

LIVEST

Ein Kabel. Alle Medien.

Fotos: Kurt Hörbst für LIVEST

KUNDENMAGAZIN – AUSGABE 02/16 – MAI 2016, Österreichische Post AG / Firmenzeitung 12Z039868 F / Retouren an Postfach 555, in 1008 Wien

Kevin Wimmer:

Der gläserne Fußballer

Wie der österreichische Nationalteamspieler und Tottenham-Profi mit den Anforderungen des Fußballs im Digitalzeitalter lebt.

Seite 4

Sport-Streaming

Mehr Live-Erlebnisse auch am Fernseher

Seite 12

ORF-TVthek

Mehr Auswahl dank neuer Kooperation

Seite 20

Mehr Sicherheit

Assistenzsysteme für ältere Menschen

Seite 22

FÜR JEDEN GESCHMACK ETWAS DABEI!



JETZT UNTER WWW.LIWEST.AT/FLIMMIT MITMACHEN UND MIT ETWAS GLÜCK EINES VON ZEHN 12-MONATS-ABOS GEWINNEN.

Verfügbar auf
Laptop, Smartphone,
Tablet, TV u. v. m.



Flimmit
Deine Online-Videothek

Inhalt

4 Der gläserne Fußballer

Wie Datenflut und neue Medien den Profifußball verändern



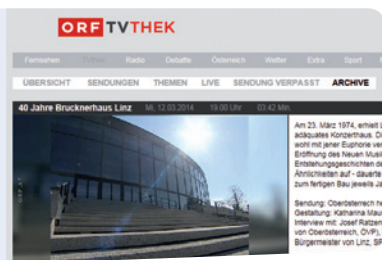
12 Mehr Sport mit Streaming erleben

Wie man mehr Live-Ereignisse auf den Fernseher bekommt



20 ORF-TVthek präsentiert ÖÖ. Landesgeschichte

Welche bewegenden Einblicke ein neues Videoarchiv gibt



22 Mehr Sicherheit dank Assistenzsystemen

Wie gerade ältere Menschen von Technik im Haus profitieren



11 Kopfhörer: Fünf kreative Modellbeispiele

15 Mehr Fernsehgenuss mit Internetverbindung

16 Theatersommer Haag: „Ein seltsames Paar“

19 App-Tipps für Bikinifigur und Waschbrettbauch

21 Flimmit: Heimische Erfolgsserien auf Abruf

LIWEST-
Geschäftsführer
Günther Singer



Schnelleres Internet heißt weniger Stress

Alle 18 Minuten am Handy

Mitteleuropäer nutzen ihre Smartphones im Schnitt 88 Mal am Tag. 35 Mal geht es schnell, etwa für einen Blick auf die Uhr. 53 Mal wird das Gerät entsperrt, um zu kommunizieren und Internetseiten oder Apps zu nutzen. Bei acht Stunden Ruhe bedeutet das alle 18 Minuten einen Griff zum Smartphone. Die durchschnittliche Handy-Nutzung von 2,5 Stunden beinhaltet nur mehr sieben Minuten Telefonate, so der deutsche Forscher Alexander Markowetz.

Langsames Internet stresst

Allerdings kann die Qualität des mobilen Internetangebots vielfach nicht Schritt halten mit der enormen Nachfrage. Laut aktuellem Ericsson Mobility Report verursachen langsame Ladezeiten am Smartphone enormen Stress samt erhöhter Herzfrequenz und körperlicher Belastung.

Entspannt genießen

Lange Ladezeiten und langsames Internet können mehrere Ursachen haben. Denn der Weg vom Server des Betreibers einer Internetseite bis zum Endgerät des Verbrauchers hat viele Stationen. Für einen wichtigen Teil davon bietet die kabelgebundene Technologie von LIWEST einen echten Vorsprung und optimale Geschwindigkeit. LIWEST setzt auf Glasfaserkabeln plus Koaxialkabeln, die vom Verteilerkasten bis zur Wohneinheit eine verlustfreie Übertragung gewährleisten. Damit machen Urlaubsbuchung, ORF-TVthek oder Sport-Streaming erst richtig Spaß! 📺

IMPRESSUM: Kundenmagazin der LIWEST Kabelmedien GmbH, Ausgabe 02/16, Für den Inhalt verantwortlich:

LIWEST Kabelmedien GmbH, Lindengasse 18, 4040 Linz, office@liwest.at, www.liwest.at,

Redaktion LIWEST: Helmut Schmidt, Simin Laknejadi, Ruth Empacher, Philipp-Thomas Müller, Mohammed Majeed
Gestaltung, Text, Grafik: naderer communication / Fotos: Kurt Hörbst, istockfoto, LIWEST, naderer communication
Stand: Mai 2016. Änderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten.



“ Die Infos, die das Trainerteam für uns vorbereitet, helfen mir weiter – zum Beispiel über die Stärken eines Stürmers, den ich nicht so gut kenne. ”

Kevin Wimmer

“

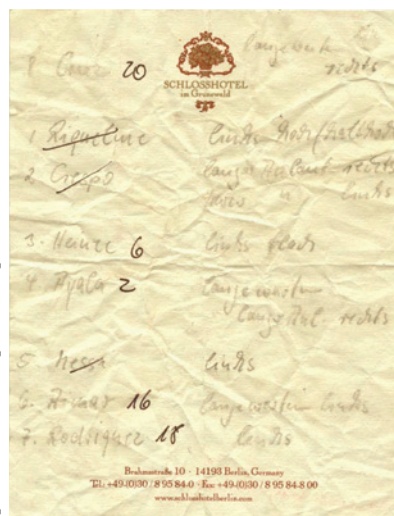
Der gläserne Fußballer

Ballbesitz, Passgenauigkeit, Zweikämpfe, Laufwege, Aggressivität: Kameras und Datenbanken dokumentieren heute jeden Moment in den Top-Fußball-Ligen. Wie erlebt ein junger Profispieler internationale Anforderungen, Datenflut und neue Medien? Ein Blick hinter die Kulissen mit dem oberösterreichischen Tottenham-Legionär und österreichischen Nationalteamspieler Kevin Wimmer.

Spielerdaten am Notizzettel

30. Juni 2006, Berlin. Im WM-Viertelfinale muss die deutsche Nationalmannschaft gegen Argentinien ins Elfmeterschießen. Alles oder nichts – daheim! Zunächst eher unbeachtet nimmt der deutsche Torwart Jens Lehmann von seinem Trainer Andi Köpke ein kleines Blatt Papier entgegen. Er steckt es in den Stutzen und liest es vor jedem Schuss des Gegners. Von den sieben Bleistiftnotizen darauf wird die vierte entscheidend: „Ayala 2 lange warten, langer Anl. rechts“. Der erste Schütze, Julio Cruz, steht nicht am Zettel und verwandelt sicher. Roberto Ayala, Rückennummer 2, hat in der 49. Minute Argentinien in Führung gebracht und kommt jetzt als zweiter Elferschütze. Er nimmt einen langen Anlauf, Lehmann bleibt gemäß Anweisung lange stehen, der Argentinier schießt nach rechts, Lehmann hält! Zum fünften und letzten Schützen steht wieder nichts am Blatt, das Lehmann aber lange studiert. Er verunsichert damit Cambiasso und hält – Deutschland ist weiter! Der Zettel beschäftigt die deutsche Medienlandschaft anschließend wochenlang und taucht in jedem Jahresrückblick auf. Bei der TV-Gala „Ein Herz für Kinder“ kurz vor Weihnachten ersteigert ihn der Energiekonzern EnBW für eine Million Euro und stiftet ihn dem „Haus der Geschichte der BRD“. Aktuell ist das wertvolle Objekt sogar in Oberösterreich zu sehen, und zwar im Rahmen der Ausstellung „Erwischt“ in Bad Leonfelden.

Foto: EnBW Energie Baden-Württemberg AG; Stiftung Haus der Geschichte / Axel Thünker



Aufbereitung von Fußball-Daten 2006: der legendäre „Spickzettel“ von DFB-Torhüter Jens Lehmann im WM-Viertelfinale – mehr dazu auf Youtube unter „Deutschland Argentinien ARD-Rückblick“

Europameister dank Smartphone?

Zehn Jahre später, London. An die legendäre Szene mit dem Schmierzettel erinnert sich Fußballprofi Kevin Wimmer genau. Als 13-Jähriger hat er das Match mit Freunden auf einer Videowand in Wels gesehen. „Wer weiß: Wenn es heuer bei der EM ein Elferschießen gibt, schaut der Torwart vielleicht auf sein Handy“, scherzt der Innenverteidiger. Denn hinter den Kulissen haben neue Technologien die Fußballwelt erfasst. Statt Kritzeleien auf einem Hotelzimmer-Notizblock geht es für Verbände und Klubs heute um die Nutzung umfassender Datenbanken und für die Spieler vor allem um Video-Beispiele daraus. „Einen Tag vor jedem Spiel sehen wir eine Video-Analyse. In fünf bis sechs Minuten werden uns die wichtigsten Szenen über den nächsten Gegner gezeigt: Wie agieren sie in Ballbesitz, wie verhalten sie sich, wenn ihr Gegner den Ball hat. Dazu kommen noch Standardsituationen und verschiedene Offensiv- und Defensivszenen“, schildert Kevin Wimmer im Exklusiv-Gespräch fürs LIWEST-Kundenmagazin.

