

Sportgerechte Ernährung und Kantinenoptimierung bei der Volleyball - Schülerliga Bundesmeisterschaft in der ÖKO-MS Mäder (8.5.2010 – 12.5.2010)



Die ÖKO Mittelschule Mäder ist dieses Jahr Veranstalter der Volleyball Schülerliga Bundesmeisterschaft im Mai 2010. Den Verantwortlichen ist die optimale Verpflegung der Spielerinnen sehr wichtig. In Zusammenarbeit mit dem Sportservice Vorarlberg wurde daher die Großveranstaltung „kulinarisch“ durchgeplant und soll dem restlichen Österreich zeigen, dass Vorarlberg auf sportgerechte Ernährung Wert legt.

Die Spielerinnen der Schülerliga Bundesmeisterschaft werden dadurch bei der mehrtägigen Veranstaltung vom Frühstück bis zum Abendessen sportgerecht verpflegt. Die ÖKO-MS Mäder hat sich zur Aufgabe gemacht als Vorreiter in Zusammenarbeit mit der Ernährungswissenschaftlerin des Sportservice Vorarlberg, Eva Wildauer, die Mahlzeiten sportgerecht zu gestalten. Die gesamte Veranstaltung steht unter dem Motto "Food for Gold" und somit werden für Besucher und Gäste Pommes und Co. von der Speisekarte gestrichen. Schmackhafte Gerichte und Getränke können genauso gut, bzw. besser den Hunger stillen. Wir freuen uns auf viele interessierte Zuschauer, die sich nicht nur vom Volleyballsport, sondern auch von dem Engagement der ÖKO-MS Mäder beeindruckt lassen! Um die bestmöglichen Leistungen bei Sportveranstaltungen erleben zu dürfen, können Sportler/Innen nicht mit fetten Speisen verpflegt werden.

Eine Kantinenoptimierung hat viele Vorteile und kann in allen Sportstätten Vorarlbergs und bei jeglichen Sportveranstaltungen umgesetzt werden. Nutzen Sie die Chance und bringen Sie auch Veränderung in Ihre Sportkantine! Ohne großen Aufwand – doch mit großem Erfolg!

"... wir erhielten viele positive Rückmeldungen ..."



„Ernährung ist ein sehr wichtiger Faktor für die Gesundheit im Allgemeinen, ganz besonders aber, wenn Höchstleistungen im Sport erbracht werden sollen. Daher ist es uns ein besonderes Anliegen, Schülern und Schülerinnen unserer Schule zumindest ein Basiswissen über gesunde Nahrungsmittel zu vermitteln. Wir haben uns von der Ernährungsberaterin des Sportservice-Vorarlberg beraten lassen, um allen teilnehmenden Mannschaften der

Bundesmeisterschaft in Mäder eine sportlergerechte Ernährung anzubieten. Beim Landesfinale wurde dieser Gedanke zum ersten Mal umgesetzt, und wir erhielten viele positive Rückmeldungen. Auch die Zuschauer in der Sporthalle in Mäder werden bei den Bundesmeisterschaften vom Büffet überrascht sein. Verschiedene Säfte aus dem „Ländle“, überbackene Baguettes, diverse Suppen und Fitnessbrötchen mit verschiedenen Aufstrichen werden liebevoll dekoriert und angeboten. Die Veranstaltung ist selbstverständlich alkoholfrei. Wir würden uns wünschen, dass dieser Gedanke der sportlergerechten Ernährung auf vielen anderen Sportveranstaltungen ebenfalls Gefallen findet.“

Susanne und Karin ÖKO-MS Mäder