HCP-Junior
EISZEIT
2012/13

elpo
technics for energy

www.hcpustertaljunior.com

Qualität aus der Schweiz erkennt man
an diesem Symbol:

Musikpavillon St. Peter ▸ Kristallalm, Skiarena Klausberg ▸ Gradonna Mountain Resort ****S, Kals am Großglockner ▸ Hotel Waldruhe, Hofern ▸ Grundschule Ulten

Qualität im Südtiroler Holzbau an diesem:

ZIMMERHOFER HOLZBAU

ZIMMERHOFER HOLZBAU
QUALITÄTSBAUTEN IN HOLZ, IN UND AUSSERHALB VON SÜDTIROL
SAND IN TAUFERS, T 0474 677400, www.zimmerhofer.net

Liebe Eishockey-Freunde!

Unser elpo ASV HC Pustertal Junior geht konsequent den bei der Vereinsgründung im Jahre 2008 eingeschlagenen Weg. Die Ziele bei der Vereinsgründung sind die selben wie heute. Wir möchten den jungen Eishockeyspielern der Kategorien U14 und kleiner das Eishockeyspielen beibringen, wobei vor allem der Spaßfaktor und das spielerische Erlernen der Fertigkeiten im Vordergrund stehen sollen. In den höheren Kategorien von U16 bis U20 wollen wir eine führende Rolle im italienischen Eishockey einnehmen und den jungen Eishockeyspielern eine professionelle Ausbildung bieten. Allen talentierten und fleißigen jungen Spielern soll der Weg geebnet werden, um in den beiden höchsten italienischen Ligen oder darüber hinaus Eishockey spielen zu können. Diesbezüglich gestaltet sich die Zusammenarbeit mit der ersten Mannschaft sehr positiv, schaffen es doch immer mehr Jugendeishockeyspieler in den Kader der ersten Mannschaft bzw. In den Kader des diesjährigen Farmteams aus Meran.
Die Sommermonate gestalteten sich heuer sehr arbeitsintensiv. Nachdem unser langjähriger Jugendchefcoach Andzejs Mitkevics seinen Vertrag aus persönlichen Gründen nicht verlängert hat und nach Deutschland zurückkehrte, galt es für die sportliche Leitung ein neues erfolgshungriges Trainerteam zusammen zu stellen. Ebenso aus dem Trainerteam ausgeschieden sind zudem unsere langjährigen Trainer Kurt Suen, Kurt Kern und Roberto Di Napoli, bei denen ich mich auf diesem Weg sehr herzlich für die jahrelange Mitarbeit bedanken möchte. Unser neues Trainerteam setzt sich aus den beiden deutschen Trainern Alfred Weindl und Jacek Olender sowie den beiden Einheimischen Trainern Ivo Machacka und Roland Golser zusammen. Auf diesem Weg wünsche ich unserem Trainerteam viel Erfolg und Freude und Leidenschaft bei der Arbeit.
Die Entwicklung unseres Vereines in den letzten Jahren wurde auch dadurch ermöglicht, daß die politische Gemeinde stets unterstützend dem Sportverein zur Seite stand. Diesbezüglich ein großes Dankeschön an die Stadtgemeinde Bruneck und die Verwaltung des Eisstadions. Maßgeblich für den Fortschritt unseres Sportvereines war und ist jedoch die unermüdliche, ehrenamtliche Arbeit unserer unzähligen Mitglieder und Vereinsverantwortlichen, um dem Verein sein heutiges Ansehen und Erscheinungsbild zu geben.
Mein ganz besonderer Dank gilt deshalb auch diesmal allen Vereinsverantwortlichen, Mitgliedern, Helfern, Freunden, Sponsoren und Gönnern für den unermüdlichen Einsatz zum Wohle des Vereins.
Allen Aktiven Sportlern, Trainern, Teamleadern, Betreuern, Eltern und Zuschauern wünsche ich für die heurige Spielzeit packende Eishockeyspiele geprägt von sportlicher Fairness und den ein oder anderen großen Erfolg unserer Mannschaften!

Mit sportlichem Gruß
Stefan Oberleiter
Präsident elpo ASV HC Pustertal Junior

WÖRNDLE Inter SERVICE
Unsere Leidenschaft - Ihr Erfolg.

SCHONDORF
I-39031 Bruneck / Brunico
Stadtgasse 55 - via Centrale
www.schondorf.it

ELEKTRO WINKLER
Elektroinstallationen- Photovoltaikanlagen
Impianti elettrici - Impianti fotovoltaici
Bahnhofstr.- Via Stazione 25
I-39030 Olang - Valdaora (BZ)
Tel. 0474/497294 - Fax 0474/497659
www.elektro-winkler.it - info@elektro-winkler.it

Christian Tschurtschenthaler

Andreas Mariner
Stadtrat für Sport

Grußworte

Liebe Eishockeyfreunde,

im Namen der Stadtgemeinde Bruneck heiße ich Sie ganz herzlich willkommen.
Die Eishockeyeuphorie des ganzen Tales hat auch viele junge Menschen in seinen Bann gezogen. Der elpo HC Pustertal Junior betreut zur Zeit an die 180 Kinder und Jugendliche aufgeteilt in 8 Mannschaften.
Der intensiven Arbeit der Verantwortlichen, allen voran dem Präsidenten Stefan Oberleiter, dem Vorstand , den vielen freiwilligen Helfern und nicht zuletzt den Sponsoren und Gönnern ist es zu verdanken, dass viele Jugendliche diesen faszinierenden Sport ausüben können.
Die jungen Eishockeyspieler verbringen viele Stunden im Eisstadion beim Training und bei Meisterschaftsspielen und gehen somit einer sinnvollen Freizeitbeschäftigung nach.
Eishockey fördert den Gemeinschaftssinn, Respekt, Disziplin und Verantwortung, alles Fähigkeiten, die auch im alltäglichen Leben zum Tragen kommen.
Ich wünsche allen Spielern, Trainern und Verantwortlichen eine gute, verletzungsfreie Saison 2012/13, möge jeder sein persönlich gestecktes Ziel erreichen.

Der Bürgermeister
Christian Tschurtschenthaler

Renato Stancher

Saluto

Lo sport fa rimanere giovani ed i giovani sono il nostro futuro.Ed e' per questo che gli Enti pubblici hanno il dovere di sostenere lo sport con particolare riguardo a quello giovanile. Noi tutti abbiamo necessità che valori come la lealtà, fair play, equità, amicizia, tolleranza e rispetto reciproco siano le fondamenta su cui edificare i progetti della nostra comunità. Ed e' in questa palestra di vita, dove si forgia l' identità e si ravvicinano le persone, dove si promuove il benessere fisico e mentale, dove si valorizza la virtù dell' autodisciplina e della stima in sé, dove si impara a conoscere i propri limiti, che si contribuisce alla socializzazione dei nostri giovani.Grande di questo merito va attribuito alla ASV HC Pustertal Junior ed ai suoi dirigenti, ai tanti volontari che con passione regalano il loro tempo per il bene della nostra gioventù.
A voi tutti un grazie riconoscente ed un augurio di un anno di grandi soddisfazioni e successi sportivi.

Renato Stancher
Vicesindaco di Brunico

IMPRESSUM:

Herausgeber: HC Pustertal Junior
Erscheinungsjahr: 2012

Auflage: 3.000 Stück
Druck: Pixie Bruneck

Gesamtleitung: Kathia Gatterer

Layout & Grafik:
Patrick Kirchler, Dagmar Dantone

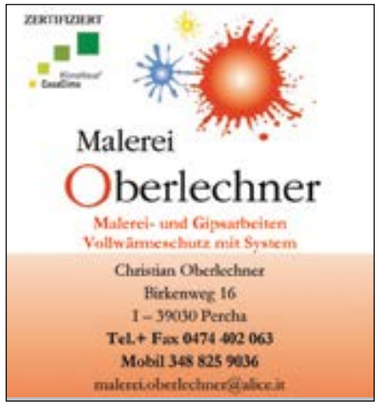
Mitarbeiter/Marketing:
Kathia Gatterer, Monika Kottersteger, Lara Pramstaller, Christof Thum, Helga & Pauli Götsch, Florian Tinkhauser, Georg Plaikner, Walter Milesi, Sigi Niederwolfsgruber, Alex Kirchler, Herbert Rainer, Stefan Oberleiter

Elpo als Hauptsponsor

... 200 Jugendeishockeyspieler in einen elektrobetriebenen 500er der Firma elpo passen?

Obwohl, wie auf dem Bild zu sehen, die Wette knapp verloren ging, hatten die kleine Wölfe mächtig Spaß.
Spaß, Bewegung, Disziplin und Freude am Eishockeysport sind die Schlagwörter, welche für Robert Pohlin, Hauptsponsor des elpo HC Pustertal Junior, wichtig sind, um Erfolg zu haben. Diese Werte zählen nicht nur im Sport, sondern auch im täglichen Leben.

Robert Pohlins Wünsche für die Saison 2012/2013:
"Energie und Kraft für Betreuer, Trainer und speziell für die Jugendlichen, um alle Hürden zu bewältigen. Zuversicht, eine tolle gemeinsame Truppe zu sein. Alle an einem Strang ziehen, denn nur gemeinsam ist man stark. Und dass der Einsatz von Erfolg gekrönt sei."



Tätigkeiten abseits des Eises 2012

Weisswurstessen
Der elpo HC Pustertal Junior hat am 9. Juni das erste Sponsor Weisswurstessen organisiert. Die Veranstaltung fand auf der Terrasse des Hotel Post in Bruneck den geeigneten Rahmen. Zahlreiche Sponsoren und Gönner unserer Hockeyjugend fanden sich zu dem geselligen Treffen ein. Die lokale Politik, war durch den Bürgermeister Tschurtschenthaler Christian, den Stadtrat für Sport, Mariner Andreas vertreten. Ebenso war Kosta Norbert, Verantwortlicher des Cron4 und dabei des Eisstadions mit von der Partie, wie auch Huber Martin, als Verantwortlicher des Tourismusvereins.
Die gesellige, muntere Atmosphäre war der geeignete Ort für einen netten Plausch der Wirtschaftsvertreter. Die Gastgeber, Familie von Grebmer verpflegten uns ausgezeichnet mit originalen Münchner Weißwürsten und Bier.

Staffelmarathon
Am Nachmittag des 9. Juni nahm der elpo HC Pustertal Junior beim 4. Welsberger Staffelmarathon zu Gunsten der Südtiroler Sporthilfe teil. Die Patenschaft für unsere Staffel hatte die Firma elpo übernommen. Es galt mit den gemeldeten Läufern die 42 km, angelegt in einem Rundparcours im Zentrum von Welsberg zu bewältigen. Die Siegerstaffel war diejenige, die der Durchschnittszeit aller Staffeln am nähesten kam. Der elpo HC Pustertal war zwar nicht Sieger, aber wir legten stattliche 137 km zurück, so viele km hatte bis jetzt noch keine Staffel geschafft.
Sieger blieb einmal mehr der Spaß dabei zu sein. Zum Abschluss gab es noch für alle Läufer von Robert Pohlin ein Würstl und ein Saftl am anschließenden Fest im Park von Welsberg.