Zwei Standbeine in der Ausbildung

Der großgewachsene Innenverteidiger mit dem starken Linksfuß ist ein waschechter Oberösterreicher. Den Fußball hat Wimmer quasi in den Genen: Sein Vater Wolfgang war Torwart bei heimischen Klubs, zuletzt ▶



Kevin Wimmer am Haupteingang zur „White Hart Lane“, seinem Heimstadion im Londoner Stadtteil Tottenham.

beim LASK, und ist nun schon einige Jahre LASK-Torwarttrainer. „Meine Eltern haben mich immer unterstützt. Von klein auf war mein Papa immer ein großes Idol, der den Fußball lebt und den ich auch heute noch um Rat frage.“ Mit fünf Jahren beginnt Kevin in Edt bei Lambach als Stürmer. Bei einem Turnier fünf Jahre später sieht ihn ein LASK-Trainer und lädt ihn zu einem Probetraining ein. Mit seinem Wechsel zum LASK geht ein Bubentraum in Erfüllung. Es folgen Landesausbildungszentrum (LAZ) und die Fußballakademie Linz, wo er sich zum starken Innen- oder Linksverteidiger

entwickelt. „LAZ und Akademie waren für mich sehr wichtig und persönlich der richtige Weg in Kombination mit der Schule, dem BORG Honauerstraße“, erinnert sich Kevin Wimmer. Regelmäßiges Abend-Training in der Fußballakademie mit eigener Lernbetreuung davor sowie zweimal wöchentlich Früh-Training bestimmen den Alltag des Jugendlichen. „Ich bin froh, dass ich die Matura gemacht habe. Ich hatte viele Mitspieler in der gleichen Klasse. Wir waren nur Jungs, und es war nicht immer einfach für die Lehrer, weil wir halt manchmal auch Blödsinn gemacht haben.“

Von Linz nach London

Unter Trainer Walter Schachner debütiert Kevin Wimmer am 29. Juli 2011 in der Ersten Liga und erobert rasch einen Stammplatz. Bald kann er sein Talent auch im U21-Nationalteam beweisen und fällt deutschen Scouts auf. Im Juli 2012 wechselt er zum 1. FC Köln, der aufgrund seines Abstiegs ein Dutzend Großverdiener aussortiert hat und eine junge, hungrige Mannschaft aufbaut. Das zahlt sich aus: Köln steigt unter dem österreichischen Trainer Peter Stöger auf und Kevin Wimmer absolviert 32 Spiele in der höchsten deutschen Spielklasse. In dieser Zeit reift er auch zum Nationalspieler heran. Seit dem vorigen Sommer hat der Verteidiger einen Fünfjahresvertrag beim englischen Traditionsclub Tottenham Hotspurs Football Club (kurz THFC). „Ich hab mich schnell eingewöhnt und wohlfühlt. Wir sind eine junge Mannschaft, das macht es einfach. Auch viele andere Spieler sind nicht aus London und leben neu hier.“ In England arbeiten mittlerweile mehrere österreichische Kicker. „Mit dem Basti Prödl verstehe ich mich privat sehr gut, wir machen viel gemeinsam. Auch mit dem Konstantin Kerschbaumer, der bei Brentford in der zweiten Liga spielt“, erzählt ▶

Fußball in Durchschnittszahlen

- 1,0 Punkte ist ein geschossenes Tor wert
- 1,1 Sekunden hat ein Profifußballer den Ball am Fuß
- 1,26 Tore pro Spiel erzielt ein Team im System 4-3-3
- 1,39 Tore pro Spiel schafft ein Team im System 4-2-3-1
- 2,5 Punkte ist ein verhindertes Tor wert
- 2,66 Tore fallen pro Spiel in den europäischen Topligen
- 56 Prozent Ballbesitz hatte das ÖFB-Team in der EM-Qualifikation
- 99 Prozent der Spielzeit läuft der Fußballer ohne Ball
- 1,44 Millionen ORF-Zuseher genossen Österreichs Quali-Sieg in Schweden

Kevin Wimmer. „Mit Christian Fuchs bin ich in gutem Kontakt, ab und zu schaut auch der Marko Arnautovic vorbei, wenn er in London ist. Es tut gut, ein bissl Heimat zu spüren.“

„The Wimmer takes the ball!“

Zu Saisonbeginn beim THFC haben die beiden belgischen Stamm-Verteidiger Jan Vertonghen und Toby Alderweireld ein schier unüberwindbares Bollwerk gebildet – für gegnerische Stürmer, wohl aber auch für Neuzugang Wimmer. Nach Vertonghens Verletzung im

heurigen Jänner nutzt der Österreicher seine Chance und zeigt Spiel um Spiel, was er kann. Die Spurs-Fans singen in Anlehnung an einen Hit von „Queen“ einen eigenen Schlachtgesang für Kevin: „The Wimmer takes the ball!“ Passend auch „Everyone’s a Wimmer, baby.“ Der Spieler selbst bleibt zurückhaltend. „Ich hab mich schnell reingefunden in die Premier League und glaube, dass ich es in der ersten Saison gut gemacht habe. Bei drei Innenverteidigern ist es natürlich schwierig. Ich werde mich weiter voll reinhauen und dem Trainer zeigen, dass ich es verdiene zu spielen.“ ▶

Kevin Wimmer

Fragen und Antworten

Wohin würden Sie morgen früh verreisen?

Malediven

Lieblingsmenü im Lieblingslokal?

Black Cod („Kohlenfisch“) – Novikov Restaurant, London

Feueralarm: Was retten Sie mit zwei Händen?

Familie

Welche Fehler entschuldigen Sie am ehesten?

Menschliche Fehler

Welches Talent würde man Ihnen nicht zutrauen?

Tennis

Welche Internetseite besuchen Sie NICHT für Ihren Beruf?

Transfermarkt

Wann waren Sie am glücklichsten?

Debut im ÖFB-Nationalteam, Aufstieg mit dem 1. FC Köln, Debut in der Premier League

Welche Erfindung bewundern Sie am meisten?

Feiertage

Mit wem möchten Sie an der Hotelbar etwas trinken?

Zinedine Zidane

Und worüber reden?

Verpflichtung zu Real Madrid



Fotos: Kurt Hörbst für LIWEST

Ergänzen Sie zehn Sätze!

In meinem Kühlschrank findet sich immer ... **eine Flasche Wasser und sonst nix.**
Thema des letzten Tischgesprächs war ... **dass alle Spieler müde vom Training waren.**
Ich wäre gern für einen Tag ... **Cristiano Ronaldo.**
Meine größte Schwäche sind ... **schnelle Autos.**
An meinen Freunden schätze ich am meisten ... **dass sie immer hinter mir stehen.**
Meine Lieblingsbeschäftigung ist ... **Fußballspielen!**
Mein wichtigster Lehrmeister ... **ist Papa.**
Meine Lieblingssendung im Fernsehen ist ... **„Two and a Half Men“.**
Am meisten verabscheue ich ... **Unehrllichkeit.**
Ich bin erfolgreich, weil ... **ich immer an mich glaube.**

Einstiegsseite über Kevin Wimmer auf der Analyseplattform www.wyscout.com

K. WIMMER ('92) Tottenham Hotspur

GENERAL INFO

Last name	Wimmer
First name	Kevin
Birth date	15/11/1992 (23 y.o.)
Birth country	Austria
Passport country	Austria
Height	187cm / 6'2"
Weight	85kg / 187lbs
Contract expires	30/06/2020
Player's agent	No agency
Owner	Tottenham Hotspur
Currently playing for	Tottenham Hotspur

PLAYER STATS

Foot	left
Matches played	10
Min. match	81.2
Goals scored	0
Goals per match	0
Yellow cards	2
Red cards	0

PERFORMANCE METRICS (Pie Chart):

- PASSING 38%
- AERIAL 26%
- ASSISTS 2%
- DEFENDING 28%
- FINISHING 1%
- INDIVIDUAL 5%

VIDEOS Custom video report

CURRENTLY ACTIVE COMPETITIONS

Jedes Spiel 60 Millionen Datenpunkte

Für derartige Entscheidungen braucht sich ein Trainer heute nicht mehr allein auf Auge und Bauchgefühl zu verlassen. Zu Spielern und Spielszenen, eigenen wie gegnerischen, steht ihm eine schier unfassbare Informationsfülle zur Verfügung. Laut einem Manager des Software-Riesen SAP kommen heute in jedem Spiel einer europäischen Topliga bis zu 60 Millionen Datenpunkte bzw. mehrere hundert Gigabyte an Daten zusammen. Der weltweit größte Anbieter von Analyseleistungen und Tracking-Technologie im Profifußball ist die britisch-französische „ProZone-Amisco“-Gruppe. Mit eigenen, fix installierten HD-Kameras in den Fußballstadien wird die Position jedes Spielers bis zu 30 Mal pro Sekunde aufgezeichnet, um Bewegungen und Verhaltensmuster darzustellen. „Opta Sports“ (Hauptsitz London) hat eine Vormachtstellung bei Live-Daten inne, die

für Vereine, Medien, aber auch Wettbüros genutzt werden. Ähnlich vielfältig arbeitet die „Deltatre AG“ im Medienpark von Ismaning bei München. Die italienische „Panini“-Gruppe ist bekannt für ihre Sammelalben, agiert aber mit „Panini digital“ ebenfalls am Analysemarkt. „Wyscout“ aus Italien punktet mit perfekt sortierten Videoclips und Datenbanken. Sogar eine eigene akademische Ausbildung wurde mit dem aktuellen Studienjahr gestartet. In Köln, wo Kevin Wimmer jahrelang gespielt hat, sitzt die Deutsche Sporthochschule und bietet seit dem Herbst das einzigartige Masterstudium „Spielanalyse“ (siehe Kasten). In deutscher und englischer Sprache lernen zwanzig Teilnehmer ihr Handwerk für Vereine und Firmen.

