

# PONGAU MAGAZIN

Das monatliche Gratismagazin für den Pongau.



**KIA-Center**

**St. Veit im Pongau**

Gewerbestraße 6 • A-5620 St. Veit/Pg.  
Tel. 0 64 15/ 20 120 • [www.kia-pongau.at](http://www.kia-pongau.at)



**GFRERER**  
KÜCHEN & QUALITÄTSMÖBEL

*Alles für Ihre Traumküche!*

Scharfau 38, 5672 Goldegg  
T 06415/8470 | F 0W 4

[www.gfrerer-kuochen.at](http://www.gfrerer-kuochen.at)  
[info@gfrerer-kuochen.at](mailto:info@gfrerer-kuochen.at)

A-5632 Dorfgastein [www.blumen-gollner.at](http://www.blumen-gollner.at)  
Gartenstraße 5



INNENARCHITEKTUR

**TOFERER**  
*wohnen erleben*

**Möbel · Einrichtungshaus**

Bischofshofen Gasteiner Str. 40 • Tel. 06462/3596  
Mail: [info@moebel-toferer.at](mailto:info@moebel-toferer.at) [www.moebel-toferer.at](http://www.moebel-toferer.at)

[www.teamriegler.at](http://www.teamriegler.at) • Tel. 06412-4224



Versicherungs- & Maklerbüro

DER NEUE KIA PICANTO.  
**WEIL QUALITÄT  
SEINE STÄRKE IST.**



[www.kia.at](http://www.kia.at)



CO<sub>2</sub>-Emission: 130-99 g/km, Gesamtverbrauch: 4,2-5,6 l/100km

Symbolfoto. Satz und Druckfehler vorbehalten. 1) € 500,00 Frühbucherbonus beim Kauf eines neuen Kia Picanto bis auf Widerruf. \*) 7 Jahre/150.000km Werksgarantie.



**KFZ  
Werkstätte mit  
§57a PRÜFSTELLE**

**NEUERÖFFNUNG  
im Juli 2011!  
Zwei starke Partner  
unter einem Dach!**



**Rohrmoser & Hettegger GmbH**

Gewerbestr. 6

Tel.: +43 (0) 6415 / 20 120

[info@kia-pongau.at](mailto:info@kia-pongau.at)

[www.kia-pongau.at](http://www.kia-pongau.at)

5621 St. Veit im Pongau

Fax-DW: 44

[info@crashcenter.at](mailto:info@crashcenter.at)

[www.crashcenter.at](http://www.crashcenter.at)



**Karosserie- & Lackierfachbetrieb für alle Marken**

## Gedicht

Von Marianne Wieshofer, Brandleben, Goldegg –  
aus ihrem Buch „'s Lebensbrünndl“  
Tel. 06415/7540

## D'MUATTERSPRACH

Gab's d' Muattersprach nit – wah alls aso rahr,  
da wah inser Hoamat so äd und so laar.  
Sie is so lebendig – a quellfrischer Brunn  
Von z'innesrest außa und glänzt wia die Sunn!

Wah d' Muattersprach nit – wo bleibat die Freid,  
die mia all so brauchn en der heitign Zeit!  
Redn überall anders – los eichi ins Tal  
und send ah die Grabm oft noh aso schmal.

Der farbige Klang is 's – der in jedn Land  
die Hoamat so reich macht und ins all mitnand.  
Gab's d' Muattersprach nit – da wah ih kloa z'keit  
Wer wissat's der Red nach, wo s'herkemman d' Leit?

Mih packat a Wehmuat, wenn ih außt stand en Wald  
und a oastimmigs Gsangl von d' Äst abahalt...  
„Wo wah da mei Liab bliebn – wah nacha mei Frag,  
wenn ih d'Hoamat verlaug und alls herrisch sag?“

## MEI DAHOAM

Wo Berggipfe grüaßn  
weit oba ins Tal  
und d'Wildbach herausschn  
durch d'Schluchtn so schmal.  
Wo obm auf die Almbödn  
die Bleame schö blüahn,  
die Leit sih noh fleißig  
mit'n Arbeitn müahn.  
Die Muttersprach gred't werd  
noh da aufn Land -  
des Brauchtum erhalten  
und 's festtagla Gwand.  
Wennst noh a „Grüß Gott“ hörst, -  
ah des is mei Freid,  
a bisl a Gmüat is  
in der hetkischn Zeit. -  
Da bin ih verwurzelt,  
ih kann nix dafü..  
ih dank, daß ih da  
auf d'Welt kemma bi!



# Inhalt

## Lokales

- S. 10- Rafting
- S. 12 - Fotografie - Einst und Jetzt
- S. 36-37- Heimisches vom Wochenmarkt
- S. 46-47 - Lokales

## Reportagen

- S. 6-7 -Ein Leben ohne Hindernisse
- S. 8-9 - Fantasie Erlebnis Bewegung Spiel
- S. 15-17 - Baureportage - Hauserbauer
- S. 20-23 - 1300 Jahre Bischofshofen
- S. 30- 31- Siegen durch Nachgeben
- S. 35 - Gitarrenmusik als Lebensbegleiter
- S. 38-39 - Walk & Fly
- S. 44-45 - Bedrohte Tierarten
- S. 48-49 - Swim-Bike-Run

## Serien

- S. 19 - Alles über den Garten
- S. 24- Schulzeit anno dazumal
- S. 29 - Keltischer Baumkalender
- S. 42-43 - Die Einwanderer

## Pongaublicke

- S. 18 - Pongaublicke
- S. 25 - Pongaublicke
- S. 32 - Pongaublicke
- S. 34 - Pongaublicke

## Standards

- S. 26-28 - Veranstaltungskalender
- S. 40 - Rätsel/ Gewinnspiel
- S. 48-50 - Szene

## Gesundheit

- S. 14 - Physiotherapie

Das nächste PONGAUMAGAZIN  
erscheint wieder am 01.07.2011

[www.pongaumagazin.at](http://www.pongaumagazin.at)  
[www.facebook.com/pongaumagazin](http://www.facebook.com/pongaumagazin)



Inh. Monika Eberhard

Hauptstraße 21a

5600 St. Johann/Pg.

Tel./Fax: 06412/20422

## Musterküchen-Abverkauf!

**Dan Küche - minus 70%**

**Regina Küche - minus 40%**

**Kornmüller Küche - minus 25%**

Auch wenn Sie erst in zwei Jahren eine neue Küche wollen, sollten Sie schon jetzt mit uns reden...

Nicht nur, dass wir Ihre Küche in 3D mit unserer 2x2m großen Planungsleinwand veranschaulichen, Sie bekommen auch noch einen sehr günstigen Preis, ersparen sich die Preiserhöhungen und haben bis acht Wochen vor Lieferung die Möglichkeit, noch das Modell und die Designs zu ändern.



Wird ihre zukünftige Küche sogar in unserem Studio ausgestellt, dann gibt es zusätzlich noch einen Musterküchen-Rabatt.

Also anrufen und Termin vereinbaren – es lohnt sich!

**WOHNSTUDIO RESCH**  
planen mit Idee...

Hauptstraße 64, 5600 St.Johann/Pg.  
Tel. 06412/6305 - [info@wohnstudioresch.at](mailto:info@wohnstudioresch.at)  
[www.wohnstudioresch.at](http://www.wohnstudioresch.at)



# Ein Leben ohne Hindernisse

Am 5. Mai fand europaweit der „Protesttag zur Gleichstellung behinderter Menschen“ statt. Die Lebenshilfe Österreich rief diesen Tag zum „Tag der Inklusion“ aus und veranstaltete unterschiedlichste Aktionen, um darauf aufmerksam zu machen. Auch die Lebenshilfe Bischofshofen beteiligte sich und ermöglichte einigen Klienten einen Tag lang die Mitarbeit in unterschiedlichen Betrieben.

## Lagerhaus Bischofshofen



Manuel Auer und Irfan Karaarslan (im Bild mit Josef Hölzl, Leiter Lagerhaus und Zoltan Szücs, Leiter Lebenshilfe Bischofshofen) durften einen Tag lang im Lagerhaus Bischofshofen mitarbeiten.

„Menschen mit Behinderung haben das Recht auf Teilhabe im Kindergarten, in der Schule, in der Arbeit oder in ihrer Freizeitgestaltung. Diese Menschenrechte sind in der UN-Behindertenrechtskonvention verankert. Trotzdem kommen sie nicht zur Anwendung“, heißt es in einer Aussendung der Lebenshilfe. Aus diesem Grund erklärte die Lebenshilfe österreichweit den europaweiten „Protesttag zur Gleichstellung behinderter Menschen am 5. Mai zum „Tag der Inklusion“, an dem ein neues Bild von Menschen mit Behinderungen gezeigt werden sollte.

Doch was ist Inklusion? „Es ist ein Fachbegriff, der das Gegenteil von sozialer Ausgrenzung beschreibt. Inklusion heißt, dass alle Menschen von Anfang an gleichberechtigt in unserer Gesellschaft leben.“

## Tag der Inklusion

Inklusion für zumindest einen Tag wurde neun Klienten der Lebenshilfe Bischofshofen am 5. Mai ermöglicht. „Wir konnten einige Betriebe dafür gewinnen, Klienten der Lebenshilfe Bischofshofen als KollegInnen in deren Firma zu integrieren“, so Zoltan Szücs, Leiter der Lebenshilfe Bischofshofen. „Ziel war es dabei, zu zeigen, dass Menschen mit Behinderung Fähigkei-

In acht Betrieben erhielten neun Klienten der Lebenshilfe Bischofshofen (siehe Fotos) die Möglichkeit, einen Tag lang mitzuarbeiten.

Ein besonderes Beispiel für Inklusion ist dabei das Merkur Restaurant in Bischofshofen, wo Daniela Rainer einer regelmäßigen Beschäftigung nachgeht.

## XXXLUTZ Bischofshofen



Funda Karaarslan hatte Spaß an der Arbeit beim XXXLUTZ in Bischofshofen.

## Bäckerei Unterkofler Bischofshofen



Barbara Hofer unterstützte das Team der Bäckerei Unterkofler in Bischofshofen.

## Baumax Bischofshofen



Marco Mayr (im Bild mit Martin Winkler, Leiter Baumax Bischofshofen) erledigte am 5. Mai diverse Hilfsarbeiten im Baumax Bischofshofen.

## Friseursalon Sylvia Bischofshofen



Andrea Gwehenberger wurde einen Tag lang in die Arbeit im Bischofshofener Friseursalon Sylvia integriert.

## Merkur Restaurant Bischofshofen



Daniela Rainer arbeitet bereits regelmäßig im Merkur Restaurant in Bischofshofen mit.

ten und Talente haben und oft auch eine Bereicherung für das Team sind.“

### Nervosität & Begeisterung

Bereits im Vorfeld war die Nervosität und Aufregung vor dem Arbeitstag unter den Klienten der Lebenshilfe Bischofshofen spürbar. Die Freude und Begeisterung, in einem Betrieb mitzuar-

beiten, war auch am 5. Mai noch zu erkennen. Eifrig machten sie sich in ihrem Tätigkeitsbereich in den unterschiedlichen Betrieben an die Arbeit und erfüllten diverse Hilfsarbeiten. Die Frage, wie es gefallen hat, wurde dabei einstimmig mit „gut“ beantwortet und so einige wollten direkt am nächsten Tag wiederkommen, um weiterzuarbeiten.

### Inklusion vorstellbar

Zoltan Szücs sieht in dieser Integration in den Arbeitsbetrieb durchaus Entwicklungspotential. „Chancen, Klienten der Lebenshilfe in Betrieben einzugliedern, sind meiner Meinung nach, durchaus vorhanden. Bevor dies allerdings auch tatsächlich umsetzbar ist, müssten jedoch erst die gesetzlichen

### Schuhhaus Pondorfer Werfen



Brigitte Brandner erhielt die Möglichkeit das Team des Schuhhaus Pondorfer Werfen zu unterstützen.

### Blumen Tannenberger Bischofshofen



Sylvia Wörnhart durfte für einen Tag bei Blumen Tannenberger in Bischofshofen schnuppern.

Rahmenbedingungen dafür geschaffen werden“, so der Leiter der Lebenshilfe Bischofshofen. „Dass unsere Klienten nicht für Facharbeiterstellen eingesetzt werden können, ist mir durchaus klar. Hilfsarbeiten sind aber mit Sicherheit möglich.“ An Eifer und Freude an einer Tätigkeit mangelt es den Klienten der Lebenshilfe, wie an diesem einen Tag bewiesen wurde, schließlich nicht.

**14.6. BIS 2.7.**  
BEIM KAUF EINER BRILLE GIBT ES  
**DAS LINKE GLAS GRATIS**  
AUSGENOMMEN KOMPLETTPREIS-  
ANGEBOTE UND AKTIONEN.  
GILT FÜR FASSUNG INKLUSIVE  
2 GLÄSER.

AM **1.+2. JULI** KOMMT  
DER **GLORYFY CARAVAN**

ST. JOHANN / PG., HANS-KAPPACHER-STR. 8  
**GEWINNEN SIE**  
DIE UNZERBRECHLICHEN  
SONNENBRILLEN VON  
GLORYFY.

**25 jahre**  
feiern sie mit uns!

**M A Y R**  
**UNITED OPTICS**  
St. Johann · Schwarzach

**SOMMERAKTION 2011**  
Von 1. Juli bis  
31. August 2011

**THERME amadé**  
Der Hit des Sommers  
in der  
**THERME AMADÉ!**

4 Stunden zahlen und  
den ganzen Tag bleiben!

Nur im **VORVERKAUF** von 15. April bis  
15. Juni 2011 erhältlich.

Sichern Sie rasch  
Ihre Tickets  
zum Aktionspreis!

**MEHR ALS URLAUB**  
Öffnungszeiten: So-Do 9-22 Uhr · Fr-Sa und vor Feiertagen 9-23 Uhr · auch feiertags geöffnet  
[www.thermeamade.at](http://www.thermeamade.at)



## UNSER GRÖSSTES ORGAN

Die Haut ist ebenso, wie Herz, Leber, Lunge und Co. ein lebenswichtiges Organ, mit ganz speziellen Aufgaben und wird leider immer noch sehr stiefmütterlich behandelt. Damit sie Ihre Funktion optimal aufrecht halten kann und nicht frühzeitig erkrankt, müssen wir die Haut dementsprechend pflegen. Dabei geht es nicht um Kosmetik oder Schönheit, sondern um die Gesundheit des Organs Haut, sowie um die Körpergesundheit im Allgemeinen. Gerade jetzt im Sommer, aber auch bei schlechtem Wetter oder vor einem PC-Bildschirm ist es wichtig, bereits morgens Sonnenschutz aufzutragen, sowohl am Gesicht als auch am Körper. Sonnencremen bieten keinen absoluten Schutz, sie verlängern nur den hauteigenen Sonnenschutz! Lichtschutzfaktor 15 verlängert den hauteigenen Schutz also um das 15-fache. Bei hochwertigen Sonnencremen reicht der LSF 15 aus. Je minderwertiger die Sonnencreme, also Paraffine und Schweröle enthalten sind, umso höher muss der LSF werden, um einen ähnlichen Schutz bieten zu können. Der häufigste Fehler in der Verwendung von Sonnencremen besteht allerdings darin, dass erst am Badensee oder im Schwimmbad eingecremt wird. Dabei hat man schon relativ viel Zeit in der Sonne verbracht, beim Einkaufen, Gartenarbeiten, im Auto oder am Rad, in der Warteschlange vorm Schwimmbad, etc. Oft wurde hier schon der hauteigene Sonnenschutz verbraucht, und eine Sonnencreme bringt danach keinen Nutzen mehr. Denn der hauteigene Sonnenschutz kann nur verlängert werden, wenn noch vorhanden. Sollten bereits erste Rötungen auftreten, ist das ein Zeichen, dass die Haut bereits überlastet wurde und eine verbrannte Haut kann sich weder ohne noch mit Sonnencreme schützen. Hier gilt nur noch: ab in den Schatten!

Dr. med. univ. Michaela Gruber  
www.DieVitalpraxis.at  
drgruber@sbg.at  
Tel.: 0664 346 74 09



# Fantasie Erlebnis Bewegung Spiel



Ingrid Unteregger aus Wagrain hat geschafft, was sich viele erträumen: Beruf und Leidenschaft zu verbinden. Am eigenen Bauernhof mit Islandpferdezucht bietet sie reitpädagogische Betreuung für Kinder ab vier Jahren an und sorgt so bereits bei den Kleinsten für einen spielerischen, kindgerechten und pädagogisch durchdachten Zugang zum Pferd.

Vor allem kleine Mädchen im Alter von drei bis fünf Jahren hegen den großen Wunsch des Reitens, sind aber entwicklungspsychologisch gesehen in diesen jungen Jahren für den Reitunterricht noch nicht geeignet. „Ich habe selbst erst mit 35 Jahren das Reiten erlernt und dabei erfahren, auf wie viele Dinge man sich im Reitunterricht gleichzeitig konzentrieren soll“, so Ingrid Unteregger, die 2006/07 beim Lfi Salzburg die Ausbildung zur reitpädagogischen Betreuerin absolvierte. „Für ein kleines Kind ist das einfach nicht möglich, auch deshalb schon nicht, weil es sich nicht über einen län-

geren Zeitraum entsprechend konzentrieren kann.“

Um den kleinen „Pferdenarren“ allerdings bereits im Kindergartenalter den Zugang zum Reiten ermöglichen zu können, wurde vor rund zehn Jahren von Sabine Dell'mour in Österreich die reitpädagogische Betreuung - bekannt unter der Abkürzung FEBS (Fantasie, Erlebnis, Bewegung, Spiel) - entwickelt. „Hier lernen Kinder ab vier Jahren den spielerischen und kindgerechten Zugang zum Pferd“, so die Wagrainerin Ingrid Unteregger, die FEBS auf ihrem Bauernhof anbietet.

## FEBSen in Wagrain

Rund 20 Kinder im Alter von ca. drei bis neun Jahren treffen sich - eingeteilt in Kleingruppen zu drei bis vier Kindern - regelmäßig für eine Stunde bei Ingrid Unteregger und ihren Pferden,



Fotos: Holzmann





## Reitpädagogik ist weder Unterricht noch Therapie

Während der gesamten Stunde arbeiten Kinder, Pferd und Betreuerin zusammen - ein gutmütiges Pferd sowie eine entsprechende Stundenvorbereitung sind dabei vorausge-

setzt. Wie sehr sich Ingrid Unteregger bemüht, den Kindern Freude im Umgang mit dem Pferd zu vermitteln, ist dabei nicht nur an den vielen Arbeitsutensilien in Form von Bällen, Ringen, Steckenpferden, Trampolin oder anderen Spiel- und Lerngeräten zu sehen sondern auch in der entspre-

chenden Stundenvorbereitung. „Jede FEBS-Stunde wird von mir im Vorfeld altersspezifisch geplant und vorbereitet, um die benötigten Utensilien am Reitplatz griffbereit zu haben und auch um der Einheit eine gewisse Struktur zu geben“, so die Wagrainerin. „Im Gegensatz zu einer gewöhnlichen Reitstunde bedarf es beim FEBSen, was weder einer Reitstunde noch einer Therapie entspricht, auf jeden Fall eine sorgfältigere Vorbereitung.“

Dank der Kreativität und Leidenschaft im Umgang mit Pferd und Kind wird es während der FEBS-Stunde auch nie langweilig. So gab es erst kürzlich wieder Zu-

wachs im Pferdestall und die pferdebegeisterten Kinder konnten bei ihrem ersten Eintreffen nach der Winterpause zusätzlich zu den bereits bekannten 16 Isländer-Pferden zwei Miniponys begrüßen. „Diese habe ich extra für die FEBS-Kinder gekauft“, so die Wagraineerin. „Weniger um darauf zu reiten sondern mehr zum Heranführen an das Pflegen und Putzen eines Pferdes.“ Und wer weiß, was sie sich demnächst noch alles einfallen lässt, um den Kindern ein umfangreiches, kindgerechtes, pädagogisches und spielerisches Angebot zu bieten. Die Isländer-Pferdezucht am eigenen Hof ist auf jedenfall bereits jetzt auf die Bedürfnisse der Reitpädagogik, die großen Anklang findet, ausgerichtet.

[illegible]





Fotos: Pleasure Elements

## *Rafting - der Sommersport mit Erfrischung*

Eine der abwechslungsreichsten und spektakulärsten Flussabschnitte der Salzach lädt dazu ein, mit dem Rafting-Boot erkundet zu werden. Ein wilder Ritt durch die kühlen, spritzigen Stromschnellen ist dabei ebenso inkludiert, wie ruhige und technisch anspruchsvolle Passagen.