Staffellauf Team HCP-Junior

Sommertraining einmal anders.
Unser neuer Trainer Jacek Olender hatte heuer bereits im Juni mit dem Sommertraining der Mannschaften U10, U12, U14 und U16 begonnen. Die Kinder trainierten einmal in der Woche am Sportplatz der Schulzone Bruneck und zweimal wöchentlich im Eisstadion um der Sommerhitze in den Mittagsstunden auszustellen. Es waren sehr viele begeisterte Spieler dabei, die verbunden mit Spielen die Kondition für den Winter aufbauten.

Das jährliche Sommercamp im August
Auch heuer wurde wieder ein Sommertrainingslager für alle heimischen Spieler organisiert. Das Sommercamp war dieses Jahr auf drei Wochen aufgeteilt. Jede Woche wurde eine Mannschaft einer Kategorie der U 14, U 12 und U 10 betreut. Es wurden täglich 2 Trainingseinheiten auf dem Eis absolviert und eine Trainingseinheit in der Stadtturnhalle. Die Verpflegung der Spieler, Trainer und Betreuer erfolgte im Eisstadion im "VIP-Raum". Zahlreiche Spielermamas halfen tatkräftig mit, beim Kochen und bei der Essensausgabe. Bei der Frage, was den Spielern am Camp am besten gefallen habe, antworteten gar einige: das Essen.

Weihnachtsmarkt
Der elpo HC Pustertal Junior hatte am Weihnachtsmarkt 2011/12 wiederum den Verkaufsstand von Senfter betreut. Viele Eishockeymamas haben an den Wochenenden Speck und Würste verkauft.

Weisswurstessen aller Mitarbeiter und Sponsoren

Rufus mit 2 Junior-Cracks bei der Teamvorstellung

Mannschaftsvorstellung am 15. September
Am 15. September wurde in Zusammenarbeit mit der ersten Mannschaft ein „Hockeyfest" zur Vorstellung der einzelnen Mannschaften des elpo HC Pustertal Junior und der Mannschaft der Serie A veranstaltet. Bei strahlendem Spätsommerwetter fanden sich viele Hockeyfans im Tschurtschenthaler Park ein, um die Spieler zu begrüßen. Patza übernahm in gewohnt professioneller und unterhaltsamer Manier die Moderation dieser Vorstellung. Für Stimmung neben der Spielervorstellung sorgte die Band Helli & friends mit heißen Rythmen.

Public viewing
Die Finalspiele der Serie A Meisterschaft 2011/12, Bozen Foxes gegen Fiat Professional Wölfe wurden im April 2012 am Gemeindeplatz von Bruneck live übertragen. Der elpo HC Pustertal Junior sorgte für die Verpflegung und Getränke. Leider spielte heuer das Wetter nicht so ganz mit, auch der Verlauf der 4 Spiele war bei weitem nicht so spannend als im Jahr zuvor. Aber alles in Allem ist es immer eine tolle Veranstaltung und ein Treff für viele Hockeyfans.

Resultate Saison 2011/12

U20: 5. Platz
Italienmeisterschaft

U18: 3. Platz
Italienmeisterschaft

U16: 2. Platz
Italienmeister

U14: Vorrunde
Italienmeisterschaft

U12 black: 3. Platz
Kreis A

U12 yellow: 3. Platz
Kreis B

Gartner shoes

MILESI
MODE & TRACHT
BERUFSMODE
Milesi OHG d. Milesi K. & Co.
H. Sigmundstr. 12A • I-39031
Bruneck (BZ)
T (0039) 0474 554566 • F (0039) 0474 538483
www.milesi.bz • info@milesi.bz

STOLL
Heizung und Sanitäre
Ahrntalerstraße 35
St. Georgen

elektro ewald

WÖRTZ BÄCK Café
Tel. 0474 555 856
Stadtgasse 12
MO/DI/SA: 8.00 - 20.00
MI/DO: 8.00 - 01.00
FR: 8.00 - 02.00

PAPYREX GmbH-Srl
Papierengros · Carta all'ingrosso
Bruneck - Brunico
www.papyrex.it

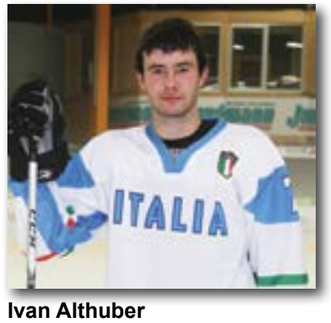
Auswahlmannschaft 2011/12

Auch in der Saison 2011/12 schafften einige Pusterer Jungwölfe den Sprung in den Südtiroler Landeskader bzw. in die italienische Nationalmannschaft.
Gregor Grossgasteiger, Alex Zecchetto, Ruben Tomasini, Jakob Oberpertinger, Simon Berger, Maximilian Leitner und Philipp Beikircher (U13); Michael Pichler, David Laner, Michael Sieder und Johannes Goldwurm (U14); Elias und Jonas Thum, Mark Milesi und Alex De Lorenzo (U15); vertraten den Südtirolkader bei verschiedenen Turnieren im In- und Ausland.

Elias und Jonas Thum, mit Mark Milesi erhielten Einberufungen im Trikot der italienischen U16 Nationalmannschaft bei internationalen Turnieren.
Felix Haidacher, Ivan Althuber, Daniel Glira und Andreas Radin (U18) sowie Danny Eliscasis, Lukas Crepaz und Daniel Glira (U20) nahmen an den Weltmeisterschaften der 1. Division in Piestany (SVK) bzw. in Tychy (POL) mit Erfolg teil.

Auswahl U14

Auswahl U13



Ivan Althuber

Wolfsgruber GmbH hat die letzten zwei Jahre den elpo HC Pustertal Junior beispielhaft unterstützt. Das Familienunternehmen, spezialisiert in der Produktion von Edelstahl- und Schmiedeeisenkomponenten, war zweimaliger Rundensponsor der Serie A Mannschaft. Familie Wolfsgruber stellte uns großzügiger Weise diese Trikots für eine Verlosung zur Verfügung. Die Aktion war jedes Mal ein Riesenerfolg.

Vorne v.l.n.r. Simon Laner, Samuel Karbon, Alex Pedevilla, Mattia Miciulla, Hannes Zingerle, Marcel Herrnegger, Noah Astner, Philipp Frei, Jakob Hitthaler, Dominik Levada
Mitte v.l.n.r. Jonas Ausserdorfer, Simon Ritsch Madonna, Leo Villgratter, Elias Fauster, Patrick Mazzarini, Michael Oberhofer, Simon Helfer, Maximilian Astner
Hinten v.l.n.r. Roland Golser, Moritz Kammerer, Alfred Weindl, Damian Clara, Erika Hintner, Leonardo DeVille, Jacek Olender

Under 8

TEILNEHMER GRUPPE C	TURNIERE		
HC Pustertal Junior	HC Toblach	13.01.2013	10.00
WSV Sterzing	HC Bressanone	20.01.2013	10.00
HC Toblach	WSV Sterzing	27.01.2013	10.00
HC Bressanone	HC Pustertal J.	10.02.2013	10.00

Learn to play zielt darauf ab Kindern im Alter von sechs bis neun Jahren grundlegende Fertigkeiten im Eishockey zu vermitteln, in dem Spaß groß geschrieben wird. Es gibt keine Meisterschaft, sondern nur Freundschaftsturniere. Gespielt wird quer über das Eis auf einem Drittel des Eishockeyfeldes. Die Spieler können auch unter den Mannschaften ausgetauscht werden. Im Vordergrund steht Spaß und Fairplay.

MOSER&CO
www.moser-co.com

TiSCHLEREi
Plankensteiner
Gais
TISCHLEREI PLANKENSTEINER OHG
Am Lahnbach 7 - I-39030 Gais (BZ)
Tel. 0474/504062 - Fax 0474/505599
tischlerei.plankensteiner@rolmail.net

OBERHOFER HOLZINDUSTRIE
SÄGEWERK · HOBELWERK

BALKONE | GARTENZÄUNE | GARTENMÖBEL
Ahrnerstr. 87 · I-39030 St. Johann · Ahrntal
Tel. +39 0474 671 194 · Fax +39 0474 671 765
www.oberhofer-holzindustrie.com

SOFTWARE ARCHIVIERUNG | ARCHIVIAZIONE DOCUMENTALE
DIGITALE FARBKOPIERER | FOTOCOPIATRICI DIGITALI
MULTIFUNKTIONALE DRUCKER | STAMPANTI MULTIFUNZIONALI
BÜROMASCHINEN | MACCHINE PER UFFICIO
REGISTRIERKASSEN | REGISTRATORI DI CASSA
BÜROBEDARF | ACCESSORI PER UFFICIO
KUNDENDIENST | SERVIZIO TECNICO DI ASSISTENZA
olivetti
39031 BRUNECK (BZ) / BRUNICO
Tauferer Str. 8 via Campo Tures
Tel. 0474 555 536
Fax 0474 555 440
Firma/Ditta
marchetti Gmbh srl
Alleinvertretung
Concessionario esclusivo

II. Internationales Turnier um den Pokal der Stadt Bruneck

Gäste aus Kaufbeuren

Am 8. Und 9. September war es wieder so weit. In Bruneck ging das II. Internationale Jugendturnier der Kategorie U 12 über die Bühne. Die Vorbereitungen zum Turnier begannen bereits im Februar 2012 mit dem Verschicken der Einladungen an zahlreiche ausländische Eishockeyvereine.
Es gelang wieder gar einige ausländische Mannschaften einzuladen: aus Deutschland reisten Bad Tölz, als Titelverteidiger, Kaufbeuren und Peiting an, aus Österreich Feldkirch und Innsbruck, hinzukamen noch die Mannschaften aus Italien : Pergine und Cortina/Toblach und natürlich Gastgeber elpo HC Pustertal Junior.
Die Mannschaften und mitgereisten Eltern erlebten in Bruneck zwei wunderbare sommerlich warme Herbsttage. Die Hockeyfans konnten in der Sonne vor dem Stadion Köstlichkeiten vom Grill essen und ein kühles Getränk genießen. Eine Tombola mit tollen Sachpreisen, gesponsert von Geschäftsleuten von Bruneck und Umgebung, sorgte auch abseits des Eises für die nötige Spannung.
Die Mannschaften wurden durch die tatkräftige Unterstützung der Spielereltern und Betreuer im Eisstadion bekocht. Die Spieler, Trainer und Betreuer aßen leckere Nudeln mit Ragu (von unserer Hockeyköchin Burgi zubereitet), weiters gab es gemischt Gegrilltes für die Mannschaften, was den Kindern natürlich auch herzhaft schmeckte. Bei der Besorgung der Kabinenverpflegung, der Zutaten für die Mannschaftsverpflegung und der Lunchpakete für die Heimreise, war uns auch dieses Jahr wieder Pircher Martin vom Despar Pircher, Sand in Taufers sehr behilflich.
Die acht Mannschaften kämpften am ersten Tag in zwei Vierergruppen um die Ausgangsposition für die Finalspiele am Sonntag. Bereits die Spiele am Samstag waren sehr spannend und man konnte sehen, dass das Turnier sportlich auf einem sehr hohen Niveau stand.
Spannung pur gab es am Finaltag. Nicht weniger als drei!!! Spiele wurden erst durch penalty Schießen entschieden. Im Finale traten der EC Peiting gegen den ASD Hockey Pergine an.
Der Ec Peiting gewann schlussendlich das Finale mit 5:3. Die jungen Hockeyspieler konnten mit dem begehrten Wanderpokal die Rienzstadt verlassen.
Die Mannschaften hatten sichtlich Spaß beim Turnier und freuen sich bereits auf eine Neuauflage im Jahr 2013.