Tablet an der Out-Linie

Die Arbeit mit diesen Daten gehört zum Alltag von Großklubs. Zunehmend auch im Training: Da tragen Spieler etwa beim FC Bayern oder der SAP-gesponserten TSG Hoffenheim kleine Chips unter Schienbeinschonern und Trikot („wearables“), um Fitnesswerte oder Bewegungsmuster verfolgen zu können. Die unmittelbarste Wirkung haben aber Videos. Wer Kevin Wimmer studieren will, findet auf „Wyscout“ zu 20 Schlagwörtern wie Assists, Passes, Tackles, Fouls, Aggressiveness, 1 vs 1 Defense usw. jeweils dutzende Videoclips von zehn bis zwanzig Sekunden aus Klub- und Länderspielen. Programme wie „Dartfish“ helfen dem Cotrainer beim Aufbereiten des Videomaterials. Seiner Mannschaft kann er die Probleme der ersten Halbzeit schon in der Pause vorführen. „Unsere Cotrainer sind perfekt vorbereitet und haben viele Details auf dem Tablet“, schildert Kevin Wimmer. „Auf Abruf zeigen sie dir wichtige Videos direkt am Spielfeldrand. Es liegt heute im Interesse des einzelnen Spielers, diese Infos zu nutzen.“ Selbstverständlich arbeitet auch der Österreichische Fußballbund (ÖFB) am Puls der Zeit. Schon wenige Fakten dokumentieren den erfolgreichen Weg zur EM-Qualifikation. Im Vorjahr ermittelte Durchschnittswerte pro Spiel des Nationalteams haben sich gegenüber 2012 deutlich verbessert, etwa 135 statt 84 gewonnene Zweikämpfe, 56 statt 46 Prozent Ballbesitz, 496 statt 438 Pässe, außerdem mehr Tempo ▶

Masterstudium „Spielanalyse“

Die Deutsche Sporthochschule Köln (DSHS) ist die einzige deutsche und zugleich weltgrößte Sportuniversität. Seit dem aktuellen Studienjahr bietet sie einen eigenen Master-Studiengang „Spielanalyse“. Er dauert zwei Jahre, kostet etwa 8.000,00 Euro und ist auf 20 Teilnehmer begrenzt. Im Mittelpunkt stehen „Innovationsorientierte Einzelspieleranalyse und Talent-Identifikation“ sowie „Spielanalyse unter Berücksichtigung des Datenniveaus“. Dazu kommen Leistungsdiagnostik, Methodik und Masterthesis, aber auch Anwendung von Datenbanken und Software-Systemen in der Spiel- und Trainingsanalyse oder Datenverwaltung und -auswertung. Unter den externen Referenten sticht Urs Siegenthaler heraus, einst Fußballprofi und Trainer beim FC Basel, danach Spielbeobachter und „Chef-Scout“ des Deutschen Fußballbunds im Team von Joachim Löw. ▶

Fotos: Kurt Herbst für LIWEST

bei Sprints und Pässen und doppelt so viele Balleroberungen in der gegnerischen Hälfte.

Hirn und Herz im Fußball

Über den tatsächlichen Nutzen der Datenflut führt die Fachwelt eine rege Diskussion. Funktionäre sprechen von „Fußball-Revolution“ und reduzieren etwa die Champions-League-Erfolge von Manchester City auf eine Datenbank, in der sogar Essgewohnheiten

unterscheidet sich die Tiefe der Datenauswertung je nach Verein und Trainer. „Statistiken schaue ich mir von Spiel zu Spiel selber an, Passgenauigkeit, Zweikämpfe usw. – auch wenn sie nicht immer das aussagen, was am Platz passiert“, berichtet Kevin Wimmer. „Was uns das Trainerteam vorbereitet, hilft mir weiter – zum Beispiel, wenn ich gegen einen Stürmer spiele, den ich nicht so gut kenne: Welche Stärken hat er? Was macht er gern?“ Über alle rationalen Fakten hinaus spielen schließlich Begeisterung und Leidenschaft eine starke Rolle, für Spieler und Fans. Verloren geglaubte Spiele werden kaum aufgrund einer Datenbank gedreht. Solche Emotionen erwartet Kevin Wimmer auch für die Fußball-EM: „Sie wird sicher eine tolle Euphorie auslösen, die sich auf die Mannschaft überträgt. Ich hoffe, dass uns viele Fans vor Ort in Frankreich unterstützen und daheim alle fleißig EM schauen!“



Kevin Wimmer ist gerne auf „Tuchführung“ mit den Fußballfans.

erfasst sind. Strategen erforschen die Dateninterpretation zu komplexen Teamaufgaben, etwa für besseres Umschaltspiel nach Balleroberung oder die optimale Abwehrkette. Juristen streiten, ob solche Analysen für Zwecke des Beschäftigungsverhältnisses überhaupt in einen datenschutzrechtlichen Rahmen passen. Der ehemalige Universitätsprofessor für Politologie und heutige Fußballanalyst Chris Anderson bringt es auf den Punkt: „Die entscheidende Frage lautet: Werden die Ergebnisse auch konsequent angewendet?“ Tatsächlich

„
Ich hoffe, dass uns viele Fans vor Ort in
Frankreich unterstützen und
daheim alle fleißig EM schauen!“

Kevin Wimmer

Kevin Wimmers persönliche Medien

Wer regelmäßig Neues von Kevin Wimmer direkt sehen will, hat drei Möglichkeiten: Facebook (ca. 80.000 likes), Instagram (ca. 74.000 Abonnenten) und Twitter (ca. 50.000 Follower). Der Fußballprofi gestaltet seinen Auftritt in den neuen Medien selbst: „Das mach ich seit jeher alles ganz allein. Ja, ich bin auch von Agenturen gefragt worden, die mir angeboten hätten, das für mich zu erledigen. Aber ich mach das gern, und so hab ich das alles unter Kontrolle.“ Die Einblicke sind bunt und illustrieren den Fußballer-Alltag: „My first day as THFC-player!“, Fotos mit Kollegen in Training und Spiel, Parolen und Match-Szenen, Schnappschüsse aus der Kabine, dem Mannschaftsbus oder vom ÖFB-Flug. Man findet aber auch Urlaubsfotos aus der Karibik oder Bilder etwa vor dem Elternhaus. Der Kontakt mit Familie und Freunden daheim läuft übers Smartphone und den Videotelefondienst „Facetime“. Unverzichtbar sind für den 23-Jährigen seine Kopfhörer. Musik nutzt er vom Streaming-Dienst „Spotify“, direkt vor dem Spiel am liebsten HipHop und RnB – „zur Konzentration und Motivation, einfach zum Pushen!“ Auf die Frage, wo er sich in zehn Jahren sieht, antwortet Kevin Wimmer sofort: „Hoffentlich noch als aktiver Fußballer!“ Danach überlegt er kurz – und lacht: „Wenn ich in zehn Jahren vielleicht Champions League-Sieger geworden bin, dann hänge ich noch eine Saison beim LASK dran und lasse daheim meine Karriere ausklingen.“

All GOOD VIBES

Musik für jede Gelegenheit

48 NONSTOP-MUSIKSENDER

IHRE LIEBLINGSMUSIK OHNE WERBUNG,
KEINE MODERATION - MUSIK NONSTOP!

Jetzt gratis: Die Stingray Music App!
(Google Play Store und Apple App Store)

Jetzt gleich mitmachen!
Anmeldung und
Teilnahmebedingungen unter
www.liwest.at/stingray



GEWINNSPIEL

„Für alle Musikfans verlosen
LIWEST & Stingray 3 x 2 Nova Rock-
Festival Tickets. Seien Sie dabei wenn
das Nova Rock-Festival wieder über
die Bühne geht.“



**STINGRAY
MUSIC**



Smarte Kopfhörer

Multimedia Hundert Jahre nach seiner Erfindung erlebt der Kopfhörer eine neue Hochblüte: als feiner Musiklieferant, sensibler Fitnessstracker oder vielseitiges Kommunikationswerkzeug.

