

SPORT

HEILBRONN

AUSGABE 18 | HERBST '20 | WWW.SPORTHEILBRONN-MAGAZIN.DE

IN KOOPERATION MIT DEM STADTVERBAND FÜR SPORT | KOSTENLOS



Jara Ellinger (TSG Heilbronn), Deutsche U20-Meisterin 2020 im Hochsprung. Foto: Marcel Tschamke

DER SPORT LEBT!

HANDBALL



Selina Kalmbach an der Schwelle zur Nationalmannschaft

OLYMPIASTÜTZPUNKT



OSP Stuttgart fest in Heilbronner Hand

DRESSURREITEN



Ann-Kathrin Lindner ist U25-Europameisterin



//
Erdgas
Wasser
Abwasser
Wärme

Ausgezeichnet als „TOP-Lokalversorger 2020“



„Regionalität, die verbindet“

Ihr Energiedienstleister für Heilbronn und die Region.

Wir übernehmen essentielle Aufgaben für das tägliche Leben.

Wir liefern Wärme und Behaglichkeit aus verschiedenen Quellen, sorgen für sauberes Trink- und Abwasser und ermöglichen sogar Mobilität. Das alles ist möglich durch unsere kompetenten Mitarbeiter, ein ökologisches Bewusstsein und modernster Technik. Wir sind uns unserer besonderen Verantwortung für die Gesundheit und das Wohlbefinden der Menschen in Heilbronn bewusst und setzen unsere volle Energie für sie ein. „**Tag für Tag. Rund um die Uhr.**“

verbinden · versorgen · vertrauen

Heilbronner Versorgungs GmbH · Weipertstraße 41 · 74076 Heilbronn · www.hnvg.de

4 IMPRESSUM

6 HYGIENEKONZEPTE

8-16 LEICHTATHLETIK:

- 8 Rückblick DM U18/U20 in Heilbronn
- 10 Jara Ellinger
- 12 Laura Raquel Müller
- 15 Rückblick DM in Braunschweig



18 HOCKEY SOMMER CAMP
Erfolg trotz Corona-Bedingungen

20 NATASCHA KELLER
Olympiasiegerin in Heilbronn

22 ANN-KATHRIN LINDNER
U25-Europameisterin Dressurreiten

24 STILLE HELDEN DES SPORTS
Natascha Clark + Marco Baam (VfR)

26 GÜNTER MAJOR
Fußballtrainer im (Un-)Ruhestand



28 #TEAMSPORTHALLE
Motivation erzeugen – eine Anleitung

30 SELINA KALMBACH
Handballerin mit Olympia im Visier

32 RED DEVILS HEILBRONN
Wohin führt der Weg?

34 EDUARD POPP
Pechvogel ohne Wettkampfpraxis



36 OLYMPIASTÜTZPUNKT
Stuttgart in Heilbronner Hand

38 SCHUHEINLAGEN
Kleine Korrektur, große Wirkung

40 MICHEL ZEITER
Neuer Falken-Coach im Interview



42 AYLINA ENGEL
Kämpferin bricht ihre Zelte ab

44 SCHUHTAUSCH
Zwei Sportlerinnen tauschen Sportart

46 GT-MASTERS
Geisterrennen in Hockenheim

48 TSG HEILBRONN SNOOKER
Neuzugang aus der Schweiz

50 TRIATHLON HEILBRONN
Event findet weiterhin statt

52 SPORTSPLITTER

**SALON
BECK**
SEIT 1967

INDIVIDUELL.
UNVERWECHSELBAR.
BESONDERS.

DAMEN- UND HERRENSALON
ECHTHAARVERLÄNGERUNG · HAARVERDICHTUNG
PROFESSIONELLES NAGELDESIGN

INHABERIN: NICOLE SEUFER

WWW.SALON-BECK-HEILBRONN.DE

**OHNE
TERMIN!**

HAUPTGESCHÄFT HEILBRONN
SALZSTRASSE 37 · 74076 HEILBRONN · TELEFON 07131-172979
ÖFFNUNGSZEITEN: DIENSTAG BIS FREITAG VON 8.30 – 18.00 UHR
UND SAMSTAG VON 8.00 – 14.00 UHR

FILIALE NECKARGARTACH
FRANKENBACHER STR. 114 · 74078 HEILBRONN · TELEFON 07131-22881
ÖFFNUNGSZEITEN: DIENSTAG BIS FREITAG VON 8.00 – 17.30 UHR
UND SAMSTAG VON 8.00 – 14.00 UHR

DER SPORT LEBT!

Liebe Leserinnen und Leser, seit am 25. Juli die Leichtathletik-Abteilung der TSG Heilbronn im Frankenstadion das „Heilbronner Meeting 2020“ veranstaltet hat, sind in der Region Wochenende für Wochenende mehr Sportarten aus ihrem Coronaschlaf erwacht. Inzwischen befindet sich ein Großteil der Einzel- und Mannschaftssportarten wieder im Wettkampfbetrieb. Man kann mit Fug und Recht behaupten, dass der Sport wieder lebt.

Dass die Rückkehr zur vermeintlichen sportlichen Normalität aber an einem seidenen Faden hängt, mussten wir leider sehr schnell erkennen – denn immer wieder erreichten uns Nachrichten von Spielausfällen aufgrund von positiven COVID-19 Tests.

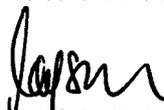
Ein Beispiel, wie fragil das Sport-Gebilde im Herbst 2020 ist, zeigt die Regionalliga Südwest im Eishockey. Am 27.9. fand das Eröffnungsspiel zwischen Bietigheim und den Mad Dogs Mannheim statt. Die Hiobsbotschaft folgte auf dem Fuße: Die Mad Dogs hatten einen Corona-Fall in ihren Reihen, beide Teams mussten sich in Isolation begeben. Mehrere Spiele fielen wie Dominosteine um. Über zwei Wochen waren fünf von neun Vereinen der Liga von den Ausfällen betroffen – unter anderem die Eisbären Heilbronn.

In der Fußball-Bezirksliga traf es gleich zwei Heilbronner Teams: Sowohl beim FC Union als auch bei den Aramäern hieß es Anfang Oktober Quarantäne statt Fußball.

Einer der größten Pechvögel des Corona-Herbsts ist wohl Ringer Eduard Popp. Nachdem sein Ver-

ein, die RED DEVILS Heilbronn, in dieser Saison aussetzt, wechselte Popp zum KSV Witten. Dort gab es zwei Tage vor dem Saisonstart einen positiven Fall im Team. Kämpfe wurden abgesagt, Ersatztermine konnten nicht gefunden werden. Witten meldete daraufhin sein Team ab und der bereits für Tokio qualifizierte Ringer muss nun nahezu ohne Wettkampfpraxis ins olympische Jahr 2021 starten.

„Der Sport lebt“. Ich drücke uns allen die Daumen, dass der Titel dieser Ausgabe auch nach deren Erscheinen aktuell bleibt und die „zweite Welle“ den Sport weiterhin weitgehend verschont. Bleibt positiv, euer


Ralf Scherlinzky

NEUE AGENDA BEIM STADTVERBAND FÜR SPORT

Im September 2019 wurden Herbert Tabler und Christoph Troßbach als neue 1. und 2. Vorsitzende des Stadtverbands für Sport Heilbronn gewählt. Seither arbeiten die beiden Sportfunktionäre und Gemeinderäte im Hintergrund gemeinsam mit den 15 weiteren Mitgliedern des Hauptausschusses an der Umsetzung ihrer Agenda, um den Sport in der Stadt weiter nach vorne zu bringen. Der Stadtverband für Sport vertritt, Stand Januar 2020, die Interessen von 42.676 Mitgliedern, die in 67 Heilbronner Sportvereinen organisiert sind.

Bei einem Pressegespräch stellten Tabler und Troßbach im Sommer ihre Agenda vor. Beim Vorhaben, die Vereine bei der Stadtverwaltung als Partner statt als Bittsteller zu positionieren, konnten bereits erste Erfolge erreicht werden. „Wir sind in den letzten Monaten deutlich enger zusammengerückt, was wir unter anderem auch der Corona-Situation zu verdanken haben. So freuen wir uns, dass wir erstmals eine Öffnung der städtischen Sporthallen auch während der Sommerferien erreichen konnten“, berichtet Herbert Tabler.

Die Neufassung des Sportentwicklungsplans 2030 stellt für den Stadtverband für Sport Heilbronn einen weiteren wichtigen Schwerpunkt dar, da der Sport als Marke mehr in den Fokus rücken soll. Wichtig ist den beiden Vorsitzenden dabei auch eine Intensivierung der Zusammenarbeit mit dem Gemeinderat sowie dem Jugendgemeinderat.

Besonders im Fokus steht der Dialog mit den Schulen, bei denen der Stadtverband um mehr Verständnis für

die Sportvereine wirbt. „Wir erkennen nicht erst seit Corona die Tendenz, dass Prüfungen und Schulveranstaltungen verstärkt in Sporthallen durchgeführt und Hallen dadurch oft wochenlang für Vereine gesperrt werden“, so Herbert Tabler. „Das muss sich ändern, denn darunter leiden die Vereine.“

Weiterhin möchte der Stadtverband eine „Schule des Sports“ auf den Weg bringen. „Wir wollen erreichen, dass die Schulen durch eine engere Verzahnung von Schule und Sport besser auf die Top-Talente des Heilbronner Sports eingehen können. Nur so schaffen wir es, dass wir unsere begabten Sportlerinnen und Sportler nicht an Sportinternate in anderen Städten verlieren“, erklärt Christoph Troßbach.

Ein weiteres Projekt, das der Stadtverband initiiert hat, ist der Heilbronner Sportpass. Er ermöglicht fünf kostenlose Probetrainings in fünf verschiedenen Vereinen sowie eine Schnupper-Jahresmitgliedschaft, die je zur Hälfte von der Stadt und dem Verein finanziert wird.



IMPRESSUM

Ausgabe 18 – Herbst 2020
www.sportheilbronn-magazin.de

Verlagsanschrift:

WinWin-Sportmarketing
by Scherlinzky GmbH
Faißtstraße 35, 74076 Heilbronn
Telefon 07131 / 772227
info@winwin-marketing.de
www.winwin-marketing.de

in Kooperation mit dem

Stadtverband für Sport Heilbronn

info@sport-heilbronn.de
www.sport-heilbronn.de

 Heilbronn
Stadtverband für Sport

Herausgeber Ralf Scherlinzky

Auflage: 5.000 Stück

Verteilung: kostenlos

**Redaktion, Produktion,
Vermarktung:**

WinWin-Sportmarketing
by Scherlinzky GmbH
Faißtstraße 35, 74076 Heilbronn
Telefon 07131 / 772227
info@winwin-marketing.de
www.winwin-marketing.de

Redaktionsteam:

Ralf Scherlinzky
Tel. 0172 / 2117869
redaktion@sport-heilbronn.de
Enny Bayer
enny.bayer@winwin-marketing.de

Gastbeiträge:

Nico Lang – Seite 28
Christof Welsner – Seite 38
Natalie Rothenbacher
+ Enni Wielsch – Seite 44

Fotos:

Marcel Tschamke, Achim Gehrig

Druck:

Gmähle-Scheel
Print-Medien GmbH
Dieselstraße 50
73734 Esslingen
Telefon: 0711 / 4405-0
www.w-mg.de
info@gmaehle-scheel.de

© Scherlinzky GmbH, soweit nicht anders angegeben. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Verlags wieder.

Wir freuen uns auf Pressemitteilungen, Fotos und Termine von Heilbronner Vereinen, Sportlern und Veranstaltungen an redaktion@sport-heilbronn.de, können aber keine Veröffentlichung garantieren.



DECATHLON

SPORT FOR ALL - ALL FOR SPORT

100 SPORTARTEN - 1 STORE

DECATHLON Heilbronn
im K3 · Berliner Platz 12 · 74072 Heilbronn
Mo - Sa 10:00 - 20:00 h

HYGIENEKONZEPTE FÜR SPORT MIT FANS: WAS STECKT ALLES DAHINTER?

„Hygienekonzept“ – dies ist das derzeit wohl meistbenutzte Wort, wenn es um Sportveranstaltungen mit Zuschauern geht. Die Wortschöpfung hat sich mehr und mehr in unserem Sprachgebrauch breit gemacht – doch was steckt eigentlich dahinter? Wir haben bei dem Mann nachgefragt, bei dem sämtliche Hygienekonzepte für Sportveranstaltungen in Heilbronn zusammenlaufen. Altin Zhegrova, seit März 2020 Leiter der Sportabteilung im Schul-, Kultur- und Sportamt Heilbronn, hat sich innerhalb kürzester Zeit zum gefragten Ansprechpartner der Vereine für alle Themen rund um Corona entwickelt. „Wir sind momentan der Dienstleister Nummer eins für den Sport“, sagt der 29-Jährige, der zur Zeit in den Heilbronner Hallen und auf den Sportplätzen allgegenwärtig ist, um den Verantwortlichen mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. Bei unserem Besuch im Schul-, Kultur- und Sportamt ist der ehemalige Fußballspieler unserem Redakteur Ralf Scherlinzky zum Thema Hygienekonzepte Rede und Antwort gestanden.

Fangen wir gleich mal mit der vermeintlich einfachsten Frage an: Was genau ist ein Hygienekonzept und wie sieht es aus?

Altin Zhegrova: Die einfachste Frage ist hier gleichzeitig die Schwierigste, denn sie lässt sich nicht pauschal beantworten. Ein Hygienekonzept im Sport ist quasi der Leitfaden für einen Verein, mit welchen Maßnahmen er seine Veranstaltung so durchführen kann, dass möglichst viele Zuschauer dabei sein können, ohne gleichzeitig Gefahr zu laufen, dass sie sich mit dem Corona-Virus anstecken. Ein einheitliches Konzept, das überall funktioniert, gibt es leider nicht. Hier spielen so viele Faktoren mit rein, dass tatsächlich jeder Veranstalter ein eigenes Hygienekonzept erstellen muss: Möchte er beispielsweise 50 oder 300 Leute reinlassen, gibt es gastronomische Angebote, wo sind die Essensstände und wo die Toiletten, wo stehen die Leute in der Pause... Es sind vor allem diese räumlichen Geschichten, die allen Beteiligten das Leben schwer machen.

Dabei lässt der Begriff Hygienekonzept vor allem darauf schließen, dass es um die Maskenpflicht und um Abstände geht...

Altin Zhegrova: Natürlich geht es auch darum. Aber das sind Standardthemen, die bereits in den meisten Köpfen drin sind. Dass bis zum Sitzplatz ein Mund- und Nasenschutz getragen werden muss, dass man



Altin Zhegrova (rechts) im Gespräch mit dem Manager der Heilbronn Reds, Matthias Götz. Foto: Ralf Scherlinzky

sich die Hände wäscht und desinfiziert, dass man Abstand zu anderen hält – diese Dinge sind inzwischen mehr oder weniger selbstverständlich, aber natürlich müssen auch sie feste Bestandteile eines Hygienekonzepts sein.

In der letzten SPORTHEILBRONN-Ausgabe hatten wir darüber berichtet, dass das Schul-, Kultur- und Sportamt von den Vereinen schon bei der Rückkehr in den Trainingsbetrieb ein eigenes Hygienekonzept verlangt hat, obwohl dies damals noch nicht vorgeschrieben war. Inzwischen sind Hygienekonzepte auch „von oben“ zur Pflicht geworden. Ein Vorteil für die Heilbronner Sportveranstalter?

Altin Zhegrova: Stimmt, wir waren eine der wenigen Kommunen in Baden-Württemberg, die diesen Weg gegangen sind. Zum einen wollten wir zusammen mit dem Gesundheits- und Ordnungsamt einen Überblick haben, was in den Hallen und auf den Sportplätzen der Stadt vor sich geht. Zum anderen wollten wir den Vereinen aber auch die Sicherheit geben, dass das, was sie machen, von den Ämtern geprüft wurde. Nachdem Hygienekonzepte nun mit der Rückkehr der Zuschauer verpflichtend wurden, hatten die Vereine und die Stadt Heilbronn schon eine gute Grundlage und gute Erfahrungen damit. Die meisten Themen



Siegerehrung mit Abstand bei den vom REV Heilbronn ausgerichteten Württembergischen Meisterschaften im Rollkunstlauf – auch daran ist beim Hygienekonzept zu denken. Foto: Marcel Tschamke

waren bereits Bestandteil der Konzepte, so dass in den meisten Fällen nur noch das bestehende Trainingskonzept um die Regelungen bei Sportwettkämpfen und Sportveranstaltungen der Corona-Verordnung Sport erweitert werden mussten.

Das Hauptproblem dürfte dabei sein, dass die Zuschauer die Abstände einhalten, oder?

Altin Zhegrova: Genau. Deshalb ist es wichtig, die Laufwege der Besucher vor, während und nach der Veranstaltung zu kennen. Die Wege der Zuschauer sollen sich möglichst gar nicht kreuzen, damit es so wenige Begegnungen wie möglich gibt. Im Idealfall gibt es sowohl am Eingang als auch bei Gastronomie und Toiletten eine Trennung der Personenströme – auf einem Weg rein, auf einem anderen raus. Bei Sportanlagen mit nur einem Ein- bzw. Ausgang geht das natürlich nicht. Dort entstehen Schwellenpunkte, an denen jeder irgendwie vorbei muss. Hier ist dann die Maskenpflicht umso wichtiger, damit man sich gegenseitig schützt. Wir achten bei der Begutachtung der Konzepte zudem darauf, dass es keine Durchmischung von Sportlern und Zuschauern gibt. Deshalb ist beispielsweise auch kein Abklatschen nach Spielende erlaubt.

Bei den ersten Veranstaltungen, die mit Zuschauern stattgefunden haben, sah man nicht selten größere Gruppen beisammen sitzen. Inzwischen aber werden sogar Paare, die gemeinsam Eishockey-, Handball- oder Basketballspiele besuchen, 1,50 Meter auseinander gesetzt. Ist man hier übervorsichtig geworden?

Altin Zhegrova: Nein, der Abstand von 1,50 Metern ist Teil der Sportverordnung des Landes, die bis zum 31. Januar 2021 gilt. Anfangs war aus der Verordnung noch nicht ganz klar hervorgegangen, ob man im Sport, analog zur Gastronomie, mit bis zu 20 Personen ohne Abstand zusammensitzen darf. Hier kam inzwischen aber eine Richtfeststellung über den Städtetag, die klar den Abstand von 1,50 Metern zwischen zwei Personen vorschreibt, wenn diese nicht im selben Haushalt leben oder ersten Grades verwandt sind.

So richtig durchgängig kommt uns das aber nicht vor. Konstruieren wir doch mal einen Fall, der so durchaus vorstellbar wäre: Eine Gruppe von 20 Freunden geht am Sonntagnachmittag gemeinsam Essen. Danach fährt man in vier Autos à fünf Personen zur Eishalle, um ein Heimspiel der Heilbronner Falken zu besuchen. Auf der Tribüne müssen dann aber, obwohl man vorher erlaubterweise gemeinsam unterwegs war, alle 1,50 Meter Abstand einhalten, um sich nicht gegenseitig anzustecken. Und in der Pause dürfen sie möglichst auch nicht zusammenstehen und sich unterhalten. Wo liegt hier die Logik?

Altin Zhegrova: Es ist klar, dass es aufgrund der Komplexität des Themas und der vielen unterschiedlichen Lebensbereiche manchmal zu Irritationen und nicht ganz eindeutigen Regelungen oder Richtlinien kommen kann. Diese können dann auch mal zu Diskussionen führen. Jedoch ist grundsätzlich zu sagen, dass alle Verordnungen dabei helfen, dass wir gut mit der aktuellen Krise umgehen können. Vor Ort ist das in den wenigsten Fällen ein Thema und die Besucher bringen den Veranstaltern sehr viel Verständnis entgegen. Letztendlich sind wir doch alle froh, dass der Sport wieder läuft. Wenn ich nach sechs Monaten Corona als Zuschauer eine Veranstaltung besuche, weiß ich, dass besondere Regeln herrschen, und richte mich vernünftigerweise danach.

Wie können die Veranstalter dafür sorgen, dass die Abstände auf den Tribünen zuverlässig eingehalten werden?

Altin Zhegrova: Generell gibt es in den Hallen keine Stehplätze mehr und jeder Zuschauer bekommt einen festen Platz zugewiesen. Onlineticketing-Anbieter haben hier eine recht gute Systematik entwickelt. Bei der Buchung werden automatisch in jede Richtung zwei oder drei Plätze geblockt, die dann zum nächsten Zuschauer freigehalten werden. Gleichzeitig müssen für alle gebuchten Plätze online die persönlichen Daten der jeweiligen Personen angegeben werden, was den Veranstaltern die Dokumentationspflicht für die Nachverfolgung von Infektionsketten abnimmt.

Für Hallensportarten ist das eine gute Lösung. Wie sieht es aber bei



Ungewohnter Anblick in der Heilbronner Eishalle: Die Stehplätze wurden beim Testspiel der Falken zu Sitzplätzen umfunktioniert – vorbildlich mit 1,50 Metern Abstand. Foto: Paulina Wolf

Veranstaltungen im Freien aus? Nicht jeder Kreisliga-Fußballverein hat eine Tribüne, auf der er Sitzplätze nummerieren kann.

Altin Zhegrova: Im Außenbereich ist es tatsächlich schwieriger, die Besucher auseinander zu halten. Aber auch hier haben die Vereine durch die Bank ihre Hausaufgaben gemacht und auf den Barrieren bzw. den Banden am Spielfeldrand markiert, wo jemand stehen darf und wo nicht.

Wie schaut der Prozess aus, wenn ein Verein sein Hygienekonzept beim Schul-, Kultur- und Sportamt einreicht?

Altin Zhegrova: Wir genehmigen grundsätzlich keine Konzepte, sondern geben nur unsere Bewertung dazu ab, wie in dem jeweiligen Konzept die Richtlinien der Verordnung umgesetzt werden. Aber genau das gibt den Vereinen die Sicherheit, insofern richten sie sich eigentlich durchgehend nach unseren Empfehlungen. Der Ablauf ist immer ähnlich. In den letzten Monaten haben wir zwar eine gewisse Kompetenz angesammelt, aber im Normalfall stimmen wir uns mit dem Ordnungs- und Gesundheitsamt ab. Wir haben hier ein kleines Komitee gebildet – einfach deshalb, weil sechs Augen mehr sehen als zwei. Unser oberstes Ziel ist, dass der Sport schnellstmöglich wieder auf die Beine kommt und wir für jeden Veranstalter individuell die Möglichkeiten der Öffnung voll ausschöpfen. Aber auf der anderen Seite kommen die Verordnungen vom Kultus- und Sozialministerium des Landes, und davon können wir nicht abweichen. Sprich, wir winken keinen Verein einfach nach dem Motto „wird schon irgendwie gehen“ durch. Unser Job ist es, die Gefahren zu minimieren. Deshalb sind wir konsequent und gehen die Konzepte sehr sorgfältig durch. Ich muss an dieser Stelle aber auch mal eine Lanze für die Vereine brechen: Sie erstellen ihre Hygienekonzepte wohl überlegt und sehr detailliert. Wir hatten keinen einzigen Fall, in dem der Verein komplett daneben lag.

In den letzten Wochen sind wir uns bei den verschiedensten Sportveranstaltungen in Heilbronn über den Weg gelaufen. Die Vereine kennen und schätzen Altin Zhegrova nicht nur vom Telefon oder von der Mail, sondern von persönlichen Treffen in der Halle oder im Stadion. Das klingt nach vielen Überstunden...

Altin Zhegrova: Natürlich ist es ein großer Aufwand und ich weiß nicht, wieviele Sportanlagen ich in den letzten Wochen gesehen habe. Aber es ist wichtig, die Vereine nicht unnötig lange warten zu lassen. Deshalb ist es am einfachsten hinzufahren, mit den Leuten zu sprechen und die Umsetzung der Konzepte in der Praxis anzuschauen. Ich mache meinen Job am besten, wenn der Sport möglichst gut dasteht – und momentan steht er glaub ich nicht so schlecht da. Und auf der anderen Seite ist ja auch ein bisschen Hobby dabei, denn ich komme ja selbst aus dem Sport und interessiere mich für die verschiedensten Sportarten. Dennoch hoffe ich darauf, dass ich schon möglichst bald wieder als „normaler“ Zuschauer Events ohne Einschränkungen besuchen kann.



DEUTSCHE U18 / U20-MEISTERSCHAFTEN: HEILBRONN EMPFIEHLT SICH FÜR MEHR

Vom 4. bis 6. September fanden im Heilbronner Frankenstadion die Deutschen Leichtathletik-Meisterschaften der Altersklassen U18 und U20 statt. Allein die Tatsache, dass ein solches Event überhaupt in Heilbronn stattfindet, hätte normalerweise schon für ein Aufhorchen gesorgt. Dass es dann aber in eine Zeit fällt, in der der Sport allgemein erst langsam wieder zum Leben erweckt wird und sich dennoch alles um Corona dreht, ist umso erstaunlicher. Wir hatten das Privileg drei Tage lang vor Ort dabei gewesen zu sein und eine Veranstaltung erleben zu dürfen, die zwar ohne Zuschauer und unter eigenartigen Bedingungen stattgefunden, aber bei allen Anwesenden für eine sehr positive Resonanz gesorgt hat. Die TSG Heilbronn hat hier gemeinsam mit dem Deutschen und dem Württembergischen Leichtathletik-Verband (DLV / WLV) einen riesen Job gemacht und der Sportwelt gezeigt: Heilbronn kann Sport-Großveranstaltungen!!!

Schon Ende Juli hatte die TSG Heilbronn im Frankenstadion einen kleinen Leichtathletik-Wettkampf für Werfer und Springer durchgeführt, bei dem unter anderem Paralympics-Star Niko Kappel im Kugelstoßen mit von der Partie war. „Das war so etwas wie unser Probelauf für die DM“, erklärt Rosemarie Just-Espert, Leichtathletik-Abteilungsleiterin der TSG. Waren damals zusätzlich zum 100er-Athletenfeld inklusive Helfer und Kampfrichter auch noch eine Handvoll Zuschauer zugelassen, so mussten die Fans bei den Deutschen Meisterschaften leider außen vor bleiben – was die Leichtathletikfans der Region mitunter zu kreativen Lösungsversuchen veranlasste, um wenigstens einzelne Blicke auf die Athletinnen und Athleten zu erhaschen. Sowohl am Marathon-Tor des Frankenstadions als auch hinter dem Spielplatz des benachbarten Biergartens versammelten sich Zaungäste, um die Hochsprung- und Wurfanlage, sowie teilweise die Läufer sehen zu können. Trainer und Funktionäre, die sich unbewusst in ihr Blickfeld stellten, wurden freundlich gebeten sich einen anderen Platz zu suchen.

