

# mt omnibus

VERBINDUNGSBLATT DES BISCHÖFLICHEN SEMINARS UND DES BG TANZENBERG · NR. 1 · JAHRGANG 1994

## *Pueri et puellae in Rom*

*Den Beginn des neuen Jahres durfte unser Chor heuer in Rom feiern. Auf Einladung der Vereinigung der PUERI CANTORES und der Initiative von OStR. Dominik Maringer rei-*

*ste der Knabenchor des Marianums, verstärkt durch den Klassenchor der 4C, zu einem internationalen Kongreß in die Ewige Stadt. Die Begegnung mit der römischen Metropole,*

*das gemeinsame Singen in kleinen und großen Gruppen und die vielen persönlichen Erlebnisse haben bei allen Teilnehmern einen großen Eindruck hinterlassen.*



Die Tanzenberger vor der Weihnachtskrippe auf dem Petersplatz

# Lehrer helfen Lehrern – Schüler helfen Schülern

Schüler der verschiedenen Klassen des BG Tanzenberg haben unter Anleitung ihres Kunsterziehers, des akad. Bildhauers Heinz Möseneder, den ersten Tanzenberger Schulkalender 1994 gestaltet (Original-Linolschnitte mit Tanzenberger Motiven). Der Erlös von 4202 Schilling wurde für den Wiederaufbau der Schule von Dobro Selo in Bosnien-Herzegowina gespendet und dem Spiritual, P. Dietrich Stockhausen, übergeben.

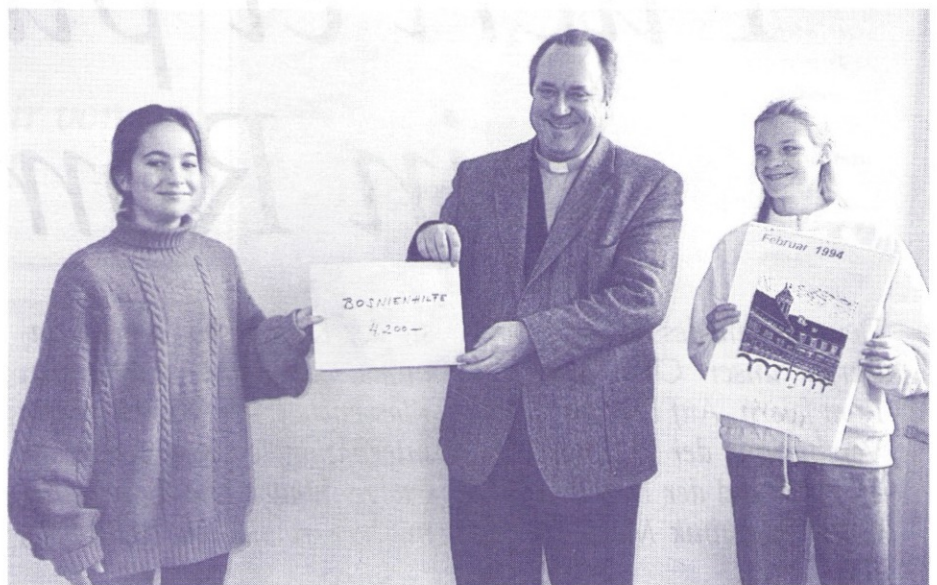
Bei der letztjährigen Fastenaktion des Bundesgymnasiums und Marianums Tanzenberg für diese Schule unter dem Motto „Lehrer helfen Lehrern“ und „Schüler helfen Schülern“ kamen etwa 25.000 Schilling zusammen, allein 10.000 Schilling durch ein Bild mit dem Titel „Frieden“, das Prof. Möseneder für diese Aktion malte und das dann zwanzigmal als Druck verkauft wurde. Insgesamt hat also Tanzenberg etwa 30.000 Schilling für den Wiederaufbau der Schule bereitgestellt.

Daß die Kinder aus der Pfarre Tepčiči bereits wieder einen Klassenraum haben, in dem morgens die Grundschüler und nachmittags die Hauptschüler unterrichtet werden, ist, wie

uns beim letzten Hilfstransport Ende Dezember 1993 der Pfarrer von Tepčiči, Pater Drago Skrubo, sagte, vor allem den Lehrern und Schülern von Tanzenberg zu verdanken. Diesen

Dank möchte ich gern an alle weitergeben, die sich für diese Schule eingesetzt haben, und ein herzliches „Vergelt's Gott!“ hinzufügen.