Musik I: Sound of Austria

Das österreichische Unternehmen AKG zählt zu den profiliertesten Namen in der Kopfhörer-Welt. Ein Teil der Produkte unterstützt die professionelle Musikszene, aber auch für Freizeitnutzer gibt es interessante Angebote. Ab € 20,00 aufwärts gibt es In-Ear-Kopfhörer („Ohrstöpsel“), zum Telefonieren auch mit eingebautem Mikrofon. Nach wie vor beliebt sind die klassischen Bügelkopfhörer, deren Muscheln die Ohren komplett umschließen oder in der DJ-Version am Ohr drehbar aufliegen. Das neueste Kopfhörer-Modell „AKG K872“ wurde für die Musik-Produktion konzipiert, vom Tonstudio bis zum Live-Konzert. Aber auch HiFi-Enthusiasten und Fachpresse sind voller Lob für die präzise und natürliche Abbildung des Sounds sowie den Tragekomfort. Der Richtpreis für das Profigerät liegt bei € 1.600,00. Mehr auf www.akeg.com



Hearable: Kommunikation & Fitness

Als „weltweit erstes vollständig kabelloses Hearable“ bezeichnet die Münchener Firma BRAGI ihr preisgekröntes Produkt „The Dash“. Die smarten Kopfhörer versprechen völlige Bewegungsfreiheit, maximalen Komfort und beeindruckenden Sound für Musik und Telefonate. Bereits integriert sind 4 Giga-byte Speicher für rund 1.000 Songs. Außerdem messen Sensoren die Herzfrequenz, Trittfrequenz, Geschwindigkeit, Zeit und Distanz. Dazu halten sie den Nutzer per Sprachausgabe am neuesten Stand. Zum guten Sitz gerade für Sportler tragen die Silikonüberzüge bei, die sich anpassen bzw. auf der Haut „kleben“. Im innovativen „Transparenzmodus“ spielen die Geräte mit Hilfe von Mikrofonen an der Außenseite auch die Umweltgeräusche mit ins Gehör. Das kann beim Radfahren oder anderen Sportarten vor gefährlichen Situationen schützen. „The Dash“ gibt es ab € 299,00. Mehr auf www.bragi.com



Earbud: Assistenz im Ohr

Als „Earbud“ (Knopf im Ohr) beschreibt SONY seinen neuen Kopfhörer „Xperia Ear“. Der kabellose Stöpsel steckt nur in einem Ohr – das zweite Ohr bleibt



frei. Er verbindet sich per Bluetooth mit dem Smartphone und soll eine völlig neue Form von Kommunikation ermöglichen. Das Gerät sagt mit sanfter Frauenstimme den Terminplan, Wetterbericht oder Nachrichten an. Per Sprachsteuerung nimmt es Befehle entgegen, etwa den Start von Telefonaten, Diktate von Nachrichten oder Ziele zur Navigation. Das Gerät ist wasserdicht – und spielt natürlich auch Musik ab. Es soll ab Sommer 2016 erhältlich sein, ein Preis ist derzeit noch nicht bekannt. Mehr auf www.sonymobile.com

3D-Sound: Maßgeschneiderte Perfektion

Der neu entwickelte „Ossic X“ aus San Diego ist der erste Kopfhörer, der die Anatomie der Nutzerohren scannt und ins 3D-Klangbild integriert. Auch Kopfgröße und Umgebung werden erfasst, um einen konstanten Raumklang zu erzeugen, etwa wenn man den Kopf dreht. Dafür sorgen Sensoren, vier Audiotreiber pro Ohr und ein eingebautes Mikrofon. Zum Preis von 399,00 Dollar soll die Innovation im November 2016 auf den Markt kommen. Mehr auf www.ossic.com



Musik II: Handgefertigtes Luxusobjekt

Zum Schluss nochmals etwas für Musikfreunde: Das deutsche Unternehmen SENNHEISER bietet mit dem neuen „HE1“ den laut Eigendefinition „besten Kopfhörer der Welt“. Jährlich werden von Hand etwa 250 Stück gefertigt. Das Gerät kostet € 50.000 und besteht aus etwa 6.000 Teilen, darunter goldbedampfte Keramik-Elektroden und platinbedampfte Membranen sowie ein Verstärkergehäuse aus Carrara-Marmor. Mehr auf de-de.sennheiser.com



Tipps für Einsteiger

- **Wer Kopfhörer für Sport und Bewegung sucht**, wird eher In-Ear-Kopfhörer („Ohr-Stöpsel“) mit Bluetooth-Verbindung nützen. Um damit auch telefonieren zu können, lohnt sich ein gutes eingebautes Mikrofon. Als Richtwert für die Akku-Laufzeit gelten übrigens zehn bis zwölf Stunden.
- **Wer über längere Zeit Musik hören will**, um Nachbarn oder Familienmitglieder nicht zu stören, wird bei den großen Bügel-Kopfhörern landen, die das Ohr umschließen. Am besten mit Kabel: Denn kabellose Nutzung verursacht einen Qualitätsverlust, weil das Signal auf dem Weg vom Sender zum Kopfhörer zwei Mal umgewandelt wird.

Mehr Sport mit Streaming

TV-Internet Sportfreunde willkommen im Streaming-Zeitalter! So wie man Serien und Filme ganz einfach auf TV, Computer, Tablet und Smartphone sehen kann, gibt es auch immer mehr Angebote für das Streamen von Sportereignissen.

Sport im Live-Stream

Ausgangspunkt ist „Video on Demand“, also Video auf Abruf aus dem Internet. Bei Filmen und Serien heißt das: sehen, was man will und wann man will. Was sich in der Unterhaltungswelt schon durchgesetzt hat, gewinnt auch im Sport an Bedeutung. Große Sportportale wie Laola1 und Spox bieten ihren Nutzern ein breites Sortiment an Liveübertragungen. In Fußball, Eishockey, Basketball und vielen weiteren Sportarten können spannende Ereignisse verfolgt werden. Das haben auch die öffentlich-rechtlichen TV-Sender erkannt und ihr Sport-Streaming-Angebot verbessert. So bieten ORF, ARD und ZDF ein ausgiebiges Sportsortiment gratis an – zum Nachsehen oder Livesehen. Auch die Spiele der

Europameisterschaft 2016 in Frankreich werden auf den Internetseiten dieser Sender per Streaming kostenlos zu sehen sein, ebenso die Olympischen Spiele 2016 in Rio de Janeiro.

Top-Sport-Seiten im Internet

■ **laola1.tv** ist laut Eigendefinition Österreichs größtes Sportportal mit Live-Streams, News, Videos, Statistiken und LIVE-Ticker. Gezeigt werden unter anderem Fußball-Spiele aus der Primera Division mit dem FC Barcelona und Real Madrid, weiters Spiele der österreichischen Erste Bank Eishockey Liga und der deutschen Eishockey-Liga DEL, dazu internationales Volleyball, Handball und Tennis. Mit der laola1.tv-App ist das Angebot auch via Amazon Fire TV, Google Android TV und Samsung Smart TV verfügbar.

■ **spox.com**: Das Münchner Sport-Portal zeigt in der laufenden Saison Fußballspiele aus der Primera Division, der Serie A TIM und der Ligue 1, außerdem Fußball-WM-Qualifikation aus Südamerika. Jeden Sonntagabend überträgt spox ein Live-Spiel aus der nordamerikanischen Basketball-Liga NBA. Zum Reinschnuppern gibt es auch einen eigenen Youtube-Kanal, vor allem mit Interviews und Hintergrundgeschichten: www.youtube.com/user/SPORTPORTAL

■ **bild.de**: Die Nachrichtenseite des deutschen Massenblatts zeigt ausgewählte Fußball-Spiele, oft von Real Madrid, und Boxkämpfe, teils in Kooperation mit laola1.tv.

■ **sportdeutschland.tv**: Das Kölner Portal bringt zum Beispiel die deutsche Volleyball-Bundesliga sowie Handball, Tischtennis, Baseball, Judo uvm.

■ **tv.dfb.de**: Die TV-Seite des deutschen Fußball-Bunds DFB überträgt Spiele der Fußball-Bundesliga der Frauen, unter anderem des FC Bayern.

■ **ittf.com**: Die Seite des Tischtennis-Weltverbands ITTF zeigt internationale Tischtennis-Turniere.

Online-Angebote von TV-Sendern

■ **SkyGo**: Für Kunden des Pay-TV-Anbieters **Sky**, die die HD-Option gebucht haben, ist SkyGo kosten- ▶

Was braucht man zum Streamen?

