

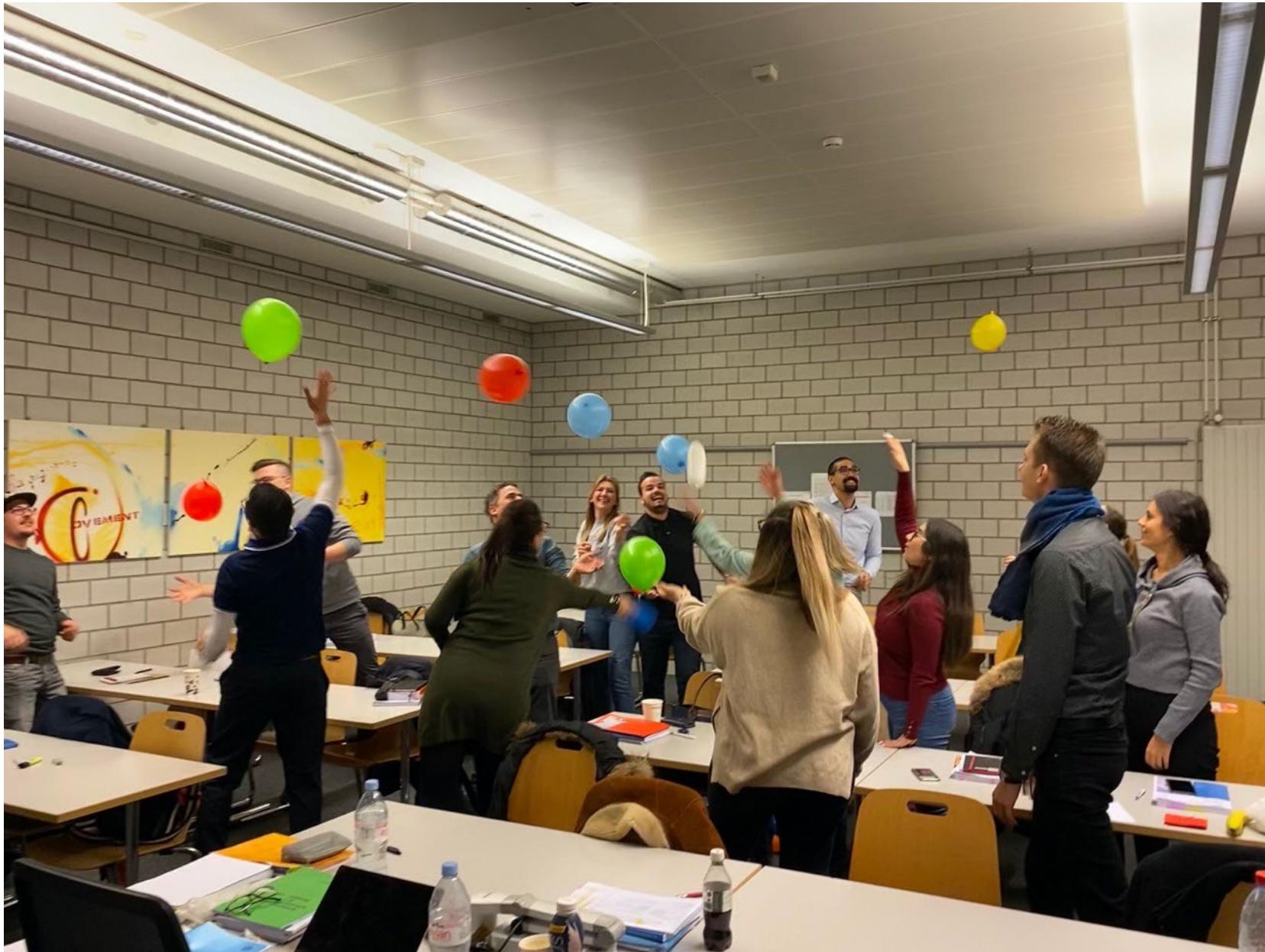
Pfeif auf die anderen: Du bist entscheidend!