P. Dietrich Stockhausen



P. Dietrich Stockhausen mit Johanna Wenniger und Nora Dörfler aus der 2C. Die Klasse hat sich für die Spendenaktion aktiv eingesetzt



Der neue Klassenraum in Dobro Selo

## Tanzenberger Stimmen in Rom und Assisi

Unser Chor war eingeladen, am internationalen Kongreß der PUERI CANTORES vom 28. Dezember 1993 bis 1. Jänner 1994 in Rom teilzunehmen. Die Heimschüler, die schon am 27. Dezember in Tanzenberg eingetroffen waren, wurden persönlich von unserem Regens um 1.30 Uhr geweckt. Wir hatten noch etwas Zeit, das uns wichtige Frühstück einzunehmen. Der bestellte Bus wartete schon mit dem Klassenchor der 4C vor der Schule. Insgesamt 48 Personen fuhren, teils noch etwas schlaftrunken, um 2 Uhr in der Nacht in Richtung Rom ab. Die Fahrt schien uns schier unendlich. Allmählich graute der Morgen. Eine ein-

geplante längere Rastpause während der Fahrt wurde wegen zu großer Kälte gekürzt, und es ging weiter.

Nach neunstündiger Reisedauer war endlich Rom in Sicht. Wir fuhren außen um Rom herum, um direkt zu unserer Straße, der Via Tiburtina, zu gelangen. Dabei erschreckten uns die vielen wilden Mülldeponien. So erreichten wir unser Quartier, das Hotel Teresa Gerini, rechtzeitig zum Mittagessen. Nach ausgiebiger Mahlzeit bezogen wir unsere Zimmer. Nun galt es, uns auf die Eröffnung des Kongresses vorzubereiten. Nach einer gut gelungenen Probe trafen wir uns mit etwa 9000 Jugendlichen aus der

ganzen Welt auf dem Petersplatz. Geschlossen marschierten wir in die Aula Nervi, die Audienzhalle im Vatikan. Der Präsident der PUERI CANTORES und Chorleiter der Sänger aus Venray in Holland eröffnete den Kongreß. Nach zweistündigem Singen fuhren wir in unser Quartier zurück. Erschöpft und müde fielen wir in einen fast traumlosen Schlaf.

Am 29. Dezember war um 7.30 Uhr Tagwache. Nach einer Katzenwäsche und einem Frühstück begannen wir den Tag mit einer Chorprobe. Um 10 Uhr fuhren wir zur Kirche Maria Maggiore, wo wir bei der Gestaltung des Gottesdienstes durch einen Auftritt mitwirken durften. Dies gelang uns gut – gemeinsam mit den Chören aus Deutschland und der Schweiz. Wir waren die einzigen Vertreter Österreichs. Nachmittags besichtigten wir den Moses von Michelangelo, das Colosseum, das Forum Romanum, das Kapitol und das Jesu Bambino in der Kirche Ara Coeli. All diese Sehenswürdigkeiten wirkten auf uns überwältigend. Auch dieser Tag endete mit einer Probe.

Am Donnerstag, dem 30. Dezember, begannen wir den Tag mit einer kurzen Einsingprobe. Am Vormittag besichtigten wir den Petersdom und bestiegen die Peterskuppel. Erst oben wurde uns klar, wie mühevoll der Bau dieser Kuppel gewesen sein mußte. Nach dem Mittagessen im Quartier probten wir für das Galakonzert in der Kirche Sant' Andrea della Valle. Die Aufführung verlief problemlos. Am Abend besichtigten wir die Spanische Treppe, den Trevi-Brunnen und die Piazza Navona mit dem Christkindlmarkt.

Auch der 31. Dezember begann mit einer kurzen Einsingprobe. Im Petersdom verbrachten wir dann drei Stunden mit der Probe für den Neujahrsgottesdienst. Am Nachmittag besuchten wir die Domitilla-Katakomben an der Via Appia. Dort wurden wir aufgeklärt, daß Katakomben hauptsächlich als Gräber der Christen dienten und nicht als Versteck.

Zum Jahresschluß wurden wir von unserer Unterkunft zu einer kleinen Silvesterparty eingeladen. Für Getränke und Kuchen war reichlich gesorgt. Die Italiener waren sehr geschockt, weil bereits um 23 Uhr kein Tröpfchen Sekt mehr vorhanden war. Erst um 24 Uhr wurde uns erlaubt, mit Knallkörpern zu hantieren. Bis zur 3. Klasse waren alle bis 1.30 Uhr in den Betten. Der Rest erst später.

