



„Auf in den Kampf gegen den inneren Schweinehund!“ Lambacher HAK-Absolventin Mag. Manuela Hubmayer im Interview

HAK: Frau Mag. Hubmayer, Sie haben 2005 an der HAK in Lambach maturiert. Wie hat ihre weitere berufliche Laufbahn ausgesehen?

HUBMAYER: Nach der Matura trainierte ich viel über den Sommer und bereitete mich auf die Aufnahmeprüfung für die Sportuniversität Salzburg vor, welche ich dann im Herbst positiv absolvieren konnte. So begann eine spannende Zeit, mein Lehramtsstudium Bewegung und Sport/Deutsch, und alles war neu: hinaus aus dem kleinen Örtchen Lambach in die (große) Stadt Salzburg, Zug- und Busfahrten ins Ungewisse, Wohnungssuche, Kursbelegungen, Studienkolleg/innen, Professor/innen, usw.

Die Zeit verging wie im Flug, in den ersten zwei Semestern musste ich auch noch das „Kleine Latinum“ nachholen und so schloss ich den ersten Abschnitt nach vier Semestern ab. Der zweite Abschnitt sollte dann fünf Semester dauern, meine Diplomarbeit über „Rumpfstabilität in der Schule“ inklusive. Im Sommer 2010 absolvierte ich dann meine Diplomprüfung und beendete mein Studium und gleichzeitig meine Zeit in Salzburg, denn von Anfang an war klar: Oberösterreich ist und bleibt meine Heimat!

HAK: Sie sind begeisterte Sportlerin. Was sind Ihre Tipps, um manche bequemen Schüler/innen zu mehr körperlicher Aktivität zu ermuntern?

HUBMAYER: Wir haben zum Glück in Lambach und Umgebung viele Möglichkeiten, verschiedenste Sportarten ausüben zu können. Einerseits stehen ein tolles Vereinsnetzwerk und andererseits tolle Sport- und Freizeitanlagen zur Verfügung. Außerdem sind wir in kürzester Zeit am Berg zum Wandern, Skifahren oder Mountainbiken oder können die Ruhe an der Traun, Ager oder Alm genießen.

Rückfragen bitte an:

Mag. Karin Eckschlager
0664 38 01 888

eckschlager.karin@haklambach.at
<http://www.haklambach.at>

HAK Lambach – Schulprofil:

Die Handelsakademie Lambach ist eine Privatschule mit Öffentlichkeitsrecht, Schulerhalter ist der Schulverein am Benediktinerstift Lambach. An unserer Schule werden ca. 200 Schüler/innen von ca. 20 Pädagog/innen unterrichtet, die 5-jährige Ausbildung schließt mit einer Reife- und Diplomprüfung ab. Ab dem III. Jahrgang ist eine Spezialisierung in zwei Fachrichtungen -- „Informationstechnologie“ und „Internationale Wirtschaft“ -- möglich. Wir sind eine zertifizierte Cisco Academy und bieten eine entsprechend qualifizierte Ausbildung im Netzwerktechnik- und Multimediabereich an. Sprachliche Kompetenz und interkulturelles Verständnis fördern wir mit Intensivsprachwochen und Auslandsprojekten.

Wir verstehen Schule als familiären, partnerschaftlichen Rahmen für gemeinsames Arbeiten.

Wir vernetzen unsere Schule und unseren Unterricht mit der Wirtschaft. (aus unserem Leitbild)



Sport macht Spaß: Wenn man ihn erst einmal für sich entdeckt hat, kann und will man nicht mehr damit aufhören.

Sport stärkt den Charakter: Wenn wir uns bewegen, setzen wir uns mit uns und unserem Körper intensiv auseinander: sich einschätzen, überwinden, motivieren und vieles mehr. Sind wir dann noch mit anderen Menschen zusammen, kommen hier noch mehrere Aspekte hinzu: sich in eine Gruppe integrieren, dort eine Aufgabe übernehmen, füreinander da sein, sich behaupten oder auch einmal zurücknehmen können, usw.

Sport stärkt Beziehungen: Gemeinsame Erlebnisse, Hobbys und Interessen fördern die Gemeinschaft und ermöglichen bzw. intensivieren die Verbindungen zueinander.

Sport hält fit, jung und schön: Durch regelmäßige Bewegung und eine gesunde Lebensweise sind positive Effekte auf Körper und Geist erwiesen und so schlagen wir mehrere Fliegen mit einer Klappe.

So sollte jede(r) die Möglichkeit haben, für sich selbst die geeignete Bewegungsform zu finden, ob alleine oder in der Gruppe: Sport ist Unterhaltung, Partnerbörse und "Starkmacher" auf ganzer Linie!

Also überwindet euren Schweinehund und probiert es aus: es lohnt sich, versprochen!

HAK: Glauben Sie, dass die "tägliche Turnstunde" einmal Wirklichkeit wird?

