

NACHRICHTEN

Vor Ausweitung des Parkpickerls im 11.

Seit nicht einmal einem Monat gilt das Parkpickerl auch in Simmering, genauer in Teilen des 11. Bezirks. Das war erst der Anfang. Denn Wiens einziger FPÖ-Bezirkschef Paul Stadler überlegt eine Ausweitung. Das Magistrat arbeite schon an einem Konzept. Nächste Woche will er mit den anderen Fraktionen beraten. Bei einer Einigung könnte am 5. Dezember der Beschluss gefasst werden. Wie der Bezirksvorsteher erklärt, wirke sich die Einführung des Parkpickerls im Nachbarbezirk Favoriten aus. Pendler würden nach Simmering ausweichen, auf Straßenzüge, die an die Pickerlzonengrenze anschließen. Die Weißenböckstraße soll wie weitere Teile der Simmeringer Hauptstraße und der Kaiserebersdorfer Straße Kurzparkzone werden.

Haft von Terroraktivist bestätigt

Es bleibt bei neun Jahren Haft für einen 19-Jährigen, der im April vom Wiener Landesgericht für Strafsachen verurteilt worden war. Er war von einem Schwurgericht wegen Beteiligung an versuchtem Mord in zwei Fällen, jeweils in Form einer terroristischen Straftat, schuldig erkannt worden. Das Oberlandesgericht gab der Strafberufung keine Folge.

KLEINE CHRONIK

Namenstag.

Sa: Flora, Johannes.
So: Elisabeth, Katharina.

Akademisches.

David Böhm, B.A., feiert seine Sponson zum Master of Science am 29. November an der TU Wien. Die Sponson von Anna Böhm zur Magistra der Philosophie an der Universität Wien findet im Jänner 2019 statt.

Morgen in der „Presse am Sonntag“

Eine Frage der Sicherheit. Wie tickt die Security-Branche, die wegen eines Rechtsradikalen in Kritik steht?

ZUM ABO: DiePresse.com/abo



Surfen wie auf einer richtigen Welle, nur ohne Wasser. Moritz Mistelbauer steht auf einem Drys surf-Board.

[Diemens Factory]

Surfen - ganz ohne Wasser

Sommer im Winter. Was machen Wellenreiter ohne Meer? Sie surfen auf dem Trockenen. Erstmals gibt es nun Drys surf-Boards in Wien.

VON EVA WINROITHER

Wien. Angefangen hat alles mit einem Urlaub, in dem der Sohn unbedingte Wellenreiten lernen wollte. Am Ende war nicht nur er den Wellen verfallen, sondern die ganze Familie. Der Vater, die zwölf Jahre jüngere Schwester, auch die Mutter von Moritz Mistelbauer stand auf dem Brett. Das ist jetzt zehn Jahre her, und das Surffieber hat die Familie nicht verlassen.

Manchmal fahren nur Vater und Mutter surfen, manchmal alle zusammen oder Mistelbauer allein, der vor zwei Jahren in der Nähe von Lissabon studierte und direkt an der Costa de Caparica (den Hausstränden von Lissabon) wohnte. „Wenn möglich, dann bin ich schon vor der Uni surfen gegangen“, erzählt der 27-Jährige. Die lokale Surfclique an der Uni („Die Portugiesen sind so nette Menschen“) nahmen den jungen Mann, „der Deutsch spricht, aber kein Deutscher ist“, in ihre Mitte auf. Manchmal ging er in Trainingshosen an die Uni, weil er wusste, dass er nach den Vorlesungen wieder ins Wasser wollte.

Mistelbauer, der die typisch trainierten Oberarme eines Surfers hat, erzählt seine Geschichte am Tresen des neuen Coworkingspace Brains and Bodies, den er und sein Vater, Lorenz Gräff, vergangene Woche im sechsten Bezirk, nahe der Mariahilfer Straße, eröffnet haben. Hinter ihm steht die Kaffeebar mit der großen Espressomaschine, überall gibt es viel Holz, einen riesigen Tisch - und schon den Blick auf die Besonderheit des Coworking-Space, wo mit zwei Trainingsräumen Sport als

Ausgleich zum Arbeiten viel Platz gegeben wird. Hier werden nicht nur Yogastunden abgehalten, sondern hier stehen auch fünf sogenannte Drys surf-Boards, Trocken surfboards, mit denen man das Wellenreiten ohne Wasser trainieren kann.

