

IN ALLER KÜRZE

FUSSBALL

Der **WAC** bietet für das mögliche Europa-League-Heimspiel gegen Borussia Dortmund neben den Abonnenten für alle jene ein Vorkaufsrecht an, die ein Ticket für das Zweitrunden-Rückspiel am Donnerstag, 23. Juli, gegen Soligorsk erwerben. Das Vorkaufsrecht gilt nur am Freitag, 24. Juli.

KFV-Villacher Bier-Cup, 1. Runde: Rückersdorf - Ruden 2:2 (0:1), Elferschießen 3:5. Heute: Eberstein - Poggersdorf (18.30)

Testspiele: Mühlen - Metnitztal 0:6 (0:3), VSV - Poggersdorf 2:2 (0:0), Wölfnitz II - Maria Rain 6:4 (4:0), A. Wolfsberg - Zeltweg 4:3 (2:1), Sillian - Dellach/Dr. 0:1 (0:0), Gmünd - Penk 3:0 (1:0), Gitschtal - Kirchbach 1:4 (1:3), Sirtitz - Feldkirchen 4:4 (2:2), Eberstein - Kühnsdorf 1:2 (1:1), Drautal - Liebenfels 1:1 (0:0), Ludmannsdorf - Sachsenburg 4:6 (3:3), Admira II - Fürnitz 1b 1:2 (0:1), Gmünd 1b - Bodensdorf 4:3 (2:2), Reichenfels - Obdach II 4:2 (1:2), Gallizien - Austria Klagenfurt Am. 2:2 (2:0), Kötschach - Dellach/G. 4:3 (2:2), Ulrichsberg - Reichenau 1:2 (0:2), Admira - Fürnitz 0:4 (0:3), Faakersee - Magdalen 1:1 (0:0), Sörg - Kraig 0:2 (0:1), St. Margareten/R. - Gurnitz 0:5 (0:1), Greifenburg - Lind 0:3 (0:1), Nötsch - Wernberg 0:3 (0:2).

STOCKSPORT

Duo Jugendförderungsturnier (Bez. Verb. Oberland/Radenthein): Herren: Gr. A: 1. Stocksützen Steinfeld I (Frank Repetschnig, Christian Gaspertitsch) 12, 2. HSV Spittal II 10, 3. WSG Radenthein I 8, Gr. B: 1. Radenthein II (Bernhard Stinig, Engelbert Pertl) 14, 2. HSV Spittal I 12, 3. Steinfeld II 10, Mixed: 1. ESV Seiwald Spittal (Anita u. Helmut Berger) 15, 2. Steinfeld 9, 3. SV Lendorf 7.

BALLHOCKEY

Halbfinale österreichische Liga 1. Spiel, best of three: HSC Eagles - ASKÖ Villach 2:3. 2. Spiel: 22. Juli (Alpenarena Villach, 20 Uhr). City Club United Klagenfurt - VAS Villach, 1. Spiel: 22. Juli (Puschnig-Halle, 20).

LEICHTATHLETIK

Einen tollen Abschluss gab es für Carina Pölzl bei der U20-EM in Schweden mit der Nationalteamstaffel über 4x100 Meter. Mit Julian Schwarzwinger, Bettina Rinderer und Susanne Walli konnten Kärntens Top-Sprinterinnen den ausgezeichneten sechsten Rang erlaufen. Mit der starken Zeit von 46,01 Sekunden fehlten auf Rang fünf nur drei Hundertstel. Sie erreichten damit einen der besten Plätze, die Kärnten bei einer U20-EM bisher erkämpfte.

Kärntnerin

Sarah Lager (15) eroberte mit Silber im Siebenkampf die erste Leichtathletik-Medaille bei einer Nachwuchs-WM für Österreich.

UWE BLÜMEL

Ein Stück rot-weiß-rote Leichtathletik-Geschichte schrieb Sarah Lager bei der U18-Weltmeisterschaft im kolumbianischen Cali. Die erst 15-jährige Oberkärntnerin eroberte im Siebenkampf mit 5992 Punkten hinter der Schweizerin Geraldine Ruckstuhl die Silbermedaille, was zugleich das erste Edelmetall für Österreich bei einer Nachwuchs-Weltmeisterschaft bedeutet.

„Ich bin so glücklich“, waren die ersten Worte der frischgebackenen Vizeweltmeisterin. Dabei begann der Bewerb für die Schülerin des Sport-BORG Spittal alles andere als optimal. Über 100-

Meter-Hürden wäre Lager beinahe gestürzt, am Ende stand eine Zeit von 14,36 Sekunden zu Buche. Nach persönlicher Bestleistung von 1,76 Metern im Hochsprung, einem durchwachsenen Versuch von 13,55 Metern im Kugelstoßen und einer persönlichen Bestleistung von 24,53 Sekunden über 200 Meter fand sich die 15-Jährige nach dem ersten Wettkampftag nur auf dem fünften Zwischenrang wieder.

