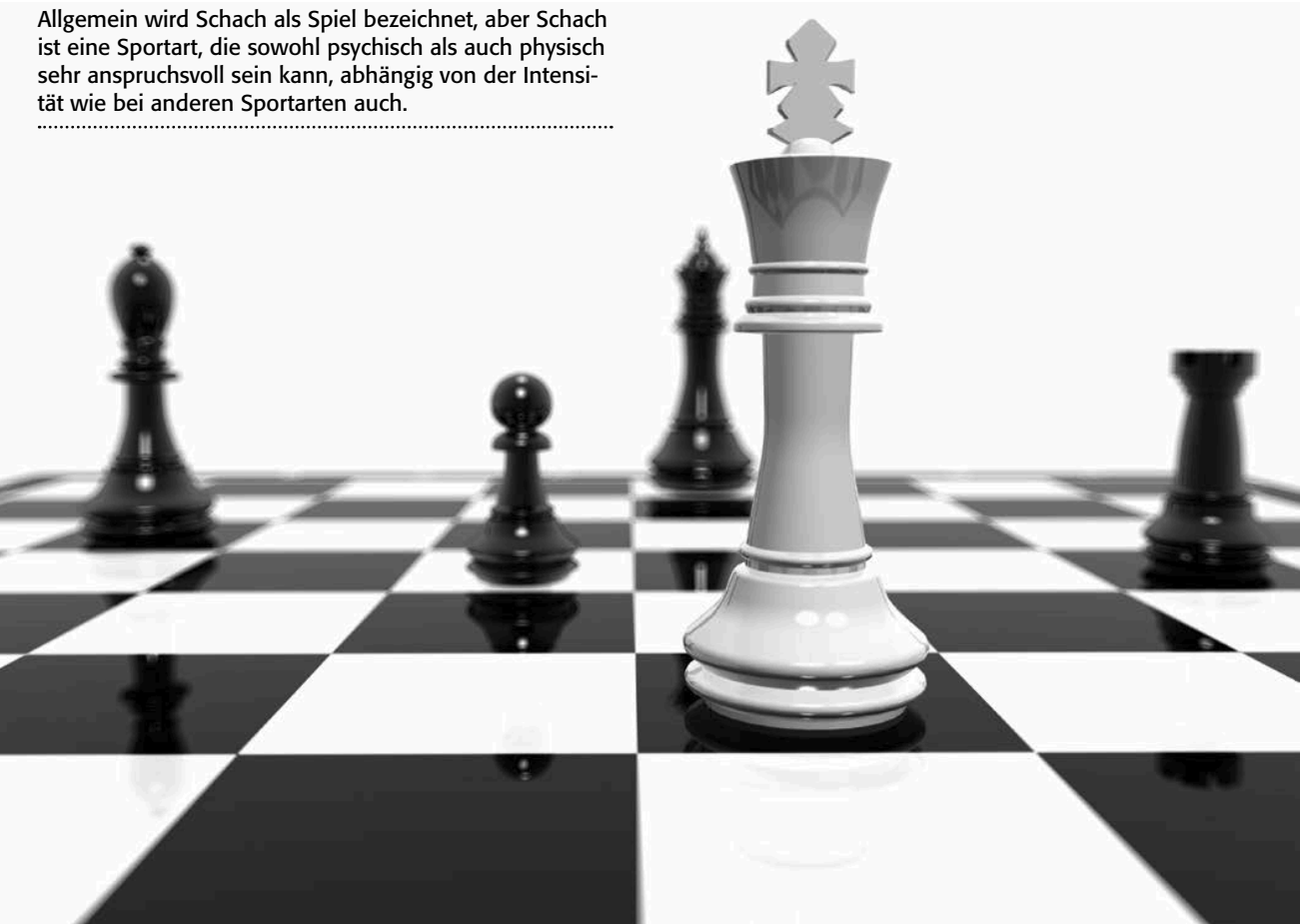


# SCHACH DAS SPIEL DER KÖNIGE

Allgemein wird Schach als Spiel bezeichnet, aber Schach ist eine Sportart, die sowohl psychisch als auch physisch sehr anspruchsvoll sein kann, abhängig von der Intensität wie bei anderen Sportarten auch.