Am nächsten Morgen wurden wir um 6.30 Uhr geweckt. Es wurde gefrühstückt, aufgeräumt, gepackt. Um 8 Uhr

fuhren wir los zum Petersdom. Zwei Stunden dauerte es bis zum Beginn des Gottesdienstes, dann noch zwei Stunden die Messe selbst. Sie können sich vorstellen, wie es einem bei einer vierstündigen Zeremonie geht, wenn man um 1.30 bzw. 5.30 Uhr schlafen gegangen ist und um 6.30 Uhr wieder geweckt wurde. Danach wollten noch einige auf den Segen „Urbi et Orbi“, den Neujahrsegen des Papstes, warten, aber es blieb keine Zeit mehr, weil wir nach Assisi abfahren mußten. Dort bezogen wir gleich unsere Zimmer. Danach unternahmen wir einen Spaziergang durch Assisi und besichtigten unter anderem die Kirche San Francesco. Nach einem bestens schmeckenden Abendessen feierten wir den geglückten Verlauf der Reise. Am näch-

sten Morgen trafen wir uns noch zu einer gemeinsamen Messe.

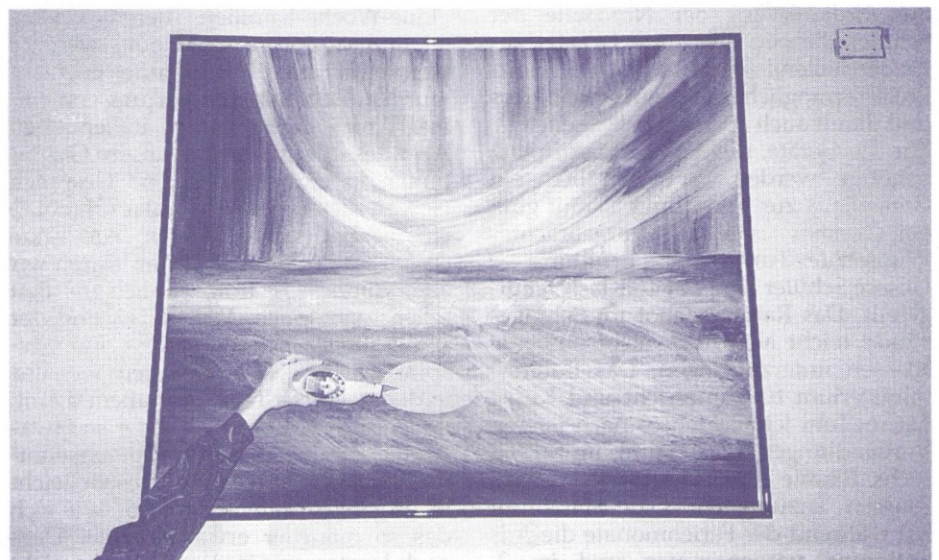
Nach einigen Unterbrechungen war unser nächstes Ziel auf der Heimfahrt eine Pizzeria in Tarvis. Dort bekam jeder eine üppige Mahlzeit, die vom Elternverein spendiert wurde.

Auf der Fahrt zur Grenze in Thörl-Maglern hielt unser Chorleiter eine kleine, aber rührende Abschiedsrede, da die Gail- und Lesachtaler bereits an der Grenze ausstiegen. Mit einigen kleinen Zwischenstationen kamen wir gut in Tanzenberg an. Von dort wurden wir um etwa 22 Uhr von unseren Eltern abgeholt. Unser Regens und unser Chorleiter waren wie alle anderen froh, daß alle wieder gesund nach Hause gekommen sind.

Klaus Hermann, 3A-Klasse



Unsere Schüler beim Schulschach-Weihnachtsturnier: hinten: Marcus Potenes (4C), Mario Schmuck (3A), vorne: Rainer Werdnik (4A), Miriam Schmuck (4C)



Faschingsdienstag: Lactatio piscis („alles für die Fisch“)

## BG Tanzenberg: Raumprobleme fast gelöst

Seit dem Jahr 1986 befindet sich das Schulgebäude des Bundesgymnasiums Tanzenberg in der Betreuung der Bundesgebäudeverwaltung. Alle Investitionen für die Erneuerung der Bausubstanz, für Umbauten, Adaptierungen und Erweiterungen werden vom Bund getragen. Wegen der enorm gewachsenen Schülerzahl (im Schuljahr 1993/94 sind am BG Tanzenberg 390 Schüler gemeldet) ist das Garderobenproblem sehr drängend geworden. Garderobenplätze gab es bisher in der Aula, doch sie reichten bei weitem nicht mehr. Das Marianum hat der Schule im Verbindungstrakt zum Schloß Kellerräume zur Verfügung gestellt, die während der Sommermonate ausgebaut wurden. Der Gang mit dem schönen Gewölbe und die adaptierten Räume selbst binden nun das Schulgebäude in die schöne Architektur des Schlosses ein und veredeln dadurch den Zweckbau einer Nachkriegsarchitektur in beachtlichem Ausmaß.

Schon lange bemüht sich das Gymnasium um eine Schülerbibliothek. Auch dieser Wunsch wird in diesem Schuljahr in Erfüllung gehen. Die Schulwartwohnung (Jordan-Wohnung) wurde im Sommer als Bibliotheksraum adaptiert. Wir alle hoffen, daß in der neuen Bibliothek die Lust zum Lesen verstärkt geweckt wird.