„Es ist eine der schönsten Sommer-sportarten. Erfrischend bei heißen Temperaturen und dank wärmendem Neoprenanzug und der Möglichkeit eines anschließenden Saunaganges auch an einem verregneten, trüben Tag ideal“, lässt Gernot Gruber von Pleasure Elements wissen. „Und zudem auch kurzfristig und spontan buchbar.“ Treffpunkt diesbezüglich ist die Hubertusstube in St. Johann. Hier beginnen und enden alle angebotenen Touren von Pleasure Elements, wie auch das Rafting-Erlebnis auf der Salzach zwischen Eschenau und Schwarzach.

### Sicherheit geht vor

Hat man sich individuell oder in der Gruppe dazu entschlossen an einer Rafting-Tour teilzunehmen, starten die Vorbereitungen an der oben genannten „Homepage“. Die Neopren-Anzüge werden ausgeteilt und angezogen, ebenso Schwimmwesten, Helm sowie Neoprenschuhe. Danach beginnt die „Reise“ erstmals mit der gemeinsamen

Anfahrt zum Einstieg. „Hier erfolgt eine kurze, aber wichtige Einschulung“, erklärt Gernot Gruber. „Es werden mögliche Situationen besprochen, damit während der Fahrt entsprechend reagiert werden kann und das Risiko somit gering bleibt.“

### Der Ritt durchs kühle Nass

Noch schnell die Boote für bis zu acht Personen ins Wasser lassen, sich die Paddel schnappen und schon gehts los. „Spätestens hier ist die Euphorie und Anspannung nicht mehr zu übersehen“, weiß der Veranstalter. „Es folgen abwechslungsreiche Passagen - einerseits durch kühle, spritzige Stromschnellen, andererseits durch etwas ruhigere Abschnitte in denen etwas entspannt oder spielerisch das Strömungsverhalten kennengelernt werden kann.“

Je nach Wasserpegel dauert die erlebnisreiche Fahrt auf dem 12 km langen Salzach-Abschnitt im Durchschnitt rund 1,5 bis 2 Stunden. Und Gernot Gruber zufolge herrschen vor allem

im Juni bereits perfekte Bedingungen. „Der Pegelstand ist dabei entscheidend, wie spektakulär die Tour ist. Rafting ist aber definitiv nicht nur für die Wildesten der Wilden sondern auch für Familien geeignet“, steht er für Fragen und Auskünfte diesbezüglich gerne Rede und Antwort.

Egal aber zu welcher Zeit und bei welchem Pegelstand, baden geht noch vor dem Ende der Rafting-Tour jeder - womit nicht das unfreiwillige über Bord gehen gemeint ist. „Es wird den Teilnehmern ermöglicht, sich im Wasser treiben zu lassen und so eine zusätzliche einzigartige Erfahrung zu machen“, klärt der St. Johanner auf.

### Noch mehr Erlebnis

Intensiver wird eine Rafting-Tour übrigens mit einem Mini-Raft. „Mit diesem kleinen, wendigen, 4-sitzigen Boot erscheinen die Wellen, in die man praktisch eintaucht, noch größer“, beschreibt Gernot Gruber. Alternativ steht zudem auch der Sommerhit Canyoning zur Wahl. Dabei folgt man im Wiestal dem Wasser durch die Schlucht - gespickt mit vielen Sprüngen und Rutschen.

Infos unter: [www.pleasure-elements.at](http://www.pleasure-elements.at)





## NEU: MINI-RAFTING

Starten Sie mit dem „Pony“ unter den Raftingbooten durch und tauchen Sie in die Faszination des Mini-Raftings ein!

Klicken Sie rein und gewinnen Sie eine  
**MINI-RAFTINGTOUR  
FÜR 4 PERSONEN**

Infos und Teilnahme unter  
[www.pleasure-elements.at](http://www.pleasure-elements.at)

**PONGAUER  
RAFTINGMONAT**

**NUR IM JUNI und  
NUR MIT DIESEM  
GUTSCHEIN:**



**30,- Euro RABATT**  
auf den Gruppenpreis  
(ab 4 Personen)

**gültig für Rafting- oder Canyoning-Touren**

(Pro Gruppe nur 1 Gutschein einlösbar)

**Gutscheine schenken - an andere denken...**

Gutscheine erhältlich bei:

Pleasure Elements • Gernot Gruber

T +43-650/500 65 71 • 5600 St.Johann

[info@pleasure-elements.at](mailto:info@pleasure-elements.at) • [www.pleasure-elements.at](http://www.pleasure-elements.at)

## „Raft & Grill“

Verbinde Rafting oder Canyoning mit anschließendem Grillen -  
als Tagesausflug die perfekte Kombination für deinen Anlass!

Hubertus   
☆☆☆ Stube

## NEUERÖFFNUNG

**Ab Juli** glänzt unser Lokal in neuem Style!

- Neuer großer Gastraum für Feierlichkeiten jeder Art
- Kricklerl Bar
- Treffpunkt für Jung und Alt
- Neue Sonnenterrasse
- Jeden Freitag ab 18:30: „Grillen bis di z' reißt“
- Original Italienisches Eis
- Tolle Eröffnungs-Angebote
- ...

Gasthof Hubertusstube  
Wieshofgasse 2  
5600 St. Johann im Pongau  
Tel: 06412/205 62  
[reservierung@gasthof-hubertusstube.at](mailto:reservierung@gasthof-hubertusstube.at)

Auf Ihren Besuch  
freut sich  
Familie Kulterer mit Team

# FOTOGRAFIE - EINST UND JETZT



In der heutigen Zeit gibt es viele Möglichkeiten wie man seine Bilder abspeichern kann. Nur, ob diese Speichermöglichkeiten auch sicher sind?

Die Speicherplätze reichen von der Digitalkamera, der Festplatte auf dem PC, DVD oder CD, Blue Ray, bis zur externen Festplatte, oder man sichert seine Daten bei einem „Cloud“ – (verschiedene Internetanbieter).

Diese bieten Speicherplätze bis zu einer bestimmten Größe kostenlos - und auch zu kostengünstigen Preisen an. Anbieter dafür sind z.B. Flickr, GMX, ... Eine weitere Möglichkeit ist auch sich einen Platz in einem Rechenzentrum zu reservieren. Dafür zahlt der Kunde monatlich eine Gebühr. Für all diese genannten Speichermöglichkeiten für „meine“ persönlichen Fotos, kann mir aber niemand eine Garantie vor Datenverlust geben.

Soll heißen, wenn meine externe Festplatte nach einigen Jahren aus verschiedenen Gründen nicht mehr funktionstüchtig ist, sind alle meine persönlichen Erinnerungen - Bilder von den letzten Urlauben, die Geburt der Kinder, unsere Hochzeit, Ausflüge mit der Familie, die letzten Bilder der Eltern oder Großeltern,...

auf einen Schlag weg. Und so kann es mit den meisten aktuellen Speichermöglichkeiten passieren.

Doch das ist uns nicht bewusst und daran wollen wir ja auch gar nicht denken - bzw. haben wir ja dafür auch gar keine Zeit mehr! Denn in unserem schnelllebigen Tagesablauf werden unsere Fotos oft nur mehr auf der Digitalkamera betrachtet, den Freunden gezeigt und nach wenigen Tagen sind die Bilder meist schon wieder vergessen. Trotz aller Modernisierung ist es für dieses emotionale Thema immer noch notwendig, Ihre schönsten Erinnerungen in Form von Bildern, Fotobüchern, Postern, Leinengemälden, etc. ausbelichten zu lassen.

Seit Anbeginn der Fotografie wurden vor allem im analogen Zeitalter ausschließlich Bilder (Negative) oder Dias gemacht. Somit hatte man beim Verlust von Bildern oder Negativen (entweder/oder) bis heute immer noch die Möglichkeit diese schönen Erinnerungen nachzuproduzieren.

Im digitalen Zeitalter, wenn keine Bildprodukte bestellt werden und Ihre schönsten Erinnerungen in Form von Fotos nur mehr als Datei auf Festplatten, Speicherkarten etc. vorliegen, kann dies bei



Datenverlust dazu führen, dass im schlimmsten Fall die Fotodokumentation eines ganzen Lebens auf einen Schlag vernichtet wird.

Es liegt also an jedem Menschen selbst, diese Problematik zu erkennen und dafür zu sorgen, dass seine schönsten Erinnerungen nach wie vor in Form von Hardcopies (Fotos, Fotobücher, Poster, Leinengemälde,...) ausgearbeitet werden. Denn trotz aller Technisierung ist es auch heute immer noch so wie vor 100 Jahren, - ein Bild von Bild kann nur dann nachgemacht werden, wenn es dazu eine Vorlage gibt. Die Problematik liegt unseres Erachtens nach darin, dass heutzutage durch die Verwendung von Digitalkameras viel zu viel fotografiert und im Verhältnis dazu, viel zu wenig Fotos, Fotobücher, Poster, Leinengemälde etc. gemacht werden. Zum Beispiel werden bei einem durchschnittlichen

Urlaub mehrere hundert Fotos gemacht, die dann zum größten Teil ausschließlich digital gespeichert werden.

Lösung:

Machen Sie es doch wie Ihre Großeltern, oder Ihre Eltern früher, die bei einem Urlaub ein bis drei Filme mit einer Anzahl von 12 bis 36 Bildern gemacht haben und diese auch in Form von Bildern bestellt haben.

Hierzu ist es notwendig, von dieser Hundertschaft von Fotos einige wenige, wirklich gute auszuwählen und diese wie früher, auch in Form von Foto-Produkten (Fotos, Fotobücher, Poster, Leinengemälde, etc.) zu bestellen. Nur dann haben Sie die Sicherheit Ihre schönsten Erinnerungen gemeinsam mit Ihren Lieben im Kreise der Familie, sowie Freundeskreis zu betrachten um sich an die schöne Zeit zu erinnern.

Nähere Informationen hierzu erhalten Sie bei Ihrem Fotospezialisten in Ihre Nähe.





# FOTO AKTION

gültig ab sofort bis 31. 08. 2011

**MC-Color**

- die günstige Bildlinie - Ihre digitalen Fotos auf Standard-Fotopapier mit Oberfläche Glanz.



Ihr CD-PLUS Foto jetzt

ab **0,19****CD-PLUS**

Beste Qualität bei Ihren digitalen Bildern. Ihre Fotos werden auf Premiumqualitäts-Fotopapier mit Oberfläche Glanz, wahlweise Matt, entwickelt. Alle Bilder durchlaufen zusätzlich eine automatische Bildverbesserung und Bildkorrektur.

\*ab einer Bestellmenge von 120 Stk.

## Themen Fotobücher

Für jeden Anlass ein Fotobuch in einem ansprechenden Design.

**jetzt  
NEU**

Kinder



Urlaub



Hochzeit



Baby



Noch mehr Themenfotobücher in der **GRATIS-Software**.

Download unter: [www.colordrack.at](http://www.colordrack.at)

# Fit durch Physiotherapie

## Das künstliche Knie- und Hüftgelenk



Kniegelenkersatz - PFC-Knieprothese

Fotos: Dr. Effenberger

Hüftgelenkersatz - Keramik-Polyethylen-Gleitpaarung

Die Physiotherapie nach Hüftendoprothesenversorgung beginnt meist schon am 2. postoperativen Tag. Vorerst steht die Mobilisation mit 2 Unterarmstützkrücken im Vordergrund. Ich lerne dem Patienten das richtige Gehen und Stiegensteigen sowie das veränderte Bewegungsverhalten im Alltag. So ist es zum Beispiel sehr wichtig, die Hüfte in den ersten sechs Wochen nach Hüftendoprothesenversorgung nicht über 90° abzubiegen, was viele Patienten vor große Probleme stellt. Meist ist das WC zu niedrig, das Aufstehen aus dem Bett wird zum Balanceakt und das alleinige Anziehen von Schuhen, Socken oder Hosen zum unüberwindbaren Hindernis. Es gibt mittlerweile aber viele nützliche Hilfen (WC-Sitzerhöhung, Sockenanziehhilfe, Sitzkeile, ...), um sich auf die neue Situation etwas besser einzustellen. Meist erhält der Patient diese Informationen in schriftlicher Form, um sie zu verinnerlichen und einer gefährlichen Luxation des Implantats vorzubeugen. Gerade die Hüfte ist in den ersten Wochen aufgrund ihrer Beweglichkeit bei Überlastung sehr gefährdet zu luxieren.

Ähnlich verhält sich die Situation nach Knieendoprothesenversorgung. Auch hier steht die Mobilisation mit 2 Unterarmstützkrücken am Anfang jeder Therapie. Aufgrund der etwas geringeren Gefahr einer Prothesenluxation ist das Bewegungsverhalten im Alltag etwas einfacher.

Da es während der Operation zu großen Belastungen der Muskeln und Weichteile kommt, und somit das Gelenk nach der Operation meist stark geschwollen ist, beginne ich die passive Physiotherapie in den ersten Wochen nach der Operation meist mit Lymphdrainagen, um für einen schnellen Abtransport der Schwellstoffe zu sorgen. Weiters bewege ich gemeinsam mit dem Patienten das Gelenk im erlaubten, schmerzfreien Bereich, um Kapselverklebungen zu verhindern und das Gelenk bereits von Anfang an zentriert zu halten. Meist werden am 12. postoperativen Tag die Nähte oder Klammern entfernt und es beginnt ein weiterer wichtiger Teil der Physiotherapie, die Narbenpflege. Die Narbe wird mit Laser behandelt, um eine schnelle und saubere Wundheilung zu gewährleisten. Der Patient ist angehalten die

Narbe mehrmals am Tag einzucremen (z.B. mit Ringelblumensalbe), um ein Austrocknen und Einziehen der Narbe zu verhindern. Nur so kann eine schlechte Hautverschieblichkeit in der Narbengegend verhindert werden, was wiederum eine Einschränkung der Gelenkbeweglichkeit zur Folge haben kann.

Nach der Nahtentfernung kann eine Unterwassertherapie hilfreich sein. Unter Wasser hat man nur 1/7 des Körpergewichts, somit wesentlich günstigere Hebelverhältnisse. Zusätzlich wirkt der hydrostatische Druck des Wassers abschwellend und kann gegebenenfalls als Widerstand verwendet werden. Ist die Beweglichkeit des Gelenks zufriedenstellend, die Narbe sauber verheilt und die Schwellung abgeklungen, können frühestens nach sechs Wochen die Krücken entfernt werden. Um ein hinkendes Gangbild zu vermeiden, sollte ab diesem Zeitpunkt keine Krücke, kein Stock und auch keine andere Gehhilfe verwendet werden. Das saubere Gangbild muss meist in mehreren Therapieeinheiten neu erlernt werden.

Am Ende jeder Therapie nach künstlichen Hüft- oder Kniegelenksoperationen steht das Koordinationstraining mit abschließendem Muskelaufbautraining. Radergometer, Langhantelstange und Koordinationskreisel werden für viele Wochen zum ständigen Begleiter meiner Patienten. Nur so ist es jedoch möglich die meisten Sportarten (Nordic-Walking, Schwimmen, Wandern, Laufen, Tennis, Skifahren....) schmerzfrei und ohne Gefahr einer Luxation wieder ausüben zu können. Je nach Alter, Statur und allgemeiner sportlichen Fitness gibt es hier jedoch große Unterschiede bei der Wiedereingliederung in den Sport, wobei jeder Patient seine Ziele ohnehin individuell definiert.

Walter BRANDSTÄTTER,  
Dipl. Physiotherapeut  
freiberuflich tätig in  
5600 St. Johann im Pongau

Prof. Dr. Harald EFFENBERGER; MBA  
Facharzt für Orthopädie und  
orthopädische Chirurgie,  
Sportorthopädie, DAF-Zertifikat-Fußchirurgie

Vorschau Ausgabe Juli:  
„Wenn die Schulter plötzlich klemmt“





Wer nach Idylle, Ursprünglichkeit und Bergromantik sucht, findet diese im Alpengasthof-Landhotel Hauserbauer in Dorfgastein. In mehreren Etappen verwandelte sich das Landhotel in ein kleines Schmuckstück mit zusätzlichen Annehmlichkeiten - ganz nach dem Motto "Stillstand ist Rückschritt".

Einzigartig über Dorfgastein und mit freiem Ausblick auf das umliegende Bergpanorama des Gasteinertales thront das Alpen - Landhotel Hauserbauer. Schwenkt man in der Geschichte zurück, so findet man heraus, dass das

heute so bekannte Landhotel bis 1959 ein Bauernhof war und erst ab diesem Jahr durch Anni und Georg sen. Rohrmoser die Weichen in Richtung Gastronomie gestellt wurden. Durch den Ehrgeiz und die harte Arbeit von Christine und Georg jun. Rohrmoser, die 1990 den Gasthof übernahmen, und seit einigen Jahren auch durch die Mithilfe der

beiden Töchter Alexandra und Manuela Rohrmoser wurden die Qualitätsverbesserungen dann weiter fortgesetzt. Ganz nach dem Motto "Stillstand ist Rückschritt" schufen die beiden nach und nach ein kleines Schmuckstück mit diversen Annehmlichkeiten. Die aktuellsten Umbauarbeiten, welche am 11. Oktober 2010 begonnen wurden, sind nun

Wir danken der Familie Rohrmoser für die gute Zusammenarbeit und wünschen viel Freude und Erfolg!



*Wir bauen für Sie -  
bauen Sie auf uns!*

A-5751 Maishofen, Saalhofstraße 16  
Telefon: ++43 / (0)6542 / 68371-0  
Telefax: ++43 / (0)6542 / 68502  
**www.oberrater-bau.at**  
E-mail: maishofen@oberrater-bau.at

*Wir wünschen der Familie  
Rohrmoser mit Ihrem Team  
viel Erfolg!*



Privatquelle Gruber GmbH & Co KG  
Innsbrucker Str. 38 / A-6230 Brixlegg  
Tel.: 05337/62628-29 Fax: 05337/65010

[www.schanksysteme.com](http://www.schanksysteme.com)  
[info@schanksysteme.com](mailto:info@schanksysteme.com)



abgeschlossen und seit 27. Mai 2011 können die Gäste im umgebauten Landhotel empfangen werden.

### Vieles neu gestaltet

Zahlreiche Arbeitsstunden stecken in den Umbauarbeiten des Landhotel Hauserbauer. Dabei wurde nicht nur der Rezeptionsbereich

mit der Lobby sowie einem Büro neu gestaltet sondern auch im gesamten Haus mit einer kostenlosen WLAN-Verbindung für grenzenlosen Internet-Zugang gesorgt. Des weiteren wurde das Landhotel mit einem zusätzlichen Personalzimmer erweitert sowie die bereits bestehenden Personalzimmer renoviert.

### Veränderungen im Restaurantbereich

Im Restaurantbereich sind ebenfalls diverse Veränderungen sichtbar. Hier wurde das gemütliche, urige Restaurant erweitert und der Buffetbereich im bestehenden Restaurant vergrößert. Eine Buffetsküche, eine Ecke für die Weinpräsentation und eine kleine Buffetecke für Kinder sind dabei nur einige Beispiele, die hier Platz gefunden haben.



Auch im WC-Bereich hat sich einiges getan und so finden Gäste nun ein neues Herren-WC sowie ein separates Behinderten-WC und einen Wickelraum vor. Zudem wurde mit einem Kinderspielraum an die klei-

WIR BEDANKEN UNS BEI FAMILIE ROHRMOSER UND ALLEN BETEILIGTEN FIRMEN FÜR DIE GUTE ZUSAMMENARBEIT!

**So bauen Sie  
mit Sicherheit.**

Terminsicherheit.

Qualitätssicherheit.

Kostensicherheit.

**PROMMEGGER**  
BAUMANAGEMENT

■ [www.prommegger.net](http://www.prommegger.net)

■ 5611 Großarl Nr. 4a · AUSTRIA  
Telefon +43(0)6414/20323-0  
office@prommegger.net



GITTER · TORE  
SCHLOSSEREI · ZAUNBAU

**NÄHR** GmbH & Co KG.

5630 BAD HOFGASTEIN  
TEL 06432/8770 · FAX 6895  
<http://www.naehr.at>

Ausführung verschiedener  
Trockenausbauarbeiten in Gipskarton

**TABS**

*Trockenausbau & Brandschutz GmbH*  
*Feilbachstraße 27*

*5072 Siezenheim*

*Tel: 0662/850569 • Fax: 0662/850664*

*[tabs.trockenausbau@aon.at](mailto:tabs.trockenausbau@aon.at)*  
*[tabs.brandschutz@aon.at](mailto:tabs.brandschutz@aon.at)*





nen Gäste gedacht, die hier allerlei Spielmöglichkeiten vorfinden.

### Eine urige Bar lädt zum Verweilen ein

Für gemütliche Stunden zB. nach dem Restaurantbesuch lädt die neue, urige Bar zum Verweilen ein. Mit ihren bequemen Sitzgelegenheiten, dem Kachelofen und dem installierten Brunnen wird sich diese sicher rasch zu einem beliebten Treff für einen gemeinsamen Plausch etablieren.