Die Anzahl der Personen im Stadion war auf 500 begrenzt, zu denen bei den vier Sessions am Freitag, Samstagmorgen, Samstagnachmittag und Sonntag jeweils 300 Athleten sowie 200 Trainer, Kampfrichter, Helfer, Sanitäter und Pressevertreter zählten. „Bitter war, dass nicht

mal die Eltern der jugendlichen Sportlerinnen und Sportler mit rein durften. Die saßen teilweise vor dem Stadion im Auto oder drüben im Biergarten und konnten ihren Kindern nur im Livestream zuschauen“, so Rosemarie Just-Espert.

Diejenigen, die nach einem kurzen Fiebercheck am Eingang im Stadion dabei sein durften, mussten sich streng an die Hygieneregeln halten. So galt, eigentlich untypisch für eine Freiluft-Veranstaltung, die Maskenpflicht nicht nur auf dem Weg zum Platz, sondern dauerhaft an allen Orten im Stadion. Was anfangs etwas befremdlich war, nahm man aber nach einem kurzen „Bruddeln“ mehr oder weniger gerne in Kauf, da man einfach nur happy war, dass die Veranstaltung überhaupt stattfinden konnte.

Eine von den SLK-Kliniken abgestellte Hygienebeauftragte sorgte im Stadion dafür, dass die Masken getragen und Abstände eingehalten wurden. Auch Vertreter der Stadt Heilbronn waren mit wachen Augen unterwegs, um in Einzelfällen Personen auf die Einhaltung der Regeln aufmerksam zu machen.

Die WerferInnen mussten zur Deutschen Meisterschaft mit ihren eigenen Geräten anreisen und Diskus, Kugel und Speer hinter dem Stadion bei der Gerätekontrolle abgeben. Andreas Schietinger, Kampfrichter und Geräteprüfer bei der TSG Heilbronn, und Erwin Veigel, Lehrwart für Geräteprüfung im WLV, nahmen die Geräte dort in Empfang, kontrollierten sie auf ihre Wettkampf-Konformität, desinfizierten und versahen sie dann mit der Startnummer der dazugehörigen Athleten, damit das Wettkampfericht sie mit ins Stadion nehmen und dort ihren Besitzern aushändigen konnte.

Was wir bei allen Regelungen sehr schade fanden: Die siegreichen Ath-



Rosemarie Just-Espert



Zaungäste vom benachbarten Biergarten.

letinnen und Athleten durften sich über ihre Erfolge nicht wie gewohnt bei einer Siegerehrung freuen. Vielmehr ging es zu einem hinter dem Stadion aufgebauten Pavillon, wo sie ihre Medaillen und Urkunden einzeln abholen konnten.

Rosemarie Just-Espert berichtet, wie dies zustande gekommen war: „Ein paar Tage vorher hatten wir uns noch ein Konzept für Siegerehrungen mit Abstand überlegt. Dann stieg die Wocheninzidenz in Heilbronn auf über 40 Neuanssteckungen pro 100.000 Einwohner an. Dazu kamen die Erfahrungen des DLV von den Mehrkampf-Meisterschaften in Vaterstetten, als sich die Medaillengewinner umarmten und mit Küsschen gratulierten. Das alles hat dann dazu geführt, dass die Siegerehrungen sicherheitshalber abgesagt wurden.“

Der Freude der Athleten über ihre Erfolge tat dies freilich keinen Abbruch. „Ich fand es super, dass die Meisterschaften überhaupt stattgefunden haben und ich den Titel holen konnte. Es ist halt den Umständen geschuldet, dass es jetzt ohne Siegerehrung ablaufen muss“, sagte der neue Deutsche U20-Meister im 10 Kilometer Gehen, Jakob Johannes Schmidt vom SC Potsdam. Auch für den frischgebackenen U18-Speerwurf-Meister Max Dehning von der LG Celle-Land war die fehlende Siegerehrung kein Drama: „Ich war schon bei so vielen Siegerehrungen, aber Deutscher U18-Meister war ich noch nie. Hauptsache ich habe gewonnen – man kann es eh nicht ändern, dass es keine Siegerehrung gibt.“

So kam es, dass Luca Mazzei an der Medaillenausgabe zum wohl beliebtesten Helfer an diesem Wochenende wurde. „Die Sportler kommen alle strahlend zu mir. Sie freuen sich einfach nur, dass der Wettkampf stattfinden kann. Was halt fehlt, ist der Applaus“, so der Mann, der die Medaillen und Urkunden überreichen durfte.

Damit die Veranstaltung auf einem so professionellen Level stattfinden konnte, hat die TSG Heilbronn die ganze Leichtathletik-Region mobilisiert. „Als einzelner Verein hätten wir das Event nicht allein stemmen können. Deshalb haben wir zusammen mit dem WLV sämtliche Vereine im Umkreis angesprochen und so viele Zusagen von Kampfrichtern und



Die zweifache Deutsche U18-Meisterin Laura Raquel Müller holt bei Luca Mazzei ihre Medaille und Urkunde ab.

Helfern bekommen, dass wir als Region ein richtig gutes Zeichen setzen und signalisieren konnten: Wir können nicht nur diese, sondern auch kommende Großveranstaltungen stemmen“, erzählt Rosemarie Just-Espert.

Voll des Lobes ist die Leichtathletik-Abteilungsleiterin der TSG über die Zusammenarbeit mit DLV, WLV und der Stadt Heilbronn: „Wir haben von allen drei Seiten eine super Unterstützung erfahren und die Veranstaltung Hand in Hand durchgeführt. Die Zahnradchen haben vom Aufbau bis zum Abbau perfekt ineinander gegriffen.“

Der reibungslose Ablauf, die perfekte Leichtathletik-Anlage im Frankenstadion, die trotz Maskenpflicht ungezwungene und gute Stimmung – dies alles ist auch dem Deutschen sowie dem Württembergischen Leichtathletik-Verband nicht entgangen. Sowohl DLV-Präsident Jürgen Kessing als auch sein Württembergischer Amtskollege Jürgen Scholz waren im Frankenstadion vor Ort und verabschiedeten sich unisono mit dem Gruß „Wir sehen uns wieder!“



SIE ENTSCHEIDEN WER WILLKOMMEN IST.

Hochwertige Türsprech- und Alarmanlagen zum Nachrüsten oder Neubau vom Spezialisten für Alarm-, Video- und Notrufsysteme.



Kostenlose Beratung vor Ort
07138 9868136

hasenbein-sicherheit.de

in Heilbronn/Stuttgart/Heidelberg/Hannover



Scanne den QR-Code und erlebe Jara Ellingers Siegsprung noch einmal hautnah mit!



DEUTSCHE U20-MEISTERIN: ERFOLGREICHE SAISON FÜR JARA ELLINGER

Als einzige Teilnehmerin der TSG Heilbronn ins Rennen gegangen, sorgte Jara Ellinger bei den Deutschen U18/U20-Meisterschaften der Leichtathleten im heimischen Frankenstadion für eine hundertprozentige Erfolgsquote ihres Vereins. Die 19-Jährige wurde ihrer Favoritenrolle gerecht und mit übersprungenen 1,80 Metern Deutsche U20-Meisterin im Hochsprung. Ralf Scherlinzky und Enny Bayer haben die sympathische Sportwissenschaft-Studentin zwei Wochen nach ihrem Triumph besucht und gemeinsam mit ihr nochmal auf diesen 6. September 2020 zurückgeblickt.

In unserer letzten Ausgabe hatten wir über deine neue Bestleistung von erst 1,80 m und dann 1,83 m berichtet, jetzt sitzen wir der Deutschen Meisterin gegenüber – und ganz nebenbei hast du zum Saisonabschluss auch noch den Baden-Württembergischen Meistertitel geholt. Hast du das alles schon verarbeitet?

Jara Ellinger: Ich denke schon, ja. Die Sommersaison 2020 war cool, ich mache da jetzt aber kein großes Ding draus. Aber klar, das war sportlich gesehen schon ein erfolgreicher, aber auch anstrengender Sommer. Deshalb haben wir beschlossen, dass ich nach dem Saisonende nun erstmal drei Wochen gar nichts mache und nur regeneriere.

Hat sich durch den Titelgewinn bei den Deutschen Meisterschaften etwas für dich geändert?

Jara Ellinger: Auf Instagram habe ich viele neue Follower bekommen und mir haben zahlreiche Leute gratuliert, die ich gar nicht kenne. Außerdem gab es eine Menge Zeitungsartikel und die Verbände haben viel über mich berichtet. Aber den ganz großen Ansturm gab es nicht.

Du bist als Topfavoritin in den Wettkampf gegangen. Hat dich dieser Status besonders unter Druck gesetzt?

Jara Ellinger: Ja, schon. Der Druck vor einem solchen Wettkampf ist eh recht hoch, aber von einer Favoritin erwartet man dann doch, dass sie gewinnt. Aber es hat ja dann gereicht.

Beim Einspringen hatte man dir den Druck angesehen. Da hat nicht viel geklappt und du bist mit hängendem Kopf zu deinen Trainern Harald Ehlke und Claudia Ellinger gelaufen. Von außen dachte man, das war's jetzt mit dem Titel...

Jara Ellinger: Ich war tatsächlich sehr nervös und es hatte beim Einspringen extrem gehakt, was mich ziemlich verunsichert hat. Deshalb bin ich dann schon bei 1,65 m in den Wettbewerb eingestiegen, um mir Selbstvertrauen zu holen und mich in den Wettbewerb reinzukämpfen.

Und dann lief es. 1,65, 1,70 und 1,74 m im ersten Versuch übersprungen, 1,77 und 1,80 m im zweiten. Legt es irgendwann einen Schalter um, wo du merkst, dass es jetzt doch läuft?

Jara Ellinger: Das ist eher ein schleichender Prozess. Von Sprung zu Sprung holt man sich mehr Selbstvertrauen und weiß irgendwann, dass man es packen kann.

Ab 1,77 m wurde es ein Zweikampf mit Blessing Enatoh aus Spandau. Du musstest vorlegen, sie hatte immer wieder die Möglichkeit nachzulegen. Sitzt man in dieser Situation da und hofft, dass bei ihr die Latte fällt?

Jara Ellinger: Man wünscht sich natürlich, dass man selbst gewinnt. Aber ich hätte mich auch für sie gefreut, wenn sie es geschafft hätte. Ich mag Blessing und sie hat mir danach auch nochmal per Whatsapp gratuliert. Da ist schon auch Kameradschaft da, nicht nur Konkurrenzdenken.

Wie war das für dich mit dem Titelgewinn ohne Siegerehrung?

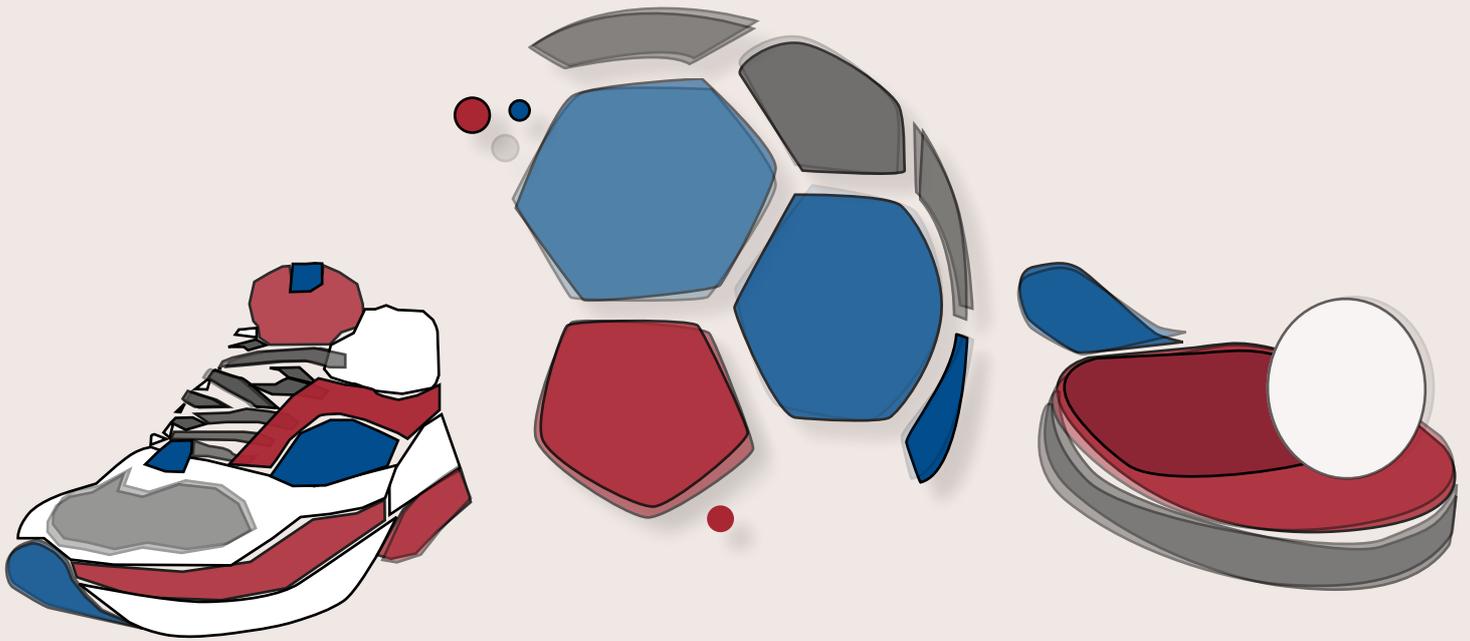
Jara Ellinger: Man geht aus dem Stadion raus, holt Medaille und Urkunde ab – und das war's. Der Abschluss hat schon gefehlt, aber das Siegerinterview vor der Kamera hat es dann nochmal kompensiert. Es war eben eine Vorgabe unter den Corona-Bedingungen, da muss es auch mal ohne Siegerehrung gehen.

Corona bringt dich jetzt auch um die Chance, bei der U20-Weltmeisterschaft teilzunehmen, für die du qualifiziert bist, die aber abgesagt wurde...

Jara Ellinger: Ja, das ist sehr ärgerlich, denn ich wollte endlich mal für Deutschland starten. Aber vielleicht schaffe ich es ja nächstes Jahr zur U23-Europameisterschaft. Das wird aber nicht einfach werden, denn die nationale Konkurrenz ist hier sehr groß und ich muss nochmal eine neue Bestleistung schaffen, um mich zu qualifizieren.



Siegerfoto hinter dem Stadion statt bei der Siegerehrung. Fotos: Marcel Tschamke



DU hast das TALENT.

WIR passende **FUNKTIONSBEKLEIDUNG.**
SPORTGERÄTE.
SCHUHE.

 **INTERSPORT[®]**
PROFIMARKT

Edisonstraße 5 | 74076 Heilbronn
www.saemann-shop.de

Ansprechpartner Sven Herms
Tel. 07131 / 99166-13
teamsport@intersport-saemann.de

Der Moment, der für Laura Raquel Müller die zweite Goldmedaille bei der DM brachte: der Zieleinlauf über die 100 Meter mit zwölf hundertstel Sekunden Vorsprung vor Sina Kammer-schmitt aus Worms. Fotos: Marcel Tschamke



TRIUMPHZUG VON LAURA RAQUEL MÜLLER: GLEICH ZWEI U18-MEISTERTITEL BEI DER DM

Rund 30 Kilometer östlich von Heilbronn, auf dem Sportplatz der TSG Öhringen, hat sich eine 16-Jährige in den letzten Jahren zu einem der größten Talente der deutschen Leichtathletik entwickelt. Längst ist der Name Laura Raquel Müller weit über die Region hinaus bekannt, und spätestens seit ihrem Triumphzug bei den Deutschen U18-Meisterschaften im Heilbronner Frankenstadion ist klar: Dieses Ausnahmetalent kann es im Sport sehr weit bringen! Erst holte sie im Weitsprung mit 6,25 Metern den Titel, dann verwies sie im 100-Meter-Lauf mit einer Zeit von 11,63 Sekunden ihre Konkurrentinnen in die Schranken – und ganz nebenbei hätte sie damit auch bei den U20-Wettbewerben jeweils auf dem Treppchen gestanden. Wir haben Laura in Öhringen besucht und dabei eine eloquente junge Frau kennengelernt, die genau weiß, was und wohin sie will.

Sprintwunder, Leichtathletik-Wunderkind, Ausnahmetalent – die Medien übertrumpfen sich bei dir gegenseitig mit Superlativen. Wie geht man als 16-jährige Schülerin mit solchen Lobeshymnen um?

Laura Raquel Müller: Ich sehe mich weder als Sprintwunder noch als Wunderkind. Als die Medien vor der DM geschrieben hatten, dass ich sowohl im Weitsprung als auch über die 100 Meter als Favoritin gelte, hat mich das schon gehörig unter Druck gesetzt. Das konnte ich im Wettkampf aber ganz gut ausblenden. Durch die Zeitungsartikel kennen mich inzwischen viele Leute und in Öhringen passiert es öfter, dass Passanten schauen und überlegen, ob ich DIE bin. Auch als ich jetzt auf dem Wirtschaftsgymnasium angefangen habe, wurde ich von den Lehrern gleich auf den Sport angesprochen. Das hat seine Vor- und Nachteile. Ich lasse das aber nicht groß an mich ran.

Du sprichst die Schule an. Wie lässt sich der Hochleistungssport in gleich zwei Disziplinen mit der Schule in Einklang bringen?

Laura Raquel Müller: Als ich den Realschulabschluss gemacht habe, ist mir das Lernen teilweise schon schwer gefallen. Jetzt auf dem Gymnasium wird es auch nicht einfacher, Training und Schule zu vereinbaren, zumal ich ja nun nicht mehr nur im Bundeskader Sprint bin, sondern inzwischen auch im Nachwuchskader Weitsprung. Ich versuche Schule, Training und Kaderlehrgänge in den nächsten drei Jahren ins Gleichgewicht zu bringen und viel im Auto bzw. Zug zu lernen, bis ich dann mein Abi habe.

Wie kam es, dass du dich damals für die Leichtathletik entschieden hast?

Laura Raquel Müller: Ich wollte immer Fußball oder Leichtathletik machen. Dann hat mich mein Vater mit acht Jahren zum Diamond League Meeting nach Brüssel mitgenommen. Dort lief Usain Bolt, der mich total beeindruckt hat. Das wollte ich auch machen, und so habe ich im Oktober 2012 mit Kinderleichtathletik angefangen. Zwei Jahre später bin ich weiter gesprungen und schneller gelaufen als alle anderen. Da hat mein Vater, der auch ehemaliger Leichtathlet ist, beschlossen den Trainer-schein zu machen und mich künftig selbst zu coachen.

Du hast in jungen Jahren schon vieles erreicht. Was war bisher dein persönliches Highlight?

Laura Raquel Müller: Das war ganz klar das ISTAF in Berlin im September 2019 mit 40.000 Zuschauern. Ich wurde überraschend vom Bundestrainer eingeladen, dort bei der U20-Staffel mitzulaufen. Dazu durfte ich auch noch im C-Lauf über 100 Meter ran, weil jemand ausgefallen war. Ich war zusammen mit der Weltklasse im Athletenhotel untergebracht und habe dort viele meiner Idole getroffen. Allein die Anreise vom Flughafen zum Hotel im Shuttlebus war schon ein Erlebnis. Da bin ich neben den Eltern von Zehnkampf-Weltmeister Niklas Kaul gesessen. Das waren schon coole Eindrücke...

Wir fragen jetzt abschließend trotzdem noch nach deinen langfristigen Zielen, auch wenn wir diese schon zu kennen glauben...

Laura Raquel Müller: Klar, ich habe den Traum, den wohl fast jeder Leistungssportler hat: die Teilnahme an den Olympischen Spielen. Paris 2024 ist in jedem Fall etwas, was ich anstrebe. Das nächste Ziel ist aber erstmal die U18-EM in Rieti im nächsten Jahr, und im Jahr darauf wäre es toll, wenn ich zur U20-WM nach Kolumbien mitfahren könnte. Ich möchte in jedem Fall gerne international für Deutschland antreten.



WIR SIND IHR PARTNER FÜR GEWERBEIMMOBILIEN IN DER REGION HEILBRONN-FRANKEN



MÜLLER & BUCHER

www.mueller-bucher.de

**Sie verdienen die beste Baufinanzierung.
Mit uns und über 300 Partnern!**

Stressfrei und entspannt zur passenden Finanzierung. Wüstenrot sucht die für Sie beste Baufinanzierung aus allen Wüstenrot-Angeboten und bei über 300 Finanzierungspartnern. Hier einige Partnerbeispiele:

		
		Mehrere Volks-/ Raiffeisenbanken und Sparkassen

Darlehen obiger und anderer Banken erfolgen über die Vermittlungsplattform der Prohyp GmbH, Marcel-Breuer-Straße 18, 80807 München.

Ich berate Sie gerne

Martin Lindemann · Wüstenrot Service-Center Neuenstadt

Verkaufsleiter der Wüstenrot Bausparkasse AG
Nordstraße 1, 74196 Neuenstadt, Telefon 07139-931414-16, Telefax 07141-16831195
Mobil 0178-7497784, martin.lindemann@wuestenrot.de



GESUNDNAH

Für alle, die persönlichen Service schätzen.



AOK – Die Gesundheitskasse Heilbronn-Franken · aok.de/bw

ZGH 0080702 - 102020 - Foto: petelheck.de



**LOTTO
award**
SPORTJUGEND
FÖRDERPREIS 2020



Preise im
Gesamtwert von
100.000 €
Preisgeld für die
Landessieger
15.000 €

Der Wettbewerb
für baden-württembergische Sportvereine

Bis zum 11.01.2021 anmelden auf:
sportjugendfoerderpreis.de





Gesprächsrunde im Biergarten (von links): Katharina Mähring, Denise Krebs, Transplantierten-Leichtathletin Bera Wierhake (siehe eigener Bericht in SPORTHEILBRONN-Ausgabe 17), Redakteur Ralf Scherlinzky und Katharina Schiele. Fotos: Marcel Tschamke

LEICHTATHLETIK-DM IN BRAUNSCHWEIG: TROPISCHE HITZE + CORONA-BEDINGUNGEN

Am 8. und 9. August 2020 blickte Sportdeutschland gespannt nach Braunschweig. Dort fand mit den Deutschen Leichtathletik-Meisterschaften eines der ersten großen Sportevents nach dem Lockdown statt – die Fußball-Geisterspiele mal ausgenommen. Doch die Leichtathletik-DM nahm nicht nur wegen der Corona-Maßnahmen fast schon historische Ausmaße an. Auch die Temperaturen waren alles andere als normal, mussten die Sportlerinnen und Sportler doch am bis dato heißesten Wochenende des Jahres bei 38 Grad Celsius Höchstleistungen erbringen. Vor Ort dabei waren mit Jara Ellinger, Katharina Mähring und Katharina Schiele (alle TSG Heilbronn) sowie Denise Krebs (TSV Bayer 04 Leverkusen) auch vier Heilbronner Athletinnen. Wir haben uns mit ihnen am Rande der Deutschen U18/U20-Meisterschaften im Biergarten neben dem Frankenstadion getroffen, um zu erfahren, wie es ihnen bei der Gluthitze unter Corona-Bedingungen ergangen ist.

Beinahe wäre der Lauf über die 5.000-Meter-Distanz ohne Denise Krebs über die Bühne gegangen. „Ich durfte nicht ins Stadion rein, weil ich vermeintlich schwer krank war“, schmunzelt die 33-Jährige. Inzwischen kann sie wieder lachen. Danach war ihr in Braunschweig allerdings nicht zu Mute gewesen. „Es gab die Regel, dass man nur ins Stadion rein durfte, wenn man höchstens eine Körpertemperatur von 37,5 Grad hatte. Ich stand da aber mit 38,2 Grad und alle waren ratlos. Dabei war ich absolut nicht krank, war aber direkt vom Höhentraining in Davos bei sieben Grad Celsius und Schnee in die 38 Grad von Braunschweig gekommen, was meinen Stoffwechsel durcheinander gebracht hatte“, so Denise Krebs. „Ich stand eine Stunde lang am Sportlereingang und wurde von allen Seiten mit Kühlwesten, Kühlakkus und kalten Getränke-dosen versorgt, die ich mir an die Stirn hielt, um irgendwie die Körpertemperatur auf 37,5 Grad zu drücken. Inzwischen waren sämtliche Ärzte des Deutschen Leichtathletik-Verbandes zusammengekommen, haben diskutiert und mich x-mal gefragt, ob ich mich auch wirklich nicht krank fühlte. 30 Minuten, bevor es für uns 5.000-Meter-Läuferinnen in den Callroom ging, durfte ich dann endlich rein. Blöd dabei war nur: Mein Warmup-Programm geht normalerweise 60 Minuten lang. Aber gut, ich war drin und durfte dann doch noch teilnehmen.“

EIN HITZESCHLAG VOM FEINSTEN

Schon deshalb standen die Karten für Denise Krebs, die als Mitfavoritin ins Rennen gegangen war, vor dem Rennen nicht allzu gut. Dass es am Ende nur zu Platz zehn gereicht hat, hatte sie beim Zieleinlauf nicht mehr bewusst mitbekommen: „Ab dem dritten Kilometer habe ich keine Erinnerung mehr an den Lauf. Ich habe nur noch funktioniert und bin auf Autopilot gelaufen. Mein Körper hatte den Temperaturunterschied von 30 Grad schlichtweg nicht verkraftet und ich hatte einen Hitzeschlag vom Feinsten.“

Auch die beiden anderen Mitglieder ihrer Trainingsgruppe von Davos, Lisa Oed und Gesa Krause, hatten dem Temperaturunterschied Tribut zollen müssen. Lisa Oed schleppte sich nur vier Sekunden vor Denise Krebs ins Ziel, während Gesa Krause als Topfavoritin über die 3.000 Meter Hindernis nach der Hälfte des Rennens komplett aufgeben musste.