Heimische Wölfe

Sieger aus Peiting

KarosserieHuber
...immer mit Leidenschaft dabei!

vorne v.l.n.r. Thomas Stoll, Daniel Ausshofer, Hannes Monthaler, Philipp Piffrader, Lorenz Ausserhofer, Samuel Laner Kellerer, Mattia Covelli, Jakob Thum, Simon Denicoló
mitte v.l.n.r. Benny Götsch, Aaron Monthaler, Kevin Baumgartner, Franz Gasser, Lukas Plankensteiner, René Purdeller, Aaron Golser, Stefan Breitenberger
hinten v.l.n.r. Roland Golser, Jacek Olender, Aschbacher Johannes, Daniel Oberhofer, Novelli Nickolas, Thomas Mair, Tommy Purdeller, Manuela DeLorenzo Meo, Karoline Lahner, Gennaro Covelli
es fehlen: Matthias Unterkofler, Hannes Frenademetz, Leonhard Hasler

Under 10

TEILNEHMER GRUPPE A	TURNIERE		
HC Toblach	WSV Sterzing	11.11.2012	10.00
WSV Sterzing	HC Toblach	25.11.2012	10.00
HC Alta Badia	HC Alta Badia	02.12.2012	10.00
HC Pustertal Junior	HC Bressanone	09.12.2012	10.00
HC Bressanone	HC Pustertal J.	23.12.2012	10.00

U10:
Ab Dezember wird nach den Turnieren eine inoffizielle Südtiroler Meisterschaft ausgetragen. Die Spielpläne stehen noch nicht fest.

KRONPLATZ
PLAN DE CORONES
Skirama Kronplatz unterstützt für weitere drei Jahre unsere Hockeyjugend und ermöglicht damit den Ankauf von neuen Windjacken. Immer wieder tragen unsere jungen Hockeyspieler mit Stolz die schwarzgelben Jacken mit dem Kronplatz „Giggo“.
Wintersaison 2012/13
01.12.2012-14.04.2013

cafè hotel post restaurant

lohndirekt.it
Südtirols 1. Online - Lohn- und Gehaltsberechnung

STAMPFL
BAUSPENGLEREI

Handwerkerzone 33/9 // I-39030 Rodeneck
T +39.0472.454152 // info@bauspenglerei-stampfl.it

SPENGLER- UND ISOLIERUNGSARBEITEN

www.bauspenglerei-stampfl.it

DORFMANN
CHRISTIAN
BRUNECK - BRUNICO
Tel. 0474/55 35 25

Kaminkehrer - Spazzacamino
Reinigen Prüfen Beraten
Pulire Controllare Consigliare

vorne v.l.n.r. Gabriel Zingerle, Matthias Steger, Alex DeMartin, Gabriel Alton, Alexander Steger, Tobias Oberhofer, Elias Pohlin, Ivan Monthaler, Gregor Bachmann
mitte v.l.n.r. Renate Caumo, Lara Pramstaller, Paul Fincato, Maximilian Ritsch-Madonna, Erik Milesi, Lukas DeLorenzo Meo, Markus Steinkasserer, Alex Lochmann, Markus Baumgartner, Kathia Gatterer, Florian Pescollderung, Jacek Olender, Ivo Machacka
hinten v.l.n.r. Matthias Mazzarini, Matthias Piffrader, Enrico Pintore, Anna Caumo, William Costa, Nickolas Delazer, Jonas Stross
es fehlt: Eduard Hasler

SPIELPLAN U12

SA	22.09.2012		HC Toblach	2 : 2	HCP
SA	29.09.2012		HC Bozen	4 : 5	HCP
SA	06.10.2012		EV Bozen 84	2 : 30	HCP
SA	13.10.2012	11:00	HCP	9 : 2	HC Eppan
SA	20.10.2012		HC Gherdeina	1 : 2	HCP
MO	29.10.2012	16:30	HCP	9 : 2	SV Kaltern
SA	10.11.2012	16:30	HCP	3 : 4	HC Meran Junior
SA	17.11.2012	16:30	HCP	:	HC Neumarkt
SA	24.11.2012	16:30	HCP	:	ASV Prad
SA	01.12.2012		Ritten Sport	:	HCP
SA	08.12.2012	16:30	HCP	:	WSV Sterzing Blue
SA	15.12.2012	11:15	HCP	:	WSV Sterzing White
SA	22.12.2012	16:30	HCP	:	HC Toblach
SA	29.12.2012	16:30	HCP	:	HC Bozen
SA	05.01.2013	16:30	HCP	:	EV Bozen 84
SA	12.01.2013		HC Eppan	:	HCP
SA	19.01.2013	16:30	HCP	:	HC Gherdeina
SA	26.01.2013		SV Kaltern	:	HCP
SA	09.02.2013		HC Meran Junior	:	HCP
SA	16.02.2013		HC Neumarkt	:	HCP
SA	23.02.2013		ASV Prad	:	HCP
SA	02.03.2013	16:30	HCP	:	Ritten Sport
SA	09.03.2013		WSV Sterzing Blue	:	HCP
MO	11.03.2013		WSV Sterzing White	:	HCP

U12:
Es wird eine Hin- und Rückrunde gespielt. Am Ende der Saison wird eine Endrunde geplant, für die sich die besten Teams aller Regionen qualifizieren.

Senfter®
METZGEREI - MACELLERIA
Senfter Platzl - Innichen

senfter's
CAFÈ - BISTRO
Piazzetta Senfter - San Candido

UNDER 14 BLACK

vorne v.l.n.r. Noah Rainer, Marian Machacka, Simon Profunser, Manuel Taschler, Rafael Kirchler
mitte v.l.n.r. Jacek Olender, Kathia Gatterer, Kevin Costa, Michael Sanin, Andreas Huber, Juri Huber, Ivo Machacka
hinten v.l.n.r. Raffael Pohlin, Maya Remondini, Aaron Zingerle
es fehlt: Matthäus Beikircher

SPIELPLAN BLACK

SO	23.09.2012	11:00	HCP Black	2 : 11	Ritten Sport
FR	05.10.2012		WSV Sterzing Blue	8 : 2	HCP Black
SO	21.10.2012	11:00	HCP Black	1 : 25	HCP Yellow
SO	28.10.2012		EV Bozen 84	8 : 0	HCP Black
FR	02.11.2012	16:30	HCP Black	2 : 3	AHC Vinschgau
SO	04.11.2012		HC Eppan	17 : 1	HCP Black
SO	11.11.2012	10:30	HCP Black	0 : 18	HC Gherdeina
SO	18.11.2012	10:30	HCP Black	:	SV Kaltern
SO	25.11.2012	10:30	HCP Black	:	HC Meran Junior
MI	28.11.2012	16:30	HCP Black	:	Auer
SO	02.12.2012		SV Lana	:	HCP Black
SO	16.12.2012	10:30	HCP Black	:	WSV Sterzing White
SO	23.12.2012		Ritten Sport	:	HCP Black
MO	31.12.2012	10:30	HCP Black	:	WSV Sterzing Blue
SO	06.01.2013		HCP Yellow	:	HCP Black
SO	13.01.2013	11:00	HCP Black	:	EV Bozen 84
SO	20.01.2013		AHC Vinschgau	:	HCP Black
MI	23.01.2013	16:30	HCP Black	:	HC Eppan
MI	30.01.2013		HC Gherdeina	:	HCP Black
SO	03.02.2013		SV Kaltern	:	HCP Black
MI	13.02.2013		HC Meran Junior	:	HCP Black
FR	15.02.2013	16:30	HCP Black	:	SV Lana
SO	17.02.2013		SC Auer	:	HCP Black
FR	08.03.2013		WSV Sterzing White	:	HCP Black

U14 Yellow:
Nach der ersten Phase (Hin- und Rückrunde) qualifizieren sich die ersten 8 Teams aus dem Kreis „Südtirol“ für die Playoffs. Diese werden als Viertelfinal-, Halbfinal- und Finalturniere auf nationaler Ebene ausgetragen.

stimpfl KG SAS
des/di Stimpfl Manfred & Co.
stimpfl@dnet.it
Tel. 0474 552 236 - Bruneck

Hotel Corso
Bruneck
www.hotelcorso.com

UNDER 14 YELLOW

vorne v.l.n.r. Hannes Stoll, Damian Denicoló, Alex Caumo, Simon Berger, Maximilian DeLorenzo Meo, Jonas Zimmerhofer, Klaus Wieser
mitte v.l.n.r. Claudio DeLorenzo Meo, Gregor Grossgasteiger, Philipp Beikircher, Maximilian Schönhuber, Jakob Oberpertinger, Maximilian Leitner, Ruben Tomasini, Jacek Olender, Michael Caumo
hinten v.l.n.r. Alex Zecchetto, Alexander Gartner, Paul Balzer, Diego Miciulla, Jan Mair

SPIELPLAN YELLOW

SO	07.10.2012	11:00	HCP Yellow	32 : 0	AHC Vinschgau
SO	14.10.2012	11:00	HCP Yellow	18 : 1	EV Bozen 84
SO	21.10.2012		HCP Black	1 : 25	HCP Yellow
SO	28.10.2012	11:00	HCP Yellow	17 : 0	HC Eppan
MI	31.10.2012	10:30	HCP Yellow	19 : 1	SV Kaltern
FR	02.11.2012		HC Gherdeina	2 : 11	HCP Yellow
SO	11.11.2012	16:30	HCP Yellow	12 : 3	HC Meran Junior
SO	18.11.2012		SC Auer	:	HCP Yellow
SO	25.11.2012		SV Lana	:	HCP Yellow
FR	30.11.2012		WSV Sterzing W	:	HCP Yellow
SO	02.12.2012	11:00	HCP Yellow	:	Ritten Sport
SO	16.12.2012		WSV Sterzing B	:	HCP Yellow
MI	26.12.2012		AHC Vinschgau	:	HCP Yellow
DO	03.01.2013		EV Bozen 84	:	HCP Yellow
SO	06.01.2013	10:30	HCP Yellow	:	HCP Black
SO	13.01.2013		HC Eppan	:	HCP Yellow
SO	20.01.2013	10:30	HCP Yellow	:	HC Gherdeina
FR	25.01.2013		SV Kaltern	:	HCP Yellow
MI	30.01.2013		HC Meran Junior	:	HCP Yellow
SO	03.02.2013	10:30	HCP Yellow	:	SC Auer
MO	11.02.2013		Ritten Sport	:	HCP Yellow
MI	13.02.2013	16:30	HCP Yellow	:	SV Lana
SO	17.02.2013	16:30	HCP Yellow	:	WSV Sterzing White
SO	03.03.2013	10:30	HCP Yellow	:	WSV Sterzing Blue

U14 Black:
Nach der ersten Phase (Hin- und Rückrunde) qualifizieren sich die ersten 8 Teams aus dem Kreis „Südtirol“ für die Playoffs. Diese werden als Viertelfinal-, Halbfinal- und Finalturniere auf nationaler Ebene ausgetragen.

