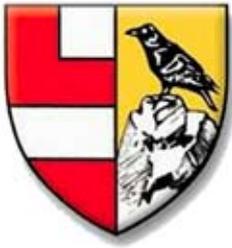


Juli 2011

Amtliche **Nachrichten**



der Marktgemeinde

**RABENSTEIN**

an der Pielach



Parteienverkehr: Montag, Dienstag und Freitag  
Mittwoch  
Donnerstag

08:00 - 12:00 Uhr  
08:00 - 12:00 Uhr und 13:00 - 20:00 Uhr  
kein Parteienverkehr

Tel.: 02723/2250; Fax DW 44  
www.rabenstein.gv.at  
e-mail: [gemeinde@rabenstein.gv.at](mailto:gemeinde@rabenstein.gv.at)

## Primiz von MMag. Pater Patrick Schöder am 26. Juni



### Inhalt:

Primiz von MMag. Pater Patrick Schöder  
FF Tradigist  
Tag der offenen Tür - ASBÖ  
Mitteilungen des Bürgermeisters  
Dirndltal stark durch Marke  
Energy Camp  
Veranstaltungskalender  
Schwimmen zur Gesundheitsförderung  
Obstbaumaktion 2011  
Eröffnungsschießen der Schützengilde  
Naturfreunde Neuwahlen  
ASBÖ Neuwahlen  
Fußballmatch der Gemeinden  
Ankündigungen  
Chronik



Pater Patrick mit Pfarrgemeinderäte und Pfarrkirchenräte



Fotos: zVg Kurt Zagler

Pater Patrick mit Ministranten



Pater Patrick mit Priester und Ministranten

Foto: Andreas Daxböck



## Ausbildungsüberprüfung „Technischer Einsatz“

18 Mitglieder der Feuerwehr Tradigist traten erfolgreich zur Leistungsüberprüfung „Technischer Einsatz“ an (von hinten nach vorne):

Franz Schmid, Reinhard Walcher, Helmut Buxbaum, Roman Gerstl, Markus Thalhammer, Engelbert Umgeher, Franz Zöchbauer, Johannes Ladinger, Jürgen Veitinger, Willi Neuwirth, Michael Veitinger, Christian Schmid jun., Michael Kalteis, Josef Zöchbauer, Andreas Veitinger, Christian Schmid sen., Christine Schmid und Patrick Raitzl

## Rettungsstelle gewährte „Einblicke“

Am „Tag der Freiwilligen“ öffnete der ASBÖ Rabenstein seine Pforten um der Bevölkerung einen Einblick in die Arbeit der Helfer zu ermöglichen. Neben zahlreichen Interessierten von Jung bis Alt waren am 17. Juni auch 150 Kinder der Volks- und Hauptschule mit ihren Lehrern vertreten.

Foto: Doris Helmreich (NÖN)



# Liebe Rabensteinerinnen und Rabensteiner!

## *Pater Patrick feierte in Rabenstein Primiz*

Herzliche Gratulation unserem neu geweihten Priester MMag. Pater Patrick Schöder, welcher am 24. Juni im Stift Göttweig seine Priesterweihe empfangen hat. Am 26. Juni fand seine Primizfeier statt. Üblicherweise findet diese Feier im Geburts- bzw. Heimatort des Priesters statt. Nachdem Pater Patrick aus Südafrika kommt, hat er Rabenstein als seine Primizgemeinde ausgesucht. Das ist für unsere Gemeinde eine sehr große Ehre und Freude. Ich wünsche unserem „Wahlrabensteiner“ alles Gute und Gottes Segen für seinen weiteren Wirkens- und Lebensweg.

## *Aufnahme eines Lehrlings*



Johannes Zeuner verstärkt ab sofort das Mitarbeiterteam in unserem Gemeindeamt. Der aus 7 BewerberInnen ausgewählte und im Ortsteil Steinklamm wohnhafte junge Mann hatte am 1. Juni seinen ersten Arbeitstag.

Ich wünsche Ihm auf diesem Wege alles Gute für seinen neuen Lebensabschnitt.

## *Dank an Griessler Werner*

Ich möchte Herrn Werner Griessler für seine langjährige freiwillige Tätigkeit als Obmann beim ASBÖ Rabenstein herzliche danken.

Wir alle profitieren von solchen Menschen, die sich ehrenamtlich für die Gesellschaft zur Verfügung stellen. Nach seinem Rücktritt als Obmann wünsche ich Herrn Griessler alles Gute bei seinem verbleibenden Tätigkeitsfeld im Landesrettungswesen.

## *Strauchschnitt entlang von öffentlichen Straßen und Wegen*

Das warme Wetter und der Regen begünstigen den Austrieb unserer Pflanzen und Sträucher, worüber wir uns alle sehr freuen. Blühende Hecken und



Sträucher verschönern unseren Lebensraum ganz entscheidend.