Auch Katharina Schiele hatte mit der Hitze ordentlich zu kämpfen. „Ich habe immer Probleme mit Hitze. Meine Mutter hat mir irgendwann eine Whatsapp geschickt, ob ich noch lebe, da unser Wettbewerb nicht im Stream übertragen wurde und sie meine Hitzeanfälligkeit kennt“, erinnert sich die 20-jährige Kugelstoßerin. Normalerweise hole sie sich am Wassergraben der Hindernisläufer Abkühlung, doch aufgrund der Corona-Maßnahmen war das nicht möglich. „Auch durften wir deshalb weder unsere Stühle noch die Sonnenschirme verstellen, um im Schat-



Denise Krebs



Katharina Schiele

ten zu sitzen. Deshalb haben wir uns zwischen den einzelnen Runden auf der anderen Seite des Stadions im Schatten niedergelassen, was es natürlich für die Schiedsrichter schwierig machte uns aufzurufen“, so Katharina Schiele.

Jara Ellinger dagegen konnte an der Hitze sogar noch etwas Positives finden. „Auch wenn es extrem drückend war, für die Muskeln war die Hitze gut“, sagte die Hochspringerin, die mit einer übersprungenen Höhe von 1,78 Metern und Platz sechs das beste Ergebnis der vier Heilbronnerinnen erreichte.

Hammerwerferin Katharina Mähring nahm die tropischen Temperaturen gelassen. Ihr Freund, der als Trainer mit in Braunschweig dabei war, pendelte zwischen ihrem Platz und der Toilette, um sie mit nassen Handtüchern zu versorgen. Eigentlich wäre die 24-Jährige gar nicht dabei gewesen, hatte sie uns doch vor einem Jahr im Interview erklärt, dass sie mit der Leichtathletik aufgehört hat. „Ich habe dann aber die Meldeliste für die DM gelesen und gedacht, dass ich es nicht mit meinem Gewissen vereinbaren könnte dort nicht zu starten“, lacht die Hohenloherin. „Zwischen den Plätzen drei und zehn könnte alles für mich drin sein und die 60 Meter schaffe ich auch so, habe ich mir gesagt. Ich war dann zwar nicht wirklich gut und bin nur auf 57,02 Meter gekommen, war aber mit Platz sieben am Ende absolut zufrieden.“

QUALIFIKATION DURCH DIE HINTERTÜR

Auch Katharina Schiele hätte eigentlich nicht in Braunschweig dabei sein sollen. „Ich hatte die Norm nicht geschafft und war nur Zwölfte der deutschen Rangliste. Die ersten zehn hatten sich qualifiziert. Dann waren eine Woche vor der Veranstaltung die Meldelisten veröffentlicht worden und ich habe gesehen, dass zwei qualifizierte Sportlerinnen nicht gemeldet hatten. Also habe ich beim DLV beantragt, dass ich als Nachrückerin doch an den Start gehen darf“, berichtet sie. Zwar ging Katharina Schiele als Außenseiterin ins Rennen und belegte erwartungsgemäß Platz zehn, doch betrachtete sie ihre erste DM-Teilnahme zufrieden als Kompensation für die zuvor abgesagte U23-Meisterschaft.

Jara Ellinger feierte bei der Veranstaltung ebenso ihre Premiere im Erwachsenenbereich. „Das war vom Niveau her schon nochmal ein Unterschied zu den Jugendmeisterschaften. Leider waren die Corona-Maßnahmen recht heftig, so dass für mich nicht unbedingt eine Atmosphäre des Besonderen aufkam“, bedauerte sie. Die Untergruppenbacherin störte sich weniger an den langen Wartezeiten am Sportlereingang mit Fiebermessen, Ausweiskontrolle und Desinfektion, sondern vielmehr an der Abschottung der Athleten: „Ich fand es total schade, dass wir nach dem Wettkampf sofort wieder das Stadion verlassen mussten und deshalb nichts von den anderen Disziplinen mitbekommen konnten.“

Dem kann Katharina Mähring nur zustimmen. Sie berichtet über zwei Hammerwerferinnen, die nach dem Vorkampf ausgeschieden waren und nicht mal mehr den Wettkampf der eigenen Disziplin im Stadion anschauen durften: „Eine von den beiden war nach dem Ausscheiden total fertig und durfte noch nicht mal zu ihrem Coach, sondern musste gleich raus“, schüttelt sie den Kopf. „Wenn du da als Athletin von Haus

aus schon ohne Begleitung der Familie anreisen musst, ist der Trainer der einzige Anlaufpunkt, der dich trösten kann. Sie weinend aus dem Stadion gehen zu sehen, das war nicht schön.“

Auch Denise Krebs berichtet von Corona bedingten Unwägbarkeiten: „Ich habe nach meinem Lauf einem Journalisten ein Interview gegeben, der im Rollstuhl saß. Da wir beide eine Maske trugen, habe ich mich zu ihm runter gebeugt, damit wir uns gegenseitig richtig verstehen konnten. Das versuchte jedoch ein Ordner zu verhindern, da wir auf diese Weise den Abstand nicht wahren konnten. Natürlich war das nicht ganz Corona konform – aber irgendwie mussten wir ja kommunizieren.“

CORONA-MASSNAHMEN WAREN NOTWENDIG

Trotz dieser unschönen Begleiterscheinungen sind sich die Athletinnen einig, dass die Corona-Maßnahmen notwendig waren, damit die Deutschen Meisterschaften auch wirklich stattfinden konnten.

„Als im Juni beschlossen worden war, dass die DM tatsächlich stattfinden würde, waren die Mittel- und Langstreckenläufe erstmal ausgeklammert. Die Idee war, dass die Läuferinnen und Läufer über die gesamte Distanz auf ihrer Bahn bleiben und so den direkten Kontakt zur Konkurrenz vermeiden. Das wäre nur bis zur 800-Meter-Distanz möglich gewesen“, erinnert sich Denise Krebs. Für alles über 800 Metern seien Laufband-Meisterschaften mit der App ZWIFT angedacht gewesen, so die Heilbronn-Biberacherin weiter. „Gottseidank sind sie davon schnell wieder abgekommen und wir durften doch laufen. Da richtet man sich dann doch gerne nach den Hygienevorgaben.“

POSITIVE ASPEKTE DER MASSNAHMEN

Katharina Schiele entdeckte bei den Maßnahmen sogar noch einen positiven Aspekt, den sie gerne für weitere Wettkämpfe übernommen sehen möchte: „Im Callroom, in dem sich vor dem Wettkampf alle Starterinnen einer Disziplin sammeln, musste man diesmal nicht um die freien Stühle kämpfen, denn jedem wurde sein eigener Platz zugewiesen.“

Auch die Startunterlagen wurden in Braunschweig in Einzelmappen ausgegeben, was Katharina Schiele sehr begrüßt. „Normalerweise werden die Unterlagen aller Starter eines Vereins in eine Mappe gestopft und man muss sich alles selbst raussuchen. Bei einem Großverein wie der TSG kann da schon mal ein Durcheinander entstehen. Das war bei der DM jetzt echt angenehm“, so die Neckargartacherin.

Eine amüsante Anekdote kann Denise Krebs abschließend noch zum besten geben: „Vor unserem Lauf hat der Stadionsprecher alle Läuferinnen übers Mikro so vorgestellt als wäre das Stadion voll mit Zuschauern. Als mein Name kam, hat genau ein Medienvertreter geklatscht, wo normalerweise Hunderte applaudieren. Ich habe mich zu ihm umgedreht und musste trotz aller Konzentration erstmal lachen.“

Wir hoffen gemeinsam mit den vier Athletinnen, dass die Deutschen Meisterschaften in dieser Form eine einmalige Sache waren und künftig wieder alles wie gewohnt stattfinden kann – natürlich mit genügend Stühlen im Callroom und Einzelmappen für die TeilnehmerInnen... :)



Jara Ellinger

Katharina Mähring



TSG 1845 HEILBRONN E.V.

Der vielfältigste Sportverein der Region

Mit dem
TSG-Sportfinder
aus über

200 Sportangeboten
im gesamten Stadtgebiet
das richtige finden!

175 JAHRE
TSG HEILBRONN
1845-2020
Eine Gemeinschaft,
die bewegt.



TSG 1845 Heilbronn e.V.
Telefon: 07131 - 507075
info@tsg-heilbronn.de
www.tsg-heilbronn.de

DEIN KARRIERESTART BEIM ASB



Wir bieten ab sofort Stellen im

FSJ, BFD & SOZIALEN PRAKTIKUM

für die Bereiche: Kindergarten- und Schulbegleitungen, Behindertenhilfe, Fahrdienst, Ausbildung Erste Hilfe Kurse, Krankentransport, Rettungsdienst, ambulante und stationäre Pflege.

Wir suchen für unsere Ambulanten Dienste und 15 Seniorenzentren Auszubildende zum

PFLEGEFACHMANN (m/w/d)

Ausbildungsvergütung
(brutto, Stand 01/2020):

- 1. Lehrjahr: 1.160,70 €
- 2. Lehrjahr: 1.226,70 €
- 3. Lehrjahr: 1.333,00 €

**LIEBER STUDIERTEN?
BACHELOR OF ARTS
IN SOZIALER ARBEIT**

- > Pflege und Rehabilitation
- > Sozialmanagement

Infotel. 07131/97 39 109

Wir helfen
hier und jetzt



bewerbung@asb-heilbronn.de
www.asb-heilbronn.de
Besuchen Sie uns auf Facebook & Instagram:
ASB Heilbronn-Franken

Arbeiter-Samariter-Bund
Baden-Württemberg e.V.
Region Heilbronn-Franken

Seit
1688

„Heilbronn“
hat seine guten Seiten!

Als **Heilbronner Traditionsbuchhandlung** schätzen Kunden unsere **persönliche Beratung** - damals wie heute!

Dabei sind wir der Zeit mit **innovativen Ideen** immer einen Schritt voraus: mit unserem **THEMA-basierten Newsletter** bieten wir diesen Service auch online! So finden wir schnell das passende Buch - ob vor Ort oder online, immer portofrei!

Stritter - ein Stück Heilbronner Erfolgsgeschichte.

Gymnasiumstr. 37
74072 Heilbronn
Tel. 07131-781918
Fax 07131-781919



www.stritter.de · info@stritter.de



Corona gerecht nach Trainingsgruppen aufgestelltes Gruppenbild mit den entsprechenden Zwischenabständen. Foto: Achim Gehrig

SOMMER CAMP DES HOCKEYCLUBS: HIGHLIGHT UNTER CORONA-BEDINGUNGEN

Mit dem Sommer Camp in den großen Ferien hat sich der Hockeyclub in der TSG Heilbronn in den letzten Jahren ein absolutes Alleinstellungsmerkmal geschaffen, holt man doch Jahr für Jahr zahlreiche Idole aus dem Hockeysport als Trainer nach Heilbronn. Auch 2020 konnte das Sommer Camp stattfinden – unter Corona-Bedingungen, aber auch diesmal wieder mit großen Namen wie Olympiasiegerin Natascha Keller, U21-Nationaltrainer Valentin Altenburg, U18-Bundestrainer Sven Lindemann sowie zahlreichen Bundesliga-SpielerInnen.

„Das Camp lief erstaunlich gut ab, da die teilnehmenden Kinder die Hygieneregeln bereits vom normalen Trainingsbetrieb her kannten und verinnerlicht hatten und wir diesmal keine externen Kinder dabei hatten“, berichtet die erste Vorsitzende Daniela Bamberg.

Der große Kniff, damit man wie in den Vorjahren über 100 Kinder begrüßen konnte, war die Aufsplittung des Camps von einer auf zwei Wochen. „Normalerweise haben wir über 100 Kinder und Jugendliche gleichzeitig da und müssen aus Platzgründen einzelne Trainings- bzw. Altersgruppen vom Legasus Hockey Park mit Shuttlefahrzeugen zum Kunstrasenplatz am Frankenstadion bringen, was ein ziemlicher logistischer Aufwand ist“, so die ehemalige Bundesligaspielerin.

Nun aber hat sich – dank der Corona-Vorgaben – alles entzerrt. „In der ersten Woche hatten wir 52 U12- und U14-Jugendliche da, in der zweiten Woche 60 Kinder aus den Gruppen U10, U8 und U6. Dadurch war das Ganze für die Organisatoren und Trainer viel einfacher und entspannter. Da wir eh davon ausgehen, dass wir auch im nächsten Sommer noch mit Corona zu tun haben werden, haben wir schon gesagt, dass wir auch 2021 wieder auf zwei Wochen gehen werden“, blickt Daniela Bamberg voraus.

Zudem wurden die einzelnen Trainingsgruppen auf zehn bis 15 TeilnehmerInnen limitiert, was sich ebenso vorteilhaft auf die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen ausgewirkt hat. „Wir bilden ja auch unsere Jugendlichen zu Co-Trainern aus. Dadurch hatten wir neben unseren etatmäßigen Coaches und den ‚Stars‘ nochmal mehr Trainer dabei, so dass wir jeder Kleingruppe zwei bis drei Übungsleiter zuteilen konnten. Das war für das individuelle Training pro Person natürlich fantastisch“, schwärmt die Vorsitzende.

Da zudem das Wetter durchgängig mitspielte, kann der Hockeyclub – trotz, oder gerade wegen Corona – auf ein tolles Sommer Camp 2020 mit vielen neuen Aspekten zurückblicken. Daniela Bamberg: „Wir haben durchgängig ein gutes Feedback bekommen. Auch die ‚Stars‘ waren beeindruckt, was wir unter diesen Voraussetzungen auf die Beine gestellt haben. Sie wollen alle im nächsten Jahr wieder dabei sein.“



Foto: Kevin Vitek

 Steuerberatung
Sandra Oechler

*Vereine sind meine
Leidenschaft -
Steuern meine
Berufung!*

Spezialisiert auf
Gemeinnützigkeitsrecht

www.vereinsberatung-oechler.de

Sandra Oechler Steuerberaterin
63642 Büdingen
Telefon 06045/952222
s.oechler@vereinsberatung-oechler.de

Bedingungslose Qualität

Innovation, Weiterentwicklung und
Zuverlässigkeit –
Sie können sich auf uns verlassen.



J. Sigel & Sohn GmbH
Lack- und Farbenfabrik
Ochsenbrunnenstr. 4
74078 Heilbronn
www.sigel-lacke.de
07131 7216 0
info@sigel-lacke.de

WALDKLETTERPARK WEINSBERG

Unsere Highlights:
Viele Seilbahnfahrten, Tarzan-Fox
Absprung aus 13 m Höhe, Teambuilding

Neu in 2020:
2 umgebaute Parcours mit neuen
Übungen sowie ein weiterer Absprung
aus 15 m Höhe mit mehr Freifallgefühl

Tel. Nr. 07134 - 5370007
www.waldkletterpark-weinsberg.de

WIR LIEBEN ES SPORTLICH.



**KUECHEN
WERK**
GEMACHT MIT LIEBE.

BIORUEBE
DEIN BIOLADEN HEILBRONN

baumit.de

WAS UNS TÄGLICH BEWEGT? DAS BESTE GEBEN!

Für unsere Kunden und für unsere Mitarbeiter geben wir gerne das Beste. Diese Anstrengungen werden belohnt. Zum Beispiel mit dem Preis „Deutschlands bester EDEKA-Markt 2019“ oder mit dem „Deutschen Fruchtpreis 2020“. Dafür sagen wir DANKE und geben weiterhin Gas, denn Bewegung ist Leben!

2020 bringt viel Neues: unser sechster Markt eröffnet in Untergruppenbach. Das KUECHENWERK, unsere Eigenmarke regionalen Ursprungs in Premium-Qualität, bekommt eine Eventlocation in HN-Sontheim und unser Bio-Fachmarkt BIORUEBE öffnet auf 700 m² – ebenfalls in HN-Sontheim – seine Pforten für Gesundheitsliebhaber.

6 × in der Region:

HN-Sontheim, HN-Südbahnhof, Oedheim, Neuenstadt, Ellhofen, Untergruppenbach



Ueltzhöfer
Mein Lebensmittel. Mein Punkt.

edeka-uelthoefer.de

Trainingseinheit mit „Olympia-Flair“: Ralf Scherlinzky, Natascha Keller und Enny Bayer.
Fotos: Achim Gehrig



OLYMPIASIEGERIN NATASCHA KELLER: „IN HEILBRONN MACHT'S EINFACH SPASS“

Natascha Keller ist mit 425 Länderspielen Rekordnationalspielerin der Deutschen Hockey-Nationalmannschaft. 2004 gewann sie bei den Olympischen Spielen in Athen die Goldmedaille und hatte 2012 die große Ehre, bei der Eröffnungsfeier der Olympischen Sommerspiele in London als Fahnenträgerin der deutschen Delegation einzulaufen. Im August 2020 war die 43-Jährige nun bereits zum vierten Mal als Trainerin beim Sommer Camp des Hockeyclubs Heilbronn dabei. Unsere Redakteure Enny Bayer und Ralf Scherlinzky haben die Gelegenheit genutzt, um die aus Berlin stammende Hockey-Legende zu treffen und – zumindest für's Foto – eine kurze Trainingseinheit zu absolvieren...

Natascha, du bist nun schon zum vierten Mal hintereinander beim Sommer Camp der TSG Heilbronn dabei. Wie kam es dazu, dass du hier inzwischen sogar schon zum Stammgast geworden bist?

Natascha Keller: Wir hatten vor zehn, fünfzehn Jahren mal mit der Damen-Nationalmannschaft in Heilbronn ein Länderspiel ausgetragen. Schon damals war alles so herzlich und persönlich. Ich bin direkt mit der Vorsitzenden Daniela Bamberg in Kontakt gekommen und das hat einfach gepasst. Die Kinder, die damals mit auf dem Platz rumgerannt sind, sind heute erwachsen und wohnen teilweise wegen Studium und Beruf nicht mehr in Heilbronn. Zum Camp kommen sie aber dennoch wieder zurück zum Helfen. Das gefällt mir, und generell macht es einfach Spaß, beim Sommer Camp in Heilbronn dabei zu sein.

Nimmt Heilbronn hier eine Sonderrolle ein oder finden in anderen Städten auch solche Camps statt?

Natascha Keller: Natürlich machen vor allem die Bundesligisten auch hochwertige und tolle Camps. Bei den Nicht-Bundesligisten ist Heilbronn aber im Jugendbereich federführend. Die Leute sind hier mit Herzblut dabei, die Camps sind kreativ aufgebaut und jedes Jahr lassen die Organisatoren neue Ideen in das Konzept einfließen.



Du organisierst normalerweise selbst eigene Camps...

Natascha Keller: Ja, ich hätte im Sommer eigentlich vereinsübergreifende Camps in Berlin und Genf gehabt, die aber leider Corona zum Opfer gefallen sind.

Hat das Heilbronner Sommer Camp gegenüber den letzten Jahren sehr unter den Corona-Bedingungen gelitten?

Natascha Keller: Nein, eigentlich gar nicht. Dadurch, dass das große Camp auf zwei kleine aufgedgliedert wurde und die kleinen Gruppen dauerhaft zusammengeblieben sind, haben die Kinder sogar noch profitiert. Leider hat für uns Trainer das Abklatschen und der direkte Kontakt mit den Teilnehmern gefehlt, aber das geht im Jahr 2020 eben nicht.

Die Olympischen Spiele wurden auf 2021 verschoben. Du warst selbst fünfmal dabei und kannst bestimmt nachfühlen, was in den Athleten vorgeht...

Natascha Keller: Als Sportler trainierst du im olympischen Vier-Jahres-Zyklus und die Verschiebung bringt alles durcheinander. Wenn plötzlich das Ziel fehlt, schwindet auch die Motivation. Und für Sportler, die nach Olympia aufhören wollten, ist es besonders schwierig. Sie trainieren jetzt noch ein extra Jahr, ohne genau zu wissen, ob die Spiele 2021 auch tatsächlich stattfinden.

Multimedia-Shows | Firmenevents | Lasershows | Illuminationen | Parties

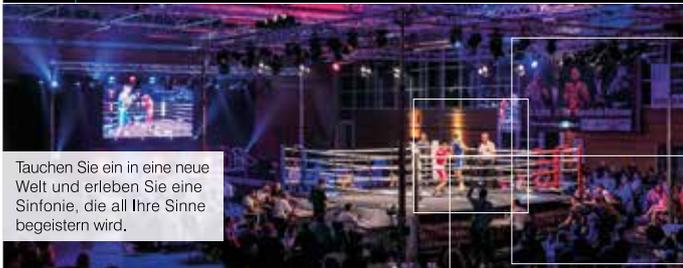
media:system

Es lebe die Faszination.

Mitreibende Konzerte, festliche Galas, beeindruckende Produktpräsentationen: Eine erfolgreiche Veranstaltung benötigt eine gute Idee, eine durchdachte Vorbereitung und eine professionelle Durchführung. Und von Anfang an verlässliche Partner, die zum Gelingen des Events beitragen.

Lassen Sie sich faszinieren

Michael Hammel Dpl.-Ing. (FH)
Röntgenstraße 21 | 74613 Öhringen
phone 07941 333 66 | mobil 0172 76 71 427
info@mediasystem.de | www.mediasystem.de



Tauchen Sie ein in eine neue Welt und erleben Sie eine Sinfonie, die all Ihre Sinne begeistern wird.

RIEDEL
Fenster, Glas & Türen

Sportliche Herbsttage
WÜNSCHT IHNEN DAS RIEDEL-TEAM

RIEDEL GmbH Tel.: +49 (0)7131 3810-35/-36
Fenster, Glas & Türen Fax: +49 (0)7131 3810-37
August-Mogler-Str. 1 – 3 info@riedel-fensterbau.de
74080 Heilbronn-Böckingen www.riedel-fensterbau.de

DIGINIGHTS



Unser Online-Ticketing mit intelligenten Sitzplänen und dynamischen Social Distancing Regeln sorgt für maximale Auslastung der Halle und gewährleistet höchste Sicherheit der Besucher unter Einhaltung aller Corona Auflagen.

50+ Vereine
mit über 100 Teams

HANDBALL TICKETS.DE

BASKETBALL TICKETS.DE

EISHOCKEY TICKETS.DE

diginights GmbH | Ferdinand-Braun-Str. 17 | 74074 Heilbronn | diginights.com

DRESSURREITERIN ANN-KATHRIN LINDNER: „U25-EM-TITEL IST IMMER NOCH UNREAL“

Dieses Wochenende im August 2020 wird Ann-Kathrin Lindner wohl nicht so schnell vergessen. Erst holte die Dressurreiterin vom Reitverein Heilbronn bei der U25-Europameisterschaft im ungarischen Pilisjaszfalu mit dem deutschen Team die Silbermedaille im Mannschaftswettbewerb, um dann am Tag darauf nach dem Einzelwettbewerb die Goldmedaille um den Hals hängen zu haben und den EM-Titel zu feiern. Zum Abschluss gewann sie mit ihrem kongenialen Partner Sunfire in der Einzel-Kür dann auch noch Bronze und machte damit ihr Medailenset komplett. Wir haben die sympathische 24-Jährige auf der Reitanlage am Trappensee besucht und durften im Gespräch mit ihr in eine spannende Sportart eintauchen, mit der wir zuvor zugegebenermaßen noch keine Berührungspunkte hatten.

Ann-Kathrin, herzlichen Glückwunsch nochmal zum EM-Titel. Hast du inzwischen realisiert, was da im August in Ungarn passiert ist?

Ann-Kathrin Lindner: Es fühlt sich immer noch unreal an. Früher, als ich Junioren- und Ponyreiterin war, stand ich im Landeskader, habe immer zu den Reitern im Bundeskader aufgeschaut und fand es cool, wenn für sie die Nationalhymne gespielt wurde. Plötzlich wurde die Hymne nun für mich gespielt. Das war der bisher extremste Moment in meinem Leben. Ich habe mich auf alles zurückbesonnen und war einfach nur dankbar für jeden, der mich auf meinem Weg dorthin unterstützt hat.

Von anderen Sportarten kennt man die U23 oder U21 als höchste Nachwuchsklasse. Was ist im Dressursport anders, dass es hier bis zur U25 geht?

Ann-Kathrin Lindner: Bis vor ein paar Jahren ging es tatsächlich nach der U21 direkt zu den Senioren. Es war fast unmöglich, vom Level her überhaupt in deren Nähe zu kommen. Deshalb wurde vor ein paar Jahren die U25-Klasse eingeführt, um eine Brücke zwischen U21 und Senioren zu bauen. Wir reiten teilweise bereits die gleichen Anforderungen wie die Senioren, aber die Punktrichter urteilen noch nicht ganz so streng. Bei den Senioren muss jede Kleinigkeit auf den Punkt genau sitzen, während sie bei uns nachsichtiger sind. Der Sprung von der U25 zu den Senioren ist aber dennoch riesig. Da muss ich noch viel lernen.

Ihr habt beim Dressurreiten, ähnlich wie man es vom Eiskunstlauf kennt, auch ein Pflicht- und Kürprogramm. Wie muss man sich das vorstellen?

Ann-Kathrin Lindner: Man kann es tatsächlich ein bisschen vergleichen. Bei den ersten beiden Wettbewerben in der Mannschafts- und Einzelwertung gibt es eine feste Abfolge, die man reiten muss und bei der klar definiert ist, was wie aussehen muss. Nur wenn man dabei gut

abschneidet, qualifiziert man sich für die Kür am dritten Tag. Auch dort müssen feste Lektionen absolviert werden, die Abfolge ist aber egal und man kann die Stärken seines Pferds besser hervorheben.

Schaut man sich die Videos von euren Auftritten an, sieht man dich regungslos auf Sunfire sitzen. Wie weiß er, wann er was zu machen hat?

Ann-Kathrin Lindner: Das „Regungslose“ schaut nur so aus und bei mir ist noch viel zu viel Bewegung drin. Man arbeitet viel mit Gewichtsverlagerung, mit den Zügeln und den Beinen. Bei der EM habe ich vom Bundestrainer den Tipp bekommen, dass ich meine Bauchmuskeln anders anspannen soll. Das habe ich gemacht und mein Pferd ist tatsächlich besser gelaufen. Die Pferde sind sensibel und spüren jede Veränderung im Körper des Reiters – auch in die negative Richtung. Wenn ich mit einem schlechten Gefühl zu einem Turnier fahre, übertrage ich das Gefühl auf das Pferd und wir sind tatsächlich nicht gut. So wie meine Laune ist, so läuft auch mein Pferd.

Aber wie bringst du dem Pferd bei, auf welches Kommando es eine Pirouette drehen soll bzw. was überhaupt eine Pirouette ist? Ihr könnt ja nicht miteinander sprechen...