Energetisch wirken.

Andere in Deinen Bann ziehen.

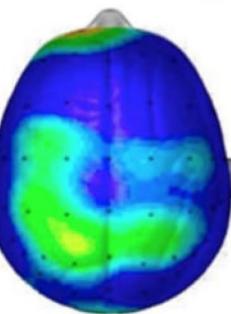
Eine Anleitung fürs Leben.



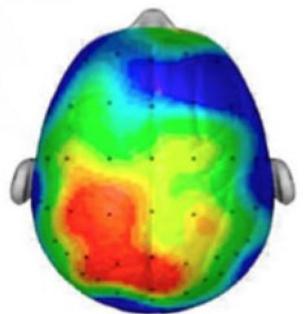


Wie Bewegung Hirnfunktionen aktiviert

Quelle: Universität von Illinois



Nach 20 Minuten
normaler Pause



Nach 20 Minuten
spazieren gehen



Energetisch wirken





Energetisch wirken



AMBRI-PIOTTA Ref Koch im Fokus



Ambri will den Protest im Spiel gegen Davos (2:3) bei der Liga nicht bestätigen. «Aber wir wollten ein Zeichen setzen», so CEO J. J. Aeschlimann. Grund für den Ärger ist Ref Andreas Koch (Bild). Der Jurastudent liess das Spiel trotz einer Keilerei zwischen Demuth und Joggi weiterlaufen. Die Folge: Taticek schoss Davos 34 Sekunden vor Time zum Sieg. «Ich mache Koch keinen Vorwurf. Ihm fehlt die Erfahrung. Doch **wieso muss er in Spielen, in welchen es um die Existenz geht, Lehrgeld zahlen**», so Aeschlimann.