**W**enn auch beim Schachspiel keine muskulären Anstrengungen erforderlich sind, so ist doch die geistige Konzentration besonders bei einem länger dauernden Turnier sehr kräfteaufwendend und erfordert eine gewisse körperliche Fitness. Spitzenspieler auf dem höchstem

Niveau haben eigene Konditionstrainer. Die Anforderung an den Körper gehen so weit, dass sie während einer Meisterschaftspartie bis zu zwei Kilogramm Körpergewicht verlieren können und körperliche Belastungswerte eines Spitzensportlers erreichen. Idealerweise sollte man Schach und

eine Bewegungssportart kombiniert ausüben, was sich ganz besonders beim Training mit Kindern und Jugendlichen als sehr wichtig und sinnvoll herausgestellt hat. Bei diesem Sport kommt es nicht auf die körperliche Stärke, Schnelligkeit, Alter, Größe oder auf das Geschlecht an, sondern

es gewinnt, wer besser vorbereitet ist, sich besser konzentriert und analysiert.

### Speziell für Kinder und Jugendliche

Ist Schach eine ideale Freizeitbeschäftigung, da Schach die kognitive Entwicklung des Kindes enorm fördert. Schach fördert das logische, analytische, systematische, strategische, mathematische und räumliche Denken. Weiters die Konzentration

**Schach ist Sport – aber auch Spiel. Spiel und Sport von Kindheit an bis in das hohe Alter.**

und die Gedächtnisleistung, die emotionale Entwicklung, die soziale Interaktionsfähigkeit des Kindes und die ständige Interaktion zwischen linker und rechter Gehirnhälfte. Es gilt als erwiesen und wird auch von den Eltern immer wieder bestätigt, dass Schach spielende Kinder viel konzentrierter und zielbewusster an die gestellten Aufgaben herangehen und sich die schulischen Leistungen enorm verbessern.

Bei Senioren ist zu beobachten, dass auch bei nachlassender körperliche

Fitness, Geist und Konzentrationsfähigkeit bis ins hohe Alter trainiert werden können.

Vereinsspieler zwischen acht und 90 Jahren nehmen an den Meisterschaften, die im Land Salzburg in sechs unterschiedlichen Leistungsklassen durchgeführt werden, teil.

**Für Senioren** finden regelmäßig jeden Mittwoch die Schachnachmittage im Parkhotel Brunauer in Salzburg statt, wo ganz zwanglos Schach gespielt wird. Da gibt es keinerlei Leistungsdruck, sondern es geht um aktive Freizeitgestaltung. ♣



Nequi doluptatur molor anis sinist, quo qui a vende quaersp elenes quia vitiustrum que custi apissum



### Rudolf Berti, MAS

UNION-Spartenreferent Schach seit Dezember 2015

Verein: 1. Halleiner Schachklub

Mein Ziel ist es, die Faszination des Schachspieles weiterzuvermitteln, eventuelle Berührungängste abzubauen und durch gezielte Veranstaltungen, organisatorische Hilfestellungen und Trainings einem breiteren Publikum zugänglich zu machen. Der Schachsport sollte als Ergänzung zu körperlichen Sportarten gesehen werden und ist für jede Altersgruppe geeignet, die geistigen Fähigkeiten weiterzuentwickeln. Durch ausgebildete Trainer werden Interessierte individuell an das Thema herangeführt und entsprechend gefördert.

**Kontakt:** Seidenauersiedlung 288/2, 5421 Adnet, r.berti@sbg.at, T 0664.244 46 98

**1. Halleiner Schachklub**  
Klublokal: Gasthof Goldener Löwe, Weißgerberweg 8, 5400 Hallein (nahe Bahnhof)  
hallein.schach@gmx.at

**Seniorenreferent**  
Gottfried Herbst,  
T 0664.5110961,  
herbst.go@utanet.at