Champ Sunfire aka Fritz (links) mit seinem Kumpel Lord of Dance aka Paul. Sekunden vor dieser Aufnahme hatten sich die beiden noch ordentlich „gefetzt“. Fotos: Marcel Tschamke (3)

Ann-Kathrin Lindner: Das ist tatsächlich eine Sache, die ich nicht wirklich erklären kann. Ein ganz junges Pferd gewöhnt man erstmal an den Sattel. Dann zeigt man ihm, dass es nichts Schlimmes ist, wenn ein Reiter auf seinen Rücken sitzt. Im nächsten Schritt lernt es mit dem Reiter zu laufen, Gleichgewicht und Takt zu finden – und so nach und nach entsteht eine Kommunikation der beiden. Im Idealfall ist das Pferd irgendwann so gut ausgebildet, dass es auf jeden noch so kleinen Impuls vom Reiter reagiert und weiß, was es zu tun hat. Natürlich benötigt diese Ausbildung viel Geduld und es hat lange nicht jedes Pferd das Talent und die Einstellung, um ein guter Sportler zu werden.

Sunfire scheint beides zu haben...

Ann-Kathrin Lindner: Fritz – das ist sein Spitzname – ist ein Ausnahmesportler. Wenn er nur sieht, dass wir den LKW herfahren, rennt er schon unruhig in der Box hin und her. Und sobald der LKW dann bereit steht, ist er nicht mehr zu halten, rennt die Rampe hoch, parkt ein und wartet, bis wir losfahren. Ein Pferd kann noch so talentiert sein – wenn es diesen Kampfgeist, dieses Feuer nicht hat, wird es nie ein Spitzenpferd werden.

Was machst du eigentlich, wenn „Fritz“ mal außer Form oder verletzt ist? Könntest du auch auf ein anderes Pferd umsteigen?

Ann-Kathrin Lindner: Ich habe noch einen 16-jährigen Hengst als Joker in der Hinterhand. Er ist ein richtiger Professor, von dem ich viel lernen konnte, und er steht auf dem gleichen Level wie Fritz, hat nur nicht ganz so viel Talent. Er lässt sich zuhause zwar total gehen und strengt sich dort auch nicht an, steigt er dann aber bei einem Turnier aus dem LKW, stolziert er als ganz anderes Pferd zur Box und kommt sich richtig wichtig vor. Und dann gibt es noch Paul, mein Nachwuchspferd, in das ich viel Hoffnung setze, das aber noch viel lernen muss. Im Normalfall geht aber immer nur ein Pferd mit zu einem Turnier. Fritz startet übrigens auch höchstens bei fünf Turnieren pro Jahr. Je besser ein Pferd ist, desto weniger Turniere reitet es. Und Fritz ist der Beste. So einen Sportler werde ich nicht nochmal bekommen.

Wenn du im Zusammenhang mit Pferden von Sportlern sprichst, lässt das darauf schließen, dass sie auch allgemein als Sportler angesehen werden. Ist bei euren Pferden auch Doping ein Thema?

Ann-Kathrin Lindner: Ja, natürlich! Die NADA (Nationale Anti Doping Agentur) macht Dopingkontrollen bei Reitern und Pferden, wobei die Regularien gerade bei den Pferden sehr streng sind. Wir müssen ein Behandlungsbuch führen und alles, was wir mit dem Pferd machen, muss eingetragen werden – selbst wenn wir ihm nur eine Karotte füttern. Überhaupt werden unsere Pferde wie Leistungssportler behandelt. Jedes Pferd hat einen von einem Berater auf ihn zugeschnittenen Ernährungsplan und wir sind auch regelmäßig beim Physiotherapeuten. Früher wurden Pferde auf dem Feld eingesetzt und waren entsprechend gebaut. Sie sind erst durch Zucht so feinsinnig und leichtfüßig geworden, dafür sind sie aber auch sehr empfindlich und anfällig und brauchen auf diesem sportlichen Level regelmäßige medizinische Betreuung.

Das klingt alles nach einem hohen zeitlichen und finanziellen Aufwand...

Ann-Kathrin Lindner: Finanziell aufrechnen darf man das nicht. Wir sind eine totale Reiterfamilie und meine Eltern haben schon immer alles in den Reitsport investiert – sonst könnte ich nicht so oft auf Turniere fahren und erfolgreich sein. Unser roter LKW ist bei den Turnieren mit Abstand der Kleinste, aber wir können darin schlafen und sparen uns so zumindest die Übernachtung. Wenn ich während der Woche alles allein und ohne die Hilfe meiner Mutter machen müsste, käme ich auf



Das Erfolgsduo Sunfire und Ann-Kathrin Lindner. Foto: privat

ungefähr zehn Stunden Arbeit im Stall. Wir haben ja nicht nur Fritz, um den wir uns kümmern müssen. Aktuell haben wir acht Pferde hier, mit denen ich abwechselnd auf Turniere gehe.

Und jetzt gibt es Überlegungen, dass du deinen 20-Stunden-Job als Physiotherapeutin aufgibst und Profi wirst?

Ann-Kathrin Lindner: Genau. Ich stehe an einem Scheideweg und muss mir überlegen, ob ich weiter den Weg in den Spitzensport suchen möchte.

Wenn ich es richtig aufziehe, könnte ich vom Pferdesport leben. Von den acht Pferden gehört nur eines mir – bei den anderen werde ich von den Besitzern dafür bezahlt, dass ich sie ausbilde und reite. Das würde alles schon funktionieren, aber eigentlich bin ich mit meinem Leben auch so zufrieden, wie es gerade ist. Auf der anderen Seite könnte ich als Physiotherapeutin auch später jederzeit wieder zurück in den Job. Mein Trainer Karl-Heinz Streng bereitet mich ja schon eine Weile darauf vor, wie ich mit Sponsoren und Pferdebesitzern umgehen und alles managen kann. Aber will ich ganz in die verrückte Reiterwelt einsteigen? Ich weiß es ehrlich gesagt noch nicht...

Bei diesen Überlegungen spielt bestimmt auch das Thema Olympia eine Rolle. U25-Europameisterin hörst dich so an, als seist du auf einem guten Weg in diese Richtung...

Ann-Kathrin Lindner: Oje, von Olympia bin ich im Moment noch so weit weg wie von hier zum Mond. Ich bin auch nicht der Typ Mensch, der sagt „Ich will zu Olympia“ oder „Ich will Europameisterin werden“. Ich fahre auch nicht auf ein Turnier und denke, dass ich gewinnen werde. Lieber setze ich mir Miniziele, reite so, dass ich ein gutes Gefühl dabei habe, und überrasche mich am Ende selbst mit einem guten Ergebnis.

Wie sehen denn dann deine Ziele aus, wenn du überlegst Profi zu werden?

Ann-Kathrin Lindner: Durch den EM-Titel bekomme ich jetzt schon ein bisschen Druck von außen, dass ich mich so langsam auch mal den Senioren stellen müsste. Im Moment bin ich noch nicht so weit, dass ich an die rankommen würde. Aber es ist natürlich schon ein Ziel, dieses Level zu erreichen. Das wäre ein kompletter Neustart in einer anderen Klasse. Dort müsste ich mir dann bei den Kampfrichtern erst wieder ein entsprechendes Ansehen erarbeiten. Und wenn ich diesen Schritt tatsächlich schaffen würde, würde vieles davon abhängen, wieviele und welche Sponsoren mich unterstützen. Von 100.000 Reitern schafft es vielleicht einer oder zwei tatsächlich mal im Seniorenbereich bei Europameisterschaften, Weltmeisterschaften oder Olympia zu reiten. Aber ich hätte früher auch nie gedacht, dass ich mal bei einer U25-Europameisterschaft dabei sein und dann auch noch den Titel holen würde...



Redaktionsgespräch beim Reitverein Heilbronn: Ann-Kathrin Lindner, Lena Staiger, Enny Bayer und Ralf Scherlinzky



Alles für Dein Vereinsleben bietet Dir Dein freundlicher Nachbar vor Ort – Wir freuen uns auf Deinen Besuch.

SELGROS Cash & Carry Heilbronn
Austraße 95 · 74076 Heilbronn
Tel.: 07131 64982-0 · Fax: 07131 64982-199

Unsere Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 6 – 22 Uhr
Sa. 7 – 20 Uhr

SELGROS präsentiert die „Stillen Helden des Heilbronner Sports“

NATASCHA CLARK + MARCO BAAM (VFR HEILBRONN)

Vormittags das Frankenstadion öffnen, in den Kabinen lüften und die Ausrüstung für jeden einzelnen Fußballer bereitlegen, damit er sich vor dem Spiel nur noch umziehen muss und sich vollkommen auf das Spiel konzentrieren kann. Dieser Ablauf klingt eigentlich nach den Aufgaben eines Helfers für den Spieltag einer höherklassigen Fußballmannschaft. Doch über diesen „Luxus“ dürfen sich auch die Spieler der ersten Mannschaft des VfR Heilbronn freuen. Verantwortlich dafür ist ihre Betreuerin Natascha Clark, die sich mit allen Belangen ihrer Jungs befasst. Ihr Mann Marco Baam ist außerdem Betreuer der zweiten Mannschaft. Trotz ihrer Großfamilie, die Zuhause auf die beiden wartet, stehen sie dem Verein immer zuverlässig zur Verfügung und sind die erste Anlaufstelle für den VfR-Vorsitzenden Onur Celik, wenn er Unterstützung braucht. Bei so einem großen Organisationstalent und Engagement ist auch uns klar: Natascha und Marco sind „Stille Helden des Heilbronner Sports“, die es mehr als verdient haben im SPORTHEILBRONN-Magazin vorgestellt zu werden.

Text: Enny Bayer

Angefangen hat ihre Zeit beim VfR Heilbronn, als der neue Verein vor zwei Jahren nach Spielern gesucht hatte. Damals hat sich Marco für das erste Platztraining angemeldet und war seit der ersten Stunde ein Teil des wieder gegründeten Traditionsclubs. Da er spielerisch nicht ganz mithalten konnte, wechselte der inzwischen 37-Jährige auf die Spielerbank der zweiten Mannschaft und fungiert seitdem als deren Betreuer. Welche Wirkung der Verein in Heilbronn eigentlich hat, war dem zugezogenen Starbucks-Storemanager damals nicht bewusst. „Wir haben uns sofort in den Verein verliebt und freuen uns seit Beginn an bei dem Aufbau des VfR dabei zu sein. Das ist sehr spannend und gibt einem selbst auch ein gutes Gefühl“, erzählt Marco Baam.

Dass seine Frau schließlich auch den Weg in das Vereinsleben gefunden hat, entstand durch die letztjährige Suche nach einem Betreuer für die erste Mannschaft: „Zu Beginn habe ich immer mal wieder bei der Jugendleitung mitgeholfen. Das hat aber zu viel Zeit beansprucht und ich habe mich davon zurückgezogen. Als dann dieses Jahr die Anfrage kam, habe ich lange gezögert und letztendlich doch zugesagt“. Seitdem gehört das Ehrenamt zu den gemeinsamen Hobbys des Paares und schafft einen guten Ausgleich zum Alltag.

„Vor jedem Spieltag gehen wir gemeinsam einkaufen, kaufen frisches Obst, Schokoriegel und alles andere, was die Jungs so brauchen, um sich vor oder während des Spiels zu stärken“, erzählt das engagierte Paar. Im Winter gibt es dann auch noch Tee für die Fußballer oder es werden ausreichend Pullover für die Auswechselspieler eingepackt. Auf dem Sportgelände geht es für Natascha Clark direkt weiter mit der Kabinenvorbereitung für ihre Mannschaft. Sie richtet den Platz, bereitet die Spielbälle vor oder hilft beim Aufbauen der Tore. Wann



Foto: Marcel Tschamke

immer es geht, unterstützen die beiden sich gegenseitig bei ihren jeweiligen Teams. „Das hat den Vorteil, dass wir so zu allen Spielern ein Vertrauensverhältnis aufbauen können und sie uns schon kennen, wenn sie von der Zweiten in die Erste kommen und umgekehrt“, ergänzt Marco Baam.

Doch nicht nur im Fußballstadion sind die beiden ein eingespieltes Team. Mit insgesamt zwölf Kindern, von denen noch zehn bei ihnen zuhause wohnen, ist ein großes Talent an Organisations- und Zeitmanagement auch im Alltag gefragt. „Wir versuchen

auch immer regelmäßig die Kinder mitzunehmen am Wochenende. Allerdings passen auch die älteren Kinder mal auf die Jüngsten auf, wenn wir zum Beispiel unter der Woche im Training sind oder eine längere Auswärtsfahrt haben. Wenn sie dabei sind, helfen sie auch immer freiwillig mit“, erzählt die zwölfjährige Mama. Bereits ihre kleinsten Jungs spielen in den Jugendteams des VfR Heilbronn mit, wodurch die ganze Familie voll in das Vereinsleben integriert ist. Trotz des ganzen Aufwands, der durch die Großfamilie und das Hobby entsteht, stehen sie gerne für ihren Verein ein. Denn sie erhalten auch viele positive Rückmeldungen, was für sie wie ein Lohn für das Ehrenamt ist. „Das Umfeld in unserem Verein stimmt einfach und es ist immer wieder schön zur Mannschaft zu kommen. Die Spieler kommen inzwischen auch zu mir her und fragen, wie sie mir helfen, mir etwas Gutes tun können oder sie nehmen einen einfach mal in den Arm. Das ist eine schöne Bestätigung, dass man das richtige Hobby gefunden hat“, freut sich die 47-Jährige.

Liebe Natascha, lieber Marco, mit eurem Engagement tragt ihr einen wichtigen Teil zum erfolgreichen Weg des neuen VfR bei. Schön, dass ihr ein Teil des Heilbronner Sportlebens seid – solche „Stillen Helden“ brauchen wir im Sport!

MEDI CROSS

Orthopädie | Sportorthopädie | Unfallchirurgie | Chirurgie

Dr. med. B. Brand

Dr. med. R. Giacin

Facharzt N. Haupt

Facharzt S. Spodzieja

Dr. med. A. Oppermann

Facharzt M. Stingl

Bahnhofplatz 4 / Im Ärztehaus
Eingang an der Salinenstraße
74172 Neckarsulm

Telefon: 07132 / 999966
Telefax: 07132 / 99996-99

info@medicross-zentrum.de
www.medicross-zentrum.de

Öffnungszeiten

Mo – Do 08.00 – 18.00 Uhr

Fr 08.00 – 16.00 Uhr

Unsere Leistungen

- Sportmedizin • D-Arztverfahren • ambulante + stationäre Operationen
- Arthrosetherapie • zertifiziertes Osteoporosezentrum • Knochendichtemessung
- Stoßwellentherapie • Chirotherapie • Osteopathie • Akupunktur
- Kernspin-Resonanz-Therapie • Endoprothetik • arthroskopische Gelenkchirurgie

3
STANDORTE
in Ihrer
Nähe

REHA AM BAHNHOF
Neckarsulm

PHYSIO Q-SÜD
Heilbronn

REHA RONDELL
Brackenheim

FIT DURCHS LEBEN

Unsere Experten unterstützen Ihre
Gesundheit: Mit besten Voraussetzungen
für Reha und Fitness unter einem Dach.

»» Wir suchen dich! Motivierte Kollegen (m/w/d) gesucht ...



UNSER LEISTUNGSSPEKTRUM »

Durchgeführt und geplant von professionell
ausgebildeten Therapeuten.

- ✓ Physiotherapie, Logopädie und Ergotherapie
- ✓ Fitness mit professioneller Planung und Betreuung
- ✓ Betriebliches Gesundheitsmanagement
- ✓ Sportlerbetreuung

Wir beraten Sie gerne vor Ort.

Gesundheitsrondell Zentren für Physiotherapie,
Ergotherapie, Logopädie und Medical Fitness
www.gesundheitsrondell.de •  gesundheitsrondell



ENTDECKER, FÖRDERER, COACH, FREUND: GÜNTER MAJOR HÖRT ALS TRAINER AUF

Günter Major macht Schluss. Nicht so ganz, aber irgendwie doch. Nach über 40 Jahren als Fußballlehrer steht er nicht mehr als Trainer auf dem Platz und verlässt den Heilbronner DFB-Stützpunkt, bleibt dem Sport aber dennoch als Nachwuchsscout der TSG Hoffenheim erhalten. Bei seiner Verabschiedung durch langjährige Weggefährten im Sommer packte der 67-Jährige einige spannende Anekdoten aus, die der Öffentlichkeit eigentlich nicht verborgen bleiben dürfen. Deshalb haben wir die bescheidene Trainerlegende nochmal zuhause in Heilbronn-Sontheim besucht, haben gemeinsam mit ihm in der Vergangenheit geschwelgt und hätten ihm noch viele weitere Stunden bei seinen Erzählungen zuhören können.

„Schickimicki ist nichts für mich. Ich esse lieber Bratwurst“, sagt Günter Major, wenn er über die Versuche seines Zögling Ermin Bicakcic berichtet, ihn in den VIP-Raum von 1899 Hoffenheim einzuladen. Diese Bescheidenheit wurde ihm in frühester Kindheit in die Wiege gelegt. Mit zwei Jahren mit seiner Familie aus der damaligen Tschechoslowakei geflüchtet, wuchs der kleine Günter im Baracken-Flüchtlingslager in Weinsberg auf. Durch den Beruf seines Vaters als Schneidermeister, das Kunstturntalent seines Bruders sowie sein eigenes auf dem Fußballplatz stieg das Ansehen der Familie im Laufe der Zeit und sie konnte der Armut des Lagers entkommen.

...über Ralf Rangnick:

„Ralf war früher ein verrückter Hund, der einen Witz nach dem anderen gerissen hat. Ich habe mit ihm den Trainerschein gemacht und wir waren zusammen auf dem Zimmer. Bei der Prüfung mussten wir ins Mündliche. Sein Thema war das 4-2-4 System. Er hat die Tafel mit so vielen Pfeilen vollgeknallt, dass keiner mehr durchblickte. Die Prüfer fanden das super und haben ihm die Note 1,0 gegeben. Danach kam er breit grinsend her und sagte ‚Major, die haben keine Ahnung!‘ Später wollte er mich als Co-Trainer zu Hannover 96 holen. Als ich wegen Familie und Beruf in Heilbronn bleiben wollte, wurde Mirko Slomka Co-Trainer. Heute sind wir immer noch in Kontakt und telefonieren regelmäßig.“

Trotz des fußballerischen Talents war dem jungen Günter Major jedoch keine lange Spielerkarriere vergönnt. Nachdem er Torschützenkönig der zweiten Mannschaft des VfR Heilbronn wurde, wechselte er zum Lokalrivalen Union Böckingen, wo er sich seinen ersten Kreuzbandriss zuzog. Dann folgte kurz nach dem Wechsel in die erste Amateurliga zu Germania Bietigheim die nächste schwere Verletzung. „Ich bin bei Regenwetter gleich mit zwei Gegnern zusammengerasselt. Alle Bänder waren ab, das Sprunggelenk war gebrochen das Schienbein angebrochen – und ich habe eineinhalb Jahre gebraucht, ehe ich wieder richtig laufen konnte“, erinnert er sich. Doch Günter Major kämpfte sich zurück auf den Fußballplatz, wechselte zum VfR Heilbronn in die Oberliga und machte in den ersten drei Spielen

...über Tomi Maric:

„In einem VfR-Heimspiel gegen Aalen lagen wir zur Halbzeit 0:2 zurück und ich habe mich entschieden, den 17-jährigen Tomi Maric aus der A-Jugend einzuwechseln. Die Zuschauer haben mich nach Strich und Faden beleidigt, wie ich bei so einem Stand einen 17-Jährigen bringen kann. Ich sagte zu Tomi, mach da vorne, was du willst – Hauptsache du haust die Dinger rein. Tomi machte zwei Tore und wir gewannen das Spiel noch 3:2. Das war der Anfang einer Karriere, die ihn über Wolfsburg und Gladbach bis ins kroatische Nationalteam geführt hat.“

gleich drei Tore. „Dann ist mir wieder einer ins gleiche Knie reingefahren. Das war es dann. Mit 25 Jahren hatte ich meinen dritten Kreuzbandriss und musste aufhören“, blickt er ohne große Wehmut zurück.

Als inzwischen verheirateter Familienvater schult er vom Werkzeugmacher zum Verwaltungsfachangestellten im Kreiswehrratsamt und vom Spieler zum Trainer um.

Aus seiner zweiten sportlichen Laufbahn an der Seitenlinie wurmt ihn auch heute noch seine erste Entlassung beim VfR Heilbronn. „Erst hieß es an Weihnachten, dass mein Vertrag vorzeitig verlängert wird, dann folgte im neuen Jahr die Entlassung. Das hat weh getan. Ich hatte ein tolles Team mit guten Jungs wie den Maric-Brüdern, der Verein wollte dann aber plötzlich nicht mehr den Weg mit der Entwicklung der eigenen Nachwuchsspieler gehen, sondern änderte seine Strategie in Richtung schneller Erfolg“, erzählt er. Überhaupt wurde aus der Beziehung zu „seinem“ VfR im Lauf der Jahre eine Art Hassliebe.

Als er erfolgreich den SGV Freiberg coachte („Die wollten unbedingt, dass ich weitermache.“) und ihn ein Hilferuf aus der Heilbronner Badstraße erreichte, brach er seine Zelte in Freiberg ab, ging zum VfR zurück, nur um in der Winterpause erneut entlassen zu werden.

Mit einem Funkeln in den Augen erzählt Günter Major die Geschichte eines Auswärtsspiels im Heilbronner Frankenstadion, als er den FC Lauda trainierte. „Lauda war damals Letzter in der Oberliga, der VfR Tabellenführer, und wir haben uns zu einem 0:0 gemauert. Meine Aufstellung hat-

te mit Fußball nicht wirklich was zu tun. Vorne stand Martin Lanig drin, hinten hatten wir eine doppelte 5er-Mauer mit ein paar Naturburschen, die ordentlich abgeräumt haben. Die Zuschauer haben getobt. ‚Stell dich doch mit deiner Mauer noch hinters Tor, du Blinder‘ – das war noch das Harmloseste, was ich zu hören bekam. Bei der Pressekonferenz danach wurde ich auch nochmal verbal angegangen und habe mich dann zu der Aussage hinreißen lassen, dass der VfR aufpassen muss, dass er nicht noch absteigt. Da war vielleicht was los! Die sind mir fast an die Gurgel gegangen – und wisst ihr was? Am Ende der Saison sind sie tatsächlich abgestiegen.“

...über Hansi Flick:

„Hansi habe ich kennengelernt, als er damals Trainer in Bammental war. Seither sind wir sehr freundschaftlich verbunden. Er ist ein ganz angenehmer, bodenständiger Mensch. Dass Hansi mit den Bayern neulich 1:4 in Hoffenheim verloren hat, hat mir für ihn leid getan.“



schrift Kicker ein Besuch bei Uwe Seeler angeboten. Ich bin nach Hamburg geflogen und Uwe holte mich als 15-jährigen Fan im weißen Mercedes vom Flughafen ab. Er nahm mich mit zu sich nach Hause, wo ich mit ihm, seiner Frau und seinen drei Töchtern gegessen habe. Eine davon war so alt wie ich, und sein Mitspieler Charly Dörfel hatte danach beim Training schon gemutmaßt, dass ich Uwes künftiger Schwiegersohn sei. Der Hamburger SV hielt vor seinem Heimspiel gegen Bayern München noch ein Trainingslager ab, bei dem ich nicht nur dabei war, sondern auch bei Uwe Seeler im Zimmer übernachten durfte. Heute wäre sowas undenkbar. Vor dem Spiel nahm er mich in die Kabine der Bayern, die alle – u.a. Frank Beckenbauer, Gerd Müller, Trainer Udo Lattek – im Kicker über mich gelesen hatten und mich mit Handschlag begrüßten. In der Halbzeit bin ich dann im vollbesetzten Volksparkstadion als Fußball-Jongleur aufgetreten und die Leute waren begeistert. Was für ein Erlebnis!“
Lieber Günter, wir wünschen dir eine schöne Zeit als Trainer im Ruhestand und sind uns sicher, dass du als Nachwuchsscout der TSG Hoffenheim vielen jungen Talenten den Weg zu genauso tollen Erlebnissen ebnet wirst, wie du sie in deiner Karriere hattest.

