

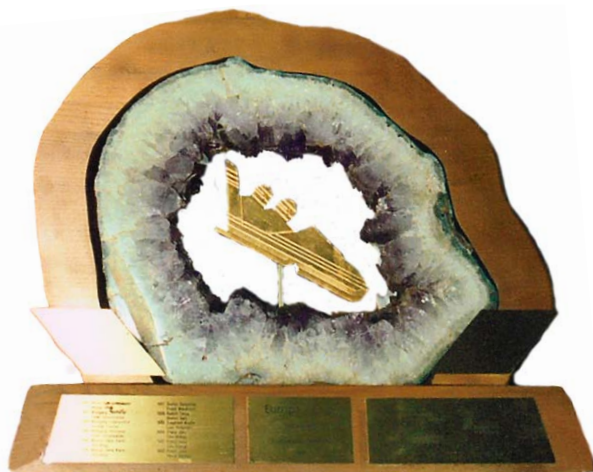
Einladung und Ausschreibung

**40. Europapokal und
2. Deutsche Meisterschaft
der Seniorinnen und Senioren
im Zweierbob**

5.3. - 7.3.2020

Olympia Bob- und Rodelbahn in Igls/Innsbruck

i IDEAL
Versicherung



Der Bobclub Amras/Innsbruck lädt alle Teams zum 40. Europapokalrennen und zur 2. Deutschen Meisterschaft der Seniorinnen und Senioren im Zweierbob recht herzlich ein.

www.europapokaldersenioren.de | www.bobclub-amras.at



Ihr zuverlässiger Partner für

- Arbeitsschutz
- Arbeitssicherheit
- Arbeitsmedizin



www.arbumed.de
verwaltung@arbumed.de

Fon: + 49 7223 910610
Fax: + 49 7223 910611





Wolfgang Stampfer

Liebe Freunde des Bobsports



Andy Zeidler

40 Jahre Europapokal der Senioren im 2er Bob – eine Erfolgsgeschichte.

Wer hätte 1981 beim ersten Rennen in Igls gedacht, dass die Idee von Anton Schrobrenhauser vier Jahrzehnte überdauern würde.

Damals trafen sich zwölf 2er Teams aus Deutschland und Österreich, um auf der Bobbahn auszutesten, wer den Sport an den Seilen noch beherrschte. Mit seiner Siegerzeit von 56,56 sec. im schnellsten Lauf bewies Anton Schrobrenhauser, dass er das Fahren im Bob nicht verlernt hatte.

38 Jahre später zeigte sich unter dem Patronat der IBSF, dass aus der Hobbyveranstaltung ein international anerkanntes Rennen mit 30 Teilnehmern aus Deutschland, Österreich, Schweiz, Großbritannien, Japan, Neuseeland, Monaco und den USA geworden war, bei welchem Rennzeiten von 53 sec. erzielt wurden. Die professionell auf hohem Niveau ausgerichteten Rennen hatten 2019 den BSD dazu bewogen, dem „EC“ die Ausrichtung der ersten Deutschen Meisterschaft der Senioren im 2er Bob als race in race zu übertragen.

Für den 40. Internationalen Europapokal der Senioren mit der 2. Deutschen Meisterschaft der Senioren lassen die bisherigen Meldungen eine Teilnehmerzahl erwarten, die über den 38 Bobs des 30. EC liegen wird.

Der Bobclub Amras/Innsbruck und das gesamte OK würden sich über eine rege Teilnahme von Bobteams aus aller Welt sehr freuen. Natürlich sind auch Zuschauer, ehemalige Bobpiloten und Anschieber, Interessierte des Bobsports, sowie Gönner des Bobsports gerne gesehen und herzlich willkommen. Das Programm bietet sowohl sportliche Aktivität als auch gesellige Abende mit musikalischer Untermalung für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Details zur Veranstaltung findet ihr im weiteren Verlauf dieser Ausschreibung!

Unser Facebook Account, eingerichtet von Peter Grimm, lautet

www.facebook.com/EuropapokalDerSenioren. Damit sind wir auf der allseits bekannten Internetplattform vertreten. Unser Aufruf gilt allen, die Adresse zu liken, zu teilen und Facebook-Freunde dahin einzuladen.