Trotzdem gilt es darauf zu achten, dass die Sträucher und Hecken nicht über den Zaun auf öffentliche Straßen und Wege ragen und dort zu Sichtbehinderungen bzw. Gehbehinderungen führen.

Rabenstein gehört zu den ganz wenigen Gemeinden, in denen die Gemeindebürger täglich ihren Rasen- und Strauchschnitt kostenlos abliefern können.

Davon wird auch sehr reger Gebrauch gemacht. Bitte nutzen sie diesen Vorteil auch für den Rückschnitt ihrer Pflanzen entlang der Straßen.

Die Sommerferien haben begonnen und einige von Ihnen werden sich auf den Weg in den wohlverdienten Urlaub machen.

Auf diesem Wege wünsche ich ihnen einen schönen Sommer und allen Schülerinnen und Schülern sowie Studenten erholsame Ferien!

## „Rotkäppchen“ einmal anders

„Der liebe Wolf und das böse Rotkäppchen“, so lautete der Titel des selbst inszenierten Theaterstücks mit dem die Kinder des Rabensteiner Kindergartens das Publikum begeisterten. Die Kinder hatten mit Leiterin Judith Gerstl und ihrem Team (Karin Auer und Brigitte Gedl) zum Abschlussfest eine Geschichte rund um einen vegetarischen Wolf (Joel Stückler) und das hungrige Rotkäppchen (Anna Heindl) einstudiert. Zu den bis auf den letzten Platz das „GuK“ füllenden Gästen zählten unter anderem Pater Leonhard Obex, Vize-Bürgermeister Gottfried Auer sowie Volksschul-Direktor Peter Hütthaler.



Foto: Doris Helmreich (NÖN)

1. Reihe: „Rotkäppchen“ Anna Heindl, Johanna Haag, Elias Steinmetz, „Wolfi“ Joel Stückler, Helena Haag und Christina Heindl  
2. Reihe: Judith Gerstl, Brigitte Gedl, Karin und Gottfried Auer

Mit herzlichen Grüßen  
Ihr Bürgermeister

Kurt Wittmann



## Dirndltal stark durch Marke

Der Vorstand der Regionalplanungsgemeinschaft Pielachtal, der Dirndl-Dörrobst-Edelbrandgemeinschaft und des Genussregionsvereins beurteilten die Stärkung der „Marke Dirndltal“ als Zukunftsmotor für das Pielachtal.

Wie entwickelt sich unser Tal?

Was ist unsere Strategie?

Welche Schritte brauchen wir für ein zukunftsfähiges Dirndltal?

Mit diesen Fragen beschäftigten sich im Rahmen einer im April in der Kirchberghalle abgehaltenen Klausur die AkteurInnen des Dirndltals.

Aufbauend auf die Strategiepapiere wurden in Arbeitsgruppen verschiedene Themen bearbeitet. Unter anderem wurden die verbesserte Kooperation in der Region und die Vernetzung des Vereins Dirndl-, Edelbrand- Dörrobstgemeinschaft mit der Genussregion Pielachtaler Dirndl (z.B. gemeinsame Organisation einer Publikumsedelbrandverkostung, Tag der Dirndl, etc.) sowie ein Lenk- und Leitsystem für Dirndl- und regionale Produkte, vertieft. „Zeitplan und Verantwortlichkeit für einzelne Projekte und Maßnahmen wurden festgelegt. Die Umsetzung kann dadurch koordiniert erfolgen“, so Edith Kendler, GF Regionalbüro Pielachtal. „Das Regionalbüro Pielachtal, getra-

gen von den acht Pielachtal-Gemeinden, dient als Informationsdrehscheibe und Anlaufstelle für Projekte und Ideen aus der Bevölkerung“, so Obmann Bgm. Ök.-Rat Anton Gonaus. „Nur gemeinsam unter Einbindung aller AkteurInnen sowie der BewohnerInnen des Pielachtales ist es möglich die ambitionierten Ziele zur nachhaltigen regionalwirtschaftlichen Stärkung unseres Tales zu erreichen“, so Gonaus weiter.

Im Pielachtal wurden bereits viele gute Projekte umgesetzt. Die kleinregionale Zusammenarbeit der acht Pielachtal-Gemeinden von Obergrafendorf bis Frankenfels begann bereits im Jahr 1994 und kann auf viele Erfolge zurückblicken. Eines der erfolgreichsten Projekte der Regionalplanungsgemeinschaft Pielachtal ist das Projekt „Markenentwicklung“. Vieles ist rund um die Markenentwicklung entstanden, beispielsweise das Dirndlbuch, die Dirndlbroschüre, die Wahl der Dirndlkönigin und -prinzessin, die Dirndltaler Wissensbasis, der Pielachtaler Dirndlkirtag ([www.dirndlwiki.at](http://www.dirndlwiki.at)) und vieles mehr.