Die Genugtuung währte jedoch nicht lange. „Dazu war ich viel zu sehr Schwarz-Weißer. Das war mein Verein“, lächelt er. Zumal er in Diensten des VfR Heilbronn am 10. Oktober 1992 auch sein größtes sportliches Highlight erlebte. „Wir haben vor über 7.000 Zuschauern im DFB-Pokal gegen Bayer Leverkusen gespielt. Bis zur 56. Minute waren wir dem 1:0 näher als die, am Ende haben wir dann aber doch 0:2 verloren. Aber dieses Spiel war trotzdem einer meiner persönlichen Höhepunkte.“

1999 sagte er dann nach 21 Jahren dem Vereinsfußball adieu und folgte dem Ruf des ehemaligen Bundesligatrainers Dietrich Weise, der in ganz Deutschland für den DFB Stützpunkte für die Nachwuchsförderung einrichtete. Erst trainierte er drei Jahre lang die Hohenloher Toptalente, dann übernahm er 2002 den Heilbronner Stützpunkt, den er nun, nach 18 Jahren, in jüngere Hände an seine Nachfolgerin Victoria Mahmoud übergab. Eine Geschichte hatte Günter Major für unsere Redakteure Ralf Scherlinzky und Enny Bayer noch parat, die wir unseren Lesern in keinem Fall vorenthalten dürfen:

„Als ich 14 Jahre alt war, hat mich unser VfR-Jugendleiter zu einem Jonglierwettbewerb angemeldet, der von Adidas und dem Kicker veranstaltet wurde. Beim ersten Auftritt habe ich den Ball 3.000 mal jongliert, bei den darauf folgenden Baden-Württembergischen Meisterschaften 6.000 mal und bei den Süddeutschen gleich 12.000 mal. Darauf wurde ich zur Deutschen Meisterschaft auf Schalke angemeldet, wo ich den Ball 27.000 mal jonglierte. Ich hätte darauf mit der Nationalmannschaft zur Weltmeisterschaft nach Mexiko fliegen dürfen – hätte nicht mein Vater sein Veto eingelegt. Meine Noten bei der Werkzeugmacher-Ausbildung bei Audi waren zuvor von 2,2 auf 3,3 abgefallen und meine Übernahme nach der Ausbildung war in Gefahr. Als Trostpflaster wurde mir von der Fachzeit-

...über Martin Lanig:

„Als ich Trainer in Lauda war und wir mitten im Abstiegskampf steckten, habe ich den 17-jährigen Martin Lanig gegen den Willen seines Trainers aus der A-Jugend nach oben gezogen. Er war kopfballstark, schlug gute Flanken, hat die wichtigsten Tore gemacht und uns damit letztendlich zum Klassenerhalt verholfen. Nach der Saison habe ich Hansi Flick, der damals Trainer in Hoffenheim in der Regionalliga war, auf Martin aufmerksam gemacht. Er war nicht überzeugt von ihm, hat aber meinem Urteil vertraut und ihn geholt – der Anfang von Martins Karriere. Ohne seinen Kreuzbandriss in Diensten des VfB Stuttgart hätte Martin es zum Nationalspieler gebracht, da bin ich ganz sicher.“

...über Ermin Bičakčić:

„Ermin habe ich als 11-jähriges Flüchtlingskind damals in Möckmühl entdeckt. Meine Trainerkollegen konnten nicht verstehen, was ich in ihm sehe. Als er später mit der bosnischen Nationalmannschaft bei der WM in Brasilien war, hat er mich von dort angerufen. Das hat mich riesig gefreut. Neulich hat er mir ein Paket mit einem Trikot und einer persönlichen Widmung für seinen ‚Förderer, Freund und lieben Menschen Günter Major‘ geschickt. Das hat mich sehr gerührt. Ermin schafft es nicht mich zu duzen. Er möchte aus Respekt weiter ‚Herr Major‘ zu mir sagen.“



Günter Major kam auf der Terrasse seines Hauses in Sontheim aus dem Erzählen gar nicht mehr heraus. Unsere Redakteure Enny Bayer und Ralf Scherlinzky hingen regelrecht an seinen Lippen und hätten ihm noch stundenlang zuhören können. Fotos: Marcel Tschamke

MOTIVATION ERZEUGEN – EINE ANLEITUNG

Ein häufiges, wohl bekanntes Problem vieler Menschen ist Motivationslosigkeit! Drive & Flow oder anders Motivation und Ehrgeiz einer Sache gegenüber zu entwickeln, scheint auf dem Papier recht simpel, jedoch scheitert die praktische Ausführung oftmals an der Realität des Status quo. Um zu verstehen, in welchem Rahmen jedoch Motivation deutlich wahrscheinlicher erzeugt werden kann, bricht dieser Artikel herunter, worauf es ankommt, um überhaupt in die Nähe einer motivierten Grundeinstellung gelangen zu können. Man muss die Dinge beim Namen nennen. Kein heißer-Brei-Talk, der darauf abzielt, zu erforschen, warum etwas NICHT funktioniert. Aktivität und Motivation entsteht vor allem durch Klarheit, durch Bewusstsein und durch eine erkennbare gedankliche Ausrichtung. Es folgen drei Fragen und drei Tipps für diese Grundlagen.

Foto: Sporthalle Massenbachhausen



DREI FRAGEN, DIE DU DIR STELLEN SOLLTEST, BEVOR DU EIN ZIEL ERREICHEN WILLST:

1. Kann ich es schaffen?

Jedes Ziel und die daraus resultierende Motivation können erreicht werden, wenn ein Zustand realistisch und greifbar ist. Die Größe der Ziele wird durch DICH bestimmt, auch kleine Schritte gehen in eine Richtung. Arbeite dich über einen Step by Step Ansatz vorwärts und mache kleine Schritte mit großen Steinen.

2. Weiß ich, wie es funktionieren kann?

Ein WIE ist unabdingbar für die Aussicht, DASS etwas umgesetzt werden kann. Natürlich ist es wichtig, sein WARUM zu kennen, doch ohne Know-How werde ich kein iPhone bauen können. Wenn du nicht weißt, wie etwas funktionieren kann oder soll, dann frage einen Experten. In einer Welt voller Spezialisten gibt es generell genug davon.

3. Ist das Ziel es wert?

Nur wenn dein WARUM stark genug ist, wird es dir große Freude bereiten, Ziele zu erreichen. Ein ausgeklügeltes, persönliches Belohnungssystem ist ein essentieller Parameter für dauerhafte Motivationsfähigkeit. Baue dir ein Konstrukt aus Belohnungsmechanismen. Ein gutes Essen, neue Kleidung, ein Urlaub oder ein Konzertbesuch können dich für Geleistetes belohnen. Vielleicht ist es aber auch nur ein zufriedener Geist.

Die Grundlage von Motivation ist auch eine körperliche Frage:

Auf biochemischer Ebene unterliegt Motivation einer gänzlich anderen Perspektive. Der Botenstoff, der uns motiviert sein lässt, heißt Dopamin. Ein Neurotransmitter, der das Gehirn dazu anregt, Aktivität zu entwickeln, in einer Aufgabe aufzugehen und am Ball bleiben zu können. Diesen Neurotransmitter kann man triggern, das bedeutet, man kann auch hier Rahmenbedingungen schaffen, um möglichst viel Dopamin produzieren zu können.

DREI TIPPS FÜR MEHR DOPAMIN UND MOTIVATION:

1. Frühstücke und beobachte das Resultat:

Ja, damit ist gemeint zu frühstücken. Ja, Frühstück findet in der ersten Stunde nach dem Aufstehen statt. Ja, das Frühstück soll „gesund“ sein. ABER vor allem soll dich dein Frühstück aus Motivationsgründen NICHT müde machen! Beobachte sehr genau, was passiert nachdem du gefrühstückt hast. Ein Frühstück soll dich in den Tag begleiten, es soll dir Energie und Konzentration bis in den Mittag gewährleisten, es soll dich in deiner Aufgabe unterstützen und keine Grundlage dafür schaffen, dass du am Schreibtisch einschläfst. Wichtig ist, dass 100 Menschen 100 verschiedene Arten und Herangehensweisen brauchen, RICHTIG zu frühstücken!

2. Trinke Kaffee UND Tee, aber anders:

Beides kann zu einem tiefen Eintauchen in die Welt der Sinne werden, die wie alles andere verbessert werden können.

Kaffee. Persönlich benutze ich Kaffee als Stimulant, nur bei Bedarf und mit Sorgfalt. Ich benutze es nicht so wie der Großteil der Menschen. Ich benutze es nur, wenn ich genug „Holz zum Verbrennen“ habe und nicht, um das kleine, verbleibende Holz schneller zu verbrennen. Sei vorsichtig, wenn du erschöpft bist.

Tee. Tee ist ein kleiner Schatz. Mild genug, um immer da zu sein, kompliziert genug, um eine Welt voller Rituale anzubieten. Persönlich benutze ich es, um sowohl Konzentration, Regeneration, aber auch Achtsamkeit und Ruhe in meinen Alltag zu bringen. Völlig anders als Kaffee.

3. Bewege dich regelmäßig an den Grenzen:

Ein knapper Hinweis, ein kleiner Trigger und notwendiger Baustein ist die körperliche Heranführung an Grenzen. Bewege dich bitte nicht dauerhaft in Komfortzonen, verwende deinen Körper als Orientierung, um herauszufinden, was du im Stande bist zu leisten. Ein Beispiel ist: Wie weit kannst du in 60 Minuten laufen? Hierbei geht es nicht darum Bestzeiten zu erreichen, sich zu vergleichen oder den Körper zu zerstören, sondern wahrzunehmen, was passiert, wenn man schneller wird.

Nico Lang

Der Freizeitspaß für jung und alt!

Adventure
Golfpark



KÜRN BACH



Fantasievoll gestaltete Bahnen • Kunstrasen
Für jedes Alter geeignet!



Hinterm Schloß 1 | Kürnbach | Tel. 07258/ 950 966 2

www.adventuregolfpark-kürnbach.de

Öffnungszeiten Sommersaison:

Mo. - So. 11.00 - 21.00 Uhr

Kein Spielbetrieb bei Regen oder schlechter Witterung.
In der Nebensaison nur Sonntags geöffnet.

Kompetenz in Sanierung und Neubau

Huber & Dieterle Ingenieurbüro PartG | Hauptstraße 11 | 71034 Böblingen
Telefon 07031 816 966 | info@h-d-bauphysik.de | www.h-d-bauphysik.de



PLANUNG

Wärmeschutz

Schallschutz

Raumakustik

Schallimmissionsprognose

MESSUNG

Blower Door Messung

Luft-, Trittschall- und
Nachhallzeitmessung

Thermografie

ENERGIE-EFFIZIENZ-EXPERTEN

KfW für Denkmäler, Sanierung, Neubau
für Wohn- und Nichtwohngebäude

BAFA Heizungszuschüsse

Bestätigung EwärmeG nach Heizungstausch
und Sanierungsfahrpläne



Lockere Gesprächsrunde im Biergarten der Burg Stettenfels. Fotos: Marcel Tschamke

HANDBALLSPIELERIN SELINA KALMBACH: „DIE FAMILIE IST MEIN GROSSER RÜCKHALT“

Mit gerade einmal 22 Jahren ist Selina Kalmbach das Aushängeschild der Handballbundesliga-Damen der Neckarsulmer Sport-Union. Seit 2014 ist die in Heilbronn geborene Linksaußen-Spielerin ein fester Bestandteil der Mannschaft und steht nicht nur auf dem Spielfeld für ihren Verein ein. Auch ihr duales Studium, das sie nach dem Abitur trotz Handballkarriere an der Dualen Hochschule Baden-Württemberg in Heilbronn absolviert hat, hat sie in Kooperation mit der Neckarsulmer Sport-Union bis zum Ende durchgezogen. Durch ihre herausragenden Leistungen wurde sie im vergangenen Jahr zusammen mit ihrer Mannschaftskollegin Sarah Wachter in das Perspektivteam 2024 der Unterländer Sporthilfe aufgenommen, durch das sie in ihrer Karriere für eine optimale Förderung weiterhin unterstützt wird. Wie sie diesem ganzen Druck standhalten konnte, wie ihr bisheriger Weg im Verein und in der Nationalmannschaft war und was ihre Ziele für die Zukunft sind, hat die sympathische Abstätterin unserem Redaktionsteam im Biergarten der Burg Stettenfels erzählt – mit Ausblick auf ihre Heimat. **Text: Enny Bayer**

Selina, schön dass es heute geklappt hat und du dir die Zeit für uns nimmst. Mit deinen erst 22 Jahren bist du bereits das Aushängeschild der Handball-Bundesligamannschaft der Neckarsulmer Sport-Union geworden. Doch du kommst gar nicht aus der eigenen Jugend. Wie hast du zum Handball gefunden?

Selina Kalmbach: Meine ganze Familie ist handballverrückt. Meine Eltern haben selbst Handball gespielt, sich über den Sport kennengelernt und waren dann auch später als Trainer tätig. Meine Schwestern haben außerdem auch Handball gespielt und so kam es bei mir, dass ich schon vor meinem sechsten Lebensjahr bei den Minis in Abstatt mittrainiert habe.

Wie führte dann der Weg von Abstatt nach Neckarsulm?

Selina Kalmbach: Angefangen habe ich bei der TGV Abstatt, der späteren SG Schozach-Bottwartal. In der Jugend haben wir dann eigentlich immer in den höheren Ligen mitgespielt. Da habe ich auch immer alles gegeben, an mich geglaubt und gekämpft. Als ich dann mit gerade einmal 15 Jahren das Angebot von Neckarsulm erhalten habe, dort mitzutrainieren, habe ich es als ein zusätzliches Training angesehen. Dann ging alles ganz schnell und ich hatte im Alter von 16 Jahren meinen ersten Vertrag auf dem Tisch liegen. Also habe ich in der Jugend in Schozach in der Jugendbundesliga und parallel in Neckarsulm in der zweiten Damen-Bundesliga mitgespielt. Früher hätte ich nie gedacht, dass ich es so weit schaffen würde. Heute stehe ich hier und kann das als Beruf machen, was als Kind mein Hobby war.

In der Jugend sowie bei den Aktiven so hoch zu spielen bedeutet ja auch, dass die Trainingseinheiten in der Woche mehr wurden. Wie hast du das mit der Schule und der Prüfungsphase vereinbaren können?

Selina Kalmbach: Das Abitur habe ich auf dem Herzog-Christoph-Gymnasium in Beilstein gemacht. Ich war also auf einer ganz normalen Schule. Um alles miteinander vereinbaren zu können habe ich immer Bücher für die Fahrtwege oder freien Zwischenzeiten mitgenommen. Meine Freunde haben mich allerdings auch sehr unterstützt und mir

Mitschriebe mitgegeben, wenn ich einmal wegen Lehrgängen in der Schule gefehlt habe. Mit 17 habe ich dann auch noch meinen Führerschein nebenbei gemacht. Es gab allerdings auch Phasen, in denen alles zu viel geworden ist. Wenn man am Wochenende zwei Auswärts-spiele hatte, die weiter entfernt waren, hat am Montagmorgen in der Schule schon einmal die Konzentration gefehlt. Gerade bei den Abiturprüfungen musste ich etwas mit dem Handballspielen herunterfahren. Mit dem Studium an der DHBW Heilbronn ging es genauso stressig weiter. Doch mit Prof. Dr. Schwarzer hatte ich einen sehr verständnisvollen Studiengangsleiter, der mich sehr viel unterstützt hat.

Das klingt nach einer sehr kräftezehrenden Zeit für dich, bei der es sehr viel Disziplin benötigt hat, um weiterhin am Ball zu bleiben. Was hat bzw. gibt dir heute noch die Stärke an dich selbst zu glauben?

Selina Kalmbach: Das ist für mich ganz klar der Rückhalt und die Unter-



stützung, die ich von meiner Familie und meinem Freund bekomme. Mein Papa hat schon in der Jugend zu mir gesagt, dass ich einmal mit dem Adler auf der Brust spielen werde, was ich ihm natürlich nie geglaubt habe. Meinen Eltern bin ich vor allem sehr dankbar, dass sie immer für mich da waren als ich jünger war. Ich musste dreimal in der Woche in das Training nach Neckarsulm, regelmäßig zu Lehrgängen, an Flughäfen oder an andere Treffpunkte gefahren werden. Das absolute Highlight war, als sie mich über Nacht nach Südfrankreich gefahren haben, damit ich noch ein Handballspiel für die Jugendnationalmannschaft spielen konnte. Es ist aber auch extrem wichtig, seine Erfolge oder auch Tränen mit jemandem teilen zu können und zu wissen, dass man immer eine Schulter zum Anlehnen hat oder ein paar tröstende Worte findet. Bei meiner Familie und meinem Freund finde ich immer diesen Rückhalt, der mir hilft an mich selbst zu glauben und immer weiter zu machen.

Nun läufst du also für die Neckarsulmer in der Handballbundesliga auf und spielst (unter normalen Bedingungen) vor einer vollbesetzten Ballei. Kann man dich schon als Vollprofi bezeichnen?

Selina Kalmbach: Vom Aufwand und den Trainingszeiten kann man es schon als eine Vollzeitstelle bezeichnen. Aktuell trainieren wir so acht bis neun Mal in der Woche, in der Vorbereitung waren es noch einmal zwei Einheiten mehr. Ich habe aber von Anfang an gesagt, dass ich mein Studium abschließen möchte, um auch später etwas in der Tasche zu haben. Da es mit meinem Studienpartner, der Geschäftsstelle der Neckarsulmer Sport-Union, so gut geklappt hat und mein Chef auch sehr verständnisvoll ist, habe ich nach meinem Bachelorabschluss eine 20-Stunden-Stelle in der Finanzbuchhaltung angenommen. Meine Arbeitszeiten kann ich sehr flexibel um mein Training und die Spiele legen, was nicht immer sehr einfach ist – aber das klappt auch irgendwie.

Du hast nicht nur durch das Handballspielen eine enge Verbindung zu deinem Verein aufgebaut, sondern auch durch deine Arbeitsstelle. Wenn wir in die Zukunft schauen, ist da dein Ziel längerfristig in Neckarsulm als Spielerin zu bleiben?

Selina Kalmbach: Als Sportler kann man nie genau sagen, wie es für einen weitergehen wird. Mein jetziger Vertrag läuft bis Juni 2021. Über das, was danach kommt, habe ich mir noch keine Gedanken gemacht. Ab der Jahreswende beginnen die neuen Gespräche. Ich lasse alles einfach auf mich zukommen.

Wenn du eine Anfrage von einer ausländischen Mannschaft erhalten würdest, wäre da der Anreiz für dich vorhanden diesen Schritt zu wagen?

Selina Kalmbach: Ehrlich gesagt habe ich mich bisher damit nicht wirklich beschäftigt, aber ich denke sobald ein Angebot da ist, reizt es jeden Sportler. Im Ausland gibt es auch sehr gute Ligen und Mannschaften und warum sollte man nicht einmal für ein oder zwei Jahre etwas Neues ausprobieren und neue Erfahrungen sammeln? Vor allem die skandinavischen Länder sind sehr handballbegeistert.

Durch die Corona-Bedingungen ist leider auch das normale Sportleben eingeschränkt. So kommt es, dass ihr in Neckarsulm derzeit nur vor ca. 200 Zuschauern spielen dürft. Was ist das für ein Gefühl, in einer noch nicht mal halb gefüllten Ballei zu spielen?

Selina Kalmbach: Natürlich kommt leider nicht die gewohnte Heimstimmung in der Halle auf, wie wenn sie fast komplett gefüllt ist. Wir genießen es trotzdem vor den 200 bis 300 Zuschauern spielen zu dürfen. Wenn es hilft, gesund aus der Phase herauszukommen, nehmen wir eine Maskenpflicht und getrennte Eingänge gerne auf uns. Solange wir die Möglichkeit haben zu trainieren und zu spielen ist ja alles gut – und dann eben lieber vor den wenigen Zuschauern als vor gar keinen.

Neben der Bundesliga hast du auch schon Erfahrungen in der Juniorinnen-Nationalmannschaft sammeln dürfen. Wie kam es dazu, dass du diese Chance bekommen hast?

Selina Kalmbach: Der normale Weg in die Nationalmannschaft beginnt eigentlich mit Sichtungungen in den Jugenden. Diese erfolgen erst im Bezirk, was sich dann immer weiter über die Württembergische Auswahlmannschaft bis hin zur DHB-Sichtung staffelt. Ich habe es mit 14 Jahren

bis zur DHB-Sichtung geschafft, wurde danach aber nicht weiter berücksichtigt. Damals dachte ich, das sei das Ende meines Weges in die Nationalmannschaft. Dann habe ich später allerdings einen Anruf von der Bundestrainerin der Juniorinnen bekommen. Sie hat mein damaliges Spiel gegen Bietigheim gesehen und war von mir begeistert. Also hat sie mich auf einen Lehrgang eingeladen. Daraufhin durfte ich auch schon mit zur Europameisterschaft nach Slowenien fahren.

Wie kann man sich die Lehrgänge vorstellen, die du von der Nationalmannschaft aus besuchst?

Selina Kalmbach: Ein Lehrgang besteht eigentlich aus Training, Essen und Schlafen. Man bekommt sehr viel individuelles Training, Kräfteinheiten, Mannschaftstraining, aber auch Videoanalysen. Man konzentriert sich ausschließlich auf Handball, wenn man dort ist. Es entstehen unter anderem auch Freundschaften mit Spielerinnen aus anderen Vereinen und man freut sich, wenn man sich dann während der Runde wieder trifft.

Derzeit bist du im Perspektivkader der A-Nationalmannschaft. Wie sind deine Chancen auf einen Platz in der Nationalmannschaft einzuschätzen?

Selina Kalmbach: Im Perspektivkader zu sein bedeutet im erweiterten Kader dabei zu sein. Jedes Jahr im September gibt es neue Kaderlisten, in denen die Einteilungen in den Olympiakader oder erweiterten Kader veröffentlicht werden. Dieses Jahr wurden viele, vor allem junge Spielerinnen, aus dem Kader herausgenommen, deshalb freut es mich so noch dabei zu sein. Dass ich nicht im Olympiakader bin ärgert mich überhaupt nicht. Ich bin ja noch jung und in dem Kader, wo ich jetzt bin, habe ich alle Möglichkeiten es noch weiter nach oben zu schaffen. Ich möchte jetzt viel Erfahrung mit der Spielzeit in Neckarsulm sammeln und mich auf weiteren Lehrgängen den Nationaltrainern beweisen können.

Nachdem du uns von deiner bisherigen Zeit in Neckarsulm und deinen ersten Erfahrungen in der Nationalmannschaft erzählt hast: Wo siehst du dich und die Neckarsulmer Sport-Union am Ende der Saison?

Selina Kalmbach: Das Team steht auf jeden Fall weiter oben in der Tabelle als in der vergangenen Saison. Unser Ziel ist ein guter Mittelplatz. Ich selbst habe noch viele Ziele und Träume, die aber nicht alle innerhalb von einem Jahr erfüllt werden müssen. Ich gehe weiterhin optimistisch in die Trainingseinheiten und gebe immer Vollgas. Dann wird man sehen, was da bei herauskommt. Was die Nationalmannschaft angeht, wäre es natürlich ein Traum bei Olympia für Deutschland dabei zu sein. Ich nehme mir aber Paris 2024 als ein realistisches Ziel vor. Bis dahin heißt es Gas geben und noch viele Erfahrungen sammeln.

Was be- deutet für dich die Aufnahme ins Perspektivteam 2024 der Unterländer Sporthilfe bzw. welche Vorteile hast du dadurch?

Selina Kalmbach: Ich bekomme dadurch in vielen Bereichen eine große Unterstützung. Wir haben gemeinsam mit dem Verein überlegt, welche Trainingsmaterialien, welche Sportausrüstung benötigt wird, Weiterentwicklung

oder medizinische Betreuung um eine bestmögliche zu fördern. Ich habe aufgrund der Probleme mit meiner Achillessehne bisher vor allem die medizinische Betreuung im Frühjahr viel Physio und Rehabilitation gemacht, wodurch ich mich jetzt und Vollgas geben kann.

die medizinische Betreuung im Frühjahr habe ich sehr viel Physio und Rehabilitationstraining gemacht, wodurch ich mich jetzt wieder fit fühle





QUO VADIS RED DEVILS HEILBRONN? EIN JAHR PAUSE FÜR DIE BUNDESLIGARINGER

Ende Juli 2020 haben die Ringer der RED DEVILS Heilbronn beschlossen, in der Saison 2020/21 weder in der Bundesliga noch mit der zweiten Mannschaft in der Landesliga anzutreten. Die Absage kommt jedoch nicht einem Rückzug gleich. Vielmehr werden die RED DEVILS mit beiden Teams für ein Jahr aussetzen und können 2021 dann wieder in denselben Ligen einsteigen. Sowohl der Deutsche Ringer-Bund als auch der Württembergische Ringer-Verband stellten den Teams für die aktuelle Saison eine Teilnahme frei und verhängen keine Sanktionen, wenn sich ein Verein für ein Jahr Pause entschieden hat.

„In der aktuellen Corona-Lage gibt es einfach zu viele Fragezeichen, um vernünftig für die Saison planen zu können“, hatte RED DEVILS-Chef Jens Petzold bei der Verkündung der Entscheidung gesagt. Ausschlaggebend für die Pause waren letztendlich zwei Gründe. Jens Petzold: „Zum einen spielen die Finanzen eine sehr große Rolle. Ein Großteil unserer Sponsoren wäre zwar an Bord geblieben, aber Corona ist auch an ihnen nicht spurlos vorbeigegangen und wir hätten ziemlich sicher mit einer Unterdeckung an den Start gehen müssen. Das wäre unverantwortlich gewesen, zumal wir ja auch nicht mit einer normalen Zuschauerzahl und Gastronomie-Einnahmen hätten planen können. Für mich persönlich hatte jedoch die Verantwortung für die Gesundheit unserer Mitglieder die Hauptrolle gespielt. Wäre nur ein Sportler oder ein Zuschauer in der Halle, der das Virus in sich trägt, würden sich womöglich zahlreiche Sportler, Helfer oder Zuschauer anstecken – das wäre mir zu heiß.“

Inzwischen hat die Bundesliga-Saison mit den 16 Mannschaften begonnen, die sich für eine Teilnahme unter Corona-Bedingungen entschieden hatten. Schon an den ersten Wochenenden wurde dabei deutlich, dass die Entscheidung der RED DEVILS richtig war.

Der KSV Witten, zu dem der Heilbronner Eduard Popp gewechselt war, hatte seine Mannschaft schon zu Saisonbeginn zurückziehen müssen. Einer der ausländischen Ringer war positiv getestet worden, die ersten beiden Kämpfe mussten abgesagt werden. Da während der eh schon kurzen

Saison keine Ersatztermine gefunden werden konnten, meldete der KSV sein Team ab.

Das neue Team von Red Devil Frank Stäbler, der ASV Schorndorf, hatte dagegen mit 200 Zuschauern starten können, bekam zum zweiten Heimkampf aber die Auflage, ohne Zuschauer zu kämpfen – die Kosten waren da, Einnahmen konnten keine generiert werden.

Beim Nordwest-Bundesligisten KV Riegelsberg wurden nach dem Kampf gegen den ASV Urloffen mehrere Sportler positiv getestet. Beide Teams mussten in Quarantäne, die nächsten Kämpfe wurden abgesagt.

„Das sind genau die Szenarien, die wir auch bei uns befürchtet hatten“, sieht sich Jens Petzold bestätigt. „Wir haben dagegen nun keine großen Ausgaben und können ohne Druck die Saison 2021/22 vorbereiten.“

In einem Jahr sollen in der Römerhalle in jedem Fall wieder Bundesliga-Kämpfe stattfinden – daran arbeiten Jens Petzold und Jürgen Koch bereits. „Wir sind aktuell auf der Suche nach einem Manager für die Geschäftsstelle, der eigentlich sofort anfangen könnte. Bei unserem Geschäftsstellenleiter Julian Reuter war leider der Lockdown zum Ende der Probezeit gekommen, so dass wir ihn nicht weiter beschäftigen konnten“, so Petzold.

Ob das Team der RED DEVILS in der Saison 2021/22 dann ein ähnliches Gesicht wie 2019/20 haben wird, dürfte eine spannende Frage sein – denn die Athleten sind inzwischen in alle Winde zerstreut. Allein der sächsische Aufsteiger AV Germania Markneukirchen hat sich mit Dustin Scherf, George Bucur, Christian Fetzer, Bogdan Eismont und Patryk Dublinowski gleich fünf Ringer der RED DEVILS geschnappt.