A. R.

Happy New Year

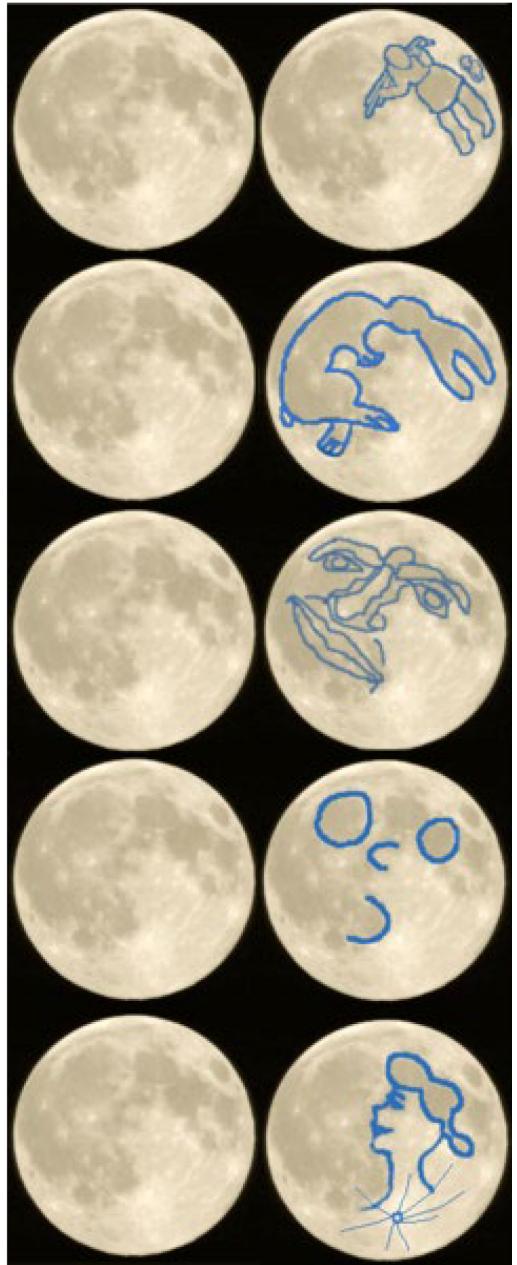
VORSÄTZE FÜR 2017 ²⁰¹⁸~~2017~~²⁰¹⁹

- 1) ~~10~~⁵ KILO ABNEHMEN
~~STUNDEN~~ WEISE ^{NACHTS}
- 2) HANDY ÖFTÉR AUSSCHALTEN
- 3) ~~3~~¹ MAL JOGGEN PRO ~~WOCHE~~^{MONAT}
- 4) ~~KEINEN~~ ALKOHOL MEHR ^{WENIGER} NACH 18 UHR









R	E	T	S	U	M	S	E	N	E	R	G	Y	H	I
A	L	I	E	B	E	N	H	G	E	F	I	D	E	N
G	D	B	L	E	I	F	R	E	W	O	D	E	P	U
E	R	F	O	L	G	R	L	I	G	O	S	A	T	K
G	O	M	K	L	E	D	E	C	P	P	S	C	K	O
E	M	U	T	O	A	I	C	S	M	M	R	M	E	R
S	A	H	I	N	B	H	H	U	J	O	G	B	F	A
U	N	P	O	F	E	E	K	G	M	I	R	T	S	F
N	T	S	E	X	N	I	E	K	L	I	G	T	Z	A
D	I	Z	T	U	T	T	I	H	M	I	D	S	T	H
H	K	N	O	P	E	D	T	O	R	A	L	R	U	R
E	F	S	R	D	U	R	C	H	F	A	L	T	R	G
I	M	N	I	T	E	L	I	G	E	N	Z	D	U	N
T	S	R	Z	U	R	W	I	S	H	E	I	T	G	R
F	I	L	E	I	D	E	N	S	C	H	A	F	T	G







23. Sep. 2018

Aber er muss ja die Chance haben, seine Optionen zu prüfen, oder? Er gibt ihn frei, sieht, dass Druck vom Gegner kommt und blockiert die Scheibe wieder. Schwierig für die Goalies...

1



5



· 23. Sep. 2018

Keine gute Regel mit zu viel Interpretationsspielraum für die Schiris. Die positiven Effekte (grösserer Spielfluss?) sind zu gering im Verhältnis zum "Unmutspotenzial". Der G kann ja durch das Blockieren der Scheibe keine Zeit gewinnen wie im Fussball. Oder übersehe ich Vorteile?

2



10



3 weitere Antworten

· 23. Sep. 2018

Diese Regel ist absolut hirnrissig! Wie bitte schön soll ein Goalie innerhalb Tausendstel überprüfen ob es zumutbar ist. Was wenn ein Gegner hinter ihm steht?

Die dümmste Regel, sprich nicht ausgedacht in meinen Augen.

2



4



· 23. Sep. 2018

Auch die Strafen beim Bully....was soll der Scheiss ? Wer denkt sich diese Kacke eigentlich aus und wann ? Im Vollsuff am Stammtisch, morgens um 2 ?!

tagesanzeiger.ch

Schiedsrichter: «Es war ein klarer Fehlentscheid»

Die neue «Goalierregel» im Eishockey sorgt für grosse Diskussionen. Referee Andreas Koch bedauert seinen Fehler.

Kristian Kapp

· Aktualisiert: 23.09.2018, 22:29



Schiedsrichter Andreas Koch nimmt Stellung
Salvatore Di Nolfi, Keystone

Genau das hatten sich die Schweizer Schiedsrichter nicht erhofft. Kaum hat

Zu Fehlern stehen – wer kann das schon?

Da startest du mitten in der Nacht auf sozialen Medien wie Twitter eine Diskussion um diese neue Goalie-Regel, die Torhüter und Schiedsrichter gleichermaßen auf Trab hält. Die neue Regel soll, vereinfacht erklärt, dafür sorgen, dass Goalies den Puck nicht unnötig blockieren und für vermeidbare Spielverzögerungen sorgen.