Die meisten Streaming-Dienste kann man über jedes beliebige Gerät mit Internetverbindung ansehen, auf dem die entsprechende App installiert ist. Dazu gehören beispielsweise Computer, Spielkonsolen, Smartphones und Tablets. Um die Streaming-Angebote am TV-Bildschirm nutzen zu können, braucht man einen Fernseher mit Internet-Verbindung (Smart-TV) oder mit einer internetfähigen Set-Top-Box, beispielsweise „Kathrein Techno Trend Smart C2821“. Denn um Streaming am Fernseher nutzen zu können, muss man ihn mit dem Internet verbinden. Eine weitere Möglichkeit bietet ein Media-Player, der den Fernseher mit Internet und dadurch mit Multimedia-Angeboten wie Filmen, Serien und Spielen versorgt. Bekannte Media-Player sind Amazon Fire TV Stick, Google Chromecast, Nexus Player und Apple TV. Sie werden mit dem HDMI-Anschluss des Fernsehers verbunden bzw. direkt angesteckt und benötigen eine Internet-Verbindung per WLAN oder Netzkabel. Fernsehen plus Internet – so genießt man einfach mehr spannende Ereignisse am großen Bildschirm! ▶



erleben



Foto: LIWEST/Weiner-Harrer

Am großen Fernsehbildschirm macht Sport-Streaming erst richtig Spaß!

los verfügbar. Dort können Kunden alle Übertragungen sehen, die in ihren Paketen enthalten sind, in bester Bildqualität und mit fachkundigem, deutschsprachigem Kommentar. SkyGo bietet für Sportbegeisterte verschiedene Abo-Angebote an, darunter alle Spiele der deutschen Bundesliga, die man online als Livestream auf PC, Smartphone oder Tablet ansehen kann. Hier gibt es auch Spiele von SV Ried oder LASK Linz!

■ Auf tvthek.orf.at/live gibt es aktuelle Sendungen des ORF auch aus der Welt des Sports. Für besondere Vielfalt sorgt das Programm von **ORF Sport plus**. Die ORF-TVthek ist für alle gängigen Smartphones und Tablets via App nutzbar. Eigene Apps bestehen weiters für Smart-TV-Geräte von Samsung und LG. Auch auf dem Amazon Fire TV Stick ist die ORF-TVthek über eine eigene App verfügbar (mehr dazu auf Seite 18).

■ **ServusTV.com** zeigt Spiele der österreichischen Eishockey-Liga EBEL – mit Spielen der LIWEST Black Wings – sowie der deutschen Eishockey-Liga DEL.

■ Auf puls4.tv gibt es viele internationale Fußballspiele live, etwa die UEFA Champions League im online Livestream.

■ Auf daserste.tv überträgt die **ARD** ihre Sportübertragungen live, darunter Wintersport und Boxen, aber

auch Großereignisse wie Olympische Spiele, Fußball-EM und WM sowie Fußball-Spiele aus der Dritten Liga.

■ Auf zdfsport.de gibt es ähnliche Übertragungen des **ZDF**.

■ **RTL** präsentiert auf rtl.de Boxkämpfe live im Internet. Hier können sich die Fans der Sportart auch mit Gleichgesinnten über eine Kommentarfunktion austauschen.

■ Auf ran.de sind die TV-Highlights von **Sat.1** und **Kabel eins** live zu sehen, unter anderem Fußballspiele der UEFA Europa League, Basketball, Boxen, Tennis (Davis Cup und Fed Cup) sowie die Super Bowl, das Finale der nordamerikanischen Football-Liga NFL.

Fußballspiele weltweit

Zum Schluss noch ein Tipp für schwer Fußball-Süchtige: Alle Fußball-Live-Übertragungen in Fernsehen, Internet und Radio auf einen Blick stellt www.fussballgucken.info zusammen. Hier findet man eine Liste mit aktuellen Fußballspielen und Links zu den jeweiligen Streaming-Anbietern, die das Spiel zeigen. Die Seite bietet auch eine Suchfunktion für Lieblingsteams und andere Infos. Echte Fans genießen damit Fußball rund um die Uhr, egal ob LASK gegen Liefering am Abend oder Brasilien gegen Paraguay am Morgen. ■



**Gewinne
2 Tickets
für die
MotoGP™**

JEDE SEKUNDE AM LIMIT.

Jetzt mitspielen und 2 Tickets für das MotoGP™ Rennwochenende am Red Bull Ring in Spielberg gewinnen. Teilnahme* unter www.livest.at/servustv

Die nächsten Live-Übertragungen, in denen Marc Márquez, Valentino Rossi und Jorge Lorenzo auf die Jagd nach WM-Punkten gehen:
05.06. Barcelona | 26.06. Assen | 17.07. Sachsenring | 14.08. Spielberg

MotoGP™ LIVE BEI SERVUS TV.
SONNTAGS | 10:45

* Weitere Informationen: 1 x 2 Sitzplatztickets für den NeroGiardini Motorrad Grand Prix von Österreich (12.-14.8.2016) am Red Bull Ring in Spielberg. Ticketkoordination erfolgt in Abstimmung mit ServusTV. An- und Abreise zum Rennen sind nicht inkludiert.

ServusTV

*Wir wünschen Ihnen
bessere Unterhaltung.*

Fernseher & Internet einfach verbinden

Fernsehen & Internet

Wer seinen Fernseher mit dem Internet verbindet, öffnet damit das Tor zu einem neuen Fernseherlebnis. Wie einfach das in der Praxis funktioniert, zeigen neue Anleitungs-Videos von LIWEST auf www.liwest.at/videos

Warum den Fernseher mit dem Internet verbinden?

Die Einbeziehung des Internets eröffnet ganz neue Möglichkeiten für die flexible und persönliche Nutzung des TV-Geräts. Zum Beispiel kann man zusätzliche Informationen zu den Sendungen abrufen. Gezeigt wird zum Beispiel, was als nächstes läuft oder noch später im jeweiligen Sender zu sehen ist. Auch aktuelle Nachrichten werden eingeblendet und sorgen zusätzlich zum herkömmlichen Teletext für einen Informationsvorsprung. Wer Sendungen verpasst hat, kann sie in der Mediathek des jeweiligen Senders abrufen. Dieser Service ist bei allen größeren Sendern verfügbar, wie zum Beispiel bei ORF, Servus-TV, Puls4, ATV, Das Erste, ZDF, RTL, Sat1, ProSieben usw. Eine praktische Zusammenstellung von Mediatheken führender Sender gibt es direkt auf dem LIWEST-Infokanal.

Welche technischen Voraussetzungen sind nötig?

Die Grundvoraussetzung ist ein internetfähiges TV-Gerät. Viele aktuelle TV-Modelle haben die Technologie schon eingebaut, um sich direkt mit dem Internet verbinden zu können. Die andere Möglichkeit ist die Verwendung einer Set-top-Box, etwa der Kathrein TT-Smart C2821, die direkt bei LIWEST erhältlich ist. Die Internetverbindung erfolgt je nach



Ein Kabel sorgt am besten für eine stabile Internet-Verbindung.

Gerät über Kabel oder WLAN. Aufgrund der großen Datenmengen von Bewegtbildern zahlt sich ein superschneller Internetanschluss richtig aus. Viele Sender bieten ihren eigenen, senderspezifischen Internetdienst z. B. für ihre Mediathek. Technisch korrekt ist dafür der Begriff „HbbTV“, erkennbar am symbolischen „roten Knopf“ in einer Ecke des Bildschirms. Ganz anders funktionieren sogenannte „Apps“ auf dem Fernseher: Das sind kleine Programme, die den direkten Zugriff auf Inhalte aus dem Internet erlauben. Besonders beliebt sind dabei Dienste, mit denen man Filme und Serien aus dem Internet abrufen, ähnlich wie man sie früher in einer Videothek ausgeliehen hat. Dazu gehören etwa „Netflix“, „Amazon Prime“, „Maxdome“, „Laola1“ oder der heimische Anbieter „Flimmit“.

Wie schwierig ist die Handhabung?


Ist das Gerät einmal mit dem Internet verbunden, kann es sofort losgehen. Für die Steuerung genügt die Fernbedienung des TV-Geräts. Welche Tasten man auf der Fernbedienung drücken muss, unterscheidet sich von Geräte-Hersteller zu -Hersteller. Wer den Fernseher per WLAN mit dem Internet verbunden hat, kann ein Tablet oder Smartphone im gleichen WLAN mitnutzen und sogar Inhalte vom kleinen ▶



Sehr benutzerfreundlich ist die Steuerung per Fernbedienung.

mobilen Gerät auf dem großen TV-Gerät wiedergeben. So ruft man zum Beispiel per Smartphone ein „YouTube“-Video auf und sieht es in voller Größe am Fernseher.

Wer hilft beim Einsteigen oder bei Fragen?

Viele wollen ihr Fernsehgerät mit dem Internet verbinden, können aber mit Fachausdrücken wie „IP-Adresse“, „Hbb-TV“, „Streaming“, „Video on Demand“, „Mediathek“ oder „TVthek“ usw. nichts anfangen. Für alle, die erstmals in die neuen Fernsehmöglichkeiten einsteigen oder die einfach mehr wissen und nutzen wollen, bietet LIWEST den „Fernsehberater“. Er hat Erfahrung in Technik und in Beratung, kommt zum Kunden nach Hause, erledigt die Installation der notwendigen Dinge und erklärt alles ganz einfach. Ein Einsatz des „Fernsehberaters“ wird telefonisch vereinbart und kostet nur einmalige € 49,90. Einfach anrufen unter Tel. 0732 942424. 