Weißes Lamm
Gasthof Weißes Lamm I Bruneck I Tel. 0474 411350
Künstler-Stübele

FLIESEN HOFER
J.-G.-Mahl-Str. 18 - I-39031 Bruneck (BZ) - tel.: +39 0474 555290

... nicht ganz Ernst zu nehmen!

(Alle Ähnlichkeiten mit lebenden Personen und realen Handlungen sind rein zufällig, aber beabsichtigt :-)

ALTHERREN BRUNECK... Nicht angenommen wurde Gerüchten zufolge die Herausforderung der HCP Junior U8 vom Team der „Altherren Bruneck"! Die lapidare Ausrede von Pauli Lochmann, Peter Pramstaller & Co.: „So spät am Abend dürfen die Jungs eh nicht mehr aufbleiben, Angst vorm Verlieren haben wir...keine!"

B&P... Nennt sich das jüngst bei einer geheimen Sitzung aus der Taufe gehobenen Projektes. Es soll nämlich die Jugendabteilungen des HC Bozen und des HC Pustertal zusammenlegen. Initiator Stefan Oberleiter stolz: „Ein bahnbrechendes Projekt für alle!"

C&P... Nennt sich das Projekt, das Initiator Stefan Oberleiter zusammen mit den „Scoiattoli" aus Cortina aus der Taufe hebt: er sieht vor, dass die Jugendabteilungen zusammen eine U10 stellen. Trainiert wird auf dem Pragser Wildsee unter der Leitung eines noch nicht näher bekannten Försters.

DEMENZ... viel verbreitetes Phänomen unter den Spielern. Zumindest sehen es unsere Jugendcoaches so, wenn sie zum x-ten Mal Abseits und Icing erklären...

ELFMETER... anstatt Penalty! Vielumjubelter Vorschlag des thailändischen Eishockeypräsidenten Winus Sirikaya bei der letzten Councilsitzung, nachdem sein Spieler Nakajoko gegen die Türkei drei Penaltys in Folge verschoss!

FUNKTIONÄRE... Sind in den höheren Ligen eine Aussterbende Spezies. Rackern viel für den Verein und glauben dafür das Eishockey mit erfunden zu haben (Achtung: Irrtum!)

GUTTALAX... was früher zur Standartausrüstung jeder Eishockeybar und Trainertasche gehörte, ist zunehmend aus der Mode gekommen. Die Medizin bringt umgehend Durchfall und wird vom HCP Junior in den Playoffs 2013 wieder in der Gästekabine auftauchen...

HOLZHACKER... Er ist der technisch weniger begabte Spieler im Kader. Mit einem Unterschied: für den Stürmer ist der Begriff eine Beleidigung, für den Verteidiger ein Kompliment.

IIHF... (sprich: ei-ei-etsch-eff) Hat die Hauptaufgabe übernommen, unser geliebtes Eishockey langweiliger zu machen: Abschaffung von Haken, Verhindern von Faustkämpfen, sowie unverschämterweise: verbesserte Schiedsrichterausbildung! :-)

JAGR, JAROMIR... Schock beim HC Junior: der Eismeister Reini möchte in allen Jugendkabinen Glücksspielautomaten aufstellen. „Das bringt einfach mehr Einnahmen", so Reini. Die Kinder haben nun zwar noch weniger Platz, dafür bewirbt sich der als spielsüchtig geltende Jaromir Jagr als Jugendcoach!

KASSIER... Er ist der einzig wahre Künstler im Verein. Während das Publikum die Künste des Mittelstürmers verehrt, gibt es für den Vereinsvorstand nur einen „Zauberer", und zwar im Mai (siehe auch „Mitgliederversammlung")

LINIENRICHTER... Komplizen und gewissermaßen jene die Fehler der Headschiedsrichter ausbaden müssen.

Bleiben also besser unauffällig. So unauffällig, dass Lokalrunden ganz selten auf Ihre Kosten gehen.

MITGLIEDERVERSAMMLUNG... alljährliches Trauerspiel, wenn nach abgeschlossener Saison die Bilanz und somit die Höhe des Schuldenberges bekannt gegeben wird.

NATIONEN-TREFFEN... ist der HCP Junior: ein Finne, ein Deutscher spielen mit, weiters nicht weniger als ein Grödner, ein Meraner, ein Auronzaner sowie eine Handvoll „Teldra" Büibm!

OPERATION „KÄSE"... Präsident Stefan Oberleiter hat einen weiteren Plan zur Rettung des Jugendhockeys in Bruneck! Durch die Fusion mit der U16 des HC Asiago winkt eine Gratislieferung von echtem Käse aus Asiago, der beim Altstadtfest 2013 verkauft wird.

POWERPLAY... für Teams hoher Tabellenregionen die Möglichkeit ein Tor zu erzielen. Für andere eine nicht minder realistische Chance 2 Minuten lang mindestens mal kein Tor zu kassieren.

QUINZ-BUAM... hätten wir beim HCP einen Spieler mit „Q" im Namen, müssten wir an dieser Stelle nicht die Quinz-Brüder vom SV Ritten erwähnen. So reichts für eine Erwähnung in der „Eiszeit 2012/13".

RAUFEN... bleibt für das verlierende Team und dem gelangweilten Zuschauer oft die einzige Möglichkeit dem Match zwischenzeitlich einen Sinn zu geben. Eishockey ist aber auch einzigartig :-).

STEINSCHLAG... Waren es früher Fans, die in Kiens mit Wierer Dachziegeln nach den Schiedsrichterautos geworfen haben, so folgt heutzutage die „Strafe" anders: Im Eggental wartet nach schlechten Leistungen Steinschlag (sorry Schiri's. Aber der musste einfach sein :-).

TORMANNPROBLEME... Beim Spiel eines HCP-Jugendteams (Kategorie der Redaktion bekannt) kämpfte der Reservegoalie mit dem Schlaf. Beim Stand von 12:0 kurz eingenickt, stand es plötzlich 18:0! Chapeau!

UNGEREIMTHEITEN... der SMS-Resultateservice beim Turnier in Kaufbeuren funktionierte hervorragend. Warum aber am 2. Tag zwischen den Ergebnissen ein SMS mit „Celina" ankam, bleibt bis heute ein Geheimnis.

VORFREUDE... spielt im Leben aller Spielereltern eine große Rolle. So lange bis ihr Sohn es tatsächlich in die 1. Mannschaft geschafft hat und beim 1. Training traditionsgemäß an allen möglichen und unmöglichen Stellen des Körpers teil-rasiert wird.

WURST WALTA... Ob torkelnder Spielerpapi, ausgehende Spielermami, oder eben U- irgendwas-Crack: irgendeiner vom HCP Junior ist am Wochenende dort stets anzutreffen.

X-TREME FACEBOOK'EN... Neulich auf Facebook: „Hamma, eh :o)" - „---> Like, yo :)" - „Fxxx Numba 13, Babe". Geht klar, Jungs!

YVONNE ROTHEMUND... Wie bitte? Sie wissen nicht, wer das ist? Googeln, und sie werden es erfahren :-) Oder sehen sie im Bett ihres eishockeyspielenden Sohnes nach :-).

ZWEIWEGE-SPIELER... (engl. Two-Way Player). Eishockeyprofi der eingeflogen wird und gleichzeitig auch das Rückflugticket bucht - sicherheitshalber.

Was wäre der elpo HC Pustertal Junior ohne die vielen ehrenamtlichen Mithelfer im Verein?

Materialwart Karl Kuen

Schlittschuhdoktor Paul Seeber

Jeder Verein steht und fällt mit seinen freiwilligen Helfern, welche unermüdlich hinter den Kulissen das ganze Jahr über arbeiten: Sitzungen, Sponsorensuche, Betreuer, Büroarbeiten, Schneiderarbeiten, Reparaturen, Veranstaltungen um nur einige dieser Tätigkeiten aufzuzählen. Der elpo HC Pustertal kann sich glücklich schätzen viele solcher fleißiger Mitarbeiter in seinen Reihen zu haben.

Vorhang auf für die unermüdlichen Helfer im Verein!

Kuen Karl, Materialwart, Teamleader und gute Seele des Vereins. Immer ein offenes Ohr für alle.
Seeber Paul, der Mann für den besten Schliff im Pustertal.
Milesi Walter, unermüdlich im Einsatz am Weihnachtsmarkt (Senfter Speck Standl) und bei jeder Veranstaltung.
Gatterer Kathia, Marketing,-Eiszeit,-Turniere, Betreuer immer und überall.
Lara Pramstaller und Caumo Renate unsere Büroladies, aber auch an der Bande im Einsatz.
Sigi Niederwolfsgruber, der Mann für die Megasponsordeals,Wurstkocher, Griller und vieles mehr.
Viele Arbeiten sind nicht nur von den Betreuern, Teamleadern und freiwilligen Mitarbeitern des Vereins zu bewältigen. Eine wichtige Hilfe kommt immer wieder von den Spielereltern, die am Weihnachtsmarkt helfen, oder auch beim Sommercamp und bei Turnieren.

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an alle (siehe Organigramm) und auch an die Eltern und freiwilligen Helfern des elpo HC Pustertal Junior.

Lara Pramstaller - Sekretariat

Betreuerin Erika Hintner

Kathia Gatterer
Gesamtleitung Eiszeit

Betreuerin Manu De Lorenzo

Kurt Kern, wir sagen Danke!

Danke für deinen jahrelangen, unermüdlichen Einsatz.
Du hattest für jeden, jederzeit ein offenes Ohr.
Du hast die Marketinggruppe erfolgreich geleitet.
Bei jeder Veranstaltung konnten wir auf dich zählen.
Auch dein Engagement beim Sommercamp war einzigartig.
Wir wünschen dir, lieber Kurt, an dieser Stelle viel Erfolg bei all deinen Projekten.