Und so kommt es, dass am Samstag bei Davos - Ambri Schiedsrichter Andreas Koch als Erster diese Regel anwendet, HCD-Goalie Anders Lindbäck bestraft – und auch irritiert. War sein Entscheid wirklich im Sinne der Regel? Ab mit dem Post ins weltweite Netz.

Und dann, am nächsten Morgen schaust du nichts ahnend aufs Handy und siehst: die Reaktionen, nicht nur von Fans und Journalistenkollegen, auch



von Goalies und Refs. Von Einigkeit keine Spur ...

Doch all das ist zweitrangig. Das Bemerkenswerte ist, dass sich auch Koch meldet: Ein Fehlentscheid sei das gewesen, er nerfe sich immer noch und ja, er lasse sich auch so zitieren, ganz offiziell. Unseren Refs wurde oft vorgeworfen, sich nie zu Fehlern zu bekennen. Hut ab also vor Koch. Freiwillig zu eigenen Fehlern stehen? Das können die wenigsten, egal ob Referee oder nicht.

Kristian Kapp



Musste schon mehrmals hinter sich greifen: HCD-Torhüter Anders Lindbäck. *bild: keystone*

KOMMENTAR

Der «Fall Lindbäck» – warum die Charme-Offensive der Hockey-Refs so wichtig ist

Im Schweizer Eishockey gab es im Hinblick auf die neue Saison einige Regeländerungen. Schon am ersten Meisterschaftswochenende gab es eine umstrittene Szene, welche für grosse Diskussionen sorgte. Gut, gehen die Schiedsrichter nun punkto Kommunikation in die Offensive.

Und plötzlich reden auch die Schiedsrichter

Das Schweizer Eishockey ist um einen weissen Fleck auf der Landkarte ärmer. Die Schiedsrichter verabschieden sich aus der Abschottung und bemühen sich um Nähe und Transparenz. Das ist eine wohltuende Entwicklung.

