Anita Rösch: 47 Jahre Trainerin – leben für den Sport

58 Jahre ist Anita Rösch geb. Mark Mitglied beim ULC Dornbirn. Viele Jahre als Athletin – von der Jugend- bis zur W50-Klasse - und seit 1978 bis heute als ehrenamtliche Trainerin.

Als Athletin:
26 Rekorde, 12 ÖLV-Meisterschaftsmedaillen, 36 VLV- u. IBL-Titel, 4-mal Nationaltrikot

Im Frühjahr **1967** schloss sich Anita Mark der Trainingsgruppe des ULC Dornbirn an. Sogleich erwies sie sich als sehr talentierte Läuferin. Nach kurzer Trainingszeit lief die 15jährige bereits den etablierten Athletinnen auf den Mittelstrecken davon und führte am Ende des Jahres die Jugend-Bestenliste bis 18 Jahre über 600m und 800m mit mehreren Sekunden Vorsprung an. **1968** erreichte sie den VLV Jugendmeistertitel im Cross- und im 800m Lauf. Auch beim ersten Antreten bei den Internationalen Bodensee-Leichtathletik (IBL)-Meisterschaften war sie mit dem Titel über 600m der Jugend B erfolgreich. Das Jahr brachte auch die ersten Rekorde über 600m und 800m der Jugend. Die gute Entwicklung ging **1969** weiter mit je 2x Jugendrekord über 400m und 4x100m sowie mit der 4x200m Staffel des ULC Dornbirn. Weiters wurde sie über 800m und im Crosslauf Vorarlberger Jugendmeisterin. Eine Bronzemedaille erreichte sie bei den österr. Jugendmeisterschaften über 800m.

Ihr ganz großes Sportjahr war **1970**. Sie verbesserte 10-mal den VLV-Rekord über 400m, 600m, und 800m. Die 800m Zeit bedeutete auch **österreichischen Jugendrekord**. Weiters gewann Anita eine **Goldmedaille im 800m-Lauf bei den österr. Jugendmeisterschaften** und eine Silbermedaille im Crosslauf. **Vizestaatsmeisterin über 800m** und IBL Jugendmeisterin im Crosslauf sind ihre weiteren großartigen Erfolge. Ein Jugendländerkampf in der Tschechoslowakei, Frauenländerkämpfe in Wien, Dänemark und Italien mit den großen Athletinnen Prokop, Sykora, und Gusenbauer waren die Belohnung für die guten Leistungen und endeten am 20. September in Piacenza mit dem **österr. Jugend-Rekord im 800m Lauf** und **Österr. Frauen-Rekord mit der 4x400m National-Staffel**.

1971 begann die Saison mit einer Silbermedaille bei den österr. Crosslauf-Meisterschaften der Juniorenklasse, danach beendete sie ihre Karriere als Juniorenathletin. Nach ihrer Heirat und der Geburt ihres Sohnes nahm sie ab **1978** bis **1990** neben ihrer inzwischen aufgenommenen Trainertätigkeit wieder regelmäßig an Wettkämpfen teil, zuerst vor allem in den Staffeln und in der Mannschaft mit dem **ÖLV Rekord mit der 4x800m-Staffel 1980** als Höhepunkt. **1982** zeigte sie nochmals ihr Können mit den **drei VLV-Landesmeistertiteln** über 400m, 800m und 3000m der Frauen. Weiters war sie bei zahlreichen ÖLV-Mannschaftsmedaillen des ULC im Langstreckenbereich beteiligt: **1983** Bronze und **1984** Silber im 10km Straßenlauf im Frauen-Team. **1987** Silber im 15km Straßenlauf im Frauen-Team und Silber im Cross-Frauen-Team. **1988** Bronze im Cross-Frauen-Team. Im Jahr **2000** holte sie beim Österreichischen Frauenlauf über 5000 Meter der Klasse W45 gegen über 200 Starterinnen den **Klassensieg**. Noch **2002** und **2004** war sie Finisherin beim Dreiländer-Halbmarathon der Klasse W50 in Bregenz.

Österreichische Staatsmeisterschaften 1970 in Linz: 800 Meter der Frauen: 2. Rang (Anita: weißes Trikot)

Mit 52 lief Anita den Halbmarathon in 1h39min und gewann die W50-Klasse beim Dreiländer Marathon 2004

Als Trainerin (1978 – 2025):
75 Rekorde, 138 ÖLV-Meisterschaftsmedaillen, 603 VLV- und IBL-Titel, 18-mal Nationaltrikot

Schon früh entschloss sich Anita Rösch für eine Karriere als Trainerin. Mit 20 Jahren absolvierte sie an der Bundesanstalt für Leibeserziehung (BAFL) in Innsbruck **1972/73** den **Grundlehrgang zur Österreichischen Trainerausbildung** und anschließend die Ausbildung zum **Fachsportlehrer für Leichtathletik**. **1978** begann sie ihre Mitarbeit im Verein als Trainerassistentin bei den Läuferinnen und ab **1980** als Trainerin im Nachwuchsbereich. Nach ihrer Ausbildung **1986/87** zum **Leichathletik-Lehrwart** an der Bundesanstalt für Leibeserziehung in Innsbruck übernahm sie **1989** die Trainingsleitung der weiblichen Klassen.