### Selbstgemachtes aus dem Bauernladen

Im neu umgebauten Landhotel fand auch ein kleiner Bauernladen mit hausgemachten Schmankerln seinen Platz. Selbstgemachter Speck, Liköre, Marmeladen, Brot sowie diverse Souvenirs werden hier ab sofort zum Verkauf angeboten.

**Platz für PKW's und Busse**  
Mit dem vergrößerten Parkplatz inklusive Busparkplatz wurden entsprechende



Parkmöglichkeiten geschaffen. Auch ein eigener Parkplatz für Wanderer (bei der Hackschnitzelhalle vor dem Ortsteil Bergl) ist vorhanden.

### Größere Feiern auf Anfrage

Durch die Umbauarbeiten werden im Landhotel Hauserbauer künftig auch Hochzeiten, Familien- oder

Firmenfeiern auf Anfrage möglich sein. Ebenso können nun Busgruppen begrüßt werden.

Familie Rohrmoser freut sich über Ihren Besuch und wird sich auch in Zukunft in gewohnter Gastfreundschaft um alle Gäste bemühen. Weitere Qualitätsverbesserungen werden folgen, um den Aufenthalt so angenehm wie nur möglich zu machen.



**Landhotel Hauserbauer, Fam. Rohrmoser**

5632 Dorfgastein | Bergl 15

Tel. 06433-7339 | Fax DW 33

e-mail: [info@hauserbauer.com](mailto:info@hauserbauer.com)

[www.hauserbauer.com](http://www.hauserbauer.com)

### FAR Ihr Generalunternehmer

Einrichtung der kompl. Buffetanlage sowie Bar und Kühlung





### Mühlbach

Die Hobbyrennfahrer des MSC Mühlbach - Wolfgang Vala, Thomas Baier, Gregor Frötscher, Thomas Kleiner und Werner Forsinger - starteten erfolgreich in die Saison. So konnten sie gleich beim ersten Rennen, dem Int. Rechbergrennen am 1. Mai, bei einem Starterfeld von über 240 Fahrern Plätze zwischen 1 und

3 in den jeweiligen Klassen einfahren. Auch beim zweiten Rennen hielt der Regen die Fahrer nicht auf und so fuhren die Starter des MSC Mühlbach am 14. und 15. Mai beim Bergrennen in St. Anton bei Scheibbs (NÖ) erneut auf die obersten zwei Podestplätze. Das nächste Rennen findet am 12. Juni in Verzegnis/Italien statt.



### Pfarrwerfen

Nach einer interessanten Führung im Chiemseehof ging es Anfang Mai für die Musikerinnen und Musiker der TMK Pfarrwerfen gemeinsam mit ihrem Bürgermeister und Landtagspräsidenten Simon Illmer zum Galakonzert der Militärmusik Salzburg in das Festspielhaus. Zum Gelin-

gen dieses Konzertabends trug auch Musikkamerad, Flügelhornist Josef Gschwendtner bei. Im Bild v.l.n.r.: Obmann Bernhard Weiß, Kapellmeister Rudolf Hafner, Militärkapellmeister Oberst Ernst Herzog, Gfr. Josef Gschwendtner, Landtagspräsident Bgm. Simon Illmer. (Foto: Aigner)



### Bischofshofen

Mit einem bunten und attraktiven Festprogramm feierte die Volksschule Markt Mitte Mai das hundertjährige Jubiläum. Organisiert wurde das Fest von Dir. Brigitte Rieder (VS Markt) und Dir. Marianne Burian (Polytechnische Schule) gemeinsam mit den LehrerInnen. Der Programmreigen reichte von Gesang über Tanz bis hin zu Sportvorführungen und einer Präsentation des Roten Kreuzes. Das gesamte Haus war festlich geschmückt.



### Bischofshofen

Der Steinmetzbetrieb STEIN(H)ART hat jetzt auch eine Filiale in Bischofshofen. Um näher bei den Kunden zu sein wurde am Freitag, dem 6. Mai ein Schauraum mit Büro in der Salzburgerstrasse 38 eröffnet. Zu sehen gibt's die besten Arbeiten aus Stein für Friedhof, Haus und Garten. Der junge Steinmetzmeister

Nino-Angelo Dellago hat seinen Betrieb vor nunmehr einem Jahr in Mühlbach eröffnet und will nun auch in Bischofshofen neue Kunden betreuen. Zur Eröffnung kamen ua. Bgm. Jakob Rohrmoser, Vize-Bgm. Hansjörg Obinger, Vize-Bgm. Werner Schnell, sowie Stadtrat Johann Schrempf und Bgm. Johann Koblinger.



### Schwarzach

Am 14. Mai fanden in Bürmoos die Salzburger Landesmeisterschaft im Taekwondo statt. Danisans war dabei mit neun Teilnehmern vertreten und konnte am Ende fünf mal die Bronze-Medaillie und 3 mal die Silberne erreichen. Trainer und Obmann Daniel Lechner ist sehr stolz auf seine Schüler, denn fünf

der neun Kämpfer waren zum erstenmal dabei. Die Kinder holten gleich fünf Medaillen für den Verein. Danisans Taekwondo freut sich über einen tollen Nachwuchs. Im Herbst steht mit der Staatsmeisterschaft die größte Meisterschaft an, bei der Daniel Lechner und Isabel Halbhuber teilnehmen werden.



# Auf einem gesunden Boden wachsen gesunde Pflanzen

Wer Regenwürmer, Honigbienen oder andere Gartentiere bereits einmal bei der Arbeit beobachtet hat, weiß, wie wichtig es ist, "mit der Natur" zu gärtnern. Bringt man alle gärtnerischen Maßnahmen mit den Naturgesetzen in Einklang, erhält man ein möglichst stabiles, ökologisches Gleichgewicht zwischen dem Boden, allen Pflanzen und Tieren und somit die Grundlage für eine erfolgreiche Gartenpflege. Deshalb sollten Sie Ihren Boden naturgerecht pflegen und die Mikroorganismen für Sie arbeiten lassen - Ihre Pflanzen werden es Ihnen mit gesundem Wachstum danken.

## Wässern

- Leichte Böden 2x wöchentlich, ansonsten 1x pro Woche ausgiebig wässern.
- Rasenwässern: Entweder früh am Morgen oder spät am Abend, nicht jedoch in der heißen Mittagssonne.
- Rasenneuanlage: Halten Sie die Fläche in den ersten vier Wochen konstant feucht, damit die Rasensaat vollkommen und gleichmäßig aufgehen kann.



## Düngen

- Nur auf einem gesunden Boden wachsen gesunde Pflanzen.
- Pflanzen nie auf trockenen Boden düngen.
- schnellwachsende einjährige Pflanzen benötigen einen schnellwirkenden Dünger, Rasen, mehrjährige Pflanzen, Sträucher hingegen einen langsamwirkenden.
- Gut gedüngt Pflanzen sind weniger schädlingsanfällig.
- Balkonblumen nach dem Anwachsen 2x/Woche düngen.
- An sonnigen Tagen nur am Morgen oder Abend düngen.
- Vorsicht vor Überdüngung - dies kann zu Wurzelschäden führen.
- Besonders wichtig ist die Herbstdüngung (3. Düngung) im Oktober/ November.



## Schneiden

- Häufiges Mähen lässt den Rasen immer dichter werden.
- Nach einer Neuansaat sollte der 1. Schnitt nicht kürzer als 8 bis 12 cm sein und mit einem scharfen Messer durchgeführt werden. Schnitthöhe danach: 4 - 6 cm.
- Immer nur 1/3 der gesamten Halmlänge kürzen. An heißen Tagen sollte nach dem Mähen mind. noch eine Handbreit stehen bleiben.



## Kompost

Kompostierung ist die Kunst, pflanzliche Abfälle so zu mischen und durch eine natürliche Verrottung zu führen, dass ein nach frischer Walderde riechender dunkler und fruchtbarer Humus entsteht. Das große Erfolgsgeheimnis für jegliche Kompostmethode lautet: zerkleinern-mischen-schwammfeucht halten-bedecken- Bodenlebewesen arbeiten lassen.

Was sich zum kompostieren eignet:

Angetrockneter Grasschnitt, zerkleinerter Baum-, Strauch- und Heckenschnitt, sonstige Gartenabfälle, rohe Küchenabfälle, wie Gemüse- und Obstreste, Zwiebelschalen, zerkleinerte Eierschalen, Kaffeesatz u.v.m.

Was sich nicht eignet:

Gespritzte Schalen von Zitrusfrüchten, gekochte und fleischhaltige Küchenreste, bedrucktes Papier sowie Fremdkörper wie Kunststoffe, Glas und Metall

A-5632 Dorfgastein  
Gartenstraße 5  
Tel. 06433/72492  
Fax: 06433/72496

blumen-gollner@sbg.at  
www.blumen-gollner.at



# Von der "Cella Maximiliana" zur "Stadt mit Schwung"

"Inzwischen aber geschah es, dass zwei Männer die Salzach aufwärts gingen in die Wildnis um zu jagen und um Gold zu waschen; einer von ihnen war ein Knecht des hl. Bischofs Rupert mit Namen Tonazan, und der andere hieß Ledi, ein Knecht eben dieses Herzogs (Theodo). Und sie kamen an jenen Ort, der jetzt Pongau genannt wird, blieben dort und arbeiteten einige Tage, und da sahen sie in drei Nächten in gleicher Weise gleichsam zwei Lichter brennen und mit ihren Nasen spürten sie einen starken Geruch von wunderbarer Süße verströmen. Darüber sehr erstaunt gingen sie und berichteten dem Herrn Bischof Rupert."<sup>1</sup>

Mit diesen Zeilen beginnt der Bericht, den der hl. Virgil 746/47 noch vor seiner Weihe zum Bischof von Salzburg bezüglich der Gründung der Maximilianszelle in Pongau - dem heutigen Bischofshofen - aufzeichnen ließ.

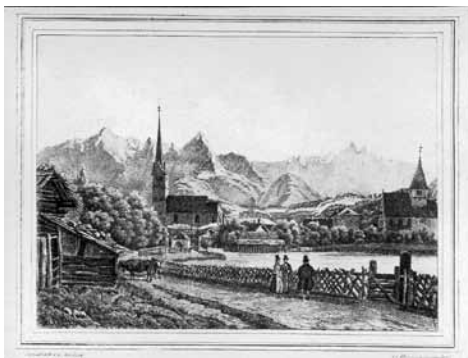
## Bischofshofen - ein historischer Ort

In der Geschichte des Landes Salzburg nimmt Bischofshofen eine besondere Stellung ein und war aufgrund seiner strategisch günstigen Lage bereits sehr früh besiedelt. Mit der Gründung der Cella Maximiliana in den Jahren

711/12 nahm die Kirchengeschichte "inner Gebirg" auch ihren Ausgang.

## Tonozan und Ledi

Das Brüderpaar Tonozan und Ledi spielt in der Geschichte der Maximilianszelle eine wesentliche Rolle. Sie entstammten einer angesehenen romanischen Adelsfamilie, die ihren Sitz in Albina - damit ist vermutlich das heutige Oberalm bei Hallein gemeint - hatte. In historischen Quellen wird davon berichtet, dass die beiden flussaufwärts "in die Wildnis" zogen, um Gold zu waschen und dabei in besagtem Pongau mindestens drei Nächte hindurch Lichterscheinungen hatten. In Wahrheit handelte es sich bei diesen Lichterscheinungen jedoch um keine Wunder, sondern um einen christlichen Kult dort bereits seit Jahrtausenden ansässiger Romanen, der unter Verwendung von Kerzen und Weihrauch am



Bischofshofen einst...







vermeintlichen Grab des hl. Maximilian ausgeübt wurde. Offen bleibt dabei allerdings bis dato die Frage, wie die Reliquien Maximilians, der angeblich im heutigen Celje/Cilli in Slowenien den Märtyrertod erlitten hatte, dorthin gekommen sind. Der hl. Rupert soll daraufhin einen Priester Namens Deoningus nach Pongau geschickt haben, welcher diese Wundererscheinungen bestätigte und woraufhin der Bau einer einfachen Hütte sowie die Aufstellung eines Holzkreuzes veranlasst wurde.

### Gründung eines Klosters

Das beschriebene Gebiet gehörte dem Bayernherzog Theodo, welcher die Bewilligung erteilte, ein Kloster zu gründen, an das sein Sohn Theodbert, der gemeinsam mit dem hl. Rupert die Gründung des Klosters im Jahr 711/12 vollzog, den Wald im Umkreis von drei Meilen sowie allen Besitz, den er dort hatte, übergab. Die Maximilianszelle entwickelte sich durch die Rodung und Besiedlung der großen Wälder zum

Ausgangspunkt für die Bildung eines geschlossenen geistlichen Herrschaftsgebietes. Aus diesem sollte später das Land Salzburg hervorgehen.

Tonozan und Ledi, die Entdecker des Kults, hatten nicht nur reichen Besitz in und um Oberalm an die Maximilianszelle geschenkt, sondern auch ihre Nefen dem hl. Rupert zur geistlichen Erziehung anvertraut. Auf ihre dringende Bitte hin übergab ihnen Rupert später nicht nur die Hälfte der von ihren Onkeln an das Kloster übergebenen Güter sondern auch die Hälfte des Besitzes im Pongau, der von Herzog Theodbert stammte. Das junge Kloster fiel jedoch einige Jahre nach dem Tod Ruperts einem Angriff benachbarter Slawen zum Opfer. Durch diesen Vorfall zeigte sich, dass die Maximilianszelle nicht nur der Bekehrung "benachbarter Slawen" dienen sollte sondern auch den Ausgriff des Herzogtums Bayern in das slawisch besiedelte Karantanien vorbereiten sollte.

### Zur Ehre des hl. Maximilian

Das von Bischof Rupert beauftragte, errichtete kleine Kloster sowie die Kirche wurden später "der Ehre des heiligen Maximilian" geweiht. Über Besitzverhältnisse bzw. -streitigkeiten, die zweimalige Brandschatzung durch Alpenlawen und den folgenden Wiederaufbau, über handelnde Personen und Geschick der Verhandlung geben später aufgezeichnete Güterverzeichnisse

1 Breves Notitiae c. 3,1 ed. Fritz Losek, Notitia monis und Breves Notitiae. Die Salzburger Güterverzeichnisse aus der Zeit um 800: Sprachlich-historische Einleitung, Text und Übersetzung, in: Herwig Wolfram (Hrsg.), Quellen zur Salzburger Frühgeschichte (Veröffentl. des IÖG Bd. 44 = MGSL Erg. Bd. 22), Wien 2006, S. 9-178, hier S. 90

Quellen: Ausstellungskatalog "Licht für das Land", 1300 Jahre Maximilianszelle Bischofshofen  
1300 Jahre Bischofshofen

40 Jahre  
**PETTINO**  
Möbelhaus · Tischlerei  
*Möbel für's Leben.*  
**KÜCHEN-  
AKTION**

**Beratung,  
Planung und  
Ausführung**

Wir freuen uns auf  
Ihren Besuch:  
Mo – Fr: 8:30 – 12:00 Uhr  
und 14:30 – 18:00 Uhr  
Sa: 8:30 – 12:00 Uhr

**Bodenlehenstraße 17  
5500 Bischofshofen  
T: 06462 - 40 17  
F: 06462 - 56 23  
moebel.pettino@aon.at**





## Bischofshofen feiert 1300-jähriges Jubiläum

Bischofshofen feiert 1300 Jahre Kirchengeschichte und präsentiert sich noch bis Oktober als Stadt mit einer besonderen baulichen, traditionellen, sozialen sowie religiösen und auch wirtschaftlichen Entwicklung. Vier Projektgruppen, die das Thema aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten, ließen ein Festprogramm entstehen, welches sehr abwechslungsreich durch den Bischofshofener Sommer 2011 führen wird.

### Vernissage der historischen Ausstellung in der Pfarrkirche

12. Mai - 24. September 2011 -  
Pfarrkirche

### Theater der Volksschule Neue Heimat

17. Juni 2011 - Kastenhof

### Begegnung der Kulturen und gemeinsames »Kochen für den Frieden«

18. Juni 2011 / 13.00 Uhr - Pfarrzen-  
trum

### Sonnwendschwimmen auf der Salzach

18. Juni 2011 - Gasthof Ehrensber-  
ger

### Soziodemografische Entwicklung der Stadt

21. Juni 2011 - Kultursaal

### „Das Puzzle“

1. Juli 2011 / 19.00 Uhr - Kultursaal

### Heimatkunde einmal anders - Kinder gestalten eine Zeitung

7. Juli 2011

### Eröffnung Bischofshofener Fotoalbum

15. Juli - 16. September 2011 -  
Mohshammerplatz

### Zu Andachtsstätten des Heiligen Maximilian in der Steier- mark

4. August 2011 - Pfarrwallfahrt

### BischofshofnerInnen vor den Vorhang

6. August 2011 - Seniorenheim

### Nacht der Pongauer Museen

12. August 2011 / 18.00 Uhr - Pfarr-  
platz

### Buchpräsentation - Angekommen. Lebensgeschichten von Bischofshofener Zuwanderern

2. September 2011 / 19.00 Uhr -  
Kultursaal

### Spielend durch Völker und Jahrhunderte

3. September 2011 / 13.13 - 23.13  
Uhr - Jugendtreff Liberty

### Lesung und Ausstellung über die Nazi Zeit

8. September 2011 / 19.00 Uhr -  
Kultursaal

### 13x13: Bürgercafe

15. September 2011 / 19.00 Uhr -  
Pfarrzentrum

### Erzählwanderung – Pilgern

18. September 2011 / 10.00 Uhr

### Buchpräsentation und Ausstellung zum Thema „Jagd und Wild“

22. September 2011 / 18.00 Uhr -  
Museum am Kastenturm

### Bischofshofener Lebens- welten -

### Ein Gesamtbild Herbstfest und Vorstellung der Pongauer Genussregion Wild

24. September 2011 / 17.00 - 23.00  
Uhr - Ortszentrum

### Fest der Domkirchweihe

25. September 2011 / 10.00 Uhr -  
Pfarrkirche

### Uraufführung zum Jubiläum 1300 Jahre Maximilianszelle „Maximilian, ein Spiel“ in der Pfarrkirche

1. und 2. Oktober 2011 - Pfarrkirche

### Altarweihe in der Pfarrkirche Bischofshofen

9. Oktober 2011 - Pfarrkirche

### Orgelkonzerte und Musikalische Weihestunden

9. Oktober - 14. Oktober 2011 /  
19.00 Uhr - Pfarrkirche



- Notitia Arnonis, Breves Notitiae - den forschenden Historikern Auskunft und Grund zur Auseinandersetzung. Das Kloster von Bischofshofen war später auch von der Klosterreform der Augustiner unter Erzbischof Konrad von Salzburg betroffen. Die Mönche wurden abgesiedelt, ihre Besitzungen den Bischöfen von Chiemsee übertragen und auch der ursprünglich romanische Kirchenbau wich später einem gotischen. Über die wechselvolle Geschichte Bischofshofens geben Ausgrabungen unter dem Fußboden der heutigen Kirche vor etwa 20 Jahren Auskunft.

Der letzte Stand bezüglich Zahlen und Fakten der Geschichte Bischofshofen lässt noch Fragen offen. Die historisch interessante Auseinandersetzung benötigt als wesentliche Ergänzung den

Blick auf die "Wirkgeschichte", die christliche Menschen in dieser Region durch die Jahrhunderte bewegt haben. Die Renovierung der Maximilianskirche soll nun das Andenken der Menschen ehren, die 13 Jahrhunderte lang unter dem österlichen "Rupertuskreuz" das Leben und die Welt im Licht von Ostern gestalteten. "Denn die Cella Maximiliana wurde nicht ins Leben gerufen, damit wir Heutigen ein Jubiläum feiern können, sondern damit die Menschen aller Zeiten einen Anhalt- und Orientierungspunkt haben, an dem das Gelingen des Lebens festgemacht werden kann."

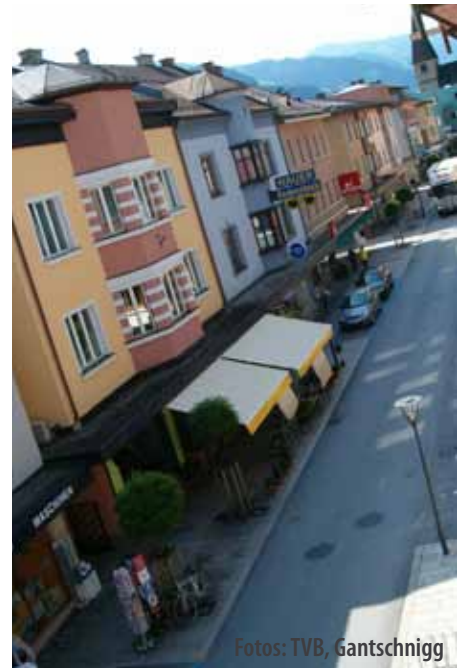
### Der Wandel der Zeit

Zwei Jahrtausendwenden und eine Kalenderreform später zeigt sich Bischofsh-





## Bischofshofen heute



Fotos: TVB, Gantschnigg

ofen von einer ganz anderen Seite. Die Fortbewegung mittels Pferden ist den Autos gewichen, die Dampflokomotiven sind längst durch moderne Lokomotiven ersetzt und aus Pongau wurde die heutige "Stadt mit Schwung". Bischofshofen mit Bahnknotenpunkt, Veranstaltungen, bäuerlichen, gewerblichen und industriellen Betrieben sowie zugewanderten Bürgern. Auch erregten damals nächtliche Lichterscheinungen die Aufmerksamkeit der beiden Brüder - heutzutage sind es die Straßenbeleuchtungen, die Lichter am Bahnhof und an den Häusern, die die Nacht zum Tag machen.