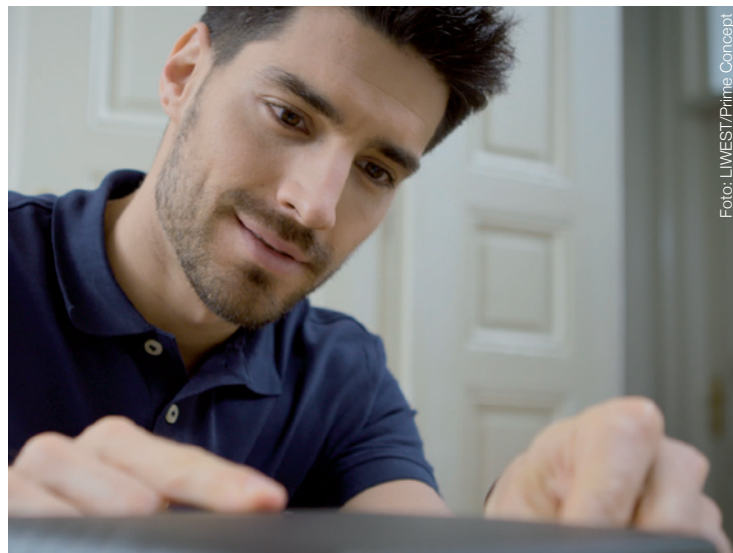


Foto: LIWEST/Prime Concept

Der „Fernsehberater“ von LIWEST hilft dem Kunden zu Hause.

Jetzt 7x2 Karten gewinnen zur Komödie „Ein seltsames Paar“

Schauspiel Die legendäre Komödie „Ein seltsames Paar“ bildet heuer den Höhepunkt beim Theatersommer Haag.



Foto: Barbara Pálfy


Das einzige, was du in diesem Leben wirklich bereust, sind die Risiken, die du nicht eingehst. (aus „Ein seltsames Paar“)

Zwei Männer im Clinch

Im Komödienklassiker von Neil Simon geht es um zwei gegensätzliche Freunde: Felix, von seiner Frau verlassener Ordnungsfanatiker und Hypochonder, und Oscar, Sportreporter, geschieden und chaotisch. Nach einem Selbstmordversuch landet Felix bei Oscar in dessen verlotterter Wohnung. Nun will er Oscars Leben auf Vordermann bringen. Die Situation eskaliert, als Felix ein Rendezvous mit den beiden Schwestern Gwendolyn und Cecily vermasselt... Unter der Regie von Werner Sobotka verkörpern Boris Pfeifer und Fritz Hammel die Hauptrollen – im Kultfilm gespielt von Jack Lemmon und Walther Matthau.

Mitspielen und Karten gewinnen!

Für „Ein seltsames Paar“ gibt es für alle LIWEST-Kunden eine zehnpromtente Ermäßigung auf Eintrittskarten aller Kategorien (max. zwei ermäßigte Karten pro Kundennummer). Die Karten können ausschließlich beim Veranstalter unter der Telefonnummer 07434 44600 bzw. reservierung@theatersommer.at mit Bekanntgabe der LIWEST-Kundennummer bestellt werden.

Für die Vorstellung am 12. August verlost LIWEST 7 x 2 Freikarten. Einfach eine E-Mail mit vollständigem Namen und Adresse an marketing@liwest.at senden mit dem Betreff: Gewinnspiel Theatersommer Haag. Teilnahmebedingungen unter www.liwest.at/theatersommerhaag. Teilnahmechluss: 26. Juni 2016. Mehr Info unter www.theatersommer.at 

DEEP SPACE 8K

im Ars Electronica Center Linz

Seit August 2015 bietet das Ars Electronica Center seinen BesucherInnen etwas, das es sonst nirgendwo auf der Welt gibt. 16 mal 9 Meter Wand- und noch einmal 16 mal 9 Meter Bodenprojektion, Lasertracking und 3-D-Animationen haben den Deep Space schon bisher zu etwas ganz Besonderem gemacht. Das wird jetzt noch getoppt: Nach einer technischen Rundumerneuerung werden hier Bildwelten in 8K-Auflösung projiziert und auf ein völlig neues, ein noch nie dagewesenes Level gehoben! Full-HD und 4K, das war gestern. 8K ist angesagt, zumindest im neuen Deep Space des Ars Electronica Center. Ein Besuch im Deep Space 8K ist einzigartig, faszinierend, beeindruckend und überwältigend!



Genießen Sie den Deep Space 8K in vollem Ausmaß. Gigapixel-Fotografien, Zeitraffervideos, historische Stätten in 3-D, Bilder aus dem Inneren des Menschen und Spiele zum Mitmachen werden Ihnen mehrmals am Tag präsentiert. Aufgrund der vielfältigen Möglichkeiten im Deep Space 8K gleicht eine Präsentation nie einer anderen!



DEEP SPACE LIVE

Das Ars Electronica Center lädt **jeden Donnerstag, 20:00**, zu einem „Deep Space LIVE“. Hochauflösende Bildwelten im Format von 16 mal 9 Metern treffen dabei auf fachkundigen Kommentar, unterhaltsame Doppel-Conferenzen und musikalische Improvisation.

Das Programm zum Deep Space 8K finden Sie hier:
www.aec.at

GUTSCHEIN 50%

Ermäßigung für LIWEST-Kunden,
Eintritt für die ganze Familie um
9,50 € statt 19 €

*Gültig bis 30.06.2016
Keine Barabläse Möglich.
Nicht mit anderen
Ermäßigungen kombinierbar.*

LIWEST
Ein Kabel. Alle Medien.

ÖFFNUNGSZEITEN:

DI, MI, FR: 9:00 – 17:00
DO: 9:00 – 21:00
SA, SO, Feiertag: 10:00 – 18:00
(ausgenommen MO)
MO: geschlossen

ARS ELECTRONICA CENTER

Ars-Electronica-Straße 1
A – 4040 Linz
Tel.: 0732/7272-51
E-Mail: center@aec.at
www.aec.at

ahoi! the full hit of summer

Sigur Rós

Beirut

Ásgeir

Poliça

Anton Bruckner Privatuniversität
Streichquintett F-Dur WAB 112

Gewinn
die letzten
Tickets auf
www.livest.at/ahoi



Di. 12. Juli 2016

Donaulände Linz / Open Air

Einlass 15:00 Uhr. Jetzt Tickets sichern!

VVK: PSI music (www.psimusic.com/afhos), Posthof (0732/781800, kassa@posthof.at, www.posthof.at), LIVA Servicecenter (0732/775230), Linzer Kartenbüro (0732/778800), Kartenbüro Pirngruber (0732/772833).

LINZ
verändert

PSI2

posthof.
zen&kultur
am
hafen

LIVA
LINZER VERANSTALTUNGSGESELLSCHAFT MBH

BRUC
KNER
HAUS

Zipfer

LIVEST
Ein Kabel. Alle Medien.

LINZ AG

App-Tipps: Fit und schlank in den Sommer

Internet Letzter Aufruf zu Bikinifigur oder Waschbrettbauch! Wer rechtzeitig vor dem Sommer die körperlichen Folgen von Osterbräuchen oder Fußballbieren loswerden möchte, kann das mit digitaler Unterstützung schaffen! Hier ein paar Helfer.

Runtastic results – Fit ohne Geräte

Das österreichische Unternehmen hat sich binnen weniger Jahre einen Spitzenplatz in der Fitnesswelt erarbeitet. Mit der App „Runtastic Results“ kann der Nutzer seinen ganzen Körper trainieren. Ein zwölfwöchiger Trainingsplan mit über 120 Übungen setzt auf den Trend Bodyweight-Training. Bei den Übungen nutzt man ausschließlich das eigene Körpergewicht – ohne zusätzliches Equipment, Fitnessstudio oder Trainer. Ein Test am Beginn ermittelt das eigene Fitness-Niveau. Auf dieser Basis wird ein personalisierter Übungsplan erstellt, der gemäß Feedback des Nutzers angepasst werden kann. Ergänzend dazu kommen Gesundheits- und Ernährungstipps. Videos zeigen einfache Übungen vor, die für mehr Kraft, besseren Stoffwechsel und höhere Fitness sorgen. Das aktuelle Update bringt einen Folge-Trainingsplan für Nutzer, die bereits den ersten Plan absolviert haben, sowie neue Übungsvideos und Einzelworkouts.