Weiters mußte die Heizung vollständig erneuert werden, nachdem schon im vergangenen Herbst im Vorraum zum Heizkeller ein Tank mit 20.000 Liter Inhalt installiert worden war. Er ersetzt den Erdtank auf der Nordseite der Schule. Die neue Heizung ist jetzt zu friedensstellend gesteuert. Drei Heizkreise ermöglichen ein gut angepaßtes und damit auch sparsames Heizen.

Für die Geräte, die auf dem Sportplatz benötigt werden, steht endlich ein Gerätehaus zur Verfügung. Damit ging ein immer wieder vorgebrachter Wunsch der Turnlehrer in Erfüllung.

Unsere Schüler sind auf 16 Klassen aufgeteilt. Das Raumangebot im Schulgebäude reicht allerdings nicht aus, alle Klassen unterzubringen. Das Bundesministerium für Unterricht und Kunst hat im Juni letzten Jahres nach langen Verhandlungen zugestimmt, im Schloß sechs Räume zur Unterbringung von Klassen anzumieten. Das Marianum hat während der Ferienmonate die Adaptierung vorgenommen und im 2. Stock Südseite drei herrliche Klassen-

räume geschaffen. Die bereits in den vergangenen Jahren im 2. Stock Nordseite sowie im 1. Stock Nordseite hergerichteten Unterrichtsräume wurden in den neuen Vertrag übernommen.

Für Fahrschüler ist der Nachmittagsunterricht, der vor allem für den Gegenstand Leibesübungen wegen der Existenz nur eines einzigen Turnsaales notwendig wurde, ein großes Problem. Mitarbeiter des Marianums schufen in Eigenregie im Nordtrakt des Schlosses gegenüber dem Festsaal einen Gymnastiksaal, der als Ausweichturnsaal dem Gymnasium zur Verfügung steht. Aus dem Budget der Schule wurden einige

Geräte, Matten und dergleichen angekauft, sodaß nach Auskunft der Leibeserzieher auch dort ein qualitativ wertvoller Unterricht im Gegenstand Leibesübungen geboten werden kann.

Ich darf mich an dieser Stelle bei der Diözese für die Anpassung des Mietvertrages, beim Direktor des Marianums, Dr. Engelbert Guggenberger, für die Kooperation, das Verständnis für die Belange der Schule und die prompte Durchführung der Baumaßnahmen, bei Herrn Min.-Rat Dr. Hinum vom Bundesministerium für Unterricht und Kunst, bei Herrn Landesschulratsdirektor HR Dr. Knopf und bei Herrn Pöcher von der Bundesgebäudeverwaltung herzlich bedanken. Die angesprochenen Maßnahmen mögen dazu beitragen, daß alle Partner im Schulgeschehen gerne sagen: Das ist unsere Schule, das ist unser Tanzenberg.

Dir. Mag. Josef Mochar

## Mantua '93

Am Freitag, dem 1. Oktober 1993, starteten wir das „Unternehmen Mantua“. Wir, d. h. die 7A-Klasse, fanden uns frühmorgens am Hauptbahnhof in Klagenfurt ein. Mit sehr gemischten Gefühlen setzten wir uns in den Zug Richtung Mantua: angstvoll, überschäumend vor Optimismus, pessimistisch oder erwartungsvoll. Welche Befürchtungen bzw. Erwartungen sich erfüllen würden, sollte sich in der vor uns liegenden Woche zeigen!

Die Zeit verging wie im Flug, und so fanden wir uns recht bald am Mantuaner Bahnhof ein, wo wir von unseren „Eine-Woche-Familien“ bereits erwartet und in unsere mehr oder weniger weit entfernten Unterkünfte gebracht wurden. Dort stärkten wir uns erst einmal mit einem echt italienischen Abendessen und lernten unsere Gastfamilien in einem „lockeren“ Gespräch (soweit dies unser Vokabular erlaubte!) ein bißchen näher kennen. Am Ende dieses ersten Tages in Italien waren wir alle, glaube ich, froh, endlich ins Bett fallen zu können. Wie der Name der „Operation“ schon sagt („Intensivsprachwoche“), beschäftigten wir uns in den nächsten Tagen vor allem damit, italienisch zu sprechen – oder so etwas Ähnliches – und unsere Sprachkenntnisse zu erweitern, wobei dies vielleicht nicht ganz so intensiv ausfiel, wie sich das so mancher erwartet hatte! Dennoch lernten wir in dieser Woche nicht nur die italienische Sprache, sondern

besonders auch Mantua und seine Bewohner durch Befragungen und Besichtigungen näher kennen. Gefestigt wurde unsere Beziehung zu Italien weiters durch ein freundschaftliches Fußballspiel zwischen Tanzenberg und der Mannschaft unserer Partnerschule, des Redentore. Konnten wir uns bei den diversen gemeinsamen Besichtigungen noch zu den deutschsprachigen Klassenkollegen flüchten, waren wir bei den Familienausflügen gezwungen, unser Italienisch anzuwenden, das zum Glück zur Verständigung ausreichte. Kaum hatten wir uns ein wenig in das italienische Leben mit all seinen Eigenheiten eingelebt, war die Woche auch schon vorüber.