Bischofshofen hat also enorme Veränderungen erfahren und wurde ausgehend von einem ländlichen bäuerlich und bürgerlich geprägten Ort durch den Eisenbahnbau in soziokultureller Hinsicht vollkommen neu geprägt. Die neue Arbeiterklasse brachte andere Aspekte ins Alltagsleben ein und veränderte das öffentliche Leben.

### Veranstaltungen im Jubeljahr 2011

Vier Projektgruppen, die das Thema aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten, ließen ein Festprogramm entstehen, welches sehr abwechslungsreich durch den Bischofshofener Sommer 2011 führen wird. Die Schwerpunkte der einzelnen Gruppen sind dabei kirchlich-religiös, geschichtlich-museal, die Lebenswelten heute und morgen und Bischofshofen erleben und genießen. Der Auftakt ins Jubiläumsjahr 2011 fand bereits Mitte Mai statt, weitere Höhepunkte wie Konzerte, Theateraufführungen und Ausstellungen werden folgen und in einer Festwoche von 8. bis 16. Oktober ihren Abschluss finden.

*Meisterbetrieb*

**Richard Holfeld**

MALEREI & BESCHICHTUNG

5500 Bischofshofen • Bahnhofgasse 1

Tel. & Fax 06462/2467 • Handy 0664-2317340 • holfeld@sbg.at

**HOLZBAU SCHMIDL**  
PERFEKTION IN HOLZ



**PLANUNG - BERATUNG - AUSFÜHRUNG IN HOLZ**



HOLZBAU SCHMIDL GMBH | SALZBURGERSTRASSE 104 | A 5500 BISCHOFSHOFEN  
TEL: +43 6462 3436 | WWW.SCHMIDL.CO.AT | E-MAIL: HOLZBAU@SCHMIDL.CO.AT



Tel. & Fax: 06462 / 32933  
Mobil: 0650 / 38 56 868  
5503 Mitterberghütten  
Werksgelände 24

Allgem. KFZ - WERKSTÄTTE  
**Hans Schwab**

Unser neuer Verkaufsplatz beim großen Parkplatz im Techno-Z



# Schulzeit anno dazumal - ein Blick zurück

Ein pensionierter Direktor blickt auf seine Schulzeit zurück. In den letzten Ausgaben des Pongaumagazins berichtete er von seiner Volksschulzeit sowie dem Beginn der Hauptschulzeit.

Lesen Sie hier: Die Hauptschulzeit - Teil 2.

*"Der Lehrstoff an der Hauptschule war in den vier Schuljahren sehr umfangreich und vielfältig. Ferihtag gab es keinen.*

*Da die Kurrentschrift als Schreibschrift verbindlich war, mussten wir uns im Englischunterricht auf die Lateinschrift kurzfristig umstellen. Ab dem Schuljahr 1939/40 kamen auch die neuen Notenstufen in der Ostmark zur Anwendung.*

*Führung und Mitarbeit: sehr zufriedenstellend (1), zufriedenstellend (2), minder zufriedenstellend (3), nicht zufriedenstellend (4); Fortgang und äußere Form der Arbeiten: sehr gut (1), gut (2), befriedigend (3), ausreichend (4), mangelhaft (5), ungenügend (5).*

*Bei mangelhafter Mitarbeit und Disziplinlosigkeit gab es verschiedene Strafen, wie zB. ein bis zwei Stunden nachsitzen, Ausschluss aus der Klassengemeinschaft und eine bestimmte Zeit am Gang vor der Klassentür stehen, einen bestimmten Satz, zB. 'Ich darf nicht so vorlaut oder vergesslich sein' 100x schreiben und von den Eltern unterschreiben lassen. Auch Ohrfeigen gab es hin und wieder, ebenso war der 'Pratzenstab' noch im Einsatz. Bei bestimmten, nicht vollständig aufgeklärten Verfehlungen mussten alle Schüler einer Klasse, ob schuldig oder unschuldig, nachsitzen. Solche Kollektivstrafen kamen aber selten vor.*

*Als wichtiger verbindlicher Lehrgegenstand galt die Leibesübung. Dieses Unterrichtsfach stand im Zeugnis (in der Schulunricht) an erster Stelle und umfasste Leichtathletik, Turnen, Schwimmen, Spiele sowie die allgemeine körperliche Leistungsfähigkeit. Großer Wert wurde auch auf politische Erziehung gelegt. Dafür war unter anderem pro Woche eine Unterrichtsstunde national-politischer Unterricht, kurz NPU, vorgesehen. An diesem Tag erschien der zuständige Fachlehrer in Uniform und berichtete unter anderem vorrangig über den erfolgreichen Kriegsverlauf, was sich in den Folgejahren änderte. Anlässe, wie etwa Hitlers Geburtstag oder der 1. Mai - Tag der Arbeit - wurden von allen Hauptschülern gemeinsam mit den Lehrern im Turnsaal oder Schulhof groß gefeiert. Eine Stunde kath. Religionsunterricht pro Schulwoche war auch vorgesehen, blieb bei den Schülern aber ohne Benotung."*

Fortsetzung folgt ...





### Pongau

Am 11. Mai fanden vor 500 Zuschauern in Altenmarkt die Finalspiele der Sparkasse Schülerliga Fußball statt. Im Spiel um Platz drei standen sich dabei die Mannschaften von Schwarzach und Hofgastein gegenüber, welches die Schwarzacher mit einem ungefährdeten 6:1 Erfolg für sich entscheiden konnten. Ganz anders

hingegen die Situation im Finale zwischen den Sport Hauptschulen aus Altenmarkt und Bischofshofen. Im temporeichen und heiß umkämpften Match setzten sich letztendlich die Altenmarkter mit 5:3 durch. Parallel dazu fand auch eine Unterstufenmeisterschaft statt, welche das MPG St. Rupert gewann.



### Altenmarkt

Zu einer Vernissage des bekannten Altenmarkter Künstlers John Wieser lud Wirtschaftstreuhand E.C.A. Gerhard Pichler am 5. Mai in seine Kanzleiräume in Altenmarkt. Anlass dazu war das 25-jährige Kanzlei Jubiläum. Rund 100 begeisterte Klienten konnten dabei die insgesamt 17 ausgestellten Originale der

Serie „nudes in graphite“ begutachten. Für Speis und Getränk war dabei ebenso gesorgt. Als Gratulanten stellten sich neben zahlreichen wichtigen Unternehmern des Ennspongau und anderer Bundesländer auch die beiden Bürgermeister Rupert Winter aus Altenmarkt und Josef Tagwerker aus Radstadt ein.

### Der neue Kia Sportage erobert nicht nur ihr Herz...

#### Kia Sportage 2WD 1,7CRDi Motion Orange ISG DPF

Ez.: 03/2011, Km: ca 5.000

KW / PS: 88/116

6-Gang Schalter

Klima, Rückfahrwarner, Bergan-/abfahrassistent, etc.

NP.: 26.590,-

VK.: 24.000,-



### Der Kia Soul verbindet das Beste aus verschiedenen Welten, ohne Kompromisse

#### Kia Soul 1,6CRDi Motion Uni-Edition DPF

Ez.: 02/2009, Km: ca.36.000

KW/PS: 88/116

5 Gang Schaltung

Fahrzeug-Seiten mattschwarz foliert, 18" OZ Felgen schwarz poliert, Chromapplikationen, Sonnenschutzfolie ab 2ter Sitzreihe,... NP.: 21.090,- inkl. Edition-Umbau VK.: 12.900,-



### Der Kia pro\_ceed - Maximale Kontrolle und Fahrspaß pur!

#### Kia pro\_ceed 1,6CRDi Motion DPF ISG

Ez.: 10/10, Km: 5.000

KW / PS: 66/90

6-Gang Schaltung

Klimaautomatik, Nebelscheinwerfer, Bluetooth Freisprech-Einrichtung, etc.

NP.:19.490,-

VK.:16.500,-



### Der Kia Sorento - und die Welt steht ihnen offen...

#### Kia Sorento 2.2CRDi 4WD DPF Active

Ez.: 08/2010, Km.: ca.17.000

KW PS: 145/197

6Gang Schaltung

Klimaautomatik, Bergab-/anfahrassistent, Multifunktionslenkrad, etc.

NP.: 39.500,-

VK.: 34.000,-



**Rohrmoser & Hettegger GmbH**  
Gewerbestraße 6 • A-5620 St. Veit im Pongau

Tel. 0 64 15/20 120 • Fax -44  
info@kia-pongau.at

# Was, wann, wo im Juni

## Altenmarkt

17.06. - 19:00 Uhr - kostenloser Vortrag „Du hast die Kraft dich selbst zu Heilen“ - Info/Anmeldung unter: 0664/ 540 90 52 oder 06457/26 31  
18. & 19.06. - 10:00 bis 20:00 Uhr - 2-Tägiger Workshop „Du hast die Kraft dich selbst zu Heilen“ - Info/Anmeldung unter: 0664/ 540 90 52 oder 06457/26 31

22.06. - 20:00 Uhr - „summer jazz in the city“ - „Tim Collins Trio“ - im Merangarten oder Hotel Europe  
29.06. - 20:00 Uhr - „summer jazz in the city“ - „El Trio Macanudo“ - im Merangarten oder Hotel Europe  
30.06. - 20:00 Uhr - Konzert der Knappenmusikkapelle Böckstein - im Lesesaal Böckstein  
30.06. - 20:00 Uhr - Gesundheitsvortrag mit Fr. Hauser - „Ernährung die glücklich macht“ - im Waggersaal

stenhof  
18.06. - 13:00 Uhr - Begegnung der Kulturen und gemeinsames »Kochen für den Frieden« - Pfarrzentrum  
18.06. - Sonnwendschwimmen auf der Salzach - Gasthof Ehrensberger  
21.06. - Soziodemografische Entwicklung der Stadt - im Kultursaal  
29.06. - 19:00 Uhr - Gesunde Gemeinde Vortrag „Alkohol, Drogen & Medikamente und ihre Wirkung im Straßenverkehr - im Kultursaal

wendklöcken und Brauchtumsabend  
18. bis 26.06. - 43. Pfadfinderforum  
23.06. - 20:30 Uhr - Heimatabend im Hotel Tauernhof  
25.06. - 11:00 Uhr - „Alm-Musiroas“ mit Musikum - Unterwandalm-Karsegalm-Breitenebenalm  
26.06. - 11:00 Uhr - Almrosenfest auf der Karsegalm  
28.06. - 20:30 Uhr - Multivisions-Diaschau von Peter Rohrmoser  
30.06. - 20:30 Uhr - Heimatabend am Marktplatz

## Bad Gastein

04.06. - 20:00 Uhr - Saisonöffnungskonzert des Johann-Strauß-Orchester Salzburg - im Hotel Europe  
05.06. - 10:30 Uhr - Matinee-konzert des Johann-Strauß-Orchester Salzburg - im Merangarten oder Hotel Europe  
05.06. - 16:00 Uhr - Nachmittagskonzert des Johann-Strauß-Orchester Salzburg - im Merangarten oder Hotel Europe  
08.06. - 20:00 Uhr - „summer jazz in the city“ - „Jazzkonzert mit Independent Barock Trio“ - im Merangarten oder Hotel Europe  
11.06. - Golfturnier „Lutter & Wegner Trophy - Villa Solitude“ - Golfclub Gastein  
15.06. - 20:00 Uhr - „summer jazz in the city“ - „Schwarzmarkt“ - im Merangarten oder Hotel Europe  
17.06. - 20:00 Uhr - Benefizkonzert der Polizeimusik Salzburg für „Licht ins Dunkel“ - im Merangarten oder Hotel Europe  
18.06. - abends - Sonnwendfeier auf dem Gipfel des Stubnerkogel

## Bad Hofgastein

08.06. - 20:00 Uhr - Konzert „Hans Wieland & Die 43er“ mit Freunden - im Kursaal  
15.06. - 20:00 Uhr - Konzert der TMK - im Kursaal/bei Schönwetter im Ortszentrum  
18.06. - ab 20:00 Uhr - Sonnwendfeier im Kurpark  
ab ca 22:00 Uhr - abbrennen der Sonnwendfeuer  
22.06. - 16:00 Uhr - Konzert „Perth High School Musicians“ - in der Alpen Arena oder im Kursaal  
22.06. - 20:00 Uhr - Gasteiner Heimatabend - im Kursaal  
25.06. - ab 16:00 Uhr - „Harbacher Dämmerchen mit der TMK - auf dem Werksgeländer der Firma Nähr in Harbach  
29.06. - 20:00 Uhr - Konzert der „Strochner-Böhmischen aus Dorfgastein - im Kursaal

## Bischofshofen

17.06. - Theater der Volksschule Neue Heimat im Ka-

## Dorfgastein

01.06. - 30.06. - Führungen in der Schauhöhle „Entrische Kirche“ [www.dorfgastein.net/hoehle](http://www.dorfgastein.net/hoehle)

## Goldegg

22. bis 25.06. - jeweils ab 10:00 Uhr - 1. Filzausstellung im Garten von Gabriele Zwanzig, Maleratelier „Kimm eina“ Altenhof 29

## Großarl

04.06. - 14:00 Uhr - Kinderwagen- und Rollstuhlwallfahrt  
09.06. - 20:30 Uhr - Heimatabend im Hotel Auhof  
13.06. - 10:00 Uhr - Kirchtag  
14.06. - 20:30 Uhr - Multivisions-Diaschau von Peter Rohrmoser  
16.06. - 20:30 Uhr - Heimatabend im Hotel Edelweiss  
17.06. - 20:00 Uhr - Liedera-bend mit Peter Blaikner  
18.06. - 19:30 Uhr - Sonn-

## Hüttau

01. bis 30.06. - täglich um 11 und um 14 Uhr Führungen in der Kupferzeche  
10. bis 12.06. - „Käfertreffen“  
12.06. - 10:00 Uhr - Firmung  
18.06. - 19:00 Uhr - Jahreshauptversammlung der Kameradschaft  
23.06. - 09:00 Uhr - Fronleichnam

## Hüttschlag

04.06. - 12:00 Uhr - Jubiläumsfest „30 Jahre USV Hüttschlag-Sektion Fußball“  
11.06. - 21:00 Uhr - Zeltfest  
12.06. - 11:00 Uhr - Zeltfest  
24.06. - 08:30 Uhr - Sport- und Spielefest  
25.06. - 16:00 Uhr -

**Veranstaltungen?**  
email an  
[office@pongaumagazin.at](mailto:office@pongaumagazin.at)  
oder  
Fax an 0664771531428  
bis 22.06. genügt!



1. Hüttenschlager „ER & Sie Scheibtruch'n Ralley“

## Mühlbach

17.06. - Naturkundliche Familienwanderung entlang des Erzweges vom Arthurhaus durch die Barbaraschlucht nach Mühlbach. Anmeldung im TVB-Mühlbach 06584 20388 40

18.06. - 20:00 Uhr - Sonnenwendfeier und Brauchtumsabend mit Musik und Tanz im Hotel Bergheimat

18.06. - 20:00 Uhr - Sonnenwendfeier mit Grillen und Salatbuffet mit Live-Musik beim Gasthof Rapoldsberg

23.06. - 09:00 Uhr - hl.

Messe anschließend Fronleichnamspzession mit Prangstangen, Konzert der Bergkapelle Mühlbach im Gasthof Alpenrose

24.06. - 11:00 Uhr - Hans Treffen auf der Pronebenalm mit musikalischer Unterhaltung (jeder Hans erhält ein Erinnerungsgeschenk)

## Pfarrwerfen

Juni: Ausstellung - Volksschule Pfarrwerfen“ Quer durch das Schuljahr“! - im Gemeindeamtfoyer

09.06. - 19:30 Uhr - Gesprächsabend - Thema: „Tempel - Kirche - Moschee“ - Was unterscheidet Sie und

was haben sie gemeinsam? - in der VS Medienraum  
16.06. - 19:00 Uhr - Gesundheitsinformationsabend zum Thema „Burn out“ - in der VS

01.07. - 20:00 Uhr - Vortrag & Channeling mit dem Engelmedium Deborah Koye - Anmeldung: 0664/1914433 oder [www.sinaaris.at](http://www.sinaaris.at) - im Sina'aris

## Radstadt

03.06. - 18:00 Uhr - ORGEL . 18 Deutsch-romantische Orgelmusik - in der Stadtpfarrkirche

03.06. - 20:00 Uhr - MUSICA INVICTISSIMA - Geistliche Vokalmusik des 16. Jhdts. -

Ensemble Cinquecento - in der Klosterkirche

04.06. - ab 14:00 Uhr - Almfest auf der Oberhagmoosalm

04.06. - 17:00 Uhr - TRADITIONAL ALPINE MUSIC from the 22nd Century - auf Schloss Höch, Flachau

04.06. - 20:00 Uhr - KONZERT - Mozart, Strauss, Schubert - Ensemble Col Basso - auf Schloss Höch, Flachau

## St. Johann

25.06. - Plattenwerfer: 20jähriges Landesverbandsturnier Sport mit 4-er Mannschaft - am Sportplatz

# Mit Figurella zur Bikinifigur!

**JETZT gleich beginnen und SCHLANK WERDEN!**

Wenn der Winterspeck immer hartnäckiger an Ihren Hüften haftet, wird es jetzt höchste Zeit, Ihren Körper von den lästigen Fettpölsterchen zu befreien.

Denn wer möchte schon in den ersten Badetagen eine noch rundlichere Figur als im Vorjahr herzeigen?



Es muss nicht immer gleich Übergewicht sein - manchmal sind es die Verlagerungen auf die Problemzonen, die das Wohlbefinden stören.

**Rufen auch Sie gleich an und vereinbaren Sie einen Termin!**

**[www.figurella.at](http://www.figurella.at)**

**St. Johann i. P.**  
Hauptstraße 35  
Tel. 0 64 12 / 72 16

**Öffnungszeiten:**  
Montag-Donnerstag 10-20 Uhr  
Freitag 10-16 Uhr



**Frau Katan hat bei Figurella insgesamt 20,5 Kilo und 167 Zentimeter abgenommen!**



**-20,5 kg  
-167 cm**

*Figurella*  
INTERNATIONAL  
Schlankheitsübungen für Damen

## St. Veit

22.06. - 14 bis 17:00 Uhr  
- Alte Sonnwendkräuter,  
Workshop unter Kräu-  
terpädagogin Maria Et-  
zer, Voranmeldung unter  
0676/9418655 erforderlich  
- im Seelackenmuseum

## Wagrain

05.06. - ab 17:00 Uhr - Mu-  
sikantenstammtisch im  
Bauernstüberl Wagrain, Tel.  
06413/8516  
05. bis 19.06. - Steakwo-

chen in der Sonnalalm (C3  
31) Reservierung unter Tel.  
06413/8404

19.06. - Almrosenfest auf der  
Kogelalm

23.06. - 08:30 Uhr - Fron-  
leichnam - Prangertag  
Festgottesdienst mit allen  
örtlichen Vereinen und  
Gruppen mit anschließender  
Prozession zum Marktplatz  
Wagrain

26.06. bis 03.07. - Fischwo-  
che in der Sonnalalm (C3  
31) Reservierung unter Tel.  
06413/8404

30.06. - 20:00 Uhr - Heimata-  
bend mit der Volkstanz- und  
Schuhplattlergruppe die  
Veranstaltung findet am  
Marktplatz statt. Jeder ist  
herzlich Willkommen.