Nach weiteren zahlreichen Fortbildungen ist Anita Rösch seit **2004** bis heute die **hauptverantwortliche Trainerin** des ULC mit vielen Erfolgen. Weiters absolvierte sie die **Trainerausbildungen für den Fitness- und Gesundheitssport** und war ab 2006 bis 2020 „Fit für Österreich“-Trainerin der BSO (Sport Austria) für den Kinder- und Erwachsenenbereich. Sie betreut wöchentlich eine Hobby-Frauengruppe und die von ihr ins Leben gerufenen Formate für die 5- bis 12-Jährigen „ULC-PowerKids“ und mehrere Jahre das beliebte ULC-Sommercamp.

Viele Jahre organisierte Anita Rösch mit Unterstützung durch ULC-Urgestein Heiderun Heim bis 2016 eigenverantwortlich den ULC-Trainingsbetrieb. Die fast schon aufgegebene Suche nach kompetenten Trainerpersonal zeigte urplötzlich Erfolge. Seit 2017 nehmen sich fünf Coaches dem ULC-Nachwuchs an. Erster Lohn für die gemeinsame Nachwuchsarbeit war der Gewinn des **VLV-Nachwuchs-Cup 2019, 2023 und 2024** und der Titel „**Vorarlberger Nachwuchsathlet 2019**“ für Jonas Fuchs. **2022**, **2023 und 2024** gewann der ULC Silber im **VLV-Meister-Cup**. Ein weiterer Höhepunkt im Trainerinne-Leben der Langzeit-Trainerin war die Team-Berufung von U20-Athlet Michael Gantner zu den Leichtathletik-Europameisterschaften 2025 in Tampere/FIN.

Anita mit ihrer erfolgreichsten Athletin Raffaela Dorfer

2009 gewann Raffaela Dorfer insgesamt 13 ÖLV-Medaillen: 8x Gold, 3x Silber und 2x Bronze

ERFOLGSBILANZ als ATHLETIN

4 Int. Einsätze mit der Nationalmannschaft
3 Österreichische Rekorde
23 Vorarlberger Rekorde
12 Österr. Meister und Medaillen, davon:
1 Gold
7 Silber
4 Bronze
4 IBL-Meister
32 Vorarlberger Meister

ERFOLGSBILANZ als TRAINERIN

der von Anita Rösch trainierten und betreuten Athlet/Innen (Stand Ende 2022):
(nicht berücksichtigt: Erfolge von Externen- und Spartentrainern)

Berufungen in Nationalmannschaft		**18**
Österreichische Rekorde		**13**
Vorarlberger Rekorde		**62**
Österr. Meister und Medaillen		**128**
Gold	**53**	
Silber	**34**	
Bronze	**51**	
IBL-Meister		**71**
Vorarlberger Meister		**532**

Schul-WM 2007: Silber Mannschaft; 1. Rang 200 Meter
U20-EM Limit 100m Hürden

Mit Sportgymnasium Dornbirn:
Schulweltmeisterschaft der International School Sport Federation (ISF)

ISF-Weltspiele **1989** auf Sizilien: **3. Rang**
mit Martina Kraxner, Ulli Schwendinger, Ingrid Klien (alle ULC Dornbirn)

ISF-Weltfinale **2007** in Bordeaux/F: **Vizeweltmeister**
mit Raffaela Dorfer, Tanja Lörenz, Laura Rümmele (alle ULC Dornbirn)
Disziplinensieg Raffaela Dorfer über 200m

AUSZEICHNUNGEN:

2002: Für **langjährige Ehrenamtliche Tätigkeit** durch die Vlbg. Landesregierung
2005: **SPORT-BRAVO** Vlbg. Landesregierung – Nominierung **Top 5** in der Kategorie „Beste/r Nachwuchstrainer/In“
2006: **Sportunion EHRENZEICHEN in GOLD**
2010: **Für langjährige ehrenamtliche Tätigkeit in der Gemeinde** durch die Vlbg. Landesregierung
2010: **Für verdienstvolle Tätigkeit für den Sport** durch die Stadt Dornbirn
2010: **BODO-AWARD** durch den Vorarlberger Leichtathletik-Verband
2011: **SILBERNES EHREZEICHEN** der Int. Bodensee-Leichtathletik (IBL) für Verdienste in der Leichtathletik