## „Guides“ für Energy Camps gesucht

Die Kleinregion Pielachtal engagiert sich aktiv in der Bewusstseinsbildung für Jugendliche im Bereich erneuerbare Energie und sucht dafür MitarbeiterInnen.

In Form von Zeltcamps für Jugendliche und Familien werden erneuerbare Energien und Gruppenerleben in innovativer Weise miteinander verknüpft. Der Grundgedanke dahinter ist eine Abkehr von katastrophpädagogischen Szenarien hin zu einer selbstbestimmten Gestaltung des Alltags mit (er)neu(erbar)en Mitteln. Das Erlebnis Energy-Camp schafft Erfahrung und wird mit dem Thema der nachhaltigen (Bewusstseins-)Bildung zu einem innovativen Produkt vereint, das es derzeit so noch nicht auf dem internationalen Markt gibt.

„Mit dem neuen Projekt „Energy Camps“ sollen Jugendliche im Alter von 12 bis 16 Jahren an das Thema Klimawandel und Einsatz erneuerbarer Energie erlebnisorientiert herangeführt werden. Das Pielachtal nimmt damit eine Vorreiterrolle ein“, so der Obmann des LEADER Vereins und der

Regionalplanungsgemeinschaft Pielachtal, Bgm. Ök.-Rat Anton Gonaus.

„Konkret geht es um die Betreuung von Familien und Jugendlichen auf 1-, 3- und 5-tägigen Energy-Camps zum Thema „erneuerbare Energieträger und nachhaltige Entwicklung“ in Form von Projektwochen und Feriencamps“, so Martina Grill, LEADER Region Mostviertel-Mitte, zuständig für den Bereich erneuerbare Energie.

### AUFGABEN:

Betreuung von Schulklassen, Familien und Jugendlichen (Feriencamps) im Energy-Camp, vor Ort; Umsetzung des entwickelten pädagogischen Konzepts, nach bestimmten Richtlinien; Moderation und Einleitung von Erlebtem hin zur Erfahrung und Selbstreflexion, Aktive Unterstützung und Mitentwicklung beim Errichten der Camp-Infrastruktur (Zeltstadt, Stromversorgung, ...), beim Essenkochen und bei der Gestaltung des Rahmenprogrammes. Flexible Gestaltung des Erlebnisses „Energy-Camp“ nach bereits ausgearbeiteten



Modulen und eine Integration bereits vorhandener Ressourcen in der Region.

### VORAUSSETZUNGEN:

- \* Mindestalter 19 Jahre
- \* Erfahrung in der Arbeit mit Jugendlichen
- \* erlebnispädagogischer Hintergrund, z.B. Ausbildung Natur- und Landschaftsführer, Ausbildung Waldpädagoge, Ausbildung zum Nationalpark Ranger, Ausbildung zum Outdoorpädagogen, etc.
- \* Gruppenleitungserfahrung
- \* freie Verfügbarkeit wochentags
- \* Interesse an naturwissenschaftlichen Themen

Infos und Anmeldung

Leader Regions-Büro Mostviertel-Mitte:

Mag.a Martina Grill,

[m.grill@mostviertel-mitte.at](mailto:m.grill@mostviertel-mitte.at),

Tel.: 0676-9509011



# Es ist immer was los...

## Juli 2011

### ...bei uns in Rabenstein

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung
<b>Samstag und Sonntag</b> 2. und 3. Juli	09:00	<b>Spark7 Ravenstone Ladies A-Cup</b> presented by NÖ Versicherung, Sportland.Nö & Zipfer Pielachtalarena Veranstalter: Ravenstone Beach Volleyball Club Kontakt: Christian Lick, 0664-9423633
<b>Samstag</b> 2. Juli	19:00	<b>Spirituelles Singen</b> Haus „Reidl“ - Dorf-Au 24 Veranstalter: Surya Kontakt: Rudolf und Beatrix Bauer, 02723-26188
	21:00	<b>white beachclubbing</b> powerd by Martini & Zipfer “GuK“ - VA-Saal Veranstalter: Ravenstone Beach Volleyball Club Kontakt: Manuel Zichtl, 0664-4115520
<b>Sonntag</b> 3. Juli	09:00	<b>Geisbühel-Berglauf</b> (Siegerehrung Josef-Franz-Hütte) Start: siehe Ausschreibung Veranstalter: Laufftreff Pielachtal und Naturfreunde Rabenstein Kontakt: Gerhard Pirgmaier, 0676-89585216 und Georg Kindig, 0676-3964393
	10:00	<b>Kirchweihfest in Tradigist</b> Marienkapelle Tradigist Veranstalter: Kirchengemeinschaft Tradigist Kontakt: Judith Gerstl, 02722-7004
<b>Samstag</b> 9. Juli (Ersatztermin: 16.7.)	19:00	<b>“Ein Hauch von Karibik“ - Karibik-Party</b> Pielachtalbad Veranstalter: Freizeitclub Rabenstein Kontakt: Klaus Krückl, 0650-5071966
<b>Freitag</b> 15. Juli		<b>Meditation zu Vollmond mit Feuerritual</b> Haus „Reidl“ - Dorf-Au 24 Veranstalter: Surya Kontakt: Rudolf und Beatrix Bauer, 02723-26188
<b>Samstag</b> 16. Juli	Start: 13:00	<b>19. österreichische Radmeisterschaften der Feuerwehren</b> Start und Ziel: Feuerwehrhaus Tradigist Veranstalter: FF Tradigist Kontakt: Andreas Veitinger, 0664-2139911
	15:00	<b>Stockschützen Hobby-Turnier</b> Stocksportanlage Rabenstein Veranstalter: ESV Union Raika Rabenstein Kontakt: Elfriede Hörmann, 0676-9539577
	15:30-18:00	<b>Qi Gong: Grundlagen und meditative Übungen</b> Haus „Reidl“ - Dorf-Au 24 Veranstalter: Surya Kontakt: Rudolf und Beatrix Bauer, 02723-26188