Gelungene Aufholjagd

Am abschließenden zweiten Tag ließ die Rothenthurnerin ihre Klasse aufblitzen und katapultierte sich noch auf das Podest. Zunächst siegte Lager mit österreichischer Jahresbestleistung

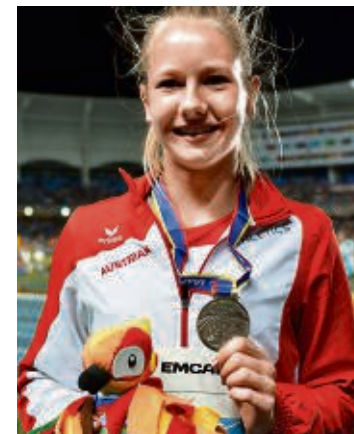
schrieb Geschichte

von 6,21 Metern im Weitsprung und schob sich so im Gesamtklassensament bereits auf den zweiten Platz vor. Nach einem verpatzten Speerwurf von 39,30 Metern fiel sie auf Platz drei zurück, ehe sie mit persönlicher Bestleistung von 2:15,48 Minuten im 800-Meter-Lauf die Silbermedaille perfekt machte. „Drei Bewerbe von mir waren nicht gut, trotzdem bin ich Zweite geworden“, erzählt die Siebenkämpferin, für die der WM-Antritt in Kolumbien „ein tolles Erlebnis war“.

Nicht mit Lob spart Betreuer Georg Werthner, Ex-Zehnkämpfer und Olympia-Teilnehmer: „Wie sich Sarah durchgesetzt hat, obwohl gleich die erste Disziplin schlecht gelaufen ist, ist großartig. Wir können stolz auf sie sein.“ Lager reihte sich in eine prominente Riege an Medaillengewinnern ein, schließlich feierte ein gewisser Usain Bolt ebenfalls bei U18-Weltmeisterschaften seine ersten Erfolge.



In Aktion: Die Oberkärntnerin beim Kugelstoßen – eine der Disziplinen im Siebenkampf KK



Stolze Medaillengewinnerin: Sarah Lager präsentiert ihr WM-Silber KK

SUDOKU-RÄTSEL Nr.2836

mittel

5			3						1
		7				6			
				9	4			3	
	7	9		8					3
		1	6		9	8			
6			7			1	9		
	4		8	1					
			4				9		
1					2				4

Auflösung Nr.2835 links

2	8	3	7	4	6	1	9	5
1	5	4	9	2	3	8	7	6
9	6	7	8	5	1	3	2	4
7	1	2	3	8	4	6	5	9
4	3	8	5	6	9	2	1	7
6	9	5	2	1	7	4	8	3
3	7	1	6	9	8	5	4	2
5	4	6	1	7	2	9	3	8
8	2	9	4	3	5	7	6	1

Auflösung Nr.2835 rechts

7	5	1	8	2	4	9	6	3
6	2	3	1	7	9	4	5	8
4	8	9	3	6	5	7	2	1
1	6	4	2	5	3	8	7	9
8	3	7	6	9	1	5	4	2
2	9	5	4	8	7	3	1	6
5	4	6	9	3	2	1	8	7
9	1	2	7	4	8	6	3	5
3	7	8	5	1	6	2	9	4

www.kleinezeitung.at/sudoku

knifflig

				3		8	9	
	8			2				1
		1	4					5
		7	9					
	9	4				6	3	
						7	9	
5					2	7		
2				6				5
	4	9		7				