Die Bretter sind auf einem beweglichen Sockel befestigt und wurden in Fuerteventura/Spanien vom Osteopathen Miguel A. Lindoso entwickelt. „Den kennt dort vor Ort jeder“, erzählt Mistelbauer. Lindoso sei jener Mann, zu dem die Surfer - ob Profis oder Anfänger, Einheimische oder Touristen - pilgern, wenn sie sich beim Surfen wieder einmal verletzt haben.

Verletzungen reduzieren

Genau aus diesem Grund, erzählt Mistelbauer, entstand die Idee für die Drys surf-Boards. Denn beim Surfen beanspruchen die Muskeln in einem Winkel beanspruch, den man auf dem Trockenen schwer trainieren kann. Mit den Boards - so der Plan - können die Surfer sich besser vorbereiten, aber auch Anfänger den doch schwierigen Sport leichter lernen. In Fuerteventura, erzählt Mistelbauer, werden die Boards mittlerweile in einer Ko-

operation mit einer Surfschule verwendet - mit wirklich guten Erfolgen. Auch das spanische Paralympics-Team (Wellenreiten ist bei den nächsten Spielen olympisch) habe schon damit trainiert, erzählt Mistelbauer. Sein Vater war es dann, der die Boards bei einem Urlaub entdeckte - und in den Coworking-Space integrierte. Nun bietet der Sohn wöchentliche Kurse an. Für die Coworking-Kunden und für Externe.

Wer sich selbst auf die Drys surf-Boards stellt, wird zuerst einmal eines tun: wackeln - und das nicht zu wenig. Laut Mistelbauer macht genau das den Trainingseffekt aus. Durch die sensiblen Boards lernt man, die Balance zu halten - und trainiert damit die dafür notwendigen feinen Muskeln. Je nach Übung werden dann einzelne Muskeln gekräftigt, im entsprechenden Winkel, als stünde man in der Welle.

Mistelbauer zeigt es vor. Die einfachste Übung ist, auf dem Board herumzuspazieren, so als würde man auf einem Longboard reiten. Das Paddeln wird mit einem eingezogenen Theraband trainiert. Schwieriger sind die Turns, die Wendungen, zu simulieren. Je länger man auf den Board steht, desto sicherer wird man. „Man lernt, auf seine Beine zu hören“, sagt Mistelbauer, der für die Einschulung mehrere Wochen bei Lindoso auf Fuerteventura verbrachte. Der Coworking-Space ist übrigens der einzige Ort in Österreich, wo es die Boards gibt. Theoretisch können auch Nichtsurfer damit trainieren. Zuletzt habe ein Radfahrer seine Beine damit trainiert. Der Fokus liege aber auf dem Surfen - weil ihm das am meisten Spaß mache.

AUF EINEN BLICK

Brains and Bodies ist ein neuer Coworking-Space, der seinen Fokus auf integrierte Sportangebote setzt. Derzeit werden dort Yogastunden angeboten. Es gibt auch die Möglichkeit, surfen zu lernen. Auf den Drys surf-Boards wird Wellenreiten ohne Wasser geübt. Damit können sich Anfänger und Fortgeschrittene auf den nächsten Urlaub vorbereiten. brainsandbodies.space

Nachfolge von Vassilakou bis Dienstag geklärt

Stimmzettel zur Wahl der grünen Spitzenkandidatur werden ausgezählt.

Wien. In wenigen Tagen ist geklärt, wer Maria Vassilakou als Nummer eins der Wiener Grünen, und damit auch als Vizebürgermeisterin und Stadträtin, nachfolgt: Die parteiinterne Briefwahl geht ins Finale. Bis Montag, 17 Uhr müssen die Stimmzettel eingelangt sein. Unmittelbar danach beginnt die Auszählung. Ein Ergebnis soll es noch in der Nacht auf Dienstag geben.

