

Margareten holt sich den Cup

HANDBALL. Der österreichische Cupsieger 2012 heißt Margareten. Die Fivers setzten sich in einem dramatischen Endspiel in der Wiener Hollgasse nach zweimaliger Verlängerung gegen Titelverteidiger Schwaz mit 33:31 (29:29; 24:24, 12:10) durch. Für die Wiener ist es nach 1999 und 2009 der dritte Erfolg. Bregenz war im Halbfinale an Margareten mit 28:32 (12:19) gescheitert. Bei den Damen gewann Hypo Niederösterreich zum 23. Mal in Serie den Pokal.

WOMEN HANDBALL AUSTRIA

18. Runde:

HC MGT BW Feldkirch – UHC Eggenburg 33:14 (11:6)

Feldkirch-Tore: Strmsek 15/4, Kuhn 4, Robb 3, Ströhle 2, Vogel 2, Holmberg 2, Franz 2, Kainrath, I. Dolovic, T. Dolovic

Tabelle

1. Kärnten	18	16	1	1	583:417	33
2. Hypo NÖ 1	16	16	0	0	753:265	32
3. Hypo NÖ 2	18	14	0	4	477:421	28
4. MGA Wien	17	12	0	5	544:535	24
5. Wr. Neustadt	17	9	3	5	485:449	21
6. Korneuburg	18	6	2	10	385:508	14
7. Atzgersdorf	19	5	3	11	504:587	13
8. Dornbirn	16	5	1	10	410:476	11
9. Tulln	17	3	3	11	392:506	9
10. Eggenburg	18	4	1	13	437:558	9
11. Fünfhaus	18	4	1	13	437:562	9
12. Feldkirch	18	3	1	14	406:529	7

FELDKIRCHER 33:14-KANTERSIEG



Tabellenschlusslicht HC MGT BW Feldkirch gelang in der 18. Runde der Women Handball Austria ein 33:14-(11:6)-Heimsieg über Eggenburg. „Ein enorm wichtiger Sieg im Kampf gegen den Abstieg“, meinte Obmann Franz Fuchs. Damit verkürzte die Küh-Sieben den Abstand auf den rettenden elften Tabellenplatz auf zwei Punkte.

PHILIPP STEURER

HINTER DEN KULISSEN



Erfolgreiche Zusammenarbeit mit Günther Spiesberger: Amateur-Golf-Europameister Manuel Trappel, Ski-Europacup-Läuferin Michelle Morik, Doppel-Olympiasiegerin Michaela Dorfmeister und Ski-Weltcup-Starterin Michaela Kirchgasser.

HOFMEISTER, HARTINGER, REUTERS, APA, PRIVAT

Das Geheimnis ihres Erfolges

Mental- und Wirtschaftscoach Günther Spiesberger (55) unterstützt Sportler und Manager auf ihrem Weg an die Spitze. Diese Woche referiert der Wahl-Liechtensteiner in Brand.

MELANIE FETZ

Sogenannte Mentaltrainer gibt es viele. Sie versprechen Leistungssteigerung und Erfolg. Günther Spiesberger ist einer von ihnen. Auch er zeigt Sportlern und Managern, wie sie mit Leistungsdruck, Stress und Versagensängsten umgehen können. Im Gegensatz zu manchen Branchenkollegen mit sichtlichem Erfolg.

Skirennläuferin Michaela Dorfmeister setzte auf ihrem

Weg zum Doppel-Olympia-Sieg auf Spiesberger. Auch Trainings-Weltmeisterin Michaela Kirchgasser. Sie löste mit seiner Hilfe ihre inneren Blockaden. In der abgelaufenen Saison feierte sie zwei Weltcup-Siege. Mit Manuel Trappel habe er am Selbstvertrauen gearbeitet. In weiterer Folge wurde der Bregenser im Vorjahr Amateur-Golf-Europameister. Die Nenzingerin Michelle Morik war auf dem Sprung in den Ski-Weltcup – dann riss das Kreuzband. Ihr half Spiesberger den Unfall zu verarbeiten und neue Motivation zu schöpfen.

Die Erfolge seiner Schützlinge sind gleichzeitig persönliche Erfolge für Spiesberger. Allerdings hängt er das nicht an die große Glocke. Er freue sich eher im stillen Kämmerlein, sagt er. So auch beim Doppel-Olympia-Sieg von Dorfmeister in Turin. „Einen Olympia-Sieg kann man nicht planen. Da muss alles passen. Am Selbstvertrauen hat es der

Michaela gefehlt. Daran haben wir gearbeitet“, erinnert er sich. „Der Erfolg beginnt im Kopf. Es muss nicht nur die Leistung stimmen, man muss sie auch jederzeit abrufen können“, weiß Spiesberger. Er selbst sei früher genau daran gescheitert.

