



So spannend kann Turnen sein! Diesmal beobachten wir die Schüler der 3-C-Klasse der Hauptschule Ober-Grafendorf. Denn die loten auf spektakuläre Weise im Hochseilgarten ihre Grenzen aus.

# Die Abseiler



Raphie, Raphie!" Unter dem Jubel seiner Klassenkameraden hat Raphael den „Pamper Pole“ erklommen und reckt auf der Mini-Plattform des kahlen Holzpfehl in 7 Meter Höhe die Hände gegen den Himmel. Der Pfehl wackelt bedrohlich, und unten am Waldboden steht die Anspannung jenen ins Gesicht geschrieben, die ihren Freund dort oben mittels Sicherungsseil sichern.

„Ich bin der König der Weeeelt!“ schreit Raphael – wie einst Leonardo di Caprio im Kino-Klassiker „Titanic“ – und stürzt sich in die Tiefe. Voll Vertrauen, dass ihn seine Freunde Alex, Daniel, Martin und Roland mit dem Seil sichern und ihren Kameraden sicher zurück auf den Boden hieven.

Auch Franz Trischler kann locker lassen –

## checkpoint

### Grenzgang der Gefühle

Ort: Hochseilgarten „Dschungelparcours mit Outdoor-Training“ am Ebersdorfer Badensee bei Ober-Grafendorf (NÖ).

Zweck: Grenzüberschreitende Selbsterfahrungs- und Naturerlebnisse  
Für: Schulklassen, Familien, Firmen, Freunde usw.

Kontakt: Mag. DI Franz Trischler,  
Marktgasse 21, 3200 Ober-Grafendorf,  
Mobil: 0676/77 69 808,  
E-Mail: office@franztrischler.at

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



der geprüfte Betreiber und Besitzer des Hochseilgartens in Ober-Grafendorf (NÖ), wo die 3-C-Klasse der Hauptschule Ober-Grafendorf gerade einen alternativen Turnunterricht „genießt“, hat die ganze Szene natürlich zusätzlich abgesichert und jederzeit unter Kontrolle.

Trotz der winterlichen 4° Celsius ist den Schülern durch die innere, muskuläre oder auch mentale Anspannung ganz schön heiß. Es hat schon was, das „Abseilen“ vom traditionellen Turnunterricht. Vor allem, wenn ein Hochseilgarten als „Open-Air“-Unterricht zur Persönlichkeitsbildung genutzt wird.

Schon diese erste der zehn Stationen zwischen 7 und 8 Metern über Grund beinhaltet alles, weshalb Schulrat Johann Riesenhuber seinen Burschen diese Alternative zum herkömmlichen Turnunterricht organisiert hat. „Es ist für alle Beteiligten sehr aufschlussreich, wenn der eine oder andere auf diesem Parcours spielerisch an seine Grenzen geführt wird. In dieser spannenden Art wäre das in einem Unterricht im Turnsaal nie und nimmer möglich“, nennt der routinierte Turnlehrer einen wichtigen Grund für diesen sportlichen Ausflug.

Auf die Frage von Franz Trischler: „Wer will der Nächste sein?“ schnellen dutzende Hände mit begeisterten „Ich, ich“-Rufen in die Höhe. Eine aktive Mitarbeit, die beim Schulturnen sicher nicht immer und vor allem nicht bei jedem gesehen wird. Riesenhuber: „Ich staune wirklich über manche Schüler. Im Turnunterricht eher unauffällig und außerhalb der Schule von der Mama gut behütet, stellen sich einige plötzlich dieser Herausforderung mit großem Eifer. Da sieht man,

welches Potenzial in den Kindern schlummert, von dem man oft nichts ahnt.“ Für Riesenhuber ist das auch ein Beweis mehr, dass häuslich geschürte Überangst vor Verletzungen oder Unfällen oft kontraproduktiv für die Entwicklung des Kindes ist.

Die hängende Riesenleiter, mit riesigem Abstand zwischen den einzelnen Sprossen, ist eine der Lieblingsstationen von Franz Trischler: „Weil hier Teamwork besonders gefragt ist. Ohne sich gegenseitig zu helfen, kommt kaum einer von den 13jährigen Kids auch nur eine einzige Sprosse hoch.“

Wer hier die Sicherung seiner kletternden Kameraden übernimmt, hat ein „Ticket“ für Hochseil-Stationen wie „Dschungelbrücke“, „Erdbeben“ und den abschließenden „Flying Fox“ über den Ebersdorfer Badensee ergattert. Klar, dass auch alle diese Mutproben in sieben Metern Höhe und mehr von Franz Trischler und seinem Mitarbeiter Roman profes-

sionell gesichert werden. Zum Glück, denn der eine oder andere Schüler scheitert an einem Übergang – und stürzt ins Seil. Dort hängt er so lange in der Luft, bis sich einer der professionellen Retter an die Absturzstelle vorgearbeitet hat. Aufregend ist eine Rettungsaktion in sieben Meter immer ...

Der Ausflug in den Hochseilgarten hat die Erwartungen übertroffen. Für alle war es ein Bewegungserlebnis – für einige ein echter Grenzgang der Emotionen. Die Benotung der Schüler für diesen Alternativ-Turnunterricht? „Super geil“!

## INFO

„Mut tut gut“ wird unterstützt vom Staatssekretariat für Sport. Als neues Mittel für den Turnunterricht ist es konzipiert als Sammlung von offenen Bewegungsangeboten für den motorischen Basisunterricht von Kindern in Kindergarten, Volksschule und Verein. Das Unterrichtsmittel ist ein Karten-Set, bestehend aus 80 stabilen Karten im Format von 15 mal 10 Zentimetern. Auf der Vorderseite zeigen sie Kinder bei einer Aktivität im Bewegungsunterricht. Auf der Rückseite sind eine Skizze zur Organisation, knappe Erläuterungen zur gezeigten Übung und eine Anleitung zum Aufbau der Stationen abgebildet. Auf diese Weise werden 80 verschiedene Stationen mit 80 Geräten und Hilfsmitteln beschrieben und animieren zum Bewegen, Nachahmen, Ausbauen und Erweitern – je nach Können und Kreativität der Kinder und der Lehrperson.

### • Weitere Infos:

Mag. Sophia Steidl-Bolzano, Koordination  
„Mut tut gut“ Österreich.  
E-Mail: steidl-bolzano@inode.at

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