 **STA**CONSULTING
WIRTSCHAFTS -UND FINANZDIENSTLEISTUNGEN

STA-consulting GmbH
Grabenweg 72
6020 Innsbruck
+43 512 89 02 27
office@sta-consulting.at
www.sta-consulting.at

**SERVICE FÜR UNTERNEHMEN UND
VERMÖGENDE PRIVATKUNDEN**



s'Aschach

CAFE BAR RESTAURANT



Restaurant s'Aschach
Hochschwarzweg 2
A-6111 Volders
www.restaurant-aschach.at

TB *by Tere Braunfeld*

Garage Baumann Schwarzenbach

Garage Baumann AG
9536 Schwarzenbach
Telefon 071 929 10 90
www.garagebaumann.ch





Fürst Albert Grimaldi II von Monaco



Palais de Monaco

12th December 2019

I am honored to be the Patron of the 2020 Senior Bobsleigh Championship as this sport occupies a special place in my heart and in my life.

This event will represent not only a competition with the performance associated to it but also a wonderful opportunity for a friendship gathering.

I wish all the participants an enjoyable race and to the organizers a successful event.

Informationen zur Veranstaltung und Reglement

**INNS'
BRUCK**

- Schirmherr:** Fürst Albert Grimaldi II von Monaco
Patronat: IBSF
Veranstalter: Bobclub Amras/Innsbruck
Rennleitung: Peter Grimm, München
Jury: Helmut Zwerver (A), Ian Richardson (GBR), Hansjörg Scheuble (CH)
Sprecher: Alex Hager
Zeitnahme: Viktor Mallaun
Sanitätsdienst: Rotes Kreuz - Krankentransportwagen mit 2 Rettungssanitätern
Nennung an: Inge Nerb **neu:** inge.nerb@gmail.com
Schriftlich bis 23.2.2020. Bei verspäteter Nennung am Rennwochenende ist ein Aufpreis von € 10,- zu entrichten.
Nenngeld: **KEIN NENNGELD**
Trainingsfahrt: €55,- (**nur Bargeld - keine Kreditkarten**)
Preise: Die ersten drei Teams aller Klassen erhalten einen Pokal
Der Sieger der allg. Klasse erhält den Titel „Europapokalsieger der Senioren im Zweierbob“
Der Sieger der Deutschen Meisterschaft erhält den Titel „Deutscher Meister der Senioren im Zweierbob“

Als Teilnahme zum Wettkampf
müssen mindestens 2 sturzfreie
Trainingsläufe absolviert werden.



HORSESHOE
EVENT BAR
Restaurant Schöntal
6414 Oberarth
Tel. 041 855 11 88 – www.horseshoe.ch
365 Tage geöffnet!
Wir freuen uns über Ihren Besuch:
Martin Annen, Marcel Reichlin und Team

Klasseneinteilung:

Stichtag für die Einteilung der einzelnen Gruppen ist der 30 Juni 2019/20 keine Teilnahme an WC und EC.

INNS' BRUCK

- Allgemeine Klasse: Pilot und Bremser Mindestalter 35 Jahre, Gesamtgewicht 400 kg
 - Allgemeine Klasse: Pilot und Bremser Mindestalter 35 Jahre , Gesamtgewicht 400 kg
 - Altersklasse 2: Pilot und Bremser Mindestalter 45 Jahre, ansonsten wie Allg. Klasse
 - Altersklasse 3: Pilot und Bremser Mindestalter 50 Jahre, ansonsten wie Allg. Klasse
 - Altersklasse 4: Pilot und Bremser Mindestalter 55 Jahre, ansonsten wie Allg. Klasse
 - Damen: Pilotin und Bremserin 30 Jahre, ansonsten wie Allg. Klasse
- Deutsche Seniorenmeisterschaft
Beide Athleten (Pilot und Bremser) müssen einem deutschen Bobclub angehören und mindestens 35 Jahre alt sein. Bei den Damen gilt das Mindestalter von 30 Jahren.

Ohne Vorlage einer Unfallversicherung wird kein Teilnehmer zum Wettkampf zugelassen.

Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer bestätigt mit der Nennung, eine sportspezifische Unfallversicherung abgeschlossen zu haben und muss eine Verzichtserklärung gegenüber dem Veranstalter unterschreiben. Der Veranstalter übernimmt bei Unfällen und Schäden keinerlei Haftung. Weiter können auch keine Schadensersatzansprüche gegenüber der Bobbahn Igls geltend gemacht werden. Ausgenommen von dieser Regelung sind Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit.

heis :: paulweber

RECHTSANWÄLTE

Mit Recht auf Ihrer Seite!