**Samstag**

16. Juli

**Countrymusik: "Shit-Voices"**

Greenhorn Hill

Veranstalter: The Greenhorn's

Kontakt: Sam Hochgerner, 0676-7466161

**Samstag und Sonntag**

16. und 17. Juli

**Pfarrheuriger**

Pfarrgarten Rabenstein

Veranstalter: Pfarre Rabenstein

Kontakt: Mag. Gregor Bernkopf, 0664-88455907

**Freitag - Sonntag**

22., 19:00

23. und 19:00

24. Juli 10:00

**Weinschank der FF-Tradigist**

FF-Haus Tradigist

Veranstalter: FF-Tradigist

Kontakt: Andreas Veitinger, 0664-2139911

**Dienstag**

26. Juli 16:30-19:30

**Blutspendeaktion**

ASBÖ Rabenstein

Veranstalter: ASBÖ Rabenstein

Kontakt: Wilhelm Vorlaufer, 0664-1530252

**Freitag und Samstag**

29. Juli 13:00

30. Juli 10:00

**„12th Ravenstone Beach Volleyball Open“ und Partyweekend**

Pielachtalarena

Veranstalter: Ravenstone Beach Volleyball Club

Kontakt: Stefan Schwaiger, 0676-9668474

**Samstag**

30. Juli 18:00

**Gartenfest mit Freunden**

ASBÖ Rabenstein

Veranstalter: ASBÖ Rabenstein

Kontakt: Wilhelm Vorlaufer, 0664-1530252



# Gemeindeservice

**Freitag und Dienstag**

1. und 19. Juli 13:00 – 17:00

**NÖLL-, Sperrmüll-, Alteisen, Altbatterien und Elektronikschrott**

- Übernahme im Bauhof

mit der Möglichkeit zur Entsorgung von Altreifen gegen

Beitragsleistung bzw. Kostenersatz

**Dienstag**

5. Juli 08:00 – 10:00

**Sprechtag des Kriegsopfer- und Behindertenverbandes**

im Beratungsraum im 2. Obergeschoss mit Frau Liane Radlbauer

- nächster Termin: 2. August

**Mittwoch**

ENTFÄLLT 18:00 – 19:00

**Bauberatung** mit Sachverständigen Ing. Johannes Hager

-nächster Termin: 3. August

**Freitag**

8. Juli 13:00 – 15:00

**kostenlose Rechtsberatung** von Dr. Lugert

im Beratungsraum im 2. Obergeschoss

**Donnerstag**

14. Juli 13:00

**Mutterberatung**

Raben-Saal im "GuK"

**Mittwoch**

ENTFÄLLT 17:00 – 18:00

**kostenloser Steuer-Sprechtag** von Rudolf Lick

nächster Termin: 14. September

**Mittwoch**

27. Juli 16:00 – 17:00

**kostenlose Sprechstunde** von Notar Mag. Alexander Winkler

im Beratungsraum im 2. Obergeschoss



- |                |               |   |   |
|----------------|---------------|---|---|
| jeden Dienstag | 18:45 – 20:45 |  | <b>Yoga – for you</b><br>im “GuK“ - Raben-Saal<br>Anmeldung: Gerhard J. Sonntag, 0676-4406522       |
| jeden Dienstag | 19:00         |  | <b>Lauftreff</b><br>Treffpunkt: “GuK“   |
| jeden Mittwoch | 18:00         |  | <b>Aqua - Gymnastik</b> im Pielachtalbad Rabenstein<br>mit Helga Draxler und Friedrich Königsberger |



## Ärzte - Wochenendienste

Sprengel: Rabenstein - Frankenfels



02. und 03. Juli	Dr. Martin Brachinger	02725 – 400
09. und 10. Juli	Dr. Gerhard Lienbacher	02722 – 7300
16. und 17. Juli	Dr. Michael Stolz MAS	02723 – 2368
23. und 24. Juli	Dr. Martin Brachinger	02725 – 400
30. und 31. Juli	MR Dr. Rainer Krepp	02722 – 7200

Termine des Ärztedienstes mit Vorbehalt!