Ihr Telekommunikationsfachhändler

<p>✓ Alarmanlagen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einbruchmelde-, Smarthome- und Videoüberwachungslösungen 	<p>✓ Geschäftskundenbetreuung Mobilfunk:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vor Ort Beratung mit flexiblen Terminen • Unabhängig von Netzanbieter, Provider, Endgerät • Business-Tarife aller Anbieter eigene Rahmenverträge, auch für kleine Unternehmen • Handys, Smartphones, Pads aller Hersteller 	<p>✓ Privatkundenbetreuung Mobilfunk</p> <ul style="list-style-type: none"> • Handys, Smartphones, Pads aller Hersteller • Tarife mit und ohne Vertragsbindung
---	---	---

Obertorstr. 18 | 74336 Brackenheim | Tel: 0713 5931219 | info@cmb-telecom.de



Begeistern ist einfach.



www.ksk-hn.de

Wenn man einen Finanzpartner hat, der den Sport in der Region fördert.



Wenn's um Geld geht



**Kreissparkasse
Heilbronn**



Eduard Popp (rechts) mit SPORT-HEILBRONN-Chefredakteur Ralf Scherlinzky, der die Pressekonferenz moderierte. Foto: Enny Bayer

CORONA-PECHVOGEL EDUARD POPP: OHNE WETTKAMPFPRAxis INS OLYMPIAJAHR

Ringer Eduard Popp ist einer der Pechvögel der Corona-Pandemie, auch wenn er selbst nicht mit dem Virus in Berührung kam. Erst legte sein Bundesligateam RED DEVILS Heilbronn wegen Corona eine einjährige Pause ein, dann zog sein neuer Verein KSV Witten einen Tag vor Bundesligastart wegen eines positiven Corona-Falls seine Mannschaft zurück – Popp hatte keine Chance mehr für einen erneuten Wechsel. Ende September lud der Olympia-Fünfte von 2016 die regionalen Medien zu einer Pressekonferenz ein, in der er über seine Vorbereitung für die Olympischen Spiele 2021 berichtete.

„Eigentlich war der Plan gewesen, um diese Zeit im Idealfall mit einer Olympischen Medaille um den Hals hier zu sitzen“, sagt der 29-Jährige, der bei seiner Pressekonferenz nun stattdessen über die Verschiebung der Olympischen Spiele von 2020 auf 2021 sinnierte. Seit er sich im Oktober 2019 für Tokio qualifiziert hatte, sei alles auf diesen Höhepunkt seiner Karriere ausgerichtet gewesen. Doch der Verschiebung auf 2021 konnte Popp auch Positives abgewinnen: „Ich hatte noch nie so viel Zeit für meine Familie.“

Wie sich die Zeit bis zu den Olympischen Spielen nun weiter gestalten wird, gleicht dem Blick in eine Glaskugel. „Mitte Oktober hat das Exekutivkomitee des Weltverbands bestätigt, dass die Weltmeisterschaft 2020 trotz der Pandemie wie geplant vom 12. bis 20. Dezember in Belgrad stattfinden wird“, erzählt Popp, für den die WM-Teilnahme ein Zwischenschritt auf dem Weg nach Tokio sein soll.

Der Wegfall der eigentlich fest eingeplanten Bundesliga-Kämpfe mit dem KSV Witten ist im Rahmen der WM-Vorbereitung alles andere als optimal für das in Neckarsulm lebende Schwergewicht. Auch das internationale Turnier in Finnland, das Eduard Popp Ende Oktober zum Sam-

mel von Wettkampfpraxis nutzen wollte, musste inzwischen wieder aus seinem Terminkalender gestrichen werden. „Bei der Zuspitzung der Corona-Lage wäre es unverantwortlich gewesen, nach Finnland zu reisen – vor allem, weil ich ja jetzt selbst aus einem Risikogebiet komme“, so Popp, der nun nur noch bei einem internen Ausscheidungsturnier der Nationalmannschaft im November unter Wettkampfbedingungen auf die Matte gehen kann.

Angst davor, sich beim Training oder bei der Nationalmannschaft selbst mit dem Virus anzustecken, hat der vierfache deutsche Meister nicht: „Im Bundeskader sind die Sicherheitsvorkehrungen und Hygienemaßnahmen hoch, insofern mache ich mir hier absolut keine Sorgen.“

Trotz der weltweiten Pandemie ist sich Eduard Popp sicher, dass die Olympischen Spiele vom 23. Juli bis zum 8. August 2021 in Tokio stattfinden werden: „Es werden andere Spiele werden als ich sie 2016 in Rio erlebt habe, aber eine nochmalige Verschiebung wäre rein organisatorisch gar nicht mehr möglich. Ob es eine große Eröffnungsfeier und volle Tribünen geben wird, bezweifle ich dagegen“.

Montag, 30.11.20, 18.30 Uhr: Onlineveranstaltung zum Thema „Gemeinnützigkeit von Sportvereinen“

Am 30. November 2020 machen wir eine Onlineveranstaltung mit der Steuerberaterin Sandra Oechler, die auf das Thema Gemeinnützigkeit von Sportvereinen spezialisiert ist. Wir laden alle Vorstände und Abteilungsleiter, aber auch deren Steuerberaterinnen und Steuerberater zur Teilnahme ein. Frau Oechler wird unter anderem auf den Unterschied zwischen Sponsoring und Spende eingehen und steht für Fragen zur Verfügung.

Die Teilnahme an dieser auf der Plattform ZOOM geführten Onlineveranstaltung ist kostenlos.

Anmeldung per Mail an redaktion@sport-heilbronn.de



Protection is our Profession

ORTEMA



- ▶ Knieorthese zu 100 % individuell gefertigt
- ▶ Nach Kreuzbandverletzung oder präventiv
- ▶ Höchster Tragekomfort

KCOM
by ORTEMA



Offizieller Partner
des DEB



Offizieller Partner des DSV



www.ortema-shop.com

Wir können Mobilfunk und Festnetz!



In kaum einer anderen Branche sind die Produkte
so vielschichtig und schnelllebig wie in der
Telekommunikationsbranche.

Konzentrieren Sie sich auf Ihr Kerngeschäft und
schonen Ihre Ressourcen – **wir behalten den
Überblick und beraten Sie bedarfsgerecht.**

www.mocos.de

MoCoS
Mobilfunk. Fullservice!

Bahnhofstraße 21 | 74348 Lauffen am Neckar
Tel. 071 33 96 58 11 | lauffen@mocos.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr. 9.30 – 12.30 Uhr und 14 – 18.30 Uhr
Sa. 9.00 – 13.00 Uhr | Mi. Nachmittag geschlossen





FEST „IN HEILBRONNER HAND“: DER OLYMPIASTÜTZPUNKT STUTTGART

Je näher es in Richtung Olympische Spiele geht und je mehr die Athletinnen und Athleten der olympischen Sportarten in den Fokus rücken, desto öfter ist die Rede von den deutschen Olympiastützpunkten (OSP). Auch wir haben schon seit längerer Zeit immer wieder neugierige Blicke in Richtung Stuttgart geworfen, tauchten dort doch zunehmend Namen auf, die wir eigentlich aus dem regionalen Heilbronner Sport kennen. Unser Redakteur Ralf Scherlinzky hat sich nun Anfang Oktober etwas genauer am OSP Stuttgart umgesehen – inklusive einer Führung durch Stützpunktleiter Tim Lamsfuß, in Heilbronn besser als ehemaliger Geschäftsführer der TG Böckingen bekannt, und Trainer Rainer Arnold, dem ehemaligen Coach der Bundesligaturner vom KTT Heilbronn. Im Rahmen der Tour durch die Sporthallen traf er dann mit Kugelstoßerin Katharina Schiele (TSG Heilbronn) und Turnerin Amelie Pfeil (TG Böckingen) gleich noch zwei Heilbronner Sportlerinnen, die in Stuttgart trainieren. Dass zusätzlich Leute wie Paralympicssieger Niko Kappel, der deutsche Weitsprungmeister Fabian Heinle sowie die Olympia-Turnerinnen Elisabeth Seitz und Kim Bui seinen Weg kreuzten, war dagegen fast schon zu erwarten gewesen...

Von der TG Böckingen über den Landessportverband Baden-Württemberg zum Führungsposten im Olympiastützpunkt Stuttgart – die Karriere von Tim Lamsfuß ging seit seinem Abschied aus Heilbronn im Jahr 2018 steil nach oben. „Ich bin ganz zufrieden, wie es seither lief“, grinst der 41-Jährige, der im April 2019 die Leitung des OSP Stuttgart übernommen hat, an dem er vor 25 Jahren selbst als Spitzen-Judoka aktiv war.

Sein Job dort ist es, die überfachliche Betreuung der Bundeskaderathleten zu koordinieren. „Darunter fallen die Bereiche Physiotherapie, Psychologie, Diagnostik, Athletiktraining, Ernährungs- und Laufbahnberatung sowie der komplette Internatbetrieb, die wir als Service-Dienst-

leister betreuen“, erklärt der Backnanger. „In das Sportliche mischen wir uns dagegen nicht ein, denn dafür gibt es die Experten im Trainerstab.“

Einer dieser Experten ist Rainer Arnold, der seit nunmehr zwölf Jahren täglich von Neckarwestheim in die Stuttgarter Mercedesstraße pendelt. Bis vor zwei Jahren war der 40-Jährige im dortigen Kunstturnforum für den Olympia- und Perspektiv-Kader der männlichen Turner zuständig, jetzt betreut er alle Kaderathleten im Männer- und Frauenbereich.

„Ich gebe seither weniger Hilfestellungen an den Geräten, sondern eher fernab der Geräte. Neben einigen administrativen Aufgaben bin ich unter anderem für die wissenschaftliche Koordination zuständig, kontrolliere Trainingsplanung und Trainingsmethodik und habe die Fachaufsicht über unsere Trainer. So lege ich beispielsweise in Kooperation mit den Trainingswissenschaftlern des OSP die Trainingsbedingungen für die Turnerinnen und Turner fest, koordiniere deren medizinische Betreuung und werte die Diagnostik dahin gehend aus, wie diese wiederum ins Trainingsprogramm eingebunden werden kann“, erklärt der ehemalige Trainer des KTT Heilbronn.

NICHT NUR FÜR OLYMPIAKADER-ATHLETEN

Dass das große Sportzentrum hinter der Mercedes-Benz-Arena Olympiastützpunkt heißt, hat es seiner Anfangszeit zu verdanken, als es als koordinative Stelle des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) diente. „Inzwischen haben die meisten Landessportverbände die OSPs als Träger übernommen und wir bieten unsere Leistungen nicht mehr nur den Sportlerinnen und Sportlern aus dem Olympiakader an, sondern vielmehr auch den Perspektiv- und Nachwuchskaderathleten der olympischen und paralympischen Sportarten“, klärt Tim Lamsfuß auf.

Die Schwerpunkte des OSP Stuttgart liegen u.a. bei Leichtathletik, Turnen, Beach- und Hallenvolleyball, BMX und Judo. „Diese Sportarten haben wir direkt hier vor Ort, aber auch wenn es um einen Skateboarder aus dem Bundeskader geht, wird er theoretisch von uns betreut“, so Lamsfuß weiter. Das Kunstturnforum, an dem Rainer Arnold tätig ist,



Rainer Arnold



„Heilbronner Begegnungen“ beim Rundgang: SPORTHEILBRONN-Redakteur Ralf Scherlinzky traf Turnerin Amelie Pfeil und Kugelstoßerin Katharina Schiele. Fotos: Marcel Tschamke

agiert weitgehend unabhängig vom OSP und bietet zusätzlich auch Trainingsmöglichkeiten für Landeskaderathleten.

Ob Olympiastützpunkt oder Kunstturnforum – alle haben sie dasselbe Ziel und ziehen deshalb an einem Strang: Sie möchten Weltklasse-Athleten ausbilden, die bei weltweit anerkannten Turnieren wie den Olympischen Spielen Erfolge feiern.

CAMPUSLÖSUNG MIT INTERNAT, TRAININGSORT UND SCHULE

Einer der Bausteine für das Erreichen dieses Ziels ist das Sportinternat, das sich direkt neben dem Verwaltungsgebäude befindet. Für minderjährige Sportlerinnen und Sportler ab zwölf Jahren stehen 25 Plätze in Einzel- und Doppelzimmern zur Verfügung. Tim Lamsfuß erklärt: „Wir haben hier eine Art Campuslösung, um für Nachwuchssportler aus anderen Regionen Bedingungen zu schaffen, die sie zuhause nicht haben bzw. die dort mit längeren Fahrtwegen verbunden wären. Wohnort und Trainingshalle liegen hier unmittelbar beieinander. Dazu haben wir Partnerschulen, zu denen es einen Pendelverkehr gibt.“

Seit 2019 nimmt die Leingartenerin Amelie Pfeil, die der Turnschule der TG Böckingen entstammt, dieses Angebot wahr. „Ich wohne hier im Zweierzimmer und frühstücke morgens im Internat. Um 7.15 Uhr startet unser Frühtraining, das meist ungefähr zwei Stunden lang geht. Danach habe ich vier Stunden Schule und nachmittags ist nochmal von 14 bis 18 Uhr Training“, berichtet sie über ihren Tagesablauf in Stuttgart. Zur Schule geht die Achtklässlerin in Untertürkheim. Die kurze Strecke legt sie meist mit öffentlichen Verkehrsmitteln zurück.

LAUFBAHNBERATUNG FÜR DIE DUALE AUSBILDUNG

Die Streckung der achten Klasse auf zwei Jahre bei Amelie Pfeil ist unter anderem das Ergebnis von Gesprächen mit den Laufbahnberatern des Olympiastützpunktes. „Wir arbeiten frühzeitig einen optimalen Fahrplan für die jungen Sportlerinnen und Sportler aus, damit wir für sie Schule und Training in einen optimalen Einklang bringen können“, weiß Tim Lamsfuß. „Auch die Duale Ausbildung ist heute wichtiger denn je. Manche Spitzensportverbände geben ihren Athleten schon ab dem Alter von 14 Jahren vor, dass sie erste Gespräche mit der Laufbahnberatung machen müssen. Dort geht es dann um die Tendenz und später um die Entscheidung, ob Studium oder Ausbildung, ehe wir dann bei unseren Partnerhochschulen und Partnerbetrieben bzw. bei Bundes- und Landespolizei oder Bundeswehr nach Studien- und Ausbildungsplätzen schauen, die wiederum die zeitlichen Anforderungen des Spitzensports berücksichtigen.“

Neben dem Athletenmanagement bilden Gesundheits- und Trainingsmanagement die Eckpfeiler der OSP-Leistungen, die aus öffentlichen Geldern finanziert werden. Sportmediziner, Physiotherapeuten, Sportpsychologen, Ernährungsberater, Trainingswissenschaftler, Athletiktrainer und Laufbahnberater – sie alle können von den Kaderathleten kostenlos in Anspruch genommen werden, genauso wie die Trainingsstätten und der riesige Krafraum neben der noch größeren Leichtathletik-Halle.

DER OLYMPIASTÜTZPUNKT WÄHREND DER PANDEMIE

„Wir hatten während des Lockdowns nur eine halbe Woche komplett geschlossen, dann haben wir im Rahmen der Spitzensport-Verordnung eine Sondergenehmigung bekommen, damit der Betrieb weitergehen konnte“, berichtet Tim Lamsfuß. „Wir standen ja vier Monate vor Olympia, da konnte man die Leute nicht einfach komplett aus dem Training rausnehmen. Das Internat degegen war drei Wochen lang zu.“

In Kleinstgruppen und mit ganz strikten Maßnahmen ging der Sportbetrieb nach Ostern wieder langsam los. Schon bei einem kleinem Kratzen im Hals führte der Weg direkt zum Arzt. „Wir haben 500 Athleten, die unsere Dienste in Anspruch nehmen können, und mussten unglaublich aufpassen, dass keiner von ihnen das Virus ins Haus schleppt. Mit nur einem Fall hätte uns hier alles um die Ohren fliegen können. Die Sportler sind ja nicht nur in der Halle, sondern besuchen z.B. auch Ärzte und Physios, die wiederum x Leute am Tag bei sich haben“, so Tim Lamsfuß.

Im Herbst hofft der OSP-Leiter nun auf einen zuverlässigen Corona-Schnelltest: „Sobald die Schnelltests bei einer Zuverlässigkeit von 98 Prozent sind, können wir Testsets ordern und in Trainingshallen, Krafraum, Internat, Physio- und Arztpraxen bereitstellen. Dann können wir selbst den Abstrich machen und haben nach 13 Minuten die Gewissheit, dass er hoffentlich virusfrei ist.“

Wir drücken dem OSP Stuttgart die Daumen, dass er auch unbeschadet durch die „zweite Welle“ kommt und freuen uns schon auf unseren nächsten Besuch, bei dem wir dann zusammen mit Rainer Arnold einen genaueren Blick auf seinen Arbeitsplatz Kunstturnforum werfen werden.



Tim Lamsfuß

SCHUHEINLAGEN IM SPORT: AUF DIE GESUNDE BASIS KOMMT ES AN

Unsere Füße haben es im wahrsten Sinne des Wortes nicht leicht. Sie tragen nicht nur die gesamte Last des Körpers, sondern müssen bei aktiven Menschen täglich bis zu 15.000 Schritte aushalten und bei sportlichen Aktivitäten teilweise Außergewöhnliches leisten. Bei der Landung eines Sprungwurfes beim Handball wirken beispielsweise enorme Kräfte, die bis zum Achtfachen des eigenen Körpergewichts entsprechen können. Um so wichtiger ist es, mit seinen Füßen „pfleglich“ umzugehen und Fehlbelastungen zu vermeiden.

Der Fuß ist ein Konstruktionswunder der Natur und bildet mit seinen 28 Knochen, 27 Gelenken, den Muskeln, Sehnen und über 100 Bändern das Fundament des Bewegungsapparats. Ein gesunder Fuß verteilt die Kräfte optimal auf die darüber liegenden Strukturen wie Knie oder Hüfte. Erkrankungen (z.B. Arthrose, Ferrenspondyl, Überlastungen oder Fußfehlformen (z.B. Knick-, Senk- oder Spreizfüße) stören die Statik und es kann zu Fehlbelastungen kommen. Nicht nur die Füße, sondern auch Sprung-, Knie- und Hüftgelenk sowie der Rücken können dann massive Probleme verursachen. Gerade Sportler können ein Lied davon singen.

KLEINE KORREKTUR – GROSSE WIRKUNG

Dabei erzielen oft kleine Korrekturen bereits eine große Wirkung: So können orthopädische (Sport-) Einlagen die korrekte Statik wiederherstellen und die Beschwerden lindern bzw. Fehlbelastungen unter Umständen auch vorbeugen. Wichtig ist das regelmäßige Tragen der Einlagen, um einen positiven Effekt zu erreichen. Gerade beim Sport wird die Leistung optimiert, die Verletzungsgefahr durch ein gesundes physiologisches Abrollverhalten verringert und die Kraftübertragung verbessert. Zusätzlich können typische Überlastungsbeschwerden (z.B. Runners Knee, Schienbeinkantensyndrom), aber auch Verletzungen durch Umknicken verhindert werden.

ENTSCHEIDEND: DIE DIAGNOSE DES ARZTES

Wie kommt man zu einer individuellen Einlage? Einlagen sind verschreibungsfähig, allerdings muss die Diagnose zwingend vom Arzt gestellt werden. Diese entscheidet über den Aufbau und die Ausführung der Einlage. Aber auch der Einsatz spielt eine wichtige Rolle. Alltagseinlagen sollen bequem sein und den Fuß über den ganzen Tag stabilisieren,

Auf Basis des Fußscans werden die Schuheinlagen hergestellt.



Handballspielerin Irene Espinola Perez von der Neckarsulmer Sport-Union mit ihrer individuell angepassten Schuheinlage.
Fotos: ORTEMA

Sporteinlagen dagegen müssen deutlich größere Kräfte aufnehmen und umverteilen.

Unser SPORTHEILBRONN-Werbepartner ORTEMA bietet hier ein Konzept an, das das gesamte Spektrum einer modernen Einlagenversorgung abdeckt. Von der einfachen Versorgung über individuelle Maßeinlagen bis hin zu hochwertigen Sporteinlagen. In bestimmten Fällen besuchen die Orthopädie-Techniker auch Vereine, um dort mithilfe innovativer Messsysteme die Sportler entsprechend zu versorgen. Wichtig zu wissen: Vom Arzt verordnete Einlagen übernimmt die Krankenkasse teilweise. Möchte ein Sportler die Einlage ausschließlich zur Prophylaxe verwenden, muss er die Kosten selbst tragen.

SPORTARTSPEZIFISCHE BERATUNG

Die optimale Einlagenversorgung beginnt mit einer guten Beratung und mit einem Scan der Füße. Dabei gilt es die Anforderungen des Kunden zu klären. Bei Bedarf können eine Druckmessung oder Laufanalyse sinnvoll sein. Zusätzlich sollten auch Beschwerden, die nicht den Fuß betreffen, wie z.B. Kniearthrose oder Rückenschmerzen, in die Versorgung miteinfließen.

Kommen die Einlagen beim Sport zum Einsatz, ist ein enger Austausch zwischen Sportler und Orthopädie-Techniker essenziell. Dabei spielen nicht nur die individuellen Fußverhältnisse des Sportlers eine große Rolle. Es müssen auch die unterschiedlichen Anforderungen der Sportart und die sportartspezifischen Bewegungsmuster berücksichtigt werden. Beim Eishockey muss die Einlage das Längsgewölbe effektiv stützen, damit die Kraft optimal aufs Eis übertragen wird. Bei Hallensportarten wie Handball oder Basketball kommt es wiederum darauf an, dass die Einlagen für einen sicheren Halt im Sportschuh sorgen und möglichst das gefürchtete Umknicken verhindern. Für alle Sportarten gilt: das Zusammenspiel von Schuh und Einlage muss optimal aufeinander abgestimmt sein, wobei Einlagen den Sportler niemals stören oder in seiner Leistung einschränken dürfen.

Christof Welsner

Unser aktuelles Objekt in Bönningheim



Die Pommer Massivbau GmbH ist ein renommierter Bauträger mit über 25-jähriger Erfahrung. Zu unseren Schwerpunkten gehören der Geschosswohnungsbau, die Errichtung von Eigentumswohnungen und das komplette Management von Sanierungsprojekten. Wir verwirklichen unsere Projekte hauptsächlich

im Raum Heilbronn, Ludwigsburg, Stuttgart und Würzburg. Mittlerweile hat das Unternehmen über 1.700 Wohnungen erstellt. Bei unseren Bauvorhaben garantiert unser Know-how den Bauherren einen unbeschwernten Weg zu den eigenen vier Wänden.

Weitere Informationen über unsere aktuellen Projekte finden Sie auch auf unserer Internetseite:

www.pommer-massivbau.de · Tel. 07132 95101-0

Pommer Massivbau GmbH · Im Kressgraben 39/1 · 74257 Untereisesheim



www.LAUBE.HN

Michel Zeiter beim „Antritts-Interview“
im VIP-Raum der Eishalle. Fotos: Achim Gehrig



FALKEN-COACH MICHEL ZEITER: „DER 15.11. IST IMMER EIN SPEZIELLER TAG“

Nach zwei erfolgreichen Jahren hat Alexander Mellitzer die Heilbronner Falken zum Ende der Saison 2019/20 verlassen. Mit Michel Zeiter wurde ein Nachfolger verpflichtet, den in Deutschland nur wenige Experten auf dem Schirm hatten. In seiner Heimat Schweiz ist der 46-Jährige dagegen eine Legende. Als aktiver Spieler trug er 123 Mal das Schweizer Nationaltrikot, nahm an sechs Weltmeisterschaften teil und wurde mit dem ZSC Lions zweimal Schweizer Meister. 2010 nahm er in der zweiten Liga (NLB) beim EHC Visp seinen ersten Trainerjob an, dem er zwei weitere Engagements bei den Rapperswil-Jona Lakers (NLA) und in Winterthur (NLB) folgen ließ. 2019 stand er als Co-Trainer an der Bank der Schweizer Nationalmannschaft und im September nahm er nun seine Arbeit bei den Falken auf. Wir haben ihn zum „Antritts-Interview“ besucht.

Willkommen in Heilbronn, Michel. Wie waren die ersten Wochen in deiner neuen beruflichen Heimat?

Michel Zeiter: Ich bin begeistert. Hier passt alles. Wir haben bei den Falken ein tolles Umfeld und auch die Stadt, und hier vor allem der Bereich am Neckar beim Stadion, gefallen mir sehr gut. Ich freue mich jeden Tag hier arbeiten zu dürfen.

Wie kam der Kontakt zu den Falken zustande? Hast du dich auf die freie Stelle beworben?

Michel Zeiter: Nein, die Falken haben bei mir angefragt. Ich hatte das

deutsche Eishockey lange beobachtet und es hatte mich schon eine Weile gereizt, mal im Ausland zu arbeiten. Durch die Corona-Einschränkungen konnte man sich zwar nicht gleich persönlich kennenlernen, wir haben aber Videokonferenzen geführt und im Gespräch mit den Gesellschaftern gespürt, dass es menschlich passt und auch unsere Philosophien übereinstimmen. Es hat „gematcht“.

Kannst du im Vorfeld schon einige deiner Spieler persönlich?

Michel Zeiter: Persönlich noch nicht, vom Namen her aber schon. Nachdem die Zusammenarbeit mit den Falken besiegelt war, habe ich die Coronazeit dazu genutzt, jeden Einzelnen aus dem Team über Videocalls kennenzulernen. Das sind ganz tolle Jungs, die ein Ziel haben. Ich habe mich extra im Gespräch mit meinem Vorgänger nicht nach dem menschlichen Aspekt, dem Charakter der Spieler erkundigt, da ich auf einem weißen Blatt beginnen wollte.

Wenn man als neuer Coach in die Kabine reinkommt und dort sitzt eine eingeschworene Truppe und schaut einen gespannt an – wie führt man sich da am besten ein?

Michel Zeiter: Es ist immer der erste Eindruck, der bleibt. Deshalb habe ich unser erstes Meeting sehr gut vorbereitet. Ich wollte mich so präsentieren, wie ich bin, wie ich als Mensch und Trainer funktioniere und wie meine Philosophie aussieht. Das war ein super Entry Meeting. Ich bin ein Trainer, der sehr auf das Menschliche schaut und dem das gegenseitige Vertrauen wichtig ist. Wir leben jetzt schon seit einigen Wochen als Team in der vielzitierten „Bubble“ und konnten uns in dieser Zeit intensiv kennenlernen.



