südtiroler **SPORTFORUM MALS**
22. - 28. Juli 2017

SPORT IST WERT(E)VOLL

FAIRPLAY VERANTWORTUNG RESPEKT HILFREICH BILDUNG MUT
GESUND GEMEINSAM KEINE GEWALT FRIEDEN LEISTUNG FREUDE
SPIEL GEMEINSCHAFT BEWEGUNG TEAM GEIST ERGEBNIS EMPATHIE
INTEGRATION TOLERANZ FREUNDSCHAFT INDIVIDUALITÄT



VERBAND DER SPORTVEREINE SÜDTIROLS



alperia

Dolomiten

Vorstellung der Referenten:



Sarina Buser, MA in Sport Science an der Universität Bern;
Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Bundesamt für Sport BASPO der
Schweizerischen Eidgenossenschaft;
Verantwortlich für die Sicherheit bei Jugend+Sport (J+S);
Präsidentin einer Sektion der Schweizerischen Lebensrettungs-
gesellschaft (SLRG) und Expertin in der Aus- und Weiterbildung von
Rettungsschwimmern. Engagiert sich auch in der Freizeit für einen
sicheren Badespaß auf, im und am Wasser.



Marco Gyger, MA in Educational Sciences (Erziehungsphilosophie,
Bildungstheorie); BA in Primary Education;
Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Bundesamt für Sport BASPO der
Schweizerischen Eidgenossenschaft;
Wirksam als Erwachsenenbildner und Outdoor-Pädagoge in der
Aus- und Weiterbildung von ExpertInnen, die ihrerseits Lager-
Leitende der Schweizer Jugendverbände aus- und weiterbilden. In
der täglichen Arbeit beschäftigt sich Gyger unter anderem mit Risi-
kokompetenz, Sicherheitsdenken, 3x3, gute Entscheidungen und
Gruppen- und Teamdynamik.



Franz Mühlbauer, Mag.phil. in Sportwissenschaften, Mental- und
Integraltrainer.
Als Schüler von Prof. Baldur Preiml kombinierte Mühlbauer sein Stu-
dium der Sportwissenschaften mit Fächern der Sportmedizin und
Psychologie. So konnte er die richtungsweisenden Erfolgsthemen
seines Lehrmeisters weiterentwickeln und sie über den Sport hinaus
im wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Kontext verankern. Die
kontinuierliche Fort- und Weiterbildung machten ihn in der Spitzen-
sportbetreuung, insbesondere als Mental- und Integraltrainer be-
kannt, ehem. Regenerations- & Mentaltrainer österr. Skinational-
mannschaften. Autor des Bestsellers "Säulen der Gesundheit" und
des Multimedia Buches "SOLEMON Regeneration fürs Leben". Seit
2014 Lehrbeauftragter an der Universität Graz im Fach: "Prävention
und Regeneration in Wirtschaft, Betrieben und Gesellschaft - praxis-
orientierte Modelle der Umsetzung".