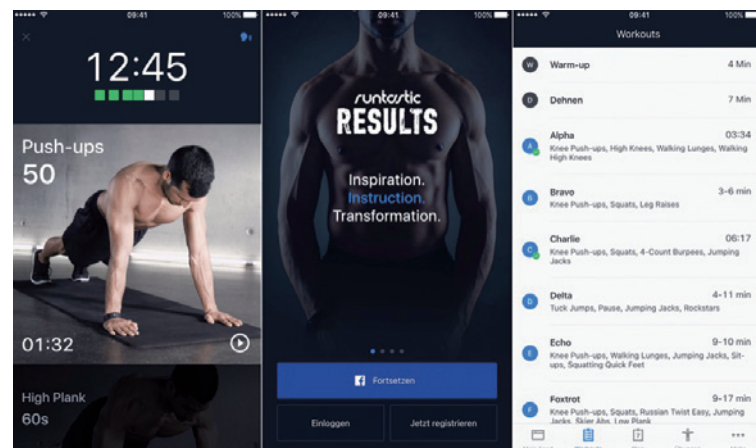
Die App für iOS und Android kann im App Store und bei Google Play sowie unter www.runtastic.com/apps/results heruntergeladen werden.

My Fitness Pal – Kalorien unter Kontrolle

Ebenfalls weltweit erfolgreich ist „My Fitness Pal“. Nach einer kostenlosen Anmeldung („Mitgliedschaft“) nimmt die Plattform Ernährungsverhalten und Kalorienzufuhr ins Visier. Dass der Nutzer seine Mahlzeiten so einfach wie möglich erfassen kann, gilt als entscheidend für das Durchhalten und Erreichen der Abnehmziele. Diätpläne, Übungen und Selbstkontrolle etwa mit Langzeitdiagrammen tragen ebenso zum Fortschritt bei wie die Möglichkeit, den Kilos gemeinsam mit Freunden zu Leibe zu rücken und seine Erfolge auf Facebook oder Twitter zu posten. Weltweit haben sich schon über 80 Millionen Nutzer registriert und 6 Millionen Nahrungsmittel in die Datenbank eingegeben. Die App ist kostenlos für iOS und Android erhältlich. Mehr unter www.myfitnesspal.de

Apps von Traditionsmarken

In den Bereichen Ernährung und Fitness werden laufend



Übungen ohne Geräte für mehr Kraft und Fitness

neue Apps entwickelt – in ganz unterschiedlichen Richtungen und Qualitäten.

■ Globale Sportausrüster wie **Nike, adidas oder Puma** haben erkannt, dass sich das Smartphone werbewirksam in einen Personaltrainer verwandeln lässt, und unterstützen Motivation und Leistungsverbesserung mit Hilfe eigener Apps. „Nike+ Running“, „adidas miCoach“ oder „Pumatrac“ sind gratis erhältlich.

■ **Weight Watchers** gibt es als App mit zahlreichen kostenlosen Rezepten, die jede Woche aktualisiert werden, sowie Ernährungstipps und Erfolgsgeschichten der Nutzer. Diese können ein Tagebuch anlegen und den Gewichtsverlauf beobachten. Weight Watchers vergibt zusätzlich sogenannte ProPoints als Werte für Ernährung und Aktivität, die beispielsweise bei der Wahl einer gesunden Speise helfen können.

■ In eine ganz andere Richtung gehen leicht verständliche **Apps, die nur ein Thema darstellen**, etwa Kniebeugen (z. B. „Squats Workout“), Liegestützen (z. B. „100 Push ups“) oder Bauchmuskelübungen (z. B. „Sit ups“ oder „Bauchmuskeln Fitness abnehmen“). Einfach Lieblingsübung googeln. ■

Neu in der ORF-TVthek: „Geschichte Oberösterreichs“

Fernsehen Unter dem Motto „Fernsehen wann und wo Sie wollen“ stellt die ORF-TVthek mehr als 220 ORF-TV-Sendungen kostenlos bereit. Dazu kommt jetzt ein neues Videoarchiv zur Geschichte Oberösterreichs, das besonders die Schulen anspricht. LIWEST ist Kooperationspartner.



Oberösterreichs Vielfalt im Bild

Im Rahmen der Aktion „ORF-TVthek goes school“ steht seit 24. Mai 2016 ein neues Videoarchiv bereit, das die „Geschichte Oberösterreichs“ zum Thema hat. Dieses neue zeit- und kulturhistorische Archiv stellt wichtige Ereignisse und Entwicklungen von der Vergangenheit bis zur Gegenwart des Landes multimedial dar. Es um-

fasst insgesamt ca. 130 Sendungen und Beiträge aus dem ORF-Archiv und ist auf <http://TVthek.ORF.at/archive> uneingeschränkt und unbefristet verfügbar. Porträts von führenden Persönlichkeiten, kulturelle Highlights vom Stift Reichersberg bis zur Ars Electronica oder ein Blick ins Salzkammergut, in den Böhmerwald und die Kalkalpen: Das Archiv zeigt die Vielfalt des Bundeslandes. ▶

„Geschichte Oberösterreichs“ in der ORF-TVthek



- **Geschichte:** Ein spannender multimediale Rückblick auf Oberösterreichs Geschichte und wichtige Persönlichkeiten
- **Wirtschaft und Technologie:** Erfolgsgeschichten der oberösterreichischen Wirtschaft – von der Salzgewinnung über KTM bis zur VOEST – sowie über das Technologieland Oberösterreich – vom Computerzentrum Hagenberg bis zu aufstrebenden Startups
- **Kultur und Religion:** Eine multimediale „Schatztruhe“ über den Facettenreichtum von Kunst und Kultur des Landes, aber auch das vielfältige religiöse Leben
- **Panorama:** Weitere Dokumentationen und Reportagen etwa über die Stadt Steyr und ihre Flüsse, die Häusersprengung am Harter Plateau oder das Thema „Kaiser, Tracht und Berge“
- **Landeshauptleute und Politik:** Ausführliche Information über wichtige politische Geschehnisse der vergangenen Jahrzehnte und Porträts oberösterreichischer Politiker aus Vergangenheit und Gegenwart

„ORF-TVthek goes school“

Die Videobeiträge wurden vom ORF-Landesstudio Oberösterreich, der ORF-Hauptabteilung für Online und neue Medien und dem multimediale ORF Fernseharchiv so ausgesucht, dass sie ideal zur multimedialen Ergänzung im Schulunterricht eingesetzt werden können. Vom ORF gestaltete Fernsehsendungen und -beiträge zu zeit- und kulturhistorischen Events und Entwicklungen können dabei behilflich sein, vor allem Jugendlichen Bildungsinhalte mittels moderner Kommunikationsmedien näherzubringen. Das Land Oberösterreich und der Landesschulrat für Oberösterreich unterstützen die Aktion. Neben Plakaten und Postwurfsendungen erhalten die Schulen ausführliches Infomaterial in digitaler Form über die Plattform www.medien.edugroup.at.



Über 220 ORF-TV-Sendungen verfügbar

Die ORF-TVthek (<http://TVthek.ORF.at>) ist die Videoplattform des ORF und stellt seit 2009 ein breitgefächertes, alle TV-Genres umfassendes Video-on-Demand- und Live-Stream-Angebot von mehr als 220 ORF-TV-Sendungen kostenlos bereit. Diese sind nach der Ausstrahlung für sieben Tage abrufbar, Premium-Sportarten nur für 24 Stunden.

Das ermöglicht die zeit- und ortsunabhängige Nutzung von ORF-TV-Inhalten bzw. „Fernsehen wann und wo Sie wollen“. Darüber hinaus werden auch mehr als 200 Live-Streams bereitgestellt. Schließlich sind auch langfristig verfügbare Videoarchive zu unterschiedlichsten Themen Teil der ORF-TVthek. Das Angebot ist nicht nur am PC, sondern auch mobil abrufbar: Es stehen Apps für iPho-

nes und iPads, Android-Betriebssysteme, Windows-8-PCs und -Tablets und Windows Phone 8 sowie für die Spielkonsole Xbox One zur Verfügung. Weiters wird die ORF-TVthek auch für das TV-Großformat bzw. TV-Geräte bereitgestellt und ist auf zahlreichen Smart-TV-Geräten sowie mittels Amazon Fire TV Stick oder Google Chromecast abrufbar. LIWEST-Kunden können in die ORF-TVthek auch direkt via Infokanal einsteigen (mehr dazu auf Seite 21).

24,2 Millionen Videoabrufe pro Monat

Die Nutzung der Online-Videoangebote des ORF nimmt kontinuierlich zu: Wurden 2010 pro Monat durchschnittlich 7,0 Millionen Videoabrufe (live und on Demand) im gesamten ORF.at-Netzwerk generiert, waren es 2015 schon 20,4 Millionen pro Monat, 2016 bereits 24,2 Millionen. Auch die mobile Nutzung steigt: Im März 2016 erfolgten bereits 42 Prozent aller ORF-TVthek-Videoabrufe (live und on Demand) über mobile Endgeräte bzw. Apps. Die am meisten als Video-on-Demand abgerufene Sendung seit dem Start der TVthek war das Finale des „Eurovision Song Contest“ vom 10. Mai 2014 (Sieg von Conchita Wurst) mit 965.501 Abrufen. Der Tag mit den bisher meisten Live-Stream-Abrufen war der 19. Februar 2014 (Olympische Spiele Sotschi) mit 556.347 Abrufen. ■

„Flimmit“: Heimische Serien streamen

■ **Streaming aus Österreich:** Im Windschatten der globalen Streaming-Dienste wie „Netflix“ entwickelt sich auch ein österreichischer Anbieter prächtig. „Flimmit“ ist eine Video-on-Demand-Plattform mit Sitz in Wien, die 2007 gegründet wurde. Der ORF ist über ein Tochterunternehmen zu 25 Prozent beteiligt. Der Schwerpunkt liegt auf europäischen Inhalten und vielen erfolgreichen Filmen und Serien aus Österreich.

