



Adi Werner

BRUDERSCHAFT

Gleich 450.000 € hat die Bruderschaft St. Christoph am Arlberg 2003 für in Not geratene Mitmenschen aufgebracht.

2004 wird es nicht weniger sein, denn der Mitgliederstand ist auf 14.000 Schwestern und Brüder gestiegen – viele davon aus der Sportbranche ... Ski- und Wedelwochen, Seminare und Kurse im Hospizhotel, dem Sitz der Bruderschaft, wurden von der Sport-Fachwelt frequentiert – die Bruderschaft wurde

sportlastig. Es begann mit Ernst Franz und seiner Top-Skiing-Woche vor 35 (!) Jahren.

Der Bruderschaftsmeister Adi Werner (oben) beobachtete von da ab besonders seine Gäste und gewann nach und nach hunderte für die Bruderschaft.

Bei der ÖSFA sah man viele Besucher und Aussteller mit dem Bruderschaftsabzeichen.

(Wer es nicht trägt, will ja damit zum Ausdruck bringen, dass er als Strafe spenden möchte.)



Half man früher z. B. dem „Seilgefährten“, so hilft man heutzutage dem Bruder. Es ist eine Ehre, Bruderschaftsmitglied zu sein und zu helfen.

Heinrich Findelkind hat die Bruderschaft vor 619 (!) Jahren gegründet. Selbst heute gilt: „*Ecce, quam bonum et iucundum est habitare fratres in unum. – Seht, wie gut und erfreulich es ist, einträchtig unter Brüdern zu weilen!*“

+++

TURNEN

Turnlehrer und Eltern, bitte herhören! Am Polytechnikum in Graz werden die SchülerInnen in Kürze nicht weniger, sondern mehr turnen: statt bisher zwei künftig fünf Stunden lang. Das sechsmonatige Modellprojekt wird vom Sportmediziner Peter Schober von der Uniklinik Graz wissenschaftlich begleitet.

GRAUE ZELLEN

Körperliche Bewegung

hält nicht nur Herz und Kreislauf in Schwung, sondern auch das Gehirn! Wer seine Muskeln stärkt, stärkt auch sein Gedächtnis: Das bewiesen Studien der University of Illinois an 55- bis 79-Jährigen.

Das Team um Dr. Arthur Kramer untersuchte die körperliche Fitness der Probanden und ließ einen Test machen, bei dem eine Reihe von Symbolen richtig erkannt und zugeordnet werden sollten.

Nach wöchentlich drei Aerobic-Stunden über sechs Monate hinweg wurden die Teilnehmer noch einmal getestet. Bei allen hatte sich nicht nur die körperliche, sondern auch die geistige Leistung deutlich gebessert, weil auch das Gehirn besser durchblutet wurde und die Konzentration an Neurotrophin gestiegen war.