### art of help

Dr. Milan Kudelka	Facharzt für Chirurgie, Wahlarzt für alle Kassen,	02723 – 72 544
Dr. Michael Stolz MAS	Arzt für Allgemeinmedizin	02723 – 2368
Dr. Michael Stolz MAS	Psychosomatische und Psychotherapeutische Medizin	tel. Anmeldung 02723 – 2368
Martina Zeller	Masseurin	tel. Anmeldung 0699-11669474

## 2. Pielachtaler Edelbrandprämierung „Der goldene Dirndltaler“

Die Pielachtaler Edelbrandprämierung geht in die zweite Runde. Die besten Edelbrände und Liköre werden im Rahmen des Pielachtaler Dirndlkirtages in Kirchberg an der Pielach am 24. und 25. September ausgezeichnet.

Abgabetermine:  
21. und 22. Juli sowie von 25. bis 29. Juli 2011 von 8 bis 12 Uhr im Regionalbüro Pielachtal.

Kontakt und Information:  
Regionalbüro Pielachtal  
Schloßstraße 1  
3204 Kirchberg/Pielach  
Telefon: 02722/7309-25  
regionalbuero@pielachtal.info

Das Dirndltal.



## Neuer Webauftritt der Landesheime

Die komplett neue, zentrale Homepage aller NÖ Landesheime (Pflege- und Jugendheime) sowie 57 neue Haus-Web-sites sind online!

An der neuen „virtuellen“ Visitenkarte der 48 Pflege- und 9 Jugendheime des Landes NÖ wurde in den letzten Monaten intensiv gearbeitet.

Nun können sich auf

**www.noelandesheime.at**

an der Altenpflege und Jugendbetreuung in Niederösterreich Interessierte aktuell online informieren.

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung
<b>Donnerstag - Samstag</b> 4. - 6. August	09:00-17:00	<b>Aquarellmalkurs</b> im "GuK" - Raben-Saal Kontakt: Wilhelm Schagerl, 0699-81302040
<b>Freitag</b> 5. August	13:45	<b>Fußwallfahrt zum Stift Göttweig</b> Veranstalter: Pfarre Rabenstein 
<b>Samstag und Sonntag</b> 6. August 7. August	18:00 09:00	<b>Grillfest und Frühschoppen des ÖKB</b> beim Dirndltalstadl Kontakt: Jürgen Oberleitner, 0680-3018229 
<b>Samstag</b> 13. August	14:00	<b>Vokale Meisterklasse - Abschlusskonzert</b> Natur-Hotel „Steinschalerhof“ Kontakt: Elke Wirth, 0664-9147611 
<b>Samstag und Sonntag</b> 13. und 14. August		<b>Feuerwehrrheurer</b> FF Haus Rabenstein 
<b>Samstag</b> 13. August	04:00	<b>Fußwallfahrt nach Mariazell</b> Veranstalter: Pfarre Rabenstein 
		<b>Meditation zu Vollmond mit Feuerritual</b> „Haus Reidl“, Dorf-Au 24 Veranstalter: Surya 
<b>Montag</b> 15. August	14:30	<b>Marienandacht beim Franzosenkreuz mit Prälat Abt Matthäus Nimmervoll</b> Morigrabenhöhe 
<b>Samstag und Sonntag</b> 20. und 21. August	18:00 10:00	<b>Sommerausklang</b> SAC Anlage (beim FF Haus Tradigist) Veranstalter: Feitclub und SAC Tradigist
<b>Samstag</b> 20. August	15:00	<b>Grill- und Spielefest</b> am Geisbühel Veranstalter: Naturfreunde Rabenstein 
<b>Sonntag</b> 21. August		<b>Sommerkonzert</b> im "GuK" - Konzert-Saal Veranstalter: Pfarre Rabenstein 
<b>Freitag und Samstag</b> 26. und 27. August	17:00 15:00	<b>Sturmheurer der Rabensteiner Stockschützen</b> Stockschützenanlage Rabenstein Kontakt: Elfriede Hörmann, 0676-9539577 
26. und 27. August	19:00 09:00	<b>Pokalturnier</b> bei der Stocksportanlage Tradigist Veranstalter: Stockschützenverein Tradigist Kontakt: Andreas Schrittwieser, 0664-6170684 
<b>Samstag</b> 27. August		<b>ABV Tour Damen/Herren C-Cup Rabenstein</b> by beachclub.at Kontakt: Stefan Schwaiger, 0676-9668474 
	20:00	<b>Country Abend</b> am Greenhorn-Hill Veranstalter: The Greenhorn's Kontakt: Sam Hochgerner, 0676-7466161 
	19:00	<b>Kardinal König-Gespräch</b> Kirchberghalle Kontakt: Gottfried Auer, 02723-2250 15 
<b>Sonntag</b> 28. August	10:00	<b>Kirchweihfest</b> bei der Andreaskirche Veranstalter: Pfarre Rabenstein 