Ulrich Pickel

01.10.2018, 08.00 Uhr

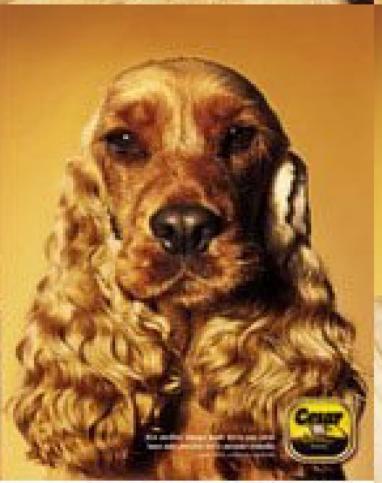
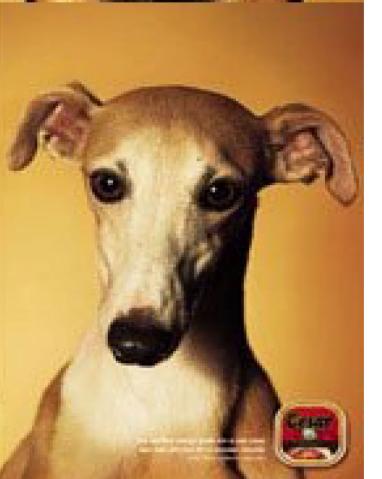
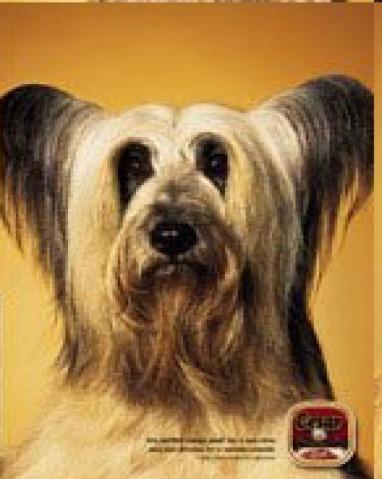
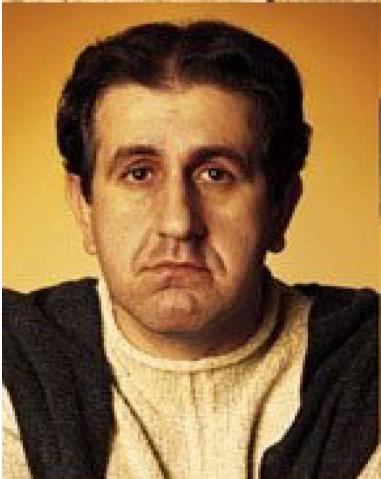
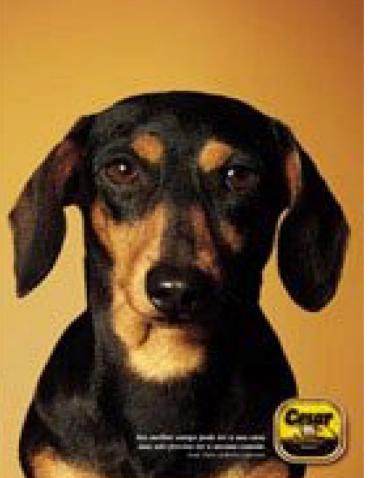
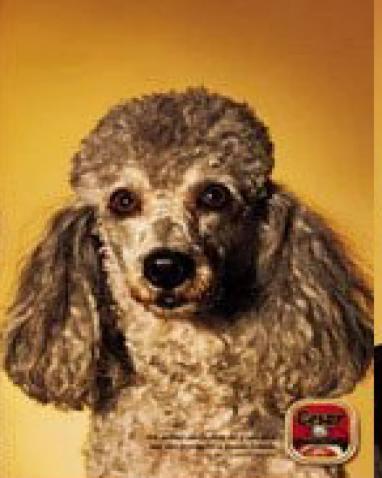
Blick über die Bande

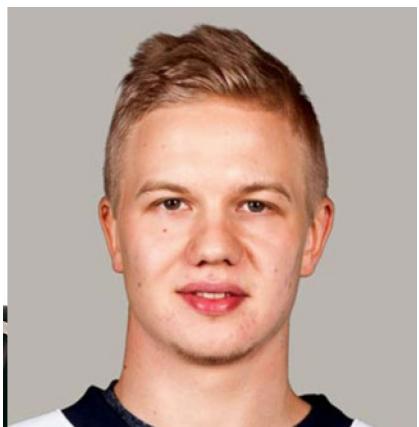
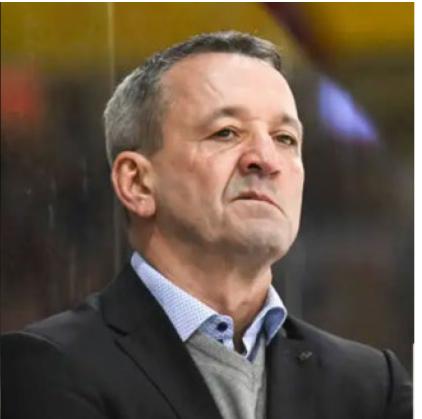
Endlich reden die Schiedsrichter!

Stephan Roth | Publiziert: 24.09.2018, 20:37 Uhr | Zuletzt aktualisiert: 25.09.2018, 20:11 Uhr

Nicht jeder Entscheid ist richtig. Manche sorgen gar für rote Köpfe. Doch die Schiedsrichter erklären sich. Ein wichtiger Schritt, findet BLICK-Eishockey-Chef Stephan Roth.









 SCAN ME

A black rounded rectangular button with a white smartphone icon on the left and the text "SCAN ME" in white capital letters on the right.

Persönlichkeits-Test

Energetisch wirken