Du kannst selbst auf eine bewegte Karriere als Spieler zurückblicken, hast über 800 Mal in der Nationalliga A und 123 Mal im Trikot der Schweizer Nationalmannschaft gespielt und giltst in deiner Heimat als Eishockey-Legende. Was waren deine persönlichen Karriere-Highlights in dieser langen Zeit?

Michel Zeiter: Da gab es einige. Ein Highlight war sicherlich der vierte Platz mit der Nationalmannschaft bei der Heim-Weltmeisterschaft 1998. Nicht zu toppen ist aber das Double mit den ZSC Lions, als wir 2000 und 2001 in zwei Jahren hintereinander die Meisterschaft geholt haben. Ich war mit 18 Jahren dorthin gewechselt und wir waren sechs Jahre lang immer knapp an den Playoffs dran, sind aber nie richtig vom Fleck gekommen. Wir waren vier, fünf Spieler, die sie behalten und um die herum sie immer wieder ein neues Team aufzubauen versucht hatten. In der Zeit konnten wir uns Schritt für Schritt weiterentwickeln, und plötzlich waren wir im besten Eishockeyalter und haben den Verein zur Meisterschaft geführt. Ein weiterer Höhepunkt war für mich mein erstes Jahr als Spielertrainer beim EHC Visp in der zweiten Liga, als der Verein nach 51 Jahren zum ersten Mal wieder die Meisterschaft gewinnen konnte.

Es gab aber auch einen sehr tragischen Moment in deiner Karriere, als du 2001 von der Schlittschuhkufe eines Gegners am Hals getroffen wurdest. „Zeiter nach Operation im künstlichen Koma“ titelten damals diverse Zeitungen. Was war da passiert?

Michel Zeiter: Das war in der Tat eine sehr schlimme Sache, bei der ich um mein Leben kämpfen musste. Wäre der Unfall nicht in Zürich, sondern woanders passiert, wäre ich heute vermutlich nicht mehr da. Als es passiert ist, habe ich gleich gemerkt, dass es eng werden könnte und bin deshalb noch zur Spielerbank gefahren. Ich habe einen dreifachen Kehlkopfbruch erlitten und insgesamt fünf Liter Blut verloren. Besonders kritisch war wohl die Zeit, bis ich auf dem OP-Tisch lag. Mein ganz großes Glück im Unglück war, dass die Halsschlagader bei dem Unfall irgendwie zur Seite gedrückt worden war und dadurch heil geblieben ist. Wäre sie von der scharfen Kufe richtig erwischt worden, wär es definitiv aus gewesen. Nachdem ich dann aus dem künstlichen Koma aufgewacht und über den Berg war, musste ich die eigentlich ganz normalen Mechanismen wieder von Grund auf lernen – essen, trinken, atmen, sprechen. Das war schon eine brutale Zeit, aber das gehört genauso zu mir wie die erfolgreichen Stunden. 19 Jahre ist das jetzt her, und der 15. November ist für mich immer noch ein spezieller Tag.

Du hast danach aber dennoch wieder Eishockey gespielt...

Michel Zeiter: Ja, ich bin nach einem halben Jahr wieder zurückgekommen. Natürlich denkt man nach einem solchen Vorfall übers Aufhören nach. Aber wenn du siehst, wieviele Eishockeyspiele auf der Welt gespielt werden und wie selten so ein Unfall vorkommt, dann ist es höchst unwahrscheinlich, dass es einen nochmal trifft. Also habe ich mich zurückgekämpft und konnte gleich im ersten Playoff-Spiel ein Tor schießen. Das war auch ein fantastischer Moment.

Und dann hast du 2012 endgültig die Schlittschuhe an den Nagel gehängt und wurdest Trainer. War das schon lange dein Plan gewesen, nach der aktiven Karriere die Seiten zu wechseln?

Michel Zeiter: Ja, ich habe früh gemerkt, dass das meine Berufung sein könnte. Eishockey war schon immer meine Passion und ich war als Führungsspieler bereits in meiner aktiven Karriere der verlängerte Arm der Trainer. Nach Spielen habe ich im Kopf verschiedene Spielsituationen nochmal durchgespielt und überlegt, was ich dort hätte anders oder besser machen können. Das waren lauter Dinge, die nur den Schluss zugelassen haben, dass ich die Trainerlaufbahn einschlage.

Nach dem Jahr als Spielertrainer in Visp hast du ja dann ein Auslandsjahr eingelegt. Wo hat es dich dabei überall hin verschlagen?

Michel Zeiter: Ich habe in verschiedenen Ländern hospitiert und habe an den Coaches Conferences der NHL teilgenommen. Hospitiert habe ich unter anderem bei den Los Angeles Kings, den Vancouver Canucks, Jokerit Helsinki und Djurgarden Stockholm. Außerdem war ich im intensiven Aus-

tausch mit vielen Trainern in der Schweiz, so dass ich nach und nach meine eigene Spielphilosophie und meine Methoden entwickeln konnte.

Bei deiner letzten Station, bevor du zu den Falken gewechselt bist, wurdest du am 8. Dezember 2019 nach dreieinhalb Jahren entlassen. Was war da passiert?

Michel Zeiter: In Winterthur hatte ich von Anfang an schwierige Voraussetzungen. Der Verein hatte nur wenig Geld und es war meine Aufgabe Talente zu entwickeln, um mit ihnen den Club weiter aufzubauen. Ich habe dort gleichzeitig auch noch als Sportchef fungiert und musste versuchen, mit wenig Geld möglichst gute Spieler zu verpflichten – was natürlich fast unmöglich war. Wir konnten im Lauf der Zeit zwar kleine Erfolge feiern und auch zwei, drei Spieler in die U20-Nationalmannschaft bringen, aber am Ende haben halt die Resultate gefehlt. Und irgendwann denkt man dann als Vorstand eben, dass ein anderer das besser kann. Das ist das Business und es ist auch okay so. Aus meiner Sicht haben wir dennoch gut gearbeitet. Aber wo eine Tür zugeht, geht auch eine andere wieder auf. Hätte ich weiter in Winterthur bleiben können, wäre ich jetzt nicht hier.

Und jetzt bist du hier in einer unwirklichen Situation bei den Heilbronner Falken in der Verantwortung und weißt nicht, wann und ob es überhaupt losgeht...

Michel Zeiter: Stimmt, das ist schon einzigartig, was wir gerade erleben. Elf Wochen Saisonvorbereitung, das gab es noch nie. Wir haben alles auf den Saisonstart am 6. November ausgerichtet, da wir da auf Punkt bereit die sind mit den genau sind. Auf den Terminen sind wir fokussiert und gehen davon aus, dass wir am 6.11. um 19.30 Uhr in Freiburg unser erstes DEL2-Spiel bestreiten werden.



AYLINA „THE ANGEL“: DER ENGEL FLIEGT AUS

Aylina Engel wird flügge. Nach einer knappen Niederlage im bisher bedeutungsvollsten Fight ihrer Karriere macht die 21-jährige Muay Thai- und K1-Kämpferin einen radikalen Schnitt und bricht aus ihrer Wohlfühlzone aus: Neue Ausbildung, neues Gym, neuer Wohnort!

Im September bist du in Holland recht siegessicher zum Enfusion-Titelkampf gegen Sarel de Jong angetreten, musstest dann aber eine knappe Niederlage einstecken. Woran lag es, dass es nicht geklappt hat?

Aylina Engel: Ich wusste genau, wie ich gegen sie in den Kampf gehen muss. Der Kopf und der Geist waren im Ring auch voll da, aber der Körper hat nicht mitgespielt. Die Vorbereitung war nicht ideal gelaufen und der Sprung in die um zehn Kilogramm schwerere Klasse war schon eine gewaltige Umstellung – was jetzt aber keine Ausrede sein soll...

Wie kam es dazu, dass du um zehn Kilo nach oben gegangen bist?

Aylina Engel: Ich habe mich während des Lockdowns so gut wie möglich fit gehalten. Aber die Gelegenheit war auch günstig, dass ich meinem Körper mal etwas Ruhe gönne, was sonst nicht geht. Dadurch lag ich eh schon etwas über meinem normalen Gewicht. Als dann das Angebot für den 61-Kilogramm-Fight kam, habe ich spontan zugesagt und hatte noch acht Wochen Zeit zur Vorbereitung.

Mit einem Sieg hättest du dich ziemlich weit nach oben katapultieren können und eventuell sogar einen Profivertrag bekommen...

Aylina Engel: Genau. Enfusion ist eine Marke, die im Kampfsport jeder kennt. Meine Gegnerin wurde 2019 zur besten Enfusion-Kämpferin weltweit gewählt und sie ist Trägerin von zwei Weltmeistertiteln. Bei einem Sieg wären die Chancen auf einen Enfusion-Vertrag hoch gewesen, da sie noch keine deutsche Kämpferin unter Vertrag haben. Trotz der Niederlage hat mir der Kampf aber sehr viel gebracht.

Unter anderem die Erkenntnis, dass die Zeit für eine persönliche Rundenerneuerung gekommen ist?

Aylina Engel: Der Gedanke daran war schon früher gereift. Ich habe gefühlt, dass ich nicht mehr wirklich weiterkomme, wenn ich in meiner Komfortzone bleibe. Mein Ziel ist es, irgendwann mal die Besten der Besten zu schlagen – deshalb musste ich jetzt ausbrechen.

Wie sieht dieser Ausbruch aus der Komfortzone genau aus?

Aylina Engel: Zuerst habe ich mein duales Studium zur Fitnessökonomin abgebrochen und stattdessen eine Ausbildung zur Kauffrau für Büromanagement mit Schwerpunkt Marketing begonnen. Ende des Jahres ziehe ich zudem bei meinen Eltern aus und werde Heilbronn in Richtung Haßloch verlassen. Ich hatte mich dort im Gym von Maxim Kalashnikov schon auf den Enfusion-Kampf vorbereitet und sehe dort die besten Möglichkeiten, um mich sportlich weiter zu entwickeln. Da meine Ausbildungsstelle in Neckarsulm ist, werde ich dennoch oft in der Region sein, da ich ja täglich pendeln muss.

Das klingt nicht unbedingt nach weniger Stress als bisher. Was sagt denn dein neuer Arbeitgeber zu deinen sportlichen Aktivitäten?

Aylina Engel: Ich hatte schon zum Bewerbungsgespräch meinen Europameistergürtel und ein großes Plakat mitgebracht. Meine jetzige Ausbildungsleiterin war da gleich Feuer und Flamme und ich bin echt glücklich darüber, dass der Betrieb alles respektiert und mich unterstützt.

Wie läuft eigentlich Kampfsport zu Corona-Zeiten? Oder anders gefragt: Welche Corona-Maßnahmen gab es beim Enfusion-Event in Holland?

Aylina Engel: Als Sportlerin habe ich dort nicht viel von Coronamaßnahmen mitbekommen. Wir hatten weder Maskenpflicht noch mussten wir einen negativen Test vorweisen. In der Halle waren jedoch als Zuschauer nur 100 VIP-Gäste zugelassen. Die Tische standen weit auseinander und pro Tisch durften nur drei Personen sitzen.



Aylina Engel beim Enfusion Fight und im Interview mit SPORTHEILBRONN.
Fotos: Enfusion (3), Marcel Tschamke (1)

Unverbindlich testen

Wissen punktet immer – jetzt unverbindlich testen!

Immer bestens informiert, was in
der Region passiert. Testen Sie
Ihre Heimatzeitung unverbindlich!



Jetzt unverbindlich testen:

🌐 www.stimme.de/testen

☎ 07131 615-606

**HEILBRONNER
STIMME** www.stimme.de
**HOHENLOHER
ZEITUNG** **KRAICHGAU
STIMME**
LESEN ■ WISSEN ■ MITREDEN

www.stimme.de/testen



sporthalle[®]
massenbachhausen



Der Beginn eines kleinen „Abenteuers“: der Schuhtausch von Natalie Rothenbächer (links) und Enni Wielsch. Fotos: Achim Gehrig

NATALIE ROTHENBÄCHER + ENNI WIELSCH: „SCHUHTAUSCH“ ZWEIER SPORTLERINNEN

Es war einst beim Sportstammtisch Heilbronn, als die Sontheimer Rollkünstlerin Natalie Rothenbächer (19, REV Heilbronn) und die Horkheimer Shorttrack Skaterin Enni Wielsch (15, Mannheimer ERC) die Idee hatten, ihre Schuhe zu tauschen und jeweils die Sportart der anderen auszuprobieren. Im September war es nun soweit: Enni versuchte sich im Karl-Heinz-Losch Rollsportstadion im Rollkunstlauf, Natalie übte sich in der Heilbronner Eishalle im Shorttrack Skating. Wie es den beiden dabei ergangen ist, fassen sie hier für unsere Leser zusammen:

In eine ganz andere Rolle schlüpfen – ein Konzept, aus dem viele TV-Sender bereits vor unserem ausgefallenen Projekt Profit geschlagen haben. Im Gegensatz zu „Frauentausch“ haben wir nicht die Familien, sondern lediglich unsere Schlittschuhe, bzw. Rollschuhe getauscht – und das einfach aus purer Neugier.

„Wie macht ihr das, wie ist es bei euch?“ Diese klassische Frage müssen wir uns ab jetzt nicht mehr gegenseitig stellen, denn wir haben es ausprobiert. Enni, die Shorttrackerin von uns beiden, war auf der Rollschuhbahn zu Gast und Natalie, die Rollkünstlerin, versuchte sich auf Kufen und mit wesentlich mehr Tempo bei Enni auf dem Eis.

Schuhe an und auf die Fläche! Das war für uns beide anders als sonst:

Enni: „Es war komisch keine Freiheit über dem Knöchel zu haben, da der Schuh ja deutlich höher geschlossen ist als meiner. Mir war zwar bewusst, dass Rollschuhe Absätze haben, aber es war trotzdem ungewohnt. Da habe ich mich schon ein bisschen elegant gefühlt, vor allem weil ich ansonsten eher in Sneaker, Sportschuhen und Adiletten unterwegs bin.“

Natalie: „Da ging es mir in deinen Schlittschuhen tatsächlich ganz ähnlich: Es war ein seltsames Gefühl, dass die Schuhe auf einmal nicht bis über die Knöchel gehen, das kam mir sehr instabil vor – und dann noch die schmale Kufe anstatt meiner vier Rollen! Außerdem habe ich bei deinen Schuhen erst recht gemerkt, dass meine Achillessehnen vom Training in Absätzen eher verkürzt sind. Deshalb war es am Anfang für mich schwer so tief in die Knie zu gehen. Und deine Schuhe sind hart wie Stein, dagegen sind meine Rollschuhe Hausschlappen.“

Enni: „So sicher habe ich mich in den Rollschuhen aber auch nicht ge-

fühlt. Das hätte ich nicht gedacht, gerade weil ich unter mir vier breite Rollen habe, sogar zwei in zwei hintereinander stehend.“

Da hatten wir also einen guten Trainer bitter nötig. Wie gut, dass wir uns gegenseitig coachen konnten. Auf Rollschuhen wurde Enni langsam über laufen auf großem Kreis, einzelne Figuren, bis hin zu einem einfachen Sprung und einer Pirouette herangeführt, Natalie lernte die richtige Haltung und ein paar taktische Kniffe für viel Speed in der Kurve und auf der Geraden, aber natürlich auch Start- und Schlussschritt. Eine Sache kam uns beiden allerdings sehr bekannt vor: das Übersetzen. Das braucht man sowohl auf Rollschuhen, als auch auf Schlittschuhen, wenn man schnelle Kurven laufen möchte. Beim Shorttrack-Training hat sich Natalie lediglich mit der Länge der Kufen schwer getan:

Natalie: „Ich musste wirklich aufpassen, nicht über meine eigenen Füße zu stolpern, weil die Kufen so ungewohnt lang sind. Schwierig für mich war es auch während des Laufens, so permanent in den Knien zu bleiben und den Körperschwerpunkt dementsprechend tief zu halten. Es war nicht einfach, diese andere, gebückte Körperhaltung einzunehmen. Das ist beim Rollkunstlauf ganz anders.“

Enni: „Für mich war es eher schwer beim Laufen mit den Armen eine elegante Haltung einzunehmen.“

Aber vor allem die kleinen Schwierigkeiten sind es, die manche Situationen dann doch wieder TV-würdig gemacht hätten:

Enni: „Ganz witzig war, als ich versucht habe dir das Gefühl zu vermitteln, wie man mit einer Hand in der Kurve das Eis berührt. Die Kurve war zur Orientierung mit Pucks markiert. Wir haben einen Mülleimer umge-



Enni (links) beim Rollkunstlauf. QR-Code scannen für ein Video von Ennis abschließender Kurzkür...



Natalie (rechts) beim Shorttrack Skating. QR-Code scannen für ein Video von Natalies Lauf gegen Enni...



dreht, auf dem du dich in der Kurve abstützen solltest. Im Schwung hast du aus Versehen bestimmt die Hälfte der Pucks weg gestoßen.“

Natalie: „Ja, haha, stimmt. Oder als ich mitten aus dem Schwung in der Kurve hingefallen bin und mich verzweifelt versucht habe am Boden festzuhalten, um nicht über die ganze Bahn zu rutschen. Auf Beton-Boden hat man das Problem nicht, da muss ich mir keine Sorgen machen bis ins Niemandsland zu schlittern.“

Enni: „Genau dafür ist die Bande bei uns mit Matten ausgepolstert. Das habe ich auf der Rollschuhbahn kurz vergessen und habe die harte Bande zu spüren bekommen.“

So brutal sich das auch anhört, Spaß hatten wir auf jeden Fall.

Enni: Mein persönliches Highlight war die Kür am Ende des Trainings. Aus allen erlernten Elementen haben wir eine Kür zusammengebaut, die ich zum Abschluss mit Musik und Performance vortragen durfte – und ich bin sogar ohne Sturz durchgekommen!

Natalie: „Am Coolsten war für mich das Gefühl bei viel Tempo auf dem Eis. Mit so wenig Bodenkontakt durch die Kufe und im Vergleich zum ständigen Geratter der Rollen unglaublich leise, es ist fast wie schweben.“

Dass jeder Spaß auch seinen Preis hat, erkannten wir spätestens am nächsten Morgen, als sich wegen der ungewohnten Belastung der Muskelkater zu Wort gemeldet hat:

Enni: „Bei mir vor allem im Schulter- und Nackenbereich, denn sonst muss ich weder eine gerade Haltung einnehmen, noch meine Arme strecken.“

Natalie: „Durch das permanente im Knie Laufen beim Shorttrack waren es bei mir eher die Beine, die am nächsten Tag mehr gestreikt haben als nach einem normalen Training. Zum krönenden Abschluss des Trainings haben wir ein kleines Rennen veranstaltet, um die Wettkampfsituation zu imitieren. Es ist etwas ganz anderes, sich unmittelbar auf der Fläche mit seinen Konkurrenten zu messen, als alleine seine Kür vorzutragen. Ich glaube ich bevorzuge Letzteres, vor allem nachdem mir klar geworden ist, dass man die Kontrolle vor allem dann verliert, wenn der Verursacher eines Sturzes oder Fehlers nicht man selber sondern ein anderer ist. Da sind der Helm und der schnittfeste Anzug beim Shorttrack mehr als berechtigt.“

Der rein äußerliche Unterschied ist also unverkennbar. Während Enni in voller Montur ihre Runden läuft, wirbelt Natalie im Wettbewerb mit Kür-Kleid und eleganter Frisur über die Bahn.

Wenn wir aber danach suchen, finden wir mit Leichtigkeit mehrere Gemeinsamkeiten bei unseren Sportarten:

Enni: „Die Beinarbeit für die ersten Schritte auf Rollen ist nahezu gleich, würde ich sagen. Außerdem ist Konzentration bei beiden Sportarten extrem wichtig, weil man beim Shorttrack oft sehr taktisch handeln und sich beim Rollkunstlauf auf die Reihenfolge der Elemente und deren Ausführung konzentrieren muss.“

Natalie: „Genau, aber auch die Tatsache, dass man sich bei beiden Sportarten auf eine besondere Weise fortbewegt. Ich denke, wenn ein Leichtathlet auf Rollschuhe oder Schlittschuhe gestellt wird, wird es schon komplizierter als bei uns zweien. Übrigens hatte ich den Eindruck, dass die Angst vor dem Hinfallen und vor schneller Fortbewegung bei uns beiden kein zu großes Thema war. Das muss man bei beiden Sportarten lernen abzustellen. Wie erwartet, bringen wir beide die Grundstabilität, die Koordination und die Kraft in den Beinen mit, um schneller in die neue Sportart rein zu kommen.“

Trotzdem haben wir viel dazu gelernt...

Natalie: „Ich werde auf jeden Fall von unserem Projekt mitnehmen, dass Shorttrack viel mehr heißt als sich auf dem Eis schnell fortzubewegen. Es gehört so viel Technik im Training und Taktik im Wettbewerb dazu. Auch beim Shorttrack spult man nicht einfach das Trainierte ab: Wie ist das Eis, wie verhält sich die Konkurrenz, wie bin ich heute drauf? ... Alles Fragen mit großem Einfluss im entscheidenden Rennen. Ich denke trotz allem, dass ich bei meiner Sportart wegen der tänzerischen Komponente besser aufgehoben bin. Es war aber eine mega bereichernde Erfahrung, danke Enni!“



Natalie Rothenbächer (links) und Enni Wielsch hatten bei ihrem „Schuhtausch-Projekt“ großen Spaß – und danach ordentlich Muskelkater ;)

Enni: „Auch danke an dich, Natalie! Mir ist einmal mehr klar geworden, dass Rollkunstlauf eine sehr kunstvolle Sportart ist. Ich selbst hatte wegen meiner Begegnung mit den Eiskunstläufern schon etwas mehr Bezug zu Rollkunstlauf, als du zu Shorttrack, aber durch das Ausprobieren habe ich mehr Respekt vor der Sache bekommen. Dennoch wäre es keine Sportart für mich, da ich das Adrenalin und eine gewisse Geschwindigkeit brauche.“

Wir beide sind uns einig: es war eine tolle Erfahrung in die Schuhe der anderen zu schlüpfen. Es gibt keine eindrücklichere Variante die Perspektive eines anderen zu verstehen, als sie selbst zu erleben. Danke an das SPORTHEILBRONN-Magazin für die Möglichkeit dazu!

Natalie

Natalie Rothenbächer

Enni

Enni Wielsch

Rundum

für Sie da!

Heizung **Klima**
Sanitär

Bad

Wenn es einen Ort gibt, an dem Sie sich so richtig wohlfühlen, dann ist es Ihr eigenes Zuhause.
Damit dies so bleibt, stehen wir Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.
Wir sind rundum für Sie da.

LIEB Lieb GmbH
Am Wildacker 16 · 74172 Neckarsulm
Tel. (0 71 32) 97 79-0 · Fax 97 79-88
Internet: www.lieb-neckarsulm.de

bad & heizung
GARANTIERTE LEBENSQUALITÄT



Markus Pommer bei der Startaufstellung vor einer gähnend leeren Haupttribüne.
Fotos: Ralf Scherlinzky

GT-MASTERS AM HOCKENHEIMRING: EINDRÜCKE VOM „GEISTERRENNEN“

Ein Erfahrungsbericht von Ralf Scherlinzky...

Im September 2019 haben meine Kollegin Enny Bayer, unser Fotograf Marcel Tschamke und ich unsere Premiere beim ADAC GT-Masters gefeiert. Die Fans waren in Massen an den Hockenheimring geströmt und wir hatten das Privileg, mit unseren Presseakkreditierungen mitten im Geschehen dabei zu sein, um das Leingartener Callaway Competition Team zu begleiten – auch für uns ein Erlebnis!

Dass das Hockenheim-Wochenende der GT-Masters in diesem Jahr Corona bedingt anders ausfallen würde, war klar. Doch spätestens, als vier Wochen vorher beim Rennen am Nürburgring 5.000 Zuschauer an der Strecke dabei sein durften, haben auch wir wieder voller Optimismus unsere Akkreditierungen beantragt. Der erste Rückschlag folgte, als das Land Baden-Württemberg die Teilnahme von Zuschauern untersagte, der zweite, als wir nur ein einziges Preeticket bewilligt bekamen...

Schon die Ankunft am Hockenheimring am frühen Samstagmorgen war eigenartig. Keine Menschen, die zur Strecke strömten, kein Stau bei der Anfahrt zum Presseparkplatz und sogar ein freier Parkplatz direkt an vorderster Front. Auch das Fahrerlager selbst war gespenstisch leer, stand doch selbst den Teams nur eine geringe Anzahl an Tickets für Funktionäre und Sponsoren zur Verfügung. In der Box von Callaway Competition herrschte genauso Maskenpflicht wie im gesamten Fahrerlager.



„Corona-Selfie“ bei der Startaufstellung: Ralf Scherlinzky und Markus Pommer



Gespenstische Leere im Fahrerlager



„Die Stimmung hier ist ganz komisch“, meinte auch Corvette-Pilot Markus Pommer angesichts der wenigen Menschen im Fahrerlager. Die Zeit zwischen Qualifying und dem späteren Rennen war diesmal an Highlights sehr arm. Wo wir 2019 noch zahlreiche Bekannte aus Heilbronn getroffen hatten – nichts. Ich hatte nicht mal die Möglichkeit, um von der Tribüne aus den sicherlich spannenden Läufen von Formel 4 und TCR Germany zuzuschauen, denn die Tribünen waren ja gesperrt.

Mein persönliches Highlight war auch in diesem Jahr wieder die Startaufstellung – jenes 15-minütige Zeitfenster, in dem sich neben den Teammitarbeitern auch sämtliche Gäste und Presseleute auf die Start- und Ziel-Gerade begeben, um die Supersportwagen aus der Nähe zu betrachten und das eine oder andere Wort mit den Fahrern zu wechseln. Abgesehen von der geringeren Anzahl an Menschen war hier zumindest kurzzeitig ein ähnliches Kribbeln wie im letzten Jahr zu spüren – bis man dann zur Haupttribüne blickte. Gähnende Leere, wo sonst Tausende von Fans sitzen. Totenstille statt Jubel. Für mich persönlich der Moment der ganz großen Wehmut. Motorsport ohne Fans, das darf nicht sein!