GARANTIERTE QUALITÄT - QUALITÀ GARANTITA
1908
ULBRICH

ANDERS
MEN & WOMEN FASHION-BRUNECK
OUTLET-ST.VIGIL

engo
ice arena equipment
engo GmbH
Handwerkerzone 7
I-39030 Terenten (BZ) - Italien
T 0039.0472.546.157 ● F 0039.0472.546.059
www. engo.it ● info@engo.it

Zahnarztpraxis Dr. Tresnak
Sand in Taufers
Komplettes Leistungsspektrum
- Schmerzlose Laserbehandlungen
- Zahnästhetik & Bleichen
- Zahnfehlstellungen & KFO
- Zahnersatz & Implantate
- Sportschutzschienen
- Behandlung chronischer Schmerzen und Zahnfleischentzündungen

Wir lösen Ihre individuellen Zahnprobleme.
In unserer patientenfreundlichen, modernen Zahnarztpraxis beteiligen sich fünf Zahnärzte aller Fachrichtungen zum Wohl unserer Patienten
Rathausstraße 5 - 39032 Sand in Taufers
Tel. 0474 679510
www.tresnak.com

Tschurtschenthaler
Manufaktur-, Textil-, Liebhaberstücke-Handlung

www.mode-tschurtschenthaler.it

Interview mit dem Trainerteam der Jungwölfe

Rolly, du hast deine Schlittschuhe als Spieler schon an den Nagel gehängt. Was hättest Du als Trainer dem Jugendspieler Golser gesagt?
RG: Ich mache aus dir den besten Verteidiger!!
Warum hast Du dich als Kind für den Eishockeysport entschieden?
RG: Mir hat immer schon die Schnelligkeit dieses Sports und der Zusammenhalt der Mannschaft begeistert!
Was war dein kuriosestes Erlebnis auf dem Eis bisher?
RG: Als ich mit der U14 Nationalmannschaft in Pergine ein Testspiel hatte, mußte das Spiel unterbrochen werden, da Rehe aufs Eis sprangen!
Welches sind die Eigenschaften, die ein Eishockeycrack deiner Meinung nach haben sollte, um Erfolg zu haben?
RG: Disziplin, Ehrgeiz und Spaß am Spiel!
Hast Du noch andere Hobbys außer Eishockey?
RG: Fußball und Rad fahren
Hast Du einen Lieblingsspieler?
RG: Niklas Lidström - Dominik Hasek
Welche Ziele hast du für deine Mannschaften heuer gesteckt?
RG: So viele Spiele wie möglich zu gewinnen!

Herr Weindl, Sie haben sich im Sommer entschieden den Trainerjob des HC Pustertal Junior anzunehmen. Wie haben sie sich eingelebt?
AW: Da ich aus dem Werdenfelser Land komme, war es nicht sehr schwer mich einzuleben. Zudem ist der HC Pustertal sehr familiär strukturiert, und die Mentalität und Sprache unserer sehr ähnlich.
Sie haben Ihre Schlittschuhe als Spieler schon an den Nagel gehängt. Was hätten Sie als Trainer dem Jugendspieler Weindl gesagt?
AW: Nutze die Möglichkeiten, die gegeben sind zu 100 %, arbeite hart, dann wirst du deine Ziele erreichen. Denn Talent ist nur 10 % deines Leistungsvermögens, der Rest ist harte Arbeit.
Warum haben Sie sich als Kind für den Eishockeysport entschieden?
AW: Weil Eishockey die beste Sportart ist, und die vielseitigste. Zudem hat zu der damaligen Zeit der Eishockeysport in Garmisch-Partenkirchen einen sehr hohen Stellenwert besessen, leider hat sich das geändert.
Was war ihr kuriosestes Erlebnis auf dem Eis bisher?
AW: In einem U18 Meisterschaftsspiel einen 1:7 Rückstand, 12 Minuten vor Spielende in einen 8:7 Sieg gedreht und Meister geworden. Daraus entwickelte sich ein Team, und zwei weitere Titel folgten.
Welches sind die Eigenschaften, die ein Eishockeycrack Ihrer Meinung nach haben sollte, um Erfolg zu haben?
AW: Bedingungslosen Willen, Charakter, 100% Einstellung, Lernbereitschaft und positives Denken, auch wenn´s mal nicht läuft.
Nachdem Sie sich von den Pusterer Jungwölfen ein Bild gemacht haben, was und wie groß sind die Unterschiede zum Eishockeysport in Deutschland?
AW: Im lauftechnischen und im physischen Bereich liegt der Unterschied noch weit auseinander, aber es sind auch viele gute Spieler vorhanden, die auch in Deutschland ihren Weg gehen würden.
Pizza, Pasta und Speckknödel. Haben Sie sich mit den Pustertaler Kulinarien schon angefreundet und welches ist Ihr Lieblingsgericht?
AW: Da wir in Garmisch-Partenkirchen eine ähnliche Esskultur haben, schmeckt mir alles gut bürgerliche.
Haben Sie noch andere Hobbys außer Eishockey?
AW: Den FC Bayern München, bei dem ich seit 34 Jahren Mitglied bin, sonst alles, was mit Sport zu tun hat, an erster Stelle aber Familie und Freunde.
Haben Sie einen Lieblingsprofispieler (Feldspieler und Torwart)?
AW: Wayne Gretzky, weil er ohne Starallüren der beste Spieler war, und alles perfekt machte. Vlado Dzurilla, weil er als Torwart der Zeit voraus war, und auch heute der Beste wäre.
Welche Ziele haben Sie sich für Ihre Mannschaften (U18 - U20) heuer gesteckt?
AW: Als erstes die Qualität jedes Spielers zu verbessern, und mit beiden Teams in die Play- Off kommen, und um die Meisterschaft mitzuspielen.

Ivo du hast deine Schlittschuhe als Spieler schon an den Nagel gehängt. Was hättest Du als Trainer dem Jugendspieler Machacka gesagt?
IM: Nein, ich habe sie noch nicht ganz an den Nagel gehängt, einmal wöchentlich spiele ich mit meinen ehemaligen Mannschaftskollegen. Dem Jugendspieler Machacka sage ich er soll mehr an sich arbeiten (im physischem Bereich) und aggressiver und härter spielen ...
Warum hast Du dich als Kind für den Eishockeysport entschieden?
IM: Ich spielte Fussball und Eishockey - der Eishockeysport war jedoch viel faszinierender, schneller, intensiver und bot auch andere Perspektiven (Jugendnationalmannschaften sowie Serie A Mannschaft)
Was war dein kuriosestes Erlebnis auf dem Eis bisher?
IM: Als siebzehnjähriger Kapitän der Jugendnationalmannschaft Italiens schoss ich bei einer EM gegen Frankreich direkt vom Bullypunkt ein Eigentor. Und das 2 Minuten vor Spielende, das uns letztlich einen Podestplatz kostete ...
Welches sind die Eigenschaften, die ein Eishockeycrack haben sollte, um Erfolg zu haben?
IM: Er sollte körperlich topfit sein, niemals mit sich und seiner Leistung zufrieden sein und demnach hart an sich weiterarbeiten um sich immer nach vorne weiterzuentwickeln. Zudem seine Mitspieler, Trainer und Gegner respektieren sowie respektiert werden .....
Hast Du noch andere Hobbys außer Eishockey?
IM: Fussball (Altherrenmeisterschaft) und mein Freizeitclub (TretaClub)
Hast Du einen Lieblingsprofispieler (Feldspieler und Torwart) ?
IM: Den ehemaligen “Great One” - Wayne Gretzky
Welche Ziele hast Du Dir für deine Mannschaften heuer gesteckt?
IM: Mit der U12 sowie U14 Mannschaft weiter nach vorne kommen, d.h. die Jungs stocktechnisch aber vor allem eisläuferisch weiter verbessern.

Herr Olender, Sie haben sich im Sommer entschieden den Trainerjob des HC Pustertal Junior anzunehmen. Wie haben sie sich eingelebt?
JO: Die Stadt Bruneck und ihre Umgebung ist sehr schön, ich fühle mich hier sehr wohl. Die Arbeit als Trainer beim HC Pustertal Junior ist für mich eine neue Erfahrung, weil ich bisher nur in Deutschland gearbeitet habe.
Sie haben Ihre Schlittschuhe als Spieler schon an den Nagel gehängt. Was hätten Sie als Trainer dem Jugendspieler Olender gesagt?
JO: Nutz deine Chance mit vollem Engagement, eine zweite Chance bekommst du bestimmt nicht. Du bist selbst verantwortlich für deine Leistung, nicht andere. Schau auf dich selber, was du machst, suche nie eine Ausrede bei Misserfolg und mach nicht andere für deine Fehler verantwortlich. Alles liegt in deinen Händen.
Warum haben Sie sich als Kind für den Eishockeysport entschieden?
JO: Ich wollte gerne Eishockeyspieler werden, um mich mit anderen zu messen. Da ich relativ spät mit diesem Sport angefangen habe musste ich mich im Eishockeytraining oder im Spiel körperlich und mental sehr anstrengen, um besser zu sein als meine Mitspieler oder Gegner, das hat meinen Ehrgeiz angestachelt.
Was war ihr kuriosestes Erlebnis auf dem Eis bisher?
JO: Als ich in Bremerhaven gespielt habe, hat ein kanadischer Trainer gesagt, wenn wir pro Drittel 20mal aufs Tor schießen und 70 % der Zweikämpfe gewinnen, dann werden wir sicher als Sieger vom Eis gehen. Obwohl wir uns an die Vorgaben gehalten haben, ging das Spiel 9 : 0 verloren.
Welches sind die Eigenschaften, die ein Eishockeycrack haben sollte, um Erfolg zu haben?
JO: Es ist wichtig, die richtige Einstel-

Dr. AUSSERHOFER
IMMOBILIEN · AGENZIA IMMOBILIARE
Der Makler Ihers Vertrauens seit über 35 Jahren!
Haupsitz Bruneck
Europastrasse 15
Tel. 0474 554 666
info@immoka.com
Filiale Sterzing
Neustadt 31
Tel. 0472 765 590
sterzing@immoka.com
WWW.IMMOKA.COM

Karosserie Leitner
39031 BRUNECK – Fabrikstraße, 1

HOTEL Blitzburg RESTAURANT
Fam. Baumgartner
Europastr. 10 - Bruneck
Tel. +39 0474 555 723
info@blitzburg.it - www.blitzburg.it

Webhofer KG SAS
des Oberlechner Josef
EISEN-WERKZEUGE-FARBEN
FERRAMENTA - ATTREZZATURE - COLORI
COMET Beta REMS DEWALT CEMONT Panasonic
Via Michael Pacher Str. Nr. 12/C
39031 BRUNECK/BRUNICO
Tel. 0474/555861- info@webhofer.it

Alpenholz Mair
HOLZHANDEL - COMMERCIO LEGNAMI
I-39030 Olang
www.alpenholz.it - info@alpenholz.it

lung zum Sport zu haben. Man muss bereit sein, an seine Leistungsgrenze zu gehen. Man muss hart für seinen Erfolg arbeiten, im Training und im Spiel immer sein Bestes geben und trotzdem den Spaß am Eishockey nicht verlieren. Da Eishockey eine Mannschaftssportart ist, muss man sich dem Team unterordnen und Kompromisse eingehen. Aus Misserfolgen muss ich lernen und gestärkt hervorgehen und noch mehr an meiner Leistung arbeiten.

Nachdem Sie sich von den Pusterer Jungwölfen ein Bild gemacht haben, was und wie groß sind die Unterschiede zum Eishockeysport in Deutschland?

