

Eisenstadt, 31. 08. 2022

## Medieninfo

### Symposium „Sport 2022 - Trendsportarten macht Schule“

---

Sehr geehrte Medienvertreter\_innen!

Rund 100 Pädagog\_innen besuchten am 29. und 30. August 2022 das Symposium „Sport 2022 - Trendsportarten macht Schule“ in der Mittelschule Mattersburg, eine Veranstaltung der Privaten Pädagogischen Hochschule Burgenland (PPH Burgenland) in Kooperation mit der Bildungsdirektion für Burgenland.

Werner Schwarz, Sportwissenschaftler und Direktor des Bundesgymnasiums Zehnergasse in Wiener Neustadt, wies in seinem Impulsvortrag „Sport kann mehr!“ auf die Wichtigkeit des Bewegungs- und Sportunterrichts aus wissenschaftlicher Sicht hin. Ein bewegter Lebensstil verbessert nicht nur die Fitness und die Gesundheit. Sport steigert auch die kognitiven Leistungen und macht zufrieden und glücklich, so die neuesten Erkenntnisse.

Neben Bewegung tragen eine ausgewogene und auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmte Ernährung sowie mentale Stärke entscheidend zu einer hohen Lebensqualität bei. Ö3-Moderatorin und Yogalehrerin Sandra König präsentierte ihr neues Buch „Auf die Plätze, Lächeln, Los! (2022) und gab Tipps, wie man zu mehr Achtsamkeit im Alltag gelangen, mit allen Sinnen das Leben genießen und sowohl die Energiequellen als auch Energieräuber erkennen kann, um mit mehr Energie, Gelassenheit und Leichtigkeit durchs Leben zu gehen.

In Workshops konnten die Teilnehmenden Trendsportarten wie Bassalo, Floorball, Yoga for Kids, Akrobatik und Tanzworkout ausprobieren, die als abwechslungsreiche Ergänzung zu den traditionellen Sportarten im Schulalltag eingesetzt werden können.

**Bild 1** Rund 100 Lehrer\_innen, Pädagog\_innen sowie Studierende der PPH Burgenland nahmen am Symposium „Sport 2022 - Trendsportarten macht Schule“ teil.

**Bild 2 (v.l.n.r.)** Institutsleiter der PPH Burgenland Mag. Dr. Klaus Novak, Rektorin der PPH Burgenland Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Sabine Weisz, Sportwissenschaftler Mag. Dr. Werner Schwarz, Ö3-Moderatorin Mag.<sup>a</sup> Sandra König, Vizerektor Mag. Dr. Herbert Gabriel im Kulturzentrum Mattersburg bei der Buchpräsentation von Ö3-Moderatorin Sandra König.

**Bildquelle:** Private Pädagogische Hochschule Burgenland

Thomas-Alva-Edison-Straße 1

7000 Eisenstadt

Tel: 02682 24817

Mobil: +43 676 870 430 31

[marie.moerz@ph-burgenland.at](mailto:marie.moerz@ph-burgenland.at)

Auf Ihre Berichterstattung und Berücksichtigung dieser Nachricht in Ihrem Medium würden wir uns sehr freuen. Vielen Dank!

Für weitere Fragen stehe ich Ihnen sehr gerne zur Verfügung.

Mit herzlichen Grüßen,

Marie Mörz

Leiterin der Stabstelle Öffentlichkeitsarbeit