



Die Kapfenberger wurden von ihren Fans gebührend verabschiedet C. HEIGL

Saisonende für Steelers, Zukunft völlig offen

Aus im Viertelfinale, Kluft zwischen Team und Vorstand bleibt. Kommt noch Geld?

EISHOCKEY. Versöhnliches Ende in Kapfenberg: Fans, die am Eis mit ihren Steelers „feiern“ und erste Getränke reichen, Erinnerungsfotos werden geschossen, sogar der 25 Mann starke Feldkirch-Fanklub applaudiert den Mürtzältern – dabei hatten sie gegen die Vorarlberger nach einem völligen Einbruch in den Schlussminuten auch das vierte Spiel der Serie verloren (3:6). Die erste Saison in der International-League ist Geschichte.

Es bleiben viele Fragen offen. Wird es bei den Steelers überhaupt ein zweites Jahr geben? Nach (zu) großen Worten und (zu) großen Zielen beim Start vor zwölf Monaten haben sie aktuell mit (zu) großen finanziellen Sorgen und internem Streit in der Führungsriege zu kämpfen. „Das Spiel ist aus, der Kampf geht weiter“, formulier-

te es Kapitän Philipp Winzig. Mannschaft und Trainer fordern noch ausstehende Gehälter ein, auch ein Anwalt ist eingeschaltet. „Ich gehe davon aus, dass mein Zweijahresvertrag somit hinfällig ist. Unter diesen Herrschaften will ich in Kapfenberg aber ohnehin nicht weiter spielen“, sagt Winzig und meint Obmann Gerhard Hasewend und Sportdirektor Jiri Hala.

Die Kluft zwischen Mannschaft und Vorstand könnte größer nicht sein. Hasewend blickt dennoch in die Zukunft: „In den kommenden 14 Tagen müssen wir den Klub stabilisieren und alles auf null stellen.“

CHRISTOPH HEIGL
INL, Viertelfinal-Play-off, 4. Spiel: Kapfenberg Steelers – VEU Feldkirch 3:6 (0:1, 3:1, 0:4). Tore für Kapfenberg: Finsterle (30.), Ph. Winzig (35., 38.). Endstand in der „Best-of-seven“-Serie: 0:4.

Es kommt dick

Kapfenberg empfängt heute um 19 Uhr Vienna im Basketball-Bundesliga-Hit. Eine spezielle Diät soll den ersten Saisonsieg gegen die Wiener bringen.

CHRISTOPH HEIGL

Flatternde Trikots, definierte Muskeln, eingefallene Wangen – die Basketballer der Kapfenberg Bulls präsentieren sich schlanker denn je. Der Grund ist eine Offensive in Sachen Ernährung. „Wir versuchen, überall Leistungsreserven herauszukitzeln. Ernährung war bei uns schon immer ein großes Thema“, erklärt Trainer Michael Schrittwieser.

Als Juntrainer installierte er einst ein „Ampelsystem“ und verhängte Strafen, wenn Spieler über die Stränge schlugen. Ergebnis: „Sie fanden Schlupflöcher und haben getrickelt, was nur geht.“ Jetzt regiert das Prinzip der Freiwilligkeit: Den Spielern wird Beratung angeboten, Gespräche, Literatur oder YouTube-Clips. „Wenn sie sich nur ein wenig für das Thema zu interessieren beginnen, haben wir schon gewonnen.“ Mit Rat und Tat stehen Spezialist Markus Stark (Berater von u. a. Christoph Strasser, Reinfried Herbst) und Andreas Schenk zur Seite.

Schrittwieser selbst isst fünf Tage die Woche vegetarisch, schwört beim „Milliardengeschäft Ernährung“ aber auf keine

bestimmte Methode. Zu viel ändere sich im Lauf der Zeit, zu wenig wisse man noch. „Die Wissenschaft ist nur der letzte Stand des Irrtums“, ist der Sportwissenschaftler überzeugt. Er selbst und große Teile des Vereins setzen auf das Paleo-Prinzip, auch „Steinzeitdiät“ genannt, also auf regionale, saisonale Lebensmittel, die auch in der Steinzeit schon da waren: Gemüse, Fisch, Salate, Fleisch und wenig oder gar keine Kohlenhydrate und Zucker in Form von Nudeln, Reis und Kartoffeln. „Früher haben wir Nudeln gemampft wie die Wahnsinnigen“, erinnert sich Schrittwieser. Ein Mittagsmenü könnte so ausschauen: Fisch, Salat, Karfiol, Brokkoli.

Steinzeitdiät wirkt

Die Folge: Alle Profis bis auf Maurice Pearson („Der war schon am Limit“) haben fünf bis zehn Prozent ihres Gewichts verloren. Joey Shaw etwa von 98 auf 90 Kilogramm, Nicchaeus Doaks von 106 auf 97. Shawn Ray präsentiert stolz seinen muskelbepackten Körper. Bei 1,95 Metern bringt er nur 85 Kilogramm auf die Waage. „Ich fühle mich super“, sagt der Amerikaner. Er ist als „Naschkatze“ bekannt. Was ist das Schwerste am Diäthalten? „Ich bekomme um 22, 23 Uhr immer Hunger, das ist hart. Aber ich weiß, Zucker ist eine Droge. Nach ein paar Wochen hat man die Umstellung auch im Kopf geschafft.“

Für Sünde ist auch Platz. Jeder hat einen „cheat day“, also einen Tag pro Woche, an dem man sich bewusst über alle Regeln hinweg-

Titel für Steiner

BIATHLON. Bei den österreichischen Meisterschaften in Eisenerz siegte Tamara Steiner (WSV Ramsau) in der Jugend II, in der Jugend I wurde Denise Rohrer-Peer (Rottenmann) Zweite. Die steirischen Meistertitel sicherten sich Felix bzw. Ulla Waldhuber (beide ATV Aigen/Irdning).

Eisel feiert seinen schönsten Erfolg

RADSPORT. Mit Georg Preidler fährt nur ein Steirer beim prestigeträchtigen Rad-Etappenrennen Paris-Nizza mit (siehe Seite 35). Eigentlich hätte auch Bernhard Eisel dabei sein und das Sky-Team anführen sollen, doch seine Abstinenz hat einen nachvollziehbaren und guten Grund. Der 34-jährige gebürtige Weststeirer ist nämlich erstmals Vater geworden. Ehefrau Tanja brachte am Samstag Vormittag die gemeinsame Tochter Freja Eleonor zur Welt.



Bernhard Eisel ist erstmals Vater geworden GEPA

Wende im Finale

EISHOCKEY. In der Landesliga haben die Rattlesnakes Graz im Finale gegen Hartberg die Wende geschafft. Dank eines 5:2-Sieges im dritten Spiel der Best-of-five-Serie steht es nun 2:1 für die Grazer. Das nächste und vielleicht schon entscheidende Spiel steigt am Mittwoch in Hartberg (19.30).