JO: Es gibt keine großen Unterschiede. Ein Unterschied zu Deutschland ist, dass sich der HC Pustertal sehr um seine Spieler kümmert, den Kindern Material, Bus und Essen bereit stellt. In Deutschland müssen die Kinder bzw. ihre Eltern für die Kosten selber aufkommen. Außerdem wechseln die Spieler in Deutschland häufiger den Verein, darunter leidet die kontinuierliche Ausbildung der Spieler. Wichtig ist für mich, dass die Spieler eine gute Grundausbildung bekommen, vor allem

Teamgeist

bei der Lauf- und Stocktechnik.

Pizza, Pasta und Speckknödel. Haben Sie sich mit den Pustertaler Kulinarien schon angefreundet und welches ist Ihr Lieblingsgericht?

JO: Ich habe alles schon ausprobiert und ich muss sagen mir hat alles gut geschmeckt. Aber Bigos und Salatkawarzywna (polnisches Gericht) ist immer noch mein Lieblingsessen.

Haben Sie noch andere Hobbys außer Eishockey?

JO: Sport war für mich immer alles, deswegen Jogge ich gerne, fahre gerne Mountainbike, gehe gerne wandern. Im Winter mache ich gerne Langlauf und fahre Ski. Weitere Hobbys sind auch Musik hören, Bücher lesen und natürlich die Beschäftigung mit Eishockey. Ich bin immer auf der Suche nach neuen Bewegungsabläufen, Trainingsmethoden. Zudem interessiere ich mich auch sehr für Sportpsychologie.

Haben Sie einen Lieblingsprofispieler (Feldspieler und Torwart) ?

JO: Nein, Profieishockey interessiert mich nicht mehr so, weil meist die jungen Spieler keine Chance bekommen und fertige Spieler verpflichtet werden. Mein Ziel ist es möglichst viele eigene Spieler so zu fördern, dass sie später auch in der 1. Mannschaft spielen können.

Welche Ziele haben Sie sich für Ihre Mannschaften heuer gesteckt?

JO: Wir sollten nicht durchschnittlich sein, sondern etwas Besonderes. Um das zu erreichen, müssen wir alle hart arbeiten.

Welcher Jungwolf passt zu seinem Vater?

Foto Ende 70iger Jahre.
Auflösung auf Seite 33.

Interview mit Freddy Püls

Herr Püls, Sie haben sich im Sommer entschieden den Torwarttrainerjob des HC Pustertal Junior anzunehmen. Wie haben sie sich eingelebt?
FP: Sehr Gut!
Sie haben Ihre Schlittschuhe als Goalie schon an den Nagel gehängt. Was hätten Sie als Trainer dem Jugendspieler Püls gesagt?
FP: Geh' ins Ausland
Warum haben Sie sich als Kind für den Eishockeysport entschieden?
FP: Weil es ein sehr schneller Sport ist, und weil Eishockey in unserer Familie eine Art „Tradition" ist. (Amn. d. Red. Fredy's Vater war selbst schon Spieler und Präsident in Innsbruck)
Was war ihr kuriosestes Erlebnis auf dem Eis bisher?
FP: Ein gegnerischer Trainer schrie bei einem Nachwuchsspiel bei einem Penalty zu seinem Tormann, er soll rausfahren, woraufhin der Tormann zur Spielerbank fuhr und unser Spieler auf einmal das leere Tor vor sich hatte, und scorte!
Welches sind die Eigenschaften, die ein Torwart Ihrer Meinung nach haben sollte, um Erfolg zu haben?
FP: CONTROL (Kontrolle) – CONSISTENCY (Konsequent) – CONFIDENCE (Vertrauen)
Pizza, Pasta und Speckknödel?
FP: PIZZA
Haben Sie noch andere Hobbys außer Eishockey?
FP: Urlauben in Florida und Wellnessen.
Haben Sie einen Lieblingsprofispieler (Feldspieler und Torwart)?
FP: Dwayne Roloson

Freddy Püls

Tormänner spielen in einem Mannschaftssport, sind jedoch Einzelsportler. Tormänner sind 70 % der Mannschaft im Eishockey. Tormänner sollten immer die besten Eisläufer sein. Erfolg und Misserfolg sind bei Tormännern, weil immer als letzter Mann am Eis, sehr nah.

NIEDERWIESER BAU
BAUUNTERNEHMEN · IMPRESA COSTRUZIONI
www.niederwieser-bau.com
Mühlen in Taufers

[Wer gibt Ihren Ideen **Raum?**]
www.haidacher.it
haidacher
persönliche tischlerei.

wipptaler bau ag

patagonia
Patagonia Partner Store
Ragen di Sopra 16 Oberragen
39031 BRUNICO BRUNECK
Tel. 0474 412 178

EISHOCKEYSCHULE
für Kinder von 5 bis 9 Jahren

Wieso Eishockey?

Eishockey ist ein Mannschaftssport:
Ihre Kinder bringen sich in eine Mannschaft ein; sie lernen, sich kameradschaftlich zu verhalten, Rollen zu übernehmen, sich in der Gruppe durchzusetzen.
Eishockey ist sicher:
Ausgepolstert bis auf den letzen Winkel: Helm mit Schutzgitter, dicke Lederhandschuhe, Schulter- und Brustschutz, Knieschützer, Ellbogenschutz, Halsschutz, dicke Hosen ... keine Chance, sich zu verletzen!
Eishockey fördert die Entwicklung:
Es ist der schnellste Mannschaftssport der Welt und fördert Eigenschaften, die heute mehr denn je zählen: Schnelligkeit, Koordination, Geschicklichkeit, Disziplin, Durchsetzungsvermögen, Übersicht…

3 Monate Eishockey probieren!

Ziel des "learn to play program" des Weltverbandes:
Wir wollen Buben 3 Monate lang ohne große Bindungen in die Welt des Eishockey einführen und ihnen die schönen Seiten dieses wunderbaren Sports aufzeigen.

Für wen?

Für Buben von 5 bis 9 Jahren, die Lust haben, den schönsten und schnellsten Mannschaftssport der Welt zu lernen.
Material:
Gegen eine Kaution stellen wir die gesamte erforderliche Ausrüstung leihweise zur Verfügung: Helm, Schützer und Schläger. Die Kinder müssen nur die eigenen Schlittschuhe mitbringen.
Trainingsleitung:
Das Trainerteam des HCP Junior besteht aus hauptamtlichen und international zertifizierten Trainern. Sie leiten zusammen mit einheimischen Coaches die Eiszeiten des „Learn to play" - Programms.
Wer sind wir?
Der ASV HC Pustertal Junior betreibt ausschließlich Jugendarbeit und betreut mit großem Erfolg ca. 180 Kinder aus dem Pustertal. Regionale und nationale Titel wandern mit großer Regelmäßigkeit ins Pustertal.

Einschreibung

Schreiben Sie Ihren Sohn jetzt ein. Einschreibungen im Büro des ASV HC Pustertal Junior.

Trainingszeiten:
2 x wöchentlich jeweils 1 Stunde Spiel & Spaß auf dem Eis im Eisstadion von Bruneck. Exakte Eiszeiten werden bei Anmeldung mitgeteilt.
Dauer: Oktober bis Mitte März.
Ein- und Ausstieg jederzeit möglich!

elpo

elpo HC Pustertal Junior
Büro: Mo-Fr 15.00-17.00
Handy: 349 6583238
Fax: 0474 55 15 55
Email: info@hcpustertaljunior.com

vorne v.l.n.r. Mark Milesi, Dominik Plankensteiner, Matthias Profunser, Elias Thum, Peter Wieser, Leo Kottersteger, Michael Pichler
mitte v.l.n.r. Walter Milesi, Peter Kottersteger, Philipp Regensberger, Nicola Zandegiacomo, Rasmus Kivelä, Filippo Gabriele, Michael Schönhuber, David Laner, Jacek Olender
hinten v.l.n.r. Kevin Mittermair, Alex Steiner, Jonas Thum, Michael Sieder

U16 SPIELPLAN

SA	29.09.2012	16:00	HCP	17 : 1	HC Meran Junior
SA	06.10.2012		Ritten Sport	7 : 1	HCP
DO	11.10.2012	19:00	HCP	16 : 0	Toblach
SA	13.10.2012		WSV Sterzing	4 : 2	HCP
SA	20.10.2012	16:30	HCP	13 : 1	HC Eppan
SA	27.10.2012	16:30	HCP	10 : 5	B&B Hockey
SA	03.11.2012	16:30	HCP	6 : 1	HC Gherdeina
MO	12.11.2012	17:45	HCP	7 : 6	Auer
SA	17.11.2012		SV Kaltern	:	HCP
SA	01.12.2012		HC Meran Junior	:	HCP
SA	08.12.2012	19:00	HCP	:	Ritten Sport
MI	12.12.2012		Toblach	:	HCP
MI	19.12.2012	16:30	HCP	:	WSV Sterzing
SA	22.12.2012		HC Eppan	:	HCP
DO	03.01.2013		B&B Hockey	:	HCP
SA	12.01.2013		HC Gherdeina	:	HCP
SA	19.01.2013		Auer	:	HCP
SA	26.01.2013	16:30	HCP	:	SV Kaltern

U16
Im Kreis der “Südtiroler Gruppe” wird eine Hin- und Rückrunde gespielt. Es folgt ein Überkreuz-Viertelfinale 1.-8., 2.-7. usw. mit dem jeweils anderen Kreis. Nach weiteren 2 Playoff-Runden (Best of three) wird am Ende ein Final-Four gespielt.

wohnstudio STEURER
Handwerkerzone Aue 11
39030 St. Lorenzen
Tel. + 39 0474 474203
Email: wohnstudio@steurer.it

ADI'S BARBER SHOP
Friseur
Barbiere
Coiffeur
Barber
J. Seeber Str. 9/b
Tel. 0474 40 20 18

WEWA MARKT
Weger Walter
LEBENSMITTEL
BENJAMINPLATZ 2 - MÜHLEN

Organigramm ASV HC PUSTERTAL JUNIOR

AUSSCHUSS
Präsident: Stefan Oberleiter
Vize-Präsident: Sandro De Lorenzo Meo
Ausschussmitglieder: Kathia Gatterer, Dietmar Schönhuber, Renate Caumo, Andrea Tomasini, Christof Thum

Arbeitsgruppe SPORTLICHE LEITUNG
Stefan Oberleiter
Sandro De Lorenzo Meo
Andrea Tomasini
Dietmar Schönhuber
Dietmar Asper

4 TRAINER

7 TEAMLEADER

10 BETREUER

Arbeitsgruppe VERWALTUNG
Renate Caumo
Stefan Oberleiter
Dietmar Schönhuber
Christof Thum

BÜRO
Lara Pramstaller

SCHRIFTFÜHRER
Lara Pramstaller

VERW. EISSTUNDEN
Stefan Oberleiter

BUCHHALTUNG
Evi Mayer

KASSIER
Christof Thum

Arbeitsgruppe MARKETING & VERANSTALTUNGEN
Kathia Gatterer
Dietmar Schönhuber
Stefan Oberleiter
Sigi Niederwolfsgruber
Walter Milesi
Herbert Rainer
Alex Kirchler
Georg Plaickner
Dietmar Asper
Monika Kottersteger

PUBLIC RELATION
Alex Kirchler
Florian Tinkhauser
Patrick Kirchler

Arbeitsgruppe LOGISTIK
Sandro De Lorenzo Meo
Karl Kuen
Paul Seeber

Jungmann
Wohn-Zentrum · Centro arredamento
DIE WELT DES WOHNENS! IL MONDO DELL' ARREDAMENTO!