Dr. Markus Heis & Dr. Hannes Paulweber • Anichstrasse 3 - 6020 Innsbruck - Österreich
Tel. +43/512/581958 • Fax. + 43/512/581958-19 • E-Mail: office@heis-paulweber.at • www.heis-paulweber.at

www.heis-paulweber.at

BINDER

METALLWARENFABRIK



www.gebr-binder.de



Peter Grimm LL.M.
Dr. Karl v. Lutterotti
Iris-Maria Jandel LL.M.
Regina Richter
Rolf E. Müller
Rechtsanwälte

Gerner Straße 7
80638 München
Telefon: +49 (0)89/156023
Telefax: +49 (0)89/153343
info@grimm-rechtsanwaelte.de
www.grimm-rechtsanwaelte.de

Zeitplan Training und Athletenabend

**INNS'
BRUCK**

Donnerstag	05.03.2020	10.00 – 12.00 Uhr	Training bis zu 2 Läufe
		16.00 – 18.00 Uhr	Training bis zu 3 Läufe
		19.00 Uhr – open	Empfang der Bobteams beim Isserwirt in Lans
Freitag	06.03.2020	10.00 – 12.00 Uhr	Training bis zu 3 Läufe
		Ab 14.00 Uhr	Anmeldung und Bezahlung im Bobcafé - auch für Teams, die erst am Nachmittag das Training absolvieren - Ausweispflicht!!!
		16.00 – 18.00 Uhr	Training bis zu 2 Läufe
		18.30 Uhr	Mannschaftsbesprechung und Startnummernauslosung im Rennbüro

Am Renntag ist das Parken der Privatautos im Startbereich nicht gestattet. Der Auftransport der Gerätschaften erfolgt rechtzeitig über bahneigene LKWs

Zeitplan Wettkampf

Samstag	07.03.2020	10.00 Uhr	Europapokal der Senioren, 2 Rennläufe Alle Rennklassen werden in diesen Rennläufen gemeinsam starten. Anschließend kommt es zur Klassenunterteilung auf der Rangliste.
		13.00 Uhr	Siegerzeremonie im Innenraum der Zielkurve
		14.00 – 16.00 Uhr	Taxifahrten
		18.00 Uhr	Essen im Isserwirt (Reservierung erwünscht)
		20.00 Uhr	Siegerehrung und anschließend Unterhaltung mit Musik im Gasthof Isserwirt

Hinweis: Die angegebenen Bahntermine gelten vorbehaltlich der Witterungsverhältnisse. Die Zeiten können, wenn erforderlich, von den Verantwortlichen der Bobbahn Igls kurzfristig geändert werden.
Im gesamten Bahnbereich ist es untersagt, Flaschen und Trinkgefäße aus Glas zu verwenden.

Ingenieurbüro CZIPKA

Sachverständigenbüro

**Ingenieurbüro
Heinz Czipka**

Carl-Benz-Str. 3

64658 Fürth/Odw.

Telefon 06253-930903

Email: mail@ing-buero-czipka.de

Untersuchungen im Auftrag der KÜS:

- Hauptuntersuchung (HU)
- Teiluntersuchung Abgas (AU)
- Sicherheitsprüfung (SP)
- Änderungsabnahmen (§ 19 Abs. 3 StVZO)
- Oldtimer-Gutachten
- UVV-Prüfungen



Kfz-Sachverständigen-Leistungen:

- Unfall- und Schadensgutachten
- Fahrzeugbewertungen / Wertgutachten
- Beweissicherungsgutachten
- Gasprüfungen nach DVGW 607 für Camping-Fahrzeuge
- UVV-Prüfungen

Öffnungszeiten

Prüfstelle Fürth - Carl-Benz-Str. 3

Mo. - Sam. 9:00 - 11:30 Uhr

Mo. - Fr. 16:00 - 18:00 Uhr

Do. 16:00 - 19:00 Uhr

Prüfstelle Reichelsheim - Hofweg 3

Mo. + Do. + Fr. 9:00 - 11:30 Uhr u. 16:00 - 18:00 Uhr

Sam. 9:00 - 11:30 Uhr (1. im Monat)