HUBMAYER: Ich denke, dass aufgrund der vorliegenden Probleme und immer häufiger auftretenden "Volkskrankheiten" auf jeden Fall etwas unternommen werden muss. Durch unseren ungesunden Lebensstil (Bewegungsmangel, Über- und Fehlernährung, Stress, mediale Reizüberflutung, usw.) erkranken wir öfter an Übergewicht, Diabetes mellitus Typ 2, Allergien, psychischen Erkrankungen, Herz- und Gefäßkrankheiten, Krebsarten und vielem mehr. Eine "tägliche Turnstunde" kann hier ein Anfang sein, ist allerdings sicher nicht die Wunderlösung. Hier müssen schon umfangreichere Aktionen gestartet werden und zwar besser gestern als morgen! Auf jeden Fall würde sich das hier gut investierte Geld rentieren und auf Dauer viele Schmerzen, Mühen und Kosten einsparen!

Rückfragen bitte an:

Mag. Karin Eckschlager
0664 38 01 888

eckschlager.karin@haklambach.at
<http://www.haklambach.at>

HAK Lambach – Schulprofil:

Die Handelsakademie Lambach ist eine Privatschule mit Öffentlichkeitsrecht, Schulerhalter ist der Schulverein am Benediktinerstift Lambach. An unserer Schule werden ca. 200 Schüler/innen von ca. 20 Pädagog/innen unterrichtet, die 5-jährige Ausbildung schließt mit einer Reife- und Diplomprüfung ab. Ab dem III. Jahrgang ist eine Spezialisierung in zwei Fachrichtungen -- „Informationstechnologie“ und „Internationale Wirtschaft“ -- möglich. Wir sind eine zertifizierte Cisco Academy und bieten eine entsprechend qualifizierte Ausbildung im Netzwerktechnik- und Multimediabereich an. Sprachliche Kompetenz und interkulturelles Verständnis fördern wir mit Intensivsprachwochen und Auslandsprojekten.

Wir verstehen Schule als familiären, partnerschaftlichen Rahmen für gemeinsames Arbeiten.

Wir vernetzen unsere Schule und unseren Unterricht mit der Wirtschaft. (aus unserem Leitbild)



HANDELSAKADEMIE Lambach
des Schulvereines am
Benediktinerstift Lambach

4650 Lambach, Klosterplatz 1
Tel.: 07245 217 10-602, 654
Fax: 07245 217 10-606
E-Mail: hak.lambach@lsr.eduhi.at

HAK: Sie haben nach der Schule mit kaufmännischen Schwerpunkten einen Beruf gewählt, der wenig mit diesen Schwerpunkten zu tun hat. Wo können Sie trotzdem das Gelernte brauchen und anwenden?

HUBMAYER: Die Ausbildung hat mich für das Berufs- und Privatleben fit gemacht: neben dem angeeigneten "Allgemeinwissen" hatte ich aufgrund des Wissens über kaufmännische und wirtschaftliche Angelegenheiten allgemein einerseits die Chance auf gute Feri- und Nebenjobs und andererseits die Möglichkeit, Gelerntes in verschiedenen Lebensbereichen einzusetzen, immer wieder!

HAK: Sie unterrichten jetzt an einer größeren Schule mit vielen Kollegen und Schülern- wo sehen Sie Unterschiede zu der ehemaligen "kleinen" Schule?

HUBMAYER: Mir war es sehr wichtig, an einer "kleinen" Schule zu bleiben. Das BRG Wels Wallererstraße verfügt über einen Real- und einen Sportzweig und legt großen Wert auf den persönlichen Umgang miteinander. Auch hier ist für mich – unter den Kolleg/innen, mit der Direktion und den Schüler/innen – eine familiäre und wertschätzende Atmosphäre zu spüren und das habe ich auch positiv von meiner Schulzeit in Lambach in Erinnerung!

HAK: Erzählen Sie uns noch eine lustige Begebenheit aus Ihrer Schulzeit, die Ihnen in Erinnerung geblieben ist.

HUBMAYER: Neben lustigen Unterrichts- und Pausenerinnerungen sind es vor allem natürlich die gemeinsamen Ausflüge und Schullandwochen gewesen, die meine Schulzeit abwechslungsreich gemacht haben. Vor allem der Ausflug zur Übungsfirmenmesse nach Rosenheim war ein absolutes Highlight, das Spaß und Schule perfekt verband.

HAK: Das ist Ihnen noch wichtig zu sagen:

HUBMAYER: Wenn ich wieder vor der Wahl stehen würde und mich entscheiden müsste, ich würde die HAK Lambach noch einmal besuchen!

