

Reitinger verteidigte Schach-Titel

Teilnehmerrekord bei Jugend Schnellschach-Landesmeisterschaft

TAUKIRCHEN, STEYREGG (juk). Der Taufkirchner Simon Reitinger belegte bei der Jugend Schnellschach-Landesmeisterschaft bei den U-18 Burschen den ersten Platz. Zudem jubelten die Veranstalter über einen neuen Teilnehmerrekord: 121 Kinder und Jugendliche nahmen an der Schach-Landesmeisterschaft teil.



Simon Reitinger (2.v.l.) gewann die U18 Wertung bei der Jugend Schnellschach-Landesmeisterschaft in Steyregg. Foto: Schachverein Steyregg

„Simon ist unser erfolgreichster Nachwuchsspieler. Er ist bereits als Trainer für jüngere Spieler tätig.“

DIETMAR HIERMANN

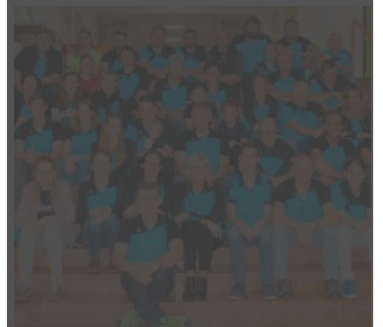
23 Schachvereine schickten ihren Nachwuchs, doch auch 17 vereinslose Kinder und Jugendliche nahmen an der Landesmeisterschaft teil. Die meisten von ihnen erhalten in der Schule Schachunterricht. Nicht immer haben sich die Favoriten durchgesetzt: Bei den

Burschen kommen alle Landesmeister aus unterschiedlichen Vereinen. Wie Gerald Hametner vom veranstaltenden Schachverein Steyregg erklärt, ist das ein Beweis der guten Nachwuchsarbeit vieler Vereine in Oberösterreich. Stolz zeigte sich auch Dietmar Hiermann, Obmann vom Schachklub Taufkirchen: „Simon

Reitinger ist einer unserer erfolgreichsten Nachwuchsspieler. Simon beschäftigt sich viel mit EDV, spielt Klavier und ist ein ausgezeichneter Schachspieler. Er ist bereits als Trainer für die jüngeren Spieler tätig, gehört zu den Top-Scorern in unserer Landesligamannschaft.“ Der Verein gehört zur Spielgemeinschaft Sauwald.

Skiclub lädt wieder zum Skibasar

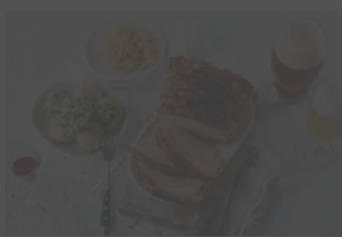
SCHARDENBERG. Der Skibasar des Skiclubs Schardenberg findet am kommenden Sonntag, 11. November, in der Neuen Mittelschule statt. Anlieferung der Verkaufswaren ist am Samstag, 10. November, von 9 bis 15 Uhr. Der Warenverkauf ist am Sonntag, 11. November, von 10 bis 14 Uhr. Danach kann die nicht verkaufte Ware bis 16 Uhr wieder abgeholt werden. Übrigens: Anmeldungen zum Skikurs sind ebenfalls möglich.



Der Skiclub Schardenberg lädt zum Skibasar. Foto: Skiclub Schardenberg

Schmeck's Ernährungstipp: Schweinsbraten gefällig?

Natürlich darf es auch mal deftige Hausmannskost sein: bei Familienbesuchen, beim Essen gehen oder auch mal selbst zubereitet. Fällt das Abendessen aller Voraussicht nach üppig und fleischlastig aus, weil man z.B. zum Speckknödelessen eingeladen ist, dann kann man bei Frühstück und Mittagessen bereits optimal gegensteuern: Es sollte kalorienarm und ballaststoffreich sein, damit man lange satt ist, aber dennoch nicht übermäßig viele Kalorien aufgenommen hat. Die Nachspeise, die sich sonst mal einschleicht, streichen und voilà, dem Abendschmaus steht nichts im Weg. Nach üppigen Mahlzeiten einfach auf sein Körpergefühl achten. Wer



Köstlich: Hausmannskost aus Oberösterreich. Foto: Land OÖ

am Sonntagabend nach einem deftigen Mittagessen mit anschließendem Kaffee und Kuchen bei den Liebsten nicht wirklich Hunger hat, sollte einfach tatsächlich nichts essen und eine Kanne Tee zubereiten. Noch mehr Tipps rund um Ernährung sowie tolle Rezepte findet ihr auf www.schmecks-ooe.at

WERBUNG



LAUF SUCHT

MISS

WAHL ZUR
MISS
SILVESTERLAUF

15.11.2018

KRISTALLSCHIFF LINZ

Einlass 18:30 Uhr
Beginn 20:00 Uhr

Infos, Karten:
www.silvesterlauf.at

meinbezirk.at

BEZIRKS
RUND
SCHAU