Prüfstützpunkt Rimbach - Schloßstr. 74

Mi. u. Fr. 16:00 - 18:00 Uhr

Prüfstützpunkt Lautertal - Nibelungenstr. 179

Di. 16:00 - 18:00 Uhr

Bobclub Amras/ Innsbruck- OK:

Inge Nerb (D), Peter Grimm (D), Andy Zeidler (CH), Wolfgang Stampfer (A), Ian Richardson (GB)

Miete 2er-Bobs

Der Verleih von 2er Bobs zur Teilnahme am Rennen gegen geringe Mietgebühr für auswärtige Teams ist nach wie vor gegeben. Bei Interesse bitte an Wolfgang Stampfer wenden (wolfgang.stampfer@hotmail.com)

Gästefahrten:

Angemeldete Gästefahrten im 4er Bob sind am 07.03.2020 ab ca. 14.00 Uhr (eventuell auch schon früher) möglich. Preis pro Person € 100,-

Sponsorfahrten besitzen Priorität

Anmeldung nur über Wolfgang Stampfer (wolfgang.stampfer@hotmail.com)



Wallner Sportfahrzeugbau

**Carbontechnik Leichtbauteile
Komplettumbau von Rennfahrzeugen
Motor und Fahrwerkstuning**

Wattenerweg 2a 6111 Volders Tel. +43 664 532 01 40

Siegerliste Europapokal der Senioren:

**INNS'
BRUCK**

1981 Anton Schrobenhauser / Walter Gilik	2001 Martin Wildhaber / Rolf Ringger
1982 Wolfgang Zimmerer / Peter Utzschneider	2002 Peter Hinz / Wolfgang Haupt
1983 Wolfgang Eidenschink / Günther Fischer	2003 Martin Wildhaber / Rolf Ringger
1984 Wolfgang Zimmerer / Peter Utzschneider	2004 Martin Wildhaber / Barbaros Gucuyener
1985 Werner Delle-Karth / Otto Breg	2005 Matthias Benesch / Karsten May
1986 Werner Delle-Karth / Otto Breg	2006 Peter Hinz / Thorsten Dauth
1987 Stefan Gaisreiter / Franz Windiersch	2007 Peter Hinz / Thorsten Dauth
1988 Rudolf Terza / Stefan Heis	2008 Peter Hinz / Thorsten Dauth
1989 Siegfried Wader / Lutz Richmann	2009 Peter Hinz / Thorsten Dauth
1990 Franz Joho / Toni Rüegg	2010 Andy Zeidler / Roland Tanner
1991 Franz Joho / Toni Rüegg	2011 Nikki Albrecht / Andy Ballmer
1992 Franz Joho / Heinz Stettler	2012 Matthias Grunwald / Lars Behrendt
1993 Klaus Klöpping / Norbert Mülhaupt	2013 Matthias Grunwald / Lars Behrendt
1994 Harry Bahr / Rüdiger Möhrig	2014 Wolfgang Stampfer / Jürgen Mayer
1995 Ekkehard Fasser / Walter Weber	2015 Matthias Grunwald / Lars Behrendt
1996 Ekkehard Fasser / Walter Weber	2016 Wolfgang Stampfer / Jürgen Mayer
1997 Ekkehard Fasser / Marcel Fässler	2017 Andy Zeidler / Roland Tanner
1998 Ekkehard Fasser / Marcel Fässler	2018 Wolfgang Stampfer / Jürgen Mayer
1999 Ekkehard Fasser / Marcel Fässler	2019 Gregor Baumann / Patrick Blöchliger
2000 Gerhard Rainer / Martin Kerbler	



Bewegung und Gesundheit

Bewegung und regelmäßige, sportliche Aktivitäten sind unverzichtbar für die Gesundheit. Mit dem Einstieg in das Berufsleben reduziert sich häufig die Zeit, die wir bewegt verbringen, in bedenklichen Umfang ab, während die Stressbelastung deutlich zunimmt.

Auch die Freizeit wird überwiegend bewegungsarm verbracht. Eine ausreichende

work / life balance

ist oftmals nicht mehr gegeben.

Schon nach wenigen Tagen ohne Bewegung schrumpft die Muskulatur, was zur Schwächung der Herzmuskulatur führt. Pro Schlag transportiert das Herz immer weniger Blut. Die Folge:

Es gelangt weniger Sauerstoff in die Zellen des Körpers. Doch gerade den Sauerstoff brauchen die Zellen, um Leistung zu bringen. Sowohl in Muskeln wie im Gehirn. Bewegung ist daher unverzichtbarer Bestandteil eines gesunden Lebensstils.