■ **Heimische Serien und Filme:** „Flimmit“ sieht diese Regionalisierung nicht als Schwäche, sondern als Stärke. Eine Reihe von regionsbezogenen Filmen und Serien hat ihre Premiere auf „Flimmit“ gefeiert, unter anderem David Schalkos Serie „Altes Geld“ sowie drei Ausgaben



Ein echtes Highlight ist die Serie „Vorstadtweiber“.

der „Landkrimis“. Ein besonderes Zuckerl für Fans der Serie „Vorstadtweiber“ begann mit der zweiten Staffel: Nach Ausstrahlung der jeweiligen Folge am Montag um 20.15 Uhr in ORF eins startete um 21.05 Uhr auf „Flimmit“ gleich die nächste Folge.

■ **Auswahl zwischen Leihe, Kauf oder Abo:** Seit dem Vorjahr gibt es auch Abos (ca. 40.000 registrierte Kunden). Apps ermöglichen den Zugriff am Fernseher und auf mobilen Endgeräten. Seit kurzem gibt es Gutschein-karten für das 3-Monats-Abo als praktisches Geschenk, erhältlich bei INTERSPAR und weiteren SPAR-Märkten, in Kürze auch in Post-Filialen und ausgewählten Trafiken. Mehr zu Inhalten und Zugriff auf www.flimmit.com

Mehr Sicherheit im Alter

Internet Konzept wie „Smart Home“ oder „Assistenzsystem“ gewinnen immer mehr an Bedeutung. Welchen Nutzen bringen sie gerade für ältere Menschen?



Intelligente Technik für mehr Mobilität und Komfort im Haus

„Internet der Dinge“

Der Begriff „Internet der Dinge“ beschreibt „intelligente Gegenstände“, in denen ein mit dem Internet verbundener kleiner Computer steckt. Damit werden Informationen über Zustand, Nutzung, Veränderungen, Rahmenbedingungen erfasst, weitergegeben und vernetzt. Das Ziel ist es, allen Dingen oder Geräten, die bisher auf die Steuerung durch ihre menschlichen Besitzer angewiesen sind, mit Hilfe des Internets eine Art Eigenleben einzuhauchen. Besonders ambitionierte Vordenker entwickeln bereits ein „Internet of Everything“ („Internet in allem“). Von „enchanted objects“ spricht David Rose, Forscher am Massachusetts Institute of Technology (MIT) – „verzauberte Dinge“, die durch die Vernetzung über ihren alltäglichen Gebrauchswert hinauswachsen sollen. ■

Worum geht es konkret?

Heute schreitet die Digitalisierung unaufhaltsam voran. Neue Technologien und Innovationen werden immer schneller umgesetzt. In diesem Zusammenhang stellt sich die Frage, welchen Einfluss die Entwicklung auf ältere Menschen hat. Gerade Wohnen im Alter gilt als spannendes Zukunftsthema – der Oberbegriff lautet „Smart Home“. Auch Titel wie „Intelligentes Wohnen“, „Smart Living“ oder „eHome“ werden oft verwendet. Aber was bedeutet das genau? Hier geht es darum, Technologien, Haustechnik und unterschiedliche Haushaltsgeräte wie zum Beispiel die Heizung, den Kühlschrank, die Waschmaschine, aber auch Unterhaltungselektronik miteinander zu vernetzen. Auch Daten aus sämtlichen Geräten wie zum Beispiel Leuchten, Tasten usw. werden gespeichert. Damit alle Geräte im Haus miteinander kommunizieren können, besitzt das Smart Home eine eigene Schnittstelle, die über das Internet mit Apps (= Programmen) gesteuert wird. ▶

dank Assistenzsystem

Welchen Nutzen bringt das für Ältere?

Die Lebenserwartung in der heutigen Zeit steigt. Menschen leben oft in hohem Alter sehr selbständig, gesund und mobil. Ihre Ansprüche steigen und können in gewisser Weise durch ein Smart Home unterstützt werden. Dafür sorgt ein „Ambient Assisted Living“-System (AAL), ein sogenanntes „altersgerechtes Assistenzsystem“. Es geht vor allem um technische Lösungen, die dem älteren Menschen in den Bereichen Mobilität, Gesundheit und Selbständigkeit helfen.

Wie funktioniert das?

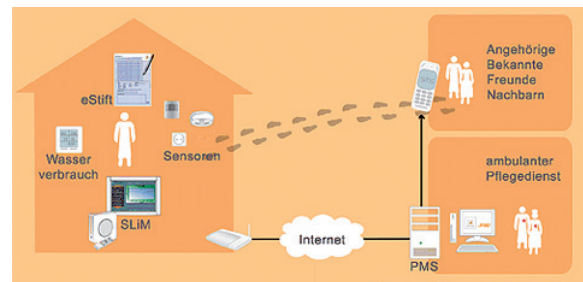
Diese Systeme analysieren über einen gewissen Zeitraum den Tagesablauf des Bewohners. Hat jemand seine Wohneinheit verlassen und zum Beispiel vergessen, sein Fenster zu schließen, wird eine Nachricht auf das Smartphone übermittelt. Ein anderer wertvoller Vorteil ergibt sich durch die eingebaute Sensorik im Raum, denn wenn die Person sich nicht wie gewohnt bewegt, weil sie beispielsweise aufgrund eines Herzproblems regungslos ist, wird mit Hilfe des „Ambient Assisted Living“-Systems ein Signal an das Assistenzzentrum gesendet, das sofort per Telefonanruf versucht, die Person zu kontaktieren. Wenn das nicht klappt, wird ein Rettungsteam alarmiert, das sich schnellstmöglich um die Person kümmert.

Maßgeschneidert je nach Anforderung

Für jeden Systemanwender können unterschiedliche und individuelle Einstellungen definiert werden. Denn manche ältere Menschen sind mobil und wollen ein solches unterstützendes System nutzen, um etwa mit Familie, Bekannten oder Freunden in Kontakt zu treten, und sich mit solchen komfortablen Dienstleistungen ihr Leben zu erleichtern. Andere haben gesundheitliche Probleme und wollen speziell in Notfallsituationen von einem AAL-System profitieren. In naher Zukunft soll es möglich sein, dass sich etwa bei einem Herzstillstand der Rettungsdienst mit einer freigegebenen Videofunktion schon vor dem Eintreffen ein konkretes Bild der Lage machen kann.

Sind diese Systeme schon verfügbar?

Das AAL-System befindet sich noch in der Entwicklungs- und Forschungsphase und wird in gewissen Wohnprojekten getestet. Bis dieses System am Markt



Fixe Verbindung mit Angehörigen und Pflegedienst

Illustration: Fraunhofer-Gesellschaft

für jeden verfügbar ist, wird es noch dauern. Einige Funktionen sind schon verwirklicht bzw. werden in naher Zukunft angeboten und können von jedem in seinem Zuhause installiert bzw. integriert werden. Dass die Implementierung solcher Technologien, besonders in der Anfangsphase, mit zum Teil hohen Investitionskosten verbunden ist, soll an dieser Stelle auch erwähnt werden. Wer sein Zuhause mit einem solchen System ausstatten will, kann sich zum Beispiel bei der oberösterreichischen Firma Loxone in den Bereichen Sicherheit, Familie, Energiesparen und Komfort & Lifestyle informieren. Mehr unter www.loxone.com

Weitere Informationen zum Entwicklungsfortschritt sowie Informationsveranstaltungen über die AAL- bzw. Gesundheitssysteme können auch unter anderem auf www.aal.at, www.smarthealth.at und www.gesundheit.gv.at nachgelesen werden.

Immer wieder geben auch Veranstaltungen einen guten Einblick, etwa:

■ „eHealth Summit Austria“: 24.–15. Mai 2016, Schloss Schönbrunn, Wien

■ „Partnering Day 2016 – Solutions for a better life“:

17. Oktober 2016, 8:00–17:00 Uhr, Linz

Nähere Informationen dazu unter

www.aal.at/veranstaltungen



Das System reagiert, wenn etwas nicht stimmt.

Illustration: Telekom Innovation Laboratories / schmidt-works GmbH

JETZT FERNSEHEN & INTERNET VERBINDEN!

MEHR SPORT



**WEB
POWER**

Erleben Sie jetzt das neue Fernsehen und verbinden Sie Ihr TV-Gerät mit dem superschnellen Internet von LIWEST. Sie werden staunen, was alles in Ihrem Fernseher steckt: Mehr Serien, mehr Sport, mehr Spaß, mehr Doku, mehr Info! Nicht warten – bestellen! Wenn Sie unser Internet schon haben – wir helfen Ihnen gerne beim Verbinden!

0800 94 24 24 oder lwest.at