Abschied gefeiert wurde in einem exquisiten Restaurant gemeinsam mit den Gastgebern. Am nächsten Morgen stiegen wir – bei äußerst stürmischem Wetter – wieder in den Zug, diesmal in Richtung Heimat. Mit wiederum gemischten Gefühlen winkten wir zum Abschied. Aber spätestens bei der Ankunft in Klagenfurt, wo wir von unseren Eltern in Empfang genommen wurden, waren wir alle froh, die Woche überstanden zu haben. Wir möchten noch allen danken, die uns diesen Italienaufenthalt ermöglicht haben, besonders Frau Prof. Supanz für ihre liebe Betreuung und seelische Unterstützung! Wir werden diese Woche auf jeden Fall nicht so schnell vergessen!

7A-Klasse

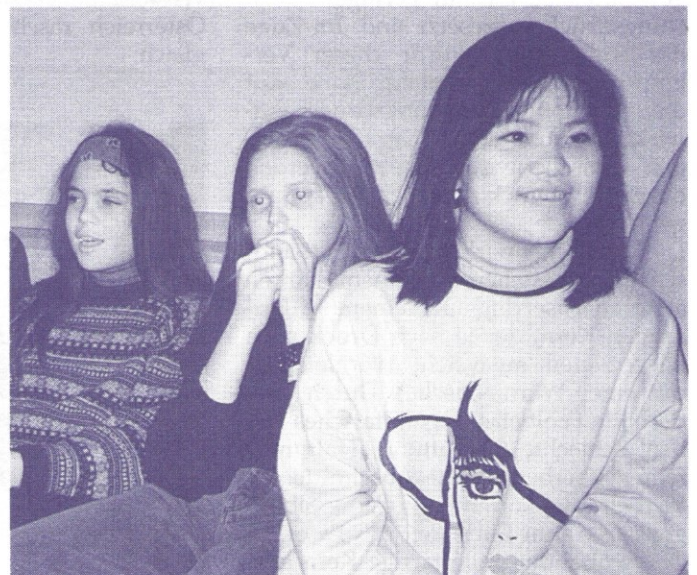
# Unsere Schikurse



3. Klasse:  
Prof. Rosenkranz zu Füßen  
seiner Schüler



5. Klasse:  
Snowboard-Fieber am  
Katschberg



4. Klasse: Gute Stimmung beim Après-Ski in Obertauern

Die Wirbelsäule tritt bei Erwachsenen erst dann in den Mittelpunkt des Bewußtseins, wenn sie mit Bewegungseinschränkungen und Schmerzen konfrontiert sind. Unsere Kinder sind, Gott sei Dank, noch nicht soweit. Die häufig auftretenden Haltungsschwächen bei Kindern sind meist schon die Basis für Schwierigkeiten in fortgeschrittenem Alter. Die Problematik der Wirbelsäule hat viele Ursachen.

Strukturen des Bewegungsapparates (Bänder, Sehnen und Muskeln) führt zu typischen Schmerzbildern wie etwa „Kreuzschmerzen“.

Die Lebenserwartung des Menschen wurde durch die moderne Medizin in den letzten 200 Jahren nahezu verdoppelt. Die durchschnittliche Lebenserwartung liegt heute bei etwa 78 Jahren. Mit dieser rasanten Entwicklung der Medizin ist der Körper und hier vor allem die Knorpelmasse in den Gelen-

Krankenstandsfälle aufgrund von	1987	1989
Herzkrankungen	32.808	31.568 (rückläufig)
Wirbelsäulenerkrankungen	317.218	358.280 (steigend)

Diese Zahlen unterstreichen, welche Welle an Krankheiten des Skeletts noch auf uns zukommen wird. Noch haben wir es bei den Erwerbstätigen mit einer Generation zu tun, die in ih-

## Zur Problematik der Wirbelsäule und der Haltung

Im Laufe der Evolution hat sich der Mensch aufgerichtet. Die Wirbelsäule eines Affen hat Verbindungs- und Balkenfunktion zwischen den vorderen und den hinteren Gliedmaßen. Die Beweglichkeit dieser Verbindung ist durch die Zwischenwirbelscheiben gewährleistet, die nur geringem Belastungsdruck ausgesetzt sind. Im Zuge der Aufrichtung wurde dieser Verbindungsbalken zu einer Säule, auf die ein hoher Belastungsdruck einwirkt. Die aus Knorpelmasse bestehenden Zwischenwirbelscheiben werden durch den Druck natürlich stärker abgenützt.