Natürlich hat die Gesundheit der Menschen Vorrang vor allem anderen. Natürlich können wir froh sein, dass solche Events überhaupt stattfinden. Und natürlich habe ich mich gefreut, dass ich wieder live dabei sein konnte. Aber lasst bitte endlich jemanden die zündende Idee haben, damit wir dieses verflixte Virus in den Griff kriegen und uns wieder wie gewohnt an Sportveranstaltungen erfreuen können!

von Bülow & Kollegen
Rechtsanwälte



Harald Krusenotto
Rechtsanwalt

Tanja Haberzettl-Prach
Fachanwältin für Strafrecht

Ute Langner-Zimmermann
Fachanwältin für Familienrecht

Bearbeitung aller wesentlichen Rechtsgebiete
Forderungseinzug / Inkasso

Wollhausstraße 20 · 74072 Heilbronn
Telefon 07131 / 658-0 · Fax 07131 / 658-111
www.raevonbuelow.de · info@raevonbuelow.de



Dipl.- Ing. Thomas Erbe
Ingenieurbüro für Tragwerksplanung
und Bauwesen

Bismarckstr. 107, 74074 Heilbronn
Tel.: 07131 / 760641
mail: ingbuero-erbe@t-online.de



Alte Akten? *Kein Platz mehr?*
→ *Rufen Sie den Aktendrachen!*

Baumhauer e.K.

Der Aktendrache

☎ **07131-30055**

**Unser Aktendrache kriegt
auch Ihre Akten klein...**

Inhaber: Uwe Herrlinger
Neue Straße 8 –12 • 74080 Heilbronn
Tel.: 07131-30055 • Fax: 07131-324 08
www.aktenvernichtung-heilbronn.de
info@aktenvernichtung-heilbronn.de



TSG HEILBRONN SNOOKER: PROFI ALEXANDER URSENBACHER KOMMT

Zum ersten Mal in der Vereinsgeschichte geht die TSG Heilbronn als amtierender Deutscher Snooker-Meister in eine neue Bundesliga-Saison. Um den Titel zu verteidigen und auch am Ende der Saison 2020/21 wieder ganz oben zu stehen, hat man sich mit dem Schweizer Snooker-Profi Alexander Ursebacher verstärkt.

Bei der Weltmeisterschaft im Crucible Theatre in Sheffield im August, konnte sich der 24-Jährige bis in die Endrunde (last 32) spielen. Er ist damit der erste deutschsprachige Spieler der Snooker-Geschichte, dem dies gelang. Da er sich als Vollzeit-Snookerspieler die meiste Zeit für Main-Tour-Turniere und Turniervorbereitungen in England aufhält, wird er nicht bei jedem Spieltag für die TSG an den Tisch gehen können.

So kommt der weiterhin unveränderte Kern der Mannschaft um Omar Alkojah, Michael Schnabel, Richard Wienold und Daniel Sciborski zum Einsatz, welcher auch in der letzten Saison, nicht zuletzt durch die überragende Einzelbilanz von 16 Siegen aus 16 Spielen von Alkojah, maßgeblich für den Meistertitel verantwortlich war. Komplettiert wird das Team durch Fabian Haken und Ismail Türker.

Die Saison startete für den amtierenden Deutschen Meister TSG Heilbronn (nach Redaktionsschluss) gleich mit einem Kracher, musste man doch auswärts gegen den stärksten Konkurrenten 1. SC Mayen-Koblenz an die Tische gehen. Auch dieser hat sich zur neuen Saison mit einem namhaften Neuzugang verstärkt: dem ehemaligen Weltmeister Ken Doherty aus Irland. Nur einen Tag später musste man beim SC 147 Essen antreten, der in der vergangenen Saison den dritten Platz in der Bundesliga belegt hat.

Weiter geht es dann erst wieder am Wochenende 12./13. Dezember mit den ersten Heimspielen gegen den Aufsteiger DJK Offenburg sowie den 1. SC Breakers Rüsselsheim. Hier sind zwei deutliche Siege Pflichtprogramm. Das neue Jahr startet mit den aufwändigsten Spieltagen – den Auswärtspartien im hohen Norden gegen Aufsteiger BC Break Lübeck sowie den SC Hamburg. Die Hinrunde wird am 20./21. Februar mit dem Derby gegen den BC Stuttgart 1891 beendet. Für die Rückrunde werden die Spielstätten getauscht und am letzten Spieltag (23. Mai) findet dann, in der neuen Snookerarena am Pfühl das große Finale gegen den 1. SC Mayen-Koblenz statt. Es ist sehr wahrscheinlich, dass in diesem Spiel die Meisterschaft entschieden wird.

BAUFORTSCHRITT DER SNOOKER-ARENA AM PFÜHL

Auch beim Großprojekt der TSG-Snookerabteilung ist ein großer Fortschritt zu verzeichnen. Im Oktober wurden die neuen Stahlträger für die Decke installiert, so dass inzwischen der Innenausbau beginnen konnte. Für die Verantwortlichen bedeutet dies nun viel Planungsarbeit hinsichtlich der Innenraumgestaltung (Wände, Decken, Inneneinrichtung).

Die Bauarbeiten liegen hervorragend im Zeitplan, die Lieferung der Tische ist für Dezember geplant, so dass einer Eröffnung im ersten Quartal 2021 nichts mehr im Weg stehen dürfte.



IMMER INFORMIERT.

EGAL IN WELCHER LIGA!

NEU!

**VFB-INFOS
AUF'S HANDY.
JETZT ABONNIEREN!**



echo24.de
VON HIER. WIE IHR.



ZIMMERMANN und BECKER GmbH
Beratende Ingenieure für Technische Gebäudeausrüstung

Heilbronn — Hamburg
Leipzig — Sindelfingen — Stockach

Mitglieder der Ingenieurkammer Baden-Württemberg
zertifiziert nach DIN ISO 9001 : 2015



Wir sind ein seit 1971 im Dienste der TGA erfolgreich tätiges Unternehmen. Seit Beginn unserer Tätigkeit setzen wir die modernsten Planungswerkzeuge ein und verifizieren unsere Planungen mittels thermisch energetischer und fluiddynamischer Simulationen. Hierdurch sind wir in der Lage für unsere Auftraggeber Anlagen zu planen, die bei energetisch und wirtschaftlich optimierten Kosten die vom Auftraggeber gestellten Anforderungen erfüllen.

Unsere Leistungen:

Beratung • Planung • Bauleitung • Gutachten • Systemanalysen
Thermisch-energetische und fluiddynamische Simulationen für die Gewerke:
Heizung • Lüftung • Sanitär • Klima • MSR

Anschrift:

Edisonstraße 5 • 74076 Heilbronn
Fon: 07131/9650-0 • Fax: 07131/9650-99
E-Mail: info@zimmermannundbecker.de • Web: www.zimmermannundbecker.de

DER NEUE PEUGEOT e-208 JETZT MIT 9.000 € INNOVATIONSPRÄMIE¹



MOTION & e-MOTION

PEUGEOT

Beispielfoto eines Fahrzeuges der Baureihe, die Ausstattungsmerkmale des abgebildeten Fahrzeuges sind nicht Bestandteil des Angebotes.

€ 99,- mtl.²

Leasingrate inkl. 9.000 € Innovationsprämie¹ für den neuen

PEUGEOT Neuer e-208 Active Elektromotor 136

- Audioanlage RCC
- Klimaautomatik
- Mirror Screen

- Multifunktionaler Touchscreen mit 7"-Farbbildschirm



AUTOHAUS FREIER GMBH

Heilbronn · Lise-Meitner-Str. 28 · Tel. 07131/9438-0

Heilbronn · Karl-Wüst-Str. 21 · Tel.: 07131/9438-60

www.autohaus-freier.de

PEUGEOT e-208 Elektromotor 136, 100 kW (136 PS): Reichweite: bis zu 340 km³; Energieverbrauch: bis zu 17,6 kWh/100 km³; CO₂-Emissionen (kombiniert): 0 g/km³.

¹Die Innovationsprämie für den neuen PEUGEOT e-208 und den neuen PEUGEOT e-208 wird gewährt bei Kauf oder Leasing und beträgt insgesamt 9.000 €. Sie wird in Höhe von 3.000 € von PEUGEOT direkt bei Erwerb und auf Antrag in Höhe von 6.000 € vom Bund gewährt. Detaillierte Informationen zum erhöhten Umweltbonus finden Sie hier: www.bafa.de. Ein Kilometerleasingangebot der PSA Bank Deutschland GmbH, Siemensstraße 10, 63263 Neu-Isenburg, für einen neuen PEUGEOT e-208 Elektromotor 136, Elektromotor mit 100 kW/136 PS, Anschaffungspreis (Nettodarlehensbetrag): 17.672,35 €; Leasingsonderzahlung: 8.530,- € (abzgl. 6.000 € Bundeszuschuss im Rahmen des Elektrobonus, Sie zahlen nur 2.530,- €); Laufzeit: 48 Monate; 48 mtl. Leasingraten à 99,- €, effektiver Jahreszins: 0,66 %; Sollzinssatz (fest) p. a.: 0,66 %; Gesamtbetrag: 13.282,- €. Alle Preisangaben inkl. MwSt. und Überführungskosten; Laufleistung 10.000 km/Jahr. Zgl. Bsp. nach § 6a PAngV. Angebot gültig bis zum 31.12.2020. Aufgrund der zeitweiligen Mehrwertsteuersenkung von 19% auf 16% für den Zeitraum vom 01.07.2020 bis voraussichtlich einschließlich 31.12.2020 stellt die in diesem Angebot beworbene Leasingrate nur das Angebot für den genannten Zeitraum dar. Die in der Leasingrate und in der Mietsonderzahlung enthaltene Mehrwertsteuer steigt voraussichtlich ab Januar 2021 wieder auf 19%. Widerrufsrecht nach § 495 BGB. Mehr- und Minderkilometer (Freigrenze 2.500 km) sowie eventuell vorhandene Schäden werden nach Vertragsende gesondert abgerechnet. Über alle Detailbedingungen informieren wir Sie gerne.

²Die Energieverbrauchs- und CO₂-Emissionswerte wurden nach der neu eingeführten „Worldwide Harmonized Light Vehicles Test Procedure“ (WLTP) ermittelt (vorbehaltlich der abschließenden Homologation). Die angegebenen Reichweiten stellen einen Durchschnittswert der Modellreihe dar. Die Werte können je nach Ausstattung, gewählten Optionen und Bereifung variieren. Die Angaben zu Kraftstoff- bzw. Energieverbrauch und CO₂-Emissionen beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebots, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen den verschiedenen Fahrzeugtypen.

DER TRIATHLON LEBT WEITER

Im Mai hatten die Veranstalter der Challenge Heilbronn das Aus des traditionellen Triathlon-Events in der City beschlossen, jetzt haben die Stadt Heilbronn und die Deutsche Triathlon-Union (DTU) eine gute Nachricht für Teilnehmer und Fans: Der Triathlon in Heilbronn lebt weiter! In einer Pressekonferenz wurde verkündet, dass die Deutsche Triathlon gGmbH (DTgG), eine hundertprozentige Tochtergesellschaft der DTU, den Triathlon in Heilbronn zukünftig veranstalten wird.

Oberbürgermeister Harry Mergel freut sich über die neue Zusammenarbeit: „Damit kann ein wichtiges sportliches Ereignis in Heilbronn gehalten werden. Mit der DTU und der Deutschen Triathlon gGmbH haben wir Partner, mit denen wir den Triathlon in Heilbronn mittel- und langfristig gemeinsam weiterentwickeln können.“

Die überregionale Strahlkraft des sportlichen Highlights und damit die Bedeutung des Events für die Außenwirkung der Stadt betont der Geschäftsführer der Heilbronn Marketing GmbH (HMG), Steffen Schoch. Das Event-Team der HMG werde den neuen Veranstaltern vor Ort unterstützend zur Seite stehen. „Es ist wunderbar, dass durch die Initiative der DTgG das sportliche Portfolio der Stadt langfristig gestärkt wird“, so Schoch.

2010 fand der erste Triathlon in Heilbronn, der „City Triathlon Heilbronn“, unter dem Motto „Mitten in der Stadt“ statt und zog gleich im ersten Jahr 1.200 Teilnehmer an. Über die Jahre entwickelte sich der Heilbronner Triathlon zu einem der größten und beliebtesten Mitteldistanz-Rennen in Deutschland, von 2015 an gehörte er zur renommierten Challenge-Serie. Im vergangenen Jahr nahmen mehr als 2.500 Triathleten teil.

„Der Triathlon in Heilbronn hat sich in den vergangenen Jahren zu einer der Top-Triathlon-Veranstaltungen in ganz Deutschland entwickelt“, bestätigt auch Jörg Ullmann, der neue Geschäftsführer der DTgG. Nachdem dessen Aus drohte, hätte man sich im Mai mit der Stadt zusammengesetzt, um Unterstützung anzubieten und gemeinsam über eine Weiterführung zu sprechen. Derzeit würden Gespräche mit möglichen Sponsoren geführt, parallel dazu werde der Anmelde-Start vorbereitet. „In den nächsten Wochen werden weitere Informationen folgen, ab wann und wo man sich anmelden kann. Zielsetzung ist, die Veranstaltung zusammen mit den Sponsoren und der Stadt weiter auszubauen. Das dafür notwendige Potential ist unserer Meinung nach vorhanden“, sagt Ullmann.



Auch weiterhin werden die Triathleten durch die Heilbronner Innenstadt laufen.
Foto: Marcel Tschamke



APPEL

Im Dienst des Menschen

**IHR HELFER IM TRAUERFALL.
IHR BERATER FÜR VORSORGE.**

07131 17 55 60

Familiengeführt in 4. Generation.
Die Geschwister Pascal und Nicole Appel.



STELLPLÄTZE

zur Vermietung in 74211 Leingarten für

WOHNMOBILE



WOHNWAGEN

ANHÄNGER



Gelände komplett überwacht und eingezäunt.
Waschen möglich. Werkstatt vorhanden.

Kontakt ab 17 Uhr:
kuenzel-matthias@web.de
Tel. 0176 341 994 15

AB 1.1.2021



KARTBAHN
BAD RAPPENAU

www.kartbahn.de

EINSTEIGEN, GAS GEBEN, DURCHSTARTEN

Einzelpersonen:

- Ticketfahrten
- Karttraining für Einsteiger
- Karttraining für Fortgeschrittene
- Team Race 2020 für Einsteiger
- Ü30

Gruppen:

- Weihnachtsfeier
- Geburtstagsrennen
- Junggesellenabschied
- Firmenausflug

Gutschein 3 für 2

20 MINUTEN BEZAHLEN 30 MINUTEN FAHREN !!!



KARTBAHN
BAD RAPPENAU

NATALIE ROTHENBÄCHER AUF DEM DM-PODEST

Natalie Rothenbächer vom REV Heilbronn verpasste bei den Deutschen Meisterschaften der Rollkünstlerinnen in Darmstadt knapp den Titel. Die 19-Jährige freute sich aber riesig über ihren Podestplatz, war doch bis zuletzt nicht klar gewesen, ob der Wettbewerb überhaupt ausgetragen werden kann.

„Eigentlich hätte die DM in Freiburg stattfinden sollen, doch der dortige Verein hatte absagen müssen. Dafür ist Darmstadt eingesprungen und hat alle Hebel für uns Läufer in Bewegung gesetzt, damit wir in diesem Jahr noch unseren sportlichen Höhepunkt haben können“, ist die Sontheimerin dankbar. „Das sportliche Ergebnis war diesmal eigentlich eher zweitrangig. Für mich ging es eher darum, dass ich sehe, wo ich im Vergleich zu den anderen inzwischen stehe bzw. wie ich mich weiterentwickelt habe, aber auch wie sich die Konkurrenz verbessert hat“, so Natalie Rothenbächer weiter. 2019, in ihrem ersten Jahr in der Meisterklasse, hatte sie bei der DM noch Platz fünf belegt – jetzt sprang der Platz auf dem Treppchen heraus.

„Ich habe seit dem Winter zwei neue Kürprogramme mit anderer Musik und neuer Choreographie bekommen und es war toll, dass ich jetzt zeigen konnte, was ich die letzten Monate mit hohem Aufwand einstudiert habe“, strahlt die frischgebackene Medaillengewinnerin.

Als die ersten Wettbewerbe der DM in anderen Klassen schon am Laufen waren, wurde Heilbronn zum Corona-Risikogebiet erklärt, so dass nicht klar war, ob Natalie Rothenbächer überhaupt starten darf: „Wir mussten kurzfristig noch einen Corona-Test machen lassen. Ich habe mein Ergebnis schnell bekommen und durfte gleich fahren. Meine Trainerin dagegen bekam erst am Samstag grünes Licht, so dass ich bei meiner Kurzkür noch auf sie verzichten musste. Meine Eltern, die mich sonst immer begleiten, sind von vornherein schon zuhause geblieben. Dennoch war es schön, dass die Rollkunstlauf-Familie mal wieder zusammenkommen konnte.“

Foto: Marcel Tschamke



KATHARINA SCHIELE: RÜCKBLICK AUF DAS CORONA-JAHR

Das Jahr 2020 begann für Katharina Schiele und ihren neuen Verein, die TSG Heilbronn, wie jedes Wettkampfsjahr. Die Hallensaison startete und Katharina konnte sich den ersten Vizetitel bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften der Aktiven sichern. Auch die Süddeutschen Meisterschaften der Aktiven verliefen für die Kugelstoßerin mit einem fünften Platz sehr erfolgreich. Katharina kam immer besser in die Saison und konnte sich bei den deutschen Hochschulmeisterschaften den dritten Platz sichern.

Doch der Lockdown brachte den kompletten Trainings- und Wettkampfbetrieb zum Erliegen. Schnell stellte sich die Frage, wie es weiter gehen würde. Es musste improvisiert werden. Statt im Olympiastützpunkt in Stuttgart wurde ein Parkplatz mit angrenzender Wiese zur Trainingsstätte umfunktioniert. Für das Krafttraining ließ sich Katharina eine Hantelstange und Gewichte und funktionierte die Terrasse zu einem privaten Krafraum um.

Im Zuge der Lockerungen konnte sie als Bundeskaderathletin des Deutschen Rasenkraft und Tauziehverbands zwar schnell wieder mit ihrem Heimtrainer auf den Sportplatz, jedoch normalisierte sich die Situation nur teilweise. Eine wirkliche Wettkampfvorbereitung fand nicht statt. Mit der Entscheidung des DLV zur Durchführung der deutschen Meisterschaften in Braunschweig musste der Trainingsplan zwei Wochen vorher einmal neu geplant werden.

Durch die weiteren Lockerungen konnten auch die Baden-Württembergischen Meisterschaften der Aktiven und der U23 stattfinden. Bei den Aktiven sicherte sich Katharina den Vizetitel und bei der U23 konnte sie sich ihren ersten Baden-Württembergischen Meistertitel erstoßen.

Mit diesem guten Ergebnis konnte Katharina Schiele das Corona-Sportjahr doch noch zu einem versöhnlichen Abschluss bringen und arbeitet jetzt, nach Absprache mit dem Landestrainer Peter Salzer und ihrem Heimtrainer, an der Drehstoßtechnik, um im neuen Wettkampfsjahr statt angeleitend nun drehend die Medaillen nach Heilbronn zu bringen.



Foto: Julian Tschamke



Foto: Silke Wagner

GRÜSSE AUS BERLIN...

...senden Annabella Sterzik und Mika Wagner. Die 16-jährige Heilbronner Eishockeyspielerin und der 13-jährige Turner der TG Böckingen sind im Sommer ans Sportinternat nach Berlin gewechselt (siehe eigener Bericht in SPORTHEILBRONN-Ausgabe 17). Inzwischen haben sich beide gut eingelebt und sind voll im Trainings- und Schulbetrieb am Sportforum Berlin integriert. „Ich bin froh diesen großen Schritt gemacht zu haben. Natürlich hat mich anfangs etwas das Heimweh geplagt, doch jetzt fühle ich mich echt wohl hier und freue mich auf die Saison mit meinem Team“, berichtet Anni Sterzik aus Berlin.

WAS WIR FÜR SIE TUN KÖNNEN:



- ✓ BRIEFMARKEN
- ✓ EXPRESSVERSAND
- ✓ KURIERFAHRTEN
- ✓ PORTOOPTIMIERUNG
- ✓ LETTERSHOP
- ✓ INDIVIDUELL
- ✓ PAKETVERSAND
- ✓ DIGITALER BRIEFVERSAND
- ✓ PREISWERT



VERSAND VON DER REGION **IN DIE WELT!**

www.regiomail.de



FRANK+RUTH Elektrotechnik

**POWER
MIT DAUER!
SEIT 1926.**



- Elektro-, Industrie- und Steuerungstechnik
- Beleuchtungs- und Lichtregelanlagen
- Elektrospeicherheizungs- und Warmwasseranlagen
- Satelliten- und Kabelfernsehen
- Telefonanlagen
- Video-/Haussprechanlagen
- Soundsysteme
- Wärmepumpen
- Klimatechnik
- Sicherheitstechnik
- EDV-Netzwerktechnik
- Gebäudesystemtechnik KNX/LCN
- Photovoltaik

Frank + Ruth GmbH & Co. KG
 Böckinger Straße 35
 74078 Heilbronn
 Telefon: 07131-21052
 info@frank-ruth.de
www.frank-ruth.de



Die Leitung der HSG Heilbronn
(von links): Timo Betz,
Matthias Künzel, Philipp Heinrich.
Foto: Victoria Lardani

HANDBALLSPIELGEMEINSCHAFT HEILBRONN: START MIT 18 TEAMS UND ÜBER 550 MITGLIEDERN

Bei ihrer ersten Hauptversammlung hat die neue Handballspielgemeinschaft Heilbronn Ende August ihre Leitung gewählt. Wie nicht anders zu erwarten war, wurden Matthias Künzel (Leiter) sowie Timo Betz und Philipp Heinrich (stellvertretende Leiter) einstimmig in ihren zuvor kommissarisch bekleideten Ämtern bestätigt.

Die HSG Heilbronn vereint offiziell seit dem 1. Juli 2020 die Handball-Abteilungen des SV Heilbronn am Leinbach und der TSG Heilbronn unter einem Dach. War man in der Saison 2019/20 noch mit Kooperationsteams im Erwachsenenbereich unter dem Logo des SV Heilbronn angetreten, so geht man nun als HSG Heilbronn mit sechs Aktiven- und 12 Jugend-

Teams an den Start. Insgesamt kann die HSG auf 558 Mitglieder aus den Abteilungen der beiden Großvereine zurückgreifen. Die Handball-Saison 2020/21 hat für die Handballspielgemeinschaft Heilbronn am 10. Oktober begonnen, eine Woche später stand der erste Heimspieltag in der Mörikehalle an, zu dem 60 Zuschauer zugelassen waren.

FC KIRCHHAUSEN: REHASPORT IN DER DEUTSCH- ORDENSHALLE

Nachdem der FC Kirchhausen seine Rehasport-Angebote lange Zeit in Bad Rappenau durchgeführt hatte, finden diese seit September in der Kirchhausener Deutschordenshalle statt.

Der Verein bietet im Rahmen des Rehasports Sport nach Krebs, Sport für Männer nach Prostatakrebs sowie Onko Walking an – eine spezielle Richtung des Nordic Walking, die keine besonderen Voraussetzungen an Fitness erfordert. Die Teilnahme kann nach entsprechender Verordnung durch den Hausarzt von der Krankenkasse übernommen werden.

Interessierte können aber auch ohne Verordnung an den Rehasport-Angeboten teilnehmen. Dafür fallen für zehn Kursstunden insgesamt 50 Euro Gebühr an. Es ist jeweils keine Vereinsmitgliedschaft nötig.

Mehr Info: <https://www.fckirchhausen.de/index.php/abteilungen-kurse/turnen/rehasport-sport-nach-krebs>

BENJAMIN MATSCHKE: VON DEN EULEN NACH WETZLAR

Ende einer großartigen Ära: Trainer Ben Matschke verlässt den Handball-Bundesligisten Eulen Ludwigshafen zum Ende der Saison 2020/21 und wird zur HSG Wetzlar wechseln. Der gebürtige Heilbronner ist seit 2015 als Cheftrainer im Amt und hat bei den Eulen-Fans Kultstatus. „Der Club hat es verdient, einen neuen Impuls setzen zu können“, sagt Matschke, der auch sein letztes Jahr als Eulen-Chefcoach mit 120 Prozent gehen will und seinem Nachfolger die Mannschaft als Erstligist übergeben möchte.



Foto: Marcel Tschamke



Nick Bangert (4. von links) nach dem Vierer-Mannschaftszeitfahren.
Foto: RSG Heilbronn

RSG-TALENT NICK BANGERT ÜBERZEUGT BEI ZEITFAHR-DM

Bei der RSG Heilbronn reift ein neues Radsport-Talent heran! Der 17-jährige Nick Bangert holte bei der Deutschen Zeitfahrmeisterschaft in Genthin mit der Jugendmannschaft des Württembergischen Radsportverbands hinter Niedersachsen und Nordrhein-Westfalen den dritten Platz. Auch bei der Einzelzeitfahr-DM konnte Nick Bangert überzeugen. In der Klasse Jugend U17 startete er im niedersächsischen Langenhagen. Mit über 100 Teilnehmern war diese Meisterschaft außerordentlich gut besetzt, wobei der Nachwuchsfahrer der RSG Heilbronn 1892 e.V. das Podium um lediglich zwei Sekunden verpasste und mit starker Zeit den fünften Platz erreichte.



Für alle die mehr vorhaben – wir beraten, konzipieren und entwickeln innovative und kreative Augmented Reality-Anwendungen. Ergänzen Sie klassische Druckerzeugnisse oder die Realumgebung durch eine weitere Dimension, die Ihre Kunden begeistert. Haben Sie Interesse an einem Projekt, dann sprechen Sie uns an!



Wir machen **Medien**
zum **Erlebnis**
Gedruckt | Digital | Interaktiv

Companies for Quality

gmähle-scheel

wirtz medien

schefenacker

schaupp

cantz rolle

flyer4fun

cannstatter repro

digitaldruck

digital art book

cantz*

wurzel medien

markom*

status verlag

Volle Kraft voraus mit Energie von stromkreis!

Wir optimieren Ihre
Strom- und Gaskosten.
Jetzt kostenlos von
unseren Energieexperten
beraten lassen.