## Werfen

07.06. - 20:00 Uhr - „En-  
ergiesparmaßnahmen bei  
Wohngebäuden“ Vortrag  
von Mag. Andreas Radauer,  
Energieberater - im Pfarrka-  
sten

12.06. - 15:00 Uhr - ‚Orte in  
Bewegung‘ Heimatquiz mit  
kulturellen Preisen, Anmel-  
dung bei Fr. Mulder Pelagia  
12. & 13.06. - Mittelalter-  
liches Treiben auf der Burg  
(Schaufechten, Handwerker,  
Jongleur und großes Kin-  
derprogramm mit Kinder-  
Ritterturnier)

18.06. - Feuerwehرداری-  
schoppen im Brennhof

**Sie wollen Ihre  
Veranstaltung  
veröffentlichen?  
Schreiben Sie uns  
bis spätestens  
22.06. einfach ein  
email an office@  
pongaumagazin.  
at oder senden  
Sie uns ein Fax an  
0664771531428.**

## Kennen Sie den Unterschied?



**Werbung im Pongaumagazin - überrascht immer**



# DER KELTISCHE BAUMKALENDER

## Die schöpferische BIRKE

24. Juni



Birke-Menschen sind lebhaft, aber nicht leidenschaftlich. Sie sind fleißig, aber nicht krankhaft ehrgeizig. Als Gast sind sie mit ihrer freundlichen, sympathischen Art gern gesehen. Sie träumen gerne mit anderen Menschen und helfen diesen, ihre Träume zu verwirklichen. Dabei kümmern sie sich nicht darum, ob das auch ihre eigenen Träume sind. Sie tun vieles für andere und wünschen sich, dass auch manchmal wieder etwas retour kommt. Nur allzu oft werden sie enttäuscht, verlieren aber trotzdem nicht den Glauben an das Gute. Birke-Geborene leisten viel, übernehmen gerne Verantwortung; stehen aber nicht gerne im Schatten anderer. Menschen dieses Baumzeichens verströmen das Gefühl der Zufriedenheit und der inneren Harmonie, um sie herum herrscht eine Atmosphäre voller Ruhe und menschlichem Glück. Sie sind sehr genügsam, können dabei aus fast nichts eine schöne, freundliche Umgebung zaubern. Sie reifen auch unter kärglichen Umständen zu vorbildlichen Persönlichkeiten und sind von Natur aus Positivdenker. Ihre Kreativität und Intelligenz stellen sie gerne in den Dienst der Gesellschaft. Wenn allerdings ihr Wissen nicht akzeptiert wird, neigen sie zum Nörgeln und Belehren. Da sie - wie der Baum - außerordentlich anpassungsfähig sind, bereiten sie niemals Umstände und fallen anderen nicht zur Last. So sehr sie das Leben in der Natur lieben, können sie sich aber auch mit Leichtigkeit jeder anderen Lebenssituation anpassen. Ein Motto der Birke: Das schaffe ich schon. Treue, Zusammenhalt, tiefe Zuneigung sind einer Birke wichtiger, als Leidenschaft. Was sie einmal erobert haben, wollen sie auch behalten. So halten sie oft an aussichtslosen Partnerschaften fest.

### PROMINENTE BIRKEN:

|   |      |
|---|------|
| Der österr. Nobelpreisträger/Physik Victor Franz HESS | 1897 |
| Der Boxweltmeister Jack DEMPSEY                       | 1895 |
| Der argent. Formel-1-WM Juan Manuel FANGIO            | 1911 |
| Der Rockmusiker Mick FLEETWOOD                        | 1947 |
| Der Austro-Barde Wilfried                             | 1950 |
| Die Schauspielerin Christine NEUBAUER                 | 1962 |
| Der Skirennläufer Günther MADER                       | 1964 |

## Die ehrgeizige ESCHE

25. Mai – 3. Juni, 22. November – 1. Dezember



Den Freiraum, den dieser Baum benötigt, den nehmen auch die Menschen, die in diesem Baumkreis geboren sind, für sich in Anspruch. Sie haben hochgesteckte Ziele, die sie meist spielend erreichen, die sie aber auch mit außergewöhnlicher Ausdauer und Ehrgeiz verfolgen. Mit lebhaftem Charakter macht ein Esche-Geborener eigentlich immer, was er für richtig hält und pfeift auf Kritik. Sein lebhaftes Wesen ist für die Mitmenschen anziehend, sein Charakter impulsiv, ideenreich und fordernd. Für alle Schattierungen des Lebens offen, ist er anderen gegenüber tolerant und aufgeschlossen. Ist man mit einer Esche befreundet, kann man sich sicher sein, dass man auch in schweren Zeiten nicht alleine dasteht. Eschen kann man vertrauen und auf sie bauen. Sie sind alles andere als Duckmäuser, die sich unterordnen. Autorität erkennen sie nur an, wenn diese auf Kompetenz und Wissen aufgebaut ist. Von Grund auf verfügen sie über eine positive Denkweise, versuchen ihr Leben mit Sinn zu erfüllen, hassen Ungerechtigkeiten. Sie verspüren einen fast zwanghaften Drang nach Veränderung, Bewegung und Entwicklung. Nur kein Stillstand, keinen Alltagstrott. Die Esche ist eines der stabilsten Baumzeichen, daher sind sie auch seelisch sehr belastbar. Selbständigkeit ist für sie das Beste, als Untergebene eignen sie sich kaum. Sie brauchen finanzielle Reserven für Notzeiten, um ihre für sie notwendige Freiheit behalten zu können. Nimmt man Esche-Menschen ihre Reserve, so entzieht man ihnen ihre Lebensgrundlage. In der Liebe suchen sie geistreiche Partner, Mitdenker, Seelenverwandte. Sie lieben und brauchen Zweisamkeit, aber niemanden der klammert. Partner, die erziehen möchten sind Gift für eine Esche, dementsprechend giftig reagieren sie dann auch.

### PROMINENTE ESCHEN:

|   |            |
|---|------------|
| Der amerik. Präsident John F. KENNEDY     | 29.05.1897 |
| Der Schriftsteller Heinz Günther KONSALIK | 28.05.1921 |
| Der Fußballer/Trainer Ernst HAPPEL        | 29.11.1925 |
| Die Sängerin Tina TURNER                  | 26.11.1939 |
| Der Rockmusiker Jimi HENDRIX              | 27.11.1942 |
| Der Tennisspieler Boris BECKER            | 22.11.1967 |
| Das Modell Heidi KLUM                     | 01.06.1973 |

# Siegen durch Nachgeben

Judo ist eine Kampfsportart, deren wesentlichstes Prinzip im „Siegen durch Nachgeben“ liegt und deren technischen Grundstock Wurf-, Halte- und Würgetechniken sowie Armhebel bilden. Zahlreiche begeisterte Nachwuchs-Judoka werden bei den ESV Sanjindo Judo Tigers in Bischofshofen gefördert und ausgebildet - darunter auch der 11-jährige Bischofshofener Adam Szücs, der für den Traum „Olympia“ eifrig trainiert.

Montag, Mittwoch und Freitag spätnachmittags herrscht in der Judohalle der ESV Sanjindo Judo Tigers in Bischofshofen Hochbetrieb. Zahlreiche Nachwuchsjudoka versammeln sich regelmäßig auf der Matte, um unter der Aufsicht der drei Trainer Marianne Niederdorfer, Engelbert Erber und Zoltan Szücs den technischen Grundstock des Judos mit den diversen Wurf, Halte- und Würgetechniken sowie Armhebel zu erlernen und zudem eine umfassende körperliche Ausbildung zu erfahren.

## Training im Dojo (Trainingsraum)

Nachdem die erste Gruppe mit den kleinsten Judokas den Dojo (Trainingsraum) in der Wielandnerhalle in Bischofshofen verlassen hat, beginnt für die nächste Altersgruppe das Training. Egal aber in welchem Alter und in welcher Trainingsgruppe - der

Stundenaufbau bleibt grob gesehen der gleiche. So wird mit dem Begrüßungsritual begonnen ehe das spielerische Aufwärmprogramm folgt. Im Hauptteil werden dann die Grundtechniken geübt und später im freien Kampf praktiziert ehe diverse Bewegungsspiele zum Trainingsende überleiten.

## Spaß & diszipliniertes Training

Ein Trainingsablauf, der so manchem jungen Judoka bereits sehr bekannt ist. Dazu zählt auch der Bischofshofener Adam Szücs, der - etwas „vorbelastet“ durch seinen Vater (ebenfalls Judoka und Nachwuchstrainer) - mit seinen elf Jahren bereits auf sieben Judojahre zurückblicken kann. „Es macht einfach Spaß“, erzählt der Träger des orangefarbenen Gürtels und meint damit sowohl das Training mit seinen Vereinskollegen und -kolleginnen als auch das Kämpfen mit Gegnern auf der Judomatte bei

Mit Leon trainiert Adam am liebsten für sein Ziel „Olympia“.



Fotos: Holzmann, Szücs (1)

Die jungen Nachwuchsjudokas der ESV Sanjindo Judo Tigers trainieren fleißig und diszipliniert. Der Lohn für die Mühen: zahlreiche Podestplätze bei diversen Turnieren.





Adam Szücs aus Bischofshofen kämpft derzeit in der Klasse U11 bis 33kg. Bereits als vierjähriger stand er das erste mal auf der Judomatte - die Begeisterung für diese Sportart hat ihn nicht mehr losgelassen.

diversen Wettkämpfen. Und bei eben diesen hatte er in der Vergangenheit bereits oft die Möglichkeit, seine Judofähigkeiten unter Beweis zu stellen. Meist auch sehr erfolgreich, wie zahlreiche Podestplätze bei diversen Nachwuchsturnieren bestätigen. Während ihm die Kämpfe bei Schülercups dabei etwas leichter fallen - „da kennt man seine Gegner schon“ - sieht er in interna-

tionalen Turnieren mit unbekannten Gegnern mehr Herausforderung. „Diese sind schon schwerer“, resümiert der Bischofshofener. Um allerdings auch diesen Anforderungen gerecht zu werden, findet er sich jeweils Montags und Freitags zu den entsprechenden Trainingszeiten in der Judohalle ein, um an seinem Können zu feilen. Dieser Trainingsaufwand genügt dem Nach-

wuchsjudoka derzeit aber auch. „Es passt so“, gibt er eine kurze Antwort auf die Frage, ob er denn gerne öfter trainieren würde. Dennoch ist er mit Ehrgeiz, Disziplin und Eifer dabei und steht am liebsten mit seinem Freund Leon auf der Matte. Immer mit dem Ziel „Olympia“ vor Augen. Denn dort will Adam Szücs einmal sein - beim Judobewerb der olympischen Spiele.



### ESV Sanjindo Judo Tigers

#### Training:

3x/ Woche in Bischofshofen  
1x/ Woche in den Außenstellen  
in St. Johann, Goldegg,  
Radstadt und Bad Hofgastein

#### Nähere Infos unter:

[www.judosanjindo.at](http://www.judosanjindo.at)

#### Nächste Termine:

18.06.2011, 10.30 Uhr  
Sbg. Nachwuchscup 3. Runde,  
Wielandnerhalle Bischofshofen  
25.06.2011, 9 Uhr  
Vereinsmeisterschaft

## Erlesene Holzschnitzereien, Mineralien, Heilsteine, Schmuck,...



In der Fertigung seiner erlesenen Holzschnitzereien kann Martin Seer bereits auf eine 28-jährige Erfahrung zurückgreifen. Aber nicht nur die erstklassige Qualität, auch die fachmännische individuelle Beratung wird von seinen Kunden geschätzt. Je nach Kundenwunsch sind sowohl sakrale, bäuerliche oder moderne Schnitzereien als auch Jagdmotive erhältlich.

### 2x in Wagrain

Seit Dezember 2010 bietet Martin Seer in seinem zweiten Geschäft, im Zentrum von Wagrain, übrigens auch eine große Auswahl an Mineralien, Edelsteinen, Heilsteinen, Schmuck und vielen kleinen Geschenken an.

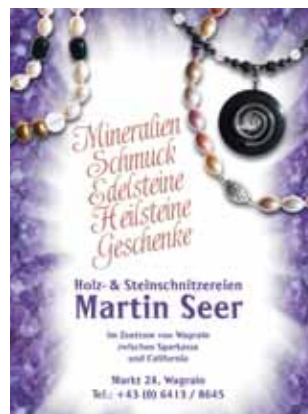
Holzschnitzerei Martin Seer  
Markt 147, 5602 Wagrain

Mineralien, Heilsteine, Schmuck  
Markt 24, 5602 Wagrain

## Martin Seer 2x in Wagrain

**Reichhaltiges Angebot an:**  
Mineralien, Edelsteinen, Heilsteinen, unzählige Varianten an Schmuck in vielen Formen und Edelsteinen, Geschenke für jeden Anlass, die echte Freude bereiten!

**Besuchen Sie uns:**  
Markt 24, 5602 Wagrain



**Reichhaltiges Angebot an:**  
traditionellen und modernen Holzschnitzereien. Erstaunliche Vielfalt an persönlichen Geschenkideen!

**Besuchen Sie uns:**  
Markt 147, 5602 Wagrain



### St. Johann

Am 14. Mai veranstaltete der Chorverband Salzburg sein 3. Wertungssingen. 20 erstklassige Chöre mit insgesamt 553 SängerInnen stellten sich dabei einem neuen Konzept: Die Darbietungen der Chöre wurden demnach nicht mehr „bewertet“ sondern im Mittelpunkt standen Jurygespräche, um den Chören

wertvolle Hilfestellungen zur eigenen Qualitätsverbesserung zu vermitteln. Zum ersten Mal überhaupt bei einem Wettbewerb dabei war der Chor „Tabula Rasa“ aus St. Johann, welcher auf Anhieb sehr erfolgreich abschnitt und den begehrten Sonderpreis der Jury erhielt. Foto: Walter Schweinöster/Chorverband Salzburg



### St. Johann

Zum 5. Mal werden sich am 25. Juni Hobby-Bikerinnen und -Biker beim "Alpendorf Radsprint" um Sekunden und Hundertstel metzen. Zu bezwingen sind 2,8 km und 230 Hm - von der Talstation der Alpendorf Bergbahnen bis zum Gasthof Sternhof. Gestartet wird ab 16 Uhr im Minuten-Takt beim Parkplatz

der Bergbahnen. Neben den Siegetrophäen werden unter allen Teilnehmern noch zahlreiche Sachpreise verlost. Die Organisatoren-Alpendorf Bergbahnen in Kooperation mit dem MTB Club Aufi & Owi - hoffen auf eine rege Teilnahme. Infos: [www.alpendorf.com](http://www.alpendorf.com) oder Tel: 0664-4948314 (Peter Stankovic).



### St. Johann

Die St. Johanner GRÜNEN haben den Tag der Sonne am 07. Mai am Maria-Schiffer-Platz in St. Johann gefeiert. Der Energieexperte und Gemeindevertreter Rupert Fuchs informierte dabei rund um die Themen Energiesparen und erneuerbare Energie. Der Solarkocher

konnte bei strahlendem Sonnenschein ebenfalls sehr gut genutzt werden. Weiters wurden für den weltweiten Atomausstieg beinahe 100 Unterschriften gesammelt. Die St. Johanner GRÜNEN danken auf diesem Wege allen Interessierten und Mitwirkenden.

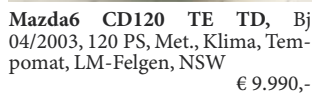
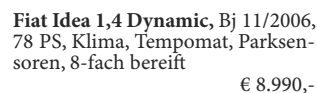
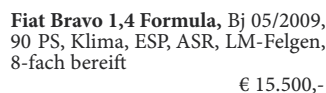
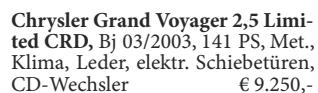
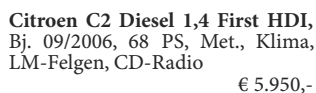
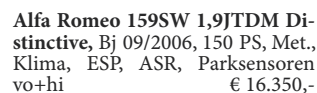
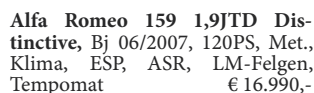
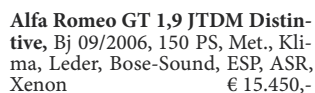
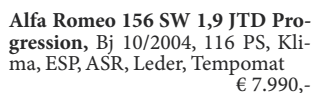


## Zitrin (Citrin) (Zwillinge)

*Gegen Diabetes gibt es mehrere Steine, doch der allerbeste daraus ist der Zitrin. Er stärkt auch Leber, Nieren und Darm und wirkt entgiftend. Zitrin klärt die Sinne, stärkt sensible Menschen und hilft die Karriereleiter empor zu klettern.*

Sigrid Brandstätter, Sonnfeld 11, 5621 St. Veit im Pongau, Tel: 0664-202 04 33, Öffnungszeiten: Mo-Fr 15-18 Uhr





# GEBRAUCHTWAGEN VON **autoschober**

[www.autoschober.at](http://www.autoschober.at)

5630 Bad-Hofgastein  
Tel. 06432/6132

5500 Bischofshofen  
Tel. 06462/32 988



### Bad Hofgastein

Ein großes Starterfeld erwarten die Organisatoren des 23. Marktlaufs in Bad Hofgastein am 3. Juli auch in diesem Jahr. Vor dem Hauptlauf (Start: 10.35 Uhr) dürfen die Kinder ihre sportlichen Ambitionen unter Beweis stellen (Start: 9 Uhr). Zudem gibt es einen Nordic-Walking-Bewerb (Start: 10:35 Uhr) sowie

einen Staffebewerb (3x 1140m; Start: 11.50 Uhr). Start und Ziel befinden sich vor der Alpentherme Gastein.

Jeder Starter - egal ob Einzel oder Staffel - erhält ein T-Shirt von Intersport Fleiss sowie einen Alpen Thermen Gastein Eintritt.

Infos und Anmeldung:

[www.wsv-badhofgastein.at](http://www.wsv-badhofgastein.at)



### St. Johann

Bald ist es wieder soweit, die Ferien sind da und die Kinder brauchen eine sinnvolle Beschäftigung. Im Zuge des Ferienkalenders startet das Sommercamp mit seinem Verein "Kids aktiv (Kinder in Bewegung)" in die 2. Runde. Fern von Verkehr, Computern und Geschäften verbringen wir eine Woche auf der Buchau - Hütte am

Gernkogel. Das Camp für 8-12-Jährige startet von 24.07 bis 29.07. Für unsere Kleinen 4-7 Jahre von 24.08 bis 26.08.

Nähere Infos und Anmeldungen unter:

Karin Kretzl (Dipl. Kinder- & Gesundheitstrainerin und Ernährungstrainerin) Mobil: 0664 / 53 34 035 oder [kids.aktiv@gmx.at](mailto:kids.aktiv@gmx.at)



### Werfen

Das 10. Kinderfest auf der Erlebnisburg Hohenwerfen stand ganz im Zeichen von „Spiel, Spaß, Kreativität und Geschicklichkeit“. Von 10 bis 17 Uhr wurde geschminkt, gespielt, getöpft und gebastelt. Daneben galt es, das mittelalterliche Ambiente der Erlebnisburg zu genießen und die Raubvögel bei ihren Flugkünsten zu beobachten. Auch in diesem Jahr durften bekannte und beliebte Attraktionen nicht fehlen: So etwa das mannshohe „Vier gewinnt“-Spiel, Riesenlegosteine, die Zuckerlschleuder und Seifenblasenmaschine. Die Geschicklichkeit konnte beim Stelzen gehen, auf Pedalos, beim Angelspiel oder dem Tiroler Ski getestet werden.



### Bischofshofen

Zur Firstfeier wurde kürzlich von der Salzburg Wohnbau in die Siedlungsgasse nach Bischofshofen geladen. Im zweiten Bauabschnitt entstehen zwei Objekte, die durch ein gemeinsames Kellergeschoß verbunden sind. Bis Ende dieses Jahres wird hier eine der größten Kinderbetreuungseinrichtungen

des Landes entstehen. Zehn barrierefreie Mietwohnungen und zehn Wohneinheiten für „Betreutes Wohnen“ werden ebenfalls errichtet. Auf diesem Areal wurden bereits im Herbst vergangenen Jahres die ersten Gebäude mit 48 Mietwohnungen sowie dem Senioren-Tageszentrum übergeben.



### St. Veit

Am 13. April 2011 wurde Balthasar Linsinger für die Rettung der Familie Bäumer in einem feierlichen Festakt im Parlament vom Israelischen Botschafter posthum die Auszeichnung „Gerechter unter den Völkern“ verliehen. Dabei sprach auch eine der Geretteten, Frau Prof. Angelica Bäumer. Der aus St. Veit

stammende Pfarrer hatte 1944 die jüdische Familie bei sich aufgenommen und damit vor der Verhaftung und Deportation in ein Konzentrations- und Vernichtungslager bewahrt. Die Pfarre und Gemeinde St. Veit ehrte und gedenkte ihres großen Sohnes mit einem Fest-Wochenende vom 13. bis 15. Mai 2011.



# Gitarrenmusik als Lebensbegleiter

Erst im März spielte David Bader gemeinsam mit Georg Lachner ein Gitarrenkonzert im Schloss Goldegg. Doch obwohl ihm die Musik sehr am Herzen liegt, sieht sich der St. Veiter nicht als typischer Musiker.