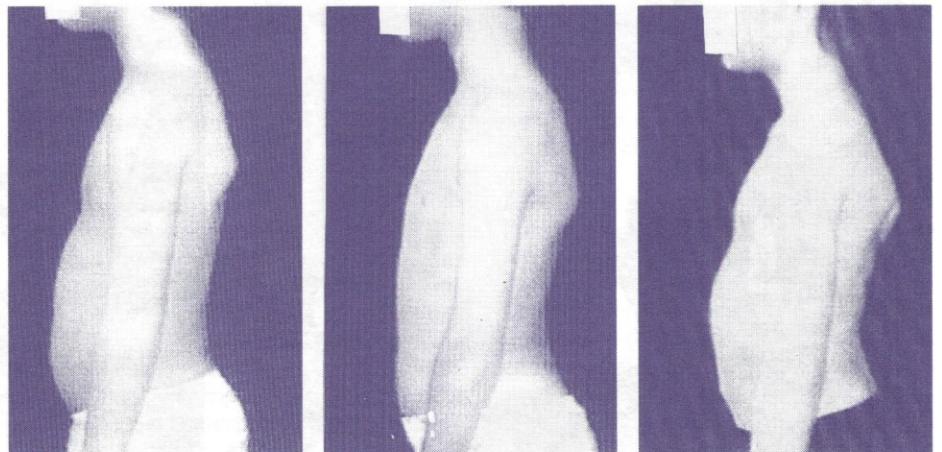
Die Zwischenwirbelscheiben ( Bandscheiben) bestehen aus einem starken äußeren Faserring und einem gallertartigen Kern, der je nach Druck nach allen Seiten ausweicht (vergleichbar mit einer Wärmeflasche). Durch wiederholte Fehlbelastungen (falsches Heben, schlechte Sitzhaltung, Haltungsfelder, überbewegliche Abschnitte der Wirbelsäule) kommt es zu Vorwölbungen oder zum Einreißen des Faserringes, wobei der gallertartige Kern austreten kann. Die ständige Überlastung der die Wirbelsäule umgebenden

ken der Extremitäten und der Wirbelsäule nicht einhergegangen. Im Bereich des 40. Lebensjahres tauchen die ersten Probleme in Schultern, Knien, Hals- und Lendenwirbelsäule sowie Hüften auf.

Die Krankenstandsfälle aufgrund von Wirbelsäulenerkrankungen nehmen in Österreich rasch zu. Dazu ein Vergleich:

rer Jugend recht viel Bewegung machen konnte.

Heute hat sich der Mensch zu einem sitzenden Individuum weiterentwickelt. Der moderne Mensch sitzt immer und überall. Wenn wir uns fortbewegen, sitzen wir (auf dem Moped, im Auto, im Bus, im Zug). Wenn wir uns in der Freizeit erholen, sitzen wir (beim Fernsehen, bei Videospiele).



Profilaufnahmen von Kindern (8- bis 10jährige) mit Hohlkreuz und Entenhaltung

Wenn wir und unsere Kinder arbeiten, sitzen wir (im Büro, in der Schule, bei den Hausaufgaben). Erschwerend bei all dem Sitzen sind die falsche Sitzhaltung und die vielen kleinen Erschütterungen, die aufgrund zu schwacher Muskulatur ungedämpft bis zu den Bandscheiben durchschlagen können (z. B. Vibrationen beim Autofahren). Somit gilt auch beim Sitzen das Sprichwort: „Steter Tropfen (Erschütterung) höhlt den Stein (die Bandscheibe).“

Die Bewegungsarmut unserer Kinder wird aber noch gesteigert. Leider ist heute elektronisches Spielzeug modern, was Kinder zwingt, stundenlang vor dem Bildschirm zu liegen oder zu sitzen. Durch Schulbusse ist der Schulweg für Kinder auf ein Minimum reduziert. Auf welche Bäume dürfen Kinder noch klettern? In welchem Innenhof darf noch Fußball gespielt werden? Die Bequemlichkeit der ungestörten Mittagsruhe, der Verputz des Hauses oder intakte Fensterscheiben sind uns wichtiger als die Bewegung in frischer Luft für unsere Kinder. Daraus resultieren Ausdauer- und Muskelschwächen, die auch schon den Schulwandertag zum Problem werden lassen. Im Turnunterricht bemerken Lehrer, daß den Kindern Ballgefühl, Geschicklichkeit, Gelenkigkeit, Kraft und Ausdauer in zunehmendem Maße fehlen.