Hotel Olympia ★★★S
KRONPLATZ 1 PLAN DE CORONES
Bruneck/Reischach | Tel. +39 0474 410924
info@hotelolympia.net | www.hotelolympia.net

ZAHNARZTPRAXIS
Dr. von Mersi & Dr. Schuster
Fachärzte für Zahn- Mund- und Kieferheilkunde
I-39031 Bruneck (BZ) - Herzog-Sigmund-Straße 6
Tel. & Fax 0474 555 357
e-mail: info@vonMersi-Schuster.com - http://www.vonmersi-schuster.com
MwSt.Nr. 0121 565 021 7
MO-DO 8.00-12.00; 14.00-18.00; FR 8.00-15.00

Mein Teamausrüster
NEU
Sport & Mode
www.Parth.it
Sport & Mode Parth
Tel. 0473 664118
Fax 0473 664615
MwSt.-Nr.: 01191200219
Staben 9 - I-39025 Staben/Naturns (BZ)

SCHIEDSRICHTERZEICHEN UNDER 18

Anzeigen einer Strafe

wash out (keine Strafe)

Anzeigen einer Strafe

Matchstrafe

Disziplinarstrafe

Penalty

Stockstich

Stockendenstoß

Übertriebene Härte

Stockcheck

Kniecheck

Bandencheck

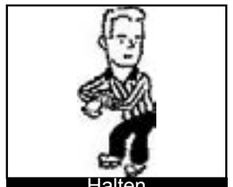
Ellbogencheck

Stockschlag

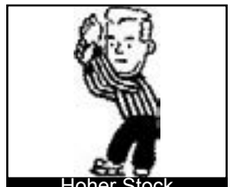
Unkorr. Körperangriff

Beinstellen

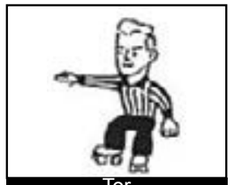
Haken


Halten

Behinderung


Hoher Stock

Bully


Tor

kein Tor

Time Out

KFZ-WERKSTATT • AUTOELEKTRIK
REIFENDIENST • KLIMASERVICE
sonnengarage
IHR PARTNER RUND UMS AUTO
Handwerkerzone Bachla 15 • I-39030 Pfalzen
Tel. + Fax 0474 52 91 58
info@sonnengarage.it • www.sonnengarage.it
ACHSVERMESSUNG
WINDSCHUTZSCHEIBENREPARATUR UND AUSTAUSCH

euroclima
We care for better air

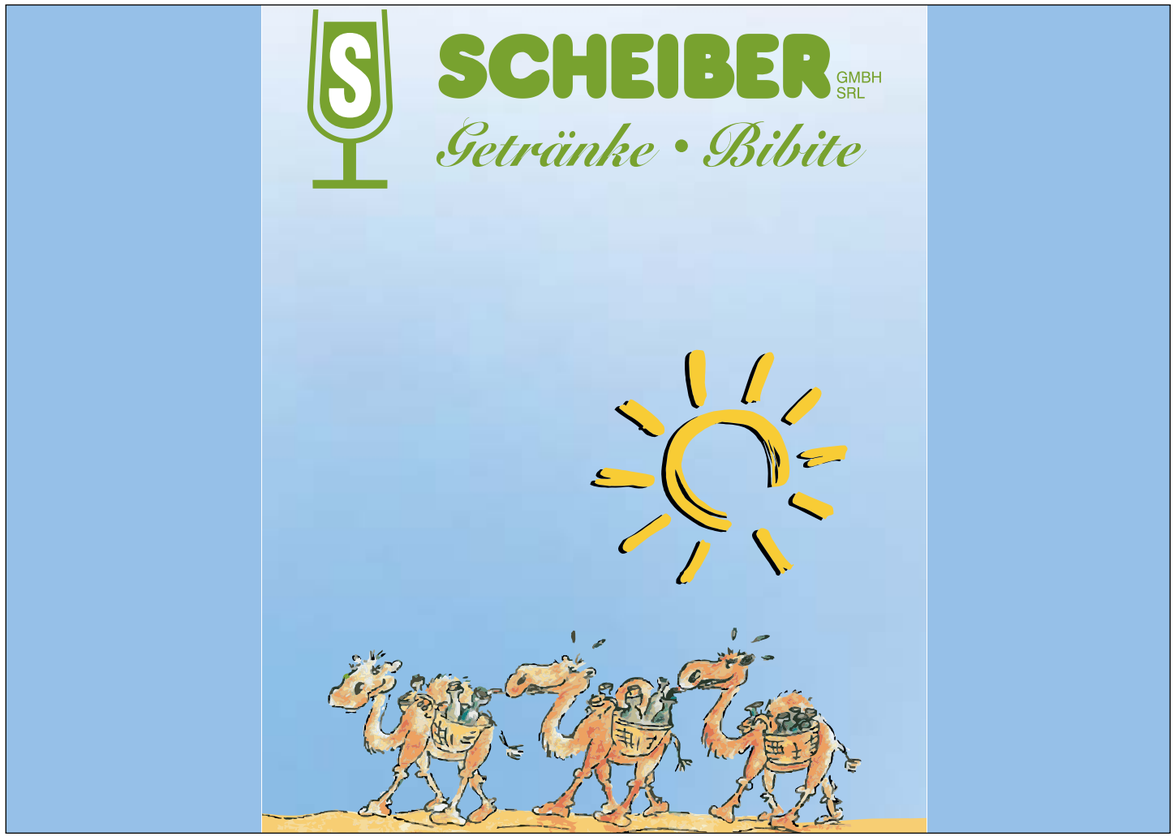
info@haidacher.com
Haidacher
Sand in Taufers
Getränke - Vinothek

vorne v.l.n.r. Alexander Götsch, Julian Messner, Christian Zecchetto, Stefan Asper, Gabriel Pramstaller, Michael Purdeller, Simon Harrasser
mitte v.l.n.r. Dietmar Asper, Raphael Ferdigg, Jonas Tomasini, Philipp Bachlechner, Hannes Tiefenthaler, Oliver Troger, Oskar Hellweger, Sebastian Goldwurm, Alfred Weindl
hinten v.l.n.r. Moritz Baumgartner, Lukas Pirhofer, Michael Priller, Miran Holzknecht, Michael Ferdigg, Elias Pupp, Jakob Kern

SPIELPLAN U18

SO	23.09.2012		AS Hockey Pergine	2 : 4	HCP
SO	30.09.2012	16:30	HCP	0 : 3	HC Meran Junior
SO	07.10.2012		HC Neumarkt	4 : 4	HCP
SO	14.10.2012		Alleghe Hockey	0 : 10	HCP
SO	21.10.2012	16:30	HCP	7 : 2	SG Cortina
SO	28.10.2012	16:30	HCP	5 : 0	B&B Hockey
MI	31.10.2012		HC Varese	3 : 5	HCP
SO	04.11.2012	16:30	HCP	5 : 0	HC Valpellice
SO	11.11.2012	19:00	HCP	8 : 0	HC Gherdeina
SO	18.11.2012		HC Asiago	:	HCP
SO	25.11.2012	16:30	HCP	:	WSV Sterzing
MI	28.11.2012		SHC Fassa	:	HCP
SO	02.12.2012		SV Kaltern	:	HCP
SO	09.12.2012	16:30	HCP	:	AS Hockey Pergine
SO	16.12.2012		HC Meran Junior	:	HCP
SO	23.12.2012	16:30	HCP	:	HC Neumarkt
MI	26.12.2012	16:30	HCP	:	Alleghe Hockey
SO	30.12.2012		SG Cortina	:	HCP
MI	02.01.2013		B&B Hockey	:	HCP
SO	06.01.2013	16:30	HCP	:	HC Varese
SO	13.01.2013		HC Valpellice	:	HCP
SO	20.01.2013		HC Gherdeina	:	HCP
SO	27.01.2013	16:30	HCP	:	HC Asiago
SO	03.02.2013		WSV Sterzing	:	HCP
SO	17.02.2013	19:00	HCP	:	SHC Fassa
SO	24.02.2013	19:00	HCP	:	SV Kaltern

U18:
Nach einer Hin- und Rückrunde qualifizieren sich die besten 8 Teams für die Play-offs. Diese werden im klassischen Best-of-3 – Modus ausgetragen.



vorne v.l.n.r. Alexander Niederbrunner, Andreas Radin, Ivan Althuber, Georg Aichner, Felix Haidacher, Thomas Pramstaller, Killian Seidl
mitte v.l.n.r. Alfred Weindl, Oskar Althuber, Rafael Ferdigg, Thomas Frenes, Jonas Tomasini, Benno Obermair, Daniel Glira, Viktor Schweitzer, Danny Elliscasis, Raphael Egarter, Karl Kuen, Aaron Tomasini
hinten v.l.n.r. Stefan Wagger, Dietmar Götsch, Philipp Bachlechner, Oskar Hellweger, Stefan Asper, Michael Purdeller, Emil Remondini

U20 SPIELPLAN

SA	22.09.2012	16:15	HCP	7 : 2	SG Cortina
SA	29.09.2012		HC Neumarkt	2 : 3	HCP
SA	06.10.2012	14:15	HCP	5 : 2	B&B Hockey
SA	13.10.2012	16:30	HCP	5 : 0	HC Milano Rossoblu
SA	20.10.2012		HC Gherdeina	3 : 2	HCP
SA	27.10.2012	19:00	HCP	4 : 2	SV Kaltern
SA	03.11.2012		HC Eppan	5 : 4	HCP
MI	14.11.2012	16:30	HCP	:	Ritten Sport
SA	17.11.2012	19:00	HCP	:	HC Asiago
SA	24.11.2012		SG Cortina	:	HCP
SA	01.12.2012	16:30	HCP	:	Neumarkt
SA	22.12.2012		B&B Hockey	:	HCP
SA	27.12.2012		HC Milano Rossoblu	:	HCP
SA	29.12.2012	19:00	HCP	:	HC Gherdeina
SA	05.01.2013		SV Kaltern	:	HCP
SA	12.01.2013	16:30	HCP	:	HC Eppan
SA	19.01.2013		Ritten Sport	:	HCP
SA	26.01.2013		HC Asiago	:	HCP

U20:
Nach einer Hin- und Rückrunde qualifizieren sich die besten 8 Teams für die Play-offs. Diese werden im klassischen Best-of-3 – Modus ausgetragen.

Was isst ein Sportler?

Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft und Schnelligkeit zeichnen gute Sportler aus. Nicht nur Training ist dazu notwendig, sondern auch richtiges Essen und Trinken. Bei Jugendlichen sind hier besonders Eltern und Trainer angesprochen, für ein adäquates Angebot zu sorgen. Neben den richtigen Mahlzeiten ist dabei auch auf ein bedarfsgerechtes Getränkeangebot zu achten.

Basisernährung:

Mit dem richtigen Essen und Trinken schon vor dem Wettkampf beginnen!

Gerade kurz vor dem Wettkampf werden von vielen Jugendlichen kurzfristig Ernährungsmaßnahmen getroffen, um Leistungssteigerungen zu ermöglichen. Häufig unterschätzt wird jedoch die Bedeutung der täglichen Lebensmittelauswahl, der sogenannten Basisernährung. Denn das bedarfsgerechte Essen und Trinken an möglichst vielen der 365 Tage im Jahr ist die Basis für Erfolg beim Sport.

Die Basisernährung für Kinder und jugendliche Sportler unterscheidet sich im Grunde nicht grundsätzlich von der Ernährung wenig aktiver Menschen. Hauptunterschied ist der erhöhte Bedarf an **Wasser** und **Kohlenhydraten**. Um eine Orientierung zu erhalten, welche Nahrungsmittel in welcher Menge verzehrt werden sollten, gibt es zur Veranschaulichung die so genannte Lebensmittelpyramide. Wichtig ist, dass möglichst abwechslungsreich und vorzugsweise saisongerecht aus den einzelnen Pyramidenebenen gewählt wird. Die Nahrungsaufnahme sollte auf 3 größere und 2-3 kleiner Mahlzeiten verteilt werden.

Die Basisernährung ist eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung, die auf Gesundheit ausgerichtet ist. Die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln ist überflüssig. Bei regelmäßiger Verwendung von angereicherten Lebensmitteln oder bei der Einnahme von Vitaminpräparaten, ohne nachgewiesenen Mangel, kann die maximale Zufuhrsmenge sogar überschritten werden. Die Einnahme vieler Supplemente ist von geringem Nutzen, vor allem dann wenn der Rest nicht stimmt!

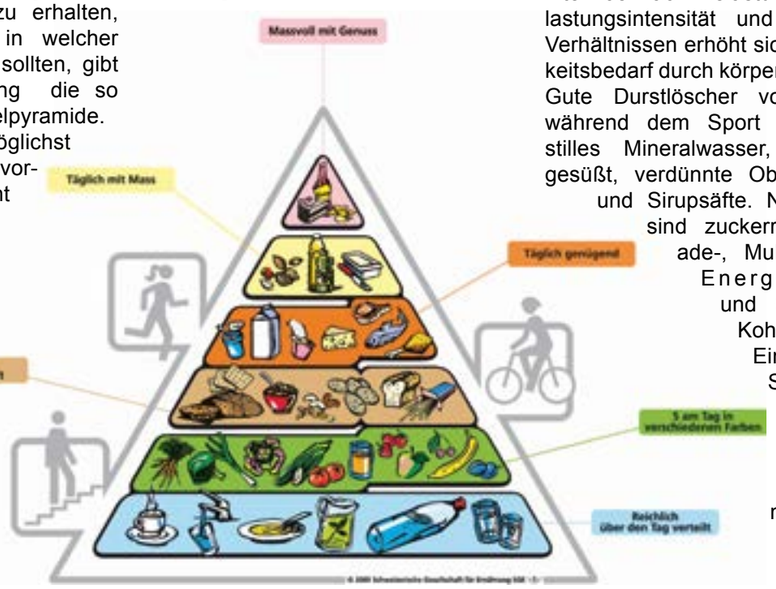
Zu den Nährstoffen Wasser und Kohlenhydrate

Wasser: Ohne Wasser geht im Sport schnell einmal nichts mehr, weshalb eine ausreichende Wasserzufuhr höchste Priorität hat. Unser Körper deutet mit dem Durstgefühl an, dass wir trinken müssen. Durst ist aber als Reaktion einer unzureichenden Wasserversorgung des Körpers zu deuten. Erst bei Durst zu trinken wäre im Sport also schon zu spät. So bewirkt ein vorhandener Flüssigkeitsverlust von 2 % bereits einen Leistungsabfall von 20%.

Mit der Flüssigkeitsaufnahme sollte daher bereits vor dem Training/Spiel begonnen werden. Bei Belastungen, die länger als eine Stunde dauern,

sollten regelmäßig kleinere Mengen zwischendurch (Spielunterbrechungen, Pausen) getrunken werden. Zu große Flüssigkeitsmengen in kurzer Zeit können zu Magenproblemen führen. Zu heiße und zu kalte Getränke sollten ebenso gemieden werden. Besonders nach jeder körperlichen Belastung sollte ausgiebig getrunken werden. Keine Experimente vor einem Spiel durchführen! Jedes Getränk muss mehrmals im Training auf seine Verträglichkeit getestet werden.

Der tägliche Wasserbedarf beträgt ohne sportliche Aktivität in etwa 1– 2 Liter. Je nach Belastungsdauer, Belastungsintensität und klimatischen Verhältnissen erhöht sich der Flüssigkeitsbedarf durch körperliche Aktivität. Gute Durstlöscher vor und auch während dem Sport sind Wasser, stilles Mineralwasser, Tees leicht gesüßt, verdünnte Obst-, Gemüse- und Sirupsäfte. Nicht geeignet sind zuckerreiche Limonade-, Multivitaminsäfte, Energy-Getränke und Getränke mit Kohlensäure. Die Einnahme von Sportgetränken ist grundsätzlich nur im Leistungssport notwendig.



BIO-Lebensmittel für gesundheitsbewusste Genießer
Alimentari biologici per buongustai

Biokiste Südtirol®

Geschäft Bruneck - filiale Brunico:
Tieltpromenade 6 - passeggiata Tielt 6
Tel. 0474 370 557 / Fax 0474 370 558

Kohlenhydrate: Die wichtigsten Quellen sind Getreideprodukte (Brot, Nudeln, Reis, Getreideflocken,…), Kartoffeln, Hülsenfrüchte und Obst. Pro Tag sollten Sporttreibende mindestens 3-4 Portionen Getreideprodukte und 2 Portionen Obst verzehren.

Kohlenhydrate sind die **bedeutendste Energiequelle** im Sport. Im Vergleich zu Fetten erfolgt aus Kohlenhydraten eine schnellere Energiefreisetzung, mehr Energie pro Zeiteinheit wird freigesetzt und weniger Sauerstoff wird benötigt.

Zu beachten: Zumindest ein Teil der Getreideprodukte sollte aus Vollkornprodukten (z.B. Vollkornbrot, Vollkorngetreideflocken,…) bestehen. Sie enthalten neben den Kohlenhydraten auch reichlich Vitamine und Mineralstoffen.

Zucker- und fettreiche Lebensmittel wie Schokomüsli, Pommes frites, Chips,…, sind keine geeigneten Kohlenhydratlieferanten und sollten nur gelegentlich Verwendung finden.

Auflösung „Welcher Jungwolf passt zu seinem Vater“ von Seite 23. Im Bild die damalige Kategorie „Allievi“ 1976/77:

Vorne v.l.n.r. Martin Crepaz, Reinhold Oberhofer (Bild 3, Michael Oberhofer), Gerhard Messner, Günther Nocker, Peter Pramstaller (Foto 2, Gabriel Pramstaller), Walter Niederbacher, Ivo Machacka, Martin Puntel, Martin Bacher

Hinten v.l.n.r. Michael Pramstaller, Roberto Fincato (Bild 1, Paul Fincato), Marco Endrizzi, Luca Semola, Klaus Unterweger, Peter Arnold, Ivo Negro

Traumacenter Kronplatz
Plan de Corones
www.traumacenter-kronplatz.it

Das **„Traumacenter Kronplatz“** ist eine private Arztpraxis, die auf Verletzungen und Erkrankungen des Bewegungsapparates spezialisiert ist.
Wir bieten kompetente und individuelle orthopädische Facharztvisiten an, welche auch nach Sportunfällen die Basis für jegliche erfolgreiche Weiterbehandlung ist.

Leistungen
- orthopädische und traumatologische Facharztvisiten
- digitale Röntgenaufnahmen
- Ultraschall Untersuchungen
- Human Tecar Therapie, neue rehabilitative und schmerzstillende Therapie.

Das Ärzte-Team
Orthopädie und Traumatologie:
Dr. Hubert Agreiter
Dr. Mauro Martin
Dr. Thomas Pezzei
Dr. Reinhold Kofler
Dr. Thomas Egger
Dr. Roland Ausserhofer

Öffnungszeiten
Winter von Dez. bis April: tägl. von 9 bis 18 Uhr; Sommer von Mai bis Nov.: Montag bis Freitag von 15 bis 19 Uhr, telefonische Vormerkungen ab 14 Uhr oder an: info@traumacenter-kronplatz.it • Tel. +39 0474/548217 • Seilbahnstr. 14 a • 39031 Reischach/Bruneck

Unsere Gitterspieler in der Serie A

Lukas Crepaz & Alex Obermair

Kosta Philipp & Andreas Radin

Grusswort von Armin Helfer Kapitän der Fiat Professional Wölfe

Eishockey ist die schnellste Mannschaftssportart der Welt. Was mir daran am besten gefällt ist, das tägliche Training mit meinen Freunden und Mannschaftskameraden, um uns ständig zu verbessern. Alle streben das gleiche Ziel an. Jeder springt für den anderen ein. Die dort entstehende Gemeinschaft ist einzigartig. Auf dem Eis und ausserhalb. Es ist nicht immer einfach, es gibt Höhen und Tiefen, doch zusammen schafft man mehr als man glaubt.

Bei den „Wölfen“ Serie A zu spielen ist ein tolles Erlebnis und die Belohnung für viele Jahre hartes Training. Man muss einfach immer „dran“ bleiben und versuchen das Beste zu geben. Am meisten würde ich mir wünschen, daß es auch mal ein „Puschtra“ in die besten Ligen der Welt schaffen würde. Das würde allen anderen noch mehr Auftrieb geben.

Armin Helfer

Aaron Tomasini, Viktor Schweitzer & Jonas Tomasini

Benno Obermair, Viktor Schweitzer & Daniel Glira

SILGONER
ZIMMEREI

SILGONER
ZIMMEREI | HOLZBAU | FASSADEN | DACHDECKUNGEN

Silgoner Hubert KG | Handwerkerzone 33/3 | 39030 Rodeneck
T +39 0472 454 168 | F +39 0472 455 207
H +39 335 615 7880 | info @zimmerei-silgoner.com

UNITED COLORS
OF BENETTON.

KIDS

Brunico - Bruneck
Via Centrale 28 - Stadtgasse

Bauunternehmen
LECHNERPAUL GmbH

Ihr Spezialist für Hochbau, Innenarbeiten, Außengestaltung und Erdbewegungsarbeiten

39030 Terenten - Handwerkerzone 5 / Handy 348 7001170
Tel. 0472 546 108 Fax 0472 544 027 e-mail: info@baufirma-lechner.it