Seine Liebe zur Gitarrenmusik entdeckte David Bader bereits im Kindesalter. „Meine Eltern spielen beide Gitarre und dadurch bin ich mit diesem Musikinstrument eigentlich groß geworden“, erzählt der St. Veiter. Mit circa sieben Jahren begann er dann selbst, diesem Musikinstrument die ersten Töne zu entlocken. „Es stellte sich bald heraus, dass ich Talent dazu habe und so hat sich das ganze weiterentwickelt.“ Zwar standen zwischenzeitlich auch Klavierunterricht und musikalische Stunden mit E-Gitarre und Bass am Programm, sein Augenmerk und die Vorliebe blieb jedoch bei der klassischen Gitarre.

## Studium am Mozarteum

Während der Absolvierung des Zivildienstes entschloss sich der St. Veiter dann das Konzertfach Gitarre und Instrumental-(Gesangs-) Pädagogik am Mozarteum in Salzburg zu studieren. Allerdings nicht mit dem Ziel, als Profimusiker oder Musiklehrer seinen Lebensunterhalt zu verdienen. „Man kann doch auch etwas aus reinem Interesse studieren



David Bader (rechts) mit seinem Studienkollegen Georg Lachner. Bild: privat

und nicht nur aus dem Beweggrund, später damit sein Geld zu verdienen“, so sein Motto. „Ich möchte Spaß an der Sache haben und nicht die Pflicht, ständig proben zu müssen.“

Mit dem Studium in Salzburg begann aber dennoch die Entwicklung in eine etwas professionellere Richtung. „Ich habe davor hauptsächlich nach Gehör gespielt. Noten lesen lernte ich vorwiegend erst während des Klavierunterrichts, doch so richtig damit beschäftigt habe ich mich eigentlich nie. Freies Spielen war bzw. ist mir lieber.“

## Eigene musikalische

### Richtung im Reifeprozess

Sich selbst sieht der St. Veiter nicht als typischen Musiker. „Ich habe auch meinen eigenen Stil noch nicht gefunden. Er ist noch nicht ausgereift.“ Auch der Drang, unbedingt Konzerte spielen zu müssen, steht bei David Bader nicht im Vordergrund. „Ich hatte

während dem Studium Ensemble-Konzerte mit dem Gitarrenorchester. Mein erstes Solo-Konzert spielte ich allerdings erst vor ca. einem Jahr in St. Johann.“

Gemeinsam mit seinem Studienkollegen Georg Lachner gab er im März diesen Jahres im Schloss Goldegg ein Gitarren-Konzert. Im Duo möchten sie sich die große Bandbreite der Gitarrenliteratur erarbeiten. „Das Ziel ist es, von der typischen, klassischen Konzertmusik wegzukommen. Gemeinsam mit Georg bin ich dabei, in diese Richtung noch einiges auszuprobieren“, so der St. Veiter, den fast jede Musikrichtung interessiert, der gemeinsam mit zwei Freunden auch in einer Rock-Band seiner musikalischen Leidenschaft nachgeht und sich ohne Druck ein langfristiges Ziel gesetzt hat. „Ich möchte gerne einmal auf alternativen Festivals spielen und dem Publikum zeigen, wie vielseitig Gitarrenmusik sein kann.“

## Nicht ohne die Gitarre

Auch wenn David Bader nicht die typische Musiker-Karriere einschlagen möchte, so ist seine Gitarre ein ständiger Begleiter. Circa 15 bis 20 Stunden verbringt er wöchentlich damit. „Es ist vielleicht kein Proben, nennen wir es besser spielen.“ Und wenn David Bader nicht gerade seiner musikalischen Leidenschaft nachgeht, beschäftigt er sich mit landwirtschaftlichen Themen. „Ich habe die Ausbildung zum landwirtschaftlichen Facharbeiter gemacht“, erzählt er und träumt vom Besitz eines Gemeinschaftsbauernhofs. Landwirtschaftliche Erfahrung hätte er ja bereits durch einige Sommermonate auf einer Alm vorzuweisen. Zudem ist er aber auch noch in der Globalisierungsgruppe Attac Pongau tätig und will dabei Bewusstsein für kritische Entwicklungen schaffen. Der Beruf als professioneller Musiker steht also eindeutig nicht an erster Stelle.

heimisches vom Wochenmarkt

## Obst und Gemüse in Bio-Qualität

Wurstwaren, Milch- und Käseerzeugnisse, Brot, Obst und Gemüse,... - das saisonale Angebot am Wochenmarkt in Radstadt und Altenmarkt ist reichhaltig. Dabei stehen nicht nur Qualität, Frische und Vielfalt an Nahrungsmitteln im Vordergrund sondern auch der direkte Kontakt zum heimischen Produzenten. Einer davon ist Andreas Fink vom gleichnamigen Biohof, der Obst und Gemüse in Bio-Qualität feilbietet.

Radstadt, Freitag, 7 Uhr bzw. Altenmarkt, Freitag, 14 Uhr - pünktlich öffnen heimische Produzenten jede Woche ihre Verkaufsstände am Wochenmarkt und bieten ihr saisonales Angebot an Obst, Gemüse, Wurstwaren, Milch- und Käseerzeugnissen, Brot, Blumen, uvm. zum Verkauf an. Der direkte Kontakt zum Produzenten, saisonale Erzeugnisse aus erster Hand mit entsprechender Frische und Qualität sowie ein nachvollziehbarer Weg von der Produktion bis zum Verkauf sprechen dabei für einen Einkauf am Wochenmarkt. Möglich ist dieser jeden Freitag in Radstadt von 7 bis 12 Uhr bzw. in Altenmarkt von 14 bis 17.30 Uhr.



Foto: Fink

### Pioniere im biologischen Landbau

Einer dieser Produzenten ist Andreas Fink vom gleichnamigen Biohof in Grafendorf. Seit dem Jahr 1975 praktiziert er eine biologische Landwirtschaft.

„Wir begannen also in einer Zeit unsere Überzeugung umzusetzen, in der Bio für die meisten Bauern noch

ein Fremdwort war und sind heute stolz darauf, zu den Pionieren im biologischen Landbau zu zählen“, so Andre-

## FRÜHLINGSSALAT

### Zutaten für 4 Personen

150g junger Spinat  
150g Rucola  
½ Salatgurke  
2 Stk. Karotten  
1 Stk. rote Paprikaschote  
200g frische Champignons  
15 Stk. Kirschtomaten  
½ Bd. Dill  
etwas Schnittlauch  
2 EL Olivenöl  
4 EL Olivenöl mit Limone  
2 EL Balsamico  
Salz und Pfeffer aus der Mühle  
etwas Parmesan

### Zubereitung

Den Spinat und den Rucola putzen, gründlich waschen und trocken schleudern. Die Möhren schälen und in feine Streifen raspeln. Die Gurke in Scheiben hobeln. Die Paprika waschen, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren. Alle Zutaten in einer Schüssel miteinander vermischen.

Für das Dressing die Kräuter waschen, trocken schütteln und ohne Stiele fein hacken. Mit dem Olivenöl, dem Limonenöl und dem Traubenbalsam verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Über den Salat geben und gut durchmischen.

Die Pilze putzen und in Scheiben schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, die Pilze darin braten. Salzen und pfeffern. Den Parmesan mit einem Gemüsehobel dünn hobeln und mit den warmen Pilzen über den Salat geben.



as Fink, der sein Bio-Obst und -Gemüse jeden Freitag sowohl in Radstadt als auch in Altenmarkt anbietet.

### Was ist Bio?

Um Erzeugnisse als Bio deklarieren zu können, müssen allerdings bestimmte europaweite Produktionsrichtlinien, die von unabhängigen Kontrollstellen bei der Herstellung, der Verarbeitung, dem Transport und der Lagerung mehrmals geprüft werden, eingehalten werden. „Der Bio-Bauer pflegt mit seinem Verzicht auf künstliche Dünge- und Spritzmittel auch den Boden und sorgt somit für einen natürlichen Kreislauf“, gibt Andreas Fink Auskunft. „Gesunder Boden, gesunde Pflanzen, gesunde Lebensmittel, gesunde Menschen. Das ist auch unser primäres Ziel! Und mit dem Kauf von

Bio-Produkten genießen Sie nicht nur unverfälschte Lebensmittel sondern unterstützen auch all diese Bestrebungen.“

### Bio-Service für Genießer

Andreas Fink versorgt mit seinen Bio-Waren übrigens nicht nur Einkäufer auf dem Wochenmarkt in Radstadt oder Altenmarkt, sondern beliefert neben Großhändlern und Marktfahrern auch Betriebs- und Großküchen. Ein besonderes Angebot richtet sich allerdings an alle privaten Genießer: „Für sie liefern wir auf Wunsch 7- oder 14-tägig frei Haus unsere Vitaminbomben in der Bio Power Box“, erzählt der Bio-Bauer. „Diese gibt es in drei Größen, die je nach Geschmack mit verschiedenstem saisonalen Obst und Gemüse gefüllt werden können.“



Gutschein ausschneiden und mitnehmen!

Nur am 10. Juni!

**5 kg**  
**Sack BIO KARTOFFEL um nur**  
**€ 4,50**

NUR AM 10. JUNI 2011 bei ANDREAS FINK  
am Wochenmarkt in RADSTADT und ALTENMARKT  
einlösbar!

### Derzeit ist am Wochenmarkt erhältlich:

in Radstadt (Freitag von 7 bis 12 Uhr):

Brot, Fleisch, Fisch, Käse, Ziegenmilchprodukte, Tee, Gemüse, Äpfel, Olivenöl, Biogemüse und -obst, Blumen

in Altenmarkt (Freitag von 14 bis 17.30 Uhr):

Gemüse, Äpfel, Eier, Fleisch, Selchwaren, Käse, Ziegenmilchprodukte, Tee, Brot, Kuchen, Torten (auch Diabetikerprodukte), Olivenöl, Biogemüse und -obst, Blumen

## Wander- und Naturerlebnis „Geisterberg“

In herrlicher Panoramalage auf 1.700m Seehöhe am Gernkogel im St. Johanner Alpendorf warten Spuki und Gspensti auf Ihren Besuch am „Geisterberg“. Während die Kleinen verschiedenste Geister und die Größeren die längsten Rutschen und Schaukeln entdecken, wartet auf die Großen ein Wander- und Naturerlebnis der besonderen Art.

### Leicht zu erreichen

Zu erreichen ist der Geisterberg bequem mit der Gondelbahn der Alpendorf Bergbahnen. Anschließend bringt der Geisterzug die Besucher zum Eingang des Geisterdorfes, wo die Reise durch die Welten der Wasser-, Erd-, Luft- und Feuergeister beginnt. Gepflegte,

geisterhafte Wanderwege rund um den Gernkogel können dabei ebenso erkundet werden, wie Panoramatürme, Kletterberge, Riesenrutschen, Krampushöhlen, Luftschaukeln, Schießbuden, Wasserspiele, Wasserfälle, uvm. Der Eintritt dazu ist übrigens frei.

### Fest am Geisterberg

Ein Highlight der Sommersaison findet mit dem Fest am Geisterberg am 3. Juli statt. Ab 11 Uhr wird Brauchtum, Folklore-Musik und Unterhaltung geboten. Kinder spielen dabei für Kinder, ein Tischzauberer sorgt für staunende Gesichter, das Spielmobil-Pongau für jede Menge Unterhaltung, das Kinderschminken für ein besonderes Aussehen, uvm.



Zum Abschluss des Kinderfestes werden alle Kinder und Junggebliebenen noch zu einem Rundgang durch den Geisterberg eingeladen.

### Betriebszeiten

bis 8. Juni:

Mittwoch & Sonntag

11. Juni bis 1. Oktober:  
täglich

2. Oktober bis 23. Oktober:  
Mittwoch & Sonntag



Bahnbetrieb:

jeweils von 9 bis 17 Uhr  
Infos unter:

[www.alpendorf.com](http://www.alpendorf.com) oder  
Tel: 06412/6260

## HOMÖOPATHIE BEI INSEKTENSTICHEN ODER VERSTAUCHUNGEN

Jetzt ist die Zeit wo viele unserer Freizeitaktivitäten in freier Natur durchgeführt werden. Es kann vorkommen, dass wir eine Verletzung, einen Insektenstich oder Insektenbiss erleiden. Aus der homöopathischen Hausapotheke können wir Hilfe erhalten. Dies bringt nach einem Sturz mit Bluterguss ein kalter Umschlag und ARNICA mont. D4 Globuli in kurzen Abständen.

Als zusätzliche Medikation bei stärkerem Schmerz BELLIS perennis D6 Globuli. Wenn Verstauchungen oder Bänderzerrungen im Vordergrund sind ist ein Homöopathikum aus Beinwell SYMPHYTUM D6 ein kräftiger Helfer abwechselnd mit ARNICA.

Bei Prellungen am Kopf bzw. Wirbelsäulenbereich ist HYPERICUM D&7D12 ein verlässlicher Helfer. Nach Stichverletzung empfiehlt sich LEDUM D6 welches iach auch unmittelbar nach Imfungen in einer Hochpotenz gebe.

Apropos Impfung: Bitte Überprüfung der Wundstarkrampfimpfung. Auch an die FSME-Impfung denken - ich rate dringend dazu, zumal es gegen die Hirnhautentzündung keine homöopathischen Medikamente gibt.

Als zusätzliche Anwendung kann eine ZECKENBISSNOSODE D30 einmal wöchentlich angewendet werden. Ersetzt aber keinesfalls die wertvolle Schutzimpfung. Bei Insektenstichen mit Schwellung hilft APIS mel. D4 Globuli mit LEDUM und lokaler Anwendung von Zwiebel oder Spitzwegerichtblatt. Bei bekannter Allergie eventuell "Notfallset" vom Hausarzt verordnen lassen.

Dr. Hans Karl Gasperl  
Arzt für Allgemeinmedizin, Homöopathik  
Alleestraße 241 • 5531 Eben im Pongau

# Walk & Fly - 12 Stunden lang

Gehen oder Gleitschirmfliegen - mehr war beim 1. Bewerb des Biotech Adventure Race „Bordairline“ am 14. Mai in Werfenweng nicht erlaubt. 22 Teilnehmer - darunter auch eine Frau - stellten sich der Herausforderung des Walk & Fly-Bewerbs und versuchten, sich in 12 Stunden so weit wie möglich vom Startpunkt wegzubewegen und zeitgerecht wieder zurück zu sein.

Pünktlich um 8 Uhr läutete am 14. Mai die Startglocke des Biotech Adventure Race „Bordairline“. 22 Teilnehmer - darunter mit Karin Limbach erstmals auch eine Frau - hatten sich dazu in Werfenweng eingefunden und stellten sich der Herausforderung, sich in 12 Stunden so weit wie möglich vom Ausgangspunkt zu entfernen und im vorgegebenen Zeitfenster rechtzeitig wieder zurück zu sein. Erlaubt waren dabei nur zwei Fortbewegungsarten - per Gleitschirm oder zu Fuß.

## Regen, Sonne, wenig Thermik

Nachdem die Wettervorhersage für diesen Tag recht wechselhaftes Wetter mit baldigem Regen voraussagte, machten sich alle Teilnehmer schnellen Schrittes auf den Weg in Richtung Bischlinghöhe, welche - bis auf einen Piloten - alle noch vor Regenbeginn fliegend verlassen konnten. Der Großteil des Starterfelds entschied sich dabei, den Flug

in Richtung Ost (Dachstein, Ramsau, Filzmoos) in Angriff zu nehmen, der Rest startete in Richtung Bischofshofen und St. Johann. „Die Teilnehmer kommen immer bestens vorbereitet zu den Bewerben“, weiß Organisatorin und Wettbewerbsleiterin Petra Vorderregger zu berichten. „Sie sehen sich das Gebiet bereits vorab in Google Earth an bzw. kommen teilweise schon ein paar Tage vorher, um sich mögliche Routen anzusehen.“ Geplant werden dann verschiedene, je nach Wind und Wetter durchführbare Varianten. Nach dem Rennbriefing sowie der Beratung durch einige „Locals“ am Vortag sollte dann aber auch für den letzten noch unschlüssigen Teilnehmer mit Hilfe von Karte und Internet die für sie bestmögliche Route gefunden sein.

## Viel Gehen, wenig Fliegen

Zwar hatten am 14. Mai diejenigen, die in Richtung Osten gestartet waren, am





Ende die Nase vorne, eines blieb aber niemandem erspart - und das waren lange Gehpassagen. „Die Thermik war leider an diesem Tag nicht besonders gut“, resümiert Petra Vorderegger. „Hinzu kam auch noch der Regen, der jeden Teilnehmer erwischte.“ Erst um circa 16 Uhr lichtete sich der Himmel unerwartet wieder und begleitete die Starter für die restlichen vier Stunden Wettbewerbszeit. Leider etwas spät - waren alle Teilnehmer doch bereits auf dem Rückweg -, jedoch für die meisten noch früh genug, um fliegend ins Ziel zu gelangen.

## Spannung bis zum Schluss

Da es das Flugwetter nicht erlaubte, weite Strecken in der Luft zurückzulegen, lag das Teilnehmerfeld auch recht knapp beieinander. Eindrucksvoll zu sehen war dies vor allem via Live-Tracking. „Alle Teilnehmer waren mit einem GPS-Gerät ausgestattet und konnten ab 15 Uhr via Live-Tracking im Internet verfolgt werden“, erklärt die Organisatorin. Schnell wurde dabei klar, dass sich dieser Bewerb noch zu einem äußerst spannenden Race entwickeln würde, denn die Uhr tickte und die Teilnehmer waren teilweise noch recht weit vom Start-/Zielpunkt entfernt. Während die Piloten, welche in Richtung Bischofshofen und St. Johann unterwegs waren, das Ziel zu Fuß erreichten, hatten andere noch den letzten Anstieg auf den Bischofshof vor sich. Um 19.50 Uhr waren dann bereits alle, bis auf Karin Limbach, die es noch einmal so richtig spannend machte, im Ziel. „Ich hatte noch ein paar Fehlstarts“, ließ die einzige Dame im Bewerb alle zittern, ob sie es recht-



Beim Biotech Adventure Race "Bordairline" war nur Gehen und Gleitschirmfliegen erlaubt.

Fotos: Iris Greiffenhagen

zeitig durch den Zielbogen schafft. Und sie tat es - genau zwei Minuten vor Zielschluss. „Ich denke dass man als Frau den Bewerb genauso bewältigen kann. Es ist alles eine Trainings- und Willenssache. Dabei ist es aber sicher utopisch, zu denken, dass man als Frau an die Geschwindigkeit der Jungs im Gehen herankommt. Das habe ich anhand dem Tempo, mit welchem sie an mir vorbeigejoggt sind, gesehen. Aber darum geht es ja bei der Bordairline nicht“, resümiert Karin Limbach. „Als Frau muss man eben auf die anderen Stärken wie Fliegen und Streckenplanung setzen und das ist auf jeden Fall meine Zukunftstaktik.“

**58,43 km zu Fuß, 13,75 km fliegend**

Erst nachdem alle Teilnehmer unversehrt im vorgegebenen Zeitfenster wieder den Ausgangspunkt erreicht

hatten, wurden die Daten des GPS ausgewertet. Mit 58,43 km zu Fuß und einer Flugstrecke von 13,75 km konnte am Ende Thomas Hofbauer den Bewerb für sich entscheiden und siegte vor Max Mittmann (56,81 km zu Fuß, 15,18 km in der Luft) und dem Vorjahressieger Chrigel Maurer (52,3 km zu Fuß und 17,22 km in der Luft). Der nächste Bordairline-Bewerb findet übrigens am 17./18. Juni in Klagenfurt statt. Dann beträgt die Wettbewerbsdauer allerdings nicht mehr „nur“ zwölf, sondern 33 Stunden.

## GEWINNSPIEL

Das Pongamagazin verlost 2 TANDEM-PARAGLEITFLÜGE zur Verfügung gestellt von Biotech. Nähere Infos zum Gewinnspiel finden Sie in dieser Ausgabe auf Seite 40.

