

kybun Marketing & Trading AG:

Das „Gesunde Klassenzimmer“ zu Gast auf der Internationalen Grünen Woche Berlin 2010

Zu einem gesunden Leben gehören schon im Kindesalter gleichermaßen gesunde Ernährung und Bewegung. Wie sich mehr Bewegung in den Schulalltag erfolgreich integrieren lässt, zeigt das Konzept „Gesundes Klassenzimmer“, vorgestellt von der kybun Marketing & Trading AG auf der weltgrößten Messe für Ernährung, Landwirtschaft und Gartenbau.

Roggwil/Schweiz, 12. Januar 2010: Erkrankungen des Muskel- und Skelettsapparates gehören in den westlichen Industriestaaten zu den häufigsten Erkrankungen. Ein Grund dafür ist Bewegungsmangel. Und das fängt bereits im Kindesalter an. Jeden Tag sitzen die Jugendlichen zehn bis 14 Stunden - sei es vor dem Computer, vor dem Fernsehgerät oder in der Schule. Dem gegenüber steht nur rund eine Stunde Bewegung pro Tag. Das bleibt nicht folgenlos. So klagen rund 33,3% der Kinder über gelegentliche Rückenschmerzen und 6,5% haben ständig darunter zu leiden.

Damit es gar nicht erst so weit kommt, ist gerade in der Entwicklungs- und Wachstumsphase eine gute Vorbeugung unverzichtbar. Erlernen Kinder viele verschiedene motorische Fertigkeiten, ist im Erwachsenenalter der motorische Handlungsspielraum größer und das Verletzungsrisiko sowie Erkrankungen des Muskel- und Skelettsapparates sind deutlich seltener. Die Vorbeugung beginnt schon in der Schule. Lange galt dort die vorherrschende Meinung, die Schüler müssten bewegungslos auf ihren Stühlen sitzen und dem Unterricht folgen. Rumzappeln wurde oft als nicht konformes Verhalten angesehen. Belege dafür, dass Sitzen in der Schule das Lernen effizient macht, gibt es jedoch nicht. Im Gegenteil: Studien zeigen, dass Stillsitzen Reizarmut für das sensorische System mit sich bringt und die Aufmerksamkeit herab setzt. Zudem bewirkt in der Wachstumsphase der Schüler langes Sitzen in Schule eine fehlerhafte Verformung der

Wirbelsäule und begünstigt somit chronische Beschwerden an der Wirbelsäule. Daneben wird der venöse Blutstrom behindert, was eine Belastung für den Blutkreislauf darstellt.

Bewegen sich die Schüler hingegen, sorgt das für mehr Aufmerksamkeit und gesteigerte kognitive Gehirnfunktionen. Zudem ist die Belastung der Bandscheiben im Stehen geringer, als im Sitzen. Die Lehrer einer Grundschule in Bad Homburg nahmen diese Erkenntnis zum Anlass für ein vierjähriges Projekt. Darin wurde den Schülern erlaubt, täglich eine Stunde Sport zu treiben. Das Ergebnis zeigt eine starke Verbesserung der sportmotorischen Entwicklung und im koordinativen Bereich, sowie eine reduzierte Aggressionsbereitschaft auf dem Schulhof. Zu dem gleichen Ergebnis kommt auch ein siebenmonatiges Projekt im Schweizer Schulhaus Geissenstein in Luzern, das eine tägliche Sportstunde im Stundenplan integrierte.

Diese Projekte haben eine Gemeinsamkeit: Sie verlangen einen höheren Zeitaufwand von den Initiatoren und Lehrkräften und zusätzliche Sportstunden müssen oft gegen andere, ebenso wichtige Unterrichtsfächer eingetauscht werden.

Ideal wäre es daher, Bewegung und Unterricht miteinander zu vereinen. Möglich wird das durch den kyBouncer, einer weichelastischen Trainingsmatte, auf der die Schüler während des Unterrichtes stehen. Diese Unterlage fordert den Körper zur ständigen Balancearbeit auf. Durch die Instabilität auf der Matte findet ein ständiger Informationsaustausch von Gehirn und Muskulatur statt. Das steigert die sensomotorischen Fähigkeiten, die Konzentration und die Aufmerksamkeit. Den Erfolg bestätigt eine Studie des ersten „Gesunden Klassenzimmers“ der Schweizer Kantonsschule Will. Die Auswertungen des Pilotprojektes zeigen eine deutliche Wirkung. 46% der Schüler gaben eine spürbare Verbesserung von Beschwerden, wie Rücken- und Nackenschmerzen, oder Einschränkungen am Stütz- und Haltsystem an. Von dem Ergebnis überzeugt, stellen inzwischen auch deutschlandweit über 30 Schulen ihren Schülern „Gesunde Klassenzimmer“ zur Verfügung.

Wer bisher nicht das Glück hatte, in einem „Gesunden Klassenzimmer“ unterrichtet zu werden, hat nun auf der „Internationalen Grünen Woche Berlin 2010“ die Gelegenheit dazu. In Gemeinschaft mit den VeggieTales lädt die kybun Marketing & Trading AG vom 15. bis 24. Januar interessierte Schulklassen und Besucher dazu ein, sich selbst von der Wirkung des kyBounders zu überzeugen und Haltung anzunehmen. Das Klassenzimmer finden Sie in Halle 1.2 – Stand 212-216. Dort warten ausgewiesene kyBouncer-Fachleute auf Sie und geben Ihnen eine kompetente Beratung zum Umgang mit der Gesundheitsmatte.

www.kybun.eu

Über kybun Marketing & Trading AG:

Die kybun Marketing & Trading AG ist als unabhängiger Generalimporteur des Schweizer Unternehmens kybun AG für die Vermarktung und den Vertrieb u.a. des kyBounders in Österreich, Deutschland und anderen internationalen Märkten verantwortlich. Nach erfolgreichem Start des Produktes in der Schweiz präsentiert sich das Unternehmen 2009 verstärkt auf dem deutschen Markt. Der kyBouncer ist eine vom TÜV zertifizierte Therapie- und Trainingsmatte aus hochqualitativem Mehrkomponenten PU-Schaumstoff, die bereits in verschiedenen Profisportbereichen erfolgreich eingesetzt wird. Daneben wird die Trainingsmatte in vielen Situationen des täglichen Lebens angewandt: In der Schulklasse, auf Golfsportanlagen, in Therapiepraxen, im Büro und Zuhause. Das neuartige, sanfte Steh- und Gehkonzept setzt auf einen kontinuierlichen Bewegungsimpuls auf Körper-, Fuß- und Unterschenkelmuskulatur. So bringt es Bewegung in den Alltag!

Ansprechpartner für weitere Informationen:

Frank Moll
kybun Marketing & Trading AG
Alte St. Gallerstrasse 3
CH-9325 Roggwil
Switzerland
Mail: frank.moll@kybun.eu
www.kybun.eu

Salloa Lange-Rönnau
AGENTUR RÖNNAU

Presse-Information



Wrangelstrasse 10
24937 Flensburg
Tel.: 0461-43077-01
Mail: slr@agentur-roennau.de
www.agentur-roennau.de