## Schwimmen zur Gesundheitsförderung

Gesundheitssport wird auf verschiedene Art und Weise definiert, im Allgemeinen läuft es aber immer darauf hinaus, dass er eine aktive, regelmäßige und systematische körperliche Belastung ist, mit der Absicht, die Gesundheit in all ihren Aspekten zu fördern, zu erhalten oder wiederherzustellen. Zum Beispiel lässt sich auch der Blutdruck über die richtige Wahl des Trainings regulieren.

Oftmals lautet die Empfehlung von Ärzten oder fachlich kompetenten Personen diesbezüglich moderaten Ausdauersport zu betreiben. Hierfür können verschiedenste Sportarten in Betracht gezogen werden. Bei genauerer Betrachtung gelangen aufgrund unterschiedlichster Betrachtungsweisen (Vorlieben, finanzieller Aufwand, zeitliche Verfügbarkeit, Körperkonstitution, u. s. w.) allerdings nur mehr wenige in die nähere Auswahl.

Schwimmen lässt sich in diesem Zusammenhang aber mit sehr vielen Aspekten vereinen. Die positive Wirkung beim richtigen gesunden Schwimmen resultiert unter anderem aus der ökonomischen Ganzkörperbelastung im Fettstoffwechsel bei geringer Belastung für die Gelenke. Wird ein Schwimm-

stil einmal beherrscht, so kann sowohl der Brust-, Rücken- oder Kraulstil für den Gesundheitssport zum Einsatz kommen. Beim vorrangig ausgeübten Brustschwimmen gilt es beispielsweise den Kopf nicht ausschließlich über dem Wasser zu halten, da hierbei die Überstreckung der Halswirbelsäule weitere Probleme mit sich bringen kann. Eine Schwimmbrille sowie eine Badehaube helfen, dass Augen, Ohren und Haare dennoch kaum direkt mit Wasser in Berührung kommen. Wie in allen anderen Sportarten, die man regelmäßig ausüben möchte, macht es auch durchaus Sinn, sich die Grundtechniken im Schwimmen anzueignen. Dies gilt auch für die Planung des Trainings. Häufigkeit und Umfang der Einheiten hier pauschal anzugeben wäre sicher unseriös, da sie von Person zu Person sehr stark variieren können. Als Richtwert kann man jedoch davon ausgehen, dass je nach Zielsetzung ein 2-3 Mal in der Woche fachgemäß stattfindendes Training erfolgsversprechend ist.

Neben den allgemeinen Baderegeln gibt es noch einige wichtige Punkte zu beachten:

Schwimmen als Herz-Kreislauftraining erfordert eine gewisse Dauer. Daher wäre es empfehlenswert, vor dem



Training noch ausreichend zu trinken und die Haut vor der im Wasser noch stärkeren Sonnenstrahlung durch wasserfesten Sonnenschutz zu schützen. Ratsam wäre es weiters, die Trainingseinheit nicht in der größten Mittagshitze zu absolvieren sondern, sofern die Möglichkeit besteht, diese am Vormittag oder erst gegen den Abend hin zu erledigen.

Viel Spaß im Wasser!!

Mag. Stefan Schwaiger  
Sportwissenschaftler  
Gesunde Gemeinde Rabenstein



## Obstbaumaktion 2011 in NÖ-Mitte und im Mostviertel

Die beiden Regionalverbände im Mostviertel und in NÖ-Mitte, Regionalmanagement Mostviertel und noe-mitte, bieten auch heuer wieder Besitzerinnen und Besitzern landwirtschaftlich genutzter Flächen sowie Gemeinden auf öffentlichen Flächen die Möglichkeit, geförderte Obstbaumsets zu erwerben. Der Preis für ein derartiges, gefördertes Baumset konnte auf dem Niveau des Vorjahres gehalten werden und beträgt 13,- Euro.

Bestellungen sind heuer ausschließlich online vom 1. Juli 2011 bis einschließlich 30. September 2011 möglich. Unter [www.no-e-mitte.at](http://www.no-e-mitte.at) finden Sie ab 1.

Juli 2011 einen entsprechenden Link. Das hat unter anderem den Vorteil, dass die aktuell verfügbare Menge an Bäumen der jeweiligen Sorten aktuell ersichtlich ist. Dadurch wird sichergestellt, dass die bestellten Bäume auch tatsächlich erhältlich sind.