## Große Auswahl an Gebrauchtwagen!

### Audi A4 Avant TDI

Bj. 5/03, PS 101, KM 113.426, € 10.900,--

### Audi A3 Attraktion TDI

Bj. 5/04, PS 105, KM 114.802, € 11.700,--

### Passat Lim. TDI

Bj. 3/08, PS 105, KM 79.038, € 16.900,--

### Golf 6 Trendl. 2 türig,

Bj. 1/09, PS 80, nur KM 15.785, € 13.900,--

### Golf 5 Rabbit 4 türig,

Bj. 3/08, PS 80, KM 54.368, € 11.500,--

### Polo Family

Bj. 4/08, PS 60, KM 36.499, € 9.900,--

### Polo GTI

Bj. 3/07, PS 150, KM 108.708, € 9.900,--

### Polo SDI

Bj. 5/03, PS 64, KM 109.135, € 5.900,--

### Polo 2 tür.

Bj. 6/98, PS 75, KM 106.292, € 2.900,--

### Peugeot 307 Kombi HDI,

Bj. 10/06, PS 109, viele Extras, KM 55.948, € 10.500,--

### Mercedes A180 CDI Classic,

Bj. 5/05, PS 109, Top Zustand, KM 100.454, € 9.900,--

### Ford Focus Trend. 1,4l,

Bj. 2/06, PS 80, KM 67.191, € 7.500,--



### VW-Kastenwagen

TDI, Bj. 9/2005,

PS 105, KM-Stand

70.150, 8 fach be-

reift, sehr guter

Zustand,

VK netto 6.300,-



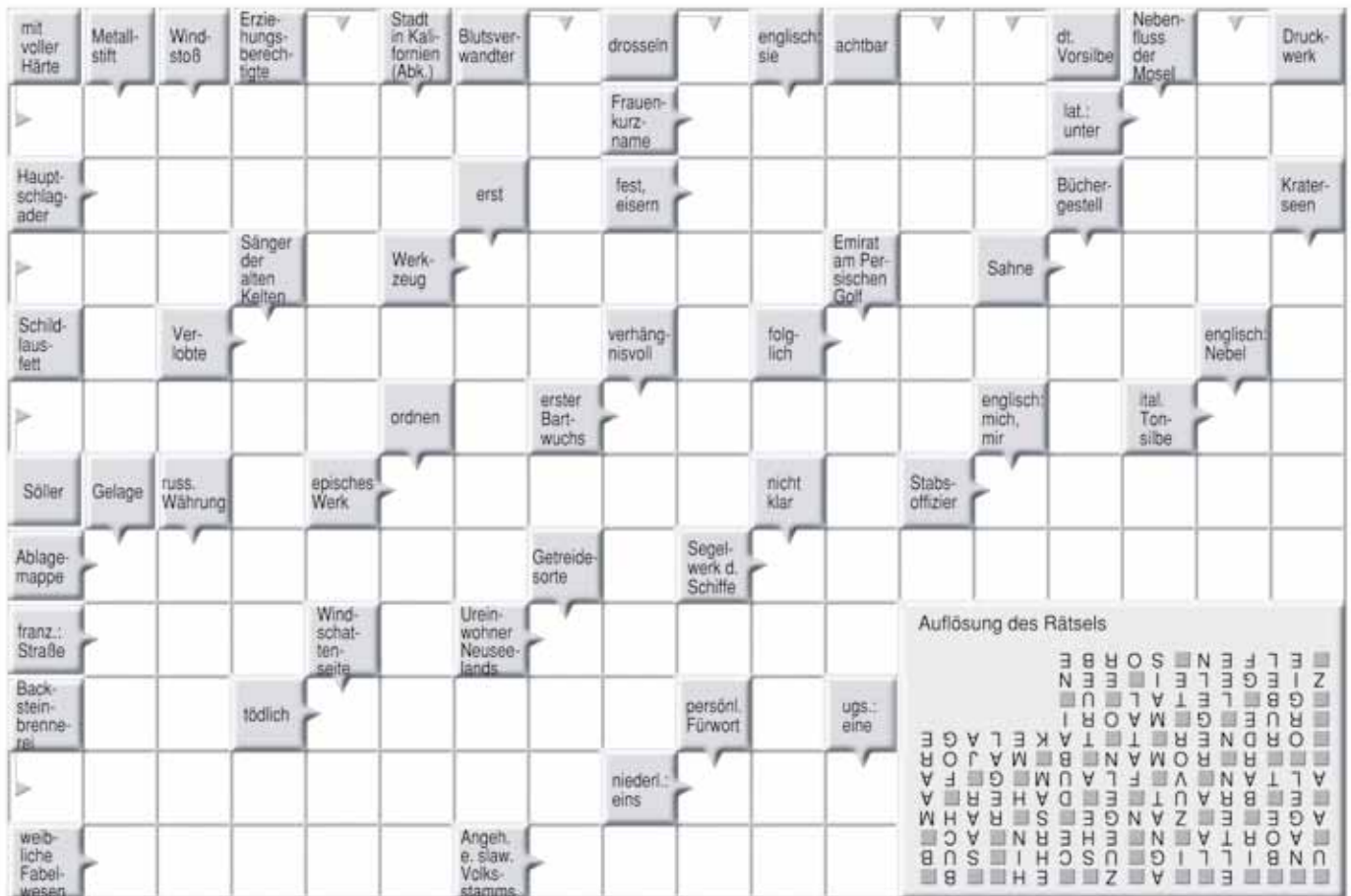
nemecek



Salzburgerstraße 37 • A-5550 Radstadt

Tel. 06452/4259 • Fax: 06452/20281

fritz.nemecek@vw-audi.co.at • www.nemecek.co.at



## GEWINNSPIEL

Das Pongaumagazin verlost

1 Staffel-Startplatz für den Salzburger Land Triathlon am 19. Juni 2011.

Unter allen E-Mails, die bis 8. Juni 2011, 19 Uhr an [redaktion@pongaumagazin.at](mailto:redaktion@pongaumagazin.at) gesendet werden, wird der Startplatz verlost.

Kennwort: "Triathlon" - Name und TelNr. nicht vergessen!

## GEWINNSPIEL

Das Pongaumagazin verlost

2 Tandem-Paragleitflüge zur Verfügung gestellt von Biotech

Postkarte an: Pongaumagazin, Salzachsiedlung 14, 5600 St. Johann oder e-mail an: [office@pongaumagazin.at](mailto:office@pongaumagazin.at)

Kennwort: "Paragleiten", Einsendeschluss: 22. Juni (Datum des Poststempels)



# Thunderbolt - die neue Schnittstelle



Thunderbolt ist die Bezeichnung für die von Intel in Zusammenarbeit mit Apple zunächst unter dem Codenamen Light Peak entwickelte Schnittstelle zwischen Computern, Monitoren, Peripheriegeräten und Unterhaltungselektronik, wie beispielsweise Videokameras oder Festplatten. Sie wurde auf der Hausmesse IDF 2009 erstmals intern und am 24. Februar 2011 offiziell vorgestellt. Aus Kostengründen wird zunächst auf eine optische Übertragung verzichtet, stattdessen wird eine elektrische Übertragung über Kupferkabel verwendet. Mechanisch und elektrisch ist Thunderbolt rückwärts-kompatibel mit dem DisplayPort mit Mini-DisplayPort-Steckern.

Die ersten mit dieser Technologie ausgestatteten Geräte sind Notebooks der Reihe MacBook Pro von Apple, die seit dem 24. Februar 2011 erhältlich sind. Thunderbolt soll sich nach den Plänen von Intel als ein universeller Anschluss durchsetzen und für die nahe Zukunft genügend Kapazität für den Transfer von großen Datenmengen bieten. Thunderbolt basiert auf mehreren

parallelen bidirektionalen Kanälen, auf denen seriell Daten übertragen werden. Dabei werden existierende Protokolle wie DisplayPort und PCI-Express verwendet. Für den Anfang kommen zwei bidirektionale Kanäle mit Transferraten von je 10 GBit/s zum Einsatz, die Technologie bietet aber Potenzial für weit höhere Bandbrei-

ten. Außerdem besitzt die Technologie die Fähigkeit, unterschiedliche Protokolle zu unterstützen, wodurch sie in verschiedenen Einsatzbereichen verwendet werden

kann. Elektrische Kabel werden von Intel auf bis zu drei Meter spezifiziert, optische Kabel schaffen weitaus mehr - Quellen sprechen von 10 Meter und mehr.

**THURNER EDV GmbH**  
Gasteinerstraße 72b, 5500 Bischofshofen  
Tel.: 06462-5800, e-mail: office@thurner-edv.at



## Das neue MacBook Pro



Die neuesten Prozessoren. Die neuesten Grafikkarten.  
Revolutionäre Highspeed I/O Technologie. Thunderbolt.  
Drei riesige Schritte vorwärts.

**ab 1149,--**



## Der neue iMac

**ab 1149,--**

Der ultimative All-in-One-Desktopcomputer hat jetzt Quad-Core Prozessoren, bis zu 3x schnellere Grafikprozessoren, Thunderbolt und eine FaceTime HD Kamera.



# *Die Einwanderer* Von Hamburg nach Eben

Vor mittlerweile rund 22 Jahren übersiedelte Dörte Steiner der Liebe wegen von Hamburg nach Eben. Sie tauschte damit nicht nur ein Leben in einer fast zwei Millionen Einwohner zählenden Stadt gegen ein Dorfleben mit rund 2000 Einwohnern, sondern kehrte auch zu ihren Wurzeln zurück.

Hamburg ist mit fast zwei Millionen Einwohnern die zweitgrößte Stadt Deutschlands sowie die siebtgrößte der Europäischen Union. Der Industrie- und Handelsstandort mit Binnenalster, Hamburger Hafen, St. Pauli, dem Altonaer Fischmarkt, diversen bekannten Bauwerken und vielem mehr, zählt zu einem der attraktivsten Tourismuszielen in Deutschland. Im Gegensatz dazu hat die Ortsgemeinde Eben mit ihren knapp 2.000 Einwohnern etwas weniger zu bieten, wenn auch der Tourismus - vor allem im Winter - ebenfalls eine wichtige Rolle spielt. Genau das ist es aber, was Eben für Dörte Steiner so besonders macht, woran sie sich jedoch

zu Beginn erst gewöhnen musste. „Hier kennt jeder jeden und es entwickeln sich überall sofort kleine Gespräche. Anders als in Hamburg, wo die Anonymität eines Einzelnen viel größer ist. Es ging sogar so weit, dass ich zu Beginn als unfreundlich abgestempelt wurde, weil ich beim Autofahren nicht jeden Bekannten begrüßt habe. Dabei war ich es einfach nicht gewohnt, darauf zu achten, wem ich mit dem Auto begegne.“

## Zurück zu den Wurzeln

Mittlerweile hat sich die gebürtige Hamburgerin aber eingelebt - immer-

hin ist Eben bereits seit rund 22 Jahren ihre Heimat - und genießt die Vorteile des Dorflebens in vollen Zügen. Doch, was bringt eine deutsche Großstadtbewohnerin dazu, aufs österreichische Land zu ziehen? „Meine Mutter stammt aus Altenmarkt und so verbrachten wir unseren Skiurlaub immer im Pongau. Eines Tages habe ich dann meinen Mann hier kennengelernt und mich einige Besuche später dazu entschieden, zu ihm zu ziehen.“ Der Weg zurück zu den Wurzeln erfolgte also nicht von einem auf den anderen Tag. „Es dauerte circa zwei Jahre, bis ich endgültig meine Zelte in Hamburg abbrach. Ich hatte einen Kommunikations- und Verkaufsjob, war viel unterwegs und meist diejenige, die den Partner in Eben besuchte. Nachdem mein Mann hier sein Lokal hatte, war es dann auch





Der Liebe wegen übersiedelte Dörte Steiner vor 22 Jahren von Hamburg nach Eben.  
Foto: privat

naheliegender, dass ich zu ihm ziehe und nicht umgekehrt“, so Dörte Steiner. „Wahrscheinlich wäre alles anders gekommen, wäre ich einem gewöhnlichen Bürojob nachgegangen. So war ich das Leben fernab der Heimat aber bereits gewöhnt und der Umzug fiel etwas leichter“, ergänzt sie.

## Wein verbindet

Mit Tourismus und der Arbeit in einem Lokal hatte die Hamburgerin also eher weniger am Hut als sie ihr „neues“ Leben an der Seite des Ebener Wirten begann. „Mittlerweile bin ich aber mit Leib und Seele Wirtin und konnte dabei meine Liebe zum Essen und Trinken beruflich verwirklichen.“ Vor allem das Thema Wein

hat es Dörte Steiner angetan. „Ich habe begonnen, mich damit näher zu beschäftigen und nach einigen Weinverkostungen gemerkt, dass ich zwar keine Basiskenntnisse in Weinkunde hatte, aber einen guten Gaumen“, erzählt sie. So war es nur eine Frage der Zeit, bis sie mit der Ausbildung zum Diplom-Sommelier begann und das Lokal ihres Mannes zur Anlaufstelle für Weinliebhaber wurde. „Die Weinkultur vor 20 Jahren war noch nicht so berauschend“, blickt Dörte Steiner zurück. „In den Lokalen wurde meist nur Tafelwein ausgeschenkt, es gab kaum ein Angebot an verschiedenen Weinen.“ Stammgäste waren dann ihre ersten „Opfer“, denen sie vorschlug, einen edleren Tropfen zu probieren. Die Preise schreckten zu Beginn etwas ab, galt es für das Glas mit hochwertigerem Inhalt doch einige Schilling mehr zu berappen. „Der Endeffekt war aber dann, dass auch viele junge Leute vorwiegend wegen dem Weinangebot unser Lokal aufsuchten.“

## Als Frau in einer Männerdomäne

Die Verbindung des guten Essens ihres Mannes, der als Koch seine Gäste verwöhnt, mit einem Glas perfekt auf das Kulinarische

abgestimmten Weines liegt der diplomierten Sommelier besonders am Herzen. „Es gibt viele, die erzählen, dass sie gut essen waren und auch einen hervorragenden Wein dazu serviert bekamen, das Gaumenerlebnis für sie allerdings ausblieb“, so Dörte Steiner. „Nun ist es eben so, dass ein Wein nicht mit jedem Essen harmoniert und zu jedem Menü-Gang ein eigener Wein gehört. Nur so kann man dem Gast ein optimales Erlebnis bieten.“ Ob der Wein gut oder schlecht ist, kann aber selbst Dörte Steiner nicht für alle kategorisieren. „Der individuelle Geschmack ist dabei entscheidend“, gibt sie Auskunft. Und diesen versucht der Sommelier mit ein paar Fragen im Gespräch einzugrenzen. „So kann ich im Vorfeld ungefähr den Geschmack des Kunden erah-

nen und entsprechend aus dem Weinangebot auswählen.“ Ausreichende Kenntnis von Seiten des Sommeliers sind dabei nicht nur im Weinangebot, sondern auch in anderen kulinarischen Bereichen vorausgesetzt. „Die Ausbildung ist sehr vielfältig“, weiß Dörte Steiner, die als Mitarbeiterin eines bekannten österreichischen Weingutes bei diversen Weinverkostungen, Schulungen und sonstigen Aufgaben im Weinhandel ihre Erfüllung gefunden hat. Dass sie die nötigen Kenntnisse dafür hat, in einem männerdominierten Berufsbild zu bestehen, zeigt nicht nur die Rückmeldung der Kunden und Gäste, sondern auch die Tatsache, dass Dörte Steiner Präsidentin des Salzburger Sommeliervereins ist - „und das als gebürtige Deutsche.“



**KREUZBERGER & HAUSER**  
**ENERGIETECHNIK GmbH**  
A-5500 Bischofshofen - Tel. 06462/8747  
Mobil: 0664/512 63 10

**FRÜHJAHRSAKTION**  
**Solaranlagen und Pelletsheizungen**

Solaranlage für 4-6 Personen  
(8 m², 500 l Boiler, kompl. ohne Montage)

|                           |               |
|---------------------------|---------------|
| Listenpreis (inkl. MwSt.) | 5298,-        |
| Frühjahrsrabatt           | - 1324,-      |
| Landesförderung           | - 700,-       |
| <b>Vorteilspreis</b>      | <b>3274,-</b> |






**WIR VIERTELN DIE PREISE!**  
MIT DER VIERTELFINANZIERUNG.

**MAZDA3 2.0i € 3.910,-\***

Verbrauchswerte 4,4-7,6 l/100 km, CO<sub>2</sub>-Emissionen 117-176 g/km. Symbolfoto.

**AUTOHAUS MAYR**  
Abtsdorf 13 | 5620 Schwarzach  
Tel.: 06415/6249  
Fax: 06415/6249-80  
[www.autohaus-mayr.at](http://www.autohaus-mayr.at)

\*Nur jetzt! Bezahlen Sie einfach ¼ jetzt, ¼ in 12 Monaten, ¼ in 24 Monaten und ¼ in 36 Monaten - mit Null Zinsen!

Exkl. einmaliger Vertrags- und Bearbeitungsgebühr. Nicht mit anderen Aktionen oder Mazda3 Mirai kombinierbar. Angebot gültig nur bei Anmeldung bis 30. Juni 2011.

# Bedrohte Tierarten

## Die Arbeit mit gefährdeten Tierrassen - vielfältig, interessant & spannend

Zahlreiche Nutztierassen sind in Österreich in ihrem Bestand gefährdet. Engagierte Züchter setzen sich aus diesem Grunde seit geraumer Zeit dafür ein, die Vielfalt an reinrassigen Tierarten zu erhalten - darunter auch Familie Hauser, die sich auf ihrem Arcehof gleich vier gefährdeten Rassen widmet.

Die Zahl gefährdeter Haus- und Nutztierassen ist steigend - über 40 sind es derzeit alleine in Österreich. „Durch jahrhundertelange züchterische Selektion und Anpassung entstand eine große Vielfalt spezialisierter Rassen mit vielfältigen Nutzungsmöglichkeiten. Durch die Forcierung hochspezialisierter Leistungsrassen ist die Rassenvielfalt jedoch drastisch zurückgegangen“, gibt die Arche Austria Auskunft. Damit einhergehend gehen auch wertvolle Eigenschaften, wie Robustheit, Resistenz gegen diverse Krank-

heiten, Langlebigkeit, etc. verloren. Um dem entgegenzuwirken gibt es zahlreiche Züchter, die sich unter anderem im Rahmen von Arcehöfen die Aufgabe gestellt haben, sich für die Erhaltung gefährdeter Rassen einzusetzen - einer dieser ist der Hof „Unterhausreit“ von Familie Hauser.

### Vier gefährdete Rassen

In Gries im Pinzgau auf einer Seehöhe von 900m gelegen, widmen sich Maria und Hans Hauser der Züchtung von vom Aussterben

bedrohten Nutztierassen. „Alte Rassen besitzen noch ihre Urinstinkte, sind nicht überzüchtet und dadurch auch weniger krankheitsanfällig“, sieht Maria Hauser Vorteile darin. Seit dem Jahr 1925 ist der Hof bereits im Besitz von Familie Hauser und wurde von Generation an Generation weitervererbt. Das gefährdete original Pinzgauer Rind war dabei bereits vorhanden, als Maria und Hans den Hof übernahmen. 1998 folgte dann die Anschaffung der ersten Mangalitza Schweine - auch Wollschweine genannt. „Sie

sind besonders pflegeleicht und können das ganze Jahr im Freien gehalten werden“, so Maria Hauser, die die Züchtung gefährdeter Tierrassen auf ihrem Hof im zwei-Jahres-Rhythmus erweiterte. „Im Jahr 2000 wurden die Waldschafe gekauft, 2002 folgten die Huzulen-Pferde“, blickt sie zurück.

### Vielfältige & interessante Arbeit

Tierrassen, welche nicht bedroht sind, kommen für Maria Hauser nicht in Frage. „Die Arbeit mit gefährdeten Rassen ist vielfältiger, interessanter und spannender“, so die Pinzgauerin, die die Tiere auf fünf Hektar Weide bzw. im Sommer - bis auf die Mangalitza Schweine - auf 50 Hektar Almgebiet hält.



MANGALITZA SCHWEIN

Das Mangalitza Schwein ist eine der ältesten, rein erhaltenen, europäischen Schweinerassen. Durch ihre Wolle sind die Schweine sowohl gegen Kälte als auch Hitze geschützt. Das Mangalitza Schwein ist sehr anspruchslos, was Stallung und Futter betrifft. Eine ganzjährige Haltung im Freien ist möglich. Auffallend beim Mangalitza Schwein sind das langsame Wachstum, die Spätreife und relativ kleine Würfe (5-7 Ferkel).

Infos/Quelle: Arche Austria



ORIG. SCHWARZES PINZGAUER RIND

Fotos: Holzmann

Das Pinzgauer Rind hat sich aus den rotscheckigen Bajuwarenrindern und den einfärbigen Slawenrindern entwickelt und war ursprünglich ein Dreinutzungsrind (Fleisch, Milch und Arbeit). Die schwarz-weiß gefärbten Typen sind dabei eine Besonderheit. Der Bestand an reinrassigen Tieren ist in den letzten hundert Jahren drastisch zurückgegangen. Das Pinzgauer Rind zeichnet sich besonders wegen seiner vorzüglichen Milchqualität und dem feinfasrigen Fleisch aus.





HUZULEN PFERD

Das Huzulenpferd ist ein instinktstarkes, anspruchsloses und ausdauerndes Gebirgspferd mit den rassetypischen Wildpferdemerkmalen, wie Aalstrich, Schulterkreuz und Zerbrierung an den Beinen. Im Mittelpunkt des Zuchtziels steht meist ein Reitpferd für die ganze Familie mit sehr guter Geländegängigkeit, bester Eignung für den Fahrsport, Ausdauer, ansprechendem Temperament und gutem Charakter, das alle Voraussetzungen einerseits für den Freizeitsport andererseits für den Einsatz in der Landwirtschaft mitbringt.