Auf der Suche

Spiesberger war in seiner Jugend ebenfalls ein talentierter Skifahrer und Tennisspieler. An die Spitze schaffte es der gebürtige Oberösterreicher aber nie. „Ich habe es mental nicht hingekriegt. Aber ich wusste nicht, was ich dagegen tun kann. Daher habe ich mich auf die Suche gemacht“, erinnert er sich. Er studierte in den USA und Australien und absolvierte zahlreiche Ausbildungen zum Mental- bzw. Wirtschaftscoach. Dabei fand er, was er gesucht hatte.

1985 gründete er europaweit eigene Tennisakademien – unter anderem auch in Brand – und coachte zu die-

ser Zeit etliche Spitzenspieler. Spiesberger geriet in ein „Hamsterrad“. Sieben Tage die Woche habe er gearbeitet und daher keine Zeit mehr für seine Familie gehabt. Aus diesem Grund habe er die Akademien verkauft und im Jahr 2000 „Spiesberger Establishment“ gegründet.

Der 55-Jährige betreut Spitzensportler sowie Mitarbeiter von Klein- und Mittelunternehmen. Dabei lässt er seine Erfahrungen aus der Sportwelt in die Wirtschaftswelt einfließen. „Sportler lernen schon von klein auf mit Niederlagen umzugehen. Sie lieben, was sie tun und hören auf ihren Körper“, erklärt Spiesberger. Am Donnerstag und Freitag veranstaltet der 55-Jährige unter dem Motto „Erfolg beginnt im Kopf – von Spitzensportlern lernen“ ein zweitägiges Seminar in Brand. Dabei wird Skirennläuferin Kirchgasser von ihren Erfahrungen mit mentalen Strategien und dem Umgang mit Druck erzählen.



ZUR PERSON

Günther Spiesberger ist als Mentaltrainer im Spitzen- und Nachwuchssport (Ski, Golf, Tennis und Motorsport) sowie als Wirtschaftscoach tätig. Der gebürtige Oberösterreicher hat unter anderem Doppel-Olympiasiegerin Michaela Dorfmeister betreut. Derzeit arbeitet er mit Spitzensportlern wie Amateur-Golf-Europameister Manuel Trappel oder den Ski-Rennläufern Hannes Reichelt, Eva-Maria Brem und Michaela Kirchgasser. Spiesberger wohnt in Liechtenstein und referiert im deutschsprachigen Raum auf verschiedenen Events und Kongressen.

Seminar in Brand (19./20. April):

Erfolg beginnt im Kopf – von Spitzensportlern lernen. Gastreferenten: Michaela Kirchgasser und Valentin Tschebukov (Fitness- und Bewegungstherapeut) **Infos und Anmeldung:** www.spiesberger.cc

SPORT IN VORARLBERG

EM-Auslosung in Bregenz

HANDBALL. Am kommenden Dienstag (13.30 Uhr, Restaurant Welle am Hafen) findet in Bregenz die Auslosung der Spielgruppen für die Jugend-Europameisterschaft 2012 statt. 16 Nationalteams werden um den Titel spielen. Die Partien werden vom 12. bis 22. Juli in Hard und Bregenz ausgetragen.

Auftaktsieg für Devils

AMERICAN FOOTBALL. Die Cineplexx Blue Devils Hohenems haben ihr CEFL-Auftaktspiel gegen die Budapest Wolvers 41:14 gewonnen.

Dornbirn unterliegt Thun

ROLLHOCKEY. Im Rahmen des Aufstiegs-Play-offs in die Schweizer NLA musste sich der RHC Dornbirn am Samstag zum Auftakt dem RHC Thunerstern mit 2:4 geschlagen geben. Die Treffer für die Messestädter erzielten Kaul und Stockinger. Am Freitag hatten die Messestädter im Rahmen der Österreichischen Meisterschaften einen klaren 16:2-Erfolg gegen den URH Feldkirch gefeiert.

Gold für Plank und Muther

KARATE. Bei den Staatsmeisterschaften in Wels verteidigten Bettina Plank (KC Kleiner Drache Mäder) und Andreas Muther (KC Götzis) ihre Titel in den Kategorien Kumite bis 50 kg und Kumite bis 84 kg souverän. Die beiden gewannen zudem mit Victoria Selinschek und Bianca Trebitsch bzw. Christoph Obermaier und Jan Fleisch jeweils Bronze im Teambewerb. Selinschek eroberte in ihrer Klasse Silber. Fleisch und Emanuel Riedmann (KC Lustenau) holten jeweils Bronze.