Rückfragen bitte an:

Mag. Karin Eckschlager
0664 38 01 888

eckschlager.karin@haklambach.at
<http://www.haklambach.at>

HAK Lambach – Schulprofil:

Die Handelsakademie Lambach ist eine Privatschule mit Öffentlichkeitsrecht, Schulerhalter ist der Schulverein am Benediktinerstift Lambach. An unserer Schule werden ca. 200 Schüler/innen von ca. 20 Pädagog/innen unterrichtet, die 5-jährige Ausbildung schließt mit einer Reife- und Diplomprüfung ab. Ab dem III. Jahrgang ist eine Spezialisierung in zwei Fachrichtungen -- „Informationstechnologie“ und „Internationale Wirtschaft“ -- möglich. Wir sind eine zertifizierte Cisco Academy und bieten eine entsprechend qualifizierte Ausbildung im Netzwerktechnik- und Multimediabereich an. Sprachliche Kompetenz und interkulturelles Verständnis fördern wir mit Intensivsprachwochen und Auslandsprojekten.

*Wir verstehen Schule als familiären, partnerschaftlichen Rahmen für gemeinsames Arbeiten.
Wir vernetzen unsere Schule und unseren Unterricht mit der Wirtschaft. (aus unserem Leitbild)*



HANDELSAKADEMIE Lambach
des Schulvereines am
Benediktinerstift Lambach

4650 Lambach, Klosterplatz 1
Tel.: 07245 217 10-602, 654
Fax: 07245 217 10-606
E-Mail: hak.lambach@lsr.eduhi.at

HAK: Vielen Dank für das Gespräch! [ki]

Rückfragen bitte an:

Mag. Karin Eckschlager
0664 38 01 888

eckschlager.karin@haklambach.at
<http://www.haklambach.at>

HAK Lambach – Schulprofil:

Die Handelsakademie Lambach ist eine Privatschule mit Öffentlichkeitsrecht, Schulerhalter ist der Schulverein am Benediktinerstift Lambach. An unserer Schule werden ca. 200 Schüler/innen von ca. 20 Pädagog/innen unterrichtet, die 5-jährige Ausbildung schließt mit einer Reife- und Diplomprüfung ab. Ab dem III. Jahrgang ist eine Spezialisierung in zwei Fachrichtungen -- „Informationstechnologie“ und „Internationale Wirtschaft“ -- möglich. Wir sind eine zertifizierte Cisco Academy und bieten eine entsprechend qualifizierte Ausbildung im Netzwerktechnik- und Multimediabereich an. Sprachliche Kompetenz und interkulturelles Verständnis fördern wir mit Intensivsprachwochen und Auslandsprojekten.

*Wir verstehen Schule als familiären, partnerschaftlichen Rahmen für gemeinsames Arbeiten.
Wir vernetzen unsere Schule und unseren Unterricht mit der Wirtschaft. (aus unserem Leitbild)*



HANDELSAKADEMIE Lambach
des Schulvereines am
Benediktinerstift Lambach

4650 Lambach, Klosterplatz 1
Tel.: 07245 217 10-602, 654
Fax: 07245 217 10-606
E-Mail: hak.lambach@lsr.eduhi.at

FACTBOX

Mag. Manuela Hubmayer
aus: Lambach
Matura: 2005

Meilensteine in der Ausbildung

von 2000 bis 2005: Handelsakademie des Stiftes Lambach
von 2005 bis 2010: Universität Salzburg: Lehramt Bewegung und Sport/Deutsch
Derzeit: BRG Wels Wallerer Straße: Prof. für Bewegung u. Sport/Deutsch



Bildtext: Die erfolgreiche Lambacher HAK-Absolventin Mag. Manuela Hubmayer hält ein flammendes Plädoyer für mehr sportliche Aktivität.

Rückfragen bitte an:

Mag. Karin Eckschlager
0664 38 01 888
eckschlager.karin@haklambach.at
<http://www.haklambach.at>

HAK Lambach – Schulprofil:

Die Handelsakademie Lambach ist eine Privatschule mit Öffentlichkeitsrecht, Schulerhalter ist der Schulverein am Benediktinerstift Lambach. An unserer Schule werden ca. 200 Schüler/innen von ca. 20 Pädagog/innen unterrichtet, die 5-jährige Ausbildung schließt mit einer Reife- und Diplomprüfung ab. Ab dem III. Jahrgang ist eine Spezialisierung in zwei Fachrichtungen -- „Informationstechnologie“ und „Internationale Wirtschaft“ -- möglich. Wir sind eine zertifizierte Cisco Academy und bieten eine entsprechend qualifizierte Ausbildung im Netzwerktechnik- und Multimediabereich an. Sprachliche Kompetenz und interkulturelles Verständnis fördern wir mit Intensivsprachwochen und Auslandsprojekten.

*Wir verstehen Schule als familiären, partnerschaftlichen Rahmen für gemeinsames Arbeiten.
Wir vernetzen unsere Schule und unseren Unterricht mit der Wirtschaft. (aus unserem Leitbild)*