Mindestens 30 Minuten an 3-4 Tagen pro Woche sollte man sich zumindest mäßig anstrengen und eine Pulsfrequenz von 140 Schlägen / min. erreichen.

Bewegung fördert über Stimulierung des Herz-Kreislauf-Systems die Durchblutung der Organe. Eine gute Durchblutung ist die Voraussetzung der intakten Funktion aller Organsysteme und sorgt so für bessere körperliche und mentale Leistungsfähigkeit.

Bei bestehenden Erkrankungen ist vom Arzt ein sinnvoller Trainingsplan zu erarbeiten.

Regelmäßiges Ausdauertraining kräftigt die Herzmuskulatur. Bewegung hält die Adern elastisch und der Blutdruck sinkt. Weitere positive Auswirkungen sind auf einen erhöhten Cholesterinspiegel zu beobachten. Damit nimmt das Risiko eines Schlaganfalles oder Herzinfarkts ab. Günstig beeinflusst werden Osteoporose,

Übergewicht und eine bestehende Zuckererkrankung. Auch zur Vorbeugung des Diabetes mellitus ist Bewegung essentiell.

Nicht jeder von Bewegungsmangel und dessen Auswirkungen Betroffene kann aus gesundheitlichen Gründen, oder mangels Gelegenheit dieses Defizit aktiv kompensieren.

Die positiven Effekte aktiver Bewegung lassen sich insbesondere durch die ECP Therapie nachahmen und unterstützen. Dabei weiten sich bereits vorhandene Mikrogefäße im Gewebe. Die Organe werden besser durchblutet. Bei dieser Therapieform, die kurativ und / oder präventiv eingesetzt werden kann, handelt es sich um, an den Unter-, Oberschenkeln und im Beckenbereich angebrachte Manschetten, welche - im Herzrhythmus - Druck auf- und wieder abbauen.

Die dadurch erzeugte Druckwelle sorgt für eine Ausbildung zusätzlicher Kreislaufkapazitäten mittels Ausbildung von Kollateralkreisläufen.

Diese Therapie ist daher seit vielen Jahren auch unter dem Namen „Biologischer Bypass“ bekannt und seit 2013 von der Europäischen Gesellschaft für Kardiologie als mögliche Therapieoption anerkannt.

Flankierenden Maßnahmen wie Ernährungsberatung, Gewichtskontrolle, Physiotherapie, Ergotherapie, Sauerstofftherapie, Raucherentwöhnung, Methoden zur Stressbewältigung und Atemtherapie verstärken den positiven Effekt der ECP Anwendung nachhaltig und werden in ARBUMED-Praxen modular angeboten.

Die Behandlungen erfolgen in der Regel - individuell abgestimmt - in durchschnittlich 30 Anwendungen von jeweils etwa einer Stunde an 5 Tagen der Woche.

Beschwerden wie Koronare Herzkrankheit, Herzschwäche, Arterielle Verschlusskrankheit, Zustand nach Schlaganfall, Potenzstörungen, Demenz, Tinnitus, Parkinson und Erschöpfungssyndrome eignen sich besonders für dieses ganzheitliche Therapiekonzept.

Informationen sind unter info@arbumed.com zu erhalten.


Isserwirt
GASTHOF-PENSION „ZUR TRAUBE“

Fam. H. Raitmayr
A-6072 Lans Nr. 9
Tel. **43/512/377261
Fax ** 43/512/377261-29
E-Mail: hotel@isserwirt.at
www.isserwirt.at

**RUEGG
DRUCK**

Rapperswilerstrasse 2
8733 Eschenbach
Tel. 055 282 45 40
Fax 055 282 45 41

*Wir bringen's
aufs Papier!*

Nur Bobfahren ist schöner als drucken.

info@rueggdruck.ch

IDEAL UniversalLife

Bei uns können Sie **jederzeit** einsteigen!

3,3%

laufende
Verzinsung*

Sicherer Anschub für **Ihr Vermögen.**

* Verzinsung auf Basis der aktuellen Deklaration kann für die Zukunft nicht garantiert werden (Gilt für Zahlungen bis zu 25.000€ p.a.)

i IDEAL
Versicherung

www.universallife.de