Die Psyche beeinflußt die Haltung ebenfalls. Sportler gehen nach einer Niederlage „mit hängendem Kopf“ vom Spielfeld. Wer Angst hat, „zieht den Kopf ein“. Schüler richten sich auf und kommen „stolz erhobenen Hauptes“ nach Hause, wenn sie in der Schule Erfolg gehabt haben. Leider sind die Leistungen der Schülerinnen und Schüler nicht ständig so hervorragend, daß deren Beurteilung sich positiv auf die Haltung auswirken könnte.

Auch die Vererbung sorgt für Probleme. Kinder weisen nicht nur ihren Eltern ähnliche Gesichtszüge auf, sondern sie haben auch häufig einen ähnlichen Körperbau. Damit sind anscheinend ähnliche Probleme vorprogrammiert. In dieses Schicksal ergibt man sich nicht, man sollte vielmehr frühzeitig mit der Bekämpfung der Probleme beginnen.

Die Ernährung hat einen nicht unwesentlichen Anteil an der schlechten Haltung der Kinder. Unvernünftige Ernährung, schlechte Verdauung, Gärung und Fäulnis lassen im Magen-Darm-Trakt Säuren und Gase entstehen. Der Bauchraum wird dadurch nach vor gewölbt (Gas-Kot-Bauch) und verstärkt somit die Lendenlordose (Hohlkreuz). Die im Rückenschulprojekt Tanzenberg mitarbeitenden Ärzte sind häufig gezwungen, die Eltern auf Ernährungsfehler sowie Fehlverdauung und die daraus resultierende „Entenhaltung“ hinzuweisen und aufzuklären.

Die Bewegungsarmut der Jugendlichen hat das muskuläre Gleichgewicht zwischen phasischen Muskeln (neigen zur Erschlaffung) und tonischen Muskeln (neigen zur Verkürzung) gestört. Dadurch ist es den Kindern nicht möglich, eine individuell optimale Haltung einzunehmen. Die Dysbalance der Muskulatur verursacht Fehlfunktion, Fehlbelastung und Beschwerden im Wirbelsäulenbereich. Durch Feststellung des muskulären Zustandes mittels Kraft- und Dehnstest und durch die ärztliche Untersuchung ist es möglich, für jedes Kind ein individuelles Übungsprogramm zu erstellen. Damit kann das muskuläre Gleichgewicht hergestellt werden, wenn dementsprechend intensiv geübt wird. Die Schule kann zwar auf wirbelsäulengerechtes

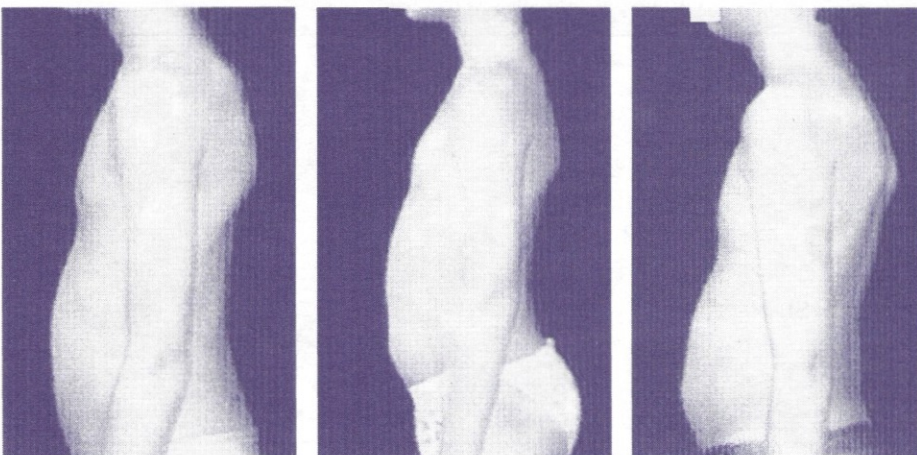
Verhalten hinweisen und dazu anleiten, um aber die Haltung zu verbessern, ist tägliches Training der Muskulatur notwendig. Es müßte in den täglichen Ablauf eingebaut werden wie das Zähneputzen und Waschen. Das erfordert aber die Mithilfe der Eltern in hohem Maße. Aus Kontrollgründen wurde der zu Beginn des Schuljahres 1992/93 (Oktober) an allen Schülern (336) durchgeführte Kraft- und Dehnstest am Ende des Schuljahres (Juni 1993) wiederholt. Aus dem Vergleich der Daten zeigt sich, daß die mit Übungsprogrammen ausgestatteten Schüler (148) im Bereich der phasischen Muskelgruppen deutlich kräftiger geworden sind als die übrigen 188 Kinder unserer Schule. Bei der Dehnung der verkürzten Muskeln haben sich keine wesentlichen Vorteile und Unterschiede ergeben. Die Verkürzung der Muskulatur scheint durch das Wachstum immer neu angeregt zu werden. Zum zweiten scheinen die Kinder die Forderung, beim Dehnen bis an die Schmerzgrenze zu gehen, nicht immer erfüllt zu haben. Trotzdem waren die ersten acht Monate der Arbeit ein wichtiger Schritt zur Herstellung des muskulären Gleichgewichtes.