Aufgrund ihrer Robustheit können die reinrassigen Tiere das ganze Jahr über im Freien gehalten werden und haben auch mit unwegsamem Gelände keine Probleme. „Selbst die Huzulen-Pferde haben eine ausgezeichnete Trittsicherheit und finden sich überall zurecht.“ Ein weiterer Vorteil der reinrassigen Tiere liegt

bei deren Fütterung. „Diese läuft völlig unkompliziert“, gibt Maria Hauser Auskunft. „Zusätzliche Futtermittel sind dabei nicht nötig.“

### Erfahrungsaustausch

Einzige Schwierigkeit oder besser gesagt Herausforderung liegt wohl im Zeitaufwand, der auf sich genom-



WALDSCHAF

Das Waldschaf stammt direkt vom Zaupelschaf ab, das mit den Indogermanen zu uns kam. Es ist genügsam, robust, wetterhart und anpassungsfähig. Unter harten Bedingungen entwickelte sich ein extrem leichtfuttriges Schaf, welches das Grundfutter bestens ausnutzt. Die Nutzungsmöglichkeiten reichen von der „Dienstleistung Landschaftspflege“ über den Verkauf des Lammfleisches bis zur Verarbeitung der waldschaftstypischen Mischwolle zu einem hochwertigen Tweedstoff.

men werden muss, um die Tiere bei anderen Züchtern zu decken - sprich, für Nachwuchs zu sorgen. Mehrstündige Autofahrten sind dabei keine Seltenheit. „Nimmt man die Huzulen als Beispiel, so gibt es in ganz Österreich nur fünf Zuchthengste“, zeigt die Biobäuerin damit auch den geringen Rassebestand auf.

Dennoch lohnen sich die weiten Fahrten für sie. „Es ist immer auch ein Erfahrungsaustausch mit den anderen Züchtern. Und vielleicht finden sich in Zukunft mehr Züchter bedrohter Rassen in der näheren Umgebung. Denn irgendwann wird aufgrund von Überzüchtung ohnehin ein Schritt zurück notwendig werden.“



[www.wuerth-hochenburger.at](http://www.wuerth-hochenburger.at)

## UNSERE NIEDERLASSUNGEN IN IHRER NÄHE!

Würth-Hochenburger GmbH

### Kombistandort Eben:

Hauptstraße 44  
5531 Eben/Pg.

Baumarkt Tel: 06458/8122-4150  
Baustoffe Tel: 06458/8122

### Kombistandort St. Johann:

Salzburger Straße 17  
5600 St. Johann/Pg.

Baumarkt Tel: 06412/8133  
Baustoffe Tel: 06412/8131

Bestens beraten, wenn's ums Bauen geht.

Besuchen Sie uns auf der  
„Wirtschaftsausstellung Pongau 2011“  
in Goldegg!

Wir laden Sie herzlich ein,  
am Freitag, 17. Juni, ab 14 Uhr und  
am Samstag, 18. Juni, ganztägig  
bei uns vorbeizuschauen und sich über  
die neuesten Trends zu informieren.



DEKORATEUR  
TAPEZIERERMEISTER

Christian Augschöll  
Telefon & Fax: 06412-8275  
Mobil: 0676-4259858  
[www.tapezierer-augschoell.at](http://www.tapezierer-augschoell.at)

- Möbelstoffe
- Gardinen u. Dekorstoffe
- Teppiche
- Elastische Beläge
- Holzböden
- Tapeten

# Keine Zeiten, keine Sieger, aber viele Gewinner

Das Glück gehört den Tüchtigen und somit ging am 24. Mai bei strahlendem Wetter der City-Lauf Bischofshofen, der erste Benefizlauf der Schulen und



Kindergärten, sehr erfolgreich über die Bühne.

Bereits um 8.30 Uhr starteten die 1. und 2. Klassen der Volksschulen hochmotiviert und voller Elan beim ersten von fünf Läufen mit jeweils rund 300 Kindern und danach ging es in der gleichen Tonart bei den folgenden vier Läufen weiter. Angefangen von den Kleinsten in den Kindergärten bis hin zu den angehenden Maturanten leisteten alle ihren wertvollen Beitrag zum Gelingen dieser Großveranstaltung. Insgesamt waren rund 1500 Kinder am Start, die von den zahlreichen

ZuschauerInnen entlang der Strecke begeistert beklatscht wurden.

Die Kinder sorgten wahrlich für „Bewegung in Bischofshofen“ und sie wurden von ihren Sponsoren, meist Mama, Papa, Großeltern oder anderen Verwandten, großartig unterstützt. Es ging bei den einzelnen Kindern nicht um die großen Beträge, es ging um den symbolischen Wert, aber schlussendlich konnten mit großem Stolz insgesamt 6464,17 Euro als Spende an das Österreichische Jugendrotkreuz zum Aufbau einer Jugendgruppe in Bischofshofen übergeben werden.



Fotos: Holzmann, CityLauf (1)

## GEBRAUCHTWAGEN mit GARANTIE!



**Hyundai Santa fe 2,2 CRDi Premium 4 WD**, Bj. 11/2009, Klimaanlage, CD-Radio, met. Lack, Alufelgen, Lederausstattung, Sitzheizung, Allrad, Einparkhilfe  
€ 24.990,-



**Daewoo Karlos 1,2 SE SOHC**, Bj. 12/2004, Klima, CD-Radio, met. Lack, ABS, Zentralverriegelung mit FB, el. Fenster  
€ 4.900,-



**Ford Fiesta Ghia 1,4 TDCI**, Bj. 10/2003, Klima, CD-Radio, met. Lack, Alufelgen, NSW, Fernbedienung, el. Fenster  
€ 5.900,-



**Mitsubishi L200 2,5 DID**, Bj. 02/2007, 136 PS, Klima, CD-Radio, met. Lack, Alufelgen, Boardcomputer, Allrad, hardtop, LRW, Ö-Paket  
€ 19.900,-



**Renault Grand Scenic Dynamique**, Bj. 04/2005, Klima, CD-Radio, met. Lack, 7 Sitze, NSW, Alufelgen, schlüssellos, FB  
€ 10.900,-



**Skoda Octavia Combi Solo 1,9 TDI DPF**, Bj. 09/2008, Klima, CD-Radio, met. Lack, Allrad, ESP, NSW, Dachreling, el. Fenster, FB  
€ 17.990,-



**Citroen C2 1,1i SX**, Bj. 09/2004, Wegfahrsperre, ABS, el. Fenster, Zentralverriegelung mit FB  
€ 5.900,-



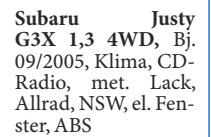
**5600 St. Johann im Pongau, Bundesstraße 10 • ☎ 0 64 12 / 64 65**



**Renault Megane Grandtour 1,6 Expression**, Bj. 05/2004, Klima, CD-Radio, met. Lack, Dachreling, el. Fenster, FB, schlüssellos  
€ 7.990,-



**Suzuki SX4 1,6 GL 4WD Spezial**, Bj. 04/2008, Klima, CD-Radio, met. Lack, Sitzheizung, beheizte Außenspiegel, Allrad, Dachreling  
€ 16.500,-



**Subaru Justy G3X 1,3 4WD**, Bj. 09/2005, Klima, CD-Radio, met. Lack, Allrad, NSW, el. Fenster, ABS  
€ 8.900,-

**Weitere Gebrauchtwagen aller Marken unter [www.auto-pirnbacher.com](http://www.auto-pirnbacher.com)**





## Festabend mit Sport & Musik

Am 13. Mai wurde mit einem Festabend in das Jubiläumsjahr der Stadtgemeinde Bischofshofen anlässlich "1300 Jahre Maximilianszelle" gestartet. Zum einen feierte an diesem Abend die Bauernmusikkapelle Bischofshofen ihr 60-jähriges Jubiläum, zum anderen die Hermann-Wielandner-Hauptschule ihr 40-jähriges Bestehen. Nachdem Sport und Kultur im Leitbild der Stadt als wesentliche Säulen verankert sind, war es naheliegend, mit Jugend, Sport und (Blas)Musik eine Visitenkarte für das aktive Stadtleben abzugeben. Zu den musikalischen Klängen verschie-

dener Epochen und Stilrichtungen der Bauernmusikkapelle Bischofshofen zeigten an diesem Abend die Schülerinnen und Schüler der Sporthauptschule in der bis auf den letzten Platz gefüllten Hermann-Wielandner-Halle ihr akrobatisches Können. Zudem präsentierte die Sektion Kunstquadrat des Kulturvereins Pongowe ein dreißig Meter langes Bild, welches unter der Leitung von Ekkehard Proschek von zwölf Künstlerinnen und Künstlern gestaltet wurde und in unterschiedlichen Sequenzen die Geschichte der Stadt Bischofshofen darstellt.



Fotos: Holzmann

## Geht es Ihnen auch manchmal so:

...Sie hetzen von einer Aktion zur nächsten, im Beruf wie auch in der Freizeit. Sie haben dabei den Eindruck, die Welt dreht sich irgendwie schneller, immer ist die Zeit knapp – entsteht dann unverhofft eine kleine Nachdenkpause packt Sie die Erkenntnis: das Leben zieht an mir vorbei, es gäbe noch so Vieles, ganz Anderes, Wichtigeres zu tun. Auch diese Feststellung kann dazu führen, dass der bekannte Kreislauf von vorne wieder beginnt.

Uns stehen heute mehr Möglichkeiten denn je offen. Wir packen immer zu viel in die zur Verfügung stehende Zeit – Leerläufe sind für viele unerträglich, jede freie Minute muss (sinnvoll) genutzt werden. Schließlich soll etwas weitergehen. Nur bloß keinen Stillstand zulassen! In unserer modernen Gesellschaft ist Zeit zum Innehalten, Durchatmen, sich neu orientieren nicht mehr vorgesehen. Auch gesellschaftspolitisch gesehen überschlagen sich die Neuerungen: moderne Technologien von heute sind morgen veraltet, was heute Gültigkeit hat, ist morgen schon wieder einer Reform zum Opfer gefallen.

Auf der anderen Seite ist Entschleunigung bereits ein Modewort geworden: längst hat die Freizeitindustrie das Bedürfnis nach Rückbesinnung auf die sogenannten wahren Werte erkannt.

Wenn auch bei Ihnen eine große Sehnsucht nach einem ausgewogenen Leben besteht, Sie dieses Gleichgewicht verloren haben und wiederfinden wollen und dabei allein nicht weiterkommen, kann professionelle psychologische Hilfe – sozusagen der Blick von außen – hilfreich sein.



Mag.a Susi Reitsamer - Tel.: 0664/22 11 285  
 Mag.a Sandra Winter - Tel.: 0664/44 56 057  
 Mag.a Mona Spannberger - Tel.: 0699/1224 77 97  
 Mag.a Martha Saller - Tel.: 0664/16 32 490  
 5500 Bischofshofen, Bahnhofstraße 15

# Swim - Bike - Run für die "Stadt mit Schwung"

Am 19. Juni fällt in Kuchl der Startschuss zum Salzburger Land Triathlon 2011. Mit dabei sind auch zahlreiche Pongauer – sowohl als Einzel- als auch als Staffelstarter. Bereits in den letzten beiden Ausgaben des Pongaumagazins haben wir zwei Firmenstaffeln vorgestellt, die sich der Herausforderung „Triathlon“ stellen – hier folgt nun die dritte, welche am Wettkampftag ebenfalls von uns begleitet wird.

Nach sechs Jahren genießt der Salzburger Land Triathlon in Kuchl bereits einen sehr guten Ruf und lockt zahlreiche Teilnehmer aus nah und fern an den Start. „Im letzten Jahr hatten wir 550 Anmeldungen aus 17 Nationen“, gibt Organisator Andreas Leopolder Auskunft. „Damit ist aber auch die Kapazität, die dieser Bewerb verkraftet, erreicht. Wir sprechen uns ganz klar gegen einen Bewerb mit 1000 oder mehr Startern aus. Das geht meist nur zu Lasten der Qualität.“ Während sich die einen alleine über die Olympische Triathlondistanz (1,5 km Schwimmen, 40 km Radfahren, 10 km Laufen) wagen, bietet sich für andere der (Firmen-)Staffelbewerb als Option an. „Der Staffel- und Firmentriathlon boomt sehr“, so Andreas Leopolder. „Es ist für alle ein riesen Spaß, sich im Team zu matchen. Der Leistungsgedanke steht dabei nicht im Vordergrund.“

## Spaß, Spaß, Spaß

Diesen „Spaß“ wollen sich auch drei Bischofshofener nicht entgehen lassen und gehen für „Bischofshofen – die Stadt mit Schwung“ in den Bewerb. Die einzelnen Disziplinen teilen sich die drei Staffelmitgliedern dabei – einer schwimmt, der zweite radelt, der dritte läuft. In diesem Falle ist es Stefan Gruber, der sich auf die für Staffelteilnehmer auf 600m verkürzte Schwimmstrecke macht – mit dem Ziel, „eine ansprechende Leistung zu zeigen.“ Das Training dafür verläuft eher sporadisch. „Hin und wieder schwim-

me ich ein paar Längen“, gibt der Bischofshofener Polizeibeamte Auskunft, der nach der Erbringung seiner Leistung das „Staffelholz“ – in diesem Fall den Zeitnehmungschip – an Robert Wildmann übergeben wird. Und für den heißt es dann: 40 km von Kuchl über Golling und den Eselreitberg in Richtung Lammertal und zurück zu absolvieren. Nach einer Zeit zwischen 1:10 und 1:15 Stunden – so dass Ziel von Robert Wildmann – will er an den letzten im Team, den „Teamcaptain“ Günther Wagner, übergeben. Auch er hat sich ein Ziel für die 10 km Laufstrecke von Kuchl nach Golling und retour zum Bürgerausee gesetzt: „10 km in 50 Minuten.“

## Triathlon-Luft schnuppern

Triathlon-Erfahrung kann übrigens keiner der drei vorweisen, Trainings-Erfahrung jedoch schon. So hat Robert Wildmann in der Vorbereitung auf den Salzburger Land Triathlon am 19. Juni bereits einige Ausfahrten mit dem Rennrad hinter sich gebracht und Günther Wagner schnürt ohnehin drei mal wöchentlich seine Laufschuhe. Kein Wunder also, dass Letztgenannter auch die „treibende Kraft“ hinter dem Staffelstart war. „Er hat mit mir immer wieder mal über Sport bzw. Triathlon gesprochen“, so Robert Wildmann. „Und daraus wurde dann auch die Idee einer möglichen Staffelteilnahme geboren.“ Läufer und Radfahrer waren sich somit schnell einig, fehlte noch der Schwimmer im Team. „Den haben



## SWIM



Name: Stefan Gruber

Team: Bischofshofen - Stadt mit Schwung  
Arbeitsbereich: Polizeibeamter  
Ziel: ansprechende Leistung

## BIKE



Name: Robert Wildmann

Team: Bischofshofen - Stadt mit Schwung  
Arbeitsbereich: Gemeindebediensteter  
Ziel: Zeit zwischen 1:10 - 1:15 Std.

## RUN



Name: Günther Wagner

Team: Bischofshofen - Stadt mit Schwung  
Arbeitsbereich: GF Bestattung  
Ziel: 10 km in 50 min

wir bald in Stefan Gruber gefunden“, war das Team komplett. Ebenso rasch waren sich die drei auch im Team-Namen „Bischofshofen - die Stadt mit Schwung“ einig. „Für uns drei Öffentlich-Bedienstete Bischofshofener war dieser in Anlehnung an die Gesunde-Gemeinde-Aktionen aus den Vorjahren naheliegend.“ Immerhin hatte und hat das Projekt „Gesunde Gemeinde Bischofshofen“ das Ziel, das Gesund-

heitsbewusstsein der Bevölkerung zu schärfen - und Sport trägt maßgeblich dazu bei.

Wie es den drei Staffelstartern am 19. Juni ergangen ist, lesen Sie in der nächsten Ausgabe des Pongaumagazins. Für Kurzentschlossene ist die Anmeldung zum Salzburger Land Triathlon 2011 übrigens noch geöffnet. Der Start für Einzelstarter ist um 11 Uhr,

Staffelstarter folgen um 11.30 Uhr. Nähere Infos diesbezüglich gibt es unter: [www.salzburgerlandtriathlon.at](http://www.salzburgerlandtriathlon.at)

## GEWINNSPIEL!

Das Pongaumagazin verlost für Schnel-lentschlossene noch einen (Firmen-) Staffelstartplatz für den Salzburger Land Triathlon am 19. Juni. Näheres dazu auf der Gewinnspielseite (S. 40).

## Autohaus Pirnbacher setzt auf E-Mobilität



Während kleiner Reparaturen stehen E-Bike oder Elektroauto zur Verfügung.

Ab sofort setzt das Autohaus Pirnbacher in St. Johann verstärkt auf E-Mobilität und bietet seinen Kunden dabei ein einzigartiges Angebot. „Wir stellen während der Wartezeit aufgrund kleiner Reparaturen oder Servicearbeiten ein E-Bike zur Verfügung. So können in der Zwischenzeit

Erledigungen im Stadtzentrum durchgeführt werden“, gibt das Team des Autohaus Pirnbacher Auskunft. „Für all jene, denen das Fahrrad zu wenig ist, steht zudem ein Mitsubishi i-MiEV zum Testen zur Verfügung.“ Eine haus eigene Ladestation sorgt für die benötigte Energie.

Autohaus Pirnbacher  
5600 St. Johann im Pongau • Tel: 06412/6465  
[www.auto-pirnbacher.com](http://www.auto-pirnbacher.com)

**thermo-span**  
ENERGIESPARSTEINE

Unser neues Haus-einfach zum Wohlfühlen!

**Natürlich gebaut!**

- Massiv-wertvoll Bauen mit thermo-span
- + natürliche und gesunde Innenausstattung
- = beste Wohnqualität

**Der NEUE 2-wandige Anschlagstein**

Die guten Wärmedämm- und Speichereigenschaften der thermo-Energiesparsteine schützen auch Ihr Haus vor Lärm, Kälte und Frost und erzeugen mit wenig Energieaufwand ein angenehmes, heimeliges Wohngelühl.

■ Bauen mit Natur - Bauen für Generationen

**thermo-span**

■ Baustoffwerk St. Johann/Pg  
Hartl & Guehenberger GmbH • A-5600 St. Johann/Pongau  
Tel. 06412/6811, FAX: 06411-6, • [info@thermo-span.com](mailto:info@thermo-span.com)  
[www.thermo-span.com](http://www.thermo-span.com)





Szenefotograf: Lisa

Mehr Bilder im Internet unter: [www.pongaumagazin.at](http://www.pongaumagazin.at)







**MAMASITA'S**  
mexican grill & bar

**All you can eat:**  
**Spareribs**  
**Jeden Mittwoch**  
**und Freitag!**

**SOMMER-OPENING**  
**PARTY-WEEKEND**

**Für alle GEBURTSTAGSKINDER im Juni:**  
In deiner Geburtstagswoche erhältst du  
einen **1,5-LITER COCKTAIL-KRUG**  
als Geschenk!  
**HAPPY BIRTHDAY!**

Am Freitag den 17. Juni  
und Samstag den 18. Juni  
erhältst du für dein  
originelles Sommeroutfit  
einen erfrischenden  
**COCKTAIL!**

Mamasita's mexican grill & bar • St. Johann i/Pg • Wagrainstrasse 3 • Tel.: 06412/4288 od. 0664/4417779







**ewe**

... und nicht irgendeine Küche

*Gute Küche,  
jetzt günstig serviert*

**-50%** auf alle Rückwände und Fächer

**-50%** auf einen Apothekerschrank

**-50%** auf einen Eckschrank

**-80%** auf alle Arbeitsplatten

**-100%** auf alle Sichtseiten  
in glänzend

**Aktionen:** gültig beim  
Kauf einer  
kompletten Küche



**DAS KÜCHENSTUDIO RED ZAC WORLD**

# G.KAPPACHER

5600 St. Johann • Hauptstraße 45 • Tel. 06412-41960 • Fax: DW 46 • mail: [haushalt@kuechen-kappacher.at](mailto:haushalt@kuechen-kappacher.at) • [www.kuechen-kappacher.at](http://www.kuechen-kappacher.at)

Auf 200 m<sup>2</sup> Ausstellungsfläche können sie, im „Das Küchenstudio“, die neuesten Kreationen der Firma EWE & FM in 8 Ausstellungsküchen besichtigen! Nützen sie die Gelegenheit und verwirklichen Sie mit uns Ihre Traumküche! Angebot gültig beim Kauf einer kompletten Einbauküche.

Das Team vom „Das Küchestudio“ freut sich auf ihren Besuch im 1. Stock der Red Zac World Kappacher.

*Küchen ganz persönlich*