Hinweis: die Auslieferung der Obstbäume erfolgt in der Hauptregion NÖ-Mitte (Regionalverband noe-mitte) erneut über die Landwirtschaftliche Fachschule Pyhra. Die BestellerInnen von Obstbaumsets werden über diesen Termin rechtzeitig informiert.

Weitere Informationen:  
Regionalmanagement Mostviertel  
Gerald Weinhart, 0676/812 20325  
[gerald.weinhart@regionalverband.at](mailto:gerald.weinhart@regionalverband.at)



## 140 Schützen bei Eröffnungsschiessen

Bei dem von der Rabensteiner Schützengilde vom 27. bis 29. Mai 2011 abgehaltenen Eröffnungsschiessen mit dem Luftgewehr und der Luftpistole versuchten 140 Teilnehmer den besten Schuss zu erzielen.



Foto: Gerhard Tschepp

v.l.n.r.: Fritz Datzreiter, Tobias Schlosser, Oberschützenmeister Manfred Schmir, Robert Fahrngruber, Leopold Gansch sen., Anton Scheiterer

### Luftgewehr

#### Ergebnis der Jugendklasse (23 Teilnehmer)

1. Schlosser Tobias, St. Leonhard/Forst
2. Helmel Kevin, SG Raika-Göstling
3. Eder Roman, HSV St. Pölten
4. Pöhhacker Roman, SG Raika-Göstling
5. Gravogl Manuel, Rabenstein

#### Ergebnis Hobbyschützen (83 Teilnehmer)

1. Fahrngruber Robert, Rabenstein
2. Stupphann Christian, Rabenstein
3. Scheiterer Anton, Rabenstein
4. Kirner Günter, Rabenstein
5. Schmir Karina, Rabensteiner SG

#### Ergebnis Sportschützen (10 Teilnehmer)

1. Gansch Leopold sen., Rabensteiner SG
2. Herzog Josef, SV Sitzenberg-Reidling
3. Gansch Leopold jun., Rabensteiner SG
4. Obermann Michael, SV Sierningtal
5. Paternoster Franz, HSV St. Pölten

### Luftpistole

#### Ergebnis Hobbyschützen (12 Teilnehmer)

1. Datzreiter Fritz, Rabensteiner SG
2. Ing. Flatschart Franz, Rabensteiner SG
3. Schüch Wilma, Rabenstein
4. Stückler Markus, Rabenstein
5. Gössl Heinz, HSV St. Pölten

#### Ergebnis Sportschützen (11 Teilnehmer)

1. Pickl Wolfgang, SV Gaming
2. Wieland Karl, SV Lilienfeld
3. Tschepp Gerhard, Rabensteiner SG
4. Punz Paul, SPS Mank-Textingtal
5. Podolak Michael, SPS Mank-Textingtal



## Neue Führung beim Rabensteiner ASBÖ

### Naturfreunde-Vorsitzender bestätigt

Die Naturfreunde haben am 27. Mai in einer ordentlichen Mitgliederversammlung den Ortsgruppenvorstand für die Periode 2011 bis 2014 wie folgt neu gewählt.

Vorsitzender	Georg Kindig
Stellvertreterin	Erika Karner
Finanzreferent	Alois Pernold
Stellvertreterin	Josefa Lee
Schriftführer	Markus Wieland
Stellvertreterin	Ludmilla Hochebner
Jugendvorsitzende	Sylvia Wieland

Bei der am 11. Juni im „GuK“ abgehaltenen Generalversammlung wurde Willi Vorlauffer (1. Reihe - 2. v.l.) zum neuen Obmann der ASBÖ-Rettungsstelle gewählt. Joachim Knoll (1. Reihe - 1. v.l.) steht ihm als sein Stellvertreter zur Seite.

Weitere Funktionäre:

1. Reihe: Franziska Schönback und Brigitte Grumbäck
2. Reihe: Wolfgang Waxenegger, Georg Haslinger, Andreas Putzenlechner und Evelin Lietz
3. Reihe: Daniela Türkel, Gabriela Koller, Gabriele Plank, Gerald Bertl und Markus Putzenlechner

## „Freundschaftliches“ Geschenk der Rabensteiner



Foto: Gerti Stöckl

So sehr wir Rabensteiner Gemeinderäte & Gemeindebedienstete uns über den Sieg im Vorjahr gefreut haben, gönnen wir den Amtskollegen aus der Nachbargemeinde Kirchberg den Sieg welchen sie im diesjährigen Derby der Gemeindefordernisse errungen haben.

Möge dem Kirchberger Team das 6:0 Ergebnis am Pfingstsonntag ein kleines Trostpflaster und -geschenk zugleich sein für die in gleicher Höhe erlittene Schlappe ihrer „Kampfmannschaft“ beim freitägigen Derby gegen die Rabensteiner Tribbelkünstler.