AUFLÖSUNG DES RÄTSELS

LEISKASTENMARK
PEICKUPONATRON
TOPARKRTO
HANTELUOPIST
SAATLOOSMASKE
SONNESPALTEN



Impressum: **KLEINE ZEITUNG** gegründet 1904. In Kärnten seit 1954. Erscheinungsort Klagenfurt, Verlagspostamt 9020 Klagenfurt. – Herausgeber und Medieninhaber (Verleger): Kleine Zeitung GmbH & CoKG, ein Unternehmen der Styria Media Group AG. – Geschäftsführung: Mag. Hubert Patterer, Mag. Thomas Spann, Dr. Walter Walzl, – Verlagsleitung: Dr. Walter Walzl, Chefredaktion: Antonia Gössinger, Mag. Hubert Patterer. Alle: 9020 Klagenfurt, Funderstraße 1a, Tel. 0 46 3/58 00-0. – Internet: www.kleinezeitung.at. **Redaktion:** Klagenfurt: 9020 Klagenfurt, Funderstraße 1a, Tel.: 0 46 3/58 00-0, Fax: 0 46 3/58 00-307, E-Mail: sekretariat.ktn@kleinezeitung.at; Graz: 8010 Graz, Gadollaplatz 1, Tel. 0 31 6/875-0; Wien: 1010 Wien, Lobkowitzplatz 1, Tel. 01/512 16 18. – **Anzeigen:** Anzeigen & Marketing Kleine Zeitung GmbH & Co KG, Tel.: 0 46 3/58 00-100, Fax 0 46 3/58 00-410, E-Mail: aboservice.klagenfurt@kleinezeitung.at. – **Leser- und Aboservice:** Anzeigen & Marketing, Kleine Zeitung GmbH & Co KG, Tel.: 0 46 3/58 00-100, Fax 0 46 3/58 00-410, E-Mail: aboservice.klagenfurt@kleinezeitung.at. – **Druck:** Druck Carinthia GmbH & Co KG, 9300 St. Veit/Glan, Industrieparkstraße 6; Logistik: redmail, Logistik & Zustellservice GmbH, Industrieparkstraße 6, 9300 St. Veit/Glan, service.center@redmail.at. – **Einzelpreise:** täglich € 1,20, 7-Tage-Abonnement € 25,75 monatlich (€ 278,10 jährlich) im Voraus (alle Preise inkl. 10 Prozent MwSt.). – Bezugsabmeldung nur schriftlich mit Monatsende bei vorausgehender sechswöchiger Kündigungsfrist. Das Bezugsangebot „Dienstag bis Sonntag“ beinhaltet keine Belieferung nach einem Feiertag. 7-Tage-Digitalabonnement € 18,99 monatlich im Voraus (inkl. 20 Prozent MwSt.). Entgeltliche Anzeigen im Textteil sind mit „Werbung“, „Anzeige“ oder „Bezahlte Einschaltung“ gekennzeichnet. Alle Rechte, auch die Übernahme von Beiträgen nach § 44 Abs. 1 und 2 Urheberrechtsgesetz, sind vorbehalten. Mediaanalyse 2012: 804.000 Leser. – **Blitzabo:** 0463/5800-100, **Offenlegung laut § 25 Mediengesetz:** www.kleinezeitung.at/offenlegung

KLAGENFURT

Titel für Kajakverein Klagenfurt

WILDWASSER. Erfolgreich konnte die Mannschaft vom KV Klagenfurt den Staatsmeistertitel im Sprint auf der Salza in Wildalpen verteidigen. Manuel Filzwieser, Mathias Schmid und Gerhard Schmid ließen die Konkurrenten hinter sich. Im Klassik-Einzel-Bewerb holte Gerhard Schmid den dritten Sieg im dritten Rennen. Damit eroberte der Mediziner mit 50 Punkten den Staatsmeistertitel. Martin Schusser (KC Glanegg) schnappte sich mit 35 Punkten die Bronzemedaille.

KLAGENFURT

Ein Sieg fehlt für den Hauptbewerb

TENNIS. Bastian Trinker präsentiert sich derzeit in bestechender Form. In der Qualifikation beim ATP-Tennisturnier in Umag (CRO) gewann der Pörtschacher in der ersten Runde gegen die Nummer sechs der Setzliste, den Italiener Matteo Viola, in drei Sätzen mit 6:4, 2:6 und 6:2. In Runde zwei setzte er sich klar mit 6:1, 6:1 gegen den Kroaten Mladen Mitak durch. Heute trifft Trinker um den Einzug in den Hauptbewerb auf Gerald Melzer, den jüngeren Bruder von Jürgen Melzer.

KLEINE ZEITUNG PRÄSENTIERT



IN 11 WOCHEN ZUM HALB-MARATHON

„Laufen ist die beste Metapher fürs Leben, weil du das herausbekommst, was du reingesteckt hast.“

(Oprah Winfrey)

Trainingsplan Woche #7:

- Gruppe „DURCHKOMMEN“** (Zielzeit ca. 2:15–2:45 h):
 - MO 40 Min. lockerer Dauerlauf
 - MI 40 Min. mit Tempowechseln nach Gefühl (Fahrtspiel)
 - SA 110 Min. langsamer Dauerlauf inkl. alle 10 Min. 90 Sek. Gehpause (zügiges Gehtempo)

Gruppe „SCHALLMAUER“ (Zielzeit <2:00 h):

- DI 45 Min. lockerer Dauerlauf, anschließend 3 Steigerungen
- MI 45 Min. zügiger Dauerlauf
- FR 40 Min. langsamer Dauerlauf
- SO 100Min. langsamer Dauerlauf

Mehr als die Hälfte des Trainingsplans ist absolviert, es ist Zeit eine erste Zwischenbilanz zu ziehen. Wir haben dies für Sie übernommen und zeigen Ihnen online auf www.kaerntenlaeuft.at, wie lange und wie weit Sie bereits gelaufen sind.