Fünf Bewerber kämpfen um den Spitzenposten. Formal wird darüber entschieden, wer für die Hauptstadt-Grünen bei der kommenden Wien-Wahl 2020 als Spitzenkandidat(in) ins Rennen geht.

Realpolitisch geht es auch um das wichtige Verkehrs- und Stadtplanungssort sowie das Vizebürgermeisteramt. Beide Funktionen bekleidet Vassilakou in der rot-grünen Stadtkoalition seit 2010. Im September hatte sie angekündigt, sich bis Sommer 2019 zurückzuziehen. Ihre Nachfolge antreten wollen Klubobmann David Ellensohn, die beiden Gemeinderäte Birgit Hebein und Peter Kraus, der Meidlinger Bezirksrat Benjamin Kaan und die Ärztin Marihan Abensperg-Traun. Letzteren beiden werden nur Aufenseitertchancen eingeräumt.

3397 Grüne entscheiden

Wer das Rennen macht, darüber entscheiden 3397 stimmberechtigte Personen - Parteimitglieder und externe Wähler, die sich im Vorfeld gegen eine Gebühr haben registrieren lassen. Gewählt wird erstmals per Brief. Die Stimmzettel wurden vor rund zwei Wochen verschickt und müssen bis Montag retourniert werden. Für Spätentscheidene richten die Grünen am Montag noch ein Wahllokal vor der Parteizentrale in der Lindengasse ein.

Um als Sieger hervorzugehen, braucht es eine einfache Mehrheit. Laut Partei ist geplant, das Resultat gleich nach Vorliegen zu veröffentlichen. Das dürfte erst in der Nacht auf Dienstag sein. Stunden später soll sich die neue Nummer eins der Öffentlichkeit präsentieren. Seinen ersten großen Auftritt vor der eigenen Basis darf der Spitzenkandidat bzw. die Spitzenkandidatin bereits am Samstag, 1. Dezember, bei der Landesversammlung absolvieren. (red.)

Grazer Zukunftssuche

Kulturjahr 2020. Gefahndet wird nach visionären Ideen und Entwürfen für die urbane Zukunft.

Wien. „Kultur schafft urbane Zukunft.“ Das ist das Motto der Ausschreibung für das „Graz Kulturjahr 2020“. Sie wurde 150 Personen der Kunst- und Wissenschaftszene in der steirischen Landeshauptstadt und am Freitag in Wien von Kulturstadtrat Günter Riegler (ÖVP) und Kulturjahr-Manager Christian Mayer präsentiert.

Einzelpersonen und Institutionen seien eingeladen, sich in konkreten Projekten Gedanken zu machen, „wie wir in 20 oder 30 Jahren in Graz leben wollen“, so Riegler. Die Themen reichen von Migration und Diversität bis zu Auswirkungen der Digitalisierung. Die

Einreichfrist endet am 18. März 2019. Bis Juni will der Programmrat über die Einreichungen entschieden haben. Mit dabei: MAK-Generaldirektor Christoph Thun-Hohenstein, Droschl-Verlagsleiterin Annette Knoch, Monika Pessler, Direktorin des Sigmund-Freud-Museums, Darrel Toulon, Ex-Ballettdirektor der Oper Graz.

Im Juli sollen die Projekte in der letzten Grazer Gemeinderatsitzung vor dem Sommer beschlossen werden. Fünf Millionen Euro stehen als Programmbudget zur Verfügung, weitere 700.000 Euro sind für Organisation und Marketing vorgesehen. (red./APA)

NGA

NEXT GENERATION ACADEMY

Wir suchen den heimischen Führungsnachwuchs:
Bewerben Sie sich bis 7. Dezember 2018 und profitieren Sie von einer 10%igen Ermäßigung.
Mehr Infos unter: www.nextgenerationacademy.at

KPMG

Die Presse