**Der RABENSTEINER FREIZEITCLUB** lädt ein zu **“Ein Hauch von Karibik“**

Reise-Gutschein Verlosung! **Samstag, 09. Juli 2011**  
Beginn: 19.00 Uhr

im Pielachtalbad Rabenstein




Bei Schlechtwetter findet die Veranstaltung am Samstag, den 16. Juli 2011 statt.

**Cocktails**  
**Salatbuffet**  
**Grillspezialitäten**  
**Musicalfeuerwerk**

**Eintritt: freiwillige Spenden**

Musik für Alt & Jung

**FEUERWERKE**  
www.feuerwerke.at  
**IOST**

Rabensteiner Freizeitclub  
Ing. Hermann Merztl 0676 4322633  
3203 Rabenstein, Buchengasse 6  
ZVR: 432206577

<http://members.aon.at/freizeitclub/>

Einladung zur Weinschank der **FF TRADIGIST**

Drei gemütliche Tage im Feuerwehrhaus

Für Speisen und Getränke ist bestens gesorgt!

**Freitag, 22. Juli 2011**  
20:00 - 02:00 Uhr *The Entertainer ... Harry B.*

**Samstag, 23. Juli 2011**  
21:00 - 02:00 Uhr **Rambal & Zamba**

**Sonntag, 24. Juli 2011**  
Ab 09:30 Festbetrieb  
11:00 - 17:00 Uhr  
Kinderhüpfburg  
13:30 Uhr Feuerwehr-Fußballturnier  
18:00 Uhr Siegerehrung

**Eintritt frei** Freitag und Samstag Eingangskontrolle mit Ausweispflicht!

Der Reingewinn dient zur Finanzierung neuer Einsatzbekleidung!  
Kostenloser Heimtransport bis Kirchberg und Rabenstein (Ortszentrum)!



Foto: Kurt Zagler

**Messfeier für Rabensteiner Jubelpaare**

Am Pfingstsonntag standen die Hochzeit-Jubelpaare im Mittelpunkt des Gottesdienstes in der Pfarrkirche. Pater Leonhard Obex und das Mitarbeiter-team der Pfarre hatten alle Eheleute, welche heuer einen runden oder halbrunden Hochzeitstag feiern für den 12. Juni zu einer gemeinsamen Messfeier mit anschließender Agape eingeladen.

**Die Gemeindevertretung gratuliert**



...Claudia Pruckner und Markus Springer, Steinklamm 1, zur Geburt ihrer Tochter **Marlene** am 8. Juni



...Andrea Griesauer und Bernhard Fleischhacker, Buchengasse 16, zur Geburt ihres Sohnes **Leon** am 30. Mai



...Daniela Stückler und Robert Fahrngruber, Dorf-Au Straße 14, zur Geburt ihres Sohnes **Ruben** am 31. Mai

## Die Gemeindevertretung gratuliert



...**Josef Sommerauer**, Deutschbach 4,  
zum 90. Geburtstag



...**Daniel Wagner** und **Bettina Mayer** zur  
Hochzeit am 14. Mai



...**Isabella Wenny**, Bahnhofstraße 14/1,  
zum 90. Geburtstag



...**Marion Schäumüller** und **Stefan Reisenhofer**, Dorf-Au Straße 25, zur Hochzeit  
am 4. Juni

...**Carmen Karner**, Ramsteinstraße 27a,  
zum 85. Geburtstag



...**Waltraud Kemptner**, Marktplatz 4,  
zum 80. Geburtstag



...**Doris Niederer** und  
**Herbert Tiefenbacher**, Tradigist 141,  
zur Hochzeit am 18. Juni



...**Hildegard Feldhaas**, Buchengasse 11,  
zum 80. Geburtstag



...**Hubert Hör**, Marktplatz 22, zu seinem  
erfolgreich abgeschlossenen Studium und  
der damit verbundenen Verleihung des aka-  
demischen Grades „Master of Science“ in  
Fire Safety Management“

## Sterbefälle

Wir betrauern das Ableben  
unseres Gemeindebürgers:



...**Hermine Hackner**,  
Steinklamm 18, am 5. Juni



...**Florian Matousek**,  
Bahnhofstraße 7, am 15. Juni

Impressum:

Eigentümer, Hersteller und Verleger:  
Marktgemeinde Rabenstein an der  
Pielach, Marktplatz 6

Für den Inhalt verantwortlich:  
Bürgermeister Ing. Kurt Wittmann  
e-mail: [k.wittmann@rabenstein.gv.at](mailto:k.wittmann@rabenstein.gv.at)  
[www.rabenstein.gv.at](http://www.rabenstein.gv.at)

Verlagspostamt:  
Rabenstein an der Pielach  
Kostenlose Zustellung  
an jeden Haushalt  
Medienzweck:  
Information der Bevölkerung gemäß  
NÖ Gemeindeordnung