Leider haben nicht alle Kinder rein muskuläre Probleme. Etwa 20 Prozent der untersuchten Schülerinnen und Schüler wurde empfohlen, einen Facharzt für Orthopädie aufzusuchen. Dieser sollte die Fehlhaltung der Kinder genau abklären, behandeln und in regelmäßigen Abständen beobachten.

Um die Probleme rund um Haltung und Wirbelsäule in den Griff zu bekommen, ist das oberste Gebot die tägliche gesunde Bewegung. Ob es uns gelungen ist, mit Hilfe von individuellen Übungsprogrammen einen Beitrag zur Verbesserung der Haltung und somit auch zur Gesundheit der Kinder zu leisten, kann nur am Beispiel jedes einzelnen Kindes überprüft werden. Und wenn es uns gelungen ist, durch tägliches Üben und durch Erlernen wirbelsäulengerechten Verhaltens unseren Kindern im späteren Leben Schmerzen zu ersparen, dann waren wir erfolgreich.

Als Obmann der „Kärntner Gesellschaft für Wirbelsäulenforschung“ bedanke ich mich bei allen Ärztinnen und Ärzten sowie Kolleginnen und Kollegen, die in ihrer Freizeit mit viel Einsatz geholfen haben, in Tanzenberg eine „Rückenschule“ aufzubauen und zu betreiben. Jugendliche mit „mehr Rückgrat“ sind unser Ziel.

Mag. Eduard Hirschberger



durch Gas-Kot-Bauch und muskuläres Ungleichgewicht

*Das Erscheinen des*

# omnibus

*wird von vielen ideell und  
finanziell mitgetragen.*

*Ihnen allen danken wir von  
ganzem Herzen!*

**WIR GRATULIEREN:**

Helmut Kugler, Maturajahrgang 1987, und seiner Gattin Gudrun zur Geburt ihres Sohnes Christian Peter (11. November 1993).

Johann Friedrich Amadeus Kogelnig, 1980-1984 von der 1. bis zur 4. Klasse in Tanzenberg, zur Sponson zum Magister der Rechtswissenschaften (15. April 1994).

**WIR TRAUERN UM:**

P. Robert Rehnelt S.J., Spiritual am Knabenseminar Tanzenberg von 1950 bis 1961 (6. Dezember 1993).

Mag. Dr. Ernst Karl Perkonig, Maturajahrgang 1970 (20. Dezember 1993).



**Wir stehen auf  
Leistung!**

WIR STELLEN HOHE ANFORDERUNGEN AN UNSERE MITARBEITER. BEI DER BETREUUNG UNSERER KUNDEN LEGEN WIR UNS DIE LATTE HOCH. WIR WISSEN, DASS LEISTUNG ZÄHLT. DESHALB FÖRDERN WIR DEN KÄRNTNER SPORT. FÜR UNS UND FÜR SIE.

GEMEINSAM STARK!



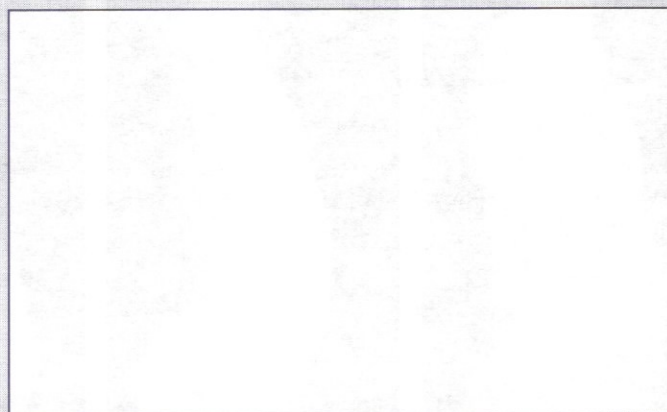
# omnibus

VERBINDUNGSBLATT DES BISCHÖFLICHEN SEMINARS UND DES BG TANZENBERG

Marianum Tanzenberg  
A-9063 Maria Saal, Telefon 0 42 23/22 30

**P. b. b.**

Erscheinungsort Tanzenberg  
Verlagspostamt 9063 Maria Saal



Adressenänderungen bitte bekanntgeben!