



## Presse-Information

Wien / St. Pölten, 22. September 2011

# Turnen als Grundsportart: Österreichs beste Fußballtalente profitieren davon!

**Eine erfolgreiche Zusammenarbeit zwischen dem Österreichischen Fußballbund (ÖFB) und dem Österreichischen Fachverband für Turnen (ÖFT) unterrichtet seit 2008 die besten 12- bis 14-jährigen Fußballtalente unseres Landes im Turnen. Das erwartete Ziel wurde und wird erreicht: Die Optimierung der Körpergrundlagenausbildung der jungen Nachwuchsfußballer. Jetzt startet die Projekt-Abschlussphase, an deren Ende ein neuer Lehrbehelf als Praxisleitfaden für das Fußball-Nachwuchstraining stehen wird.**

Die Liste berühmter Sportlerinnen und Sportler, die offen bekunden, dass sie ihre Erfolge zu einem Gutteil dem Turnen in der Kindheit verdanken, ist lang. Viele sind überzeugt, dass ihnen erst das Turnen den Grundstein späterer Erfolge gelegt hat.

Das Turnen als Grundsportart bzw. Basissport vermittelt Kindern und Jugendlichen bessere Kraft, Beweglichkeit und Koordination. Es motiviert zur Bewegung und führt die Menschen somit zur lebenslangen körperlichen Aktivität („Life Time Sport“). Für Wettkampfsportler bietet Turnen als „Kinderstube des Sports“ einen weiteren klaren Vorteil: „Gymnastics. Start here – go anywhere!“

### **Rückfragehinweis:**

Projektleiter Jörg Christandl: [joerg.christandl@htu.tugraz.at](mailto:joerg.christandl@htu.tugraz.at), Tel. 0699 137 427 16

ÖFT-Generalsekretär Mag. Robert Labner, [labner@oeft.at](mailto:labner@oeft.at), Tel. 0676 325 42 92

### **„Optimierung der Körpergrundlagenausbildung junger Nachwuchsfußballer“:**

Ein Vier-Jahres-Kooperations-Projekt 2008-2012 des Österreichischen Fachverbandes für Turnen mit dem Österreichischen Fußballbund, ermöglicht durch eine Förderung des Sportministeriums. C/o ÖFT: 1040 Wien, Schwarzenbergplatz 10, +431 505 51 79, [office@oeft.at](mailto:office@oeft.at). Medienbetreuung: Allied Profit Consult GmbH.

# Turnen als Grundsportart: Zitate von prominenten Sportlern & Co.

„Hätte ich als Kind mehr geturnt, dann hätte ich mir später viele anstrengende Trainingseinheiten erspart.“

**Andreas Goldberger**, Ex-Skiflug-Weltrekordhalter

„Mein Sport ist weiterhin Turnen. Er heißt jetzt nur anders.“

**Jelena Issinbajewa**, RUS, Stabhochsprung-  
Weltrekordhalterin und ehemalige Top-  
Kunstturnerin, die später umgesattelt hat

„Bis zum 16. Lebensjahr war ich Kunstturner. Das hat mir den Wechsel zum Rallyesport erleichtert. Ich kann mein Auto besser steuern, weil ich Turnen trainiert habe.“

**Sebastien Loeb**, vielfacher Rallye-Weltmeister

„Miro Klose hat so eine super Koordination, weil er als Kind im Turnverein war. Ich rate jedem acht-, zehnjährigen Jungen, dass er nach dem Fußballtraining noch zwei Stunden zum Turnen geht. Die körperlich am besten ausgebildeten Fußballer kommen aus kleinen Vereinen mit einer Turnhalle, wo sie an jedem einzelnen Tag damit konfrontiert werden.“

**Heribert Bruchhagen**, Vorstandsvorsitzender Eintracht Frankfurt.

„Als ehemaliger Leistungsturner habe ich mir auch am Rad leichter getan.“

**Gerrit Glomser**, zweifacher Österreich-Radrundfahrtsieger

„Ja, ich war ein Kunstturner. Die Übungen am Barren, am Reck und am Boden habe ich besonders geliebt! Dank meiner Koordination war ich im Skisport so erfolgreich.“

**Toni Sailer** †

„Mich hielt der Turnvirus gefangen. Energie für das Training fehlte mir nie und auch in meiner Freizeit war ich nur allzu oft zwischen den Geräten zu finden. Am Pferdsprung gewann ich sogar eine australische Provinzmeisterschaft.“

**Kate Allen**, Triathlon-Olympiasiegerin 2004

„Als ehemalige Leistungsturnerin tue ich mir jetzt auch beim Laufen viel leichter. Turnen ist Ganzkörpertraining und Bewegungsschule. Eigentlich der Grundstein für jede Sportart. Die Kraft, Geschicklichkeit und die Beweglichkeit nahezu des gesamten Körpers werden dabei gefördert!“

*Dr. med. **Andrea Mayr***

*Wien-Marathon-Siegerin 2009, Berglauf-Weltmeisterin*

„Meine Turnausbildung bietet mir einen klaren Vorteil gegenüber den anderen Paddlern!“

*Dr. med. **Gerhard Schmid**, Kanu-Vizeweltmeister  
und früherer Meisterklasse-Kunstturner*

„Als Kind oder Jugendlicher sollte jeder Athlet ein Grundniveau im Turnen vermittelt bekommen, um das Leistungsplateau des späteren Sportlebens nach oben zu setzen. Der Turnsport stellt höchste Ansprüche an Kraft, Koordination, Gleichgewicht, Körpergefühl und Assoziation. Man kann diese Eigenschaften im Turnen besser als in anderen Sportarten entwickeln. Davon profitiert man auch in anderen Sportarten ein Leben lang.“

*Derselbe **Dr. Gerhard Schmid***

„Das Wichtigste ist, dass die Kinder sich wieder besser bewegen lernen. Dazu brauchen wir in der Schule mehr Gerättturnen, Laufen und Springen.“

***Gunnar Prokop**, Handball-Guru*

„Als Kind habe ich an Turnwettkämpfen teilgenommen. Beim Turnen habe ich eine unbezahlbare Ausbildung bekommen, von der ich in meinem Spitzensport extrem profitiert habe.“

***Franz Stocher**, Radweltmeister 2003*

„Die Grundsportart Turnen muss wieder einen höheren Stellenwert einnehmen. Für die Gesundheit und auch den Lernerfolg unserer Kinder und Jugendlichen sind die dabei gewonnen Fertigkeiten von besonderer Bedeutung. Turnen ist die beste Präventionsmaßnahme für gesunden Lebensstil“.

***Reinhard Lopatka**, ehemaliger Sport-Staatssekretär.*